

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Jorge Gabriel Moreira Alves

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional

Professora Doutora Maria Fátima Gomes Sarmento Chaves

Outubro, 2024 

Jorge Gabriel Moreira Alves

37411

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 orientação da Professora Doutora Maria Fátima Gomes Sarmiento Chaves da Universidade da Maia e da Professora Paula Machado, da Escola D.Sancho I.

Outubro, 2024

Ficha de catalogação

Alves, J. (2024), Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Universidade da Maia.

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

Agradecimentos

A elaboração do relatório da Prática de Ensino Supervisionada não seria possível sem a minha dedicação, esforço e comprometimento, mas nunca sem um conjunto de pessoas que não poderia deixar de agradecer.

À minha Orientadora Cooperante, a professora Paula Machado, à qual agradeço a partilha de ideias, os conselhos, a disponibilidade, o acompanhamento, tudo aquilo que simboliza o seu desempenho ao longo deste ano enquanto orientadora. Quando tudo parecia desmoronar, estava lá a professora para auxiliar.

À minha Supervisora, Professora Doutora Maria Fátima Gomes Sarmiento Chaves, da Universidade da Maia, pelo acompanhamento e disponibilidade e partilha de todo o seu saber.

Ao corpo docente e não docente do Agrupamento de Escolas D.Sancho I, por toda a ajuda prestada ao longo deste último ano.

Aos meus colegas da Prática de Ensino Supervisionada, Gonçalo e Alexandra, pelas reflexões em conjunto, pela partilha de conhecimentos, pela amizade.

Aos alunos da turma regente, pelos desafios, amizade, partilha e empenho em tudo aquilo que foi realizado.

Às amizades criadas ao longo destes cinco anos, em especial aos mais próximos, por todos os momentos que tivemos oportunidade de partilhar.

Um agradecimento especial à minha família, por me permitirem realizar este sonho e me motivaram na superação de todos os obstáculos aparecidos até aos dias de hoje.

Muito obrigado!

Resumo

O presente relatório foi realizado no âmbito da unidade curricular da Prática de Ensino Supervisionada, inserida no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, com vista à obtenção do grau de Mestre. A prática de ensino supervisionada decorreu na Escola Secundária D.Sancho I, no concelho de Vila Nova de Famalicão, sob a orientação da professora Paula Machado e supervisão da Professora Doutora Fátima Sarmiento da Universidade da Maia. O ano letivo 2023/2024 representou um período de vivências enriquecedoras, na qual tive a oportunidade de lecionar diferentes níveis de ensino, inclusive, no ensino secundário, numa turma do 11ºano, e no ensino básico, numa turma do 6ºano na Escola EB. Dr. Nuno Simões. O relatório segue as orientações do documento orientador da Prática de Ensino Supervisionada da Universidade da Maia, sendo estruturado em oito capítulos: 1. Introdução, onde enquadro a realização deste relatório com a prática pedagógica; 2. Enquadramento Profissional e Pessoal, serve como roteiro temporal da minha vida académica até à escolha desta profissão e as minhas expectativas iniciais em relação à Prática de Ensino Supervisionada; 3. Enquadramento institucional, no qual contextualizo a transição da teoria para a prática, salientando a importância da Prática de Ensino Supervisionada, assim como, o modo como é operacionalizada na Universidade da Maia, enquadrando com a escola cooperante e o núcleo da Prática de Ensino Supervisionada; 4. Prática profissional, onde são explanados todos os pontos chave do plano da análise ao da intervenção, tais como, Organização e gestão do ensino e da aprendizagem, Conceção de ensino, Planeamento, Realização e Avaliação; 5. Participação na escola e Relação com a comunidade, onde descrevo a cooperação nas atividades realizadas e o impacto da minha experiência e atuação, a socialização profissional e institucional e ainda a componente ético-profissional; 6. Desenvolvimento profissional, onde saliento as dificuldades sentidas e a necessidade de formação contínua; 7. Reflexões finais, onde realizo uma retrospeção daquilo que foi feito e o impacto que teve a nível pessoal e profissional; 8. Referências bibliográficas, onde me baseei para a conceção do presente documento.

