

Universidade da Maia - ISMAI

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto




## Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Emanuel de Matos Martins

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos  
Básico e Secundário

Orientador Institucional

Professor Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira

(Julho, 2023) 

**Emanuel de Matos Martins**

**N.º40042**

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, nos termos do Decreto-Lei nº 79/2014, de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto- Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação do Professor Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira, da Universidade da Maia, com a orientação do Professor Doutor Benjamim Santos Peixoto, da Escola Secundária Alberto Sampaio.

Julho, 2023

Martins, E. (2023). Relatório da Prática de Ensino Supervisionado do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Universidade da Maia.

Palavras-Chaves: Prática de Ensino Supervisionado e Educação Física.

## AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, quero agradecer a todos aqueles que, diariamente, acompanharam o nosso trabalho de perto. Deste modo, agradeço, sinceramente, à minha colega do meu núcleo de estágio, professores, funcionários, amigos e familiares que sempre acreditaram no meu trabalho, que me incentivaram e motivaram, mostrando-me que aquilo que não está ao nosso alcance, que parece distante de nós, só se torna inatingível se não formos perseverantes e resilientes.

Agradeço, de forma muito especial, ao professor Benjamim Peixoto, cujo papel foi fundamental nesta minha caminhada, com rumo ao crescimento acadêmico, transmitindo-me valores fundamentais e imprescindíveis para uma plena realização no processo de ensino-aprendizagem. Fomentou, no grupo, a gratidão, a dedicação, apelando ao rigor e à qualidade do nosso trabalho. Em virtude de toda a sua vasta experiência, permitiu-me conceber o ensino de uma forma objetiva e clara, mas, essencialmente, sensibilizou-me para a importância de que se reveste esta profissão, por forma a preparar os alunos que serão os cidadãos de amanhã e que, por força das circunstâncias, de um mundo em constante transformação, terão de estar preparados para a vida em sociedade. Daí a importância que o Professor Benjamim sempre deu à nomenclatura da disciplina “Educação Física”, ou seja, fez-nos perceber que, para além de transmitirmos os conteúdos da forma mais correta e entusiasta, precisamos de educar, formar, dotar estes jovens de valores e atitudes imprescindíveis para a convivência saudável e solidária, quer na comunidade escolar, quer na sociedade em geral.

Igualmente de modo particular, quero agradecer também ao professor doutor supervisor Rui Marcelino pela total disponibilidade no auxílio incondicional que nos foi prestado, pela sua douta sabedoria, pela sua incansável contribuição na criação da minha identidade docente, através dos seus feedbacks/ensinamentos, por forma a incentivar-me e, sempre que necessário, apelando à correção, à melhoria, ao produtivismo e ao rendimento escolar.

Um enorme agradecimento à minha família. Em primeiro lugar, pelas atitudes e valores incutidos, pelo incentivo e pelo apoio nesta minha escolha profissional, pelo exemplo da minha mãe, como professora.

Por fim, agradeço a todos os meus amigos e colegas que me ajudaram e estiveram presentes nos bons e maus momentos. Transmitiram-me sempre positividade, incentivando-me e motivando-me a continuar neste longo percurso tão apaixonante e gratificante que é o ensino.

## Resumo

Este relatório tem como objetivo versar o meu desempenho e atuação como estudante estagiário, ao longo da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionado. Com esta exposição pretendo descrever a minha atuação de forma reflexiva e elucidativa, salientando os conhecimentos obtidos e competências apreendidas, enquanto docente de Educação Física, bem com algumas dificuldades sentidas neste processo. A Prática de Ensino Supervisionada desenrolou-se em Braga, num núcleo constituído por dois estudantes estagiários, no Agrupamento de Escolas Alberto Sampaio, sob a orientação do professor da instituição, o professor Benjamim Santos Peixoto e pelo professor supervisor, Doutor Rui Marcelino, orientador da Universidade da Maia. Dado que primazia deste documento, consistirá na descrição e caracterização de todo o processo da Prática de Ensino Supervisionado, na “Introdução” far-se-á um enquadramento da prática docente. A “Dimensão Pessoal” visa relatar todo o meu percurso pessoal e académico, confrontando as minhas expectativas iniciais com a realidade que ia observando. Na “Prática profissional do plano da análise ao da intervenção” dou a conhecer o contexto em que a prática foi exercida e faço uma breve caracterização da escola e da turma que me foi atribuída. Assim, refiro as minhas experiências pessoais sobre todo o processo de conceção do ensino, desde o plano da análise ao da intervenção. No capítulo “Participação na escola e Relação com a comunidade” saliento o meu contributo nas atividades escolares. No ponto “Desenvolvimento Profissional” realizo um balanço acerca das necessidades sentidas, ao longo do processo, por forma a melhorar o meu desempenho. Nas “Reflexões Finais” é feita uma reflexão pessoal da profissão de professor, desde a conceção à prática.

Palavras-Chaves: Prática de Ensino Supervisionado e Educação Física.

## Abstract

This report aims to describe my performance and performance as a trainee student, throughout the Curricular Unit of Supervised Teaching Practice. With this exposition I intend to describe my performance in a reflective and elucidative way, highlighting the knowledge obtained and skills learned, as a Physical Education teacher, as well as some difficulties experienced in this process. The Practice of Supervised Teaching took place in Braga, in a nucleus made up of two trainee students, at the Alberto Sampaio School Group, under the guidance of the institution's teacher, Professor Benjamin Santos Peixoto, and by the supervisor, Doctor Rui Marcelino, supervisor of the University of Maya. Given that the primacy of this document will consist of the description and characterization of the entire process of Supervised Teaching Practice, the “Introduction” will provide a framework of teaching practice. The “Personal Dimension” aims to describe my entire personal and academic journey, confronting my initial expectations with the reality I was observing. In “Professional practice from the analysis plan to the intervention” I present the context in which the practice was lived and I make a brief characterization of the school and the class assigned to me. Thus, I refer to my personal experiences about the entire teaching design process, from the analysis plan to the intervention. In the chapter “Participation in school and Relationship with the community” highlights my contribution in school activities. In the “Professional Development” point, it takes stock of the needs felt throughout the process, in order to improve my performance. In the “Final Reflections” a personal reflection on the teaching profession is made, from conception to practice.

Key words: Supervised Teaching Practice and Physical Education.

## Índice

|   |    |
|---|----|
| AGRADECIMENTOS .....  | iv |
| Resumo .....  | v  |
| Abstract.....   | vi |
| Índice de Figuras .....   | 9  |
| Índice de Quadros .....   | 10 |
| Lista de Abreviaturas.....  | 11 |
| 1. Introdução.....  | 12 |
| 2. Enquadramento pessoal e profissional .....   | 14 |
| 2.1. Uma decisão a partir de um percurso .....  | 14 |
| 2.2. Expectativas iniciais .....  | 15 |
| 3. Enquadramento institucional .....  | 17 |
| 3.1. A importância da PES .....   | 17 |
| 3.2. A PES no ISMAI.....  | 18 |
| 3.3. A escola cooperante: lugar de prática .....                                      | 19 |
| 3.4 Caracterização do núcleo da PES.....  | 23 |
| 4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção .....                  | 24 |
| 4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem .....                           | 24 |
| 4.1.1 A conceção de ensino .....  | 24 |
| 4.1.1.1 Modelos de Ensino .....   | 24 |
| 4.1.2 Planeamento.....  | 26 |
| 4.1.3 Realização.....   | 29 |
| 4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica .....                                     | 31 |
| 4.1.4 Avaliação.....  | 32 |
| 5. Participação na escola e Relação com a comunidade.....                             | 35 |
| 5.1. Atividades realizadas .....  | 35 |
| 5.2. Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação .....    | 39 |
| 5.3. Socialização profissional e institucional .....                                  | 40 |
| 5.4. A Componente ético-profissional .....  | 41 |
| 6. Desenvolvimento profissional .....   | 43 |
| 6.1. Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão .... | 43 |
| 7. Reflexões finais .....   | 45 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 8. Referências bibliográficas ..... | 47 |
| Anexos .....                        | 49 |

## Índice de Figuras

|   |    |
|---|----|
| Figura 1 - Roulement de Instalações .....   | 23 |
| Figura 2 - Evento realizado pelos núcleos de estágio da UMAIA e FADEUP, em articulação com o grupo de EF da ESAS..... | 36 |
| Figura 3 - Evento realizado pelos núcleos de estágio da UMAIA e FADEUP, em articulação com o grupo de EF da ESAS..... | 36 |
| Figura 4 - Atividade de canoagem (3ª Prova - Troféu ESAS) desenvolvida na Praia Fluvial de Merelim São Paio .....     | 37 |

## Índice de Quadros

Quadro 1 - Quadro Síntese das modalidades lecionadas e nº de aulas

## Lista de Abreviaturas

AEC – Atividade de Enriquecimento Curricular

ESAS – Escola Secundária Alberto Sampaio

AF – Aptidão Física

EF – Educação Física

UMAIA – Universidade da Maia

SDG – Student-Designed Games

MID – Modelo de Instrução Direta

NPES – Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada

PES – Prática de Ensino Supervisionado

RI – Regulamento Interno

TGfU – *Teaching Games for Understanding*

UC – Unidade Curricular

UD – Unidade Didática

## **1. Introdução**

No âmbito da unidade curricular (UC) da Prática de Ensino Supervisionada (PES), foi elaborado o presente relatório que aborda a atuação do professor estagiário, no seu 2º Ciclo de estudos, e que corresponde à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física (EF) nos ensinos Básico e Secundário da Universidade da Maia (UMAIA).

Este relatório tem um carácter reflexivo no que diz respeito às vivências experimentadas no ambiente escolar. Esta reflexão compreende o período respeitante ao início do ano letivo até a presente data.

A PES, nas suas diferentes dimensões – instrução, gestão, disciplina e clima – visa a abordagem à lecionação nas diferentes etapas, ou seja, desde o planeamento/preparação até à prática/execução.

Pelo seu carácter pessoal, trata-se de um documento introspetivo que visa analisar todo o meu percurso como professor/estagiário, desde as expectativas até ao confronto com as realidades do ensino/aprendizagem. O documento supracitado está estruturado em oito partes: 1 – Introdução, na qual explico o enquadramento de todo o trabalho realizado com os conhecimentos adquiridos durante a PES; 2 – Enquadramento Pessoal e Profissional, aludindo ao meu percurso escolar, em jeito de uma espécie de bibliografia, cujo objetivo é elucidar sobre as minhas motivações e expectativas no que diz respeito à PES; 3 – Enquadramento Institucional, visando demonstrar a relevância das instituições envolvidas neste processo – ISMAI; Escola Cooperante e Núcleo da PES; 4 – Prática Profissional, na qual exploro a prática diária do professor estagiário, como por exemplo, as várias etapas da aula: planeamento, execução, avaliação, estratégias de aperfeiçoamento e de melhoria; 5 – Participação na Escola e Relação com a comunidade, procurando abordar a minha participação nas atividades escolares e o relacionamento com a comunidade; 6 – Desenvolvimento Profissional, salientando toda a importância de que se reveste a PES no âmbito do desenvolvimento profissional; 7 – Reflexão final, refletindo sobre todo o percurso da PES, expectativas, motivações, desejos de querer aprender, procura das melhores estratégias de aperfeiçoamento; 8 – Referências Bibliográficas, nas quais alicersei este relatório, na procura do conhecimento, de experiências, de testemunhos, de conceitos, de motivações

Na sua construção foram consideradas as normas da instituição universitária, a legislação em vigor, referente à habilitação profissional para a docência, (Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto- Lei nº 63/2016, de 13 de setembro). O relatório destina-se a apresentar um enquadramento e âmbito do trabalho

realizado com o todo o conhecimento adquirido durante a PES, com o objetivo de refletir sobre as opções tomadas.

