



## Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

André Samuel Ribeiro Lemos nº29306

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico  
e Secundário

Orientador Institucional

Professora Doutora Fátima Sarmento  
Professor Filipe Figueiras

André Samuel Ribeiro Lemos

n.º 29306

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 orientação da professora Doutora Fátima Sarmento com a orientação do professor Filipe Figueiras do Externato Ribadouro.

Julho 2020

### **Ficha de Catalogação**

Lemos, A. (2020). Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado ao Instituto Universitário da Maia.

**Palavras chave:** EDUCAÇÃO FÍSICA; PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA; ENSINO; ESTUDANTE-ESTAGIÁRIO; PROFESSOR;

## **AGRADECIMENTOS**

Ao Instituto Universitário da Maia (ISMAI) pela formação que me proporcionou durante estes dois ciclos.

Ao Externato Ribadouro (ER) pela colaboração e ter tornado possível a realização desta Prática de Ensino Supervisionada (PES).

Ao meu professor orientador, Dr. Filipe Figueiras, pelo total amparo e ajuda ao longo deste percurso de descobertas. Um agradecimento sentido pela partilha de saberes, conselhos sinceros e insubstituíveis, pela disponibilidade e dedicação.

Ao grupo disciplinar de Educação Física, pela partilha de conhecimento, conselhos e acolhimento “familiar”.

À minha supervisora, Doutora Fátima Sarmento, pela transmissão de conhecimento, disponibilidade e orientação.

Ao meu colega de estágio, amigo, Tiago Pinto, por todos os momentos de partilha ao longo do ano letivo.

Por último, à minha namorada que foi o meu maior suporte.

A todos, muito obrigado!

## Índice

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
<b>2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL</b> .....	<b>3</b>
2.1. UMA DECISÃO A PARTIR DE UM PERCURSO .....	3
2.2. EXPECTATIVAS INICIAIS.....	5
<b>3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL</b> .....	<b>6</b>
3.1. A IMPORTÂNCIA DA PES .....	6
3.2. A PES NO ISMAI.....	7
3.3. A ESCOLA COOPERANTE: LUGAR DE PRÁTICA .....	8
3.4. CARACTERIZAÇÃO DO NÚCLEO DA PES.....	9
<b>4. PRÁTICA PROFISSIONAL: DO PLANO DA ANÁLISE AO DA INTERVENÇÃO</b> .....	<b>11</b>
4.1. ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO ENSINO E DA APRENDIZAGEM.....	11
4.1.1. Conceção de ensino.....	11
4.1.1.1. Modelos de Ensino.....	11
4.1.2. Planeamento.....	12
4.1.3. Realização.....	14
4.1.3.1. Dimensões da intervenção pedagógica .....	14
4.1.4. Avaliação.....	16
<b>5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE</b> .....	<b>18</b>
5.1. ATIVIDADES REALIZADAS.....	18
5.2. FAZER APRENDER PARA LÁ DA AULA: IMPACTOS DA MINHA EXPERIÊNCIA E ATUAÇÃO .....	20
5.3. SOCIALIZAÇÃO PROFISSIONAL E INSTITUCIONAL.....	20
5.4. A COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL .....	21
<b>6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL</b> .....	<b>22</b>
6.1. DIFICULDADES E NECESSIDADE DE FORMAÇÃO CONTÍNUA: UM IMPERATIVO DA PROFISSÃO .....	22
<b>7. ENSINO À DISTÂNCIA</b> .....	<b>23</b>
<b>8. REFLEXÕES FINAIS</b> .....	<b>24</b>
<b>9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>26</b>

## **Resumo**

O presente documento, Relatório de Prática de ensino Supervisionada, é realizado no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada, concretizada no Externato Ribadouro durante o ano letivo 2019/2020, sob supervisão da professora Supervisora Fátima Sarmiento e do professor orientador cooperante Filipe Figueiras, com o objetivo de concluir o grau de Mestre de Ensino de Educação Física nos ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia.

Este documento tem um caráter individual, pelo que representa todo o caminho por mim traçado neste ano letivo, revê-se num processo reflexivo assente em todo o conhecimento adquirido por via teórica e prática, reflexão essa que foi a base de todo o desenvolvimento enquanto futuro professor e que certamente me irá acompanhar enquanto profissional, pois é certo que sempre seremos “professores aprendentes”.

Desta forma, seguindo as normas em vigor no documento orientador da Prática de ensino supervisionada do Instituto Universitário da Maia, este documento está dividido em oito partes, abrangendo todas as dimensões que dizem respeito à prática de ensino supervisionada. A primeira diz respeito à Introdução, onde se refere de uma forma sintética o que foi mais relevante ao longo da Prática de ensino supervisionada; a segunda, o Enquadramento Pessoal e Profissional, onde de uma forma resumida é apresentado o meu percurso, fundamentando as minhas opções e, de seguida as minhas expectativas; na terceira parte, é efetuado um Enquadramento Institucional, onde é referida a importância da prática de ensino supervisionar e onde a mesma é contextualizada no Instituto Superior da Maia, assim como no Externato Ribadouro; na quarta, Prática Profissional, revemos o planeamento, assim como várias competências associadas ao ato de ensinar; na quinta, Participação na Escola e Relação com o Meio em que são abordadas as atividades realizadas; a sexta, Desenvolvimento Profissional, apresenta uma reflexão sobre as dificuldades sentidas no plano da construção do conhecimento; a sétima, onde é referida toda a experiência associada ao ensino à distância; e a oitava, Reflexões Finais, que apresenta uma reflexão que engloba as três áreas de desempenho;

Palavras chave: EDUCAÇÃO FÍSICA; PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA; ENSINO; ESTUDANTE-ESTAGIÁRIO; PROFESSOR;

## **Abstract**

This document, Supervised Teaching Practice Report, is carried out within the scope of the Supervised Teaching Practice curricular unit, carried out at Externato Ribadouro during the academic year 2019/2020, under the supervision of the Supervising Professor Fátima Sarmento and the cooperating supervising Professor Filipe Figueiras , in order to conclude the Master of Physical Education Teaching degree in Basic and Secondary Education at the Instituto Universitário da Maia.

This document has an individual character, so it represents the entire path I have traced in this school year, it is reflected in a reflective process based on all the knowledge acquired through theoretical and practical means, a reflection that was the basis of all development as a future teacher and that will certainly accompany me as a professional, as it is certain that we will always be “learning teachers”.

Thus, following the rules in force in the supervisory teaching practice document of the Instituto Universitário da maia, this document is divided into eight parts, covering all dimensions that concern supervised teaching practice. The first concerns the Introduction, where it refers in a synthetic way to what was most relevant throughout the Supervised Teaching Practice; the second, the Personal and Professional Framework, where my path is briefly presented, justifying my options and then my expectations; in the third part, an Institutional Framework is carried out, which mentions the importance of supervising teaching practice and where it is contextualized at Instituto Superior da Maia, as well as Externato Ribadouro; in the fourth, Professional Practice, we review planning, as well as various skills associated with the act of teaching; in the fifth, Participation in the School and Relationship with the Environment in which the activities carried out are approached; the sixth, Professional Development, presents a reflection on the difficulties experienced in terms of the construction of knowledge; the seventh, where all the experience associated with distance learning is mentioned; and the eighth, Final Reflections, which presents a reflection that encompasses the three performance areas;

**Keywords:** PHYSICAL EDUCATION; TEACHING PRACTICE SUPERVISION; TEACHING; STUDENT-TRAINEE; TEACHER;

## **Lista de Abreviaturas**

RPES - Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

NPES - Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada

UC – Unidade curricular

UD - Unidade Didática

PES - Prática de Ensino Supervisionada

ISMAI - Instituto Universitário da Maia

ER - Externato Ribadouro

MED - Modelo de Educação Desportiva

EF - Educação Física

PNEFs - Programa Nacional de Educação Física

UCs - Unidades Curriculares

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

AEC'S – Atividades de enriquecimento curricular

POC – Professor Orientador Cooperante

## 1. INTRODUÇÃO

O presente documento foi elaborado no âmbito da unidade curricular (UC) da Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no 2º ciclo de estudos conducente ao grau de mestre no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), pelo ISMAI, ao abrigo da legislação referente à habilitação profissional para a docência pelo Decreto-lei nº 79 de 14 de maio. Esta, foi realizada no ano letivo 2019/2020 no Externato Ribadouro (ER), sob a supervisão da supervisora doutora Fátima Sarmiento e do orientador cooperante (OC) Dr. Filipe Figueiras.

