

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e
Desporto



Relatório da Prática de ensino Supervisionada

Ana Catarina Oliveira Ferreira

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico
e Secundário

Orientador Institucional

Professor Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira

julho, 2022



Ana Catarina Oliveira Ferreira

N.º 31876

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, republicado pelo Decreto-Lei n.º 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a supervisão do Prof.º Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira na Universidade da Maia e Orientação do Mestre Gabriel Silva – Escola Didáxis Cooperativa de Ensino

Julho, 2022

Ficha de catalogação

Ferreira, A. (2022) Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2o Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Universidade da Maia.

Palavras-Chave: Educação Física; Prática de Ensino Supervisionada; Estudante Estagiário

Dedicatória

Dedico este relatório aos meus pais, por serem a base de todo o meu sucesso e conquistas. Este caminho não foi fácil para mim, mas sei que hoje, eles também venceram.

À minha madrinha, pelo sonho que tinha em ser professora de Educação Física, tal como eu, pela força e coragem que me transmitiu em todo o meu percurso, para me conseguir vingar como Mestre.

“Luta, ama, sorri, um dia dirás venci!”

Autor desconhecido

Agradecimentos

Ao chegar a este momento do meu percurso, relembro todos os obstáculos e conquistas que surgiram. O concluir deste ano de aprendizagem é o culminar de mais uma etapa da minha vida, carregada de esforço, dedicação e ambição. São nestes momentos que olho para trás e revejo todas as oportunidades e experiências que surgiram e o quão me sinto grata. Deste modo, não poderia deixar de agradecer às pessoas que me acompanharam neste ano decisivo do meu percurso.

Aos meu pais, que sempre lutaram comigo para eu concretizar este sonho. São o pilar da minha vida e são a minha maior inspiração. Foram eles que me transmitiram todos os meus valores, que sem eles, tornava-se impossível concluir este percurso académico. Dão-me a força que necessito para sonhar e ambicionar o melhor para a minha vida, sem nunca desistir. À minha mãe por me transmitir o lado mais emocional e o amor que colocamos no nosso trabalho. Ao meu pai por me transmitir o lado mais racional, o da razão, o valor do trabalho, do empenho e da luta para sermos melhor todos os dias. A junção dos dois, faz com que eu seja a pessoa e a profissional que sou. O meu muito obrigado aos dois.

Ao meu namorado, que me ajudou em todos os momentos, suportando as minhas angústias e receios. Esteve sempre presente em todos os contratempos com toda a paciência para me suportar nos períodos mais complicados. Por todo este amor e suporte, um obrigada muito especial.

À minha prima Paula, que me acompanhou e aconselhou todos os caminhos que devia percorrer. Que esteve comigo nos pré-requisitos e nunca me deixou desistir. Ouviu muitos medos e amarguras e me aconselhou da melhor maneira. Devo-lhe um enorme agradecimento, porque se cheguei até aqui, também pela sua ajuda.

À minha restante família, que esteve sempre presente neste percurso, dando o apoio necessário e que transmitiram um amor inigualável, um desmedido obrigado.

Aos meus amigos e colegas de curso, pelos momentos de descontração, por todas as brincadeiras e por todas as entre ajudas genuínas, onde todos

aprendemos e privilegiamos disso.

Ao núcleo de prática de ensino supervisionada, Carla Alves e José Marcelo, por todo o companheirismo, entreaajuda, cooperação e apoio. Ao supervisor, Doutor Rui Marcelino, ao orientador professor Gabriel Silva e à Professora Luísa Monteiro, pelos ensinamentos, exigência, dedicação, confiança depositada e trabalho demonstrado, foi sem dúvida um ano de muita partilha e aprendizagem. À Escola Didáxis de Riba de Ave, e a toda a comunidade escolar, que nos receberam e acolheram da melhor forma, estando sempre disponíveis para nos ajudar.

Aos meus queridos alunos, que estarão sempre no meu coração, por todos os momentos que passamos, dentro e fora do conceito de aula. Nunca os esquecerei, pois fizeram parte do meu percurso e foram os meus primeiros alunos. Obrigado por tudo o que me ensinaram.

Por último, à minha amiga e companheira Carla Alves, que carregou comigo todas as emoções, que uma prática de ensino supervisionada apresenta. Fomos o verdadeiro significado de entreaajuda e companheirismo. Trabalhamos as duas com o mesmo objetivo, onde passamos por angústias e medos, mas sobretudo pelas alegrias e conquistas. Obrigada pelas novas aprendizagens e vivências.

Mais uma conquista se avizinha e existe dentro de mim um sentimento de superação e orgulho por ter conseguido um dos meus maiores objetivos. Desta caminhada levo uma grande lição: se não puder voar, corra; se não puder correr, ande; se não puder andar, rasteje, mas continue em frente de qualquer forma.

Obrigado!

Índice

1. Introdução	1
2. Enquadramento pessoal e profissional	3
2.1 Uma decisão a partir do percurso.....	3
2.2 Expectativas iniciais	5
3. Enquadramento Institucional	6
3.1 A importância da PES.....	6
3.2 A PES no ISMAI	7
3.3.1 As minhas turmas	10
3.3.1.1 A turma 8º1	10
3.3.1.2 A turma 12º1	11
3.4. Caracterização do núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional.....	12
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	14
4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	14
4.1.1 Conceção de ensino.....	14
4.1.3 Realização	24
4.1.4 Avaliação.....	26
5. Participação na escola e Relação com a comunidade	30
5.2. Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	33
5.3. Socialização profissional e institucional.....	34
6. Desenvolvimento profissional	35
7. Reflexões finais	37
8. Referências bibliográficas	39

Índice de figuras

Figura 1- Plano anual do 8º1	18
Figura 2 - Plano anual do 12º1	19
Figura 3 - Exemplo de Unidade Didática	20

Índice de anexos

Anexo 1- Ficha de Caracterização Individual	43
Anexo 2 – Ficha de Observação da aula	43
Anexo 3 – Diploma de reconhecimento	44

Resumo

Este documento apresenta o Relatório de Prática de Ensino Supervisionada, inserido no segundo ano do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pela Universidade da Maia, ao abrigo da legislação referente à habilitação profissional para a docência pelo Decreto-lei nº 79 de 14 de maio. A Prática de Ensino Supervisionada foi realizada na escola Didáxis de Riba de Ave, durante o ano letivo 2021/2022, sob Supervisão do Doutor Rui Marcelino e orientação do orientador cooperante, professor Gabriel Silva e a professora Luísa Monteiro. O relatório é constituído por um conjunto de vivências e experiências acumuladas de um Estudante-Estagiário de Educação Física. Para a conceção deste documento foram seguidas as normas vigentes no Documento Orientador da Prática de Ensino Supervisionada da Universidade da Maia. Consequentemente, este relatório encontra-se estruturado em oito capítulos: 1) Introdução; 2) Enquadramento pessoal e profissional, onde estão aclaradas as principais razões pela escolha desta profissão como também, as expectativas iniciais para este ano letivo; 3) Enquadramento institucional, que insere a importância da Prática de Ensino Supervisionada e o seu contexto prático onde foi desenvolvida e explorada; 4) Prática profissional: do plano de análise ao de intervenção, onde estão refletidos a organização do processo de ensino e aprendizagem, o planeamento, a realização e a avaliação; 5) Participação na escola e relação com a comunidade, onde relata as atividades realizadas e o impacto da experiência da sua atuação, a socialização profissional e institucional e a componente ético-profissional; 6) Desenvolvimento profissional, onde é exposto as dificuldades sentidas ao longo desse processo de formação como também a necessidade de formação contínua; 7) Reflexões finais, onde é feita uma consideração do impacto da Prática de Ensino Supervisionada quer a nível pessoal e profissional, e para concluir; 8) Referências bibliográficas, que utilizei para a conceção do presente documento. O choque com a realidade, assim como todos os desafios e obstáculos provenientes desta etapa tornou o Estudante-Estagiário num melhor profissional e numa melhor pessoa, transfigurando a sua prática pedagógica.

Abstract

This document alludes to the Supervised Teaching Practice Report, integrated in the second year of the master's degree in Physical Education Teaching in elementary and high school offered by Maia University (ISMAI), under the legislation regarding professional teaching qualification according to Decree Law No. 79 of May,14. The Supervised Teaching Practice was held at the Didáxis de Riba de Ave school, through the 2021/2022 school year, under the supervision of Dr. Marcelino Maciel Oliveira and with guidance from the cooperating advisor (AC), Professor Gabriel Silva and Professor Luísa Monteiro. The report consists of a set of experiences and accumulated experiences of a Physical Education Trainee Student (TS). To elaborate this document, the rules in force in the Guiding Document of the Supervised Teaching Practice of the University Institute of Maia were followed. Therefore, this report is structured in eight chapters: 1) Introduction; 2) Personal and professional framework, where the main reasons for choosing this profession are clear, as well as the initial expectations for this school year; 3) Institutional framework, which inserts the importance of supervised teaching practice and its practical context, where it was developed and explored; 4) Professional practice: since the analysis plan to the intervention plan, where the organization of the teaching and learning process, planning, realization and evaluation are reflected. 5) Participation in the school and relationship with the community, where it reports the activities performed and the impact of the experience of its performance, professional and institutional socialization and the ethical-professional component; 6) Professional development, where the difficulties experienced during this training process are exposed, as well as the need for continuous training; 7) Final reflections, where a consideration is made on the impact of supervised teaching practice both at a personal and professional level, and to conclude, 8) Bibliographic references, which were used for the conception of this document. The clash with reality, as well as all the challenges and obstacles arising from this stage made the TS a better professional and a better person, transfiguring their pedagogical practice.

Índice de Siglas e Acrónimos

AD – Avaliação Diagnóstica

AS – Avaliação Sumativa

EC - Escola Cooperante

DCE – Didáxis Cooperativa de Ensino

EE – Estudante-Estagiário

EF - Educação Física

ISMAI – Universidade da Maia

MED - Modelo da Educação Desportiva

MID – Modelo de Instrução Direta

EFC – Educação Física Criativa

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

RPES - Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

OC - Orientador Cooperante

PES - Prática de Ensino Supervisionada

1. Introdução

A realização do Relatório de Prática de Ensino Supervisionada (RPES) enquadra-se no âmbito da Unidade Curricular (UC) de Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no plano de estudos do 2.º ano do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), da Universidade da Maia (ISMAI). A PES decorreu na instituição de ensino básico e secundário denominada de Didáxis Cooperativa de Ensino (DCE) de Riba de Ave. A prática pedagógica foi realizada em turmas do 3.º ciclo (8.º ano) e ensino secundário (12.º ano). A PES é um estágio decisivo para a formação do Estudante- Estagiário (EE), na medida em que é onde o mesmo aplica todos os conhecimentos e estratégias que adquiriu durante o ano curricular. É devido à PES que o EE é dotado de habilidades, conhecimentos e vivências enriquecedoras para o seu processo de formação enquanto professor de Educação Física (EF). O maior objetivo da PES é formar profissionais.

O RPES, envolve a identificação da proficiência nas três dimensões de desempenho por parte do EE, proporcionando uma autoanálise acerca do planeamento, realização e avaliação. Neste documento, procuro refletir sobre as minhas capacidades a nível pessoal e profissional. Este ano representou uma procura pelo progresso, adaptabilidade e pelo desenvolvimento em vários domínios, referentes à própria ação docente. Segundo Cunha (2002), a PES tem como principal objetivo a formação de profissionais. É nesta formação que o professor constrói a sua performance a partir de incalculáveis referências. Entre elas estão o seu historial familiar, a sua trajetória escolar e académica, a sua convivência com o ambiente de trabalho e a sua inserção cultural no tempo e no espaço. A PES marca a fase final da formação inicial do professor. Deste modo, é com o estágio pedagógico que se dá o primeiro grande impacto dos estudantes com a prática, sendo este um momento crucial no processo de formação inicial, devido ao choque com a realidade e com a responsabilidade dos papéis pertencentes à função de professor (Albuquerque, Graça, & Januário, 2005).

Segundo (Seabra et al., 2016), a PES invoca a necessidade de uma formação inicial aclimatada às funções a desempenhar, aos níveis de ensino e às necessidades curriculares, salientando que a mesma não se encerra na formação inicial, mas suplementa-se na formação contínua, numa perspetiva de educação permanente. Refere também que a formação inicial deve recorrer ao desenvolvimento do espírito ‘crítico e atuante’ face à

realidade social, que ‘favoreça e estimule a inovação e a investigação’ e que promova ‘uma prática reflexiva e continuada de autoinformação e autoaprendizagem’.

A PES é designada como um processo bastante complexo e multidimensional, origem de aprendizagem e de desenvolvimento profissional pela socialização, na escola. Tudo aquilo que o estudante estagiário (EE) raciocina, valoriza e motiva apresenta reflexos na sua ação. Esta perspetiva fortalece a dimensão ontológica da formação e apela à análise dos reflexos que o confronto real com a docência determina (Albuquerque, Graça, & Januário, 2005), com vista a avaliar o pensamento e a ação que se desejam ver encorajados (Zeichner, 1994). Como Sá e Carreiro da Costa (2009) referem, no período do ensino supervisionado são solicitadas um grande leque de exigências do foro pessoal, social, institucional e formativo. Estas exigências determinam o resultado do confronto com diferentes mudanças ecológicas que se prendem com a passagem da instituição de formação para a escola, de aluno para professor e da teoria para a prática (Cunha, 2008). Os EE assumem novas tarefas profissionais, que os leva a viver todas as contradições e sentimentos opostos que resultam da duplicidade de papéis de ser professor e, conjuntamente, estudante (Albuquerque et al., 2005).