Relativamente à minha atuação, explanei as diversas formas de estar em relação aos alunos, a partir da minha atuação interventiva, que se refletiu nos comportamentos sempre responsáveis e autónomos dos alunos. Ressalve-se que todo o processo de ensino e aprendizagem está em constante reformulação e adaptação, tendo em conta o universo heterogéneo dos alunos.

Não obstante as dificuldades sentidas em todo o processo de planeamento, houve um decréscimo das mesmas ao longo do ano. Apreendi que todo o meu papel no processo de ensino supervisionado passaria por dar resposta a possíveis obstáculos e constrangimentos.

## **2. Enquadramento pessoal e profissional**

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

O ensino secundário foi realizado no Agrupamento de Escolas Dona Maria II e a Licenciatura realizada no Instituto Politécnico de Viana do Castelo. Atualmente, estou a frequentar o segundo ano do curso de Mestrado de Ensino Básico e Secundário de EF, na Universidade da Maia.

No meu percurso académico, demonstrei sempre aptidão pelo desporto e, em contexto externo, fui jogador de futebol distrital federado durante catorze épocas consecutivas.

No que diz respeito, à EF e ao desporto, revelei sempre dedicação e entusiasmo, manifestando empenho por todas as modalidades e uma paixão por toda a dinâmica que o desporto promove, tornando-me numa pessoa mais ativa, competitiva e determinada. Segundo Moura (2022), as emoções influenciam, negativamente ou positivamente, a nossa tomada de decisão.

Esta paixão associada ao desporto e à EF é o resultado das vivências positivas, associadas à disciplina, que envolveram professores que mediante o seu saber e conhecimento foram de extrema importância na transmissão de conhecimentos e noções na área da EF. Na sequência deste envolvimento que me foi transmitido, predispôs-me fortemente a uma ligação com o desporto e a EF, perspectivando, no futuro, abraçar a área do Ensino.

Agradeço aos professores do Agrupamento de Escolas Dona Maria II, em especial ao professor Luís Veloso, que conseguiu despertar esta paixão pela disciplina e a minha curiosidade sobre a sua metodologia de ensino, na qual os alunos se envolviam de forma entusiasta na organização e contextualização das suas aulas, fazendo do professor um modelo de orientação para os seus alunos.

A minha passagem pela Escola Superior de Desporto e Lazer – Melgaço e a minha licenciatura constituem três anos de convívio, paixão e envolvimento prática. Na maior parte das aulas, foram elaborados os respetivos planos assim como as suas apresentações práticas e/ou teóricas que despertaram ainda mais o meu objetivo de ser professor de EF.

No terceiro ano da licenciatura em Desporto e Lazer optei por candidatar-me às atividades de enriquecimento curricular (AEC), de forma a conhecer de perto o ensino. Tinha como intenção experimentar metodologias e vivências, antes de optar pelo Mestrado em Ensino. No período de 2018 a 2023 exerci a minha função de docente no Agrupamento de Escolas Mosteiro

e Cávado, em Braga.

Com esta primeira experiência, a lecionação despertou em mim, ainda mais, a certeza da escolha pelo Ensino. Ainda no que concerne à prática exercida nesta área, sou, atualmente, professor de AEC (Atividade de Enriquecimento Curricular), no Agrupamento de Escolas Mosteiro e Cávado.

No cômputo geral, a opção pela área de ensino de EF foi baseada pela minha envolvência desportiva e pelo facto de reconhecer que o docente tem um papel relevante junto dos jovens, que são os agentes principais e ativos de mudança na sociedade.

## 2.2.Expectativas iniciais

O estágio tratou-se de um período no qual se pôs em prática os nossos conhecimentos e as nossas apetências, de modo que ficássemos habilitados à prática da profissão escolhida, fez com que estivéssemos mais ansiosos, mas também curiosos e expectantes, quer relativamente aos professores, quer aos métodos de ensino/aprendizagem e tudo o que envolveu esta nova realidade.

Com a PES visa-se que o professor estagiário se aproxime da realidade com a qual irá constatar. Optei pela ESAS pelo conhecido dinamismo no âmbito da Educação Física, embora não tenha sido a escola onde estudei. Sempre ambicionei querer aprender mais e fazer melhor no que diz respeito à disciplina de Educação Física.

Pretendia aplicar e desenvolver o que havia aprendido durante o meu percurso académico, desde a Licenciatura até ao Mestrado. Ambicionava pôr em prática teorias, questioná-las, empreender estratégias, testar as minhas competências, consciencializar-me das minhas responsabilidades enquanto educador.

Sabia que me ia deparar com dificuldades ou algumas limitações, que a minha realização dependeria de muito trabalho. Partí para a PES com a expectativa de me relacionar positivamente com os alunos, ajudando-os a obter competências, a consciencializarem-se do que é educar para a Educação Física, a contribuir para a sua formação como cidadãos íntegros e responsáveis em sociedade, com espírito crítico construtivo e predispostos à resolução de problemas.

As minhas expectativas a curto prazo, consistiram em adaptar-me a todos os intervenientes na escola e aos novos desafios que, porventura, podiam aparecer bem, como estabelecer um

bom relacionamento interpessoal, promovendo o sentido de partilha e entreajuda, que sempre considere ser elos fundamentais para um bom ambiente e para o sucesso escolar.

A médio prazo esperei corresponder às expectativas a que me propus e que conseguisse conjugar todas as vivências a nível académico, profissional e familiar. A longo prazo, ansiei desfrutar deste ano letivo, que sempre acreditei que seria, deveras, enriquecedor. Todo este processo requereu muito trabalho, dedicação e aprendizagem. Espero ter estado à altura das adversidades que me surgiram e ter aprendido com as mesmas.

### **3. Enquadramento institucional**

#### **3.1.A importância da PES**

A PES tem como principal objetivo conhecer a realidade do ensino e aprendizagem, em contexto escolar e colocar em prática estratégias que visem compreender melhor como se processa e transmitem conhecimentos e competências aos alunos, tendo sempre em conta o meio em que se o estabelecimento escolar se insere e, à posteriori, realizar o registo dessa recolha de informações, de modo a promover, entre estagiários/orientador/supervisor, a partilha destas estratégias, em prol duma melhor qualidade de ensino que proporcione e viabilize a formação/educação dos adolescentes e jovens. Os estágios curriculares são importantes, uma vez que consistem na articulação entre a teoria e a prática, de modo a garantir o tempo necessário aos professores estagiários, em conjunto com o professor orientador da escola, a conjugação de conhecimentos. As presenças de profissionais qualificados têm impacto na formação dos cidadãos para a inclusão na sociedade (Lopes & Bastos, 2017).

A experiência da PES possibilita a aquisição de conhecimentos. Através da prática, da constante troca de experiências, é possível atuar e lidar com a complexidade da realidade escolar. A PES torna-nos agentes de extrema importância, de forma a munirmo-nos das ferramentas necessárias para estarmos aptos a enfrentar as dificuldades e desafios encontrados.

A PES permite colocar em prática tudo o que foi aprendido no 1ºano de Mestrado, a implementar novas estratégias, quando as anteriores não resultaram, para superar possíveis dificuldades no processo de ensino-aprendizagem e a encontrar soluções para colmatar essas possíveis dificuldades. A PES contribui, ainda, para o desenvolvimento social, uma vez que se torna empreendedora no contacto que se estabelece com toda a comunidade escolar. É esta partilha de ideias e de experiências que nos faz tornar pessoas mais ativas e participativas na vida em sociedade.

A Escola desempenha um papel muito importante, na medida em que contribui para a formação social e profissional dos alunos, para que desenvolvam competências para atuarem na sociedade de forma crítica e construtiva (Silva & Melo, 2023).

De acordo com Schwartz et al. (2001) o estágio supervisionado é um dos pontos-chave de um projeto pedagógico, pois é o espaço onde a identidade profissional do aluno é gerada, por isso mesmo deve ser de uma ação vivenciada, reflexiva e crítica, constituindo-se num momento especial de articulação dos conhecimentos teóricos e práticos.

No decorrer do ano letivo 2022/2023, a PES patenteou-se como um desafio para o professor

estagiário, colocando em prática o seu conhecimento obtido ao longo de todo o processo de ensino/aprendizagem, bem como a aquisição de conteúdos que este adquiriu para dar resposta às possíveis dúvidas que iam surgindo.

O conceito de professor de EF é amplo, dado que são inúmeros os motivos que o levam a estar em permanente adaptação, face à diversidade de circunstâncias e condicionalismos que visam alcançar o sucesso educativo.

Segundo Cunha (2010), o “bom” professor, no contexto das nossas sociedades, caracterizadas por constantes e permanentes mutações (mais quantitativas do que qualitativas), todo o professor tem necessidade de atualizar métodos, técnicas e conteúdos, bem como de efetuar uma permanente autoavaliação, pois a simples prática do ensino não garante o seu melhoramento.

A PES, mediante este processo, vem dar respostas ao estagiário, para conseguir obter ferramentas, que permitam alcançar a plena realização no seu papel de docente, auxiliando-o na adaptação de modelos de ensino e instrumentos diferenciadores.

Por esta razão, o professor estagiário tem, em seu auxílio, um professor orientador e um professor supervisor, que o ajudam a regular e a refletir sobre todo o processo diário de docência, de modo a aperfeiçoar e melhorar as competências adquiridas por este, ao longo do processo ensino/aprendizagem.

### 3.2. A PES no ISMAI

A PES, no ISMAI, caracteriza-se por uma UC concebida no segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da ISMAI, e que envolve a atuação prática de ensino supervisionado. Está regulamentada pelas normas da instituição formadora e legislação específica, artigo nº 11 do Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio. A PES reúne vários componentes, tais como a prática do ensino, a realização do seminário e o relatório de prática de ensino supervisionada, que fornece ao professor estagiário ferramentas úteis para a sua prática. O professor estagiário desenvolve competências profissionais na área de desempenho: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; Participação na Escola e Relações com a Comunidade e Desenvolvimento Profissional.

O professor estagiário no processo de organização do ensino e aprendizagem, procura envolver a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação. A participação na escola e a

relação com a comunidade diz respeito às atividades não letivas realizadas, cujo principal objetivo é a integração do professor estagiário na comunidade escolar. O Desenvolvimento Profissional caracteriza-se pelas atividades desenvolvidas e vivenciadas pelo professor estagiário, pela construção de competências profissionais até aos valores aprendidos e o seu papel no final deste processo.

Estes aspetos são de grande importância para o desenvolvimento pessoal e profissional do professor estagiário, levando-o a refletir sobre todo o processo, a encontrar soluções para os desafios e a experimentar momentos diferenciadores e de investigação.

Foi importante para o professor estagiário consciencializar-se que a sociedade está em constante mudança, havendo uma constante atualização dos ensinamentos. Nesta linha de pensamento, pode-se afirmar que a formação contínua tem, sem margem de dúvida, um papel determinante no desenvolvimento do docente.

A formação de professores deve ser considerada numa perspetiva crítico-reflexiva que permita dar as bases para o pensamento autónomo e facilite as dinâmicas de autoformação participada, terminando na construção profissional docente como sujeito (Nóvoa, 1992).