Este relatório da Prática de Ensino Supervisionada (RPES) apresenta-se como o culminar máximo de toda a formação académica, adquirida ao longo dos anos. Tem como objetivo debater todas as experiências ao longo deste ano letivo, utilizando o processo crítico e reflexivo como base ao seu desenvolvimento. Este é um documento individual, ajustado à realidade enfrentada enquanto EE. Sugere uma descrição de todas as vivências e emoções a elas inerentes, assim como os obstáculos e dificuldades encontradas. Segundo Lima et al. (2014), é com o estágio pedagógico, aqui designado de PES, que os EE sentem o primeiro impacto com a prática, por intermédio do choque com a realidade e responsabilidade do que significa ser professor. Nesse sentido a PES representa a etapa mais importante deste ciclo de estudos, dando continuidade à formação inicial, onde foi possível questionar, rever e aplicar todos os conhecimentos adquiridos, efetivando a ponte entre a teoria e a prática. Nesse sentido, permitiu experienciar a realidade do ato de lecionar com todas as variáveis a ela inerentes.

Para o seu desenvolvimento, nesta PES foram lecionadas aulas a três turmas, uma do 6º, uma do 9º e outra do 12º ano de escolaridade, apresentando assim uma vasta diversidade no ato de lecionar. Ao longo do ano letivo de referenciar a dinâmica em que o EE esteve inserido ao nível da comunidade escolar, integrando a presença em diversas atividades recreativas, complementando a sua identidade.

É neste RPES que se descreve todo o percurso do EE e quais as expectativas iniciais face ao início deste ano letivo. Demonstra-se ainda a importância da PES, assim como a relevância da escola cooperante, ER, e do grupo de trabalho, NPES, no desenvolvimento do futuro professor. Revela-se todo o trajeto, do plano da análise ao da intervenção, onde se aprofunda os modelos de ensino utilizados e se revê as estratégias quanto ao planeamento, realização e avaliação. Ao longo do documento são analisadas as dificuldades sentidas no decorrer do ano letivo, assim como analisada a nova realidade do ensino à distância. Num último momento, é

utilizada a reflexão como forma de balanço, que retrata as vivências deste ano letivo como um todo.

## **2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL**

### **2.1. Uma decisão a partir de um percurso**

O meu nome é André Samuel Ribeiro Lemos, nasci a 10 de outubro de 1991 e sou natural de Valongo, local onde apenas residi até aos dois anos de idade. A maior parte da minha infância foi vivida em Rio Tinto, no Concelho de Gondomar. Foi sem dúvida, nesta localidade, sem que me apercebesse, que comecei a fomentar o meu gosto pelo desporto.

O meu percurso académico foi variado, no que refere a instituições de ensino, frequentei várias escolas por opção dos meus pais, sempre com o objetivo de procurar a melhor educação possível, mas nem sempre por minha vontade. No primeiro ano de escolaridade frequentei a escola da Boavista em Rio Tinto, e do segundo ao quarto, a escola da Lourinha, na mesma localidade. Foi nesta última que dei os primeiros passos no mundo do desporto, pois, por recomendação médica, os meus pais inscreveram-me nas piscinas municipais. Durante anos aquela piscina foi a minha rotina, todas as terças e quintas havia aula de natação. Nesse sentido fui desenvolvendo várias competências, tanto sociais como físicas.

Desde que me lembro que o meu gosto era de jogar futebol, apesar de nunca ter como objetivo ser uma estrela nesse mundo, sempre tive vontade de ingressar numa equipa, de aprender, e acima de tudo, partilhar esses momentos com os meus amigos. Lembro-me que na primeira residência que tive após a mudança, tinha um grande pátio que me permitia estar com os vizinhos horas a fio sem que o cansaço nos vencesse. Infelizmente, nunca foi um desporto que cativasse a minha mãe, e conseqüentemente nunca tive permissão de jogar a um nível federado.

Após concluir o 9º ano de escolaridade, mudei novamente de escola, para a secundária de Rio Tinto, onde fiz novas amizades, que ainda mantenho próximas nos dias de hoje. Para minha felicidade, após dada a nova adaptação, estes amigos eram muito ativos, qualquer tempo morto, qualquer feriado em que não chovesse, o nosso destino era a quinta das freiras. A quinta das freiras é um parque no centro de Rio Tinto, onde se pode, de forma gratuita, praticar exercício físico. Como é certo, apenas nos interessava o campo de futebol, onde também podíamos jogar basquetebol. Lembro-me vivamente das famosas férias grandes, tardes repletas de remates, vitórias e, ainda que poucas, algumas derrotas.

Terminado o ensino secundário, foi tempo de tomar algumas decisões que iriam influenciar os anos vindouros, e o trajeto escolhido foi o da saúde. Enveredei pela enfermagem e durante três anos carreguei a sensação do desconforto, como uma camisola

que não nos serve, até que decidi, por minha própria iniciativa alterar o meu caminho, congelando esse ciclo de estudos. Por decisão familiar comecei a trabalhar e essa foi a minha rotina durante esse ano, um part-time. Em paralelo com o trabalho, finalmente comecei a jogar futebol, tanto eu como os meus amigos do secundário ingressamos numa equipa de futebol amador, com o objetivo de treinarmos pouco e jogarmos muito.

Em janeiro, do ano de 2013, tomei a decisão de retomar os meus estudos, mas desta feita, na área que sempre me deu prazer sem nunca me ter apercebido, a área do desporto. Ingressei no ISMAI no ano letivo 2013/2014, na licenciatura de Educação Física e Desporto, a qual conclui três anos depois. Foram três anos muito bons, dos melhores que tive, apesar de ter frequentado o ensino superior anteriormente, até mesmo a praxe na anterior faculdade, foi no ISMAI que me senti em casa, que desenvolvi várias competências e encontrei várias pessoas que complementaram esse percurso.

Ao ingressar em desporto, o objetivo principal era optar pela via do treino, sendo que nos dois primeiros anos de licenciatura esse era o meu foco. No entanto, no terceiro ano, com o objetivo de alargar horizontes e opções para o futuro, optei pela UC de Metodologia Avançada do Ensino da Educação Física, onde descobri o gosto pelo ensino. Foi nesse momento que decidi que o ensino seria o meu caminho.

Terminada a licenciatura, por força do destino, fui forçado a suspender o meu percurso académico no ISMAI e comecei a trabalhar no mundo do fitness. Assumi a minha independência e com ela, também a vontade de voltar ao ISMAI e ingressar no MEEFEBS. Sempre fui bastante positivo em assumir novamente a postura de trabalhador-estudante, no entanto, o meu trabalho apresentava uma grande carga horária pelo que foi bastante complicada esta nova realidade. O primeiro ano de mestrado foi sem dúvida um grande desafio, pois, por minha iniciativa, encarei bastantes frentes, o trabalho de ginásio, os estudos e pela primeira vez, o lecionar de AEC'S na Câmara Municipal da Maia.

Aproximando-me do culminar de toda a minha vida académica, da PES, o meu sentido de responsabilidade aumentou, dada a ponte que tivemos de realizar entre a teoria e a prática, dada a importância que este ano teve no meu futuro enquanto professor.

Assim sendo, afirmo sem dúvida, que o ISMAI foi novamente a escolha acertada para me auxiliar nesta caminhada que ainda agora está a começar.

## 2.2. Expectativas iniciais

Em qualquer experiência o que custa é dar o primeiro passo. Neste ano de PES esperava implementar em contexto escolar, aquilo para o qual estudei nos últimos anos. Seria no ER que esperava encontrar um bom ambiente escolar para desenvolver a minha atividade. Tinha como objetivo fortalecer a autonomia para implementar ideias inovadoras, assim como criar e melhorar competências associadas à arte de ser professor.