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

Abstract

This report was carried out within the scope of the Supervised Teaching Practice curricular unit, which is part of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education, with a view to completing the Master's degree. The supervised teaching practice took place at D.Sancho I school, in the council of Vila Nova Famalicão, under the guidance of professor Paula Machado, from D.Sancho I school, and supervision by Professor Fátima Sarmento from the University of Maia. The 2023/2024 school year represented a period of enriching experiences, in which I had the opportunity to teach different levels of education, including Secondary Education, in an 11th grade class at D.Sancho I school, and Basic Education, in a class at 6th year at Eb. Dr. Nuno Simões school. The report follows the guidelines of the guiding document for Supervised Teaching Practice at the University of Maia, being structured by eight chapters: 1. Introduction, where I frame the creation of this report with pedagogical practice; 2. Professional and Personal Framework, serves as a temporal roadmap of my academic life until choosing this profession and my initial expectations in relation to Supervised Teaching Practice; 3. Institutional framework, in which I contextualize the transition from theory to practice, highlighting the importance of PES, as well as the way it is operationalized in UMAIA, in conjunction with the cooperating school and NPES; 4. Professional practice, where all the key points from the analysis to the intervention plan are explained, such as, Organization and management of teaching and learning, Teaching design, Planning, Implementation and Evaluation; 5. Participation in school and Relationship with the community, where I describe the cooperation in the activities carried out and the impact of my experience and performance, professional and institutional socialization and also the ethical-professional component; 6. Professional development, where I highlight the difficulties experienced and the need for continuous training; 7. Final reflections, where you look back on what was done and the impact it had on a personal and professional level; 8. Bibliographic references, on which I based the creation of this document.

Keywords: Physical Education; Pre-Service Teacher; Supervised Teaching Practice.

Siglas e Acrónimos

EE - Estudante Estagiário

MED - Modelo de Educação Desportiva

MID- Modelo de Instrução Direta

NPES – Núcleo da PES

PASEO – Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória

PES - Prática de Ensino Supervisionada

RPES – Relatório de Prática de Ensino Supervisionada

UC – Unidade Curricular

UD- Unidade Didática

UMAIA – Universidade da Maia

Índice

| | |
|--|-----|
| Agradecimentos..... | III |
| Resumo..... | IV |
| Abstract | V |
| Siglas e Acrónimos..... | VI |
| 1. Introdução | 1 |
| 2. Enquadramento pessoal e profissional..... | 2 |
| 2.1. Uma decisão a partir de um percurso | 2 |
| 2.2. Expectativas iniciais | 4 |
| 3. Enquadramento institucional | 5 |
| 3.1. A importância da PES | 5 |
| 3.2. A PES na UMAIA..... | 6 |
| 3.3. A escola cooperante: lugar de prática | 7 |
| Caracterização das turmas | 8 |
| 3.4. Caracterização do núcleo da PES..... | 10 |
| 4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção | 11 |
| 4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem | 11 |
| 4.1.1. Conceção de ensino | 11 |
| 4.1.1.1. Modelos de Ensino | 12 |
| 4.1.2. Planeamento | 15 |
| 4.1.3. Realização | 19 |
| 4.1.3.1. Dimensões da intervenção pedagógica | 19 |
| 4.1.4. Avaliação..... | 22 |
| 5. Participação na escola e Relação com a comunidade | 25 |
| 5.1. Atividades realizadas..... | 25 |
| 5.2. Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação | 32 |
| 5.3. Socialização profissional e institucional | 33 |
| 5.4. A Componente ético-profissional..... | 34 |
| 6. Desenvolvimento profissional | 35 |
| 7. Reflexões finais..... | 36 |
| 8. Referências bibliográficas..... | 37 |

1. Introdução

O presente documento, Relatório de Prática de Ensino Supervisionada (RPES), insere-se no 2.º ano do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, no âmbito da Unidade Curricular (UC) da Prática de Ensino Supervisionada (PES) da Universidade da Maia (UMAIA).