Para o professor estagiário, a PES foi o encontro com a prática, a possibilidade de colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos na formação universitária. Tratou-se também de um momento de articulação de saberes, de capacidades e valores que o professor estagiário necessitou para conseguir dar resposta a todas às diversas problemáticas, tornando-se um professor pesquisador, reflexivo e crítico em todo este processo.

Shulman (1986), indica que o foco sobre os conteúdos dá ênfase aos procedimentos e métodos pedagógicos, apontando três categorias de conhecimentos necessários à profissão docente: o conhecimento do conteúdo, o conhecimento do conteúdo pedagógico e o conhecimento do currículo.

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

A Escola Secundária Alberto Sampaio (ESAS) situa-se na cidade de Braga, uma das cidades mais jovens. A cidade de Braga assume um papel primordial pela sua localização geográfica privilegiada, pelo seu dinamismo e vivacidade. Braga desempenha um papel dinamizador de referência a nível económico e cultural, do conhecimento e da tecnologia.

A ESAS resulta da agregação, em abril de 2013, com o extinto Agrupamento de Escolas

de Nogueira, constituído em 2001. Possui unidades na freguesia de Esporões e nas uniões de freguesias de Lomar e Arcos, Nogueira, Fraião e Lamações, São José de São Lázaro e São João do Souto e Morreira e Trandeiras, num raio de aproximadamente cinco quilómetros.

Relativamente ao ano letivo 2022/2023, a ESAS tinha 1564 alunos, tendo como oferta educativa, os Cursos Científicos-Humanísticos de Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas, Línguas e Humanidades e Artes Visuais. Como Cursos profissionais a ESAS tinha como oferta educativa os seguintes cursos profissionais: Intérprete Ator/Atriz, o de Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores, o de Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, o de Técnico de Multimédia, o de Técnico de Turismo, o de Técnico de Secretariado, o de Programador de Informática e o de Técnico/a de Informática – Instalação e Gestão de Redes. A ESAS dispõe de vários clubes/oficinas, tais como: o Clube do Ambiente, o de Astronomia, o de Ciência Viva, o da Rádio e Comunicação na Escola, o Ubuntu, o de Oficina de Programação e Robótica, Artes Plásticas, Latim, Gramática Online, Música Moderna e Teatro. A ESAS tem os seguintes projetos: “10 Minutos a Ler”, Crescer com as Árvores, Curso Básico de Teatro, Desporto Escolar, “Eco-Escolas”, Educação para a Saúde, o Ensino de Mandarim, Equipa dos Projetos, Erasmus+, eTwinning, Maia, Mentoria, Milagre Aprender+, Olimpíadas de Física e Química, Parlamento dos Jovens, Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular.

É constituído por onze unidades orgânicas: três jardins de infância, duas escolas básicas do 1.º ciclo, quatro escolas básicas do 1.º ciclo com jardim de infância, uma escola básica do 2.º e 3.º ciclos e uma escola secundária com 3.º ciclo do ensino básico. Cerca de dois terços dos seus alunos encontram-se na E.B. 2,3 de Nogueira, criada em 1994, e na Escola Secundária de Alberto Sampaio, a escola sede, que deu o nome atual ao agrupamento.

Considera-se que as origens da Escola Secundária de Alberto Sampaio remontam ao decreto régio de 11 de Dezembro de 1884, que dotou Braga com o ensino técnico, a funcionar na Escola de Desenho Industrial, sita no Largo das Carvalheiras, e cujo diretor foi o cirurgião Bernardino Alves Passos. Mais tarde esta escola passou a denominar-se Escola Industrial Bartolomeu dos Mártires, integrando, já no século XX, o Curso Elementar de Comércio.

Instalada na Rua do Castelo desde 1936, através do decreto-lei 457/71 de 28 de outubro adotou a denominação de Escola Técnica de Alberto Sampaio. Assim, o ensino técnico secundário passou a ser ministrado por duas escolas, ficando a parte industrial na Escola Técnica Carlos Amarante e a comercial na Escola Técnica Alberto Sampaio.

Foi através da portaria nº 608/79 de 22 de novembro que a escola passou a designar-se de Escola Secundária de Alberto Sampaio, sendo escola de referência na área da informática, na

qual foi pioneira em vários projetos. Em 1980, as suas instalações são transferidas para a Quinta de Santo Adrião. No ano letivo de 2009/2010 é alvo do processo de requalificação física e funcional, no quadro do Projeto de Modernização das Escolas Secundárias, que a dota das suas atuais estruturas.

O extinto Agrupamento de Escolas de Nogueira, que incorporava as unidades do ensino pré-escolar e básico do atual agrupamento, ao qual a escola sede se agregou, foi homologado por despacho da então Diretora Regional de Educação, datado de 6 de junho de 2001.

A árvore, símbolo já presente em ambas as representações das organizações agregadas, prevalece como elemento central na nova entidade, dada a transversalidade, em todo o agrupamento, de uma envolvência natural e verde.

A caracterização das turmas, no início do ano letivo, foi importante para termos o conhecimento socioeconómico da turma, tal como a informação referente à avaliação diagnóstica, entre outros registos, que permitiram identificar os pontos fortes e os pontos de maiores dificuldades, com vista à adoção de estratégias de superação das mesmas.

De tal modo, foi crucial obter informações dos alunos nas aulas de EF nos anos letivos transatos como, por exemplo, as modalidades pelas quais suscitavam maior admiração e vice-versa. Da mesma forma, revestiu-se de igual importância as avaliações que lhes foram atribuídas nas diferentes modalidades.

Para obter este tipo de informações, os professores estagiários elaboraram um powerpoint, no início do ano letivo, com um conjunto de questões, no sentido de se ficar a perceber quais as suas motivações, anseios, historial desportivo e conteúdos de EF preferidos.

Toda esta dinâmica de aula foi realizada no domínio da oralidade, efetuando uma espécie de debate entre os alunos, professor orientador e professor estagiário. As questões, tais como “Olá, eu sou (o/a)”; “Idade?”; “Disciplina preferida?”; “Praticas alguma modalidade? Se sim, qual?”; “Planos/Projetos para o futuro?”, auxiliaram-me a planear e a ter um conhecimento mais aprofundado sobre o perfil da turma.

A turma na qual lecionei, o 11ºK, era composta por 24 alunos, 14 alunos e 10 alunas. A média de idades era de 17 anos e todos os alunos estavam inscritos na disciplina de EF. A maioria dos alunos era oriunda do concelho de Braga.

A plataforma *Inovar* permitiu consultar o histórico dos alunos, nomeadamente as classificações obtidas em anos anteriores e os dados individuais de cada um. De acordo com as informações obtidas pela base de dados da plataforma, a maior parte dos alunos residia com o agregado familiar. O Conselho de Turma, no início do ano letivo, foi alertado sobre as problemáticas existentes na turma, por se revelar uma turma com comportamentos

desadequados, com pouca responsabilidade e autonomia. Por outro lado, a turma sempre compensou estes aspetos negativos com o elevado compromisso na disciplina de EF, demonstrando sempre uma enorme prontidão, quer com o professor estagiário, quer com o professor orientador. É uma turma pautada por ter alunos do sexo masculino que praticam a modalidade de futebol em clubes de renome no panorama do futebol português, como o Sporting Clube de Braga, Vizela, Vitória de Guimarães, entre outros. Portanto, no contexto no qual as aulas foram lecionadas, existiu sempre muito rigor, profissionalismo e dinâmicas que foram sempre fáceis de expor à turma.

Com a análise destas informações tornou-se mais fácil conhecer a turma quer do ponto de vista geral, quer do ponto de vista individual, o que permitiu definir estratégias pedagógicas diferenciadas para desenvolver o gosto dos alunos pela EF e pela prática de atividade física. A planificação dos conteúdos, apesar de orientada pelas diretrizes das Aprendizagens Essenciais de EF e do Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória, teve como ponto de partida as características dos alunos e da escola na qual estão inseridos.

Neves et al. (2020) realçam que, no campo da docência, os professores passam a decidir o que é pertinente ao exercício da sua prática pedagógica e que o mecanismo estimulador para a diversificação das práticas na Educação Física podem ser as trocas de experiências, ou seja, a formação continuada, a qual constitui importante meio de aproximação entre os educadores.

Foi importante equilibrar as experiências escolares anteriores e aproximar o aluno do próprio processo de ensino/aprendizagem, colocando a escola e o ensino num processo mais completo de formação individual e coletiva do aluno.

A ESAS usufrui de espaços próprios para a prática de atividade física, que estão rodeados de espaços verdes, o que torna a prática desportiva aliciante e motivadora quer para os alunos quer para os docentes. A ESAS possui um espaço um campo exterior Campo 1 (C1) e Campo 2 (C2), preenchido por marcações para quatro campos distintos de basquetebol e linhas para o comprimento e largura de um campo de futsal. Estes campos, contêm as marcações regulamentares de um campo de andebol e orientado para o atletismo com três vias e uma caixa de areia. No que diz respeito aos espaços internos, a ESAS possui um Pavilhão com grandes dimensões, permitindo a sua divisão em duas partes uniformes designadas Pavilhão 1 (P1) e Pavilhão (P2).

Todos estes espaços possuem particularidades próprias e podem ser direcionados para modalidades diferentes. Os docentes, mediante as diferentes modalidades que pretendam abordar, fazem-no adequando ao espaço desportivo que lhe foi atribuído no *roulement* (Figura1) de instalações. No início do ano letivo, todos os professores receberam, no seu email

institucional, um *roulement* com as rotações entre os espaços desportivos, que alterava de duas em duas semanas.