Para mim, o ato de lecionar tem como base o conteúdo, forma como transmitimos e o seu objetivo e tal processo deve ser articulado aos alunos que temos pela frente. Só assim seria capaz de chegar aos alunos, de forma a estimular a sua cultura e prática e enriquecê-los de novas aprendizagens. Estar presente e influenciar diretamente a vida de um aluno é um privilégio, ser um “*role model*” é uma enorme responsabilidade e, para mim, é o que significa ser professor de EF. Perante este reforço do papel educacional incumbido aos professores, por vezes devido ao desfasamento das famílias na educação dos próprios filhos, o professor assume um compromisso social na formação dos alunos como pessoas. Por essa razão, um dos meus objetivos neste ano de prática centrou-se também na formação de valores, princípios e atitudes

Face às poucas experiências desportivas que tive oportunidade de experienciar ao longo da minha vida, senti que não tinha consolidados todos os conteúdos desportivos que iria abordar e, assim, ao longo deste ano, perspetivei evoluir no ensino das diferentes modalidades desportivas, sendo capaz de identificar, listar e corrigir de forma fundamentada erros técnicos e táticos inerentes a essas modalidades. Consequentemente tenho pretensão de conseguir motivar, despertar e mudar para melhor os hábitos dos meus alunos.

Enquanto estive neste papel de “aluno/professor” nesta instituição educativa, reconheci ser fundamental compreender as dinâmicas mais importantes associadas à escola, objetivando também colaborar no que fosse necessário, de forma a elevar a minha cultura profissional e a deixar o meu contributo na história da mesma.

### **3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL**

#### **3.1. A importância da PES**

No que à PES diz respeito, entendemo-la como um processo complexo, multidimensional e etápico, fonte de aprendizagem e de desenvolvimento profissional pela socialização, na escola (Seabra, Silva & Resende, 2016). Revemos então a PES como momento único de relação entre teoria e prática com todas as nuances que o contexto escolar proporciona ao EE. Nesse sentido, para esta caminhada, em reunião com o NPES, ficou determinado que iria lecionar a duas turmas, uma de 9º, uma de 12º ano de escolaridade e uma do 6º ano de escolaridade durante metade do ano letivo.

Entendemos então a PES como um momento único de obtenção de uma real percepção de tudo o que envolve o ato de lecionar, de toda a envolvimento da comunidade escolar na perspectiva de professor. O estágio profissional, aqui designado de PES assume, assim, um papel fundamental enquanto espaço formativo, de negociação e de reflexão, determinante para a construção da identidade profissional dos futuros professores (Alves, 2018).

Assumindo a PES como rampa de lançamento no que respeita à aplicação de todos o conhecimentos teórico-práticos adquiridos na formação inicial. É certo que será necessário uma melhor e constante preparação por parte do EE, de forma a conseguir dar a melhor resposta em tempo útil. Na minha opinião, tal resposta, será executada de acordo com o trajeto percorrido pelo EE, pelas suas vivências, pelo conhecimento que possui, pelo contexto em que está inserido, no fundo, pela sua identidade profissional ainda em construção.

A identidade profissional, segundo Marcelo (2009), é a forma como os professores se definem a si mesmos e aos outros. É uma construção do seu eu profissional, que evolui ao longo da sua carreira docente e que pode ser influenciada pela escola, pelas reformas e contextos políticos. No fundo, engloba o compromisso pessoal, a vontade para aprender a ensinar, assim como as crenças, os valores, o conhecimento sobre as matérias que ensinam e como as ensinam e as experiências passadas. Assim, a construção da identidade profissional do professor de EF é realizada a partir de opções e ligações profissionais ao longo da sua vida, através do desenvolvimento do seu conhecimento com o objetivo de melhorar a prática. Tal construção é encarada como uma aprendizagem que simultaneamente exige vontade, esforço e compromisso com a profissão (Resende et al., 2014).

### **3.2. A PES no ISMAI**

A unidade curricular de PES está enquadrada segundo o Decreto-Lei n.º 79/2014 de 14 de maio, que provê habilitação profissional para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário. O mesmo decreto enaltece a importância dessa mesma habilitação no ato de lecionar, reconhecendo que quanto mais bem preparados estiverem os futuros professores, mais rentável será o aproveitamento dos alunos.

Nesse sentido, o ISMAI foi fundamental para o meu desenvolvimento enquanto professor. Desde a formação inicial, o primeiro ciclo de estudos, que a instituição permite aos seus alunos aprofundarem os seus conhecimentos relativamente à área pela qual querem enveredar. Para além de todas as modalidades inerentes à área do desporto, a UC de Metodologia do Ensino da EF e posteriormente a UC de Metodologia Avançada do Ensino da EF e a UC de Atividades Supervisionadas em Ensino da EF, constituíram a base do ato de ensinar até então.

Ao enveredarmos no segundo ciclo de estudos, o MEEFEBS, ficamos sujeitos a uma realidade mais aproximada do ato de ensinar, com uma dinâmica bem definida ao nível da preparação, realização e reflexão do processo de ensino e de aprendizagem. Aprofundando conhecimentos das diversas modalidades, encontrando estratégias que posteriormente fariam ainda mais sentido no que refere às quatro dimensões de intervenção pedagógica, instrução, gestão, clima e disciplina. Estas dimensões foram o nosso alicerce a transpor para o momento que se seguiria, a PES.

Na fase final deste ciclo de estudos, temos a realização da PES, onde é efetivada a ponte entre o conhecimento adquirido nos anos anteriores e a realidade. No meu caso foi bastante positivo, pois consegui identificar vários aspetos que foram trabalhados anteriormente, e que certamente fizeram a diferença a meu favor em determinado momento. Aspetos esses que englobaram um forte trabalho ao nível da conceção de ensino, do planeamento e da realização. Nesse sentido os vários modelos de ensino foram especificados, assim como desenvolvemos a nossa capacidade de planear, alicerçando a mesma no estabelecer de objetivos válidos para a melhor construção de planos de aula. Ao nível da realização, melhoramos a nossa capacidade nas diferentes dimensões pedagógicas, retendo detalhes importantes ao nível da instrução, gestão, disciplina e clima.

Devido ao próximo acompanhamento entre os vários intervenientes, quer pelo ISMAI na figura da Supervisora, quer pelo lugar de prática, escola, na figura do OC, todo o processo foi simplificado. Assegurando um contexto para que o desenvolvimento da PES

fosse favorável e de onde pudéssemos retirar o máximo de experiência possível, aprimorando a nossa formação.

### **3.3. A escola cooperante: lugar de prática**

A escola que me acolheu para a realização da PES foi o ER, sediado na Rua Santa Catarina, no centro histórico do Porto, local onde também possui um polo, na Rua do Bom jardim. O ER é uma escola de Ensino Particular e Cooperativo, com um projeto educativo global, a funcionar em regime de Autonomia Pedagógica, que engloba vários níveis de escolarização, desde a educação pré-escolar até ao ensino secundário. Sendo a sua realidade educativa heterogénea, a escola recebe alunos provenientes de diversas regiões do país, levando a uma diversidade cultural. Ao estimular a excelência e o mérito por via da otimização de competências, o ER foca o desenvolvimento pessoal, emocional, académico e profissional, sendo o aluno o centro do processo de ensino e de aprendizagem.

Relativamente à oferta desportiva no seu raio de ação, podemos encontrar vários ginásios de renome, como o Holmes Place e o Fitness Hut, que contam com uma elevada percentagem de frequência por parte dos alunos do ensino secundário. Tal facto está associado à prioridade dos mesmos em aplicar mais tempo ao estudo, em detrimento da prática desportiva, pressupondo que o ginásio acarreta um nível mais baixo de compromisso. No entanto existem ainda várias referências para a prática desportiva, entre elas o Académico Futebol Clube, com o qual o ER possui uma parceria que permite a utilização dos espaços desportivos para lecionar a disciplina de EF, o CDUP e o Futebol Clube do Porto. As modalidades mais praticadas variam entre o futebol, o andebol, o voleibol e o basquetebol.

Quanto às instalações desportivas, a escola tem vários espaços destinados à realização das aulas de EF. Um pavilhão, dois campos exteriores, um deles de dimensão reduzida e ainda duas pistas de atletismo, também elas de dimensão reduzida, no entanto, como referido anteriormente, neste ano letivo o ER celebrou uma parceria com o Académico Futebol Clube, que permitiu a realização de aulas nas suas instalações. Quanto ao material desportivo, este ano a escola renovou algum do seu material mais utilizado, como as bolas de futebol, andebol e voleibol, que no fundo facilitaram a dinâmica das nossas aulas.