A organização de trabalhos deste relatório seguirá o regulamento da PES do ISMAI, procurando retratar as dimensões pessoal e profissional, o enquadramento institucional, a prática profissional, a participação na escola e a relação com a comunidade escolar e o desenvolvimento profissional e as reflexões decorrentes do mesmo. Assim sendo, o presente documento está estruturado segundo sete capítulos. O primeiro capítulo é relativo à introdução deste documento, o segundo apresenta a minha caracterização, o meu percurso e as minhas expectativas relativas à PES. O terceiro refere a importância da Prática de Ensino Supervisionada e o seu contexto prático onde foi desenvolvida e explorada, o quarto é abordado desde o plano de análise ao de intervenção. O quinto capítulo expõe as vivências mais impactantes para os EE, o papel dos mesmos na comunidade escolar, a atuação perante as situações experienciadas, os aspetos referentes à socialização profissional e institucional, a componente ético-profissional e as atividades dinamizadas pelo NPES. O sexto e penúltimo capítulo, aborda o desenvolvimento profissional, onde é exposto as dificuldades sentidas ao longo desse processo de formação como também a necessidade de formação contínua. Por último, o sétimo apresenta a conclusão, sob a forma de reflexão final sobre todo o processo e impacto da PES.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1 Uma decisão a partir do percurso

O meu nome é Ana Catarina Oliveira Ferreira, nascida a 15 de janeiro de 1997, na Póvoa de Varzim. Neste momento resídeo em Cavalões, Vila Nova de Famalicão. Sou licenciada em EF e Desporto no ISMAI e discente do último ano do MEEFEBS. Atualmente sou professora de Atividades Extras Curriculares, na empresa WLPlay, em Vila Nova de Famalicão.

Caracterizo-me como uma pessoa exigente, persistente, motivadora e, acima de tudo, uma pessoa feliz. Gosto de desafios, pois sou uma pessoa que não desiste facilmente e considero-me determinada. Preservo muito a minha família, pois são as pessoas mais importante na minha vida. Se sou a pessoa que me acabei de descrever, é muito graças a eles. São o meu pilar e a minha essência. Tudo o que conquistei e irei conquistar, devo-lhes muito a eles, pois nunca me deixam desistir e relembram-me sempre que sou capaz.

Os aspetos que mais admiro nos que me rodeiam são a organização, a pontualidade, a proatividade, a responsabilidade e sem dúvida a alegria e as energias que transmitem. Todos os que me conhecem, descrevem-me como alegre, lutadora, espontânea, focada e feliz.

O desporto surgiu na minha vida desde muito cedo e a minha família foi a primeira a incutir-me este gosto. Comecei desde bebé a frequentar a natação e posteriormente a dança entrou na minha vida em 2001. Apesar de ser nova, a dança já incutiu valores desportivos, como a responsabilidade de chegar a horas, de não faltar aos treinos e posteriormente as competições. Em conjunto com a dança, também comecei a frequentar a capoeira. Durante este período da minha vida, aprendi a expressar os meus sentimentos através do movimento, a lidar com imensas experiências emocionais e além disso tornou-me mais disciplinada. Mas a competitividade desportiva começou quando eu tinha 10 anos de idade. Foi sem dúvida a fase mais bonita da minha vida. Escolhi a modalidade de voleibol, para também fazer parte do meu currículo desportivo. Joguei para o AVC (Atlético Voleibol Clube) durante oito anos consecutivos, onde também joguei maior parte deles como federada, tendo conquistado o 3º lugar nos nacionais, na minha penúltima época. Nesta casa, sim casa, pois era a minha segunda casa, aprendi lições de vida, aprendi valores que me definem como pessoa até ao fim da minha vida. Foi naquele pavilhão que passei maior parte da minha adolescência. Escolhi ser atleta, em vez de sair à noite com amigos, ou de ir tomar café, ou até mesmo participar nas viagens de finalistas.

Havia quem me chamasse de tola, por não estar a aproveitar certas fases da minha vida, mas ainda bem que não aproveitei, porque sei que ser atleta é sem dúvida a fase mais gratificante e importante do nosso percurso. Os que me chamavam de tola, nunca vão saber o que é espírito de sacrifício, nunca saberão o que é chorar de emoção, nunca saberão controlar dores e emoções, como se aprende a controlar, nunca saberão o que é não dormir antes de um jogo importante, nunca saberão o que é confiar em alguém como nós confiamos, porque “- se a bola passa acima do ombro não é tua”, porque nunca saberão o que é ter segundos pais, onde nos ensinam valores que levamos para o resto da vida, nunca saberão abdicar de meras coisas da vida, nunca saberão os valores importantes que aprendemos para sermos melhores pessoas, mais humanos e melhores profissionais. Se soubessem...nunca teriam escolhido não serem atletas. Olhando para trás, sei que estes anos que “vivi” naquele pavilhão, fizeram de mim a pessoa que sou hoje. Uma pessoa com princípios, respeito pelo próximo, alguém que sabe dominar as suas emoções, aprendi a lidar com a perda, saber ouvir, entre tantas outras coisas, que me formaram enquanto pessoa. Porém, tive que deixar a casa que me viu crescer, segui novos caminhos e novas fases da vida, mas nunca esquecendo o que me foi ensinado e tudo o que vivi, pois se um dia me esquecer disto, nunca poderei lembrar-me de mim.

Como tive sempre presente o desporto na minha vida, queria fazer disso a minha vida toda. Desde muito jovem que sempre disse que queria ser Professora de Educação Física. Sempre tive o apoio total da minha família e assim foi, em 2016 realizei os pré-requisitos na Universidade do Porto – Faculdade de Desporto. Nesse mesmo ano inscrevi-me na licenciatura de Educação Física e Desporto, no ISMAI, onde permaneci 3 anos. Este período foi intenso, árduo, mas muito gratificante. Contudo, o que eu esperava mesmo era frequentar o mestrado de ensino, pois era nessa área que me revia. No segundo ano de licenciatura, consegui começar a trabalhar nas AEC`s, o que era fundamental para o meu percurso, pois eram horas que realizava, para futuramente ser professora.

No ano letivo 2018/2019 terminei a licenciatura, foi um momento extremamente importante para mim, no sentido em que, além de estudante, já estava a trabalhar. Durante todos estes anos, dediquei-me ao meu futuro e sem dúvida que toda a dedicação é sempre recompensada. Exercer funções na área do ensino (nas AEC`s) e o facto de estudar em paralelo, permitiu-me aprimorar questões pedagógicas e criar uma identidade profissional mais sólida, com a certeza de ter escolhido o futuro certo.

Atualmente frequento o MEEFEBS, no ISMAI. Sinto-me orgulhosa por ter chegado até aqui, que era sem dúvida alguma o meu maior objetivo desde muito cedo.

Sinto-me realizada pela caminhada que percorri e de tudo o que construí e conquistei até hoje, com a certeza que há muito mais por vir, mais sonhos a serem realizados. Apenas existem três grandes passos para conquistar os nossos sonhos: querer, tentar e nunca desistir.

“A vida é feita de sonhos, escolha os seus e faça deles a razão dos seus dias”. Alexandra Zulpo

2.2 Expectativas iniciais

O ano letivo 2021/ 2022, para mim, foi um ano bastante desafiante e emotivo e por isso, as expectativas em relação ao mesmo são bastante elevadas e exigentes. No que diz respeito à escola, estava bastante satisfeita, pois era a minha primeira opção e esperava corresponder da melhor forma à exigência, objetivos e rigor da instituição. Visualizava um ano de grande desenvolvimento pessoal, evolução, espírito de equipa, e com variadas e únicas experiências. Relativamente ao meu núcleo de estágio, que é formado por mim e pelos meus colegas, Carla Alves e Marcelo Pacheco, pretendia desenvolver a união, o espírito de equipa e o companheirismo. Tinha a certeza que faríamos um ótimo trabalho juntos. Sentia-me otimista para começar este novo ano letivo, e como expectativas, relativamente aos alunos que iria encontrar, acreditava que estes se sintam confiantes e motivados para este novo ano. Desejava conseguir manter sempre a segurança dos mesmos, bem como, controlar, ensinar e reeducar comportamentos e atitudes no sentido de adotarem um estilo de vida mais ativo. Um dos meus objetivos, passava por transmitir os benefícios da nossa disciplina e também conseguir com que os mesmos mudassem os hábitos menos saudáveis. Quanto as expectativas pessoais, estas também eram bastante rigorosas. Sei que o caminho não iria ser fácil, mas as batalhas mais difíceis, no fim, têm sempre um sabor mais especial. Sou muito exigente comigo mesma e julgava que este ano a minha determinação e motivação caminhariam comigo, lado a lado. Pretendia evoluir e aprender, e por esse motivo sei que o meu percurso é repleto de fases difíceis e desafiantes. Após alguns anos de formação na área, já imaginava que conseguia colocar em prática os conhecimentos adquiridos até ao momento. Outro objetivo pretendido era, tornar-me numa profissional mais capaz, a nível de conhecimentos e confiança, pois pretendia todos os dias ser sempre melhor. Que em cada situação me permitisse progredir e criar a minha própria identidade enquanto docente

versátil, comprometida, inovadora, criativa, entusiasta, responsável, solidária, respeitadora e companheira.

Pelo descrito, experienciei a PES como uma necessidade de sentir verdadeiramente o que significava lecionar em ambiente escolar e poder chegar ao fim desta experiência com a sensação de que realmente era isto que queria fazer para o resto da minha vida

3. Enquadramento Institucional

3.1 A importância da PES

Enquanto EE, a PES é um momento de extrema relevância para o nosso percurso, sendo este o primeiro contacto com a realidade profissional. O seu objetivo é desenvolver as capacidades profissionais que promovam nos futuros professores um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências desta profissão.

Segundo Albuquerque et al. (2013), a PES fundamenta-se na aquisição de competências profissionais e a sua consequente articulação de conhecimentos com a formação de base. A PES designa-se por uma acoplagem de saberes, capacidades e disposições que são indispensáveis para o favorecimento de processos de ensinar e de aprender, em diferentes níveis, contextos e modalidades de ensino. Contudo, toda a PES se encontra condicionada pelo nível de envolvimento e de participação do EE em todas as fases da atividade formativa, assim como pela natureza dos conhecimentos que estão em jogo na construção e reconstrução de conhecimento para o ensino.

No primeiro momento da PES, deparamo-nos com a nova realidade de intervenção, conhecimento dos alunos e da escola, contribuindo para a recolha de informações necessárias para a elaboração do planeamento, implementação e a gestão das práticas pedagógicas. Com isto, torna-se importante o EE se sentir acompanhado para refletir sobre as práticas, assumindo as críticas de forma construtiva para alcançar o objetivo de se tornar mais proficiente na sua área. Este contacta com as diversas funções de um professor, percecionando todos os desafios inerentes a esta profissão, aprendendo e responsabilizando-se para ser melhor (Marcon et al. (2013).

O estágio supervisionado, segundo Dalla Corte et al., permite ao EE conhecer, analisar e refletir sobre seu ambiente de trabalho. Para o seu futuro, o estagiário necessita enfrentar teorias aprendidas, reflexões da prática observada, de experiências pelas quais

passou, das conceções que carrega sobre o que é ensinar e aprender.

3.2 A PES no ISMAI

O ISMAI, através da formação académica, possibilita aos alunos a realização da PES. Esta está inserida como unidade curricular, no segundo ano do MEEFEBS e o respetivo 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, que determina as condições de obtenção de habilitação profissional para a docência.

A Didáxis de Riba de Ave é a escola cooperante (EC), onde se realiza a PES, esta tem um protocolo com o ISMAI, com as condições previstas no decreto-lei anteriormente indicado.

O grande objetivo da PES visa a integração do Estudante-Estagiário (EE) nos contextos de docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento das competências profissionais no âmbito do ensino da Educação Física nas seguintes áreas de desempenho: (1) Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; (2) Participação na Escola e Relações com a Comunidade; (3) Desenvolvimento Profissional; como refere o documento orientador da PES 2021/20222.

Na escola cooperante, é esperado que o EE desempenhe diferentes funções e atividades, tais como o que envolve o contexto de aula e lecionação, departamento curricular /grupo disciplinar, direção de turma e o desenvolvimento de um Seminário. Os EE são avaliados pela observação de aula por parte do OC e do Supervisor (SP), assim como a recolha de perceções acerca dos saberes, pelo comportamento, postura, atitudes e forma como se relaciona com a comunidade escolar. Além destes, o Seminário, o dossier da PES, os documentos elaborados, as autoavaliações e o RPES que fazem parte do vasto leque de atividades desenvolvidas e avaliadas.

Os principais intervenientes da PES são o ISMAI, a escola, o EE, a equipa de supervisão e o OC. No ano letivo 2021/2022, os elementos que constituíram esta unidade curricular foram p SP, 26 OC, 26 escolas cooperantes (EC) e 76 EE.