| TEMPOS  | Prof. | Segunda Feira |      |      |      |      | Prof. | Terça Feira |      |      |      |      | Prof. | Quarta Feira |      |      |      |      | Prof. | Quinta Feira |      |      |      |      | Prof. | Sexta Feira |      |      |      |        | QUINZENAS DATAS |        |        |  |
|---------|-------|---------------|------|------|------|------|-------|-------------|------|------|------|------|-------|--------------|------|------|------|------|-------|--------------|------|------|------|------|-------|-------------|------|------|------|--------|-----------------|--------|--------|--|
|         |       | A1            | B1   | A2   | B2   | A3   |       | A1          | B1   | A2   | B2   | A3   |       | A1           | B1   | A2   | B2   | A3   |       | A1           | B1   | A2   | B2   | A3   |       | A1          | B1   | A2   | B2   | A3     | INICIO          | FINAL  |        |  |
| 17/2*   | 7H    | P1            | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12J   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 11T   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12H   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 10P   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2   | A1              | 16/set | 30/set |  |
| 8H10    | 10C   | G/C2          | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12K   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 3J    | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12G   | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 10H   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1     | B1              | 03/out | 14/out |  |
| 9H40    | 9M    | C1            | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12L   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 10L   | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12B   | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 10J   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2   | A2              | 17/out | 28/out |  |
|         | 3M.T  | P2            | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12L   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 10K   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12A   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 10I   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1     | B2              | 31/out | 11/nov |  |
|         | 7I    | B/C2          | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12O   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 9     | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12C   | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 9K    | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2     | A3              | 14/nov | 25/nov |  |
|         | 8     | P1            | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12E   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 10G   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12O   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 10D   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2   | A1              | 28/nov | 09/dez |  |
| 37/4*   | 1A    | G/C2          | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12H   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 11A   | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12L   | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 10J   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1     | B1              | 12/dez | 16/dez |  |
| 09H55   | 11J   | C1            | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12I   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 3A    | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12K   | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 2&T   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2   | A2              | 03/jan | 13/jan |  |
| 11H25   | 3P    | P2            | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12M   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 11M   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12I   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 10    | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1     | A3              | 30/jan | 10/fev |  |
|         | 11M   | B/C2          | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12F   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 11    | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12J   | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 10B   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2     | A1              | 13/fev | 24/fev |  |
|         | 1P    | P1            | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12O   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 10I   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 12F   | P1           | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 11K   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2   | B1              | 27/fev | 10/mar |  |
| 57/6*   | 10L   | G/C2          | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12B   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 10H   | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 12M   | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 10    | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1     | A2              | 13/mar | 24/mar |  |
| 11H40   | 8H    | C1            | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12B   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 10M   | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 12H   | C1           | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 2MJ   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2   | B2              | 27/abr | 31/mar |  |
| 13H10   | 10N   | P2            | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12H   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 11L   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 12C   | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 11H   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1     | A1              | 02/mai | 12/mai |  |
|         | 11F   | B/C2          | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12O   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 10G   | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 12E   | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 2P    | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2     | B1              | 15/mai | 26/mai |  |
|         |       |               |      |      |      |      |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      | A2   | 29/mai | 14/jun          |        |        |  |
| TEMPOS  |       | A1            | B1   | A2   | B2   | A3   | A1    | B1          | A2   | B2   | A3   | A1   | B1    | A2           | B2   | A3   | A1   | B1   | A2    | B2           | A3   | A1   | B1   | A2   | B2    | A3          | A1   | B1   | A2   | B2     | A3              |        |        |  |
| 8*      | 3J    | P2            | P2   | P2   | P2   | P2   | 9H    | P2          | P2   | P2   | P2   | P2   |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
| 14H15   |       |               |      |      |      |      |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
| 15H00   |       |               |      |      |      |      |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
|         |       |               |      |      |      |      |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
| 97/10*  | 11C   | P1            | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 | 11G   | P1          | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 |       |              |      |      |      | 10E  | P1    | G/C2         | C1   | P2   | B/C2 | 11B  | P1    | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 |        |                 |        |        |  |
| 15H15   | 10E   | G/C2          | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 11F   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1   |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      | 11A  | G/C2  | C1          | P2   | B/C2 | P1   |        |                 |        |        |  |
| 16H45   | 11K   | C1            | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 11F   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 |       |              |      |      |      | 9S   | C1    | P2           | B/C2 | P1   | G/C2 | 10N  | C1    | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 |        |                 |        |        |  |
|         | 11K   | P2            | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   | 11E   | P2          | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   |       |              |      |      |      | 10I  | P2    | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   | 11O  | P2    | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   |        |                 |        |        |  |
|         | 2A    | B/C2          | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 10P   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2   |       |              |      |      |      | 11C  | B/C2  | P1           | G/C2 | C1   | P2   | 11D  | B/C2  | P1          | G/C2 | C1   | P2   |        |                 |        |        |  |
|         | 10B   | P1            | G/C2 | C1   | P2   | B/C2 |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
| 117/12* | 10M   | G/C2          | C1   | P2   | B/C2 | P1   | 11O   | G/C2        | C1   | P2   | B/C2 | P1   |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      | 10G  | G/C2  | C1          | P2   | B/C2 | P1   |        |                 |        |        |  |
| 17H00   | 10C   | C1            | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 | 11E   | C1          | P2   | B/C2 | P1   | G/C2 |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      |      | 11F  | G/C2  | C1          | P2   | B/C2 | P1   |        |                 |        |        |  |
| 18H30   | 11B   | P2            | B/C2 | P1   | G/C2 | C1   |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      |      |      |       |              |      |      | 11E  | C1   | P2    | B/C2        | P1   | G/C2 |      |        |                 |        |        |  |
|         | 11H   | B/C2          | P1   | G/C2 | C1   | P2   | 10D   | B/C2        | P1   | G/C2 | C1   | P2   |       |              |      |      |      | 10F  | P2    | B/C2         | P1   | G/C2 | C1   |      |       |             |      |      |      |        |                 |        |        |  |
|         |       |               |      |      |      |      |       |             |      |      |      |      |       |              |      |      | 11G  | B/C2 | P1    | G/C2         | C1   | P2   | 10C  | B/C2 | P1    | G/C2        | C1   | P2   |      |        |                 |        |        |  |

Figura 1 - Roulement de Instalações

### 3.4 Caracterização do núcleo da PES

O núcleo da prática de ensino supervisionado no ano letivo 2022-2023 do Agrupamento de Escolas Alberto Sampaio é constituído por dois professores estagiários, Emanuel Martins e Cidália Pereira. O professor orientador é o professor Benjamin Santos Peixoto.

O professor Benjamin tem uma vasta experiência, tanto na lecionação como numa participação ativa nas atividades da comunidade escolar. O seu contributo para a nossa formação foi determinante ao longo do ano letivo e o trabalho em equipa foi fundamental para o sucesso de cada um. Assim, a partilha de conhecimento, a troca de ideias e experiências, assim como as reflexões conjuntas foram indispensáveis para promover e potenciar a formação de cada um dos professores estagiários.

Cada um de nós, com as suas vivências, habilitações e experiências, conseguimos transpor, para o contexto de estágio, ideias distintas que foram refletidas e analisadas pelo grupo, no qual todos aprendemos em conjunto, existindo um espírito de entreajuda entre todos.

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

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

###### 4.1.1 A conceção de ensino

A conceção do ensino foi um fator chave fundamental para o planeamento, daí ser necessário analisar e conhecer o Projeto Educativo do Agrupamento e todos os documentos orientadores da ESAS, o seu Regulamento Interno (RI) e as Aprendizagens Essenciais de EF.

No início do ano letivo, decorreram inúmeras reuniões, tais como a reunião geral de professores, a reunião por departamentos e respetivas áreas disciplinares. Cada reunião permitiu obter conhecimento sobre as dinâmicas a serem implementadas ao longo do ano no agrupamento.

A reunião de departamento de expressões teve como objetivo primordial estabelecer as propostas de planificação das diversas atividades que seriam realizadas na disciplina. Todas estas reuniões de preparação para o ano letivo permitiram-me refletir sobre a complexidade do processo pedagógico, desde o nível organizacional à concretização do processo de ensino/aprendizagem.

A Escola tem um papel fundamental na formação do aluno a todos os níveis, incluindo o desenvolvimento da autonomia, o desenvolvimento do pensamento crítico e, também, o desenvolvimento da responsabilidade.

O contexto escolar, na minha opinião, nem sempre se tem mostrado fácil à disciplina de Educação Física, umas vezes pela acomodação dos próprios docentes, outras vezes pelos próprios Programas Nacionais desajustados da realidade. No sentido de tentar obter o empenho e o entusiasmo dos alunos, tentei inovar e, mediante o conhecimento pedagógico que me foi transmitido, foi-me possível, criar dinamismo durante as aulas.

###### 4.1.1.1 Modelos de Ensino

O professor estagiário utilizou modelos que promoveram o desenvolvimento de

competências e valores do perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória, bem como desenvolvimento de conhecimentos teórico-práticos e específicos da disciplina de EF.

Na Educação Física devem prevalecer modelos de ensino que coloquem os alunos no centro do processo de ensino/aprendizagem. Todavia, o Modelo de Instrução Direta (MID) é o mais utilizado pelos professores de Educação Física, que tem como objetivo focar todo o processo de ensino/aprendizagem na figura do professor. Este modelo confere ao aluno um papel passivo, essencialmente, conotado pela reprodução dos saberes transmitidos pelo professor (Pereira et al., 2013).

Desta forma, no MID são favorecidos os métodos institucionais, particularmente, de forma explicativa e formal, onde a supervisão e o controlo das práticas são a nota dominante por parte do docente (Silva et al, 2017).

O Modelo de Instrução Direta foi o modelo que foi mais priorizado, uma vez que as características da turma obrigaram à sua utilização inúmeras vezes, nomeadamente para as modalidades individuais de atletismo, badminton, dança e luta. Este modelo privilegia as estratégias instrucionais, no qual os professores têm o controlo total das atividades. Os feedbacks persistentes, que o professor estagiário fornecia, foram sempre no sentido de cativar os alunos e nunca de forma a serem considerados como aspetos negativos.

Nas aulas de EF, foram promovidos, o MID e o TGfU. Promoveram-se vários valores e competências no decorrer da aula, destacando-se: a informação e a comunicação; o pensamento crítico e criativo; o raciocínio e a resolução de problemas; o relacionamento interpessoal; o desenvolvimento pessoal e autonomia.

O *Teaching Games for Understanding* (TGfU) é um modelo de ensino que ajuda treinadores/professores a desenvolver conhecimentos e competências relativamente ao jogo no contexto desportivo e na Educação Física (Costa et al, 2010).

O objetivo deste modelo foi observar o jogo, não só como um momento para aplicação de técnicas, mas sim senti-lo como uma oportunidade para ser um espaço de resolução de problemas. De acordo com Bunker & Thorpe (1982), o modelo TGfU indica que as seis fases deste modelo sugerem a apreciação dos aspetos constituintes do jogo; a tomada de consciência tática; a tomada de decisão do que fazer e como fazer; a exercitação das habilidades necessárias à realização motora e, finalmente, sobre o desempenho tático e técnico no jogo.

O TGfU foi concebido de forma que os alunos participassem de forma equitativa, para potenciar o pensamento crítico, assim como, as capacidades motoras. Teve como finalidade dar ao aluno a possibilidade de compreender o exercício e de o tentar aplicar em contexto de jogo.

Este modelo foi aplicado nas modalidades de invasão, tal como o basquetebol e o andebol. Os alunos, através da experimentação dos exercícios analíticos, podiam ter acesso a uma melhor compreensão do jogo.

Mediante o adquirido anteriormente, foi possível aos alunos potenciar as suas tomadas de decisões. Foi dada primazia ao ensino do jogo por meio da compreensão tática, dos processos cognitivos e das respetivas tomadas de decisão.

Este modelo teve como objetivo que os conteúdos temáticos das aulas fossem baseados em aspetos práticos do jogo e realizados em jogos de formato reduzido, por forma a maximizar e motivar a participação. Deste modo, o aluno é colocado numa situação de jogo, por meio de problemas táticos e é estimulado a procurar, a verbalizar e a discutir a resolução desse problema.

#### 4.1.2 Planeamento

Segundo Graça (2001), o planeamento tem a capacidade de permitir conhecer o processo, sendo uma oportunidade para compreender o Ensino. É com base nesta ideia que se elaborou o planeamento anual. O planeamento tem como objetivo estabelecer as bases de organização e estratégias de ensino a adotar na disciplina de EF, tendo em consideração os recursos materiais existentes e os espaços físicos.

Para o ano letivo, ficaram definidas, em conjunto com a turma, o professor estagiário e o professor orientador, as modalidades desportivas coletivas de andebol e basquetebol, selecionadas consoante os critérios de avaliação propostos, uma vez que os alunos, a partir do 11º ano, têm a oportunidade de se aperfeiçoarem em duas das quatro modalidades desportivas coletivas (futebol, basquetebol, andebol ou voleibol).

