

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Bárbara Couto e Sá

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientadora Institucional

Professora Doutora Rita Silva

Julho 2023



Bárbara Couto e Sá

N.º A034345

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 nº79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a supervisão da Professora Doutora Rita Silva

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Carla Cardoso

Julho, 2023

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

Palavras-Chave: estágio profissional; competências profissionais; docência; educação física.

“You don't have to be sorry for leaving and growing up

You can see the world, following the seasons

Anywhere you go, you don't need a reason

'Cause they never showed you love

You don't have to be sorry for doing it on your own”

Harry Styles

Agradecimentos

A elaboração deste relatório só foi possível graças à disponibilidade, auxílio, boa vontade e carinho de algumas pessoas, às quais desde já quero agradecer:

À Universidade da Maia.

À Professora Doutora Rita Silva, pela sua disponibilidade e pela sua abertura e sinceridade relativamente a todo o processo de ensino e aprendizagem.

À Professora Orientadora Carla Cardoso, pela disponibilidade.

À Escola AE António Alves Amorim.

Ao Grupo de Educação Física, pelos ensinamentos ao nível da organização e gestão de uma escola e pela sempre boa disposição.

A todos os alunos com quem convivi diariamente, que muito me ensinaram.

Ao meu namorado que esteve presente em todos os altos e baixos este ano.

E principalmente ao meu pai, que desde o início da minha formação me inspirou a ser a pessoa, e profissional que sou hoje.

Obrigada pelo privilégio!

Resumo

A viagem por mim realizada ao longo do Estágio Profissional resultou em uma reflexão crítica consistente e fundamentada que se encontra espelhada no presente documento. O principal propósito do Relatório de Estágio gravita em torno da reflexão crítica de uma experiência formativa única e do meu desenvolvimento profissional no âmbito da Educação Física. Em termos estruturais, o relato é feito na primeira pessoa ao longo dos 7 capítulos que constituem este relatório: 1) Introdução; 2) Enquadramento pessoal, onde abrange o meu percurso de vida e as expectativas iniciais; 3) Enquadramento Institucional, que envolve a importância da PES, PES na Universidade da Maia, A Escola cooperante e a caracterização do Núcleo de Estágio; 4) Prática Profissional: onde descrevo o meu percurso num mundo novo, em que são evidenciadas as práticas desenvolvidas, bem como as dificuldades encontradas e a forma como foram superadas a nível do planeamento, realização e avaliação; 5) Participação na escola e Relação com a Comunidade, onde conto todas as experiências que tive durante o ano no meio escolar; 6) Desenvolvimento Profissional; 7) Reflexões Finais e, por fim, Referências Bibliográficas. O estágio profissional é o culminar deste Mestrado, é a necessidade, durante a formação inicial do aluno, conhecer o ambiente real da sua intervenção profissional, o que lhe permitirá identificar, compreender e apresentar soluções para os problemas que lhe surgirão no futuro. Para mim o estágio é o verdadeiro teste e a primeira experiência do que é a profissão de docente de Educação Física. Este proporciona experiências em contexto real, de forma a refletirmos sobre tudo o que nos leva a tomar algumas decisões. A Escola é a base da educação, constituída no seu todo, dá possibilidade a todos os alunos de uma formação diversificada e com vista a melhorar o futuro de todos.

Palavras-chave: Estágio Profissional; Competências Profissionais; Docência; Educação Física.

Abstract

The journey I took during the School Placement resulted in a consistent and grounded critical reflection that is mirrored in this document. The main purpose of the School Placement revolves around the critical reflection of a unique training experience and my professional development in the field of Physical Education. In closed terms, the report is made in the first person throughout the 7 chapters that constitute this report: 1) Introduction; 2) Personal framework, which covers my life path and initial expectations; 3) Institutional Framework, which involves the importance of STP, STP at the University of Maia, The cooperating School and the characterization of the STP Nucleus; 4) Professional Practice: where I describe my path in a new world, in which learning practices are highlighted, as well as the difficulties and the way in which they were overcome in terms of understanding, realization and evaluation; 5) Participation in the school and Relationship with the Community, where I tell all the experiences they had during the year in the school environment; 6) Professional Development; 7) Final Reflections and, finally, Bibliographical References. The School Placement is the culmination of this Master's Degree, it is a necessity, during the student's initial training, to know the real environment of his professional intervention, which will allow him to identify, understand and present solutions for the problems that will occur in the future. For me, the School Placement is the true test and the first experience of what the Physical Education teaching profession is. This provides experiences in a real context, so that we can reflect on everything that leads us to make certain decisions. The School is the basis of education, rewarded in its entirety, giving all students the possibility of a differentiated training and with a view to improving the future of all.

Key-words: School Placement; Professional Skills; Teaching; Physical Education.

Índice Geral

1.	Introdução	- 12 -
2.	Enquadramento pessoal e profissional.....	- 13 -
2.1	Contexto da Educação Física.....	- 13 -
2.2	Uma decisão a partir de um percurso.....	- 14 -
2.3	Expectativas Iniciais.....	- 16 -
3.	Enquadramento Institucional.....	- 18 -
3.1	A importância da Prática de Ensino Supervisionada	- 18 -
3.2	A Prática de Ensino Supervisionada na Universidade da Maia.....	- 18 -
3.3	A Escola Cooperante: lugar de prática.....	- 19 -
3.3.1	Departamento de Expressões e o Grupo de Educação Física	- 20 -
3.3.2	Caracterização da Turma	- 20 -
3.4	O Núcleo da PES: Espaço de socialização pessoal, profissional e institucional	- 21 -
4.	Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	- 22 -
4.1	Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	- 22 -
4.1.1	Conceção de Ensino	- 23 -
4.1.2	Planeamento	- 24 -
4.1.3	Realização	- 29 -
4.1.3.1	Dimensões da intervenção pedagógica	- 29 -
4.1.3.2	Modelos de Ensino	- 32 -
4.1.4	Avaliação.....	- 40 -
5.	Participação na escola e Relação com a comunidade	- 42 -
5.1	Atividades Realizadas	- 42 -
5.1.1	Desporto Escolar	- 43 -
5.1.2	Corta-Mato	- 45 -
5.1.3	Torneio Street Basket	- 47 -
5.1.4	Acompanhamento da Diretora de Turma.....	- 48 -
5.1.5	Acompanhamento de Aluna com NEE	- 48 -
5.1.6	Coadjuvação do 1ºCiclo	- 50 -
5.1.7	Evento Anual (Dia do Agrupamento).....	- 51 -
5.1.8	O Seminário.....	- 53 -
5.2	Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação.....	- 54 -
5.3	Socialização profissional e institucional.....	- 56 -
5.4	Componente Ético-profissional	- 57 -
6.	Desenvolvimento Profissional	- 58 -
6.1	Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão.....	- 58 -

7. Reflexões finais	- 59 -
8. Referências Bibliográficas.....	- 60 -

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Modelos de Ensino utilizados nas modalidades desportivas lecionadas durante o ano letivo.....	- 39 -
---	--------

Lista de Abreviaturas

AD- Avaliação Diagnóstica

AEC- Atividades de Enriquecimento Curricular

AF- Avaliação Formativa

AS- Avaliação Sumativa

CAF- Componente de Apoio à Família

DE- Desporto Escolar

DT- Diretora de Turma

EE- Estudante Estagiário(a)

EF - Educação Física

NEE- Necessidades Educativas Especiais

OC- Orientador(a) Cooperante

PAA- Plano Anual de Atividades

PES- Prática de Ensino Supervisionada

UD- Unidade Didática

1. Introdução

O Relatório de Estágio remete às vivências relatadas por mim durante o ano letivo, a sua realização enquadra-se no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES) do segundo ano do 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O Relatório de Estágio, da PES, é realizado como parte integrante e conclusiva do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pela Universidade da Maia, regulamentado pelo artigo nº 11 do Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio. Este Estágio desenvolveu-se na Escola Agrupamento de Escolas António Alves Amorim em Lourosa, no ano letivo de 2022/2023 e tendo como objetivo a integração e consolidação, no contexto da prática, os conhecimentos adquiridos no 1º ano do Mestrado, através de uma prática docente supervisionada e orientada, com vista à profissionalização de professores de Educação Física competentes.

O perfil do professor aponta para alguém competente, que reflete sobre a sua prática e que posteriormente atua sobre ela, reajustando o ensino à realidade específica de cada aluno. A PES está orientada nesse sentido, mostrando-se uma ótima oportunidade de aprendizagem e promotora da aquisição e desenvolvimento de competências profissionais e pessoais, de atitudes pro-activas na identificação e resolução de problemas pedagógicos, por forma a constituir o ponto de partida para uma futura integração no mercado de trabalho na área da docência da Educação Física e necessário a um desempenho eficiente.

O presente relatório está estruturado em diferentes temáticas, ao longo das quais se apresenta as atividades desenvolvidas na PES, as atividades do processo de ensino e aprendizagem e ainda as atitudes Ético Profissionais. A intenção é descrever e refletir sobre as atividades desenvolvidas ao longo do ano, pretendendo-se realizar uma avaliação de todo o trabalho desenvolvido e os conhecimentos dele derivado. As principais competências profissionais a desenvolver enquanto professores estagiários são: o Planeamento, Realização e Avaliação. O conhecimento adquirido, as dificuldades sentidas, o impacto da PES na realidade escolar e a análise e perspetiva da formação inicial e contínua, foram também abordadas de uma forma crítica e reflexiva.

Assim, o documento está estruturado por sete capítulos. No capítulo 1, apresenta-se a Introdução; no capítulo 2 apresenta-se o Enquadramento pessoal, que envolve o percurso da minha

vida e as expectativas iniciais para o ano letivo; no capítulo 3 identifica-se o enquadramento contextual da Prática de Ensino Supervisionada (PES) a nível institucional e da caracterização da turma, e do núcleo de estágio. No capítulo 4, relata-se a intervenção pedagógica no processo de Ensino Aprendizagem. No capítulo 5, narra-se a participação na escola, descrevendo as atividades promovidas pelo núcleo de estágio (NE), bem como as atividades participantes e a relação com a comunidade educativa. No capítulo 6 reflete-se no Desenvolvimento Profissional. Por fim, no capítulo 7, apresento algumas considerações finais, com referência a tópicos que acho relevantes focar, relacionados com as minhas vivências ao longo de todo o estágio e quais os próximos passos a dar para a evolução como profissional de Educação Física.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1 Contexto da Educação Física

A EF pertence a um estreito grupo de disciplinas que fazem parte do currículo escolar dos alunos desde o primeiro até ao décimo segundo ano de escolaridade. Neste sentido, considero fulcral, enquanto futura docente da disciplina, defender a sua predominância na formação do aluno enquanto ser humano. O desporto, como já comprovado, traz benefícios indiscutíveis para a saúde física e mental e para a prevenção de doenças cardiovasculares, problemas ósseos ou musculares e depressões. As atividades físicas e desportivas são consideradas importantes meios de promoção da saúde, do desenvolvimento da personalidade dos indivíduos e da oportunidade de ascensão e integração social (Ré, 2011). No que toca à educação escolar, a disciplina de EF é um excelente instrumento para fazer chegar as crianças e aos jovens alunos os benefícios da atividade física e do desporto.

Adicionalmente, a EF desempenha, também, um papel importante no desenvolvimento social e disciplinar dos alunos. No meu entendimento, a EF tem também, uma participação ativa no desenvolvimento da autonomia, da autoestima, da perseverança, e da solidariedade dos alunos. Se este trabalho for bem orientado para a superação e não para a estigmatização, para a inclusão e não para a exclusão, para a promoção da diferença e não para o seu esbatimento nem para a discriminação, contribuirá para a construção de alunos mais bem-dotados para afirmar uma sociedade mais justa, harmoniosa e feliz.

A EF dos dias de hoje preocupa-se também com o desenvolvimento da literacia desportiva. Através da EF o professor deverá formar um aluno desportivamente culto, conhecedor das tradições associadas ao desporto e entusiasta. Existem estratégias e modelos de ensino que uma vez aplicados nas aulas podem gerar um desenvolvimento positivo nesta questão da literacia

desportiva. Como por exemplo, Siedentop refere no Modelo Educação Desportiva, este modelo procura a formação holística do aluno, através de três vetores essenciais: a formação de alunos desportivamente competentes (desenvolvimento das habilidades específicas da modalidade), desportivamente literatos (aquisição dos valores e rituais associados à modalidade) e desportivamente entusiastas (incentivando nos alunos a atração pela prática desportiva e a defesa dos valores do Desporto) (Siedentop, 1994).

O Desporto sempre esteve presente a minha vida inteira, tenho uma família excepcionalmente ativa, que desde sempre me demonstrou a importância da atividade física no bem-estar do ser humano; sempre me deu oportunidades de experimentar todo o tipo de aventuras e deixou-me ser livre; talvez tenha sido por isso que nos dias de hoje não desisto de ser aquilo que sempre desejei ser e de inspirar gerações futuras a olhar para a prática da atividade física e desporto tal como eu olho.

2.2 Uma decisão a partir de um percurso

Eu, Bárbara Sá, nascida a 26 de dezembro de 1999, em Santa Maria da Feira, residente em Espinho, pertencente ao distrito de Aveiro, escrevo aqui a decisão da minha formação académica através do meu percurso e experiências de vida.

Nos meus primeiros anos da vida, frequentei um jardim de infância designado como Casa Santa Misericórdia em Espinho, o qual me ofereceu uma 1ª infância carregada de brincadeiras e desenvolvimento motor e cognitivo, dando a possibilidade a todos os alunos de explorar o recreio, que era recheado de diversões totalmente distintas do dito “normal”. Esta escola tinha a particularidade de ter atividades com temas diferentes todas as semanas, onde o currículo se baseava nos alunos viverem experiências com todas as temáticas possíveis dentro da diversidade da nossa cultura.

No entanto, e devido a minha idade tão precoce, as poucas memórias que detenho são os trabalhos que realizámos e das divertidas atividades no recreio. Aos 4 anos entrei na Pré-Escola, Espinho nº3, onde me mantive durante um ano letivo. Quando fiz 5 anos, voltei a mudar de escola, Espinho nº2, onde terminei o 1ºCiclo.

As minhas vivências nestas escolas, marcaram muito a pessoa que acabei por me tornar. Sempre me foi suscitada a curiosidade de aprender mais e mais, e lembro-me claramente das aulas designadas como “AEC” de Atividade Física, e como estas eram a melhor parte da minha semana, sendo que ainda me recordo do meu professor, e ainda mantenho contacto com ele, mesmo após 15 anos.

Aos 9 anos ingressei no 5ºano de escolaridade na Escola EB2/3 Sá Couto, atualmente pertencente ao Agrupamento Manuel Laranjeira, e aí foi o meu primeiro contacto com a Educação Física e também com o Desporto Escolar, onde frequentei Minitrampolim e Patinagem. Esta escola possibilitou-me a oportunidade de contactar com diferentes desportos, e de participar em diferentes torneios, como Basquetebol, Patinagem, Desportos Radicais, Voleibol e Atividades Rítmicas Expressivas.

Já no 3ºCiclo e Secundário, acabei por ingressar na Escola Doutor Gomes de Almeida, uma escola que tinha sofrido obras recentemente e apresentava infraestruturas fenomenais para os alunos. Do 7º ano ao 11º ano frequentei o Desporto Escolar, na modalidade de Voleibol.

Em relação às atividades extracurriculares que percorri ao longo da minha vida até aos 23 anos (presente), aos 3 anos entrei na natação no Sporting Clube de Espinho, e no Ballet Clássico na Gisele Academia de Dança. A natação frequentei apenas até aos 12 anos e, entretanto, frequentei durante 3 anos de ginástica rítmica de exibição pela Académica de Espinho (a qual tive de desistir aos 12 anos devido à falta de tempo) e mantive-me no Ballet e posteriormente Dança Contemporânea até aos dias de hoje.

Comecei por ter o 1ºcontacto com crianças/adolescentes, quando aos 16 anos, comecei a dar aulas de Surf na Praia da Baía em Espinho, na Escola Espinho Surf School; outro contacto crucial com adolescentes foi no 1º ano de Licenciatura, (2018-2019), tendo sido treinadora de Voleibol no Sporting Clube de Espinho, onde no início da Época estive com as Iniciadas, mas depois fui chamada para dar treino à equipa de Cadetes, que foi onde me mantive até ao final da época.