3.3 A escola cooperante: lugar de prática

Entre 1975 e 1987, a Didáxis Cooperativa de Ensino (DCE) exerceu as suas primeiras atividades nas instalações do Externato Delfim Ferreira. No decorrer destes anos, mais precisamente, dois anos depois (1977), concretizou a compra de um terreno na Quinta da Agra, em Riba de Ave, para implantação das suas próprias instalações, o que veio a acontecer, de forma definitiva, no ano letivo de 1987/1988. A escola decidiu alargar as suas instalações e construíram uma escola em Vale São Cosme, que visavam superar as carências identificadas ao nível do 2.º e 3.º ciclo do Ensino Básico e Ensino Secundário. Assim, no ano letivo de 1987/1988, entra em funcionamento a Didáxis – Vale São Cosme, porém apresentou o seu término no final do ano letivo 2018/2019. Devido a este acontecimento, cerca de 500 alunos passaram a frequentar as instalações de Riba de Ave. Esta decisão visou proteger o futuro do projeto educativo que foi afetado com o corte do Estado nos contratos de associação com o ensino privado e cooperativo.

O ensino na Didáxis era tradicionalmente gratuito, uma vez que os custos eram financiados pelo Estado no âmbito de “Contrato de Associação”. No ano letivo 2017/2018, na sequência da decisão tomada pelo Ministério da Educação, aquele financiamento apenas abrangeu as turmas de 5.º, 9.º e 12.º ano de escolaridade, iniciando-se, por isso, uma turma de 7.º ano com financiamento privado. Ainda na sequência desta decisão, a Didáxis - Vale de São Cosme, em 2019, cessou funções e foram transferidos os seus recursos humanos e materiais para a DCE. A escola Didáxis de Riba de Ave contém seis autocarros e três carrinhas, onde cada um realiza um percurso diferente, todos as manhãs e no final das aulas, para transportar os alunos para as aulas e às suas residências. O seu interior, é composto por blocos de aulas, pavilhões desportivos, cantinas, polivalente, bares, zonas de lazer, oficinas, secretaria, conselho pedagógico, salas de professores, campos exteriores, parques de estacionamento. A escola apresenta diversas zonas verdes, campos de jogos e recreios ao ar livre, onde os alunos ocupam os seus tempos livres, a praticar atividades lúdico-desportivas permitindo o seu desenvolvimento motor e também social.

Quanto aos espaços desportivos, a escola também apresenta dois pavilhões gimnodesportivos, sendo que um está direcionado a todas as turmas do ensino regular e certas turmas do ensino profissional, o qual se divide em 3 partes, para a prática de modalidades de desportos coletivos e também para modalidades de desportos individuais. Contém também uma parede de escalada. O segundo pavilhão contém uma vertente mais

específica, relacionado com o fitness e musculação e também uma sala de espelhos (dança). Ambos os pavilhões contêm balneários (dois masculinos e dois femininos). A escola conta também com um campo de relva sintética exterior com as dimensões de um campo de futebol 11, um campo de futsal e uma pista de atletismo, onde inclui uma caixa de areia. No que se refere à Educação Física, a carga horária para todos os anos de escolaridade está fixada nos 110 minutos semanais, e ocorre uma vez por semana.

A Escola Didáxis de Riba de Ave não possui do roulement, devido a não necessitar, pois contém de vários espaços para a atividade física e o número de aulas que decorrem ao mesmo tempo, não justifica a posse do mesmo.

Quanto ao material da escola, este permanece em bom estado e em muita quantidade, o que permite dar resposta a todas as turmas e professores.

A escola é composta por órgãos administrativos divididos em duas secções. Sendo cada uma dividida em subcategorias: Órgãos da Cooperativa de Ensino: a) Direção Administrativa b) Mesa da Assembleia Geral c) Concelho Fiscal; Órgãos da Escola: a) Direção Pedagógica. Para o funcionamento da Didáxis de Riba de Ave, são necessários recursos humanos onde podemos contar com um Corpo Docente (48 professores), Não Docentes (36 colaboradores) e alunos (518 – Ensino Regular: 146 / Ensino Profissional: 372).

A oferta educativa desta escola é diversificada, abrangendo o ensino regular e o ensino profissional. O ensino regular é composto pelo 2º ciclo (5º e 6º ano), 3º ciclo (7º, 8º e 9º ano) e Secundário. Para o último ciclo de ensino existem duas grandes áreas de escolha: Cursos científico-humanísticos (Ciências e tecnologias/ Ciências Socioeconómicas/ Línguas e Humanidades) e Curso científico-tecnológico (Planos Próprios-Curso Financiado pelo POCH: Desporto e Dinamização da Atividade Física). Dentro do Ensino Profissional existem sete opções de cursos que os alunos podem escolher: Técnico/a de Desporto; Técnico/a de Geriatria; Técnico/a de Mecatrónica Automóvel; Técnico/a de Manutenção Industrial, variante Eletromecânica; Técnico/a de Eletrónica, Automação e Computadores; Técnico/a de Restauração; Técnico/a Comercial. Para enriquecer a comunidade escolar, a escola dispõe de um “Cambridge School”, de carácter opcional, estando disponível para toda a comunidade, abrangido a idade escolar, adultos, cursos intensivos e formação Individual.

A escola rege-se por um ensino por período, à qual se juntam cinco momentos de avaliação (dependendo da disciplina), sendo estes divididos de diferentes formas. As avaliações remetem-se para o conhecimento, questões de aula/relatórios/ trabalhos/

atividades práticas, oralidade, portefólio e atitudes e valores. Dividem a avaliação da seguinte forma: 1º Período: igual à média dos resultados por critério; 2º Período: 40% (resultados por critério do 1º período) + 60% (resultados por critério do 2º período); 3º Período: 25% (resultados por critério do 1º período) + 35% (resultados por critério do 2º período) + 40% (resultados por critério do 3º período).

3.3.1 As minhas turmas

No início deste ano de PES, foi atribuída uma turma a cada um dos EE do NPES e a mim ficou selecionada a turma do 8º1. Posteriormente, no 2º período, comecei a lecionar a turma 12º1.

3.3.1.1 A turma 8º1

Das vinte e duas fichas de caracterização analisadas, verificou-se que esta turma é constituída por 22 alunos, 15 do género feminino e 7 do género masculino, com idades compreendidas entre os 12 e os 14 anos. Deste modo, existem sete alunos com 12 anos (32%), catorze alunos com 13 anos (64%) e apenas um aluno com 14 anos (4%). Os alunos, em geral, mostraram interesse e gosto pela atividade física, e isso justifica as classificações atribuídas no ano letivo 2020/2021, sendo que 64% obteve de nota final 4 valores e 36% 5 valores. Contudo existem alunos que não se encontravam motivados para a prática do exercício, o que tornava as aulas menos dinâmicas e motivadoras. Uma causa para esta problemática deve-se ao ano atípico que passamos e a atividade física, obrigatoriamente, teve impacto neste processo, sendo que para 36% dos alunos a atividade física reduziu, porém 41% mantiveram-se e incrivelmente 23% dos alunos afirmam que a sua atividade física aumentou. A turma manifestava muita vontade na realização do jogo e menos disposição para as abordagens técnicas. Consegui verificar que a maioria dos alunos (68%) referiu não ter qualquer problema de saúde. Todavia, os restantes alunos apresentavam um problema de saúde como asma, bronquite, problemas de coração e desvio na coluna. Neste sentido tive de ter especial atenção com estes alunos apenas porque podiam ser condicionados na sua prestação. Este inquérito permitiu-me ainda aferir as disciplinas preferidas, onde se destacou a matemática. Já como disciplina que os alunos encontram maior dificuldade é o português. Quanto à Educação Física,

destacou-se como modalidade preferida o futebol e o basquetebol e a resposta coincide na pergunta das modalidades que os alunos gostariam de lecionar no decorrer do ano letivo. Como as menos apreciadas, os alunos mencionaram também o futebol e o voleibol. Quanto ao pequeno-almoço, 68% da turma afirmou que tomam o pequeno-almoço todos os dias, 27% não toma e 5% não responderam à pergunta. Cerca de 32% dos alunos almoçavam todos os dias na escola, 59%, almoçavam às vezes, 5% nunca almoçavam e por fim 4% almoçava raramente. Maior parte dos alunos (64%) afirmavam que dormiam 8 horas por dia. Com estes inquéritos, também percebi que apenas 39% dos alunos (9 alunos) praticavam um desporto federado, sendo o desporto rei o futebol. Todos os alunos declaravam que gostam de educação física, apesar de muitos não praticarem desporto nos seus tempos livres. Apesar disso, sete alunos remetem que o objetivo das aulas é praticar desporto. Para finalizar este inquérito, os alunos selecionaram as qualidades mais importantes dos professores, sendo que a qualidade que mais se destaca é a simpatia do professor e a que menos acham relevante é o professor ser culto.

Durante as primeiras aulas, abordei o Fit Escola e relativamente aos resultados obtidos, estes demonstraram que a turma apresenta um nível saudável, com média de 2,16. Com a realização destes testes e já com o decorrer das aulas pude verificar que estava na presença de uma turma heterogénea, pelo que no planeamento das aulas tive de adaptar o processo de ensino e aprendizagem a todos os alunos, de maneira a facilitar a compreensão e de forma a estes atingirem os objetivos que eram pretendidos.

A necessidade de uma EF onde haja uma maior participação dos alunos e o gosto pela prática é atualmente um desafio que a disciplina encontra e um estímulo para promover uma boa prática aos alunos.

A turma do 12º1, apresentou uma média final de 4,3 valores.

3.3.1.2 A turma 12º1

Das quinze fichas de caracterização analisadas, verificou-se que esta turma é constituída por 15 alunos, 6 do género feminino e 9 do género masculino, com idades compreendidas entre os 17 e os 18 anos. Deste modo, existiam 14 alunos com 17 anos (93%) e apenas 1 aluno com 18 anos (7%). Os alunos, em geral, mostravam interesse e gosto pela atividade física, e isso justifica as classificações atribuídas no ano letivo 2020/2021, sendo que 53% obteve de nota final de 20 valores, 33% com 19 valores, 7% com 18 valores e com a mesma percentagem, 17 valores. Os alunos do 12º1, eram bastante

empenhados e demonstravam um gosto e interesse pela atividade física, e podemos reparar que, 53% dos alunos afirmavam que a sua atividade física manteve-se, 20% aumentaram e apenas 27% referiram que reduziram.

Consegui verificar que a maioria dos alunos (73%) referiu não ter qualquer problema de saúde. Todavia, os restantes alunos apresentavam um problema de saúde como asma, problemas oncológicos e alergias. Neste sentido detive uma especial atenção com estes alunos, todavia a aluna que referiu que apresentava problemas oncológicos, possuía de um atestado médico, que a impossibilitava de realizar as aulas de educação física. Por isso, a avaliação desta aluna, foi ajustada e planeada de forma diferente, como a realização de trabalhos. Este inquérito permitiu-me ainda aferir as disciplinas preferidas, onde se destacou a educação física. Já como disciplina que os alunos encontravam maior dificuldade é matemática. Quanto à Educação Física, destacou-se como modalidade preferida o futebol e a resposta coincide na pergunta das modalidades que os alunos gostavam de lecionar no decorrer do ano letivo. Como as menos apreciadas, os alunos mencionaram a ginástica. Quanto ao pequeno-almoço, 100% da turma afirmou que tomavam o pequeno-almoço todos os dias. Cerca de 80% dos alunos raramente almoçavam na escola e 20% almoçavam raramente. Dormiam 8 horas por dia, 73% dos alunos, porém 27% afirmavam que não. Com estes inquéritos, também compreendi que apenas 7 alunos praticavam um desporto federado, sendo o desporto rei o futebol. Todos os alunos declararam que gostam de educação física, apesar de muitos não praticarem desporto nos seus tempos livres. Quanto ao objetivo das aulas, existiu uma maior incidência para o divertimento dos alunos. Para finalizar este inquérito, os alunos selecionaram as qualidades mais importantes dos professores, sendo que a qualidade que mais se destaca é a simpatia do professor e a que menos acham relevante é o professor ser exigente.

A turma do 12º1, apresentou uma média final de 19,8 valores.

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

O NPES onde estava inserida era constituído por mim, pela Carla Alves e o pelo Marcelo Pacheco, assim como os nossos OC, professor Gabriel Silva e a professora Luísa Monteiro e o SP Doutor Rui Marcelino. Estes foram fundamentais, no decorrer desta formação, tendo como principal objetivo auxiliar a integração do EE na escola cooperante, assim como a experiência cultural profissional escolar.

Os nossos orientadores cooperantes, foram extremamente cruciais na minha aprendizagem e evolução, que fui submetida neste ano letivo. Quanto aos meus colegas, Carla e Marcelo, foram elementos imprescindíveis para um ano de sucesso, onde passamos por dificuldades, receios, angustias e ajudamo-nos cada dia que passou a sermos melhores profissionais e pessoas. Contudo, tenho que salientar o trabalho de equipa que eu e a Carla mantivemos ao longo do processo. Senti que éramos uma só e que constantemente “remávamos” todos os dias para alcançar objetivos que ambas ansiávamos. Não só ganhei uma companheira, como uma amiga, onde todos os dias arranjàvamos forma de nos motivar mutuamente. Não tenho dúvidas que toda a comunidade escolar, notaram toda a nossa cumplicidade e a boa capacidade que tivemos em trabalhar como equipa, deixando uma marca na escola.

Remetendo novamente ao NPES, destaco que o nosso núcleo continha diferentes personalidades e diferentes potenciais de cada um, o que enaltecera a versatilidade do nosso núcleo, assim como a capacidade adaptativa. Eu, ligada mais à área da dança e do voleibol, a Carla relacionada à nataçã e o Marcelo com muita experiênci na área do futebol. Eu e a Carla tínhamos outras experiênci, pois já trabalhávamos na área do ensino, nas AEC`S, o que nos facilitou certos processos de adaptaçã.