A PES, e consequentemente o relatório que dela resulta, são momentos essenciais para a formação e avaliação do estudante estagiário (EE). Este é um período de aprendizagem, que nos proporciona, enquanto futuros professores, a oportunidade de conhecermos a realidade profissional sob uma nova perspetiva, assim como, a integração no contexto de docência e na cultura da escola onde estamos inseridos, de forma progressiva e orientada. A PES visa promover o desenvolvimento das competências profissionais do ensino da Educação Física em três áreas cruciais, designadas: i) Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; ii) Participação na Escola e Relações com a Comunidade; iii) Desenvolvimento Profissional.

A avaliação do EE é realizada através da componente prática, referente à prática pedagógica em contexto real de ensino, que corresponde a 60% da avaliação final, e ainda a componente teórica, referente ao relatório da PES, que corresponde aos 40% da nota final.

No ano letivo 2023/2024 decorreu a minha PES em duas escolas pertencentes ao Agrupamento de Escolas D.Sancho I, nomeadamente a Escola Secundária D.Sancho I, onde lecionei a uma turma do 11.º ano do Curso de Ciências e Tecnologias, a minha turma residente, e na EB Dr. Nuno Simões, onde tive a oportunidade de lecionar uma turma de ensino básico do 6.º ano.

O RPES, reflete todo o meu percurso ao longo do ano, as experiências vividas e o contexto da prática, evidenciando o meu desenvolvimento tanto a nível profissional como pessoal. Ao longo do mesmo, serão abordados não apenas os sucessos e as conquistas, mas também os desafios superados e as reflexões críticas que se proporcionaram ao longo do meu percurso. Este constitui o último passo da formação que abre portas para a docência.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1. Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é Jorge Gabriel Moreira Alves, tenho 24 anos, nasci a 12 de maio de 1999 e sou natural de Delães, uma aldeia que faz parte do concelho de Vila Nova de Famalicão. Sou licenciado em Educação Física e Desporto pela UMAIA.

Iniciei o meu percurso escolar na Escola Básica de Delães, que frequentei até ao 4º ano de escolaridade. Após a conclusão do 1º ciclo, ingressei no Externato Delfim Ferreira situado na freguesia de Riba d’Ave em Vila nova Famalicão.

Esta escola proporcionou-me momentos memoráveis durante a minha infância e adolescência, onde conheci muitas pessoas, incluindo amigos que ainda hoje fazem parte da minha vida. Foi nesta escola que comecei a definir os meus objetivos futuros e desenvolvi um gosto especial pela Educação Física num contexto de ensino, embora a prática de atividade física estivesse sempre presente ao longo do meu percurso escolar.

Após a conclusão do 3º ciclo e devido à falta de oportunidades nesta escola, mudei-me para a Didáxis de Riba d’Ave, também localizada na mesma freguesia, onde ingressei no curso Científico-Tecnológico de Desporto e Dinamização da Atividade Física. O meu primeiro ano do Ensino Secundário foi desafiador, no qual me encontrava com um comportamento irreduzível o que acabou por resultar na minha reprovação. Considero que esse foi o ano de viragem na minha vida. Ao longo de todo este percurso a prática desportiva sempre ocupou um lugar importante, tendo praticado futebol durante 8 anos e natação durante 3 anos.

Contudo, durante esse ano de mudança, decidi experimentar uma modalidade nova, que pratico nos dias de hoje, na vertente das artes marciais, o Ju-Jitsu Japonês. Esta modalidade transmitiu-me valores que tiveram um impacto significativo na minha vida, tanto a nível pessoal como profissional, sobretudo na importância de nunca desistir dos meus objetivos e de rejeitar a ideia de que “não consigo”, pois não existe.

Decidi então retomar de novo no Curso Científico-Tecnológico de Desporto e Dinamização da Atividade Física, onde finalizei o ensino secundário. Após a conclusão deste ciclo, com vontade de prosseguir os estudos e ciente do meu valor, ingressei na UMAIA em 2019, concluindo a Licenciatura em Educação Física e Desporto em 2022.