No primeiro ano de Mestrado comecei a dar aulas de Atividade Física Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular na escola Espinho nº3/EB 1/2 e 3 Sá Couto. Uma das melhores experiências, que tenho tido a sorte de viver há quase dois anos, são as AEC's (Atividades de Enriquecimento Curricular), e as CAF's (Componente de Apoio à Família), em que dou aulas durante o Ano letivo e realizo férias desportivas. Tenho desenvolvido um gosto por esta área maior do que aquilo que algum dia imaginei, e conseqüentemente pela vontade alucinante de finalmente dar aulas de educação física. Cada vez mais tenho interesse no Ensino da Educação Física e ambiciono fazer do meu futuro o Ensino.

Para além da paixão alucinante e clara pelo Desporto ao longo da minha vida, não posso depreciar o meu amor por animais, e quanto eu achei que isso iria determinar a minha formação académica. Durante anos, ponderei as duas áreas, EF e Veterinária, e acabei por optar pela

primeira, devido às influências que eu tinha presentes na minha vida e estavam ligadas ao desporto. A dança também se tornou crucial para esta decisão, pois sempre tive o sonho de poder aprender mais nesta área e trabalhar nela o resto da minha vida.

2.3 Expectativas Iniciais

No início deste ano letivo, sentia-me cheia de orgulho de começar finalmente a ter contactos diretamente com a área que sempre sonhei trabalhar desde que me lembro. Ser professora, e de EF, sempre foi um delírio, que começou desde cedo, onde a paixão por idades tenras e a necessidade de ultrapassar obstáculos durante estas idades, e o Desporto, são a correlação perfeita.

Para além do orgulho que sentia, também se foi aproximando uma grande onda de ansiedade e talvez dúvida, isto é, se me tornaria a professora que tinha perspetivado desde o início da minha formação. Uma das áreas que me encontro inserida há anos, é o surf. Sou monitora de surf desde os 16 anos, o que acabo por ter, involuntariamente, uma ligação com as pessoas a nível pedagógico principalmente quando os alunos são de idades entre os 4 e 16 anos. Este trabalho, ajudou-me imenso no que toca à minha comunicação e socialização com pessoas no geral, e despertou ainda mais a minha ânsia por ser professora. É aí que entram as minhas expectativas iniciais para este ano letivo.

Já há 2 anos que me encontrava dentro da área do 1º ciclo- onde leciono Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC), e não esperava gostar tanto de trabalhar com crianças de idades tão precoces, e ainda com crianças com necessidades especiais, nomeadamente o Autismo. Descobri que uma das áreas de intervenção que gosto de estar inserida durante alguns anos da minha vida seria o desporto adaptado. Naturalmente foi-me detetado uma boa relação com crianças com características da síndrome asperger e autismo. Várias pessoas dentro do núcleo escolar onde me insiro, atualmente na lecionação das AEC's, reforçam bastante este talento.

Uma das minhas expectativas iniciais, era conseguir criar laços de amizade com a turma que me seria atribuída, onde entrava na sala de aula e os alunos tivessem novidades para me contar e não alunos que se continham pelo receio de qualquer reação que eu poderia vir a ter. A relação professor-aluno e aluno-aluno tinha uma importância enorme, no que toca ao comportamento positivo, interajuda entre colegas e comprometimento com a disciplina.

Para além disto, tencionava inspirar os alunos de forma a desenvolverem o gosto natural pelo desporto, onde a aula de EF não se tornasse apenas mais um espaço de correr e cumprir

tempos, mas sim um espaço onde os alunos explorassem os seus talentos, alguns escondidos, e ainda desenvolvessem outro tipo de capacidades como emocionais e sociais, capacidades importantíssimas, visto os tempos que lhes foi retirado no início da pré-adolescência devido à pandemia ocorrida nos anos anteriores.

A disciplina deveria ser algo bem delineado nas minhas aulas, onde a preocupação pela assiduidade, pontualidade, material e realização de tarefas deveria se tornar imprescindível. Outra expectativa inicial, era a ocorrência de algumas situações desviantes por parte dos alunos, onde ia ter de trabalhar de melhor maneira, para evitar situações deste carácter e ainda conseguir resolvê-las da melhor forma.

A professora Cooperante, Carla Cardoso, demonstrou que apresentaria disponibilidade de auxílio infindável, o que me acabou por transmitir, tanto a nível de construção de conhecimento / estratégias e soluções e métodos de ensino, um sentimento de prosperidade, não só durante o decorrer do ano letivo, mas também na aprendizagem para situações futuras; o que me deixou bem mais descontraída na construção e na conquista da minha formação como professora de EF. Dentro do meu núcleo de Estágio, a minha expectativa era sermos 3 em 1, procurar sempre ajudar uns aos outros a melhorar as nossas fraquezas, mostrando sempre disponibilidade e ainda conseguirmos ultrapassar todos os obstáculos, procurando sempre olhar pelo melhor de todos. E foi isso que aconteceu durante todo o ano letivo.

Por fim, tinha a expectativa de procurar olhar sempre aos interesses e gostos dos alunos e conseguir fazer que todos, sem exceção, se sentissem incluídos e motivados dentro da aula de EF, onde as realizações das tarefas fossem sempre vistas com positividade e alegria e não mais uma aula monótona, em que o principal objetivo é alcançar uma classificação. E por isso tive sempre o cuidado na forma como comunicava e passava as informações, também contribuindo para todos os pontos que mencionei em cima, que acho extremamente significativos (desenvolvimento de relações, disciplina, gosto pela prática, motivação) não só na aprendizagem dos alunos, mas no desenvolvimento enquanto seres humanos.

No entanto, e agora refletindo sobre todo o processo, considero nomeadamente que uma das minhas principais expectativas iniciais se baseava na influência que poderia ter nos meus alunos, isto é, se a forma como eu encaro a EF poderia ser algo que conseguia implementar na mentalidade de cada um deles. No entanto, com o tempo reduzido de aulas e, por vezes, a falta de comprometimento à disciplina, principalmente quando o professor (neste caso eu) gostaria

de influenciar positivamente a vida dos alunos, e ainda incentivá-los à prática desportiva fora da escola.

No que toca ao rigor e à disciplina, ao longo de todo o ano consegui alcançar aos bocadinhos estes dois tópicos. Os alunos começaram por mostrar algum desinteresse e pouco rigor, mas ao longo das aulas, e depois de infindáveis diálogos e estabelecimento de confiança, foi finalmente alcançado aquilo que tanto ansiava, o respeito pela disciplina de EF- a pontualidade foi melhorada, a motivação intrínseca foi aumentando, e ainda a procura de realizar “mais e mais” também foi sucedida.

Este tipo de sentimento começou a crescer e a ser evidente já mais no final do ano letivo, mesmo aqueles alunos que nunca demonstraram grande interesse pela aula de Educação Física, renderam-se e começaram por reconhecer que realmente a Educação Física poderia ser algo divertido, que fosse merecedor do seu tempo e por fim um espaço de aula onde são mais livres do que nas aulas dentro de uma sala e aula, ditas como “normais”.

3. Enquadramento Institucional

3.1 A importância da Prática de Ensino Supervisionada

A PES, tendo em vista o desenvolvimento pessoal e profissional do futuro docente, apresenta como um dos seus objetivos desenvolver e aplicar competências de investigação e de reflexão permanente sobre e para a ação educativa, numa perspetiva de intervenção curricular, de construção de conhecimento e de transformação de contextos. Possibilita a construção da identidade profissional do docente, na medida em que permite uma maior aproximação com a realidade escolar, tanto a nível de conceitos como de procedimentos que deveremos tomar quando iniciarmos a nossa prática profissional.

3.2 A Prática de Ensino Supervisionada na Universidade da Maia

A Universidade da Maia, através da PES, concedeu-me o privilégio de vivenciar uma panóplia de experiências únicas, enquanto futura profissional de Educação Física. A PES é a etapa final de um projeto de formação do 2º Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de EF nos Ensinos Básico e Secundário da UMAIA, regulada pelo artigo nº 11 do Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio.

De acordo com este decreto-lei, o processo de formação deve deter unidades curriculares acerca da formação educacional geral, didáticas específicas e uma prática Pedagógica Supervisionada, orientadora pelo Orientador Cooperante da escola e pelo Supervisor da Universidade.

A supervisão pedagógica assume-se, assim, como a chave de ouro para a competência pedagógica e decorre numa das turmas do professor cooperante da escola, ao longo do ano letivo.

3.3 A Escola Cooperante: lugar de prática

A Escola de António Alves Amorim, está situada no concelho de Santa Maria da Feira, cidade portuguesa que, faz parte da sub-região da Área Metropolitana do Porto, pertencendo à Região do Norte e ao Distrito de Aveiro. Esta escola é a sede do agrupamento que foi constituído em 1999 e, atualmente, integra oito estabelecimentos de ensino: as escolas básicas de Vergada (apenas com 1.º ciclo), de Casalmeão, de Igreja, de Aldeia Nova, de Fonte Seca, de Prime, de Sobral (com educação pré-escolar e 1.º ciclo) e a referida de António Alves Amorim (com 2.º e 3.º ciclos).

A escola António Alves Amorim apresenta um Projeto curricular bastante vasto. Apesar da escola ser apenas destinada ao 2º e 3º Ciclo, o currículo não se limita apenas às disciplinas “nucleares”, mas oferece a oportunidade de os alunos integrarem outro tipo de componentes de formação. Por exemplo, a componente artística (Oficina de Teatro) /Programação e ainda a flexibilidade curricular com o ensino articulado.

À Oficina de Teatro está atribuído um tempo letivo como Complemento da Educação Artística no 5.º e 6.º anos. A Educação Artística surge com um cariz prático, para melhorar a comunicação verbal e não verbal. Assim enfatiza-se a integração de conteúdos artísticos e culturais em outras áreas curriculares e com a finalidade de configurar abordagens interdisciplinares do currículo, através de processos artístico-pedagógicos, com vista ao desenvolvimento da autonomia dos alunos, distanciando-se da pura transmissão de conhecimento.

No 8º ano e em algumas turmas de 7ºano é lecionada a disciplina de Artes e Comunicação, assim, esta disciplina tem como finalidade o desenvolvimento de formas de expressão artística mais abrangentes com apoio de tecnologias de informação e comunicação e da fotografia.

No que diz respeito ao 9º ano, é lecionada a disciplina de Programação e a principal finalidade desta é a de que os alunos não só aprendam a programar, mas, ao mesmo tempo, aprendam programando. A programação, para além de desenvolver nos alunos as competências digitais, desenvolve ainda a sua criatividade, entre outras competências.

Já na questão da EF, para além da escola deter infraestruturas desportivas e recursos fenomenais (pavilhão interior com medidas oficiais de um campo de futsal, campo pequeno

sintético exterior e um campo exterior de asfalto), a escola oferece diferentes atividades ao longo do ano, desde torneios de bastantes modalidades a saídas para realização de atividades desportivas fora da escola. No que concerne ao Desporto Escolar, existem equipas de Andebol, Natação, Ténis de Mesa e Futsal. No Andebol a equipa é referente ao escalão infantil Mistos; na Natação existem duas equipas sendo uma de nível 1 mistos e a outro nível 2/3 misto; no Ténis de Mesa também existem duas equipas, uma de escalão infantis mistos e a outros iniciados mistos, e por fim a equipa de Futsal infantis masculinos.

3.3.1 Departamento de Expressões e o Grupo de Educação Física

A Escola António Alves Amorim, reconheceu o Departamento de Expressões com as disciplinas ligadas às artes e ao desporto, nomeadamente, Educação Visual, Educação Tecnológica, Música, Oficina de Artes, Teatro e EF.

Durante as reuniões de Departamento que decorreram ao longo do ano (no início do ano, nas avaliações intercalares e finais), todos os professores discutiram sobre vários assuntos, nomeadamente sobre as infraestruturas e distinção de alunos com NEE. Foi notável, algumas faltas de comunicação entre professores, principalmente nas Disciplinas de Educação Visual e Tecnologia, uma vez que durante as reuniões existiu sempre discórdias e discussões. No entanto, os professores acabaram sempre por arranjar uma solução aos problemas.

Em relação ao Grupo de Professores de Educação Física, desde o 1º dia de reuniões demonstraram ser bastante recetivos aos Estudantes Estagiários, e nunca apresentam qualquer problema em nos dar responsabilidades nas atividades realizadas. Ao longo do ano fomos desenvolvendo a nossa relação, onde chegamos a realizar alguns testes de aptidão física juntos e, principalmente, o desenvolvimento e organização das atividades definidas no Plano Anual de Atividades. Trabalhamos sempre juntos e cooperamos sempre em todas as atividades propostas.

3.3.2 Caracterização da Turma

8ºC

A turma pela qual fiquei responsável pertencia ao 8º ano, ou seja, 3º ciclo do Ensino Básico. A turma era composta por 25 alunos (das quais 17 do sexo feminino e 8 do sexo masculino), não tendo nenhum aluno com necessidades especiais. Todos os alunos nasceram no ano 2009, excluindo o aluno repetente nascido a 2008, com idades compreendidas entre os 12 e os 14 anos.

A turma caracteriza-se por ser bastante acessível, com um grupo de alunos bastante respeitador, bem-comportado na maior parte das vezes e empenhado, porém com alguns elementos um tanto perturbadores, por vezes levando a algumas situações constrangedoras. Como por exemplo, na parte inicial da aula, os alunos mantinham conversas constantes, mesmo durante algumas demonstrações de atividades, o que acabava por influenciar no clima positivo. Durante o ano este constrangimento foi trabalhado e melhorado.

Existia ainda um espírito competitivo dentro da turma de tal forma evidente que muitas vezes eram os próprios alunos a pedir e procurar o estímulo seguinte, tendo, sobretudo os mais aptos, dificuldades em trabalhar por grupos heterogéneos, por ser pouco estimulante face às suas competências. Eram alunos bastante orientados para a tarefa, e demonstravam empenho e dedicação em aprender cada vez mais, principalmente nas modalidades coletivas.

3.4 O Núcleo da PES: Espaço de socialização pessoal, profissional e institucional

Um dos objetivos circunscritos no Programa da PES é o estudante-estagiário ter de demonstrar uma boa capacidade de trabalho individual e em grupo, integrando-se de forma responsável, crítica e solidária na escola ao longo do ano letivo 2022-2023.

Numa perspetiva pessoal, consegui manter uma boa relação com todos os elementos da comunidade educativa onde estive inserida, desde auxiliares a professores de outras disciplinas e, sobretudo, com os professores de EF da respetiva escola, tal como com os restantes membros do Núcleo de Estágio.

A escola e a comunidade desta demonstraram-se bastante abertas à receção dos estudantes estagiários, onde nos inseriram num grupo bastante apelativo a relações sociais e ainda nos deixaram confortáveis à discussão de opiniões. Esta particularidade acabou por deixar florescer um sentimento de pertença e de confiança. Evidentemente que sempre estive predisposta a escutar as opiniões dos meus colegas de estágio, mas também da Professora Orientadora e Supervisora, e ainda a da escola, refletindo acerca das suas observações e avaliações para que, da melhor forma, conseguisse construir a minha identidade enquanto profissional de EF e, desta forma, conduzir o processo de ensino nas melhores condições, guiando os meus alunos rumo ao sucesso.

O papel dos orientadores de estágio é determinante no processo de aprendizagem dos futuros professores, facilitando a integração dos mesmo no contexto socioeducativo e a aquisição de competências pedagógicas e didáticas. Do ponto de vista de Mesquita, Formosinho & Machado (2012), um dos objetivos da orientação e supervisão é estimular a melhoria do

desempenho profissional no futuro e conseqüentemente incentivar uma atitude de responsabilização partilhada com os pares, com as instituições que estes integram e com quem interagem no quotidiano escolar.

Neste sentido, considero que a professora supervisora teve um papel preponderante no desenrolar de todo o processo da PES. O seu rigor no contributo científico e a sua competência foram um grande estímulo para concluir este desafio. A orientadora cooperante, da mesma forma, apresentou grandes competências profissionais na condução do ensino e na gestão do grupo disciplinar de Educação Física. Terminei este capítulo grata pela boa influência que foram estas duas profissionais da educação.