Para cada uma das modalidades de invasão, basquetebol e andebol, ficaram delineadas um conjunto de catorze aulas. No espaço interior (P2) ou no espaço exterior (C1) abordaram-se as modalidades de basquetebol e andebol, porque dispunha de dois campos que me permitiam lecionar, de forma mais ampla e sem restrições de espaço, os conteúdos pretendidos. O futebol foi a modalidade menos escolhida pelos alunos, por conseguinte foi lecionada, proporcionando exercícios com pequenos estímulos, dado que a turma de um modo geral, possuía conhecimentos muito aprofundados em relação a esta modalidade.

Relativamente às modalidades desportivas individuais, atletismo e badminton, no planeamento anual, ficaram destinadas um conjunto de onze aulas para cada respetiva modalidade. Como os alunos elegeram o atletismo, em detrimento da ginástica, para mim,

enquanto professor estagiário, não foi uma tarefa muito fácil de gerir, porque quando as condições meteorológicas não permitiam a prática desta modalidade, tinha sempre de me reinventar, desde exercícios para me enquadrar ao contexto de um espaço fechado como o (G/C2) ou o (B/C2). Como exemplo, quando a aula pensada era de salto em comprimento e estava planeada para ser realizada no exterior (C2) e as condições meteorológicas não eram favoráveis para a realização da mesma, reajustava o tema da aula e a dinâmica dos exercícios para os espaços mais concentrados como o bloco G ou B.

O paradigma da formação realista-reflexiva dos professores está relacionado com momentos de socialização entre professores em formação, na qual existe a externalização das experiências, crenças e opiniões sobre a educação (Silva & Rodrigues-Silva, 2022).

A Unidade Didática (UD) tem o objetivo de promover o processo de ensino/aprendizagem, ajudando na construção e organização cuidada das matérias de ensino para o sucesso dos alunos. Para o planeamento de cada UD foi realizada uma avaliação diagnóstica para estabelecer o nível inicial dos alunos e da turma. O professor, quando planifica as unidades didáticas, define os conteúdos a serem trabalhados com os alunos, as propostas de ensino que devem ser organizadas, para que o conteúdo a ser ensinado seja claro, assim como os seus objetivos específicos (Osório & Raposo, 2016).

O professor estagiário planificou as diferentes modalidades, de forma a contribuir para o desenvolvimento das aprendizagens essenciais da disciplina, bem como consolidou os valores e capacidades fundamentais do aluno, tais como: a liberdade; a responsabilidade e integridade; a cidadania; a participação; a excelência; a exigência; a curiosidade; a reflexão e a inovação.

Para auxiliar este planeamento, utilizou-se o modelo de Vickers (1990), por ser um modelo orientador, de simples compreensão, bem estruturado com os conteúdos referentes às aulas, sempre direcionado para as Aprendizagens Essenciais de EF e outros objetivos descritos no planeamento.

O plano de aula (Anexo 1) proposto comporta os objetivos gerais/específicos a cumprir, as situações de aprendizagem mais adequadas para o contexto inserido, os objetivos comportamentais e componentes críticas, a duração de cada exercício, os recursos necessários para a realização dos respetivos exercícios e a dinâmica da organização da turma (constituição dos diferentes grupos de trabalho). O que distingue a unidade didática do plano de aula é a caracterização pormenorizada do mesmo, tais como a ordem e tempo dos exercícios, os critérios de êxito/componentes críticas, as situações de aprendizagem e as diferentes situações de organização.

Segundo Bento (2003), a planificação do processo educativo é extremamente complexa,

pluridimensional e multiforme, dependendo também das condições adversas. O plano de aula seguiu uma ordem e dividiu-se em três partes distintas: a inicial, a fundamental e a final. A parte inicial da aula é dedicada à marcação das presenças e a parte da ativação. Por vezes, esta primeira parte da aula (inicial) começava com uma atividade lúdica ou com a implementação de exercícios analíticos, dependendo da modalidade. Na parte fundamental é o momento no qual se adquire a maior parte dos conhecimentos e na qual os exercícios devem ser criteriosamente selecionados para ir de encontro ao objetivo da aula. A parte final é destinada a uma reflexão em conjunto com a turma, para se perceber o que correu bem e quais os pontos a melhorar.

Um aspeto que considero ser bastante relevante é a questão da organização e disposição dos exercícios que influencia bastante a aula, no sentido em que a transição entre exercícios se torne mais eficaz. O plano de aula seguiu uma estrutura, mas nem sempre foi colocado em prática o que se tinha delineado, quer por falta de número suficiente de alunos, quer pela complexidade do exercício, material ou espaço. De salientar que Bento (2003), considera o planeamento como uma ferramenta muito importante, porque auxilia no aperfeiçoamento das capacidades e habilidades dos alunos, mas também permite que o professor transmita o seu conhecimento. As formalizações deste documento têm o auxílio das unidades didáticas realizadas anteriormente.

Assim, o planeamento foi de enorme importância, tendo sido desenvolvido com rigor, baseando-se nas características da turma e dos alunos. Neste planeamento, focamos o objetivo no sentido de realizar atividades enriquecedoras, potenciadoras e estimuladoras da autonomia e espírito crítico dos alunos, reavaliando as aulas, para obter o maior sucesso do conhecimento sobre a modalidade, tendo por base as Aprendizagens Essenciais de EF para o ensino secundário. Todos os temas e conteúdos lecionados basearam-se numa organização estruturada e com enorme importância para promover nos alunos uma progressão pedagógica ativa nas diferentes áreas do conhecimento da disciplina de EF. Envolvermos os alunos na dinâmica das aulas, promovendo uma participação ativa e dinâmica neste processo de ensino/aprendizagem e, em conjunto com os alunos, encontramos soluções para os problemas apresentados.

### 4.1.3 Realização

Este é um dos pontos fulcrais para um bom funcionamento da aula, porque é aqui que colocamos em prática o que aprendemos, enquanto processo de formação. É nas aulas que providenciamos novas vivências e experiências. Para mim, foi de fácil entendimento e percepção que a teoria e a prática não iriam sempre coincidir com aquilo que havíamos aprendido, porque tínhamos de ir de encontro às preocupações e necessidades da escola. Na parte inicial da aula, realizou-se, com a frequência necessária, uma revisão dos conteúdos lecionados anteriormente, por forma a promover nos alunos a sistematização dos mesmos. No desenvolvimento da aula, todos os alunos estavam envolvidos, nomeadamente, nas propostas de exercícios, na disposição do material e respetiva arrumação e reflexão final.

No início, senti uma certa ansiedade de não conseguir corresponder às minhas expectativas. Neste sentido, Silva et al. (2019) referem que *“a realização profissional pode ser definida como a percepção de se ter alcançado as metas mais importantes, ou a avaliação positiva de que se está no caminho certo para alcançar tais metas...”*.

Por vezes, não arriscava num determinado exercício ou num determinado momento da aula, para não correr o risco da minha instrução sair prejudicada em relação à dinâmica da aula. A experiência, enquanto treinador das camadas mais jovens e o exercício da prática da EF no 1º ciclo do ensino básico (1º ao 4º ano), ajudou-me a gerir diferentes situações, com o objetivo de tornar as aulas pedagogicamente corretas. Esta ansiedade era fruto do facto de me sentir observado e avaliado. Do meu ponto de vista, cada um de nós tem o seu modo distinto de analisar as situações por nós empreendidas, mas também temos de ter a capacidade de análise crítica e reflexiva das observações que nos são feitas.

Na turma na qual lecionei, havia um clima propício para o desenrolar das atividades, não só por terem capacidades e habilidades técnicas que permitiam que isso acontecesse, mas também porque a turma sempre soube entender quais os momentos para trabalhar e quais os momentos de alguma “descontração”.

As modalidades abordadas nas aulas foram futebol, basquetebol, andebol, badminton, atletismo, luta, dança e orientação.

No quadro abaixo, estão apresentadas as modalidades lecionadas e o número de aulas previstas/cumpridas.

O objetivo principal de todas as modalidades lecionadas foi motivar os alunos para a prática desportiva, criando valores como a partilha e a liderança. O grande objetivo passou por

encorajar os alunos a focarem-se nas modalidades e a darem sempre o seu melhor, mesmo que as dificuldades persistissem em aparecer, no que se refere aos fundamentos técnicos das modalidades.

De uma forma geral, a proposta de número de aulas previstas foi cumprida. Relativamente ao atletismo, o número de aulas dadas não correspondeu às previstas, uma vez que as condições climatéricas foram, por vezes, adversas e impediram a realização da modalidade no exterior.

A dança foi a modalidade na qual senti mais dificuldade em lecionar, uma vez que o meu conhecimento sobre fundamentos técnicos não era tão aprofundado. Como esta modalidade explora a improvisação, a expressividade e a comunicação, nem sempre foi fácil conseguir transmitir aos alunos a importância das expressões corporais e das emoções.

Contudo, apesar dos alunos se sentirem um pouco constrangidos em expressar determinados movimentos técnicos, a turma apresentou um feedback positivo revelando até, em alguns, a curiosidade em conhecer os estilos abordados.

Relativamente às aulas observadas pelo supervisor, antes de começar a aula, sentia alguma ansiedade, pois queria que tudo corresse da melhor forma. As três aulas observadas pelo supervisor, trataram-se de aulas muito produtivas, que me abriram horizontes futuros ao nível da situação de ensino/aprendizagem. Constatei que será sempre possível uma evolução ao nível pedagógico, pois as aprendizagens nunca se esgotam e são, muitas vezes, as circunstâncias momentâneas da aula que possibilitam corrigir possíveis erros e superá-los nas aulas seguintes. Para que tudo isto seja possível, é muito importante cativar os alunos e envolvê-los na dinâmica da aula.

| MODALIDADE  | Calendarização |     |     | 1º Período |       | 2º Período |       | 3º Período |       |
|-------------|----------------|-----|-----|------------|-------|------------|-------|------------|-------|
|             | 1ºP            | 2ºP | 3ºP | Previstas  | Dadas | Previstas  | Dadas | Previstas  | Dadas |
| Futebol     | 3              | 3   | 1   | 3          | 3     | 3          | 3     | 1          | 1     |
| Basquetebol | 5              | 5   | 2   | 5          | 5     | 5          | 5     | 2          | 2     |
| Andebol     | 5              | 4   | 2   | 5          | 5     | 4          | 4     | 2          | 2     |
| Atletismo   | 5              | 5   | 1   | 5          | 4     | 5          | 4     | 1          | 1     |
| Luta        | 2              | 3   | -   | 2          | 2     | 3          | 3     | -          | -     |
| Dança       | -              | -   | 5   | -          | -     | -          | -     | 5          | 5     |
| Orientação  | 2              | 3   | -   | 2          | 2     | 3          | 3     | -          | -     |
| Badminton   | 5              | 5   | 1   | 5          | 5     | 5          | 5     | 1          | 1     |

Quadro 1 - Quadro Síntese das modalidades lecionadas e nº de aulas

#### 4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

A minha intervenção resumiu-se em quatro dimensões diferentes, mais concretamente na: instrução, gestão, disciplina, gestão e clima. Na dimensão instrução procurei ser claro e sempre objetivo na demonstração das tarefas, de modo a rentabilizar o aproveitamento motor dos alunos e do tempo de aula e, sempre que fosse oportuno, fornecia feedbacks individuais ou coletivos. Sempre que fosse necessário voltava a explicar/demonstrar a tarefa ou a incentivar à continuidade do que estava a ser realizado de forma correta. Relativamente aos feedbacks procurava ser o mais motivacional possível. Também, percebi, em reflexão com o professor orientador, que necessitava de investir nos feedbacks específicos, como a execução de um determinado gesto técnico ou até mesmo do próprio exercício/jogo, de forma que os alunos evoluíssem nos aspetos técnico-táticos. Este fator foi muito importante, porque me ajudou no desenrolar e na dinâmica da aula.