Nesta PES tive a sorte de privar com um grupo de educação física fantástico, que sempre se prontificou a facilitar a minha integração e obtenção de sucesso. O grupo era constituído por oito professores, a maioria com muita experiência na área do ensino da EF, o que me ajudou em várias vertentes, tanto ao nível da partilha de experiências, como em conselhos quanto ao

planeamento e realização das aulas ou ainda no debate sobre as melhores práticas pedagógicas. A relação entre todos era bastante positiva o que me transmitiu uma sensação de união e companheirismo.

Ao longo deste ano letivo fiquei responsável por duas turmas, uma do 9º e outra do 12º ano de escolaridade, sendo que a meio do 2º período assumi também uma turma do 6º ano. De uma forma geral, todas as turmas mostraram boa disponibilidade motora, o que simplificou a dinâmica das aulas. Especificando, o 9ºB, era constituído por 27 alunos, 15 raparigas e 12 rapazes. Muitos destes alunos já estavam inseridos em práticas desportivas extracurriculares, associadas ao futebol, basquetebol, voleibol, andebol e ginástica. Nesse sentido sempre foi uma turma muito orientada para a competição, sendo esse o parâmetro mais apreciado pelos alunos. No que concerne ao comportamento, apesar de ser uma turma agitada, nunca existiram casos sérios de indisciplina.

A turma do 12ºA6 era constituída por 28 alunos, 15 raparigas e 13 rapazes. Uma turma fantástica ao nível comportamental, incluindo a pontualidade e a assiduidade. Eram bastante competentes no desempenho e apresentavam uma boa cultura desportiva. A turma também contava com alunos presentes no contexto de prática desportiva, associados ao andebol, voleibol, ginástica e basquetebol, contudo, em menor número quando comparados com os alunos do 9ºB. De referenciar a facilidade na comunicação entre mim, enquanto professor, e os alunos, consequência da atitude positiva da turma. Quanto ao 6ºA, a turma era constituída por 20 alunos, 15 raparigas e 5 rapazes. Efetivamente foi uma turma que exigiu um esforço complementar durante as aulas presenciais, devido à facilidade com que se desviavam do objetivo da aula. No entanto, mostravam-se bastante motivados para a prática, facilitando a dinâmica da aula. Nesta turma, apenas 3 alunos praticavam desporto extracurricular, 2 alunos associados à ginástica e 1 ao voleibol.

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

O NPES presente no ER neste ano letivo foi constituído por mim, pelo Tiago, pelo OC Filipe Figueiras, assim como pela professora Supervisora Fátima Sarmento. Segundo Amaral da Cunha (2016), é na relação com o outro e na participação nas práticas de ensino e nas atividades da escola que os estagiários crescem, bem como no sentido de pertença à profissão de professor, possibilitando uma participação e aproximação mais ativa à realidade escolar.

Por já nos conhecermos há bastante tempo e termos uma relação de amizade, desde o primeiro ano de licenciatura, reconheço que o Tiago teve um papel fundamental no

desenvolvimento da minha PES, tanto a nível pessoal como a nível profissional. Esse papel diferenciador iniciou-se aquando da primeira reunião com o OC, em que cada um de nós tinha de escolher duas turmas para lecionar neste ano letivo. Como referido anteriormente, há alguns anos que sou trabalhador estudante e nestes últimos anos, devido à minha atividade se desenvolver na área do fitness, a minha carga horária aumentou significativamente, tive de ter essa situação presente no momento da escolha das turmas a lecionar. Engrandeco a disponibilidade do Tiago em escolher as suas turmas depois de eu ajustar o meu horário.

A relação próxima entre nós permitiu uma preparação e um planeamento mais bem pensado e executado, pelo que ambos somos bastante críticos relativamente ao desempenho do outro. Nesse âmbito, o meu processo reflexivo sempre incluiu conversas ocasionais sobre determinado momento, exercício ou até mesmo comportamentos, que ocorreram, tanto nas minhas como nas aulas do Tiago. O facto de sermos sinceros relativamente à prestação um do outro fez com que elevássemos o nosso desempenho e com isso retirássemos o melhor de cada aula. Segundo Pacheco, Cunha e Batista (2017), a partilha em NPES revelou-se decisiva para a transformação gradual do EE, isto é, de passar do papel de estudante para o papel de professor. Referem ainda que a partilha de conhecimentos e os modos de organizar o processo de ensino entre os elementos do NPES, permitem ao EE adquirir novos entendimentos, reconfigurar os existentes e melhorar a suas competências enquanto docente.

O OC Filipe Figueiras foi sem qualquer dúvida a chave para o nosso sucesso enquanto futuros professores. Desde a primeira reunião, que tivemos a certeza que iria ser um ano bastante trabalhoso, e que teríamos de apostar no máximo de dedicação de forma a cumprirmos com os objetivos propostos. Objetivos esses que englobaram não só a nossa prestação em aula, mas toda a envolvência na comunidade escolar e, sem dúvida que foi um facilitador da nossa integração.

A relação entre os elementos do NPES, a partilha de diferentes vivências e de experiências pessoais, contribuiu em grande escala em termos de aquisição de conhecimentos. No fundo, considero o NPES como alicerce no que toca a esta caminhada académica que se encontra na sua fase mais importante.

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

### **4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem**

#### **4.1.1. Conceção de ensino**

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

A disciplina de EF está presente na vida académica do estudante desde a pré-escola até ao ensino secundário, nesse sentido deveria assumir uma posição preponderante no trajeto dos alunos, contudo, está neste momento desvalorizada pelo que ainda não é entendida como um momento de aprendizagem tal como as restantes disciplinas. “A EF é obrigada a viver assim entre a luz e a sombra, entre a contradição dos termos, “faz falta”, mas “vale pouco”, de ser ao mesmo tempo uma área de alta intensidade, mas de baixa exigência” (Graça, 2014, p.94). É neste momento que os professores de EF têm de demonstrar a importância desta disciplina, tornando palpável o seu contributo para a formação dos alunos, não se conformando nem tomando uma posição passiva face a esta desvalorização.

Os modelos de ensino surgem como ferramenta do professor para que os seus alunos consigam atingir os objetivos determinados previamente, de acordo com o PNEF, objetivos esses delineados de acordo com as diretrizes da escola, com o perfil dos alunos, com as condições e material disponíveis na escola, destinado a que os alunos aprendam tudo aquilo que é pretendido pelos seus professores (Metzler, 2017). Estes modelos são, a Instrução Direta, o Sistema Personalizado para a Instrução, a Aprendizagem Cooperativa, o Ensino em Pares, o Ensino por Questionamento, a Educação Desportiva, os Jogos Táticos e a Responsabilidade Pessoal e Social (Metzler, 2017).

Nesse sentido, tomando uma atitude proativa, utilizei várias técnicas e nuances dos modelos de ensino abordados aquando do primeiro ano deste ciclo de estudos, com o objetivo de cativar os alunos e com isso catapultar a sua motivação e interesse para as aulas de EF. O modelo de Instrução Direta (MID) e o modelo de Educação Desportiva (MED) foram os que me acompanharam ao longo do ano letivo, com uma predominância do MID, no entanto, no segundo período tentamos uma abordagem diferente e após reunião com o NPES, decidimos introduzir o MED.

Em relação ao MID, este é o modelo de instrução preconizado pela escola, que, segundo Mesquita e Graça (2009), é caracterizado por centrar o professor no processo de ensino e de aprendizagem, ou seja, é o professor que enquadra os alunos nas tarefas de aprendizagem. Neste modelo, o professor determina explicitamente quais as regras e as rotinas de gestão e ação dos alunos, com o objetivo de obter o melhor rendimento nas atividades por eles desenvolvidas. Foi

perceptível, desde o início do ano letivo, que os alunos dependiam exclusivamente da instrução do professor para tomar qualquer atitude no que toca à dinâmica da aula, demonstrando pouca autonomia.

No que concerne ao MED, desenvolvido na década de 80 por Daryl Siedentop, ocorre a substituição da tradicional unidade didática por uma época desportiva onde é atribuída aos alunos mais responsabilidade e autonomia na organização e gestão da atividade. Assim, durante a atividade, os alunos desempenham diferentes papéis para além do aprender a jogar, tais como: ser treinador, capitão, árbitro, estatístico, jornalista, apoiante, entre outros. A dinâmica implícita neste modelo de ensino visa oferecer experiências desportivas com o objetivo de melhorar a performance dos alunos, onde está incluída a competência tática, assim como de desenvolver a sua cultura desportiva, onde se inserem os valores e as tradições desportivas, bem como rituais e regras (Pereira, Mesquita, Araújo, & Rolim, 2013).