O meu núcleo de estágio é constituído, para além de mim, por mais dois estudantes-estagiários, o Pedro Almeida e o Filipe Oliveira. O núcleo de estágio, para mim, foi uma mais-valia, e sem dúvida foi um dos grandes pilares deste ano. Demonstramos ser um grupo unido e sempre com predisposição para nos apoiarmos uns aos outros no sentido de melhorarmos o nosso trabalho. Grande parte do nosso tempo na escola é passado em conjunto e nesse aspeto penso que a amizade já existente entre nós, prevaleceu e pronunciou-se a nosso favor, desde o planeamento, à conceção e até à reflexão. Para nós este ano de estágio não foi uma competição, mas sim um ano de adquirir o máximo de competências possíveis para evoluirmos enquanto futuros professores, e através da cooperação conseguimos simplificar um pouco esse nosso caminho.

Adicionalmente, devo destacar o papel da orientadora cooperante e aos meus colegas do Núcleo de Estágio, os quais também foram fundamentais para o meu desenvolvimento profissional e até pessoal; auxiliaram-me em todas as ocasiões de maior ansia e stress, e ainda disponibilizam uma quantidade de críticas construtivas para melhorar o meu desempenho.

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

4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

A componente de PES engloba três áreas específicas de conhecimento, o planeamento, realização e avaliação. A área sobre a qual se debruçará este tópico é a Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem. Esta área baseia-se na construção de estratégias de intervenção orientadas por objetivos pedagógicos, que conduzem à formação do aluno na aula de EF. Desta forma, de maneira a coadunar com o perspectivado, a área encontra-se dividida entre o Planeamento, Realização e Avaliação do processo de ensino e aprendizagem.

4.1.1 Conceção de Ensino

A minha intervenção durante a PES incidiu-se em procurar que os alunos tivessem uma visão diferente da aula de EF, de forma a proporcionar momentos de ensino e aprendizagem positivos e assim ganharem o gosto pela aula de EF.

Desta forma, é fundamental que exista uma reflexão acerca da disciplina, da docência, do currículo, e feita uma análise de vários documentos orientadores, como as Aprendizagens Essenciais, sendo este o documento orientador central atualmente. Como este documento Aprendizagens Essenciais (2018) refere, “assumindo como bloco estratégico da proposta curricular de EF as aprendizagens desenvolvidas no 2.º e no 3.º ciclo, o 8.º Ano visa o aperfeiçoamento das matérias abordadas e a oportunidade de contactar com um conjunto de outras competências previstas para o 3.º ciclo.” (p.1).

Para além desta análise, tive a especial atenção ao Regulamento Interno da escola. Este permitiu compreender os direitos e deveres de todos os intervenientes, para que todos atuassem em conformidade com o estipulado, mantendo os valores éticos estipulados.

No que concerne ao Plano Anual de Atividades, este documento é fundamental na conceção e estruturação do planeamento das Unidade Didáticas e aulas uma vez que sob a orientação deste defini as modalidades desportivas, e respetivos objetivos, que deferia lecionar durante o ano letivo. Tem como principal objetivo: planificar e operacionalizar todas as atividades a desenvolver no decorrer do ano letivo.

O Projeto Educativo de Escola também foi alvo de diagnóstico. Neste documento encontram-se aprofundadas as políticas educativas, metas e princípios orientadores da escola. A leitura deste documento foi fulcral na obtenção de muitas informações e conhecimentos, as quais me auxiliaram na definição de objetivos a alcançar e algumas estratégias a utilizar.

Uma vez que a conceção de ensino está na base de todo o processo de ensino e aprendizagem, acaba por ser específico de cada instituição de ensino e professor e tem um grande impacto na forma como o conhecimento é transmitido aos alunos.

Por outro lado, sabia que, para poder guiar os meus alunos para o sucesso, teria de conhecer a escola, de modo que, uma das tarefas primordiais à qual me dediquei no início da PES foi a análise dos documentos orientadores da escola, nomeadamente do Projeto Escolar, do Projeto Curricular, do Regulamento Interno, das Normas e Critérios de Avaliação definidos

pelo Grupo de EF, pelo que o auxílio da Professora Orientadora Cooperante foi determinante para melhor compreender tais documentos.

4.1.2 Planeamento

O planeamento é a reflexão de forma pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino. Devemos procurar planear, numa altura inicial- Planeamento Anual (PAA), os objetivos e vias de realização dos conteúdos e matérias de ensino, assim com os meios e operações metodológicas e por fim os meios de controlo e de análise.

Para planear o ensino é fundamental existir uma relação e unidade dialética dos planos de preparação de ensino, considerando as categorias didáticas (matérias de ensino, operações metodológicas e meios de controlo e análise) que são objeto de decisão e o período de ensino complementado.

Planeamento Anual

Esta dimensão de desempenho (**PAA**), acaba por se tornar uma preparação prévia totalmente estruturada das aprendizagens a serem lecionadas durante todo o ano. É necessário, assim, ter em consideração as modalidades desportivas a abordar e ainda os valores correspondentes ao perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória. Este documento afirma-se como referencial para as decisões a adotar por decisores e atores educativos a nível dos estabelecimentos de educação e ensino; é constituído como uma matriz comum para todas as escolas e ofertas educativas no âmbito da escolaridade obrigatório e deve estar destacado ao nível curricular, planeamento, realização e avaliação.

Para Teixeira, M., & Onofre, M. (2009), planeamento é a criação de um grupo de estratégias, que se realiza anteriormente á intervenção. Pode ainda ser realizado a curto (plano de aula), médio (unidade didática) e longo prazo (plano anual), e possui um composto grupo de objetivos, nomeadamente, organizar a forma do processo de ensinar, organizar as atividades e ainda a gestão da aula.

Constatei determinadas dificuldades na conceção do PAA, dando-me conta da quantidade de modalidades a abordar durante os oito meses de aulas (quatro meses para cada semestre, respetivamente). Elegi as modalidades de Ginástica de Solo e Aparelhos, Atletismo, Basquetebol e Andebol para abordar no 1ºSemestre (dividindo-as pelo mesmo número de aulas +/- 11 a 12 aulas por modalidade); e Badminton, Voleibol, Atividades Rítmicas e Expressivas, Tag

Rugby e Futsal no 2ºSemestre (utilizando a mesma lógica de divisão do nº de aulas do 1ºSemestre).

Nas primeiras modalidades (Ginástica de Solo e Aparelhos e Atletismo), optei por lecionar as aulas de forma contínua, sem alternar. Para além de tornar as aulas, principalmente de Atletismo, mais fastidiosas, visto que é uma modalidade individual e bastante técnica, senti que abordei os conteúdos programáticos muito apressadamente, assim não dando tanta ênfase ao treino da técnica e consolidação da mesma.

Porém, quando comecei a lecionar as modalidades de Basquetebol e Andebol alternadamente, esta adversidade, acabou por se tornar menos preocupante. O número de aulas não aumentou, no entanto, com a junção de duas modalidades que acabam por vezes por ter algumas semelhanças, acabou por me poupar algum tempo, em explicar 2 ou 3 vezes algumas regras/espaços e arbitragens. Levando em consideração que os campos são idênticos, algumas regras impõem-se da mesma maneira e ainda a arbitragem passa pelos mesmos valores desportivos. Com esta oportunidade de lecionar alternadamente, acabei por me desafiar a realizar desta forma as seguintes planificações – Badminton e Voleibol (desportos com rede e regras comuns em alguns pontos); Atividades Rítmicas e Expressivas e Tag Rugby (modalidades que os alunos nunca tinham abordado).

Apenas a modalidade desportiva Futsal ficou comprometida, devido às provas de aferição não tive tempo suficiente para lecionar a modalidade, o que acabei por me focar apenas na realização dos testes de Aptidão Física (FitEscolas) com as poucas aulas restantes.

Unidades Didáticas

A Unidade Didática (UD) como refere Bento (1987) “(...) são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos, etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem.” Estende-se por várias aulas encarnando um contributo bem delineado para a realização dos objetivos e tarefas inscritas no programa anual e global de uma disciplina.

O objetivo deste nível de planeamento é facilitar e garantir o sucesso do processo de ensino e aprendizagem, justificando-se a sua existência pela necessidade de basear a minha atividade em objetivos precisos, na tentativa de transmitir os conteúdos aos alunos de forma sistemática e progressiva. É também importante realçar que todo este planeamento poderá proceder a uma alteração consoante a caracterização inicial do nível dos alunos, estabelecimento

de metas e avaliação da evolução dos alunos e do processo de ensino aprendizagem, tendo sempre como ponto de referência o “Big Picture Goal”.

No início da construção de cada UD, para além de considerar os espaços e o material disponível, comecei por perceber o envolvimento dos alunos na modalidade, e por esta razão foi sempre feito um balanço entre a respetiva caracterização da turma e o conhecimento dos conteúdos a abordar na modalidade.

Depois da Avaliação Diagnóstica (AD), começava a focar-me na construção da UD, tendo em conta o nível que os alunos se encontravam no momento da 1ª avaliação e aquele que seria o objetivo a alcançar no final da UD.

As UDs das modalidades desportivas, ginástica de solo e aparelhos e atletismo, foram construídas através do modelo de Vickers. No entanto, e com formação passada pela Professora Supervisora, comecei a desenhar as UD através do modelo de Backwards Design.

Em comparação com o modelo de Vickers, este modelo apresenta distintas orientações de elaboração de UDs. Por exemplo, o planeamento é orientado por objetivos de aprendizagem, e através de diferentes etapas de estruturação, nomeadamente, (i) definição do objetivo de aprendizagem “BigPicture Goal”, (ii) determinação da avaliação/métodos de controlo, (iii) desenho do processo de ensino aprendizagem/estruturação dos conteúdos e (iv) estratégia instrucional geral da unidade didática. Este modelo acaba por ser considerado um planeamento mais adequado e mais explícito para a organização da Unidade Didática, visto que é um planeamento focado no aluno. O Backwards Design, é caracterizado pelo tipo de planeamento em retroversão, onde se começa por definir o grande objetivo de aprendizagem (Big Picture Goal), e posteriormente é que se estipula como se vai realizar esse controlo-avaliação e respetivas progressões pedagógicas que o professor irá colocar em prática para alcançar o grande objetivo.

A maior dificuldade que enfrentei ao longo do ano letivo, foi a adequação do planeamento da UD ao nível que os alunos apresentavam na AD. Quando os alunos apresentavam níveis inferiores àquilo que eu perspetivava, acabava por começar sempre um pouco mais desorientada na iniciação e abordagem aos conteúdos. Todavia, fui capaz de ultrapassar estas dificuldades, por vezes, mesmo durante as aulas, adaptando a aula previamente planeada, sempre que identificava a existência de alguns objetivos delineados que os alunos não estavam prontos para alcançar na respetiva etapa. Por exemplo, na modalidade de Voleibol, comecei pela execução da avaliação diagnóstica. Na preparação desta aula, levei em consideração o documento

“Articulação e Sequencialização de modalidades e conteúdos” disponibilizado pela Escola, de forma a ter uma orientação daquilo que os alunos já tinham abordado em anos anteriores.

Porém cheguei à conclusão de que os alunos não estavam prontos para abordar os conteúdos propostos para o ano de escolaridade que se encontravam, assim levando-me ao desentredo de ter de começar por uma fase mais precoce do Voleibol.

Esses conteúdos foram o toque de dedos (i.e., passe) e o serviço por baixo através da forma de jogo 1x1 e 2x2. Os alunos, inicialmente apresentaram bastantes dificuldades mesmo nos exercícios mais básicos, contudo acabaram por apresentar bastantes evoluções fascinantes ao decorrer das aulas. Optei por colocar em prática certas estratégias (os modelos de Ensino) no decorrer das modalidades, o que facilitou não só o processo de ensino, mas também de aprendizagem.

A UD é um documento que deve ser construído, de forma a ser possivelmente alterado e ajustado face às adaptações que o processo de ensino e aprendizagem possam requisitar. As principais alterações realizadas às UDs, estiveram relacionadas com as atividades escolares, greves e provas de aferição.

Um dos constrangimentos que foi identificado, foi o tempo reduzido de aulas – já mencionado, e com isto a quantidade de greves que a Escola foi aderindo desde janeiro. Não obstante disso, um dos meus principais objetivos como EE sempre foi evitar comprometer a aprendizagem dos alunos, e com isso, consegui arranjar estratégias para que as aulas e os conteúdos não fossem submissos destas greves. Como por exemplo, acabei por alterar o planeamento das UD de Basquetebol e Andebol, e visto que uma destas modalidades estava a ser mais comprometida que a outra, acabei por abordar as duas modalidades em algumas aulas de 100 minutos, o que, desencadeou alguma motivação extra nos alunos.

Outro impasse verificado foi as poucas aulas para aprofundamento das modalidades Desportivas. Ponderando o elevado número de modalidades a abordar em um só ano, acaba por refletir e impor um reduzido número de aulas, o que influencia consequentemente na consolidação e aperfeiçoamento de certas modalidades. Uma das alternativas para a resolução deste problema seria a valorização de certas modalidades em certos ciclos de ensino, e dispersando-as melhor - e assim reter a melhor aprendizagem de qualidade possível. Por outro lado, também é compreensível a adequação do tempo de aulas com o maior número de modalidades, de forma aos alunos experienciarem diferentes áreas desportivas ao longo do ano.

Por fim, uma das minhas preocupações na realização dos planeamentos das UD's, passou por criar objetivos acessíveis e alcançáveis de acordo com o nível dos alunos.

Planos de Aula

Como Bento (2003) refere, o plano de aula é uma proposta de como a aula poderá desenvolver-se. No entanto, e como Oliveira (2019) relata, este deve ser um processo para organizar e estruturar o ensino, assim levando em consideração os recursos da aula, assim como a descrição de objetivos que os alunos devem alcançar durante a aula.

No decorrer da PES, fui identificando algumas fragilidades no teor pessoal como, a falta de domínio de conhecimentos – que eu alegava ter no início do ano, por isso, vi-me obrigada a pesquisar e informar-me melhor sobre algumas modalidades e respetivas progressões pedagógicas. Isto proporcionou-me a planear aulas mais ricas em conteúdos e promover a aprendizagem correta dos elementos delineados.

No início do ano aleguei que os alunos apresentavam capacidades físicas reduzidas, e começo por corrigir-me, pois os alunos, a longo das aulas, foram demonstrando capacidades físicas aprazíveis, principalmente em modalidades desportivas que envolviam a competição. Uma das razões para eu ter considerado a falta de capacidades físicas dos alunos no início, poderá passar pela falta de interesse dos alunos nas modalidades mais tecnicistas e individuais (como a Ginástica de Solo e Aparelhos e Atletismo). Este feedback manteve-se durante as duas primeiras modalidades, e por isso deduzi que as capacidades físicas da turma, acabasse por refletir nas outras modalidades ao longo do ano, que foi exatamente o que não aconteceu. Nestas modalidades desportivas (Ginástica de Solo e Aparelhos e Atletismo), os alunos demonstraram baixas capacidades físicas no geral, apenas destacando-se alguns mais talentosos.

No entanto, e olhando agora para o nível que os alunos atingiram em outras modalidades desportivas, considero que se eu tivesse colocado algum tipo de competição ou trabalho de cooperação com objetivo de alcançar um fim, os alunos tivessem trabalhado com mais rigor para ultrapassar as dificuldades.

Adicionalmente, outro obstáculo que senti dificuldade em ultrapassar, foi de regular e organizar atividades/tarefas de aula com a quantidade de alunos que a turma possui (25 alunos).

Mesmo que a Escola apresente excelentes condições de trabalho, considero a turma bastante extensa para o tamanho do pavilhão que está disponível durante o meu horário de aula,

que é apenas 1/3 de um campo de medidas oficiais de Futsal. Este fator acaba, por vezes, por condicionar algumas atividades que gostaria de propor. No entanto, com a criação de Equipas desde as modalidades de Andebol e Basquetebol, o meu trabalho em termos organizativos acabou por ser mais facilitado, conseguindo distribuir papéis ativos a todos os alunos, não só estando a jogar, mas também arbitrando, ou servindo de apoios ou a reposição de bola dentro de campo. Mesmo assim, considero que se tivesse um espaço mais amplo para a prática de EF, conseguia colocar mais alunos em prática efetiva.