Quanto à gestão da aula, pela formação académica obtida, consegui, de um modo geral, organizar a aula de uma forma eficaz, assim como o tempo e materiais dispostos. As regras na disciplina de EF, foram estabelecidas no início do ano letivo, quer ao nível dos atrasos e consequências na avaliação final, a utilização e forma de estar nos balneários, assim como o comportamento aceitável e adequado à disciplina. Uma das estratégias adotadas para evitar os atrasos foi que os alunos tinham dez minutos de tolerância depois do toque a fim de não lhes ser marcada falta. Outra estratégia era que os alunos que haviam chegado atrasados, ficavam, no final da aula, para arrumar o material.

Este conjunto de estratégias originou um envolvimento dos alunos nas diferentes situações de organização, aprendizagem de transição e de comportamento dos alunos. Esta organização da aula foi fundamental para uma boa apreensão do ensino/aprendizagem. No que diz respeito à dimensão intervenção pedagógica denominada disciplina nunca tive de tomar medidas rigorosas, mas tive de saber gerir alguns comportamentos desadequados em contexto de aula, o que nem sempre foi muito fácil, por se tratar de uma turma heterogénea e com antecedentes comportamentais desajustados. Neste campo, procurei estabelecer exercícios que promovessem ações comportamentais que fossem de encontro ao pretendido. Relativamente à dimensão de intervenção clima que está relacionado com as relações e interações com os alunos, na maior parte das aulas, foi estabelecido um clima positivo entre todos os intervenientes, com vista à promoção do ensino/aprendizagem. Para que isto fosse possível, optei por regular a atividade

de forma a obter o envolvimento dos alunos nas diversas situações de ensino, proporcionando as condições favoráveis à aprendizagem.

Toda esta dimensão de intervenção pedagógica fez-me perceber que ser professor é estar em constante evolução. É cada vez mais complexo que o aluno apreenda os conteúdos a serem aplicados, quer pela dificuldade de compreensão, pelo escasso tempo de aula ou pelo interesse do aluno num determinado tema. Uma das formas que adotei para manter os alunos atentos foi procurar diferentes métodos de ensinar, com estratégias que fossem ativas e motivadoras para os mesmos. Os perfis dos alunos foram tidos em consideração, pois estes têm pensamentos e modos de vida distintos e, portanto, cabe ao professor respeitar as particularidades de cada um e encontrar uma forma de os manter focados nas atividades. Um dos desafios que tive foi diversificação de atividades propostas, utilizando exercícios ou recursos digitais que permitissem tornar os conteúdos mais interessantes e de fácil assimilação. A valorização do professor é um grande desafio, pois é importante que este procure o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional. Além disso, é primordial manter uma boa comunicação com a escola e os alunos para que se possa alcançar as melhores condições do ensino/aprendizagem.

#### 4.1.4 Avaliação

Segundo Rosa & Pires, (2022), o professor ao avaliar precisa considerar as várias técnicas e instrumentos para possibilitar o diagnóstico na aula. Os tipos de avaliação realizado na ESAS foram a diagnóstica, a formativa e a sumativa.

Com a avaliação diagnóstica permitiram-se definir os objetivos, a organização e estruturação de conteúdos a serem lecionados e analisar as dificuldades da turma, no contexto geral e específico. Estas informações são as bases para se definir as estratégias a aplicar, para se definir os conteúdos a serem trabalhados que, apesar de não serem avaliações definitivas, permitem dar a conhecer o nível individual de cada aluno. A avaliação formativa auxiliou o professor estagiário, na medida em que permitiu retirar ilações acerca do comportamento do aluno na aula de EF. Tinha a função meramente informativa e não a atribuição de uma classificação definitiva.

O objetivo desta avaliação era a sistematização dos conteúdos abordados, com vista à obtenção, por parte do professor estagiário, de informação acerca das dificuldades sentidas

pelos alunos e na procura das melhores estratégias para colmatar as possíveis dificuldades. A avaliação deve ser contínua, tendo em consideração os seus aspetos qualitativos no decorrer do período escolar e ao professor cabe a função de os acompanhar neste processo evolutivo.

Para Villas Boas, (2006), a avaliação formativa é a construção de aprendizagens pela possibilidade de analisar o progresso dos alunos. A avaliação sumativa determina o nível de conhecimento que o aluno atingiu até à etapa final com a aquisição de conteúdos e o seu aproveitamento escolar. Este formato de avaliação inclui conteúdos, objetivos e classificações que definem a aprovação ou não do aluno. De referir que é importante que esta avaliação se realize, não só porque o sistema educacional assim o exige, mas também para minorar as problemáticas existentes no âmbito escolar.

Os feedbacks positivos e corretivos foram priorizados e utilizados constantemente. O feedback positivo fortaleceu uma determinada ação, que se pretendia que se reiterasse, daí ser importante que se estimulasse esse comportamento pretendido. O feedback corretivo foi usado para corrigir um comportamento desadequado. Este tipo de feedback promoveu a correção de um determinado momento e foi corretamente aplicado, para não suscitar no aluno uma desmotivação ou a continuidade dos mesmos erros. A autoavaliação foi utilizada no decorrer dos três períodos letivos, com o intuito de levar o aluno a refletir sobre as suas ações e os seus resultados ao nível das aprendizagens e o que pode e deve melhorar.

As avaliações diagnósticas que se realizaram no início do ano letivo foram as modalidades de futebol, andebol, basquetebol, badminton e atletismo.

Esta primeira fase permitiu recolher informações acerca da turma e serviu para identificar dificuldades evidenciadas. A avaliação formativa possibilitou retirar informações dos intervenientes no decorrer do processo de ensino/aprendizagem, assim como verificar o seu nível de evolução. Este tipo de avaliação foi utilizado ao longo do ano letivo.

Relativamente à avaliação sumativa, os critérios sugeridos pela ESAS foram definidos da seguinte forma: 80% para as atividades físicas, nas quais os alunos são avaliados em seis modalidades desportivas em cada período; 10% para a área dos conhecimentos e 10% para os testes da AF. De salientar, ainda, que os alunos que estavam impedidos de realizar as aulas práticas, impedimento esse devidamente comprovado por atestado médico, tinham a possibilidade de realizar uma ficha de avaliação com os conteúdos que foram abordados no decorrer do período.

A avaliação sumativa tem uma tarefa importante, na medida em que auxilia o professor a definir se os objetivos foram cumpridos pelos alunos e se as estratégias que o professor utilizou serviram para atingir o resultado pretendido.

No final de cada período letivo, os alunos preenchem uma ficha de autoavaliação. Este é um instrumento fundamental que possibilita ao professor perceber até que ponto o aluno foi capaz de refletir sobre as suas atitudes, avaliar as suas competências e apresentar sugestões de melhoria no período seguinte. Esta ficha de autoavaliação terminava com a proposta, por parte do aluno, do nível que este achava ser merecedor.

## 5. Participação na escola e Relação com a comunidade

### 5.1. Atividades realizadas

Como professor estagiário, foi crucial a participação e dinamização em atividades da ESAS, para solidificar a minha autonomia, enquanto professor. Estas atividades são de enorme importância no seio da comunidade escolar, pois envolvem um número elevado de alunos, permitindo a sua inclusão e a sua respetiva socialização, sempre com base na dinâmica do Plano Anual de Atividades e os objetivos delineados. Como professor estagiário, estas atividades permitiram conceber o ensino de uma forma mais abrangente e com uma visão mais periférica. Relativamente às atividades realizadas pela nossa escola, segundo constam no Plano Anual de Atividades, mais concretamente as que foram organizadas pelo grupo de Educação Física, o núcleo de estágio esteve envolvido no XXIII Troféu ESAS, composto por três provas que decorreram, respetivamente, no 1º, 2º e 3º períodos letivos. A participação nas três provas que compuseram o Troféu ESAS foi fundamental para efeitos de classificação na prova.

O núcleo de estágio esteve envolvido, também, numa ação de formação promovida pela Federação Portuguesa de Rugby, na qual estiveram presentes professores responsáveis pela modalidade e na qual realizaram demonstrações técnicas e táticas para os alunos do agrupamento. O núcleo esteve envolvido, também, na atividade do *plogging*, que se enquadrou no âmbito das atividades promovidas e em articulação com a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento. Esta atividade caracterizou-se pelos alunos que recolhiam lixo ao mesmo tempo que corriam, com vista à promoção de um ambiente mais sustentável em sintonia com a prática desportiva. Estas atividades desenvolveram-se na seguinte forma:

- “1ª Prova Troféu ESAS”

No âmbito da disciplina de EF, foi realizado pelo Departamento de EF, a primeira prova do Troféu ESAS – BTT. Uma prova que colocou à “prova” a agilidade, o conhecimento, a entreadjuada e uma competitividade sadia, na qual os alunos se divertiram e se empolgaram na dinâmica da prova.

- “2ª Prova Troféu ESAS”

O Departamento de EF levou a efeito a segunda prova do Troféu ESAS – Feira das Aventuras, elaborado pelos professores estagiários da Universidade da Maia e da Universidade do Porto, em articulação com os professores de EF. Um dia primaveril, no qual os alunos demonstraram uma grande capacidade em superar diversos desafios que lhes iam sendo colocados. Foi um dia de sucesso na ESAS pelo número de alunos envolvidos (150), mas por mostrar uma outra vertente da ESAS, a inclusão e a participação aberta e voluntária de todos quanto gostam de conviver de modo salutar, em grupo(s) e em equipas.



*Figura 2 - Evento realizado pelos núcleos de estágio da UMAIA e FADEUP, em articulação com o grupo de EF da ESAS.*



*Figura 3 - Evento realizado pelos núcleos de estágio da UMAIA e FADEUP, em articulação com o grupo de EF da ESAS.*

- “3ª Prova Troféu ESAS”

Na Praia Fluvial de Merelim São Paio realizou-se a 3ª Prova do Troféu ESAS, atividade levada a cabo pelo Departamento de EF.

A prova decorreu de forma muito positiva. Os alunos muito entusiasmados e empenhados em superar todos os obstáculos

O almoço-convívio proporcionado aos alunos permitiu a convivência, a partilha de opiniões e experiências. Dado o sucesso destas atividades, pelo seu carácter e envolvimento de toda a comunidade escolar, será de extrema importância dar continuidade às mesmas no próximo ano letivo.



*Figura 4 - Atividade de canoagem (3ª Prova - Troféu ESAS) desenvolvida na Praia Fluvial de Merelim São Paio*

- “Atividade *Plogging* – *Disciplina de Cidadania e Desenvolvimento*”

A atividade teve como intenção a recolha de lixo plástico, em formato de corrida, promovendo o desafio para o corpo e a promoção de um ambiente mais sustentável. Esta atividade decorreu no âmbito da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, na qual participamos de forma entusiástica e motivadora.

- Seminário – “A influência do Modelo Student Designed-Games na competência motora em alunos do Ensino Secundário.”

O Seminário decorreu no dia 5 de junho com a turma do 11ºK, com a presença do professor orientador, do professor supervisor e do núcleo de estágio da PES da UMAIA.