Estes três anos foram de enorme aprendizagem, uma jornada enriquecedora tanto a nível pessoal como profissional. Dotou-me de habilidades de liderança, trabalho em equipa e comunicação, competências cruciais em qualquer área de atuação.

Durante estes anos de dedicação ao curso de Educação Física e Desporto, adquiri conhecimentos e experiências que moldaram quem sou hoje e que influenciam positivamente a minha vida de diversas maneiras. Apesar das dificuldades enfrentadas devido à minha condição de trabalhador-estudante, sinto um profundo sentimento de realização.

Desde o início que concilio a minha vida académica com vários part-times. Leciono as atividades de enriquecimento curricular ao 1º ciclo, há dois anos, no Agrupamento de Escolas Terras do Ave, onde tem sido uma longa aprendizagem com estas crianças e jovens. Sou nadador-salvador, concluindo o curso em 2021, e trabalho no negócio dos meus pais desde que tirei a carta de condução.

No entanto, não satisfeito com aquilo a que me propus e reconhecendo o meu valor, ingressei no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, também na UMAIA. Atualmente, encontro-me no segundo ano, a realizar a UC da PES.

2.2. Expectativas iniciais

No início antevia um ano desafiante, mas também propício à aquisição de novos saberes. A PES constituiria uma oportunidade ímpar para aprofundar a minha compreensão do ambiente escolar e da dinâmica dos alunos e professores na Escola D. Sancho I.

Numa primeira fase, almejava a oportunidade de observar a minha Orientadora Cooperante, permitindo-me assim vivenciar de forma prática a condução das aulas por parte de uma docente com vasta experiência e conhecimento. Posteriormente, ambicionava a oportunidade de aplicar os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos na UMAIA, transpondo-os para o contexto de aula. Desejava proporcionar aos alunos aulas de elevada qualidade técnica e tática, pautadas, acima de tudo, pela inovação.

Esperava encontrar desafios durante o período de PES, tais como comportamentos mais complexos por parte dos alunos e situações imprevisíveis, bem como a diversidade de níveis de competência dos estudantes na turma em que seria inserido. No entanto, acreditava que, em colaboração com a minha Orientadora Cooperante e os meus colegas do núcleo da PES poderíamos identificar e implementar as estratégias mais eficazes para lidar com tais desafios. Considerava que estes obstáculos seriam inerentes ao crescimento profissional e estava confiante de que, ao longo deste ano, conseguiria evoluir de forma contínua.

Ao longo do ano, estava convicto de que a minha Orientadora Cooperante me proporcionaria ferramentas essenciais para melhorar a qualidade do planeamento e desenvolvimento das aulas, bem como a utilização de métodos pedagógicos eficazes. Tencionava, ainda, envolver-me ativamente em atividades de grupo do departamento de Educação Física e colaborar de forma produtiva nas mesmas.

Estava seguro de que este ano se pautaria por desafios constantes, oportunidades de aprendizagem enriquecedoras e um contínuo crescimento, não apenas ao meu desenvolvimento profissional, mas também ao meu crescimento pessoal.

3. Enquadramento institucional

3.1. A importância da PES

A PES representa um dos momentos mais significativos e enriquecedores no desenvolvimento profissional do estudante do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. É a ligação entre a teoria e a prática, permitindo que o estudante aplique em contexto real da prática pedagógica, todo o conhecimento teórico adquirido ao longo do percurso académico. Este processo é, simultaneamente, um culminar de emoções e responsabilidades, onde o estudante desempenha um duplo papel: por um lado, enquanto aluno orientado e acompanhado por um professor de Educação Física experiente, e por outro, como professor em formação, em transição de um ambiente académico para uma experiência concreta de lecionação.

Seabra et al. (2016), referem que a PES é um processo complexo, multidimensional e dividido em várias etapas, constituindo uma fonte inesgotável de aprendizagem e desenvolvimento profissional. Este desenvolvimento ocorre através da socialização no ambiente escolar, onde o estudante se integra na comunidade educativa, interage com colegas e alunos, e enfrenta os desafios inerentes à profissão docente. Já Amaral da Cunha, (2016) refere a PES como um momento facilitador da introdução do EE (futuro professor) na cultura da comunidade escolar.