4.1.3 Realização

Na intervenção pedagógica estão presentes quatro dimensões que fazem parte do processo de ensino e aprendizagem, nomeadamente a Instrução, a Gestão, a Disciplina e o Clima.

Estas quatro dimensões, acima nomeadas, estão interligadas com o conceito de como o ensino é conduzido e por isso existem diferentes fatores para que a aprendizagem seja sucedida e alcançável, nomeadamente organização e gestão da aula, a instrução, o acompanhamento ativo da tarefa distribuída pelo professor, a prevenção de comportamentos desviantes e o clima positivo e motivador dentro da aula.

4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

Uma destas dimensões é a **dimensão da instrução**, da qual fazem parte todos os comportamentos respeitantes à comunicação da matéria de ensino (descrição de uma técnica; de um exercício; demonstrações) e às correções efetuadas relativamente a ela, tendo sempre como referência os objetivos de aprendizagem (já delineados no planeamento).

Tendo em conta a caracterização da turma, durante os primeiros tempos da instrução tive de optar por diferentes feedbacks pedagógicos, desde descritivos, prescritivos e interrogativos. Eu e a professora OC, chegamos à conclusão, que esta turma (8^oC) tende a focar-se e empenhar-se mais na tarefa sempre que existe feedback interrogativo durante a aula.

No início da minha instrução comecei por descrever e dar demasiados critérios durante a explicação de exercícios, o que acabou por se refletir no tempo de instrução e nos alunos reterem demasiada informação e depois não a conseguirem colocar em prática efetiva. Depois de algumas aulas, acabei por corrigir-me e passei a adotar a utilização de ferramentas digitais para meu auxílio, nomeadamente, vídeos, imagens e objetos que facilitassem a passagem de informação aos alunos. De acordo com Onofre (1995), a demonstração visual é extremamente

importante, na medida em que, proporciona ao aluno uma visão mais concreta daquilo que é pretendido.

Depois desta estratégia facilitadora, comecei apenas a utilizar pontos chave, e durante a demonstração ia dando alguns feedbacks a medida que o exercício se ia desenrolando, conseguindo, não só, captar a atenção dos alunos ara perceberem o objetivo do exercício, mas também a motivação destes.

Já na dimensão da Gestão, que está relacionada com a promoção de estruturas de organização, são todos os comportamentos do professor no sentido de organizar a atividade dos alunos.

Foi sempre sugerido aos EEs que mantivessem estruturas de aula facilitadoras, onde existissem uma transferência de exercícios totalmente organizada e controlada, sem a dinâmica da aula ser comprometida. Nos jogos desportivos coletivos, a minha preocupação foi dotar os alunos de ferramentas técnicas em situação de jogo.

Considerando os cinco elementos predominantes na gestão – alunos, espaço, tempo, material e exercícios – preocupei-me sempre em construir e estruturar planos de aula que levassem em conta estes cinco domínios. Procurava sempre manter os alunos a trabalhar por equipas e/ou filas/vagas para manter a organização da aula; quando fazia demonstrações de exercícios, uma das primeiras coisas que eu fazia era pedir aos alunos que se distribuíssem pelo espaço de forma a ver bem a exemplificação, porém mantendo sempre a logística de grupos previamente dita. Já em relação ao espaço, tempo e material, durante a realização dos planos de aula, levei sempre em consideração a quantidade de alunos e os espaços disponíveis, assim como o material, de forma a organizar a aula para que houvesse total harmonia destes três domínios. Nos exercícios, sempre que havia espaço reduzido para todos os grupos realizarem a prática efetiva, eu distribuía tarefas ativas dentro da aula, assim garantindo a organização.

Dentro **da dimensão da Disciplina**, onde está implícita a clareza das regras da aula, são todas as ações do professor no sentido de conduzir os alunos a manifestarem comportamentos adequados na aula, como por exemplo, comportamentos coerentes com os objetivos educativos numa dada situação ou contexto.

A leção da modalidade individual- *Ginástica de solo e aparelhos* no início do ano poderia ter originado um descontrolo total da Disciplina, sendo as modalidades individuais regularmente consideradas como modalidades que necessitam de extremo empenho e controlo.

O facto de eu ter optado por trabalhar em vagas, sem ainda conhecer totalmente a turma, sendo a ginástica uma modalidade, normalmente, menos trabalhada pelos alunos, e levando em consideração a falta de prática da turma referida, acaba por sustentar esta afirmação. Porém, com a estruturação e gestão da aula bem-sucedida, a disciplina também se manteve.

No início da aula tentei sempre apresentar à turma os objetivos que deveriam de ser concretizados na aula, apresentando as progressões pedagógicas e ainda atribuir papéis fundamentais a alguns elementos de cada grupo (alternando estes papéis e alunos em todas as aulas). Os alunos demonstraram grande espírito de melhoria nas capacidades físicas e ainda a procura constante de tentar perceber como as tarefas eram realizadas, facilitando assim o meu papel dentro desta dimensão.

Ao longo dos largos meses até ao final do ano, o nível comportamental dos alunos desde o início do ano, demonstrou uma melhoria significativa dentro da aula, o que acaba por proporcionar um nível de disciplina bastante elevado.

Na dimensão do Clima, o professor regula a atividade de forma a obter elevados índices de envolvimento dos alunos nas situações de ensino, proporcionando um clima relacional positivo e garantindo as condições favoráveis de aprendizagem.

Diante estes objetivos, fui considerando que a gestão do clima da sala de aula parte muito da identidade do professor, assim como com o rigor que os alunos aplicam dentro da disciplina.

A relação professora alunos começou a ser construída desde a primeira aula. Nesse dia apresentei-me, demonstrei quais os objetivos que pretendia alcançar até ao final do ano, e o que me motivava (no caso, o gosto pelo ensino). Procurei ser recetiva a todas as questões, e estar disponível sempre que os alunos pretendessem falar comigo por qualquer motivo, pessoal e /ou escolar. O meu grande objetivo era, transmitir aos alunos a ideia de que, apesar de ser exigente, estes poderiam estar à vontade comigo, para esclarecer dúvidas e expor receios, durante o ano letivo, sempre que se justificasse.

Nesse mesmo primeiro dia de aulas, assimilei informações sobre os alunos e procurei ir ao encontro dos seus interesses pessoais, criando boas dinâmicas. Nas aulas, demonstrei equidade no tratamento individual, independentemente das capacidades físicas e técnicas-táticas de cada um. Foi necessário, também, e com o objetivo de conseguir um bom clima em todas as aulas, trabalhar a tolerância, tanto da minha parte para os alunos, como dos alunos para os

próprios colegas de turma. Embora fosse identificada como líder (pelos alunos), o meu intuito era ser respeitada e não temida. Nas vezes em que fui menos, deveu-se à existência de comportamentos desviantes ou desinteresse dos alunos, pela prática desportiva, desrespeitando também a aprendizagem dos colegas.

Durante a interação dos EEs com a professora orientadora, foi enaltecido pela mesma, a facilidade que fui demonstrando nesta dimensão pedagógica, tendo também como fator crucial a realização das tarefas propostas, e, a característica desta turma de ser totalmente orientada para a tarefa.

Por este motivo, mantive todo o cuidado no planeamento das aulas, principalmente em modalidades coletivas, que englobavam equipas. Procurava ao máximo concretizar transições de exercícios simples e com a reutilização de material/equipas.

4.1.3.2 Modelos de Ensino

Os modelos de Ensino são diretrizes para projetar atividades e ambientes educacionais. São estratégias e formas que o professor encontra para transmitir conhecimentos, experiências e ideias para o aluno. É, também, uma ferramenta que pode ser utilizada para elaborar material de instrução e orientar a mesma. Cada modelo de ensino tem um método de abordar o contexto do processo de ensino e aprendizagem diferente. Neste sentido, os modelos podem ser divididos em modelos centrados nos professores, tradicionalmente utilizados pelos professores de EF até ao final do século XX, e modelos centrados nos alunos, os quais concedem ao aluno um papel ativo na construção da sua aprendizagem.

A mudança de perspetiva sobre o ensino da EF tem sido influenciada, principalmente, por teorias cognitivistas e construtivistas da aprendizagem. O quadro concetual geral destas teorias propõe a formação de um aluno capaz de processar informação e tomar decisões para a construção do seu próprio conhecimento (Graça & Mesquita, 2007). O objetivo passa por despoletar experiências mais significativas e duradouras nos alunos, que os permitam criar um vínculo forte com a atividade física para a vida [Ministério da Educação (ME), 2001].

Contextualizarei os modelos de Ensino utilizados, de acordo com a sequência cronológica das modalidades abordadas durante o ano letivo.

Ginástica de Solo e Aparelhos e Atletismo

Estas foram as modalidades desportivas que abordei durante o mês de setembro e outubro. Abordei estas modalidades de forma contínua, não as alternando. Para isto, considerando

a fase inicial do ano letivo, a minha inexperiência na utilização de modelos de Ensino, e a falta de conhecimento sobre a turma atribuída, comecei pela utilização do **Modelo de Instrução Direta**.

Inicialmente, e refletindo sobre a forma com eu ia atuar durante o processo de instrução, comecei com uma abordagem mais diretiva, talvez por receio de a turma não estar preparada para outro tipo de abordagem, mais concentrada no aluno, e também pela falta de experiência na colocação em prática de modelos a não ser centrados no professor.

Considerando que a modalidade de Ginástica foi trabalhada por vagas, eu acabei por monitorizar as atividades a partir dos meus objetivos definidos previamente, deixando um pouco de parte a tomada de decisão e autonomia dos alunos durante a aula. Ao invés de os alunos serem responsáveis pela sua própria aprendizagem, eu mesma rondava todas as vagas para garantir que todos os alunos estavam a realizar as atividades propostas por mim.

Ao final de algumas aulas, dei conta que o processo era sempre o mesmo. Eu chegava a aula, revia toda a matéria dada na aula anterior, apresentava uma nova matéria e conhecimentos e controlava a atividade dos alunos, finalizando a UD com a avaliação dos aspetos e conteúdos definidos para a conclusão desta modalidade.

O Atletismo, sendo também uma modalidade individual, no entanto bem mais tecnicista, o que leva por vezes à monotonia, acabou por tomar o mesmo rumo que a Ginástica, aulas mais aborrecidas e monótonas. Porém, as avaliações dos alunos não foram prejudicadas, considerando assim que a turma estava mais habituada a este tipo de instrução do que propriamente aos modelos centrados no aluno.

Basquetebol e Andebol

As aulas de Basquetebol e Andebol foram planeadas alternadamente durante o mês de novembro e dezembro. Desta forma, facultou-me a oportunidade de utilizar características dos modelos de Ensino que, simultaneamente, utilizava nas duas modalidades desportivas, assim facilitando o processo de ensino e de aprendizagem.

O modelo de Ensino utilizado nestas modalidades, foi o **Modelo de Competência dos Jogos de Invasão**.

As primeiras aulas foram estruturadas e baseadas na aprendizagem e consolidação dos pré-requisitos básicos e princípios estruturantes do jogo anárquico (tanto no Basquetebol como no Andebol). Optei por este trabalho porque queria que, numa fase inicial das UD's, os alunos

fossem capazes de executar a recepção da bola, de se desmarcarem invés de ficarem à espera da mesma, que controlassem o batimento da bola, que fossem capazes de a dirigir intencionalmente ao colega e que adquirissem noções básicas estruturantes do jogo como a exploração do espaço livre para receber a bola.

No caso particular do Basquetebol, depois de consolidados estes pontos, e depois de existir um equilíbrio das ações táticas individuais e de grupo (1x1, 2x2), passei para a resolução dos problemas do contra-ataque posicional através do 3x3 em meio-campo, que decorreu da constatação de que o desequilíbrio entre ataque e a defesa era bem vincado no início da aprendizagem. A utilização do 3x3 suscitou uma maior participação dos alunos, uma maior probabilidade para a ocorrência de atitudes passivas, e uma grande simplificação e maior sucesso nas ações ofensivas.

Em relação ao Andebol, optei por analisar os erros comuns da turma à medida que fui realizando alguns exercícios da 1ª aula e fui adaptando os objetivos de aprendizagem das aulas. Os alunos tinham tendência a aglomerar-se na zona da bola, dificuldades em assumir o papel defensor e atacante e em diferenciar as fases de jogo. Assim, numa 1ª fase, dediquei-me principalmente a estes elementos táticos de forma a melhorar a qualidade do jogo e, complementarmente, a que os alunos aprendessem a construir o jogo em função do alvo (baliza) e que a cooperação ofensiva evoluísse no sentido da exploração do espaço livre (com e sem bola), em profundidade. Defensivamente, introduzi as noções básicas de defesa do portador da bola, do oponente direto e da baliza.

Na etapa do jogo sem sistema à organização rudimentar, preconizei duas formas básicas de jogo (1 e 2): na Forma básica de Jogo 1 (FBI1) a instrução centrou-se nas dificuldades ofensivas, em particular na relação com bola e na cooperação ofensiva; na Forma básica de jogo 2 (FBJ2) introduzi o princípio de responsabilidade defensiva individual que promoveu um maior dinamismo no jogo, como criar outros problemas ofensivos que compelem à melhoria das ações de cooperação a dois ou mais jogadores e à resolução de jogos 1x1.

Uma das minhas decisões durante o planeamento foi adotar o “miniandebol” como o jogo rei desta unidade didática, focando-me em campos reduzidos e na preocupação tática e técnica enquanto a qualidade de jogo dos alunos ia evoluindo.

Tendo em conta o planeamento alternativo, foi bastante mais fácil conseguir adaptar alguns elementos táticos de uma modalidade para a outra, no entanto uma das dificuldades

presentes foram sem dúvida a adequação do objetivo de aprendizagem para o reduzido número de aulas.

Este modelo é bastante complexo e, embora tenha quatro Formas Básicas de jogo, só consegui abordar até à Forma Básica de Jogo 2.

Voleibol e Badminton

Nas modalidades desportivas de Voleibol e Badminton voltei a utilizar o recurso ao planeamento alternado, nos meses de fevereiro, março e início de abril, e optei por utilizar características de alguns modelos de Ensino, nomeadamente o **Modelo de Aprendizagem Progressiva ao Jogo** na modalidade de Voleibol. Como Mesquita refere, o enfoque reside no desenvolvimento de competências para jogar Voleibol, sendo o ensino da técnica subordinado ao ensino da tática (Mesquita et al., 2005). Já no **Modelo de Educação Desportiva** no Voleibol e Badminton, que apela à diferenciação de funções dentro de sala da aula, como Siendetop refere, as relações como a de entreajuda e cooperação são enaltecidas dentro do âmbito desportivo, desfasando de sentimentos de exclusão, proporcionando um ambiente em que todos são valorizados (Siendetop, 1998).

O início desta unidade Didática foi marcado pela inexperiência dos alunos na respetiva modalidade. Durante a AD dei conta que os alunos não estavam familiarizados com os gestos técnicos, e por esta mesma razão não conseguiam sequer manter a bola no ar com o toque de dedos. O jogo era incompreendido também por estes e por isso iniciei a minha intervenção na Etapa 1 do Modelo.

Numa fase inicial, comecei por apresentar as regras oficiais, assim como o entendimento do jogo aos alunos. Logo passei à construção de equipas, optando por alunos mais dotados a serem os treinadores das respetivas equipas. Na parte inicial das aulas, acabei por me dedicar à instrução mais específica dos gestos técnicos, parar, aprimorar os gestos para uma futura abordagem ao jogo. Existiu uma grande evolução técnica destes mesmos gestos (serviço por baixo, toque de dedos e manchete), e por isto a próxima etapa era fazer o *transfer* destes gestos para situações mais aproximadas às do jogo.

Na parte fundamental optei por abordar situações reduzidas de jogo, começando pelo 1x0; 1x1 e evoluindo para o 2x1 e 2x2. Ao longo das aulas os alunos foram começando a desencadear ações de 2.º para o 3.º toque, assim como serviço-receção- jogo livre. No entanto, alguns alunos continuaram a mostrar bastantes dificuldades em manter a bola em jogo. A parte

final da aula era dedicada aos jogos das jornadas do MED. Inicialmente fiz jogos 1x1, é só quando os alunos começaram a evoluir é que passei para o 2x2.