No âmbito das Unidades Curriculares de Projetos de Intervenção I e II, foi proposto que seleccionássemos um projeto de intervenção na escola. Após a análise de todos os projetos, a opção recaiu no projeto denominado “A influência do Modelo Student-Designed Games na competência motora em alunos do ensino secundário”. O objetivo do projeto foi a caracterização e a perceção da competência motora dos alunos em consonância com o Modelo Student-Designed Games. Reunimos com a professora Sara Santos, que nos descreveu pormenorizadamente o projeto e, após a reunião, realizou-se uma revisão da literatura, que nos permitiu seleccionar um grupo de controlo e outro de intervenção. Para que fosse possível proceder ao tratamento de dados, tratamos das autorizações para os Encarregados de Educação/Responsáveis Legais.

O culminar da investigação deu-se com a realização da discussão dos resultados, na qual, e de uma forma geral, não se verificou diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis da adaptabilidade, pensamento criativo e resolução de problemas. No entanto, nas duas variáveis relacionadas com o TGMD-3, nomeadamente o deslocamento e a manipulação, que revelaram incrementos do pré para o pós teste, essas diferenças foram estatisticamente significativas.

As dificuldades sentidas na organização prenderam-se com a análise do ambiente interno e externo para se definir o plano final, uma vez que se tornou difícil a definição de estratégias efetivas na elaboração do seminário e a distribuição de recursos. Foi preciso identificar os recursos/materiais disponíveis para a execução do plano delineado. Outra dificuldade sentida

pelo núcleo foi a monitorização do planeamento, para se definirem os objetivos a atingir e quais os esforços que deveriam ser realizados, para uma eficaz implementação do tema na comunidade escolar.

Quanto à reflexão e aprendizagens obtidas, concluímos que este constituiu um momento de oportunidade para nós, enquanto professores estagiários. Permitiu-nos avaliar a nossa prestação como comunicadores/oradores do tema apresentado, assim como identificar aspetos que possam vir a ser melhorados. Futuramente, poderá surgir a possibilidade de elaborarmos, novamente, uma apresentação neste formato. Foi crucial efetuar uma reflexão em conjunto, pois permitiu-nos entender o ensino de uma forma muito mais abrangente e, certamente, que este momento fez-nos evoluir do ponto de vista profissional.

O Seminário ocorrido no dia 5 de junho de 2023, permitiu partilhar as experiências sentidas ao longo deste ano letivo. Este teve como principal objetivo monitorizar o nosso processo de ensino, contribuindo para a melhoria das competências, enquanto professores.

A análise realizada ao Seminário possibilitou o debate entre os estagiários e supervisores sobre a preparação do Seminário, a sua organização e problemas experienciados. Esta análise irá influenciar a nossa forma de trabalhar e abordar o ensino, no sentido de melhorar continuamente a nossa estratégia e preparação de aulas.

O acompanhamento à Direção de Turma foi realizado através da turma do 12ºO, que tem como Diretor de Turma o nosso Professor Orientador, Benjamim Peixoto. Obtive conhecimento acerca das tarefas pertencentes a este cargo, à caracterização socioeconómica da turma, às participações disciplinares, à justificação de faltas e marcações de reuniões com os encarregados de educação/responsáveis legais. Considero este processo bastante crucial, uma vez que esta função poderá vir a ser desempenhada, por nós, no futuro.

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

A relação que estabeleci com os alunos da turma do 11ºK foi sempre muito positiva. Dei sempre importância à existência de um ambiente propício ao diálogo, à partilha de problemas e predisposição para a sua resolução. Por isso, estabeleci uma relação que se pautava pelo diálogo, pela crítica construtiva e, sobretudo, na base da sinceridade e entreajuda. Procurei inteirar-me da situação escolar e socioeconómica de cada um, para poder prestar o apoio

adequado a cada um deles. Tratava-se de uma turma heterogénea, com alunos muito ambiciosos e com resultados muito positivos ao nível da disciplina de EF. A leção nesta turma foi deveras enriquecedora, quer ao nível do ensino/aprendizagem, quer ao nível do meu crescimento enquanto profissional. Todavia, foi um ano exigente, pois tornou-se necessária a promoção da autonomia, da criatividade, do respeito pelo outro, na perspetiva da resolução de problemas que iam surgindo. Esta tarefa foi complexa, mas promoveu o meu crescimento, enquanto professor estagiário.

A relação entre o professor estagiário e os alunos foi sempre positiva, existindo sempre um clima saudável e propício ao desenrolar das atividades. O trabalho cooperativo foi sempre uma prioridade, com o intuito de inculcar nos alunos o espírito de equipa e espírito de camaradagem.

### 5.3. Socialização profissional e institucional

De acordo com Oliveira, (2022), a socialização dos professores significa estar em constante evolução que engloba a influência da sua formação, o trabalho na aula com os alunos, as relações interpessoais com os demais colegas de profissão, os encarregados de educação, o currículo, as condições de trabalho e o contexto escolar no qual estão inseridos.

Durante este ano letivo, participei em muitas atividades que promoveram a minha prática enquanto docente estagiário, assim como a procura da minha identidade profissional. Todas as atividades foram importantes, no sentido de se compreender os objetivos delineados, as estratégias implementadas e pesquisar soluções para os problemas encontrados. As atividades como, por exemplo, a elaboração da 2ª Prova do Troféu ESAS, promoveram o trabalho cooperativo entre os docentes de EF do departamento, a importância da comunicação na procura de objetivos comuns e o espírito crítico, fator crucial para as nossas propostas serem tidas em consideração.

É importante, no seio da comunidade escolar e em concreto nos alunos, promover a amizade e, fundamentalmente, o respeito. É neste sentido que o professor é o elo que desenvolve estas competências pessoais nos seus discentes.

Com a socialização profissional e institucional adquiriram-se valores fundamentais para o envolvimento no seio escolar. O ambiente no Agrupamento de Escolas Alberto Sampaio é muito agradável entre todos os docentes e não docentes, o que facilita e proporciona um

ambiente relacional muito positivo. O NPES participou em todas as reuniões, procurando sempre ser responsável, assíduo, pontual e cumpridor com as tarefas propostas. As reuniões intercalares permitiram refletir sobre os assuntos relacionados com a turma, mais concretamente: o comportamento, as medidas e estratégias a adotar perante comportamentos desajustados.

Todos os intervenientes na comunidade educativa mostraram a sua prontidão e espírito de entreatajuda para com o núcleo de estágio. Senti sempre liberdade para me expressar, por forma a dar a minha opinião para uma constante melhoria da aprendizagem dos alunos e da minha própria aprendizagem, enquanto professor. Conhecer as experiências de socialização dos professores é pertinente, para se realizar uma análise das conceções e das representações sociais no decorrer da prática docente, pois são profissionais que socializam e se deparam com diversas situações (Oliveira & Barreto, 2021).

Para que existisse este envolvimento de sociabilização profissional e institucional em muito contribuiu o professor orientador, Benjamim Peixoto, que nos acolheu no contexto escolar, pois conseguimos criar um bom relacionamento profissional, assim como partilhar ideias e constrangimentos sentidos em cada aula lecionada. Estes momentos são os alicerces para o desenvolvimento do espírito de grupo e de entreatajuda.

#### 5.4. A Componente ético-profissional

Os professores têm a função de ensinar e exercem a sua prática profissional na escola. Têm a função de garantir a escola inclusiva, favorecer o desenvolvimento da autonomia dos alunos, assim como a sua inclusão na sociedade (Decreto-Lei 240/2001, de 30 de Agosto). Tive como objetivo geral, na disciplina de EF, despertar, incentivar e motivar os alunos para a prática desportiva e promover o espírito crítico desportivo. Foi importante promover nos alunos valores, destacando-se alguns como a autonomia, a responsabilidade, a consciencialização, a criatividade, a comunicação, a cooperação e, sobretudo, agir eticamente.

Tive como principal objetivo orientar os alunos para o seu sucesso, tendo sempre em conta o seu perfil, à saída da escolaridade obrigatória. Contudo, com a elaboração do PFIE, correlacionamos todas as vivências, experiências, atuações e perceções, face a este processo vivenciado pela PES. Este documento serviu como suporte para reformularmos ideias e

preparar o início da criação do nosso RPES.

Para finalizar, a criação do presente documento auxiliou-me na reflexão de toda a minha atividade, relativa ao processo de ensino/aprendizagem, ajudando-me a confrontar com as minhas expectativas iniciais. Teve importante relevo a minha consciencialização sobre a avaliação contínua e a minha atuação como professor estagiário. Esta minha atuação culminou com a promoção de experiências enriquecedoras, que irei consolidando no decorrer da minha carreira profissional.

## 6. Desenvolvimento profissional

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

No início do ano letivo, foi disponibilizado um Dossier Digital, onde se encontrava todo o processo, situações de aprendizagem, entre outros documentos orientadores que, a qualquer momento, podiam ser retificados.

*“O regime de qualificação para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário encontra o seu enquadramento jurídico estabelecido nos artigos 30.º e 31.º da Lei de Bases do Sistema Educativo e legislação complementar, designadamente o Decreto-Lei n.º 194/99, de 7 de Junho, que estabeleceu o sistema de acreditação de cursos que conferem qualificação profissional para a docência, e os Decretos-Leis n.os 6/2001, de 18 de Janeiro, e 7/2001, da mesma data, que fixaram os princípios orientadores da organização e gestão do currículo dos ensinos básico e secundário.*

*De acordo com o referido regime, os educadores de infância e os professores são detentores de diplomas que certificam a formação profissional específica com que se encontram habilitados, através de cursos que se organizam de acordo com as necessidades do respetivo desempenho profissional, e segundo perfis de qualificação para a docência, decorrentes do disposto na referida Lei de Bases”. Ser professor é estar em constante processo de desenvolvimento profissional.*

A carreira docente implica uma constante dedicação e uma constante atualização de conhecimentos. As características que o docente deve possuir são a transmissão de conhecimentos, acompanhar pedagogicamente os seus alunos, estar atento às necessidades educativas de cada aluno, procurar desenvolver a motivação nos seus alunos, criar desafios que permitam que haja uma evolução. Ser professor é um processo contínuo, no qual é necessário identificar e compreender o meio envolvente do processo de ensino/aprendizagem, saber aplicar conceitos, regras de cidadania e desenvolvimento aos seus alunos. No desenvolvimento profissional, a reflexão ajuda o profissional a continuar o seu processo, para se conhecer e se construir de forma pessoal.

O NPES assistiu a diversas palestras, nomeadamente, “A violência no namoro”, “O ambiente mais sustentável”, entre outras. Relativamente a estas formações, ficamos a perceber os desafios que, enquanto cidadãos autónomos, temos perante a sociedade. Tornaram-se

cruciais para os alunos, no sentido de se promover a sua capacidade crítica, porque os obrigava a refletir sobre determinados temas. As diversas opiniões de cada um originavam um debate muito apelativo entre todos os intervenientes. Com esta aquisição de competências e de saberes, compreendemos as estratégias, para dar respostas a estes problemas, que surgem no nosso quotidiano.

## 7. Reflexões finais

A prática de Ensino Supervisionada constitui o primeiro impacto com o ambiente concreto da Escola e de toda a comunidade escolar envolvente. Propus-me a este estágio motivado, entusiasmado, expectante e com uma enorme curiosidade, concretizando, finalmente, um sonho que me acompanhava desde os tempos de estudante do ensino secundário.