Detivemos o privilégio de sermos orientados por dois orientadores cooperantes, que nos ajudaram enquanto EE, durante os períodos de realizaçã da PES, de acordo com as orientações gerais originadas pelo ISMAI, respeitando o Projeto Educativo e o Plano anual de Atividades do CT. A professora Luísa Monteiro, orientou-nos durante todo o ano letivo, enquanto que o professor Gabriel Silva acompanhou-nos durante o 2º e 3º período, por estar em licença de paternidade, durante o 1º período. Enquanto EE e OC adquirimos muitos momentos de discussã que foram importantes para a obtençã das melhores estratégias. Os nossos OC estiveram sempre dispostos a ajudar, com a máximi exigênci para connosco e querendo sempre a nossa evoluçã. Acompanharam-nos sempre em todas as ideias que tivemos, forneceram-nos documentos estruturantes da escola cooperante, como a oportunidade de participaçã nas várias atividades de desenvolvimento das funções relativas ao desenvolvimento curricular.

Realizamos reuniões após as aulas de todos os elementos do núcleo, onde realizávamos reflexões, críticas construtivas, trocas de experiênci, sugestões de melhoria, auxílio na procura pelas soluções ou estratégias, entre outras, onde foram fundamentais para a melhoria da nossa atuaçã.

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

4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1 Conceção de ensino

Roldão (2007) refere que a distinção do professor e de outros profissionais é o saber científico. Neste sentido, a forma como intervimos foi muito baseado no que acreditamos ser o mais adequado para os nossos alunos, considerando estes últimos anos de formação académica na área do ensino. Todas as vivências marcam-nos de tal forma que foi possível criar uma ideia do que desejámos ou não ser, dos caminhos a percorrer, conciliando as convicções com possíveis expectativas na tentativa de evoluirmos no desenvolvimento da nossa atividade.

No início deste ano letivo, nos primeiros dias de setembro de 2021, apresentei-me na DCE, para a primeira reunião do NPES. Comecei o dia com algum nervosismo e ansiedade, onde se tornou um dia memorável, por ser o início de uma etapa crucial no meu futuro, o abrir de portas para a concretização de um grande objetivo da minha carreira profissional. Durante a semana inicial, conhecemos todas as características da escola, especificidades da disciplina e o modo como a teríamos de planear e lecionar ao longo do ano. Em conjunto com a orientadora, definimos o planeamento anual para a disciplina de EF, com as modalidades a serem implementadas em cada período, considerando as características gerais, as diretrizes enunciadas, as aprendizagens essenciais, o contexto específico de cada turma e o PNEF. Este é um documento extremamente relevante para a EF, é uma referência que cria conformidade entre o trabalho desenvolvido pelos professores e alunos, considerando os diferentes ciclos de ensino e respetivos anos, adaptados ao contexto escolar e da turma. No decorrer das reuniões do NPES, também nos foram atribuídas as turmas, e apresentadas, pela OC.

4.1.1.1 Modelos de Ensino

Quando me deparei nesta realidade da prática, era notório a desmotivação, a falta de atividade desportiva extracurriculares e a falta de predisposição para as aulas. Existem inumeráveis modelos de ensino que o professor de EF tem ao seu dispor. Ao longo do ano fui implementando alguns modelos conforme as modalidades que estávamos a lecionar, contudo alguns não executei na íntegra, mas fui adotando algumas

características que achei pertinente e adequada aos diferentes contextos. O modelo mais utilizados foi o Modelo de Educação Desportiva (MED), mas também utilizei o Modelo Instrução Direta (MID), no primeiro período para uma adaptação e a Educação Física Criativa (EFC).

A metodologia para lecionar no 1º Período foi o MID. Junto com o meu núcleo de estágio e a orientadora do mesmo, optamos que utilizaríamos o MID, devido ao não conhecimento da turma. Metzler (2021), afirma, que é possível e relativamente fácil de usar feedback para melhorar a gestão do tempo e da turma e para aumentar a participação dos alunos, visto que estamos a ter um primeiro contacto.

No 2º Período, utilizamos a EFC, por fazer parte do nosso projeto de intervenção, no âmbito da unidade curricular de Projetos de Intervenção I do 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário e supervisionado pelo professor doutor Rui Marcelino para sua aplicação. Como referi anteriormente, a escassez de motivação foi o que mais me preocupou, no primeiro impacto. Posto isto, o nosso núcleo acreditou que com a aplicação da Educação Física Criativa, como um modelo de ensino diferenciado dos outros, a escola e, conseqüentemente, os alunos beneficiariam deste processo. Pretendia que os alunos encontrassem uma maior motivação para a prática. Como professores de educação física, a nossa missão também passa pelo ato de motivar e adquirir competências como a autoestima, autonomia, confiança, autoconfiança, respeito, fair-play e muitas outras características, que sinto que os jovens têm vindo a perder. Pretendia com este modelo, que os meus alunos conquistassem mais skills, nomeadamente a autonomia, a participação, a motivação, a assiduidade e o espírito de equipa.

Nas modalidades de atividades rítmicas expressivas (8º ano e 12º ano), basquetebol (12º ano), orientação (8º e 12º ano) e atletismo (8º e 12ºano), o MED foi a metodologia que considerei mais eficaz no ensino aprendizagem, facilitando a instrução e a gestão da aula. Os alunos mostraram predisposição e entusiasmo para as aulas, logo sentiam-se autónomos e capazes e conseqüentemente o clima da aula revelou-se muito positivo. A minha turma do ensino secundário apresentava autonomia e apresentavam uma boa capacidade a nível teórico e prático, sobre as modalidades. Optei por escolher o MED, porque se define num modelo que diminui fatores de exclusão por partes dos alunos. “É preocupação do modelo diminuir os fatores de exclusão, procurando equilibrar a oportunidade de participação de todos, independentemente do sexo ou nível de desempenho” (Hastie, 1998). Cada vez menos, os jovens têm menos autonomias e

capacidades de tomar decisões, e isto, também é um dos fatores pelo qual escolho este modelo de ensino. Por consequência, também é um modelo que proporciona o divertimento e a competição. “O MED manifesta o elevado protagonismo conferido aos alunos no processo de ensino-aprendizagem chamando-os a assumir decisões e resolver problemas, transformando alunos passivos em aprendizes ativos (Smither & Zhu, 2011). Esta autonomia requer a responsabilização dos alunos em todas as tarefas desenvolvidas sob o risco de se verificarem comportamentos desviantes, quer a nível disciplinar, quer a nível da alteração dos valores, numa valorização excessiva do resultado da competição” (Metzler, 2000).

4.1.2 Planeamento

A palavra planear compreende na seleção e ordenamento dos objetivos e dos conteúdos programáticos, tendo em consideração as condições locais (pessoas, espaços e materiais) e temporais (número de horas) (Bento, 1987). O planeamento, como indicado por Bento (2003), constitui um exercício e uma afirmação de conhecimento específico de competência didática e metodológica específica. Querendo com isto referir, todos os aspetos relevantes ligados ao processo de planear e também do conhecimento específico de determinada disciplina ou matéria.

“O ato de planear está presente na história da humanidade desde as mais remotas épocas. Nas comunidades primitivas, o homem refletia sobre as estratégias que utilizaria para caçar, pescar, coletar frutos e defender-se das tribos rivais”. (Mira et al., 2003)

4.1.2.1 Planeamento anual

O planeamento anual é uma ferramenta valorativa, onde nos ajuda a ter um trabalho mais organizado, onde conseguimos gerir e contextualizar todo o ano de trabalho, assim como a elaboração das respetivas planificações de período, das UD e das próprias aulas. Segundo Bento (1987) trata-se de uma perspetiva global que procura situar e concretizar o programa no local e nas pessoas envolvidas. O primeiro passo do planeamento é a elaboração do plano anual, que nos emite noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo, uma compreensão e domínio

aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade (Bento, 2003). A sua conceção implica a realização sequencial de cinco tarefas: 1) Análise das modalidades programáticas do ano em questão, para tomar decisões sobre a melhor forma de fazer o procedimento de cada modalidade; 2) Distribuição das unidades de ensino pelos períodos do ano escolar; 3) Definição de momentos especiais, como o corta mato, torneios inter-turmas, visitas de estudo, etc.; 4) Inventário dos recursos necessários; 5) Definição geral dos momentos e modalidades de avaliação (Quina J., 2009).

Elaborei o planeamento anual dividido pelos 3 períodos, com a indicação do número de aulas de cada turma em cada um dos períodos, assim como as modalidades que seriam abordadas pelos diferentes ciclos de ensino ao longo do ano. As minhas turmas, 8º1 e 12º1, apenas tinham uma aula semanal de duas horas, à sexta-feira.

Em conjunto com os OC, foram selecionadas as modalidades a implementar. Para o 8º1 ao longo deste ano letivo tive 63 aulas disponíveis, para a lecionação das aulas do 8º1., no 1º período as modalidades destinadas foram o Fit Escola, basquetebol e badminton. Relativamente ao 2º período foram o Fit Escola, educação física criativa e atividades rítmicas expressivas e para finalizar, no 3º período foram o Fit Escola, orientação e atletismo.

Em conjunto com o núcleo da PES e a orientadora de estágio, decidimos que primeiramente iríamos abordar o basquetebol. Optamos por abordar todos a mesma modalidade para que, numa primeira fase trabalhássemos em equipa. Para a escolha das restantes modalidades, estas estão de acordo com o planeamento da escola e com as aprendizagens essenciais. A nossa orientadora, referiu que algumas modalidades não poderiam ser abordadas, porque a turma já teria lecionado no ano anterior e devido às regras do Covid-19. Para o 8º ano, as aprendizagens essenciais, remetem que devemos abordar seis matérias no nível de introdução. Como já referi, as modalidades do primeiro período foram escolhidas pela professora cooperante. No segundo período abordei a educação física criativa, porque foi o projeto que escolhemos para implementar na escola. Por último lecionei atividades rítmicas expressivas, porque iríamos realizar o evento “Didáxis-Dance” e assim os alunos poderiam contar com as aulas para treinarem para este dia. Contudo, esta atividade não foi possível ser realizada devido ao Covid-19 estar a alastrar. Quanto ao terceiro período, optei pela orientação devido ao evento “Paddy-paper” e o dia radical que realizamos no último dia de aulas. Por fim, realizei a modalidade de atletismo devido ao planeamento escolar e às condições climatéricas que nos possibilitaram de permanecer no exterior.

Para o 12º1, no 2º período, as modalidades abordadas foram o basquetebol e atividades rítmicas expressivas, e para finalizar, no 3º período foram Fit Escola e atletismo.

Ao longo destes últimos períodos, para a turma do 12.1, tive 38 aulas disponíveis, para a lecionação das aulas. Estas foram distribuídas por várias modalidades que foram abordadas ao longo do 2º período e do 3º período.

Em conjunto com o orientador, Gabriel Silva, decidimos abordar primeiramente o basquetebol, pois é uma modalidade que os alunos ansiavam abordar, por nunca terem oportunidade de a vivenciar anteriormente. Para a escolha das restantes modalidades, estas estão de acordo com o planeamento da escola e com as aprendizagens essenciais. No segundo período abordei as atividades rítmicas expressivas, devido também ao evento “Didáxis-Dance”, que não se realizou. Por fim, lecionei a modalidade de atletismo.

No planeamento anual também requerem as avaliações diagnósticas a todas as modalidades. Optei por realizar uma avaliação diagnóstica (AD) com o objetivo de conhecer o nível da turma, para posteriormente ser mais fácil de definir objetivos, na planificação das Unidades Didáticas.