Durante a UD, construí aulas de acordo com o nível de evolução dos alunos, e de forma que os diferentes alunos tivessem diferentes graus de complexidades de forma a alcançar os objetivos pretendidos. Por este motivo, tive de realizar alguns ajustes á UD de forma a conseguir alcançar os diferentes objetivos estabelecidos.

No badminton, existiu claramente uma evolução dos alunos na aquisição dos gestos técnicos e conteúdos delineados previamente. Um dos motivos para o alcance destes tópicos foi a motivação dos alunos durante as aulas, principalmente nas situações de competição.

No final das Unidades Didáticas foram realizados os jogos que definiriam os alunos que iriam ao pódio, e depois dos jogos decorrerem e as avaliações serem feitas, dei oportunidade aos alunos de subir ao pódio e realizar uma dança de “claque” com toda a turma. Foram ainda distribuídos diplomas a todos os participantes e um prémio a todos os alunos, considerando que as equipas que tinham alcançado o pódio tiveram direito a um prémio ligeiramente diferente dos restantes alunos, para além de terem a vantagem de escolher as músicas para o momento festivo da aula, ainda tiveram direito a um saco de chocolates, o qual dividiram voluntariamente pelos restantes alunos da turma.

Atividades Rítmicas e Expressivas e Tag Rugby

Estas modalidades desportivas foram lecionadas durante o mês de abril, maio e início de junho. Optei por voltar a alternar estas modalidades devido ao facto de serem totalmente novas para os alunos. Considerando que as Atividades Rítmicas Expressivas, por vezes, causam alguma desmotivação, principalmente no sexo masculino, selecionei o Tag Rugby como uma compensação de forma a manter os alunos motivados para as aulas.

O modelo escolhido para estas modalidades desportivas foi a **Aprendizagem Cooperativa**, onde criei grupos de trabalho para ambas as modalidades. Segundo Freitas e Freitas (2003, p.21), destacam-se as seguintes vantagens da aprendizagem cooperativa: (i) melhoria das aprendizagens na escola; (ii) melhoria das relações interpessoais; (iii) melhoria da autoestima; (iv) melhoria das competências no pensamento crítico; (v) maior capacidade de aceitar as perspetivas dos outros; (vi) maior motivação intrínseca e por fim aquisição de competências necessárias para trabalhar com os outros. Levando em consideração estas vantagens, decidi optar por este modelo, e nos grupos de trabalho dividi os elementos constituintes através da

divisão de papéis (cada aluno tinha uma função única dentro do grupo) e divisão de tarefas (onde cada aluno possuía uma tarefa definida a ser desempenhada no grupo).

As aulas da 1ª semana foram de iniciação às duas novas modalidades. As Atividades Rítmicas e Expressivas nunca tinham sido abordadas anteriormente em estilos de danças urbanas, mas sim danças tradicionais e sociais. No entanto, como grande parte das alunas frequentam dança fora da escola, acabou por promover alguma facilidade de abordagem inicial à modalidade, pois para além de um grande grupo de alunas já estarem familiarizadas com estes estilos de dança, acabaram por influenciar nos grupos de trabalho na motivação entre pares. Já no Tag Rugby, a modalidade era totalmente desconhecida pela turma, então comecei por abordar a partir de jogos modificados e lúdicos.

A AD das Atividades Rítmicas e Expressivas foi bastante positiva, pois maior parte dos alunos estava familiarizado com os estilos de dança, e ainda apresentaram bastante conforto ao dançar em frente dos colegas. Comecei por desenvolver um trabalho de cooperação nessa mesma semana que foi superado e os alunos mostraram-se bastante motivados, pelo que continuei a apostar nessa estratégia.

Já no Tag Rugby, não realizei avaliação diagnóstica pois decidi optar por iniciar a abordagem ao primeiro princípio do Tag Rugby em contexto mais lúdico e com importância e enfoque principal no jogo e entendimento deste.

Nas aulas de EF, as atividades rítmicas e expressivas contribuem para o desenvolvimento harmonioso do aluno na medida em que estimulam a sua imaginação, atenção, coordenação de movimentos, educação estética, enquanto lhe permitem conhecer melhor o seu corpo, usando-o como meio de comunicação. É possível usar o corpo para representar ideias e personagens, expressando os aspetos fundamentais que as caracterizam. Para tal, é necessário possuir um bom domínio corporal e ser um bom observador. É muito importante que a aprendizagem da linguagem corporal seja introduzida nas aulas de EF porque as crianças e jovens precisam aprender a reconhecer e utilizar corretamente a sua expressão corporal.

A UD da Dança foi construída através de duas componentes que considero imprescindíveis na consolidação da Unidade Didática e melhor aproveitamento desta. As aulas foram constituídas tendo em conta o número de aulas distribuídas na planificação semestral do 8ºC (11/12 aulas) pelos principais conteúdos da Dança, nomeadamente: Ritmo, Corpo, Espaço, Relações, Dinâmica, Expressão, Improvisação e, por fim, Coreografia. Esses conteúdos foram divididos pelas sete aulas de forma lógica e sequencial, e consolidada pelos alunos nas aulas

seguintes, posteriormente à aula de iniciação, para que os alunos conseguissem avançar para o próximo conteúdo com o anterior já consolidado e possivelmente conseguissem colocá-lo em prática quando os conteúdos seguintes eram ensinados. Os grupos de trabalho obtiveram bastantes tarefas ao longo das aulas, onde tinham de construir coreografias com os conteúdos dados pela professora, e ainda apresentar à turma.

O TAG Rugby é um jogo de iniciação ao Rugby, fácil de jogar, divertido e seguro e que pode ser praticado por equipas mistas, mesmo em espaços reduzidos e com pisos duros como os que habitualmente existem nas escolas, logo é muito acessível de ser abordado nas escolas. Através das suas características singulares, permite que sejam vivenciadas pelos alunos um vasto leque de aprendizagens motoras, promovendo a interação e integração dos alunos, entres eles e na escola. No TAG Rugby estão presentes as ações fundamentais do jogo de Rugby como a corrida com bola, a finta, o passe e o ensaio.

Com o modelo de aprendizagem cooperativa, os alunos foram alocados em grupos de aprendizagem, com a expectativa de todos contribuírem de igual forma para o processo e resultados de aprendizagem. Todos trabalharam para o mesmo objetivo. Isto é, em grupo, estes alunos deviam de construir a sua estratégia de jogo, de forma a estimular a criatividade, capacidade de colaboração e cooperação, e desenvolver os meios comunicativos entre si, de forma a partilhar os seus conhecimentos uns com os outros.

A utilização de algumas características deste modelo permitiram-me reconhecer a praticidade durante a construção de planos de aula, e ainda na organização a nível de grupos, material e espaço. Durante as aulas, a preocupação entre grupos na realização das tarefas distribuídas e no sucesso destas, foi bastante notável, sendo que os alunos procuravam sempre por soluções para a resolução de problemas, demonstrando sempre resultados plausíveis. Como por exemplo na dança, quando os alunos foram confrontados com a parte coreográfica, estes tiveram a autonomia de trazer ferramentas e material para a escola para a construção coreográfica, e no final, conseguiram, sem exceção, alcançar os objetivos em grupo.

Tabela 1 - Modelos de Ensino utilizados nas modalidades desportivas lecionadas durante o ano letivo

Modalidades Desportivas	Modelos de Ensino	Caracterização	Conceitos dos Modelos- Referências
<i>Ginástica de Solo e Aparelhos</i> <i>Atletismo</i>	Modelo Instrução Direta	<ul style="list-style-type: none"> - O professor é o líder instrucional; - Estilo autocrático (os alunos reproduzem o que o professor manda fazer); - Descritivo (sem contribuição dos alunos para o processo ensino e aprendizagem); - Unidirecional; - Domínio da monitorização e do controlo estreito das atividades dos alunos, de forma a obter a máxima eficácia. 	Segundo Mesquita e Graça (2009, p.48), “o Modelo de Instrução Direta caracteriza-se por centrar no professor a tomada de praticamente todas as decisões acerca do processo de ensino-aprendizagem, nomeadamente a prescrição do padrão de envolvimento dos alunos nas tarefas de aprendizagem. Neste domínio, o professor realiza o controlo administrativo, determinando explicitamente as regras e as rotinas de gestão e ação dos alunos, de forma a obter a máxima eficácia nas atividades desenvolvidas pelos mesmos. Para o efeito, as atividades são organizadas em segmentos temporais, porquanto é crucial utilizar o tempo de aula de forma eficaz, expressa num tempo de prática motora elevada. É determinante que os alunos obtenham um elevado sentido de responsabilidade e compromisso com as tarefas de aprendizagem, contribuindo, para tal, a indicação de critérios de êxito na consecução das mesmas.”.
<i>Basquetebol</i> <i>Andebol</i>	Modelo de Competência dos Jogos de Invasão	<ul style="list-style-type: none"> - Estratégia do topo para a base (menos complexo para jogo formal); - Para os alunos participarem com sucesso em formas modificadas de jogos desportivos coletivos de invasão; - Existem dois grupos de competências complementares: (i) competência como jogador em jogos de invasão modificados; (ii) competência em funções de orientação. - Aprender a jogar no contexto de uma forma de jogo mais simples que o jogo formal beneficiando de uma instrução ativa do professor e da exploração livre do jogo; - Aprender a jogar exercitando as estruturas parciais e os elementos do jogo (Ações de Ataque e Ações Defensivas). 	<p>Este modelo procura formas de jogo adequadas às capacidades dos alunos, que sejam capazes de os motivar e convocar a participação de todos eles, de modo a apresentar uma competição de qualidade.</p> <p>Ao desenvolver a capacidade de jogo, a leitura de situações de jogo, a tomada de decisão e das capacidades físicas, este modelo também fomenta a autonomia, a liderança e uma responsabilidade partilhada na organização da experiência desportiva através da progressiva transferência de poder para os alunos. Com a formação de pequenos grupos heterogêneos e duradouros, emerge a importância da aprendizagem cooperativa, procurando reforçar a identidade do grupo, aprendendo a trabalhar para um objetivo comum, e ajudando-se mutuamente para o alcançar (Graça & Mesquita, 2015).</p>
<i>Voleibol</i>	Modelo de Aprendizagem Progressiva ao Jogo &	<ul style="list-style-type: none"> - Compreensão do jogo e fazer da aprendizagem um processo de procura de soluções (dimensão cognitiva); - Oportunidade de todos os alunos contribuírem para a prática igual forma e de participar equitativamente (dimensão social); - Promoção do FAIR-PLAY (dimensão pessoal); - Aquisição de competências táticas, técnicas e físicas pela prática do jogo modelado (dimensão motora). 	<p>O enfoque reside no desenvolvimento de competências para jogar Voleibol, sendo o ensino da técnica subordinado ao ensino da tática. Os alunos são confrontados com problemas que desafiam a capacidade de compreender e atuar no jogo, decorrendo a integração das habilidades técnicas da sua valência substantiva, face ao conteúdo tático que as reclamam (Mesquita et al., 2005).</p> <p>Na etapa 1 o principal objetivo é rebater a bola, sem ter qualquer noção da parte tática que permitam o desencadeamento de ações jogáveis.</p> <p>Na etapa 2, é nomeada com o jogo anárquico, onde acaba por haver mais dinamismo e intenção nos gestos técnicos.</p> <p>Na etapa 3 já existe organização ofensiva e compreensão mínima de jogo.</p>

Badminton	Modelo de Educação Desportiva	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a capacidade de jogo através das melhorias das habilidades específicas; - Fomentar a autonomia, liderança e a partilha de responsabilidade na organização da experiência desportiva através de uma transferência progressiva de poder para os alunos. 	<p>Siedentop criou o modelo de Educação Desportiva, tendo como figura central o conceito de "Play Education". Pretendia-se que os alunos fizessem a sua aprendizagem em ambientes propiciadores de vivências desportivas autênticas e significativas, com o objetivo educar o aluno de forma a ser um jogador no sentido global do termo (Siedentop et al., 2004), ou seja, formar jogadores desportivamente competentes, cultos e entusiastas. Desportivamente cultos na medida em que conhecem e distinguem a boa prática da má prática desportiva, competentes em relação à capacidade de domínio de habilidades técnicas e táticas permitindo assim, uma participação satisfatória do aluno em situação de jogo e entusiastas, demonstrando grande atração pela prática desportiva (Graça & Mesquita, 2007).</p>
Atividades Rítmicas e Expressivas Tag Rugby	Modelo de Aprendizagem Cooperativa	<ul style="list-style-type: none"> - Os alunos são alocados em grupos de aprendizagem; - Todos trabalham para o mesmo objetivo, sendo esta a tarefa proposta pelo professor; - Promover interdependência: os alunos assistem e interagem com os colegas para resolver os problemas que lhes são colocados; - Desenvolver skills sociais e interpessoais: os alunos trabalham em conjunto e resolvem conflitos para atingir objetivos de aprendizagem; - Desenvolver responsabilidade individual: os alunos fazem o seu melhor, partilham ideias e ajudam o grupo a elevar o seu conhecimento; - Processamento do grupo: ao refletirem sobre os seus próprios processos de aprendizagem a contribuição de cada membro melhorar. 	<p>Segundo Abrami et al. (citados por Lopes & Silva, 2008), a aprendizagem cooperativa não se define apenas como um trabalho de grupo, mas sim como um grupo de trabalho onde todas as opiniões dos seus intervenientes são escutadas, aceites e necessárias para a realização do mesmo, uma aprendizagem cooperativa, para além de possibilitar o desenvolvimento de competências sociais, contribui, positivamente, para o desenvolvimento cognitivo e para a responsabilidade individual, na medida em que, através deste envolvimento, é possível debater ideias, esclarecer dúvidas, tomar decisões e resolver problemas acerca dos vários conteúdos escolares (Lopes & Silva, 2008, p. 6).</p> <p>As estratégias cooperativas de ensino são baseadas no pressuposto de que o aprendizado é mais eficaz quando os estudantes possuem a oportunidade de explicar suas ideias para os outros. No entanto, há diversas evidências apontando que atividades em grupo, por si só, não garantem um bom desempenho nas tarefas. É importante que seja uma atividade estruturada a partir da interdependência positiva entre os participantes, além da supervisão e acompanhamento dos professores (Herreid, 1998; Hwong, Caswell, Johnson, & Johnson, 1993).</p>

4.1.4 Avaliação

A avaliação das aprendizagens constitui-se como parte integrante do desenvolvimento curricular, como regulação e aferição das aprendizagens intencionalizadas mediante a ação de ensinar.

A avaliação é a ferramenta que proporciona a ponderação sobre a posição do aluno de acordo com os objetivos, com a intenção de reformular a intervenção e a prática pedagógica.

No início do ano letivo, foram apresentados, pela Professora OC, os critérios de avaliação, assim como as grelhas de avaliação já pré-concebidas e realizadas pelo grupo de Educação Física da escola. Isto acabou por “facilitar” algum trabalho, na medida em que não iríamos precisar de estruturar grelhas por nós próprios (Núcleo de Estágio), nem definir alguns objetivos de avaliação, no entanto, acabamos por deixar de ter esta experiência que acredito que virá a ser necessária um dia mais tarde.

Uma das questões redundantes na reunião, foi a forma como a avaliação seria realizada. Debatesmos em conjunto (núcleo e Professora OC), e chegamos a conclusão de que a avaliação contínua seria a mais ajustada, na qual os alunos têm a oportunidade de demonstrar as suas evoluções e aquisições ao longo das aulas.

Foi ainda estabelecida a importância de todos os alunos executarem tarefas durante todas as aulas, isto é, mesmo os alunos que não realizam a aula devem de ter tarefas a desempenhar. Algumas opções que acabamos por colocar em prática, foram: fichas de trabalho, relatórios da aula, pesquisas e apresentações das mesmas. No decorrer do 1º Semestre, acabei por considerar que estas opções não eram as mais indicadas, pois mantinha os alunos desinteressados e aborrecidos. Por essa razão, comecei por atribuir aos alunos papéis ativos nas aulas, nomeadamente, o desempenho do papel de árbitro, treinador-adjunto e até organizador de material. Antes do desempenho de árbitros, os alunos tinham acesso a um pequeno manual de regras básicas de arbitragem, o qual disponibilizado por mim via TEAMS.