A PES é parte integrante e obrigatória para a conclusão do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário e conseqüentemente a oportunidade de exercer na profissão de professor de Educação Física. Esta enquadra-se no artigo nº11 do Decreto-Lei nº79/2014 de 14 de maio, onde refere que a PES é parte integrante para a obtenção de habilitação profissional para a docência.

A PES, possibilita ao EE, um acompanhamento contínuo ao longo da prática pedagógica por um Orientador Cooperante, um professor com uma vasta experiência, que partilhará conhecimentos de extrema importância.

O EE, na PES, tem também a oportunidade de vivenciar os diferentes papéis desempenhados por um professor numa escola, nomeadamente, a planificação, gestão, realização e avaliação de ensino.

3.2. A PES na UMAIA

A UC é constituída pela Prática Supervisionada, onde o EE após colocação na Escola Cooperante é integrado nos contextos de docência de forma progressiva, orientado por um professor experiente. A UMAIA atribui ainda um docente que coordena a sua ação de supervisão com o respetivo Orientador Cooperante.

A PES visa o desenvolvimento das competências profissionais no ensino da Educação Física em três áreas de desempenho, tais como, Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, Participação na Escola e Relações com a Comunidade e Desenvolvimento Profissional.

Na área da Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, aborda as conceções, o planeamento, a realização e a avaliação, onde o EE será o primeiro interveniente. Na área da Participação na escola e Relações com a Comunidade, engloba as atividades em que o EE é parte integrante na comunidade educativa, assim como, a procura de um envolvimento responsável nas mesmas. Na área do Desenvolvimento Profissional, pretende-se o desenvolvimento do EE, no saber, na reflexão, investigação e ação.

Ao EE, é atribuída uma turma onde este será o professor, tendo toda a responsabilidade da prática pedagógica e respetivo planeamento e avaliação, sempre com a supervisão de um professor da escola cooperante e um professor da UMAIA.

Por fim, o EE, no decorrer dos 3º e 4º semestres de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, evidencia o seu desenvolvimento profissional no contexto de prática, num relatório que deverá entendê-lo numa dimensão crítica, reflexiva e ética, correspondendo aos desafios e exigências que advém na profissão de professor.

3.3. A escola cooperante: lugar de prática

O Agrupamento de Escolas D. Sancho I, localizado em Vila Nova de Famalicão, foi estabelecido em 2012/2013 por meio da fusão do Agrupamento de Escolas de Calendário com a Escola Secundária D. Sancho I, que agora serve como a sede. Este agrupamento abrange uma escola de 3º ciclo e ensino secundário (Escola D. Sancho I), uma escola básica de 1º e 2º ciclos (Dr. Nuno Simões), cinco escolas básicas de 1º ciclo (EB de Louredo, EB de S. Miguel, EB de Meães, EB de Esmeriz e EB de Cabeçudos) e quatro jardins-de-infância (Lage, Louredo, Esmeriz e Cabeçudos). O agrupamento integra um número total de mais de 2700 alunos em vários níveis de ensino.

A Escola D. Sancho I, sede do Agrupamento, tem uma história notável. Fundada em 1956/57 como Escola Comercial e Industrial, passou a ser conhecida como Escola Secundária nº 1 de Vila Nova de Famalicão em 1979 e, desde 1987, é chamada Escola Secundária D. Sancho I, em homenagem ao rei que concedeu o primeiro foral a Vila Nova de Famalicão em 1205, D. Sancho I. A escola foi modernizada e renovada em 2010/11 como parte do programa de modernização da Parque Escolar, mantendo a estrutura original, mas com melhorias nas instalações para oferecer mais conforto, segurança e acessibilidade.

Hoje, o Agrupamento de Escolas D. Sancho I é reconhecido como uma referência em educação em Vila Nova de Famalicão, proporcionando um percurso educativo integrado e de alta qualidade para os seus alunos. A sua missão é focada na formação integral de crianças, jovens e adultos, e busca a inovação e boas práticas, incluindo projetos, estágios, intercâmbios no exterior e métodos pedagógicos inovadores.