	SET.	OUT.	NOV.	DEZ.	JAN.	FEV.	MAR.	ABR.	MAI.	JUN.
3F						1	1 Carnaval			
4F	1			1 Feriado		2	2			1
5F	2			2		3	3			2
6F	3	1 Basquetebol		3 Desporto Adaptado		4 EFC	4 Dança	1 AS Dança/ Auto e Hétero Avaliação		3 AS Atletismo/ Auto e Hétero Av.
SÁB	4	2		4	1	5	5	2		4
DOM	5	3		5	2	6	6	3	1	5
2F	6	4	1 Feriado	6	3	7	7	4	2	6
3F	7	5 Feriado	2	7	4	8	8	5	3	7
4F	8	6	3	8 Feriado	5	9	9	6 DidáxisDance / FIM 2ºP	4	8
5F	9 Início 1º P	7	4	9	6	10	10	7	5	9 Dia Radical/ Fim 3º P
6F	10 Apresentação	8 Basquetebol	5 Integrate English/ AD Bad	10 AS Badminton Auto e Hétero Av.	7	11 EFC	11 Dança	8	6 Orientação	10
SAD	11	9	6	11	8	12	12	9	7	11
DOM	12	10	7	12	9	13	13	10	8	12
2F	13	11	8	13	10 Início 2º P	14	14	11	9	13
3F	14	12	9	14	11	15	15	12	10	14
4F	15	13	10	15	12	16	16	13	11	15
5F	16	14	11	16	13	17	17	14	12	16
6F	17 FitEscola	15 Basquetebol	12 Badminton	17 Act. Natal/ Fim 1º P	14 ISOLAMENTO PROFILÁTICO	18 EFC	18 Dança	15	13 PeddyPaper	17
SAD	18	16	13	18	15	19	19	16	14	18
DOM	19	17	14	19	16	20	20	17	15	19
2F	20	18	15	20	17	21	21	18	16	20
3F	21	19	16	21	18	22	22	19 Início 3ºP	17	21
4F	22	20	17	22	19	23	23	20	18	22
5F	23	21	18	23	20	24	24	21	19	23
6F	24 FitEscola/AD basquetebol	22 Basquetebol	19 Badminton	24	21 EFC	25 EFC	25 Dança	22 Fit Escola	20 AD Atletismo	24
SAB	25	23	20	25 Natal	22	26	26	23	21	25
DOM	26	24	21	26	23	27	27	24	22	26
2F	27	25	22	27	24	28	28	25 Feriado	23	27
3F	28	26	23	28	25	29	29	26	24	28
4F	29	27	24	29	26 Act. idosos		30	27	25	29
5F	30	28	25	30	27		31	28	26	30
6F		29 AS Basquetebol	26 Badminton	31	28 EFC			29 AD Orientação	27 Atletismo	
SAB		30	27		29			30	28	
DOM			28		30				29	

Figura 1- Plano anual do 8º1

	SET.	OUT.	NOV.	DEZ.	JAN.	FEV.	MAR.	ABR.	MAI.	JUN.
3F						1	1 Carnaval			
4F	1			1 Feriado		2	2			1
5F	2			2		3	3			2
6F	3	1 Basquetebol		3		4 Basquetebol	4 Dança	1 AS Dança/ Auto e Hetero Avaliação		3 AS Atletismo/ Auto e Hetero Av.
SÁB	4	2		4	1	5	5	2		4
DOM	5	3		5	2	6	6	3	1	5
2F	6	4	1 Feriado	6	3	7	7	4	2	6
3F	7	5 Feriado	2	7	4	8	8	5	3	7
4F	8	6	3	8 Feriado	5	9	9	6 DidaxisDance / FIM 2ºP	4	8
5F	9 Início 1º P	7	4	9	6	10	10	7	5	9 Dia Radical/ Fim 3º P
6F	10	8 8	5	10	7	11 Basquetebol	11 Dança	8	6 Atletismo	10
SAD	11	9	6	11	8	12	12	9	7	11
DOM	12	10	7	12	9	13	13	10	8	12
2F	13	11	8	13	10 Início 2º P	14	14	11	9	13
3F	14	12	9	14	11	15	15	12	10	14
4F	15	13	10	15	12	16	16	13	11	15
5F	16	14	11	16	13	17	17	14	12	16
6F	17	15	12	17 Fim 1º P	14 ISOLAMENTO PROFILÁTICO	18 Basquetebol	18 Dança	15	13 Atletismo	17
SAD	18	16	13	18	15	19	19	16	14	18
DOM	19	17	14	19	16	20	20	17	15	19
2F	20	18	15	20	17	21	21	18	16	20
3F	21	19	16	21	18	22	22	19 Início 3ºP	17	21
4F	22	20	17	22	19	23	23	20	18	22
5F	23	21	18	23	20	24	24	21	19	23
6F	24	22	19	24	21 Basquetebol	25 Basquetebol	25 Dança	22 Fit Escola	20 Atletismo	24
SAB	25	23	20	25 Natal	22	26	26	23	21	25
DOM	26	24	21	26	23	27	27	24	22	26
2F	27	25	22	27	24	28	28	25 Feriado	23	27
3F	28	26	23	28	25	29	29	26	24	28
4F	29	27	24	29	26 Act. Idosos	30	30	27	25	29
5F	30	28	25	30	27	31	31	28	26	30
6F		29	26	31	28 Basquetebol			29 Fit escola	27 Atletismo	
SAB		30	27		29			30	28	
DOM			28		30				29	

Figura 2 - Plano anual do 12º1

4.1.2.2 Unidade Didática

O planeamento das UD, apresenta etapas claras e distintas de ensino e aprendizagem, constituindo assim unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico, para os professores e alunos (Bento, 2003)

Para a elaboração das UD, guiei-me pelas orientações das respetivas Aprendizagens Essenciais, efetuado um Modelo da Estrutura do Conhecimento (MEC) proposto por Vickers (1990) para cada uma das modalidades a abordar e para cada turma em concreto.

Neste ano da PES, construí as UD após cada primeira aula de cada modalidade, com o auxílio da avaliação diagnóstica, como forma de perceber o nível de prestação inicial da turma, para posteriormente conseguir planear, potencializando as características da turma e colmatando as limitações da mesma, numa perspetiva de evolução contínua. Para a sua construção, detive uma especial consideração o nível de ensino de cada turma, sendo introdutório ou elementar e a extensão dos conteúdos definidos para abordar em cada modalidade.

As UD dividem-se em cinco partes: 1) número das aulas; 2) conteúdos a abordar; 3) regras; 4) função didática e 5) aptidões físicas. O número de aula possibilitou uma

boa preparação. Devem estimular os alunos, no seu desenvolvimento. Devem ser também horas felizes para o professor, proporcionando-lhe sempre alegria e satisfação renovadas na sua profissão” (Bento, 2003, p.101).

De todos os planeamentos realizados no decorrer do ano letivo, os planos de aula foram os únicos realizados de forma sistemática. O planeamento de aula deve ser muito valorizado, toda a dedicação e conhecimento é extremamente relevante para que o processo de ensino seja eficaz e os objetivos alcançados. O modelo do plano de aula foi elaborado no início do ano e foi utilizado ao longo do mesmo, sendo reajustado sempre que surgisse essa necessidade. O modelo utilizado foi o tripartido, indicado por Quina (2009), que divide o mesmo em três momentos, parte inicial, parte intermédia e parte final, estruturados de forma coerente.

Quanto chegamos à escola cooperante, confrontaram-nos com um PA diferente ao que estávamos habituados a trabalhar, contudo, rapidamente me adaptei ao modelo sugerido. O plano estava dividido em sete colunas: 1) Objetivos/ Competências/ Aprendizagens; 2) Domínios/ Conteúdos; 3) Experiências de aprendizagem; 4) Palavras-Chave; 5) Recursos técnico- pedagógicos; 6) Duração em minutos e por último 7) Avaliação.

Na fase inicial das experiências de aprendizagem, comecei por abordar jogos lúdico-desportivos, promovendo a “criação de um clima pedagógico favorável, despertar a disponibilidade de 29 exercitação e preparação funcional do organismo para as cargas seguintes” (Bento, 2003). A parte fundamental, remete para o obediência aos objetivos, onde conseqüentemente é a parte mais durável da aula e é nela que o “professor tem a tarefa de realizar os objetivos e de transmitir os conteúdos propriamente ditos da nossa disciplina” (Bento, 2003). No primeiro período, optei por realizar exercícios mais analíticos, para me começar a integrar e a ambientar ao processo. Posteriormente, procurei criar exercícios tendo como base as situações de jogo, evitando desta forma a monotonia.

O primeiro modelo de ensino que utilizei, foi o MID, no decorrer do 1º período optei, devido ao não conhecimento da turma. Metzler (2021) afirma, que é possível e relativamente fácil de usar feedback para melhorar a gestão do tempo e da turma e para aumentar a participação dos alunos, visto que estamos a ter um primeiro contacto.

O segundo modelo de ensino que utilizei foi o modelo de educação física criativa. Este modelo fez parte do projeto de intervenção. Escolhemos este projeto devido à realidade escolar nos dias de hoje. Percebemos que existe uma desmotivação acentuada por parte dos alunos para as aulas em geral, tendo nós, uma melhor perceção nas aulas de

Educação Física. Isto deve-se ao facto de todos os anos os alunos só experienciarem as mesmas modalidades e sempre no mesmo molde de aprendizagem. Posto isto, o nosso núcleo acreditou que com a aplicação da Educação Física Criativa, como um modelo de ensino diferenciado dos outros, a escola e, conseqüentemente, os alunos beneficiariam deste processo. O modelo é inovador e remeteu-nos para algo “fora da caixa”. Pretendíamos que os alunos encontrassem uma maior motivação para a prática e que se encontrassem entusiastas na aplicação do modelo. Como professores de educação física, a nossa missão também passa pelo ato de motivar e adquirir competências como a autoestima, autonomia, confiança, autoconfiança, respeito, fairplay e muitas outras características, que sentimos que os jovens têm vindo a perder. Desejávamos que os jovens conquistassem mais skills, não só para educação física, mas também para o seu cotidiano e principalmente no seu futuro. A Educação Física Criativa, defende que todos os jogos têm de: garantir a diversão; têm diferentes níveis de participação; têm em consideração a segurança; têm que conter técnicas específicas; têm que ter equipamentos; estão divididos em períodos de tempo; têm espaço; têm que ter arbitragem e regras a cumprir; têm marcação de pontos/golos (Quay & Peters, 2012). Dada a exigência deste modelo, na criatividade e liberdade de escolha, acreditávamos que era uma excelente opção para as turmas de 3º Ciclo que lecionamos. Os nossos alunos demonstravam carência nas habilidades motoras e sentem-se desinteressados pela prática. Acreditávamos que se fossem os mesmos a formular os exercícios e a terem a capacidade de inventar algo novo, e conseqüentemente aplicar o exercício os tornasse mais eficientes e confiantes, o que poderia melhorar a autoconfiança e autoestima, e que posteriormente melhorassem o rendimento. Nas turmas também sentimos que existe desapeço por alguns colegas da turma e queríamos com isto trabalhar a inclusão e o espírito de grupo. Precisamos de inovar e recuperar a importância que a nossa disciplina perdeu ao longo dos anos, onde a inovação é a ferramenta mais forte para o sucesso. Inovar associa-se à ideia de arriscar, mas não inovar é muito mais arriscado do que a construção de um novo futuro.

Posteriormente, pretendi empregar o MED, em atividades rítmicas expressivas e orientação contudo, devido à escassez do número de aulas, optei por realizar apenas fases do modelo. Este modelo salienta o papel ativo e cooperante do aluno na preparação das diversas tarefas com repartição de funções e responsabilidade, viabilizadas pelo recurso, por parte do professor, a estratégias instrucionais mais implícitas e informais, a todos os praticantes, com o intuito de promover a autonomia, a responsabilização e a cooperação,

o que se reflete aquisição de competências (Siedentop, 1994). Assim os alunos dividiram-se em equipas, de elementos homogenias, onde selecionaram um capitão de equipa, nome da equipa e grito. Aos alunos compete a construção de aprendizagens, através da busca sistemática de soluções, na qual os processos de perceção, compreensão e tomada de decisão são altamente valorizados (Mesquita, 2006).

Siedentop (1994) remete quatro características fundamentais do modelo, que o tornam autêntico: 1) as equipas serão sempre as mesmas; 2) evento culminante para cada temporada; 3) Manutenção de registos e 4) atmosfera festiva.

O professor passa por três fases, neste modelo: 1) preparação dos papéis dos alunos, pela definição das matérias a aprender e pela organização dos grupos; 2) adquirindo um grau relativo de autonomia por parte dos alunos, o professor passa para a executar um papel de gestor e de controlo do cumprimento das atividades e dos papéis, fazendo-se intervir sempre que necessário; 3) nesta fase, os alunos já conseguem apresentar uma elevada autonomia, sendo capazes de desenvolver cada uma das suas tarefas e um efetivo trabalho de equipa. Sendo assim, o professor adota um papel de supervisor e observador.

Como referi anteriormente, não consegui executar o modelo na sua totalidade, o que fez com que o meu papel como professora fosse mais abrangido na segunda e terceira fase. A primeira fase eu consegui executá-la nas primeiras aulas, mas a turma apresentou um elevado nível de capacidade nas modalidades, o que fez com que conseguisse avançar com mais facilidade.

Segundo Siedentop (1994), o MED tem como características: a inclusão (homogeneidade inter-equipas, Homogeneidade intra-equipas e natureza de competição), o jogo modificado (jogos reduzidos, equipas pequenas e adaptação dos materiais e das regras) e a diversidade de funções (Jogador, treinador, árbitro, marcador de pontos, etc). Executei todas as características, tendo apenas, na diversidade de funções, optado somente o capitão de equipa.

Por fim, criei um envolvimento social nas aulas, onde os alunos desenvolveram a sua própria autonomia e aprenderam a observar e a cooperar com os companheiros.

4.1.3 Realização

É na realização que o professor passa da teoria para a prática, onde contactamos com os alunos e nos surgem dificuldades e obstáculos, na qual temos que aprender a solucionar.

Segundo Bento (2003), na realização do ensino da EF a aula constituiu uma ligação no processo de educação e formação. Desta forma, “a ação pedagógica da aula deve ser global, norteando-se por uma perspectiva lata das tarefas formativas 30 educativas”, sendo que “a formação dos alunos deve ser realizada em todo o tempo da aula, desde o primeiro até ao último minuto” (Bento, 2003). De acordo com Siedentop (2008), para que seja possível a existência de uma correta intervenção pedagógica é preciso ter em conta quatro sistemas da ecologia da aula: 1) instrução; 2) gestão; 3) clima; e 4) disciplina.

Na realização do planeamento a primeira tarefa a abordar era aferir os espaços, porém, na escola Didáxis não possui de um roulement porque não se justifica devido ao baixo número de turmas a praticar e existem vários espaços para a realização da prática. Assim, não temos qualquer entrave no planeamento das modalidades no que diz respeito aos espaços. Neste ponto, é crucial perceber como a aula irá decorrer e estar preparada para contratempos que poderão existir, porém só em contexto de aula é que saberei como agir consoante os problemas expostos.