A EF foi, desde sempre, a minha disciplina preferida e, como já referi anteriormente, o Professor de EF e Diretor de Turma Luís Veloso foi, no ensino secundário, quem compreendeu esse meu sonho, me acompanhou e soube sempre estar presente em todas as suas etapas e partilhar comigo todas os seus saberes e experiências como professor.

Foi, sem a menor dúvida, um “porto de abrigo”, onde podia ancorar todos os meus receios e todas as minhas dúvidas. Apraz-me acrescentar que o facto de ter iniciado, em simultâneo, com o curso de “Desporto e Lazer”, a prática letiva nas AEC’S, fez-me perceber que, para além da paixão pela EF, havia também um forte entusiasmo em ensinar/transmitir/educar tudo aquilo que me haviam ensinado. Ver o olhar ávido dos mais pequenos por quererem aprender e fazer mais e melhor foi o impulso, o “salto no trampolim para abraçar a profissão de docente de EF.

Se o que até aqui referi foi o início de todo este percurso, a PES foi o momento decisivo de todo este sonho. Esta nova experiência de ensino noutra faixa etária, nomeadamente com jovens de ensino secundário (11ºano), fez aumentar em mim esta vontade de adquirir e partilhar novas experiências.

Durante este processo de ensino/aprendizagem foi deveras fundamental a pesquisa e o explorar de estratégias para envolver os alunos de forma descomplicada e sempre em prol da educação para a disciplina de EF. Esta forma de estar em contexto de sala de aula, de partilha, de envolvimento criativo e educativo, devo-o, sem a menor dúvida, ao Professor Orientador Benjamim Peixoto que, com toda a sua vasta experiência no Ensino da disciplina, me soube ensinar, corrigir e empreender em mim a vontade de me aperfeiçoar. Com o professor Benjamim aprendi que, mesmo nos momentos menos bons, devemos encará-los como momentos de aprendizagem e nunca esmorecer. Nesta prática de ensino supervisionada, a EF foi-me estrategicamente apresentada como uma disciplina em constante inovação e em constante procura de novas estratégias, por forma a envolver os alunos entusiasticamente, mas sempre com o principal propósito de os educar para a disciplina de EF.

Com estas estratégias que me foram transmitidas, tive alunos que foram capazes de se envolver e que sabiam que teriam todo o meu apoio e do professor Benjamim para os retificar

e nunca desistir. Papel igualmente preponderante foi o do professor/doutor Rui Marcelino que de forma exigente, profissional e motivadora, soube transmitir o seu vasto conhecimento, profissionalismo, o saber como professor e promover em mim a avidez pela procura de novas estratégias de ensino/aprendizagem. Se, inicialmente, a minha atuação possa ter sido condicionada pela pouca experiência, principalmente na tomada de decisões e de estratégias, encontrei sempre no professor Benjamim e no professor doutor Rui Marcelino um enorme espírito de entejuda na resolução de problemas.

Em suma, o futuro será sempre uma incógnita e os tempos, no que diz respeito à Educação, continuam conturbados. No entanto, projeto neste futuro próximo a minha paixão pelo Ensino, a alegria e o envolvimento dos alunos nas tarefas. Sei que ainda tenho muito para aprender e para crescer no processo de ensino/aprendizagem, mas com muita vontade, perseverança e resiliência continuarei a desbravar os caminhos da Educação.

Primordial é formar aqueles que serão os cidadãos de amanhã, aptos a viver em sociedade, aptos para lidar e solucionar os problemas para os quais, muitas das vezes, a vida nos torna incautos. Bem haja a todos os que contribuíram para este meu crescimento a todos os níveis e, desde já, o meu sincero obrigado.

## 8. Referências bibliográficas

- Albuquerque. (2016). Processo Ensino-Aprendizagem: Características do Professor Eficaz. *Millenium*(39), 55-71.
- Bento. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 19(1), 5-8.
- Costa, I., Greco, P., Mesquita, I., Graça, A., & Garganta, J. (2010). O Teaching Games For Undertanding (TGFU) como modelo de ensino nos jogos desportivos coletivos. *Revista Palestra*, 10, 69-77.
- Cunha, A. C. (2010). Representação do "bom" professor: o "bom" professor em geral e o "bom" professor de educação física em particular. *Educação em Revista*, 11(2), 41-52.
- Graça, A. (2001). Breve Roteiro da investigação empírica na Pedagogia do Desporto: a investigação sobre o ensino da educação física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1(1), 104-113.
- Moura, A. (jul-set de 2022). Intervenções educacionais baseadas no efeito das emoções no processo de tomadas de decisões médicas: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Educação e Saúde-REBES*, 12(3), 252-262.
- Neves, C., Botelho, V., Silva, P., & Pinheiro, E. (julho/setembro de 2020). *A influência das formações continuadas no cotidiano dos professores de Educação Física*, 22(3), pp. 1-9.
- Nóvoa, A. (1992). A formação de professores e a profissão docente. In: NÓVOA, António (Org.). *Os professores e sua formação*, 15-34. Obtido de <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/4758>
- Oliveira, A. (2022). *Reflexões sobre a socialização profissional docente*.
- Oliveira, E., & Barreto, D. (2021). A dimensão da socialização profissional dos saberes docentes: experiências significativas para a docência. *Revista de Estudos em Educação e Diversidade*, 2(6), 1-15.
- Osório, P., & Raposo, M. (2016). A planificação das unidades didáticas como estratégias de ensino da leitura e da escrita: um estudo no ensino básico em portugal. *Entreletras*, 7(1), 5-25.
- Rosa, N., & Pires, J. (2022). A avaliação escolar e suas influências no processo de ensino-aprendizagem. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*.

- Schwartz, Baptista, & Casteleins. (jul./dez. de 2001). A contribuição do estágio supervisionado no desenvolvimento de aptidões e formação de competências. *Diálogo Educacional*, 2(4), 105-111.
- Shulman. (1986). Those who understand: Knowledge growth in teaching. *Education Researcher*, 15(2), 4-14.
- Silva, A., & Rodrigues-Silva, J. (2022). Sobre o bom e o mau professor: A identidade profissional docente. *Revista Brasileira de Pesquisa sobre Formação de Professores*, 155-170.
- Silva, L., Porto, J., & Arnold, J. (Abril de 2019). Realização Profissional: Proposição de conceito e instrumento. pp. 1-29.
- Silva, R., & Melo, M. (2023). A formação de professores por meio do estágio supervisionado. *Revista Intersecção*, 4(1), 5-18.
- Villas Boas, B. (mar/jun de 2006). Avaliação formativa e formação de professores: ainda um desafio. *Linhas críticas*, 12(22), 1-21.




Anexo 1 - Plano de Aula



Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Plano de aula

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>Modalidade:</b> Andebol<br><b>Espaço:</b> P1  | <b>Ano Letivo:</b> 2022/23<br><b>Turma:</b> 10º N<br><b>Nº Alunos:</b> 28 alunos | <b>Aula U.D. Andebol:</b> 11                     | <b>Data:</b> 05/05/2023<br><b>Hora:</b> 11:40 às 13:10h<br><b>Duração:</b> 90' |
| <b>Professor-estagiário:</b> Emanuel Martins<br><b>Professor Orientador:</b> Benjamim Peixoto  |  | <b>Material:</b> bolas, sinalizadores e coletes. |  |
| <b>Funções didáticas/Conteúdos Andebol:</b><br>Exercitação/Aperfeiçoamento do passe/receção, do drible e do remate.  |  |  |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Capacidades motoras</b><br/>Desenvolver as capacidades de flexibilidade, resistência e força;<br/>Desenvolver as capacidades coordenativas equilíbrio, ritmo, diferenciação cinestésica e capacidade de reação;</li> <li><b>Conceitos Psicossociais:</b><br/>Espírito de equipa, respeito, cooperação, autonomia, autossuperação, espírito competitivo.</li> </ul> |  |  |  |

| Tempo          | Tarefas / Situações de aprendizagem  | Organização  | Objetivos comportamentais<br>Componentes críticas   |
|----------------|--|--|---|
| Inicial<br>15' | <b>Ativação específica:</b><br>Ativação através de exercícios de força e resistência muscular.   | Os alunos estão alinhados e fazem o aquecimento dirigido pelo professor.   | - Preparar o aluno para a atividade física, através da realização de exercícios de ativação cardiovascular, motora e físico.  |
| Fundamental    | <p>10'</p> <p><b>Exercício 1: Jogos dos passes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fazer dez passes seguidos, entre os jogadores da mesma equipa, sem que a bola seja tocada pela equipa contrária.</li> </ul> <p><b>Exercício 2: Jogo pré desportivo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Duas equipas com uma bola, num espaço limitado. Cada equipa tem de fazer chegar a bola na linha final e pousar a bola no solo para a obtenção de um ponto, tentando evitar que a outra equipa o faça.</li> <li>- As duas equipas podem deslocar-se por todo o espaço de jogo;</li> <li>- A bola é jogada com as mãos, através de passes, receções e desmarcações;</li> <li>- O drible é permitido até três para obtenção de ponto na linha;</li> <li>- O contacto físico entre jogadores não é permitido nem retirar a bola das mãos;</li> <li>- O jogador com bola não pode sair das linhas limites do campo, sempre que isso aconteça, a bola passa a pertencer à equipa adversária à que efetuou o último toque antes de sair;</li> <li>- A bola é repostada em jogo no local onde saiu.</li> </ul> |  <p>Jogo de passes 4x4</p>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar a desmarcação, após a execução do passe;</li> <li>Marcar o adversário sem bola;</li> <li>Evitar o contacto físico com o possuidor da bola, tirá-la das mãos ou empurrá-lo;</li> <li>Evitar o ressalto de bola no solo, falar para pedir a bola, andar ou correr com a bola nas mãos e que o jogo se realize apenas entre dois ou três jogadores.</li> </ul> |
|                | <p>15'</p> <p><b>Exercício 3: Jogo condicionado 4x4</b></p> <p><b>Não é permitido:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Driblar a bola, agarrar e voltar a driblar a bola (drible ilegal);</li> <li>- Segurar a bola nas mãos por mais de três segundos;</li> <li>- Dar mais de três passos com a bola na mão;</li> <li>- Agarrar, arrancar ou bater na bola quando esta se encontra na mão do adversário;</li> <li>- Bloquear, agarrar ou empurrar o adversário em posse de bola.</li> </ul> <p><b>É permitido:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar até três dribles para enquadramento com o remate.</li> </ul>  |  <p>Jogo pré desportivo 4x4</p>  |   |
|                | <p>35'</p> <p><b>Exercício 3: Jogo condicionado 4x4+Gr</b></p> <p><b>Não é permitido:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Driblar a bola, agarrar e voltar a driblar a bola (drible ilegal);</li> <li>- Segurar a bola nas mãos por mais de três segundos;</li> <li>- Dar mais de três passos com a bola na mão;</li> <li>- Agarrar, arrancar ou bater na bola quando esta se encontra na mão do adversário;</li> <li>- Bloquear, agarrar ou empurrar o adversário em posse de bola.</li> </ul> <p><b>É permitido:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar até três dribles para enquadramento com o remate.</li> </ul>   |  <p>Jogo condicionado 4x4+Gr</p> |   |
| 10'            | <p><b>Reflexão e observação dos resultados obtidos durante o desenvolvimento na aula.</b><br/>Debate de aspetos a melhor ou corrigir.<br/>Arrumação do material.</p>   |  |   |