Este agrupamento possui uma história rica na educação e mantém altos padrões de qualidade e exigência, com valores como humanismo, democracia, profissionalismo, empreendedorismo e sucesso educativo sempre em destaque.

A escola dispõe de 5 espaços desportivos, mais um fora da escola, que são utilizados pelos professores de Educação Física, em rotação, como mapeado no *roulement*. O pavilhão gimnodesportivo, contém 2 pisos. O piso zero é constituído pela sala de professores, áreas de manutenção, sala de material e balneários para professores e alunos. O primeiro piso contém um ginásio que delimita três campos de badminton, dois campos reduzidos de basquetebol e um campo de voleibol. Neste piso, é abordado maioritariamente a modalidade de ginástica, tendo uma arrecadação com material próprio para a realização dessas aulas, um sistema de som e espaldares. No segundo piso existe ainda uma sala que é utilizada para as aulas teóricas.

O espaço dois é no exterior, e é constituído por um campo de basquetebol. Sendo este sem cobertura, e delimitado por redes, é muitas vezes utilizado para lecionar a modalidade de ténis.

O espaço três, é a sala de espelhos, equipada com sistema de som, e ainda uma arrecadação com algum material, maioritariamente utilizado para a realização dos testes FIT-Escola, ou modalidades como a dança ou ginástica.

No espaço quatro, temos um espaço coberto, mas aberto, que costumava ser dividido por dois professores. É constituído por 2 balizas de futsal e 4 tabelas móveis de basquetebol. Este espaço é delimitado por linhas que sinalizam o campo de andebol, futsal, basquetebol e voleibol. Neste espaço poderiam ser montados 2 campos de voleibol, com os postes que estavam guardados na arrecadação da sala de espelhos.

O espaço cinco, é uma sala com uma dimensão pequena, mas que para a realização dos testes FIT-Escola serve perfeitamente pois possui colchões e sistema de som.

Por fim, os professores contam também com um pavilhão municipal exterior à escola, com uma arrecadação com algum material e balneários. Este espaço tem as dimensões oficiais de um campo de futsal.

A escola disponibilizava uma ficha de caracterização do material disponível para as modalidades coletivas e individuais. A ficha de caracterização era dividida pelos seguintes pontos: 1. Modalidade; 2. Quantidade; 3. Tipo; 4. Data de aquisição; 5. Estado de conservação; 6. Local onde se encontra; 7. Para recuperar. A partir deste documento sabíamos do material disponível sempre que fôssemos abordar alguma modalidade.

O Agrupamento de Escolas D.Sancho I, está inserido no concelho de Vila Nova de Famalicão, uma região com localização privilegiada. Este concelho é caracterizado pela diversificada população com 133.574 habitantes, onde reflete essa pluralidade na escola. O agrupamento é uma referência na Educação, onde conta com o apoio do Município de Vila Nova de Famalicão e se destaca pela forte integração no Desporto Escolar, diversificando nas modalidades oferecidas e infraestruturas que favorecem a prática desportiva. O Agrupamento promove o desporto como uma área transversal e prime pela inclusão, convivência e impacto social positivo.

Caracterização das turmas

11º Ano – Ciências e Tecnologias

No início da PES, após a atribuição da turma, e apresentação à mesma, foi aplicada uma ficha de caracterização com o objetivo de analisar os aspetos familiares, desportivos e

culturais dos alunos. Após o seu preenchimento realizei uma análise estatística das respostas obtidas.

A turma que me foi atribuída foi o 11º ano de ciências e tecnologias e era constituída por vinte alunos, sendo onze raparigas e nove rapazes, com idades compreendidas entre os 16 e os 17 anos.

A turma era bastante ativa do ponto de vista físico, participando em desportos federados fora do ambiente escolar. A média de treinos era de três vezes por semana, com duração de uma hora e meia em cada sessão. Para se deslocarem até à escola, utilizavam, predominantemente, meios de transporte como o carro, a pé ou o autocarro, sendo que a opção mais comum era o automóvel, o que implicava um tempo médio de deslocação de cerca de 15 minutos.