4.1.3.1 Instrução

A instrução, vista por Quina (2009), é um comportamento de ensino, que através dele o professor motiva e transmite informações relevantes sobre as atividades de aprendizagem aos seus alunos. Tal como referido pelo autor, tentamos ao longo de todo o ano fornecer informações sobre “o que e o como fazer”, justificar a prática e posteriormente fundamentá-la e manter os alunos motivados.

Siedentop e Tannehill (2000) designam que a apresentação da informação deve ser exposta de forma clara, de modo a tornar-se eficaz e eficiente. Estes autores suportam que uma comunicação eficiente representa a comunicação que os alunos assimilam após esta ser apresentada e que será suficiente para iniciar a atividade tal como foi descrita, enquanto a comunicação eficiente significa que apenas o tempo necessário será despendido para assegurar a transmissão da informação.

As duas turmas que acompanhei eram de ciclos de ensino díspares e a minha atuação,

consequentemente, diferiu consoante os alunos em questão. Na turma do 8º1, requeri de instruções mais aprofundadas e com um nível de demonstração mais regular durante a aula, todavia no 12º1 foi imensamente mais simples, visto que os alunos são mais independentes e autónomos na realização das tarefas.

No início das aulas, recorria mais à instrução para apresentar os exercícios, no entanto, durante toda a hora de aula, instruía na emissão dos feedbacks, incentivos e envolvimento das tarefas e nas partes finais de aula, onde os alunos e o professor refletem sobre o ocorrido durante a sessão (Quina (2009)). Relativamente ao feedback foi algo que estimulei preservar para que os alunos compreendessem que conteúdos dominavam e aqueles que necessitavam de trabalhar. Atribui feedbacks individualizados ou direcionados exclusivamente para o aluno e quando se tratavam de aspetos globais positivos ou negativos, optava por generalizar para que a turma toda pudesse perceber determinada característica. No decorrer deste processo fui-me apercebendo da importância do reforço positivo, ajudando os alunos a evoluírem.

Como forma de perceber se os alunos estavam a adquirir os conteúdos propostos, recorria ao questionamento, que também foi utilizado numa perspetiva de avaliação contínua, pois tal como indicado por Rosado e Mesquita (2011) este é decisivo, permitindo verificar o estado de cada aluno relativamente aos objetivos pedagógicos, em especial os de natureza cognitiva.

Neste ano de PES, acredito que a comunicação com os alunos foi um dos fatores mais importantes, deste modo tentei comunicar de forma clara e objetiva, utilizando terminologia adequada, transmitindo segurança na forma como abordei os conteúdos, assim com os restantes aspetos de aula, possibilitando a atenção e o foco da turma nas minhas intervenções.

4.1.3.2 Organização e Gestão da Aula

A gestão da aula refere-se à capacidade de o professor em manter um ambiente propício à aprendizagem, estando presente a capacidade de comunicação, organização, regras e rotinas (Claro & Filgueiras, 2009).

Inicialmente tinha como rotina, começar a aula com a realização da chamada, para conhecer melhor aos alunos e os determinados nomes. Era uma estratégia de início de aula, para também conseguir o controle da turma, pois assim encontravam-se calmos, sentados e sem efetuarem comportamentos inadequados. Posteriormente, quando o

controle da turma era maior e já conhecia os alunos, essa fase inicial da aula, deixou de fazer qualquer sentido e optei por começar diretamente com a explicação da aula.

No início do ano letivo, quando pretendia trocar de exercício ou realizar alguma correção, fazia-o em geral, para a turma toda, onde esta tinha que parar a densidade motora e muitas vezes reunir, para uma breve demonstração e explicação. Há medida que este acontecimento era repetido, percebi que não estava a ser uma estratégia inteligente, o que optei com realizar estas correções grupo a grupo. Com isto, consegui uma aula mais dinâmica e com maior densidade motora.

Com a implementação da Educação Física Criativa, a turma começou a ser mais autónoma e com uma motivação mais abrangente relativamente à descoberta. Em atividades rítmicas expressivas, os alunos continuaram a trabalhar sozinhos e a realizarem a própria coreografia para avaliação.

No seguimento destas experiências conclui que realmente os alunos sentem-se mais capazes e confiantes quando lhes damos a autonomia que necessitam para crescerem e evoluírem.

4.1.4 Avaliação

No início do ano letivo, analisamos os conteúdos de cada modalidade a abordar e selecionamos aqueles que eram suscetíveis de serem concretizados e posteriormente avaliados, seguindo as normas de distanciamento físico impostas, devido à Covid-19. A escola rege-se por um ensino por período, à qual se juntam cinco momentos de avaliação (dependendo da disciplina), sendo estes divididos de diferentes formas. As avaliações remetem-se para o conhecimento, questões de aula/relatórios/ trabalhos/ atividades práticas, oralidade, portefólio e atitudes e valores. Dividem a avaliação da seguinte forma:

- 1) 1º Período: igual à média dos resultados por critério;
- 2) 2º Período: 40% (resultados por critério do 1º período) + 60% (resultados por critério do 2º período);
- 3) 3º Período: 25% (resultados por critério do 1º período) + 35% (resultados por critério do 2º período) + 40% (resultados por critério do 3º período).

4.1.4 Avaliação (Tipos, modalidades, formatos e autoavaliação)

“O objetivo da avaliação é fornecer feedback aos alunos em relação ao seu

progresso relacionado com os objetivos inerentes à aprendizagem e, permitir que os mesmos tenham consciência do que devem realizar” (Tannehill, Van der Mars, & MacPhail, 2013). A minha turma é constituída por 23 alunos, e tornou-se um desafio grande em avaliar todos os alunos na aula, principalmente na avaliação diagnóstica onde não os conhecia e isso dificultou ainda mais.

A primeira avaliação que realizei é a avaliação diagnóstica em cada modalidade, para ver o nível da turma e para perceber o que planejar para as aulas e realizar a Unidade Didática. Durante todas as aulas efetuei uma avaliação contínua de cada aluno, para me facilitar na avaliação sumativa (AS) e ter mais elementos para avaliar. Outro aspeto que avaliei foi o parâmetro das atitudes e valores dos alunos, no final de cada período. Nesta fase avaliei o comportamento, as atitudes, o empenho, e os valores dos mesmos. Existe também uma avaliação para os alunos que não realizem a aula, por algum motivo que assim o exige. Junto com o meu núcleo de estágio, criamos uma ficha de observação para cada aluno com perguntas sobre a aula e a modalidade que estávamos a abordar. Por conclusão, no fim de cada modalidade, existe uma avaliação prática sumativa, com todos os conteúdos abordados.

A maior parte das vezes a avaliação é vista como uma mera atribuição de classificações, remetendo um “rótulo” e não um meio de orientação da sua prática. Siedentop e Tannehill (2000) definem que a avaliação envolve a recolha, descrição e quantificação da informação acerca da performance. Para Sarmiento (1993), é indispensável uma correta organização da turma nos momentos da avaliação para que este se torne em mais um momento de ensino e aprendizagem. O mesmo autor menciona que é essencial eleger as estratégias de registo, de avaliação inicial, intermédia e final, devendo ser concebidas de forma clara e objetiva. Aquando do contacto com a tarefa de avaliar rapidamente me apercebi que devemos ter em mente um conjunto de interrogações com as devidas explicações, como por exemplo: Quem vou avaliar? O que vou avaliar? Como vou avaliar? Porque vou avaliar? Que resultados espero alcançar? (Gonçalves et al., 2010). O Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril afirma no artigo 24.º, que “a avaliação interna das aprendizagens, da responsabilidade dos professores e dos órgãos de gestão pedagógica da escola, compreende as seguintes modalidades de avaliação: a) diagnóstica; b) formativa; c) sumativa”. Na prática, recorri justamente a estes três momentos avaliativos.

4.1.4.1 Avaliação Diagnóstica

A AD é importante e fundamental para conhecer o nível de habilidades e desempenho dos alunos. Aqui conhecemos as suas dificuldades e facilidades, permitindo formar um planeamento mais pormenorizado do nível da turma. Segundo Rosado et al. (2002), este tipo de avaliação compreende ainda a avaliação de pré-requisito, que analisa as aprendizagens anteriores necessárias para a aquisição de novas aprendizagens, e a avaliação dos níveis de entrada, que permite verificar se o aluno possui conhecimentos acerca da matéria que vai ser lecionada. Na avaliação inicial pretendi verificar os conhecimentos e aptidões que o aluno possuía no momento, ou seja, teve um carácter diagnóstico. A partir deste ponto, delineei os objetivos e estratégias para um excelente processo de ensino e aprendizagem. Utilizei a AD, sempre que iniciei uma modalidade nova, na primeira sessão de cada UD. De todos os desafios que encontrei neste percurso, a criação das AD, não foram uma dificuldade, devido à preparação que tive no 1º ano do MEEFEBS. Contudo, na prática, a primeira avaliação que efetuei, senti muitas dificuldades e inseguranças, devido também ao não conhecimento dos alunos.

“Esta aula para mim foi mais desafiante, devido á avaliação diagnóstica. Avaliar não é fácil, principalmente quando ainda não conhecemos bem o nome de todos os alunos” (Aula n.º 5 e 6, Sessão de Basquetebol).

No final deste caminho, conclui que a AD serve como um auxílio para o professor e não um acréscimo à tarefa do ensino. Assim, a grelha deverá ser o mais simplificada possível de modo a ser exequível durante a aula.

4.1.4.2 Avaliação Formativa

Siedentop e Tannehill (2000) designam a AF como uma avaliação que possibilita uma sentença acerca da aprendizagem, sendo que esta é empregada para providenciar uma informação contínua, permitindo dar algum feedback pedagógico ao professor acerca do processo de evolução do aluno de acordo com objetivos delineados inicialmente.

Como forma de aperfeiçoar o desempenho e motivar os alunos a alcançarem os seus objetivos, esta avaliação considera que existe persistentes ajustamentos no processo de instrução, tendo um carácter mais informal. A AF permite detetar uma carência no

momento em que esta se manifesta no decorrer do processo de ensino para que a intervenção possa ser concretizada (Carrasco, 1989), através de um método de reflexão, de modo a compreender os avanços, retrocessos e dificuldades, impondo uma tomada de decisão que possibilite a superação dos obstáculos (Vasconcellos, 2005). O processo de AF contribui para a eficácia do ensino, por consistir na observação e interpretação dos seus efeitos, orientando desta forma, todo o processo (Gonçalves et al., 2010).

Em todas as aulas e todos os momentos que a aula é formada, a AF esteve presente, servindo de regulação do processo de ensino e aprendizagem. Desde as primeiras aulas, referi aos alunos que em todas as sessões seriam avaliados, o que causou impacto no comportamento dos mesmos. A avaliação formativa foi a mais relevante para o aluno. Nesta avaliação consegui identificar o ponto de partida dos mesmos e ver a evolução até ao dia em que conclui determinado conteúdo e de que forma trabalhou para atingir o nível que o caracteriza. A avaliação formativa ajudou-me a entender o seu progresso e a identificar as suas potencialidades e fragilidades. A adaptação das metodologias a adotar, da progressão dos conteúdos, das estratégias e recursos, foi sendo gerida de acordo com a informação que adquirimos ao longo da avaliação formativa e da própria realidade de ensino, de forma a que cada turma e aluno obtivesse as melhores condições de aprendizagem. O meu objetivo primordial com este tipo de avaliação foi facilitar e aperfeiçoar as decisões relativas à aprendizagem e ao progresso de cada aluno, assim como a qualidade do ensino.

4.1.4.3 Avaliação Sumativa

Para concluir, a AS pretende estimar todo o progresso realizado pelo aluno no final de cada unidade didática, no final de cada período ou ano letivo (Rosado e Silva (2010, p.7), com o desfecho de conferir resultados já recolhidos por avaliações de tipo formativo e obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino” (Ribeiro, 1999 cit. por Gabriel, 2012, p.28).

Realizei a avaliação sumativa, pois pretendia atribuir uma classificação, na última aula de cada UD. Os alunos encaravam esta avaliação como um ato isolado, o que nestas aulas, apresentavam uma atitude mais aulas, pois estavam mediante a uma atribuição de uma classificação. Com isto, expliquei aos alunos que a aula de AS era realizada num conceito de tirar dúvidas sobre a classificação que iria atribuir a cada aluno do que desenvolveram durante as aulas daquela modalidade .Não atribuí muita importância ao

momento, para que os alunos não se sentissem pressionados. Além deste fator, também foi sempre transmitido que a avaliação era feita de forma contínua ao longo das aulas e que independentemente do aluno ter determinado desempenho no dia, o professor considerava o conjunto de todas as sessões.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

No Documento Orientador da Prática de Ensino Supervisionada (2021/2022), está referenciado que “esta área permite ao EE planejar, organizar e realizar todas as atividades de enriquecimento curricular, tendo em vista a sua integração na comunidade escolar”. Com isto, pretende-se que o EE obtenha muitas experiências e vivências na comunidade escolar, para que possa contribuir para o sucesso educativo dos alunos.