Ainda foi discutido nessa mesma discussão, os três tipos de avaliação que iríamos colocar em prática ao longo do ano, e que foram levadas em consideração até ao final do ano, nomeadamente a **Avaliação Diagnostica (AD)**, **Avaliação Formativa (AF)** e por fim a **Avaliação Sumativa (AS)**.

A AD estabeleceu o início de todas UD's, em que analisou os conhecimentos dos alunos e ainda as suas aptidões. Com isto, surgiu-me a necessidade de criar grelhas de avaliação. Optei por utilizar os dois tipos de grelhas, escala e verificação, de forma a ter uma ideia de qual seria a que mais me adaptava. Chegando a conclusão de que a grelha de escala se enquadrava mais no meu tipo de organização e estruturação de UD's e planos de aula.

Para Chng & Lund (2018), a **AF** é ampara dois objetivos: para os alunos evoluírem e para os professores conseguirem realizar os ajustes necessário para os alunos sucederem.

Utilizei diferentes estratégias para a **AF** dos alunos durante o decorrer das aulas, por exemplo:

- A meio de cada semestre foi realizada uma avaliação, onde os alunos foram avaliados nos parâmetros psicomotores das modalidades, o comportamento, a assiduidade e a pontualidade, o interesse e a participação, a cooperação e o respeito pelas regras de segurança. Estes foram ponderados numa escala de fraco, não satisfaz, satisfaz, bom e muito bom- fundindo-se posteriormente para a avaliação intercalar;

- Através da aplicação do MED em algumas modalidades, os alunos avaliaram as competências e o empenho dos colegas e das equipas (como jogadores e no desempenho de outras funções) e forneceram feedbacks com o objetivo de melhorar a execução das tarefas de aprendizagem;

- No final das aulas, existiu algumas vezes competições, ou momentos de demonstração de sequências (no caso de Ginástica de solo e aparelhos), onde os alunos tiveram a oportunidade de demonstrar aquilo que tinha sido aprendido até então, onde eu retirei algumas anotações acerca destes mesmos momentos.

Como a grelha da **AS** já estava previamente estruturada, acabei sempre por levá-la em consideração. No entanto a Professora OC, permitiu-me ao longo do ano letivo que eu alterasse alguns elementos de avaliação (p.e., dar mais importância ao saber jogar, do que ao saber fazer (gestos técnicos)).

Na sua grande maioria, os conteúdos observados na **AD** refletiam-se na **AS**, sendo realizados os ajustes necessários na resposta dos alunos aos problemas propostos. Por exemplo, nas modalidades de Basquetebol e Andebol, na **AD** alguns elementos técnicos foram alvo de avaliação, no entanto, com o decorrer das aulas valorizei mais a capacidade de ler o jogo e a cooperação entre equipas.

Uma das minhas maiores fraquezas na avaliação, foi o número de aulas reduzidas para a realização de avaliação, sendo que muitos objetivos delineados pelas escolas para cada ano disciplinar são considerados bastante ambiciosos. Considero que os meus alunos foram cumprindo todos os objetivos do planeamento, no entanto, nas modalidades de Jogos coletivos, senti alguma dificuldade em conseguir aperfeiçoar todos os conteúdos, assim se refletindo na avaliação sumativa de alguns alunos com mais dificuldades.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

5.1 Atividades Realizadas

As atividades realizadas dentro do âmbito escolar, são de extrema importância para a contribuição da criação de relações positivas com a comunidade educativa, acabando por existir laços de amizade entre professores e administrativos da escola, levando à credibilização do trabalho do estudante-estagiário. Boas relações permitem que as pessoas se comuniquem de forma mais aberta e honesta, compartilhando informações e opiniões sem medo de julgamento ou retaliação. Isto pode levar a uma maior compreensão e confiança entre as partes envolvidas, o que, por sua vez, pode aumentar a credibilidade das informações compartilhadas.

Durante todo o ano letivo, tive a oportunidade de viver várias experiências. A minha inclusão na equipa de Desporto Escolar, Corta Mato, Torneio de Street-Basket, o acompanhamento realizado à Diretora de Turma da turma que me foi atribuída, à aluna com Necessidades Educativas Especiais (NEE), Coadjuvação do 1ºCiclo, e Dia do Agrupamento e Seminário.

5.1.1 Desporto Escolar

Acompanhei os grupos-equipa de ténis de mesa. Este acompanhamento foi realizado com a professora Denise Morais, pertencente ao grupo de EF, que disponibilizou lugares na sua equipa para colaborar nos treinos e assim potenciar o desenvolvimento dos alunos. Os resultados alcançados foram muito positivos, inclusivamente muitos dos alunos fizeram a transição para o desporto federado. Dei o meu contributo em todas as atividades promovidas pelo grupo de EF e DE. As atividades tiveram um carácter interno (fase escola ou torneios) e externo (fase regional – a iniciar o 2º semestre).

Acabou por ser uma experiência muito desafiante, já que não me considero especialista na modalidade de ténis de mesa, por isso, foi-me possível efetuar muito estudo autónomo sobre esta matéria, vivenciar experiências práticas e acompanhar, de perto, um professor especialista. (...) *“o desporto escolar visa especificamente a promoção da saúde e condição física, a aquisição de hábitos e condutas motoras e o entendimento do desporto como fator de cultura, estimulando sentimentos de solidariedade, cooperação, autonomia e criatividade, devendo ser fomentada a sua gestão pelos estudantes praticantes, salvaguardando-se a orientação por profissionais qualificados”*. (Lei de Bases do Sistema Educativo, art.º 51).

Houve total liberdade, por parte da professora-treinadora, na organização dos treinos, desde a escolha dos exercícios no aquecimento até aos exercícios a realizar com os alunos. O objetivo era de, para além de trabalhar elementos relativos à modalidade, proporcionar momentos de entreajuda entre os alunos mais avançados com os alunos novos, respeito pelos treinadores e pelos mais velhos e momentos de treino individual, aquilo a que chamamos de “Multibolas”.

Na 1ª etapa de formação, eu e a professora responsável pelo DE, começamos por fazer uma avaliação inicial dos alunos, verificando as suas competências motoras e específicas do ténis de mesa, de forma a diferenciá-los por grupos de nível e podermos escolher e estudar possíveis exercícios para trabalhar com cada um dos grupos. Foi também nesta fase que estipulamos a estrutura do treino, começando sempre por um aquecimento geral liderado por mim, um aquecimento específico de acordo com os exercícios escolhidos e a aula propriamente dita.

No final, todos os alunos ajudaram na arrumação do material já que, previamente à aula, as professoras foram sempre mais cedo para montar os materiais necessário (mesas, apanhadores, raquetes, bolas armários...) e pensar, no momento inicial dos treinos. Esta etapa também teve como principal objetivo, a minha adaptação a esta modalidade, visto que nunca a pratiquei, então em muitos momentos de treino, encontrava-me a realizar alguns exercícios mais técnicos com os alunos, sendo a professora Denise a orientar-nos.

Na 2ª etapa de formação, chegamos à conclusão que não era muito viável o trabalho por grupos de nível, já que ia aparecendo sempre novos alunos. Assim, optámos por planear progressões pedagógicas para cada exercício de aula, aplicando-as de acordo com o desenvolvimento técnico e tático de cada aluno, em cada treino.

Também nesta etapa optei pelo um aquecimento mais geral em que incluía basicamente as mudanças de direção e rotações de tronco e, o aquecimento específico, foi mais à base da ação-reação e de movimentos instintivos. No entanto, é de sempre grande importância de salientar, que uma das situações que implementei, também devido a algumas dicas que a professora principal me ia dando, foi que aos alunos mais velhos e mais aptos, deveriam de ser submetidos a alguma responsabilidade pelos alunos iniciantes de forma a trabalhar a noção de responsabilidade, autonomia e entajuda, que são os objetivos principais de qualquer núcleo do desporto escolar.

Também durante esta fase, participei na preparação do torneio que decorreu no dia 18 de janeiro, do grupo do desporto escolar, realizado no Agrupamento de Escolas António Alves Amorim, auxiliando na preparação dos alunos e organização de equipas para o torneio. Apesar de se tratar de um torneio desportivo, que, na maior parte das vezes, as escolas participantes sonham com um lugar no pódio e apuramento para a fase seguinte, no caso da nossa equipa fomos com o principal objetivo de proporcionar uma nova vivência aos alunos (principalmente pela quantidade de alunos a frequentar pela 1ª vez esta modalidade). No entanto, é bastante importante apontar que obtivemos o 1º/3º e 4º lugar.

Na 3ª e última etapa, houve uma maior preocupação com o treino por parte da professora Denise e minha, pois com o torneio que existiu acabou por enaltecer algumas dificuldades mais proeminentes de cada aluno e assim começamos os treinos mais intensos e mais específicos, de forma a lutar contra as dificuldades experienciadas durante o passado torneio.

Todo o planeamento foi reformulado, mantendo a estrutura inicial do aquecimento, o treino dos exercícios mais técnicos no multibolas e a inclusão obrigatória do mini “torneio” entre equipa, todos os treinos, pelo menos uma vez.

5.1.2 Corta-Mato

No passado dia 29 de novembro, foi realizado o Corta-Mato, uma atividade do âmbito da disciplina de Educação Física, enquadrada no Plano Anual de Atividades (PAA) do Agrupamento de Escolas António Alves Amorim, 2022-2023. Esta atividade abrangeu 300 participantes (362 inscritos, 286 participantes e 76 faltas - onde 12% foi a participação dos alunos da minha turma -3 inscritos 2 participantes- incluindo também os alunos do 4º ano das Escolas Básicas e os alunos com necessidades educativas especiais das Unidades de Multideficiência.) de todas as idades, desde o 1º ciclo até ao 3º ciclo. Contou-se, também, com a participação especial de professores da escola, que participaram na corrida como convidados do Evento

O grupo de Educação Física decidiu, nas reuniões que teve no primeiro período, manter a tradição de há muitos anos, e realizar este evento. Este tratou-se de um momento de encontro e convívio entre todos os alunos da escola. Inicialmente, o Corta-Mato estava planeado para o dia 18 de novembro, mas devido a situações de força maior (greve dos funcionários públicos), o grupo de Educação Física acabou por optar pela alteração da data.

O dia da organização do material e espaços do Corta-Mato, foi no mesmo dia da prova, onde os professores de Educação Física se comprometeram a estar na escola o mais cedo possível (8h), para a montagem do percurso e das estruturas necessárias à realização do evento. Obtivemos ajuda de um grupo de alunos do 9º ano, que se disponibilizou a auxiliar durante toda a manhã, distribuídos em zonas diferentes da escola. Todos os professores de Educação Física utilizaram casacos com identificação, e os alunos que auxiliaram na organização também utilizaram coletes de forma a serem mais facilmente reconhecidos e identificados pelos demais alunos.

A organização dos espaços foi realizada de forma que não existisse qualquer dúvida por parte dos participantes sobre onde teriam de se deslocar nos diferentes momentos da atividade. O pavilhão gimnodesportivo destinou-se unicamente ao ponto de encontro dos alunos que iriam correr, onde o professor responsável fez a chamada de acordo com os escalões e atribuiu o dorsal, identificação do aluno com nº de atleta, nome, nº e turma. Já na restante escola, perto do polivalente estava a entrega de medalhas/pódio juntamente com a parte exterior deste, onde se

encontrava a meta, orientada por dois professores e dois alunos ajudantes, para a organização dos alunos posteriormente á corrida.

Os lanches, constituídos por uma sanes mista, um sumo de fruta e uma garrafa de água, eram entregues depois da prova aos alunos participantes. Sendo eu uma das responsáveis por esta estação, às 9h da manhã, depois de prestar auxílio em tudo que pude para a organização do evento, desloquei-me ao bar, onde estavam a ser realizadas as sandes, e comecei por trazer para a zona adequada, organizando os sumos e águas de forma a ser mais fácil a entrega dos lanches quando os alunos terminassem a prova. Não estive sozinha nesta tarefa, duas alunas do 9º ano ajudaram me na distribuição dos lanches e ainda no controlo dos alunos que acabavam a prova, ajudando-me a mil por cento na tarefa. Estas alunas foram excecionais, mantivemos uma conversa coerente e informal durante todo o evento, o que facilitou também as tarefas a nós atribuídas.

Os outros pontos de controlo da escola estavam espalhados pelo percurso, de forma aos professores controlarem a prova e os alunos. Uma das estratégias utilizadas de forma a facilitar o controlo do número de voltas que cada aluno dava, foi a distribuição de fitas com cores à medida que os alunos de escalões superiores, realizavam uma e duas voltas.

Os alunos com necessidades especiais, também tiveram destaque, onde foi atribuído a todos eles uma medalha, e um guia (caso necessário), para salvaguardar a segurança e bem-estar destes alunos.

As provas decorram toda a manhã, mantendo sempre o registo de organização, no final de cada prova de cada escalão (feminino e masculino) foram atribuídas as medalhas e os alunos tiveram a oportunidade de tirar uma fotografia no pódio com a atleta **Albertina Dias**.

Após a realização do Corta-Mato, o Núcleo de estágio reuniu e considerou que a atividade se saldou como sendo positiva, desde a realização do projeto ao planeamento das atividades, e para isso contamos com a ajuda da Professora OC dando-nos as indicações mais importantes. Na organização tudo decorreu bastante bem sem haver quaisquer problemas que pusessem em causa o normal decorrer da atividade. Um dos aspetos em que não estivemos muito inseridos foi no da divulgação da atividade fora das nossas turmas. Outro ponto a salientar é o ambiente de alegria e boa disposição criado em torno desta Atividade.

5.1.3 Torneio Street Basket

A Escola António Alves Amorim, tem como tradição a realização do torneio de Street-Basket, e por isto os EE's estiveram inseridos também na organização do evento e na preparação prévia dos seus alunos na atividade.

A Atividade “Street-Basket teve a parceria com o grupo de Educação Física, e pretendeu incluir os alunos do 6.º ao 9.º. ano, sendo que todas as turmas da escola eram obrigadas a deter pelo menos uma equipa masculina e uma feminina (de quatro elementos- três jogadores um suplente). O objetivo desta atividade foi proporcionar aos jovens atividades de qualidade, em que prevalecesse a vertente formativa, sendo a vertente competitiva um dos meios para a formação integral dos jovens, através da sua responsabilização na organização das atividades (quadros competitivos, arbitragem, ...) e da exigência de um comportamento adequado durante a competição. Na vertente competitiva, o objetivo foi fazer com que o projeto chegue a todos os jovens: quer aos que já praticam a modalidade, quer aos que não têm contacto regular com o basquetebol.

Esta atividade, para além de pretender atribuir responsabilidades aos jovens, procura também promover a maior participação possível de crianças e jovens em idade escolar numa forma fácil de aprender e jogar basquetebol, proporcionar uma atividade desenvolvida num ambiente agradável, motivando-os para a prática da modalidade e contribuir para a criação de novos grupos escolares e clubes de basquetebol.

O dia do torneio teve início na montagem e preparação do torneio, onde os professores, e os alunos do 9ºano do grupo de apoio, começaram por delimitar os campos, colocar as mesas de arbitragem e pontuação, preparar as zonas de alunos a observar o jogo, e a parte “administrativa”. O torneio teve início as 10:30h, com jogos dos alunos do 6º e 7º ano, quatro campos destinados a jogos masculinos e dois a jogos femininos. Os alunos foram informados previamente que deveriam de chegar 30 minutos antes dos jogos começarem, de forma a conseguirem-se equipar. Algumas equipas faltaram ao torneio e perderam por falta de comparência, sendo que a equipa adversária ganhou por 10 pontos. O torneio decorreu como previsto, eu mantive a supervisão do campo cinco e seis, onde o meu papel foi garantir que os árbitros e jogadores cumpriam o regulamento do jogo, e as mesas também preenchiam corretamente os boletins de jogo.

As equipas da minha turma, tiveram uma performance exemplar, colocaram todos os critérios de êxito em prática, e mantiveram sempre a cordialidade e responsabilidade. A equipa masculina venceu dois jogos e perdeu dois, a equipa feminina venceu três jogos e perdeu um.