No entanto, de forma a respeitar as diretrizes do ER, decidimos em reunião de NPES, aplicar uma aproximação a este modelo ao 12º ano de escolaridade, na modalidade de voleibol. O modelo sugere que os treinadores fiquem encarregues das ações relativas ao treino, no entanto, no início de cada aula era tarefa nossa, enquanto professores, instruir os treinadores de cada equipa em relação aos exercícios que poderiam escolher para a constituição do treino mesma. Também adaptamos o calendário da época desportiva, com a primeira hora da aula destinada aos treinos e a segunda hora destinada à competição.

Esta alteração no modelo de ensino teve como consequência o aumento da motivação dos alunos, a melhoria da sua autonomia e resultou num maior comprometimento do aluno consigo próprio e com os outros, nomeadamente a sua equipa, fomentando o sentimento de pertença.

#### **4.1.2. Planeamento**

O planeamento tem como base o plano anual, que para Bento (1998, p. 59), “é um plano de perspectiva que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas”, nesse sentido o plano anual visa o estabelecer de objetivos preconizados nos objetivos do programa nacional. Assim sendo, o nosso primeiro passo no que ao planeamento diz respeito foi a elaboração do plano anual, contando com a colaboração do grupo de EF. O mesmo foi pensado estrategicamente no sentido de dar continuidade às aprendizagens anteriores, assim como, de alicerçar as futuras.

Segundo Bento (1998, p. 60) “o conteúdo e a estrutura do plano de cada unidade são determinados pelos objetivos, pelas indicações acerca da matéria e pelas linhas metodológicas do programa e do plano anual”, que posteriormente foram trabalhadas de acordo com o PNEFs e com as aprendizagens essenciais para cada ano letivo, tendo em consideração as características do ER e dos seus alunos. As UD servem no fundo de alicerce à atividade docente, delineando o trajeto a tomar, ficando decidido que no primeiro período iríamos abordar as modalidades de ginástica, basquetebol e andebol, no segundo período, atletismo, futebol e voleibol e no terceiro período, badminton e atividades rítmicas para o 3º ciclo e ensino secundário e patinagem e atividades rítmicas para o 2º ciclo. O ponto de partida no planeamento das UD foi a realização da avaliação diagnóstica, tendo, a partir desse momento, uma melhor perceção do nível dos alunos e qual o caminho a percorrer. No entanto, foram sentidas algumas dificuldades no sentido de cumprir com os objetivos do PNEFs tendo em conta o nível e a evolução dos alunos.

Apesar de as UD e os seus objetivos estarem previamente definidos, respeitante à fase de conceção, tivemos sempre em consideração o nível e a evolução dos alunos no decorrer das aulas, pelo que o nosso planeamento poderia ou não ser respeitado, mediante as necessidades dos mesmos, relativamente à fase de concretização. Para Aranha (2004), é nesta fase que são avaliadas a viabilidade das opções tomadas, podendo tomar novas decisões e nesse sentido, realizar novas adaptações a situações imprevistas, que visam controlar a atividade pedagógica.

“A aula é realmente o verdadeiro ponto de convergência do pensamento e da ação do professor” afirma Bento (1998, pág. 101). De facto, a aula é o culminar do trabalho pedagógico desenvolvido pelo professor e este tem a responsabilidade de oferecer condições para que os alunos interajam motivados de forma a responder às tarefas da aula planeada, fomentando o processo de aprendizagem e possibilitando o atingir de objetivos. Nesse sentido, o plano de aula assume um papel importante no que ao planeamento diz respeito, sendo uma ferramenta que auxilia o professor na transição da fase da conceção para a fase da concretização.

É certo que ao longo da minha formação académica elaborei vários planos de aula, com diferentes objetivos e de diferentes modalidades, estes adequados a diferentes abordagens associadas aos professores que tive. Efetivamente ao transitar da realidade académica para a realidade desta PES, não realizamos grandes alterações à estrutura do plano de aula, dividindo o mesmo em três momentos, parte inicial, fundamental e final. A parte inicial respeitante à ativação geral, sendo que a parte fundamental e final da aula eram destinados aos objetivos gerais e específicos, respeitando sempre uma sequência lógica. O plano de aula construído com base num pensamento reflexivo apurado, considerando a evolução dos nossos alunos como

fator chave, constituiu assim uma linha orientadora que nos auxiliou durante ao ato de lecionar, permitindo-nos ajustar o mesmo em tempo real. Numa fase inicial foi notória alguma dificuldade na rapidez com que realizamos alterações nas aulas, de forma a que os alunos atingissem os objetivos propostos, alterações essas necessárias pelo facto de, na mesma turma, existirem alunos que se situavam em diferentes níveis de desempenho, tanto no nível introdutório como no elementar.

No ER as adaptações foram constantes devido ao *roulement*, e ao material desportivo disponível, pelo que sempre foi necessária uma articulação com os professores que lecionavam em simultâneo, de forma a tentarmos cumprir com o planeado. No entanto, um dos maiores desafios foram as adaptações realizadas devido às condições climatéricas, em que existiram aulas em que dividimos o espaço interior para três turmas e em consequência, uma plena alteração do plano de aula.

No momento posterior à realização da aula, de destacar o momento crítico e reflexivo, onde o professor Filipe teve um papel de relevo, incidindo nos aspetos a melhorar. A reflexão de carater individual era elaborada posteriormente, e tida em consideração na elaboração no plano de aula da aula seguinte, entregues em conjunto ao OC.

### **4.1.3. Realização**

#### **4.1.3.1. Dimensões da intervenção pedagógica**

No que à realização diz respeito, entendo a mesma como um processo de transição entre o planeamento e a prática em contexto real. Processo esse que engloba quatro dimensões da intervenção pedagógica, a Instrução, a Gestão, a Disciplina e o Clima de aula.

Segundo Graça (2006, p.169), “o termo instrução aparece frequentemente confinado às intervenções verbais do professor relativas à transmissão de informação, às explicações, diretivas, chamadas de atenção, acompanhadas ou não de demonstração.”. Esta foi a primeira dimensão com a qual me deparei aquando do início do ano letivo.

Assumindo que a comunicação é um fator chave no ato de ensinar, verificamos a necessidade de adaptar essa componente, tentando ser o mais claro e assertivo possível com o objetivo de liderar a turma de uma forma diretiva, rentabilizando também o tempo útil da aula. Nas primeiras aulas sentimos dificuldades ao nível da projeção de voz, levando mesmo a um certo desconforto nos momentos após a aula, consequência da dinâmica do ER em que aquando

das minhas aulas, várias turmas tinham aulas em simultâneo e tantas outras estavam em tempo de intervalo.

Na fase inicial da PES, sentimos a nossa atenção a ser canalizada para a organização da aula, preocupado em manter uma boa dinâmica de aula e de certa forma coloquei os feedbacks em segundo plano. Em reflexão com o OC, este transmitiu-nos a importância dos feedbacks em relação ao desempenho dos alunos, podendo este ser o toque diferenciador no processo de ensino e de aprendizagem e nesse sentido conseguimos ser mais abrangentes e redistribuir a nossa atenção por mais detalhes no decorrer das aulas. Outro ponto chave diretamente relacionado com a Instrução é o conhecimento aprofundado do conteúdo que estamos a abordar, sendo que no nosso caso, quanto mais seguros estivéssemos em relação a determinada matéria, mais confortável estava no momento de comunicar com os alunos. Como exemplo, comparo as aulas da unidade de atletismo com as aulas da unidade de voleibol. Nas aulas de atletismo, por ser uma modalidade em que nos sentíamos menos à vontade, apesar de termos dedicado mais atenção no que toca à preparação das aulas, sentimos mais limitação na transmissão de feedbacks do que na unidade de voleibol. Portanto, o conhecimento aprofundado é fundamental para rentabilizarmos a nossa comunicação e consequentemente elevarmos o processo de ensino e de aprendizagem.