No que dizia respeito aos seus hábitos de sono, a maioria dos estudantes costumava deitar-se entre as 22h00 e a meia-noite, conseguindo, assim, obter um período de sono que variava entre 7 e 8 horas por noite. Além disso, é importante destacar que muitos deles tinham o costume de realizar a primeira refeição do dia em casa, o que evidenciava o seu conhecimento acerca da importância do pequeno-almoço.

A turma era bastante cooperante, sendo alunos bastante assíduos nunca comprometendo o processo de ensino e aprendizagem, o que permitiu o cumprimento dos objetivos da(s) Unidade(s) Didática(s) (UD) concluindo as mesmas com sucesso.

6º Ano

A turma 606 da escola Dr. Nuno Simões era constituída por vinte alunos, dez rapazes e dez raparigas, e tinham aulas de Educação Física duas vezes por semana, dois tempos letivos, com a duração de 100min, à quarta-feira e um tempo letivo, com a duração de 50min, à sexta-feira.

A turma era muito recetiva, com alunos muito predispostos e com uma energia típica destas idades. Ao longo das aulas demonstraram ser alunos bastante empenhados e participativos em todas as atividades propostas.

A abordagem a uma turma deste ciclo de ensino foi completamente diferente devido às idades. A componente mais lúdica esteve bastante presente nas aulas e com grande diversidade de exercícios. Foi necessário intervir com mais frequência, fornecendo feedbacks curtos e claros, indo de encontro ao pretendido.

A escola Dr. Nuno Simões é frequentada por alunos de muitas etnias diferentes, embora esse aspeto não se tivesse traduzido na prática ao nível do comportamento.

3.4. Caracterização do núcleo da PES

O núcleo da PES (NPES) na escola D.Sancho I, era constituído por três EE, a Orientadora da escola cooperante, professora Paula Machado, e a supervisora da UMAIA, Doutora Fátima Sarmiento. Um dos EE, do sexo masculino, era natural de Vila Nova de Famalicão, licenciado em Educação Física e Desporto pela UMAIA, possuía alguma experiência em treino desportivo, sendo jogador de futebol e treinador de uma equipa de um escalão de formação de Futebol; o outro EE, do sexo feminino, era licenciada em Educação Física e Desporto pela UMAIA, possuía também alguma experiência em treino desportivo, sendo treinadora de voleibol num clube de Famalicão e possuía também experiência profissional no ramo do fitness. O último EE, eu, licenciado em Educação Física na UMAIA, possuo alguma experiência em atividades de enriquecimento curricular, onde ministro aulas ao 1º Ciclo de Atividade Física Desportiva.

Algo particular no NPES, foi sem dúvida a entreaajuda, o trabalho em equipa, as sugestões e partilhas, fatores que sem eles não conseguiríamos levar a PES a “bom porto”. O facto de os meus colegas de NPES serem conhecidos de anos anteriores permitiu uma fácil integração no grupo de trabalho, potenciando assim os resultados obtidos na realização das atividades propostas.

A Orientadora Cooperante, Paula Machado, com a sua vasta experiência e conhecimento, fizeram com que a PES se tornasse uma experiência enriquecedora. A partilha de ideias, sugestões no decorrer das aulas práticas ou todas as segundas-feiras de manhã, das 09h15 às 11h15, onde preparávamos as aulas da semana seguinte e refletíamos daquilo que foi feito em reunião de NPES foram momentos marcantes no meu desenvolvimento profissional enquanto professor.

Segundo Albuquerque e Castro (2015) o OC,

Deve contribuir para o desenvolvimento profissional do professor em formação, trabalhando com ele as competências e as “ferramentas” para ensinar: negociação, técnicas pedagógicas, gestão da turma, tratamento dos erros, avaliação, orientação, conhecimento do funcionamento da escola, relações com os pais e encarregados de educação (p. 255).