5.1.4 Acompanhamento da Diretora de Turma

Ao longo do semestre também me foi garantida a vivência da experiência pelo acompanhamento da diretora de turma.

O Diretor de Turma (DT) tem um papel fundamental e imprescindível na comunidade educativa, pois realiza a ponte de comunicação entre encarregados de educação, alunos e professores. Acrescento ainda que, um dos seus papéis, é colocar o encarregado de educação a par do percurso educativo do aluno. Desta forma, o acompanhamento que eu realizei acabou por se tornar bastante importante e criou a oportunidade para refletir sobre todo o processo que seria melhor para os alunos que se encontravam com mais dificuldade no percurso educativo e ainda desencadear estratégias para estes.

5.1.5 Acompanhamento de Aluna com NEE

Remeto ainda a uma vivência que foi de extrema importância a nível pessoal que me foi sugerida ao longo do 1º semestre: fazer o acompanhamento de uma aluna com necessidades educativas especiais.

A Leonor é uma aluna com catorze anos do 9º ano de escolaridade, faz parte da turma do professor Luís Cálix, um professor que se manteve bastante recetivo à ajuda dos EE's em tudo que lhe fosse possível. A aula em que eu fazia acompanhamento a esta aluna, decorria às segundas-feiras com a duração de 100'.

A Leonor tem um RTP- descrição do perfil de funcionalidade do aluno, identificando alterações nas estruturas e/ou funções do corpo, limitações da atividade e restrições à participação e fatores ambientais – em que se baseia numa paralisia cerebral. Os Membros Inferiores (MI) são totalmente paralisados, e ainda existe uma rotação interna da anca, o que acaba por promover ainda a condição difícil que a Leonor se encontra, nos momentos de atividade física, nomeadamente, a aula de Educação Física. A nível cognitivo, a Leonor não apresenta (visivelmente) qualquer afetação pela doença.

A paralisia cerebral refere-se a um grupo de sintomas que engloba dificuldade de movimentação e rigidez muscular (espasticidade). Resulta de malformações cerebrais que ocorrem antes do nascimento durante a época em que o cérebro está em desenvolvimento ou de danos

cerebrais que ocorrem antes, durante ou logo após o nascimento. Os sintomas variam desde uma falta de coordenação motora quase impercetível a uma dificuldade significativa em movimentar um ou mais membros, até paralisia e articulações tão rígidas que elas não conseguem ser movimentadas de forma alguma. Algumas crianças com paralisia cerebral também têm deficiência intelectual, problemas comportamentais, dificuldade para ver ou ouvir e/ou transtornos convulsivos.

Para Ribeiro (1987), a EF deve fornecer a todas as crianças com deficiência, o pleno desenvolvimento tendo em consideração a fragilidade de cada um. Sendo uma das principais funções de EF o desenvolvimento social e afetivo, os alunos portadores de deficiência não devem ser privados destes privilégios.

Uma das informações que me foi passada antes da primeira intervenção com a aluna, foi o facto de esta aula ser bastante divertida e conversadora, acabando por vezes arrastando para o comportamento mais inativo durante a aula. No entanto, acabei por considerar, uma contextualização prévia necessária, e comecei por uma abordagem mais “pessoal” com a Leonor; apresentei-me, falei em geral da minha vida social e profissional, e ainda descrevi alguns dos meus hobbies e gostos; desta forma foi bastante mais fácil chegar-me emocionalmente a esta aluna.

A Leonor, acaba por ser uma adolescente bastante regular para a sua idade. Para além das suas limitações, foi bastante perçável a capacidade de raciocínio e ainda o empoderamento que esta aluna acabou por desenvolver com a turma. É uma menina que aceita a doença que tem, e continua a lutar por uma melhor qualidade de vida. O mais enternecedor, foi o facto de eu ter testemunhado a relação que esta aluna tem com a turma, sendo bastante aceite.

As aulas eram 80% baseadas na aptidão física e treino para a melhoria a nível músculo-esquelético da aluna. Começávamos por sair da cadeira de rodas e exercitar no espaldar, no andarilho e sempre que necessário com alguns materiais gímnicos, como por exemplo, os colchões, o plano inclinado; sem nunca depreciar a modalidade abordada na aula. Por exemplo, sempre que era voleibol, eu e a Leonor, no final da aula, ficávamos a treinar passe de dedos e manchetes.

Um dos objetivos que delinee para estas aulas, era criar uma compensação nos membros superiores, que é onde a aluna se encontra menos limitada, ou seja, fazer reforço para que ela consiga realizar alguns movimentos de vida quotidiana com mais naturalidade. No entanto, e não sendo especialista nesta área, acredito que seja bastante difícil a promoção deste treino

com vista a melhoria da qualidade de vida, visto que a doença acaba por afetar diferentes zonas do corpo, e a aula de Educação Física não é o suficiente para podermos afirmar que possa eventualmente melhorar a qualidade de vida da aluna.

Por outro lado, é possível afirmar que estabeleci uma relação ótima com esta aluna, sempre que me via na escola fazia questão de me cumprimentar e de me dar um abraço. Esta foi uma das melhores experiências que vivi durante a PES.

5.1.6 Coadjuvação do 1ºCiclo

Foi apresentada, ao núcleo de Estágio, a possibilidade de realizar Coadjuvação do 1.º Ciclo em EF, das Escolas do 1ºCiclo Ensino Básico do Agrupamento com o objetivo de prepararmos os alunos do 2º ano para a prova de aferição de EF do ano letivo 2022/2023. Essa proposta deixou-nos bastante entusiasmados, visto que era uma área já familiarizada entre nós. Entre as sete Escolas, existia nove turmas do 2.ºAno e, por isso, cada EE ficou responsável por três turmas.

O percurso de intervenção pedagógica realizou-se no 2.º Semestre e realizou-se num período de treze semanas, uma semana de observação/avaliação dos níveis dos alunos e doze semanas de implementação de práticas direcionadas ao objetivo.

As turmas onde realizei a Coadjuvação de EF eram compostas, em média, por 24 alunos, com idades compreendidas entre os sete e os nove anos de idade. As três turmas apresentavam diferentes níveis de aprendizagem, alguns alunos possuíam dificuldades em adquirir novas aprendizagens, enquanto outros procuravam sempre saber mais. Relativamente ao comportamento durante a aula, eram alunos que se distraíam constantemente na grande maioria, contudo demonstraram ser alunos respeitadores quando chamados à atenção. De um modo geral, eram alunos com interesse em aprender e gostavam de participar nas aulas.

Na primeira semana de observação foram realizados alguns jogos de vertente mais lúdica, os quais envolviam algumas capacidades motoras de forma a perceber em que os alunos se encontravam.

Já nas primeiras semanas de implementação, foram realizadas atividades mais orientadas para o objetivo, que era exercitar e melhorar as capacidades dos alunos para realizar a prova de aferição de Educação Física. No início, comecei por corridas de estafetas (com obstáculos e transporte de objetos, como, bolas e sinalizadores), jogos de precisão (acertar com bolas e/ou

arcos no alvo, bowling, etc) e ainda situações isoladas de agilidade (dribla-incesta, condução da bola-remate, três toques do volante na raquete de badminton, etc).

Nas semanas seguintes os alunos realizaram circuitos (sempre distintos, só dando ênfase a certos conteúdos onde os alunos demonstravam mais dificuldade, como por exemplo, nos rolamentos à frente, retaguarda), onde subiram e desceram o espaldar, realizaram o salto de barreira e a roda com recurso ao banco sueco, rodaram o arco à volta do corpo, realizaram o rolamento à frente e à retaguarda no plano horizontal, saltaram à corda e realizaram posições de flexibilidade.

Nas duas últimas semanas de aulas, foram realizados os percursos das provas de Aferição de 2018/2019 e 2021/2022, juntamente com os jogos que nesses anos foram requisitados os alunos terem conhecimento.

A minha principal dificuldade sentida foi na gestão espacial e temporal, considerando que das três escolas, apenas uma tinha um espaço específico direcionado para a prática de EF. Por esta razão, muitas vezes a aula teve de ser realizada em corredores da escola (quando estava a chover). As escolas também apresentavam material escasso, o que por vezes dificultou algumas situações de aprendizagem. Já na gestão temporal, as aulas eram apenas de 1h semanal o que acabou por comprometer abordagens mais profundas de algumas situações de aprendizagem delineadas no início do Semestre.

5.1.7 Evento Anual (Dia do Agrupamento)

O Dia do Agrupamento é celebrado desde o ano 2009, quando as escolas básicas se fundiram à Escola do Ciclo de Ensino Básico do 2.º e 3.º Ciclo. Este dia é organizado por todas as áreas curriculares que a escola detém, desde Educação Física, Expressão Musical e Artes, até às Línguas como inglês, Francês e Espanhol. Este dia é livre, no sentido em que os alunos optam pelas atividades que pretendem realizar durante o dia, e assim são acompanhados por um conjunto de professores que os ajudam a realizar estas mesmas atividades.

No dia 28 de abril, as atividades tiveram início pelas 14h e duraram até às 20h, no entanto, os alunos só eram obrigados a estar na escola até as 18h. Para este mesmo horário, o Grupo de Educação Física deixou ao critério do Grupo de EE's a completa organização e escolha de atividades a realizar nesse dia.

Inicialmente, optamos pela escolha de três modalidades distintas: das 14h às 16h a realização da “Iniciação ao Surf”, que seria realizada na piscina ao lado da escola; das 16h as 18h uma Palestra e Circuito Militar (POWER 23); e, por fim, um FlashMob.

Uma semana antes deste dia, a atividade do surf teve de ser alterada e substituída por outra, devido a fatores extrínsecos, pois a piscina não tinha disponibilidade de espaços na hora pretendida, pelo que acabamos por optar pela realização de um torneio de Tag Rugby em substituição da atividade do surf. Considerando o pouco tempo que tínhamos para a organização e estruturação do torneio, foi muito árduo e stressante a organização deste e a gerência de material e recursos humanos, pois, não queríamos prejudicar a qualidade do torneio.

Chegamos à escola pelas 12h e começamos a montar os espaços do torneio, enquanto eu dividia as bancadas por turmas, os meus colegas colocaram os divisores no campo, as mesas e os boletins de jogo, para os alunos ajudantes preencherem, e todos juntos preparamos o material (a contar com 6 possíveis equipas). Começamos por dar uma breve explicação e demonstração aos alunos que nunca praticaram e ainda estivemos a expor o regulamento do jogo. Com isto o torneio começou, pelas eliminatórias, até às Finais.

Quando optamos por esta atividade, delineamos abrir inscrições apenas para os alunos do 8.º ano e chegamos ao próprio dia do torneio com apenas três turmas inscritas (as turmas dos EEs). No entanto, depois de eu tentar persuadir os alunos das outras turmas a participar, no próprio dia, conseguimos ter equipas das restantes turmas do 8.º ano para realizar o torneio de acordo com aquilo que estávamos a planear.

O torneio acabou por ser bastante divertido e correu muito bem. Os alunos mostraram-se bastante entusiasmados e motivados, mesmo aqueles que nunca tinham abordado a modalidade em contexto de aula.

Na segunda parte do dia, começamos por organizar as turmas inscritas na Palestra Militar. O meu colega Pedro apresentou um documento, com a estrutura organizacional das forças armadas, mais especificamente o Exército Militar, dando algumas breves contextualizações reais e contando algumas experiências pessoais. Na parte final da palestra, foi apresentado um vídeo de promoção ao exército. No fim da palestra os alunos deslocaram-se para a parte exterior, no campo sintético, onde estava montado um circuito com diferentes áreas de aptidão física, como equilíbrio, força, resistência, manipulação de materiais, saltos e velocidade. Este percurso foi cronometrado e as penalizações durante o percurso foram contabilizadas.

O meu papel nesta atividade, inicialmente, passou por organizar as turmas na entrada e saída da palestra, mas posteriormente fui precisa na ajuda da contabilização do tempo dos percursos no espaço exterior, e por isso mantive-me até ao final desta atividade na parte de fora. No final, foi anunciado o aluno vencedor do POWER 23.

Na última atividade, pelas 18h, estava um aglomerado de pessoas perto do centro da escola, desde Encarregados de Educação, alunos e professores das escolas básicas- 1.o Ciclo do respetivo agrupamento, para a apresentação de teatros e canções. Antes destas atuações, todos os alunos da Escola António Alves Amorim realizaram o Flashmob- dança, coreografada e treinada por mim durante quase 2 meses. Os alunos encontravam-se com a vestimenta pretendida, calças de ganga e camisola branca, o que acabou por tornar este momento esteticamente prazeroso. Os alunos e o público mostraram-se bastante divertidos e agradados com esta apresentação e saldou-se como um momento bastante feliz entre todos os participantes da comunidade escolar.

Este dia foi bastante cansativo, visto que o grupo de estagiários estiveram sozinhos na montagem e desmontagem do torneio, e na organização de alunos da palestra e Flashmob, no entanto acabou por valer apenas todo o esforço imposto nesta atividade, devido à felicidade que todos os alunos demonstraram durante os momentos que tiveram connosco.

5.1.8 O Seminário

O Seminário foi realizado no dia 31 de maio, na Escola sede do Agrupamento António Alves Amorim, e contou com a presença de professores de escolas do mesmo agrupamento, mas de diferentes ciclos de ensino.

O Seminário foi estruturado em torno do tema estudado e investigado pelo núcleo de estágio durante o ano letivo, sendo este “*Os modelos e práticas de ensino no 1.º Ciclo de Ensino Básico*”. A unidade curricular Projetos de Intervenção deu-nos a oportunidade de realizarmos o estudo e recolha de dados por parte dos professores a quem realizamos a coadjuvação durante o 2.º Semestre. Assim, o seminário, acabou também por ser orientado para os professores de 1.º Ciclo (professores generalistas¹), o que levou a uma instigação por parte destes a fazerem parte do público.

Com um mês de antecedência, foi enviado um e-mail para todos os professores do 1.º Ciclo do Agrupamento, direção e grupo de professores de EF, a convidá-los a fazerem parte do

¹ Professores Generalistas- Professor do 1.º Ciclo do Ensino Básico responsável pela lecionação de todas as matérias curriculares.

Seminário. Neste email apresentamos as respetivas abordagens durante a apresentação assim como o SCHEDULE para a tarde. Inicialmente iríamos realizar este seminário em formato de formação creditada, porém, e devido ao escasso tempo, não nos foi possível realizar. No entanto, acabamos por nos comprometer a realizar uma parte teórica, com a apresentação do objetivo do estudo, resultados e respetivas conclusões e uma parte prática, onde houve a possibilidade do público fazer as atividades práticas propostas.

Na parte teórica, apresentamos o objetivo de estudo, assim como os respetivos resultados a partir das entrevistas e análise de dados retirados destas. Os professores da audiência mostraram bastante interesse no assunto, assim como na partilha e discussão de tópicos mencionados durante a apresentação, nomeadamente o trabalho cooperativo entre professores generalistas e professores especialistas (neste caso de EF) e ainda as suas experiências pessoais neste mesmo assunto.

Durante o ano letivo, dispusemos algum do nosso tempo para a realização de um manual com Atividades para os professores se puderem “socorrer” na realização das aulas de EF, com atividades não só direcionadas para a preparação das provas de aferição, caso fosse o caso, mas também para tentarem inculcar aulas de qualidade aos alunos com ajuda deste manual. Este documento foi disponibilizado pelo núcleo aos professores do 1º ciclo, assim como uma planificação anual da disciplina e um planeamento semanal simulado.

Já na parte prática, a qual foi realizada no campo sintético, o núcleo preparou alguns exercícios e atividades para o público realizar. Para além de um momento de aprendizagem também foi um momento divertido, pois incentivou os professores a realizar atividades que nunca tinham explorado e existiram bastantes momentos de riso e alegria. No final do seminário, foi exposto, por parte dos professores convidados, a experiência incrível que tinham tido com a coadjuvação do núcleo de estágio e agradecimentos para a patilha deste projeto realizado ao longo do ano.

Após o Seminário e apresentação de resultados à professora que orientou o projeto de intervenção, foi nos dada oportunidade de apresentar o nosso projeto no 5º Seminário de Educação Física na UMAIA, com um especial convite da Professora Supervisora e da Professora que nos orientou o projeto durante o ano.