Relativamente à dimensão gestão, na minha opinião foi a dimensão em que me senti mais à vontade, até pela experiência que adquirimos na formação inicial, gestão essa que engloba a organização, os materiais e o tempo de aula. Apesar de termos alguma experiência adquirida ao longo da formação inicial, existe sempre o fator *contexto real*, e nesse sentido será sempre necessário um à vontade acima da média, que como referido anteriormente em relação ao planeamento, pressupõe que sejamos capazes de realizar adaptações no imediato. Na realidade do ER essas adaptações foram constantes, muitas das vezes cirúrgicas, pelo que algum professor poderia necessitar de algum material ou de algum espaço de forma a conseguir lecionar a sua aula. No que toca à organização, desde a formação inicial, que interiorizei que era necessário rentabilizar o tempo útil de aula e nesse sentido, nas minhas aulas sempre tive em consideração a formação dos grupos, tentando ao máximo não quebrar as rotinas da aula, mantendo esses grupos até ao final da mesma. Este aspeto ficou evidenciado aquando da introdução da adaptação do MED, na turma do 12º ano, em que os alunos mantiveram as equipas em todas as aulas voleibol, resultando em mais tempo de empenhamento motor.

Quanto à dimensão Disciplina, nunca ocorreram casos graves de indisciplina, é certo que existiram algumas chamadas de atenção e tivemos sempre a preocupação de agir no momento certo e de demonstrar o nosso ponto de vista com base na razão. Ao abordar este tema

recordamos a turma do 9º ano, uma turma que sempre demonstrou muita apetência para a realização de tarefas, mas que sem a organização certa, o seu comportamento piorava. A estratégia adotada para essa turma teve como base um planeamento em torno da competição, com um elevado empenhamento motor, no fundo os alunos não tinham oportunidade de se desconcentrarem das tarefas da aula, limitando os comportamentos menos apropriados. Tal estratégia está diretamente relacionada com a dimensão Clima, que quando propriamente ajustado influencia diretamente o desenvolvimento e a motivação dos alunos. Nesse sentido, como referido no exemplo anterior, tentamos ajustar toda a dinâmica da aula de forma a estimular tanto os alunos mais evoluídos, como os alunos com mais dificuldades, com o objetivo de evitar que os mesmos despertassem tanto a desmotivação como a frustração. A próxima relação que conseguimos estabelecer com os alunos permitiu-nos encontrar o equilíbrio necessário para prolongar um clima positivo no decorrer das aulas e dessa forma permitir aos alunos a obtenção de melhores resultados.

#### **4.1.4. Avaliação**

Indo ao encontro de Bermudes, Ost e Afonso (2013), é essencial intervir pedagogicamente na prática educativa a partir da avaliação, pois é nesse processo que tem como base a observação e a análise, que se articula o processo de ensino e de aprendizagem. Nesse sentido, a avaliação é um ponto chave no processo de ensino e aprendizagem, pelo que permite delinear qual o trajeto a seguir de acordo com as necessidades dos nossos alunos, tendo um papel fundamental na progressão dos mesmos, reconhecendo a produtividade do processo de ensino, permitindo ajustar os objetivos e as estratégias da aula.

Durante a nossa PES, cada UD teve início com a avaliação diagnóstica, sendo este o primeiro passo para identificar o nível de execução dos alunos nos conteúdos a serem abordados, estabelecendo a ponte entre os objetivos e os conteúdos. O jogo foi a estratégia adotada para esta primeira avaliação, pois o mesmo contém a maioria dos conteúdos a serem abordados. De forma a uniformizar o processo, o grupo de EF elaborou uma grelha sistemática de verificação de conteúdos para cada modalidade, onde foi registado, de forma qualitativa, o nível de desempenho dos alunos.

A avaliação formativa auxilia a ajustar o processo de ensino e de aprendizagem, facultando informações importantes para a construção ou adaptação das ações educativas, assim como tem a capacidade de prover feedback ao aluno com o objetivo de elevar a sua aprendizagem (Araújo & Diniz, 2015). Esta avaliação possibilitou-nos uma tomada de decisão

quanto à continuidade do que foi programado ou identificou a necessidade de alterar o trajeto traçado. Na nossa opinião é um objeto de ensino, pois o processo reflexivo a ele inerente questiona a validade das opções tomadas, tornando a aprendizagem dos alunos efetiva. Ao longo do ano a nossa capacidade em avaliar os alunos formativamente melhorou significativamente, paralelamente com a nossa capacidade em observar e comunicar com os alunos.

A avaliação sumativa tem como base a interpretação da competência dos alunos, interpretação essa regida por critérios de avaliação iguais para todos, com o objetivo de realizar um balanço ao aproveitamento dos alunos, classificando o seu desempenho (Araújo & Diniz, 2015). Assim sendo na última aula de cada UD, foi realizada a avaliação sumativa, identificando o progresso dos alunos, conferindo-lhe uma classificação com base nos domínios cognitivo, psicomotor e atitudinal. Correspondendo a uma percentagem da classificação final de 20%, 40% e 40% respetivamente.

Relativamente ao domínio cognitivo, durante o primeiro e o segundo período, os alunos foram avaliados em contexto de aula, com perguntas diretas, considerando também a sua participação nos momentos de contextualização ou instrução em determinada modalidade ou exercício, como por exemplo, o conhecimento e a aplicação prática do regulamento em situação de jogo. No terceiro período, enquanto ensino à distância, os alunos foram sujeitos ao preenchimento de um questionário, no qual o resultado foi a sua classificação. Quanto ao domínio psicomotor, o mesmo estava dividido entre as atividades físicas e a aptidão física, contribuindo para a classificação na percentagem de 35% e 5%, respetivamente. Ao nível das atividades físicas, tal como na avaliação diagnóstica, os alunos foram avaliados segundo grelhas sistemáticas elaboradas pelo grupo de EF, estas contendo os vários conteúdos previamente planeados para as UD. A avaliação da aptidão física foi realizada através dos testes de aptidão física Fitescola, incluindo os testes da milha, força resistente abdominal e flexibilidade dos membros inferiores e superiores.

Por último, o domínio atitudinal que incluiu a responsabilidade, esta ramificada em assiduidade, material e empenho e a cooperação, traduzida em respeito, sentido crítico e na identificação de problemas e apresentação de soluções.

Paralelamente à avaliação formativa, também melhoramos a nossa capacidade organizativa e observacional nos momentos de avaliação sumativa, aprimorando e utilizando da melhor forma a informação proveniente dos mesmos, sendo que, na nossa opinião, quanto mais refinado for o processo de avaliação formativa, mais simples será o da avaliação sumativa.

## **5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE**

### **5.1. Atividades realizadas**

As atividades realizadas fora do contexto de aula são muito importantes no que toca ao desenvolvimento do Professor, sendo que este não se pode limitar apenas ao ato de lecionar, assumindo uma postura dinâmica e ativa na realização das várias atividades realizadas, através das quais se atinge um melhor envolvimento na comunidade escolar. O ER prima por facultar aos seus alunos o maior número de experiências quanto possível de forma a refinar o seu trajeto académico, e, nesse sentido, desenvolve inúmeras atividades nas quais tivemos a oportunidade de participar.

A primeira atividade em que estivemos presentes foi na celebração do Halloween, em que o grupo de educação física ficou responsável pela organização e dinamização das atividades, dinâmica essa que incluía a utilização de atividade física na forma de jogos tradicionais. Todo o ER foi decorado com objetos alusivos à data, envolvendo todos os participantes.

O São Martinho também foi uma data que não foi esquecida, e nesse sentido, foi criado um magusto para dinamizar este dia. O grupo de educação física, ficou responsável pela organização de percursos com obstáculos, orientados para os alunos do 1º ciclo. Apesar de ser uma atividade de curta duração, os feedbacks dos alunos foram bastante positivos.

O basquetebol foi uma modalidade abordada no primeiro período, e que foi bastante apreciada pelos alunos do ER. Nesse sentido foi organizada uma atividade em que o treinador e os atletas profissionais do Maia Basket se deslocaram às instalações desportivas do ER, com a finalidade de promover a modalidade. A atividade ficou ao encargo do grupo de educação física e foi direcionada aos alunos do 1º, 2º e 3º ciclo. Os convidados, com a ajuda dos professores e EE, orientaram alguns exercícios e demonstraram algumas habilidades que fizeram a delícia dos presentes.

Como conclusão do primeiro período, demos lugar ao nosso evento anual, o “Street Basket Ribadouro”. Esta atividade consistiu na preparação e desenvolvimento do torneio de basquetebol. Assim sendo, os EE desenvolveram todo o processo desde a sua estruturação, até à sua divulgação. O torneio destinou-se aos alunos do 9º ano e alunos do ensino secundário, tanto do ER como das outras escolas pertencentes ao grupo, o mesmo foi realizado no Pavilhão Académico Futebol Clube.