5.1. Atividades realizadas

As atividades realizadas ao longo deste ano letivo, proporcionou momentos diferentes aos alunos e à comunidade escolar. Saímos de um ano atípico, onde as atividades e a convivência foram escassas. Acredito que contribuímos assim para um melhor desenvolvimento social e um ambiente escolar extremamente positivo. Todas as tarefas envolvidas na criação das atividades permitiram-nos melhorar a nossa atuação, envolvermo-nos em funções ligadas à área da gestão e acima de tudo percebermos que os alunos ficam muito mais conectados com a disciplina de EF.

5.1.1 Projeto do Integrate english

Este projeto, da EC, promove não só a competência linguística, mas também os diferentes assuntos explorados através da língua. Por sua vez, estimula-se a consciência cultural, a internacionalização, bem como a preparação tanto para estudo e vida profissional, e aumento da motivação ao nível escolar. Estas aulas pretendem envolver conteúdos sobre um determinado assunto definido no currículo, bem como fomentar o desenvolvimento de competências ao nível cognitivo. Ao ser lecionada em língua estrangeira, favorece simultaneamente a dimensão comunicativa da língua, bem como a sua utilização ao serviço do ensino e da aprendizagem. Na minha turma do 8º ano, realizei este projeto com um Quiz da modalidade de badminton, estafetas sobre basquetebol e

uma prova de orientação.

5.1.2 Dia Mundial das Pessoas com Deficiência

No dia 3 de dezembro de 2021, o nosso núcleo organizou uma atividade para comemorar o dia Internacional de Pessoas com Deficiência. Dividimos o pavilhão por três espaços: o 1º espaço com a modalidade voleibol sentado; no 2º campo espaço realizamos jogos de Boccia e no último espaço do pavilhão praticamos dois jogos de goalball. Cada espaço era orientado por cada um dos EE, onde explicávamos o que iria acontecer. As turmas rodavam de espaço, para todas passarem por a mesma experiência.

5.1.3 Flash Mob e torneio de Tênis de mesa

No dia 17 de dezembro de 2021, realizamos um flash mob e um torneio de ténis de mesa, como atividade de Natal. O torneio de ténis de mesa foi organizado pelo EE Marcelo Pacheco e pelo professor Marco. O vencedor do torneio recebeu como prémio uma raquete de ténis de mesa. O flash mob foi criado por mim e pela EE Carla Alves, onde criamos uma coreografia de natal, para a escola publicar nas redes sociais e no fim da coreografia realizamos a palavra “Natal”, no chão, com todos os alunos que participaram.

5.1.4 Jogos didáticos e coreografias

No dia 26 de janeiro de 2022, realizamos mais uma atividade, para marcarmos o dia da visita do vereador do desporto, de Vila Nova de Famalicão. A atividade que o nosso núcleo de estágio ficou responsável, consistiu numa atividade com os idosos. Realizamos jogos didáticos e danças coreografadas.

5.1.5 Didáxis-Dance

O nosso núcleo da PES, pensou em realizar no dia 6 de abril, um Didáxis-Dance, onde participariam as turmas do 7º ano, 8º ano, 9º ano e 12º ano. A atividade consistia em cada turma realizar uma coreografia e no dia 6 de abril apresenta-la à comunidade escolar e aos pais, onde contávamos com júris para atribuir as classificações. Contudo, a atividade

não foi possível de se concretizar, devido a muitos elementos das turmas não poderem estar presentes. Então, não excluindo a ideia, realizamos a mesma atividade mas intra-turma, onde criaram equipas e cada equipa inventou uma coreografia, onde todas as aulas a trabalhavam em grupo, com a ajuda dos professores. Esta atividade serviu como avaliação sumativa para a modalidade de atividades rítmicas expressivas. Os alunos adoraram a ideia, sentiram-se muito motivados e empenhados, pois era uma avaliação diferente e realizada por eles.

5.1.6 Peddy-paper;

Esta atividade foi realizada em todas as turmas dos EE, contudo em dias diferentes. Esta surge devido à modalidade de Orientação, que se encontra presente nas aprendizagens essenciais, como um objetivo a ser lecionado no 8º ano.

A turma dividiu-se em quatro equipas, onde cada uma tinha em sua posse um cartão de controlo e um mapa da escola, com os pontos devidamente assinalados. Os alunos, em grupo, terão que percorrer esses pontos e encontrar os QR Code com as devidas perguntas.

5.1.7 Seminário

O nosso seminário realizou-se no dia 25 de maio, pelas 11 horas, na sala AG, com o seguinte programa: 1) A Educação Física Criativa; 2) A EFC aplicada por estudantes estagiários.

Contamos com a presença do presidente da escola cooperante, Dr. Paulo Machado, os alunos das turmas 2TD e 3TD, a professora Susana e o nosso orientador de estágio, professor Gabriel Silva.

A elaboração deste seminário surge no âmbito do estágio curricular do 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, tendo como principal objetivo demonstrar em que se baseia o modelo de Educação Física Criativa.

Enquanto grupo, tivemos algumas dúvidas na escolha do tema para este seminário. No entanto, acreditamos que seria interessante falarmos sobre a Educação Física Criativa, sendo o que foi o projeto de intervenção aplicado nas turmas do 3º ciclo.

O projeto de intervenção acima mencionado, consiste na aplicação do modelo educativo Educação Física Criativa nas aulas de Educação Física, sendo que este se baseia

em um modelo inovador que não se aplica numa modalidade concreta, mas sim na criação de um jogo por parte de equipas da turma, onde se procura a criatividade e a autonomia dos alunos.

Posto isto, neste seminário apresentamos os resultados obtidos nas nossas turmas, o feedback passado pelos alunos e demonstrar a nossa opinião sobre a aplicação deste modelo.

5.1.8 Sup Paddle e Jumpers

O nosso núcleo da PES, organizou um dia diferente, para os alunos do 7º e 8º ano. Esta atividade decorreu no dia 15 de junho, onde os alunos passaram pela oportunidade de experimentar a prática de Sup Paddle em Vila do Conde (Rio Ave) com a colaboração da escola UP_AND_GO_SUPSURF.

Posteriormente, realizamos um piquenique na praia da Azurara, onde os alunos aproveitaram para se divertir com mergulhos no mar e realizar atividades desportivas na areia.

Na parte da tarde, promovemos a experiência nos Jumpers, no Porto. O espaço dispõe de várias zonas com diferentes atividades, onde todas foram exploradas de uma forma divertida.

Acreditamos que os alunos adoraram as atividades e que foi uma experiência única que os mesmos vivenciaram.

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

Mais do que nunca, acho que a escola tem um papel cada vez mais importante no desenvolvimento, formação e educação dos alunos. Devido ao elevado número de horas que os alunos passam na escola, cabe ao professor, ser mais do que um mero fornecedor do conhecimento. No meu percurso escolar, sempre valorizei os meus professores que também eram meus amigos. E sem dúvida que era isso que mais procurava passar aos meus alunos, uma professora que também era uma amiga. O aluno precisa de um professor que se importe se este se encontra bem, se tem alguma coisa para dizer. O professor é visto, maior parte das vezes, como uma autoridade onde apenas explica a matéria que tem que lecionar. E o lado humano? Não tenho dúvidas que cada ano que passa, o lado humano está-se a perder. Ao longo deste ano, ganhei a confiança de todos

os meus alunos, como professora, mas também como uma amiga. Para mim, não pode existir uma barreira de professor/aluno, pois isso não é ser professor. Professor é ensinar a vida. E foi isso que eu sinto que fiz este ano, aprendi a ser professora e professora amiga.

Por fim, refiro mensagem da turma, que escreveram na minha fita académica, que me marcou e me deixa realizada com todo o trabalho desenvolvido ao longo da PES, conforme posso comprovar com o seguinte excerto:

“Obrigado por tudo, é a melhor professora que tive” (Mensagem de uma aluna do 8.1)

“Para a melhor professora. Vamos ter saudades das nossas conversas.” (Mensagem de uma aluna do 8.1)

“Gosto muito de si. Espero que possa ficar connosco até ao 12º ano”. (Mensagem de um aluno do 7.1)

São estas mensagens que me fazem sentir realizada e com o sentimento de dever cumprido. No final da PES, percebi finalmente o impacto que um professor pode ter na vida dos seus alunos, deixando a sua marca.

5.3. Socialização profissional e institucional

Em relação ao envolvimento e integração com a comunidade escolar, o NPES foi integrado desde início na comunidade escolar. Foi-nos demonstrado sempre disponibilidade para auxiliar em qualquer tarefa que necessitássemos, por parte de todos os órgãos da escola.

Durante o estágio, além do trabalho desenvolvido em aula, participamos nas reuniões dos professores. A participação nestas reuniões proporciona ao professor um melhor conhecimento da turma, assim como todo o funcionamento de uma direção de turma, papel que possa vir a desenvolver um dia.

Os OC durante todo o processo da PES, estiveram sempre disponíveis, desenvolvendo nos EE um sentido de responsabilidade associado às funções do papel de docente. Nunca sentimos qualquer descrédito relativo ao facto de sermos EE.

5.4. A Componente ético-profissional

Como professores de EE, detemos de uma identidade profissional. A sua construção inicia-se numa fase muito prematura, onde o EE apenas apresenta o gosto pela atividade física e a respetiva influência que esse gosto tem na escolha da profissão (Lima, Castro, et al., 2014). Adicionalmente, a sua construção é complementada através dos vários conhecimentos que o EE adquire, científicos e pedagógicos, seguindo também uma ordem ética e deontológica (Cortesão, 2010). Posto isto, a identidade do EE tem estado relacionada às suas antecedentes experiências e vivências profissionais, mas também às que este tem sido sujeito ao longo do último ano (Farias & Nascimento, 2012).

Este ano de PES foi rico em aprendizagens e de extremo crescimento profissional, por toda a responsabilidade e autonomia que me foi atribuída e todo o compromisso que este ano representa. Segundo o decreto-lei n.º 240/2001, existem quatro dimensões do perfil geral de desempenho profissional do professor, sendo elas: 1) dimensão profissional, social e ética, 2) dimensão de desenvolvimento do ensino e aprendizagem, 3) dimensão de participação na escola e relação com a comunidade e 4) a dimensão de desenvolvimento profissional ao longo da vida. Estas dimensões revelam aspetos essenciais para todos os professores na construção da sua identidade profissional. Cada indivíduo é único e são as características de cada pessoa que a fazem tornar-se inigualável e por este motivo pretendi proporcionar um ensino muito próximo dos interesses e das peculiaridades dos alunos.

6. Desenvolvimento profissional

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

Ao longo deste ano de PES, transformei-me numa profissional com mais experiência, mais capaz, mas o mais importante, com a certeza que estou no caminho certo. Não escondo que na fase inicial deste processo, sentia-me insegura quanto às funções relativas ao papel de docente, contudo sempre empenhada e predisposta a dar o meu melhor em todas as propostas que este ano me lançariam. Um fator que me ajudou a começar o ano mais preparada, foi o facto de ao longo do meu percurso ter adquirido experiências no ensino, devido às AEC's (atividades extras curriculares), onde já lecionava à algum tempo, onde tenho consciência de que me fizeram sentir mais

confortável e segura no decorrer da PES.

A PES envolveu todo um conjunto de momentos negativos como positivos. Passei por algumas dificuldades, que no momento foram vividas com alguma frustração, mas rapidamente tentava vivenciar com a atenção necessária de forma a conseguir ultrapassá-las. A primeira dificuldade que encontrei foi relativamente à instrução de aula. Na minha primeira aula, encontrava-me muito nervosa, o que fez com que falasse muito rápido e fiquei com a sensação que não disse tudo o que queria dizer e explicar. Para ultrapassar esta dificuldade, comecei a apontar tópicos do que queria falar e a minha comunicação começou a ser mais calma e explícita. Usei esta técnica apenas nas primeiras aulas, porque depois de estar à vontade com a turma e o meio envolvente, o discurso fluiu de forma natural e já não me sentia nervosa ou ansiosa, o que me fazia sentir relaxada e me lembrar de tudo o que tinha pensado lecionar na aula.

Outra das dificuldades sentidas foi a explicação demorada dos exercícios. Primeiramente optei por parar os exercícios, chamar a turma toda ao centro e realizar a explicação do próximo exercício, contudo cheguei à conclusão que esta estratégia não se adequava devido ao número elevado de alunos na turma, o que fazia com que perdesse muito tempo na explicação. Assim, optei por realizar a troca dos exercícios por grupos. Dividia a turma em grupos e explicava a cada um deles o que tinha que fazer. As aulas começaram a fluir e não perdia tanto tempo a chamar a atenção aos alunos que não tinham um comportamento correto e conseguia dar mais atenção aos alunos com mais dificuldades.

A terceira dificuldade que enfrentei, deveu-se aos alunos com um comportamento menos apropriado. As estratégias que adotei, foi colocar os alunos parados na aula, a servirem de “apanha bolas”, cones ou até mesmo sentados. Os alunos sentiam-se menos pró-ativos e queriam realizar a aula. Com esta estratégia consegui controlar certos comportamentos impróprios que estes apresentavam no decorrer das aulas.

A última dificuldade que tive, foi na realização das reflexões das aulas, no 3º Período. Como sentia que as aulas corriam dentro de tudo o que tinha planeado, não havendo comportamentos desviantes, mas sim, muito tempo de empenhamento motor útil, por vezes, não sabia o que descrever sobre a minha aula.

7. Reflexões finais

O presente documento visa o fim de uma etapa e o início de uma nova. Volvidos onze meses termina esta importante etapa do meu percurso de PES, considerando esta experiência única e das mais marcantes da minha vida.

“Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção.” - Paulo Freire

A docência, como já referi ao longo dos capítulos, não se resume ao professor debitar matéria, mas sim criar possibilidade de os alunos a construírem, vivencia-la e modifica-la. Ser professor é uma das profissões mais importantes e belas, neste sentido foi para mim um motivo de orgulho perceber que os meus alunos consideram-me uma excelente profissional e gostariam que eu os acompanhasse nas suas vivências até finalizarem o percurso escolar. Sinto uma responsabilidade acrescida por fazer parte da vida e do percurso escolar de tantas crianças e adolescentes.

“O professor não ensina, mas arranja modos de a própria criança descobrir”.
– Jean Piaget

Ensinar é uma palavra muito complexa. Durante este ano de PES, encontrei o perfil de professora que quero transmitir aos meus alunos, e sem dúvida que não serei uma professora que apenas transmite o conhecimento. Eu pretendo que os alunos procurem o conhecimento, descubram o quanto é bom aprender. Sempre me disseram: “Escolhe um trabalho de que gostes e não terás que trabalhar nem um dia na tua vida”. Todos os dias, quando acordo de manhã, tenho uma vontade enorme de ir trabalhar com vontade de dar o melhor contributo aos meus alunos, que vejo crescer, evoluir, desenvolver e viver enquanto elementos da sociedade.

Vejo esta caminhada como uma junção de desafios, obstáculos, expectativas, partilhas, experiências e acima de tudo de muita vontade em me tornar numa melhor profissional e numa melhor pessoa. Termino esta fase do meu percurso, com um misto de emoções. Emoções de nostalgia, saudade, felicidade, orgulho, entusiasmo. É uma conquista, pela qual luto à muito tempo, onde passei por muitos obstáculos para aqui

chegar, o que me faz senti orgulhosa de tudo o que conquistei e irei conquistar.

Contudo, há uma certa dose de nostalgia, quando observo todo o meu percurso durante a PES. É, também, um sentimento ambíguo. Por um lado, permanecem as histórias e as memórias desta sublime formação profissional, como por exemplo, o primeiro dia que abri o portão da EC ou a primeira vez em que lecionei uma aula e, por outro, ficam as incertezas quanto ao que o futuro me reserva.

O RPES funcionou como um “campo de batalha”, onde tentei explicar todas as aprendizagens, vivências, conhecimentos, dúvidas e inseguranças, ou seja, tudo que influenciou o meu desenvolvimento enquanto professora de EF. Cheguei até aqui porque batalhei muito, fui paciente, lutei, chorei e sorri, precisei de confiar nas pessoas, nos professores, nos meus alunos, nos meus colegas de estágio. Foi um ano de constante aprendizagem, vivências e conquistas. E será sempre assim a minha vida, porque o que também torna esta profissão tão deslumbrante, é o facto de estar em constante desenvolvimento, e nós professores, sempre a aprender e cada vez mais a extrair criatividade, para sermos melhores e deixarmos marcas na vida dos alunos.

“O educador se eterniza em cada ser que educa.”- Paulo freire

Um fator importante que a PES nos concedia a possibilidade de realizar, passava pela reflexão das aulas que lecionava, uma vez que o professor constrói a sua profissionalização ao examinar, interpretar e avaliar suas atividades. Para o professor adotar uma postura reflexiva, existe a necessidade de que o mesmo analise diferentes aspetos da prática pedagógica, como: a compreensão da comunicação pelos alunos, os tipos de relações interpessoais, bem como a dimensão burocrática da prática pedagógica.

Confesso que ao longo de toda a PES, esta foi a parte que manifestei uma maior dificuldade. Nos primeiros meses de PES, conseguia refletir sobre os erros ou melhorias da minha instrução ou realização da prática, contudo à medida que as aulas avançaram senti uma dificuldade acrescida em refletir sobre as mesmas.

Tudo o que alcancei foi resultado do meu trabalho e da construção de uma boa relação com todos os alunos. Necessitei de acreditar nos alunos, promover a autonomia e reajustar estratégias que me permitissem lecionar da melhor maneira. Foi necessário conhecê-los afincadamente e estar disponível para os auxiliar.

Se haviam dúvidas de que era isto que queria fazer da minha vida, hoje tenho a certeza que estou no caminho certo.

8. Referências bibliográficas

- Albuquerque, A., Graça, A., & Januário, C. (2005). *A Supervisão pedagógica em educação física: A perspetiva do orientador de estágio*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Albuquerque, A., Resende, R., & Costa, M. (2013). A avaliação da Prática de Ensino Supervisionada no Universidade da Maia. *Nós fazemos assim. E vós?*. Cadernos de Educação, (46), 119-137.
- Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*, Livros Horizonte, Lisboa.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Claro Júnior, R. S.; Filgueiras, L. P. (2009). *Dificuldades de gestão de aula de professores de Educação Física em início de carreira na escola*. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 2, n.8, p. 9-24
- Cunha, A. (2002). *A Educação Física no Ensino Secundário: Estudo das Representações e Atitudes dos Alunos*. Braga: Instituto de Estudos da Criança da Universidade do Minho.
- Cunha, A. (2008). *Ser professor - bases de uma sistematização teórica*. Braga: Casa do Professor.
- Dalla Corte, A. C., Lemke, C. K., de Trabalho-Práticas, U. G., & nas Licenciaturas, E. (2015). *O estágio supervisionado e sua importância para a formação docente frente aos novos desafios de ensinar*. In EDUCERE-XII Congresso Nacional de Educação, PUC-PR (Vol. 26).
- Farias, G., & Nascimento, J. (2012). *Construção da identidade profissional: metamorfoses na carreira docente em Educação Física*. Em G. Farias & J. Nascimento (Eds.), *Construção da identidade profissional em educação física: da formação à intervenção* (pp. 61-79). Florianópolis: UDESC
- Gabriel, C. (2012). *Relatório Final de Estágio Pedagógico. Dissertação de Mestrado*, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2010). *Avaliação: Um caminho para o sucesso no processo de ensino e aprendizagem*: Edições ISMAI
- Hastie, P. (1998b). *The participation and perceptions of girls within a unit of sport education*. Journal of Teaching in Physical Education, 17, 157-171
- Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, R. (2014). *A Prática de Ensino Supervisionada: As dificuldades dos estudantes estagiários*. Movimento, 8(5), 68-74.

- Marcon, D., Graça, A. B. D. S., & Nascimento, J. V. D. (2013). O conhecimento do contexto na formação inicial em Educação Física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 27(4), 633-645.
- Metzler, M. (2000). *Instructional models for physical education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Metzler, M. (2011). *Instructional Models in Physical Education* (3rd ed.). Routledge.
- Metzler, M., & Colquitt, G. (2021). *Instructional models for physical education*. Routledge.
- Mira, M. C. de S., Monteiro, N. d'Almeida, Sousa, S. da S., & Souza, F. K. de. (2003). *Planejamento Educacional: o instrumento na busca da qualidade e da eficácia*. 9(34), 12–38.
- Quay, J., & Peters, J. (2012). *Creative physical education: Integrating curriculum through innovative PE projects*. Human Kinetics.
- Quina, J. D. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. *A organização do processo de ensino em Educação Física*.
- Roldão, M. (2007). *Função docente: Natureza e construção do conhecimento profissional*. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 12(34), 94-103.
- Rosado, A. e Silva, C. (2010). *Conceitos Básicos sobre Avaliação*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Rosado, A., Dias, L., & Silva, C. (2002). *Avaliação das aprendizagens em Educação Física e Desporto*. In *Avaliação das aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Ominiserviços, Representações e Serviços.
- Sá, C., & Carreiro da Costa, F. (2009). *A influência socializadora da formação inicial em Educação Física*. Perceção dos protagonistas e unidade concetual inter-pares. *Sociedade Portuguesa Educação Física*, 34, 95-105.
- Sarmiento, P., Leça-Veiga, A., Rosado, A., Rodrigues, J., & Ferreira, V. (1993). *Pedagogia do Desporto: instrumentos de observação sistemática da Educação Física e Desporto* (2 ed.).
- 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.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de Ensino Supervisionada em Educação Física. In *Journal of Sport Pedagogy and Research* (Vol. 2, Issue 3).
- Siedentop, D. (1994). *Educação esportiva*. Champaign, IL: Cinética Humana.
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE through positive sport experiences*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Califórnia: Mayfield Publishing Company
- Smither, K., & Zhu, X. (2011). *High school students' experiences in a Sport Education unit: The importance of team autonomy and problem-solving opportunities*. *European Physical Education Review*, 17(2), pp. 203-217
- Tannehill, D., Van der Mars, H., & MacPhail, A. (2013). *Building effective physical education programs*. Jones & Bartlett Publishers.
- Vasconcellos, C. d. S. (2005). *Avaliação: concepção dialética-libertadora do processo de avaliação escolar*. São Paulo: Libertad.
- Vickers, J. (1990). *Instructional Design for Teaching Physical Activities: A Knowledge Structures Approach*. Champaign: Human Kinetics Publishers, Inc.
- Zeichner, K. M. (1994). Research on teacher thinking and different views of reflective practice in teaching and teacher education. In I. Carlgren, G. Handal, & S. Vaage (Eds.), *Teachers' minds and actions: Research on teachers' thinking and practice* (pp. 9-27). London: Falmer Press

Legislação consultada



Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto. Define o regime de qualificação para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico.

Decreto-Lei n.º 79/2014, de 14 de maio. Aprova o regime jurídico da habilitação profissional para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário.

Decreto-Lei, n.º 17/2016 de 4 de abril – Organização e gestão dos currículos dos ensinos básico e secundário.

Anexos

Anexo 1- Ficha de Caracterização Individual

Grupo 1 – Ficha de caracterização do Aluno

Nome: _____

N.º: ____ Ano/Turma: ____ Idade: ____ Sexo: Masculino () Feminino ()

Email: _____

Telemóvel: _____

Escola anterior: _____

Que classificação obtiveste no ano anterior? _____

Disciplinas preferidas? _____

Disciplinas com mais dificuldade? _____

Rotinas Diárias

Tomas todos os dias o pequeno-almoço? Sim () Não ()

Dormes 8/9 horas diariamente? Sim () Não ()

Costumas almoçar na escola? Sempre () Às vezes () Raramente () Nunca ()

Durante esta Época Pandémica, consideras que os teus níveis de atividade física?

Mantiveram-se _____

Aumentaram-se _____

Reduziram-se _____

Saúde

Tens problemas de saúde? Sim () Não ()

Se sim, qual? _____

Na tua opinião quais os benefícios da prática do exercício físico?

Desporto

Qual a tua modalidade favorita? _____

Qual a modalidade que menos aprecias? _____

Práticas/Praticavas algum desporto? Sim () Não ()



Se sim, qual? _____

Práticas Desporto Federado? Sim () Não ()

Se sim, qual e quantas horas de treino semanais? _____

Se pudessem escolher uma modalidade para ser abordada nas aulas de Educação Física, qual escolherias? _____

Ano Letivo 2021/2022

Lesões

Já tiveste algum tipo de fratura, rotura de ligamentos ou luxações?
 Sim () Não () Se sim, qual/quais? _____

Gostas de EF? Sim () Não ()

Qual/Quais são as tuas expectativas para com a disciplina de EF?

Que importância a Educação Física tem na tua vida?

Grupo 2 – Objetivos de participação nas aulas

O que te motiva mais para as aulas de Educação Física? Ordena por ordem decrescente de importância (sendo o 1 o mais importante e 7 o menos importante) as seguintes opções:

Conviver	_____
Aprovação de ano	_____
Aprender	_____
Diverti-me	_____
Melhorar a saúde	_____
Praticar Desporto	_____
Culto	_____
Qual?	_____



Grupo 3 – Qualidades de um professor

Gostaríamos de saber a tua opinião sobre as qualidades que devem estar presentes na personalidade/comportamento de um professor de Educação Física.

Simpático	Justo	_____
Calmo	Exigente	_____
Divertido	Rigoroso	_____
Compreensivo	Competente	_____
Amigo	Motivador	_____
Responsável	Culto	_____

Bom Ano Letivo! ☺

Anexo 2 – Ficha de Observação da aula

Ficha de observação da aula

Educação Física
2021/2022

Nome: _____

N.º: ____ Ano: ____ Turma: ____

Data: ____/____/____



1. Indica as razões pelas quais não fazes aula prática.

2. Identifica o local da aula.

3. Descreve os exercícios que fizeram parte do aquecimento e indica o tempo que lhes foi destinado.

4. Indica todo o material utilizado.

Didaxis - Cooperativa de Ensino, CRL
2021/2022

5. Identifica as matérias lecionadas e descreve, de forma pormenorizada, todos os exercícios realizados.

6. Refere os exercícios em que os teus colegas revelaram maior dificuldade.

7. Caracteriza a participação/comportamento dos alunos na aula.

8. Faz um comentário geral da aula (incluindo apreciação sobre o espírito desportivo revelado em situações de jogo).

9. Escreve um sumário da aula.

Didaxis - Cooperativa de Ensino, CRL
2021/2022

Anexo 3 – Diploma de reconhecimento



Certificado

Educação Física Criativa


Certifica-se que o aluno _____,
da equipa _____, concluiu o
projeto, tendo obtido um honroso _____ lugar na classificação
entre equipas.

Congratulations

Fevereiro de 2022

Professora

Estudante

 UNIVERSIDADE
DA MAIA - ISMAI

 Didaxis
Cooperativa de Ensino, CRL

Turma