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

Atualmente, a Educação Física assume-se como uma área/disciplina curricular, sendo por isso obrigatória desde o Ensino Pré-escolar até ao fim do Secundário. É indiscutível a sua

importância e os seus benefícios, que são muitos, sobretudo ao nível do desenvolvimento físico, psicológico e social das crianças e jovens. A Educação Física deve ser entendida como parte importante no processo educativo. O desenvolvimento de um indivíduo nos seus aspetos motores, culturais, sociais, intelectual e crítico social deve ser compreendido como possibilidades reais de contribuição desta disciplina na formação dos alunos (Alecrim & Collevatti, 2020, p.15).

Ao longo do ano, fui constatando que ser professor não é uma mera profissão, é uma vocação. Não basta ter um certificado ou um diploma, é necessário que assuma com responsabilidade, o seu papel, pois, o professor ensina, aprende, forma, educa, apoia, comunica e na grande maioria das vezes é o modelo para o aluno. É uma das profissões mais importantes, tendo em vista que as demais, na sua maioria, dependem dela.

Ensinar deve consistir na aprendizagem mútua entre indivíduos, neste caso, entre professor-aluno e aluno-professor. Ambos devem estar em sintonia para a aprendizagem entre os dois lados. Deve existir uma curiosidade epistemológica. "A construção ou a produção do conhecimento do objeto implica o exercício da curiosidade epistemológica, sua capacidade crítica de tomar distância do objeto, de observá-lo, de delimitá-lo, de cindi-lo, de "cercar" o objeto ou fazer aproximações metódicas, sua capacidade de comparar, de perguntar" (Freire, 1996, p. 85). Como Paulo Freire proferiu, a curiosidade epistemológica é aquela desenvolvida com base na vontade de aprender (buscar o conhecimento).

O professor deve de adaptar-se às diferenças de realidades, assim tornando-se predisposto à mudança e flexibilidade da aceitação. É importante o professor conseguir inteirar-se sobre o bom senso, de forma que este consiga transparecer nas diferentes etapas de ensino, ao longo do período escolar, para desenvolver vários estímulos ao aluno e a si mesmo, visto que o crescimento pessoal e interpessoal é fundamental.

Para haver um ensino eficiente, o professor deve lançar mão de diferentes estratégias de atuação, tendo como base os pontos fulcrais que falei anteriormente que nomeio novamente, como: a aprendizagem mútua, aceitação, curiosidade epistemológica, a compreensão, comprometimento, o meio entre Autoridade e Liberdade, e a constante pesquisa e estudo sobre os variados assuntos predominantes não só em sala de aula como em ações sociais com os alunos. Dessa forma, existe necessidade de ocupar-se com as necessidades diferenciadas de cada criança e adolescente, dando oportunidades em práticas motoras com outras formas de

estratégias que o professor utiliza para facilitar a aprendizagem dos alunos, conduzindo-os em direção aos objetivos das aulas e da própria Educação Física.

Ao longo do ano, foi notável a mudança de postura que fui adotando. Inicialmente sentia-me insegura, temia os alunos não levarem a minha autoridade de forma séria. Com isto, dei conta que me tinha tornado numa professora demasiado rígida e um tanto fria com os alunos. Não mostrava empatia e por vezes sentia que os alunos não se sentiam tão à vontade comigo. Quando percebi esta situação, no meio de tantas outras como já mencionadas anteriormente neste documento, (p.e., na forma como dava feedback e explicava exercícios), decidi adotar outro tipo de comportamento. Menos controladora, mais empática e mais interessada em conhecê-los. Aos poucos, naturalmente, a nossa relação moldou-se, para uma relação de amizade e abertura entre mim e os alunos, e com isto, as aulas começaram a ser levadas de outra forma, mais tranquilas, mais divertidas e mais motivacionais.

Uma das maiores aprendizagens que levo desta experiência na PES, é sem dúvida a necessidade de adaptar-me ao tipo de pessoas que encontramos diariamente na nossa vida. O facto de cada um ter uma vida diferente, com perspetivas e objetivos diferentes, muitas vezes acabam por influenciar a forma como tratamos os outros. Como futura professora, acho imprescindível o facto de ser atenciosa e empática com todos os alunos que me passem pelas mãos, pois nunca sabemos aquilo que eles realmente passam fora da escola, considerando que esta muitas vezes é o refúgio de muitos alunos.

O ensino deve de ter um papel fundamental na vida dos alunos, e para que estes se sintam motivados, seguros e felizes dentro das escolas é preciso existir uma estrutura sólida dos professores em que estes consigam pôr em prática todos os pontos falados nesta reflexão. Assim conseguiremos, no futuro, ter pessoas mais informadas, empáticas e interessadas.

5.3 Socialização profissional e institucional

O início do processo de socialização profissional é necessário sedimentar a vida da escola em bases democráticas, com uma dinâmica de gestão pedagógica participativa, coletiva e comprometida com a aprendizagem e a inclusão de todos no mundo do conhecimento. Sendo assim, foi-me totalmente disponibilizado a interação com o Departamento de “Expressões” onde os professores de Educação Física se inserem, e ainda com o Grupo de Educação Física. Sendo este último o mais presente dentro da minha formação, considero que a sua presença seja de extrema importância no que toca a minha inclusão dentro da escola.

Na minha experiência, foi nos dada total confiança por parte dos professores, onde nos tratavam realmente como profissionais e não meros alunos, o que nos levava a uma confiança e à vontade totalmente elevada dentro deste grupo.

Conviver com um grupo profissional que partilha dos mesmo gostos e interesses que eu, trouxe-me muitos benefícios e oportunidades de aprendizagem, tais como: (i) troca de conhecimentos- ao conversar com os professores, aprendi novas técnicas/métodos e abordagens que podem ser uteis no futuro; (ii) desenvolvimento de habilidades- ao participar nos eventos e projetos do grupo de EF desenvolvi algumas habilidades, nomeadamente trabalho de equipa e comunicação; (iii) exposição de diferentes perspetivas- estar em grupo com o grupo de professores de EF proporcionou me perspetivas diferentes e ideias sobre a área de atuação, e assim tornou-se valioso para o meu desenvolvimento profissional.

5.4 Componente Ético-profissional

Na dimensão da ética, esta é caracterizada através de princípios e valores profissionais que o professor deve deter. No que diz respeito a esta componente, considero que alcancei o que estava delineado, sendo que procurei investir nos meus conhecimentos da profissão e participei em todas as atividades propostas.

Já em relação ao trabalho individual e de grupo, respetiva importância, considero que nunca houve qualquer problema na partilha de documentos e na junção do núcleo de estágio para a realização de trabalhos em comum. Tanto trabalho individual, como o trabalho em grupo, são importantes e fulcrais para a componente ética profissional dos professores de Educação Física.

O trabalho individual é importante porque permite que o professor reflita sobre a sua prática profissional e avalie continuamente se realmente está a agir de acordo com os princípios éticos da sua profissão. Por exemplo, o professor pode se questionar/refletir se trata todos os alunos com igualdade, se respeita os limites e capacidade de cada um, e se promove um ambiente seguro e inclusivo. Sobre o trabalho individual, documentei tudo no dossier digital que fui realizando ao longo do ano.

O trabalho em grupo também é importante porque permite que os professores discutam e troquem ideias sobre questões éticas relacionadas à profissão. Por exemplo, um grupo de professores pode discutir sobre como lidar com situações em que um aluno é vítima de bullying. Além disso o trabalho em grupo pode ajudar a desenvolver habilidades de liderança, comunicação e resolução de problemas, que só importante para a prática da ética profissional. O

trabalho em grupo promove ainda uma cultura de ética e responsabilidade, que acaba por ser benéfico para a sociedade como um todo.

Quanto a planificações o Núcleo de Estágio desenvolveu vários documentos em conjunto; os critérios para as avaliações diagnosticas; protocolo de testes físicos; circuitos de alongamento e matéria teórica- testes escritos.

Contudo, como professor de Educação Física, podemos contribuir para o desenvolvimento pleno e harmonioso da personalidade dos alunos, incentivando à formação de cidadãos livres, responsáveis, autônomos e solidários, formando cidadãos capazes de julgar com espírito crítico e criativo no meio social em que se integram.

Existem algumas diretrizes a seguir para alcançar este objetivo, como, (i) promover valores éticos e morais nas aulas, como o respeito, tolerância, igualdade, honestidade, responsabilidade, entre outros, (ii) criar um ambiente de aprendizagem positivo e acolhedor, onde os alunos se sintam seguros e confortáveis para expressar as suas ideias; (iii) incentivar a participação ativa dos alunos nas atividade, assim promovendo autonomia e espírito crítico; (iv) oferecer atividades que estimulem a criatividade e que envolvam resolução de problemas; (v) estimular trabalho em equipa/cooperação; (vi) avaliar os alunos de forma justa e transparente, valorizando as suas conquistas e incentivando à superação de dificuldades; (vii) manter comunicação aberta e transparente com os Encarregados de Educação. Existem outras diretrizes, porém estas são as que considero mais importantes e que tentei colocar em prática ao longo das minhas aulas.

6. Desenvolvimento Profissional

A formação dos professores passa também pela oportunidade de aprender e atualizar-se melhor sobre o tipo de alunos, o tipo de estratégia/metodologia diferentes que podem ser apresentadas durante as aulas, e para isso é necessário investir tempo nas formações, muitas vezes, divulgadas pela escola para nos mantermos atualizados de qualquer assunto.

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

Ao longo da PES, melhorei aos poucos a forma que comunicava, adaptando-me a uma linguagem mais correta e adequada às situações vividas. Ainda acrescento a importância que a pesquisa e investigação teve ao longo do ano, que sem estas não conseguiria fundamentar e aprofundar os meus conhecimentos que antes estavam á superfície.

Sem desvalorizar ainda a reflexão feita ao longo do ano, sobre planos de aulas, unidades didáticas e atividades realizadas, que iam acabando por responder a alguns problemas encontrados durante elas eram realizadas.

7. Reflexões finais

O trajeto percorrido na PES permitiu-me a vinculação entre o conhecimento teórico aprendido ao longo dos anos na Universidade e a prática que faltava para completar a minha formação enquanto professora de EF. A PES ajudou-me a experimentar e conhecer novos saberes da EF que constituíram um forte suporte para que daqui para a frente possa refletir sobre a EF de uma forma mais autónoma. Aprendi, como EE, a pensar e realizar o ensino de uma forma global, ou seja, não basta apenas ensinar os conteúdos, é preciso cultivar atitudes para melhorar a relação com os alunos promovendo o sucesso em ambos os sentidos.

A minha maior instigação, durante este ano, foi sem dúvida o crescimento e desenvolvimento dos meus alunos, o processo de ensino e aprendizagem foi realizado sempre com esse objetivo. No meu dia-a-dia escolar procurei sempre dar o melhor de mim, sendo os alunos os meus principais motivadores na transposição de uma fasquia cada vez mais elevada por mim. É indiscutível a importância dos meus alunos durante este ano, e a melhor forma de lhes agradecer foi proporcionar-lhes experiências positivas e “fora da caixa” nas aulas de EF.

Durante a realização dos planeamentos das UD e planos de aula sempre trabalhei para a formação de um aluno desportivamente competente, culto e entusiasta. Desportivamente cultos na medida em que conhecem e distinguem a boa prática da má prática desportiva, competentes em relação à capacidade de domínio de habilidades técnicas e táticas permitindo assim, uma participação satisfatória do aluno em situação de jogo e entusiastas, demonstrando grande atração pela prática desportiva (Graça & Mesquita, 2007).

Cada semestre, cada UD, cada plano de aula, cada aluno apresentava características distintas, pelo que foi necessário debruçar mais atenção sobre estes aspetos e realizar adaptações que respondessem às diferentes dificuldades de cada um, de forma a tomar rumo ao sucesso. Existiram situações em que me questioneei se estaria a tomar a decisão correta, mas a PES permitiu isso mesmo, escolher um caminho, colocá-lo em ação, refletir e, caso não estivesse a seguir o caminho pretendido, poderia voltar atrás e corrigi-lo.

A PES também me fez refletir sobre a forma como eu olhava para o DE e qual o meu entendimento sobre este agora. Em primeiro lugar, pelo facto de ter tido o privilégio de acompanhar uma modalidade com um profissional especializado nela. Permitiu-me olhar para esta

modalidade desportiva com maior confiança. Por outro lado, a minha conceção modificou-se. Quando experienciei o DE, como aluna, o meu ponto de vista era que só os alunos com melhores performances poderiam participar, já que a finalidade era a vitória ou melhor classificação nos torneios. Com os núcleos de DE deste agrupamento, jamais, de forma alguma, senti que o propósito essencial era este, senti sim o cuidado de transmitir aos alunos que todos são capazes, todos podem participar e colaborar e tornarem-se alunos mais completos, cumprindo com os objetivos estipulados pelo programa nacional do DE.

Por último, a importância da magnitude da ligação do professor com toda a comunidade escolar, desde os alunos e encarregados de educação até aos professores e auxiliares de ação educativa. Toda a gente mencionada colaborou para o mesmo, o bem-estar, formação e o sucesso dos alunos.

Em suma, interagi com toda a comunidade educativa, assumi responsabilidades dentro das atividades realizadas, desenvolvi competências ao nível pedagógico, desempenhei diversos papéis dentro da organização de eventos, ouvi opiniões e melhorei comportamentos. Tudo isto tornou este trilha bastante trabalhoso, mas com muito empenho, tornei-o útil, uma vez que tive a oportunidade de viver experiências que, apesar de possivelmente não poder repetir a curto prazo, me enriqueceram a nível pessoal, profissional e social, mostrando-me que a escolha do Mestrado em Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário foi a escolha certa.

Foi um ano difícil, mas gratificante, finalizo-o com satisfação e um sentimento de que o trabalho realizado foi positivo.

8. Referências Bibliográficas

- Alegitim, G. A & Colevatti, J. R. (2020). A importância da educação física escolar para a formação do indivíduo na sociedade. *Revista Saúde UniToledo*, 4(1), 13-26.
- Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte. Lisboa.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Chng, L. S., & Lund, J. (2018). Assessment for learning in physical education: The what, why and how. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(8), 29-34.
- Freire, P. *Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

- Graça, A., & Mesquita, I. (2007). A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciência e Desporto*, 7(3), 401-421.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2015). Modelos e conceções de ensino dos jogos desportivos. In F. Tavares (Ed.), *Jogos Desportivos Coletivos: ensinar a jogar* (pp. 9-54). Porto: Editora FA-DEUP.
- Hwong, N. C., Caswell, A., Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1993). Effects of Cooperative and Individualistic Learning on Prospective Elementary Teachers' Music Achievement and Attitudes. *The Journal of Social Psychology*, 133(1), 53-64.
- Lopes, J. & Silva, H. S. (2008). *Métodos De Aprendizagem Cooperativa Para o Jardim de Infância*. Maia: Areal Editores.
- Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didática em Educação Física. *Boletim SPEF*, 12, 75-97.
- Ribeiro, J.Q. *Ensaio de uma teoria de administração escolar*. São Paulo: Saraiva, 1987.
- Mesquita, A., Graça, A., Gomes A., & Cruz, C. (2005). Examining the impact of a step game approach to teaching volleyball on student tactical decision making and skill execution during game play. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 469-492.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2009). Modelos Instrucionais do Ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Mesquita, E, Formosinho, J, & Machado, J (2012). Supervisão da prática pedagógica e colegialidade docente. A perspetiva dos candidatos a professores. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, (12), 59-77.
- Ministério da Educação. (2001). *Programa Nacional de Educação Física, Ensino Básico, 3.º Ciclo*. Lisboa: Direção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*, 2ª ed., INDE, Barcelona.
- Teixeira, M., & Onofre, M. (2009). Dificuldades dos professores estagiários de educação física no ensino. Sua evolução ao longo do processo de estágio pedagógico. *Em X Symposium Internacional sobre el Practicum Y las Prácticas en Empresas en la Formación Universitária*

(pp. 1159-1170). Vigo y A Coruña: Asociación Iberoamericana de Didáctica Universitaria (AIDU), Universidades de Santiago de Compostela.