Iniciado o segundo período, o grupo de História do ER desenvolveu duas atividades, a primeira em que foi realizado um “tour” pedonal pela cidade do Porto, trajeto esse que incluiu

locais de relevo na história da cidade, e a segunda, que consistiu em uma visita à alfandega onde decorreu um espetáculo virtual denominado “Porto Legends”. Este espetáculo consistiu em transmitir aos seus espectadores 10 lendas sobre a cidade do Porto. Foi solicitada para ambas as atividades a presença dos EE, no sentido de acompanhar os alunos, apoiando o seu envolvimento para além da aula.

O carnaval é uma das datas mais populares no ER, em que a maioria dos alunos encara este dia com a seriedade necessária para se mascarar a rigor. Acompanhando a motivação dos alunos, o grupo de EF organizou um desfile de máscaras, mascarando-se também de forma a envolver toda a comunidade escolar num ambiente único de diversão e relaxamento. Esta foi a última atividade realizada presencialmente devido à interrupção letiva, consequência da pandemia por COVID-19.

O ER não inclui nas suas atividades o desporto escolar, no entanto contempla três clubes para o desenvolvimento de várias atividades associadas ao desporto, um dos quais os EE integraram, o clube de patinagem. Era uma atividade com uma carga horária de uma hora semanal, direcionada para os alunos do primeiro ciclo e consequentemente a motivação para a prática sempre foi a melhor. Todos os alunos que integravam o grupo sentiam algumas dificuldades iniciais, até pelos patins serem um material que atualmente não é de utilização comum, mas sempre apresentaram bons índices de adaptação. A segurança ao patinar sempre foi a chave de todo o processo e só depois se focavam as várias técnicas como o “slalom” ou a travagem em t.

Ao terminar o ano letivo, os EE desenvolveram um seminário, que incluiu uma temática variada, entre as quais a atividade física, o sedentarismo, a obesidade e a nutrição. Ao idealizar a apresentação tivemos de considerar esta nova realidade de ensino à distância, e nesse sentido, utilizando a plataforma “teams” realizamos a nossa apresentação à minha turma de 12º ano de escolaridade. Apesar de ser uma nova forma de apresentação, a sessão foi bastante fluida com uma boa dinâmica de conversa entre os vários elementos presentes, o que consequentemente levou a um melhor aproveitamento dos alunos.

O programa “Family in Move” foi o projeto de intervenção escolhido pelos EE para ser desenvolvido neste ano letivo. No ER existe uma grande proximidade entre os professores, os alunos e os encarregados de educação e dadas as características do programa, este foi o que melhor se enquadrou, até porque o mesmo já havia sido aplicado em anos transatos. Vários testes físicos foram aplicados durante as aulas de EF e os alunos mostraram-se sempre recetivos e curiosos no desenrolar do estudo. Os resultados do mesmo também foram apresentados no seminário realizado.

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

No ER a relação entre Professores e alunos é muito próxima o que facilita a comunicação e conseqüentemente a transmissão de valores aos nossos alunos. No fundo, estes vêm-nos como um “*role model*”, sendo que a nossa responsabilidade social aumenta pelo que os alunos tendem a ter maior atenção às nossas atitudes e comportamentos.

Enquanto Professores do ER foi essencial adotar uma postura ativa no envolvimento com a comunidade escolar, e conseqüentes atividades realizadas que contribuíram em grande escala para o nosso desenvolvimento enquanto profissionais e pessoas. Em todas as atividades realizadas o nosso sentido de responsabilidade e autonomia ficaram mais refinados, o que nos tornou mais confiantes e à vontade nos processos relativos à escola. Até mesmo o nosso conhecimento sobre outras áreas, mais especificamente ao nível da história, onde tivemos o privilégio de acompanhar os alunos em várias atividades.

Para além disso, pensamos que tivemos um grande impacto na saúde dos alunos, pelo que por estar diretamente ligado à área do exercício físico, cultivamos nas nossas aulas a importância de estilos de vida saudáveis, aplicando vários conceitos, principalmente aquando do ensino à distância, onde essa temática foi de extrema importância de forma a mantê-los o mais ativos possível, durante o período de confinamento.

## **5.3. Socialização profissional e institucional**

Na nossa opinião a socialização foi a base da nossa integração na comunidade escolar, através dela dei-me a conhecer e desenvolvi novas pontes de ligação que me permitiram melhorar a minha prestação enquanto EE. Através da socialização fui capaz de transmitir e receber valores, ideais, comportamentos, mas acima de tudo, foi-me possível ter uma real perceção das experiências dos vários docentes presentes no ER, que posteriormente foram muito importantes ao nível da conceção do ensino.

Ao longo do ano a nossa intervenção junto da comunidade escolar fortaleceu-se, fruto da evolução na nossa relação com o OC, Professor Filipe Figueiras, que teve um papel determinante na nossa integração, facilitando todo o processo pela forma como nos recebeu.

Relativamente ao meu colega da PES, tive a possibilidade de trabalhar com um colega e amigo que esteve sempre presente no meu percurso desde a licenciatura. Sem dúvida que foi uma vantagem no momento de partilhar experiências e de refletir sobre tudo o que nos acompanhou ao longo deste ano.

É certo que tivemos mais tempo de contacto com os docentes de EF, no entanto, os restantes professores e profissionais do ER sempre nos apoiaram e valorizaram seja pelo envolvimento nas atividades escolares, seja pela inovação no ato de lecionar. Neste âmbito, também Mesquita e Bento (2014), referem que é neste contacto que o EE se vai tornando um membro da comunidade educativa, ajustando-se aos contornos da profissão.

#### **5.4. A Componente ético-profissional**

Alguns estudos realizados em Portugal que se debruçaram sobre a conceção da docência e a regulação da profissão, já permitem afirmar que os professores vêm a sua ocupação como eminentemente ética (Caetano & Silva, 2016). O professor deve agir com base num conjunto de princípios morais, sendo que o que se espera dele é que recorra a uma estratégia, desenvolva um método e disponha de recursos para promover a formação ética dos alunos. Ainda na opinião dos mesmos autores, ser Professor obriga a um modo particular de ser e de estar. Nesse sentido, no ER existe uma forte preocupação na formação cívica dos alunos, sendo que tal foi ao encontro das nossas expectativas em que o ato de ensinar vai para além da sala de aula, conduzindo os alunos a algumas transformações que os levem a adotar comportamentos e valores de natureza ética. Aproveitando a forte ligação que os professores estabelecem com os seus alunos, assumimos uma postura ativa na sua formação não só académica, mas também enquanto cidadão de uma comunidade.

## **6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL**

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

Podem existir bons, muito bons, ou excelentes professores, no entanto, não pode haver maus, pois provavelmente provocariam males irreparáveis (Pereira & Silva, 2006). A carreira do professor acarreta uma grande responsabilidade pois está diretamente relacionada com o percurso de vários indivíduos, influenciando o caminho dos mesmos. Nesse sentido é fundamental que o Professor estabeleça a ponte entre a formação inicial e a formação contínua, com vista ao seu desenvolvimento profissional durante a carreira.

Para Marcelo (2009), o desenvolvimento profissional docente é visto como uma atitude de permanente exploração, de questionamento e da consequente procura de soluções. Foi nesta ótica que foi desenvolvida esta PES, encarando todas as situações com o propósito de melhorar enquanto professor, aproveitando a imprevisibilidade inerente ao ato de lecionar, quer ao nível das alterações no planeamento, como às súbitas alterações do espaço, criando a necessidade de realizar adaptações com vista ao sucesso dos alunos. Na nossa opinião, a qualidade dessas alterações ao nível da realização, demonstram o bom desenvolvimento do professor, dado que as mesmas estão diretamente relacionadas com a sua capacidade crítica e reflexiva. A reflexão foi um ponto-chave na nossa evolução, contribuído em grande escala para o nosso desenvolvimento profissional. A partir de vários momentos crítico-reflexivos fomos capazes de melhorar várias vertentes associadas ao ato de lecionar, como aspetos comportamentais, rapidez no pensamento para adaptações instantâneas, mas essencialmente, a reflexão fez-nos perceber quais os aspetos a melhorar, seja no planeamento ou na realização.

No fundo o desenvolvimento profissional está diretamente associado a um processo que vai evoluindo à medida que o professor ganha experiência e sabedoria, tal como a sua identidade profissional, que segundo Marcelo (2009), é a forma como os professores se vêm a eles próprios e conseguem ver os outros.

## 7. ENSINO À DISTÂNCIA

Este ano letivo, dada a situação atual que o País atravessa devido à pandemia por COVID-19, fez com que fossem realizadas alterações ao nível da organização e gestão do ensino e da aprendizagem. Nesse sentido, de acordo com a realidade do ER, realizamos alterações quer ao planeamento das aulas, quer à realização das mesmas. Sendo que apesar de transmitirmos aos alunos todos os conteúdos previamente definidos no plano anual, ajustamos os conteúdos associados à prática.

Ao lecionarmos à distância tivemos de ter em consideração a manutenção e/ou elevação da aptidão física, assumindo o bem-estar físico e psicológico dos nossos alunos como prioridade na manutenção da sua saúde. No entanto, no momento de planear tivemos de ter em consideração as necessidades e as possibilidades de cada aluno. Tal como anteriormente, fomos dada toda a liberdade e autonomia para liderar o processo de ensino e de aprendizagem com vista às diretrizes acima referidas.

Por ser uma realidade bastante diferente do que até então, foi necessário um planeamento cuidado, que em simultâneo controlasse os níveis de motivação e apresentasse alguma exigência aos alunos. Nesse sentido, valendo de algumas ferramentas da nossa área profissional, conseguimos que as nossas turmas se mantivessem motivadas e empenhadas, ajustando a exigência da aula por níveis dentro da própria turma, facultando opções de exercícios, mais ou menos exigentes. Durante este período a duração das aulas sofreu um ajuste, encurtando as mesmas, permitindo-nos assim arriscar ao nível do aumento da intensidade dos exercícios que eram propostos. Neste período também ficou planeado que transmitiríamos conteúdos teóricos sobre as modalidades que seriam abordadas em contexto presencial. Nesse sentido, assumindo uma postura ativa, utilizamos questionários lúdicos para introduzir e consolidar conhecimentos, o que resultou numa resposta bastante positiva por parte dos alunos, tanto ao nível do conhecimento como ao nível motivacional.

Ao nível da realização, de referir que as dimensões da intervenção pedagógica que sofreram maior alteração foram as dimensões Disciplina e Clima. Na nossa opinião, estas dimensões elevaram-se e conseqüentemente as aulas, apesar de mais reduzidas, tiveram um maior empenhamento motor e um maior dinamismo pelo que os alunos dificilmente se desligaram da aula apesar das inúmeras distrações presentes na sua “nova” sala de aula.

## 8. REFLEXÕES FINAIS

Este ano letivo representou o culminar de tantos outros, o auge do meu percurso académico. Sem dúvida que neste momento poderiam ser inumeradas algumas emoções, no entanto, elevo os sentimentos de “missão cumprida” e de responsabilidade. O primeiro, está diretamente relacionado com todas as adversidades encontradas ao longo do ano, todas as sensações menos positivas que, agora, me permitem apreciar todas as pequenas conquistas que foram sendo alcançadas. O segundo, pelo que neste momento é fundamental rever todos os momentos de aprendizagem a que fui sujeito, para que no futuro, enquanto professor, consiga liderar os meus alunos para o sucesso.

Como referi anteriormente, este ano foi de elevada exigência a todos os níveis, pois, em paralelo com a PES também tive necessidade de continuar o meu desenvolvimento a nível profissional, o que por vezes dificultou o processo. Nesse sentido o NPES desempenhou um papel fundamental tanto a nível académico como pessoal, permitindo-me manter objetivos ambiciosos.

A preparação que antecedeu esta etapa proporcionou-me mais tranquilidade e competência no ato de lecionar e nessa ótica o ISMAI foi determinante, transmitindo conhecimentos específicos e obrigando-me a sair da zona de conforto, permitindo uma melhor integração no ato de lecionar. No entanto foi nesta ponte realizada entre a teoria e a prática que consegui ter uma real perceção dos vários conteúdos abordados aquando da formação inicial. Consigo neste momento ter uma real perceção da minha evolução nos vários parâmetros constituintes da organização e gestão do ensino e da aprendizagem, fruto da reflexão crítica e do empenho demonstrado na superação de aspetos menos conseguidos.

Como referi anteriormente uma das minhas motivações enquanto futuro professor passa por ter um papel positivo na vida dos alunos, não só a nível académico, mas também na sua formação enquanto pessoas. Penso que a minha atitude, tanto dentro, como fora da sala de aula, teve um impacto relevante em muitos deles, inspirando-os nas suas aspirações e motivando-os a adotar estilos de vida ativos. Um dos desafios do professor de EF é motivar os alunos para a prática, conseguir abranger essa motivação aos menos interessados e com isso elevar a disciplina de EF. No ER esse processo foi simplificado pois consegui ter uma boa perceção das motivações e desinteresses dos meus alunos, pela próxima ligação que foi estabelecida desde o início do ano letivo.

O ensino da EF necessita que eu, enquanto futuro professor tenha a capacidade de estar em constante atualização, de inovar em todas as áreas de desempenho o que vai, conseqüentemente, tornar-me melhor profissional. Este é o meu compromisso.

## 9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alves, M. (2018). *Explorando possibilidades acerca da construção da identidade profissional em contexto de estágio em educação física: contributo para a formação de professores através de um olhar etnográfico*. Porto: M Alves. Dissertação de Doutoramento apresentada a Faculdade de Desporto - UP.
- Amaral da Cunha, M. S. (2016). *A (re)construção da identidade profissional em contexto de estágio no ensino de Educação Física: Uma análise situacional de discursos e narrativas*. Porto: M S Amaral da Cunha. Dissertação de Doutoramento apresentada a Faculdade de Desporto - UP
- Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física*. UTAD.
- Araújo, F., & Diniz, J. A. (2017). Hoje, de que falamos quando falamos de avaliação formativa? [Versão eletrónica]. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 0(39), 41-52. Consult. 20/05/20, disponível em <https://boletim.spef.pt/index.php/spef/article/view/271>.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bermudes, R., Ost, M., & Afonso, M. (2013). Avaliação em educação física escolar: da mobilização dos saberes à construção das práticas avaliativas para a intervenção pedagógica. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 12(1), 95-116.
- Caetano, A., & Silva, M. (2009). Ética profissional e Formação de Professores. *Sísifo/revista de ciências da educação*(8), 49-60.
- Graça, A. (2014). Sobre as questões do quê ensinar e aprender em Educação Física. In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de educação física: fundar e dignificar a profissão* (pp. 93-117). Porto: FADEUP.
- Graça, A. (2006). A instrução como processo. Comunicação apresentada no XI Congresso Ciências do Desporto e Educação Física dos países de língua portuguesa, *Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.* 20(suplemento nº5), 169-170.
- Lima, R., Cardoso, S., Resende, R., Albuquerque, A., Castro, J., & Pimenta, N. (2014). Formação inicial de professores de educação física: A perspetiva dos estudantes estagiários. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 77-92). Porto: FADEUP.
- Marcelo, C. (2009). Desenvolvimento Profissional Docente: passado e futuro. *Sísifo/revista de ciências da educação*(8), 7-22.
- Mesquita, I., & Bento, J. (2014). *Professor de educação física: Fundar e dignificar a profissão*. Porto: Editora FADEUP.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2009). Modelos Instrucionais do Ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education*. Taylor & Francis.

- Pacheco, A., Cunha, M., & Batista, P. (2017). A construção da identidade profissional em contexto de estágio profissional: Reflexões de uma estudante-estagiária de Educação Física. In Correia, L., Leão, R., & Poças, S., *O tempo dos professores*. (pp. 319-331). Porto: Universidade do Porto. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Centro de Investigação e Intervenção Educativas.
- Pereira, H. M., & Silva, C. V. (2006). Entrevista: pela educação, com António Nóvoa.
- Pereira, J. A., Mesquita, I., Araújo, R., & Rolim, R. (2013). Estudo comparativo entre o Modelo de Educação Desportiva e o Modelo de Instrução Direta no ensino de habilidades técnico-motoras do Atletismo nas aulas de Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 13(2).
- Resende, R., Carvalho, M., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., & Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 145-164). Porto: Editora FADEUP.
- 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.