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

4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1. Conceção de ensino

O professor é responsável pelo processo de ensino e aprendizagem, e desempenha um papel fundamental ao transmitir conhecimentos e valores, tendo por base o desenvolvimento dos alunos. Neste contexto, um professor deve assentar o seu processo de ensino em 4 dimensões, nomeadamente a conceção, o planeamento a realização e a avaliação do ensino (Seabra et al., 2016).

Zabala (1998), refere que a ação de ensinar deve ser entendida numa perspetiva processual e dinâmica. Ainda Leite (2010), refere que o ensino deve ser entendido como uma ação estratégica, cuidadosamente planeada e adaptada ao contexto educacional específico. As teorias educacionais demonstram diferentes abordagens do processo de ensino e aprendizagem. John Watson, pioneiro da abordagem tradicional/comportamentalista, propõe o controlo e repetição de comportamentos observáveis, Jean Piaget (Teoria Construtivista) valoriza o desenvolvimento natural e individual do aluno, Carl Rogers (Teoria Humanista) enfatiza a importância de um ambiente emocionalmente seguro e centrado no aluno, e, por fim, Lev Vygotsky (Teoria Sócio-Construtivista), destaca o papel das interações sociais e culturais na aprendizagem. As diferentes teorias podem ser aplicadas em diferentes contextos educacionais, e podem ou não fazer sentido em diferentes fases do processo de ensino e aprendizagem. Enquanto professor sou apologista da colocação dos alunos no centro do processo de ensino e aprendizagem, no qual Lev Vygotsky refere que o conhecimento é construído coletivamente através da interação entre os alunos e entre os alunos e o professor (Teoria Sócio-Construtivista). Assim, ao longo da PES procurei utilizar sempre que possível, modelos de ensino que envolvessem os alunos na aprendizagem, tornando-os agentes ativos e participativos na construção da aprendizagem.

De forma a estruturar o processo de ensino e aprendizagem, foram imprescindíveis os documentos facultados pelo Ministério da Educação tais como, as Aprendizagens Essenciais do 11º ano onde identificamos as matérias a abordar assim como os seus critérios e o documento do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória onde estão plasmadas as competências, valores e princípios que o aluno deve desenvolver ao longo da sua escolaridade. Em reunião de NPES foram ainda partilhados documentos orientadores para a realização do ano da PES, tais como, o calendário escolar, o Plano Curricular, o Projeto Educativo, o Regulamento Interno e o Plano Anual de Atividades.

Nessa reunião realizamos ainda a divisão das matérias por período, atendendo sempre ao documento das Aprendizagens Essenciais, e foi partilhado o *roulement* de forma a facilitar o processo de ensino e aprendizagem.

4.1.1.1. Modelos de Ensino

Rink (2001), refere que não existe um modelo que seja adequado a todos os envolvimentos de aprendizagem, e que estes devem ter em consideração as necessidades, contextos e características individuais dos alunos, de forma a utilizar o modelo de ensino mais adequado para servir de resposta aos problemas ditados pela prática docente.

Cardoso et al. (2016) referem que “tornar-se professor é uma viagem pessoal profunda, na qual o estagiário considera as suas crenças e tenta reconciliá-las com as expectativas da universidade, da comunidade educativa, dos alunos e seus familiares e, em última análise, consigo próprio” (p. 525).

O Modelo de Instrução Direta (MID), concebido por Siegfried Engelmann e Wesley Becker, tem como base colocar o professor no centro do processo de ensino e aprendizagem, atribuindo ao aluno um papel passivo e limitado. Tradicionalmente utilizado no ensino da Educação Física, o MID é caracterizado por uma abordagem autoritária e prescritiva, em que o professor toma todas as decisões e exerce um controlo rigoroso das atividades dos alunos, com o objetivo de maximizar a eficácia e promover a aprendizagem (Silva et al., 2017).

Apesar de eficaz para aumentar o desempenho escolar, este modelo reduz a autonomia dos alunos, oferecendo poucas oportunidades para desenvolverem a sua perceção de competência e atribuírem significado às tarefas realizadas (Siedentop, 1994; Pereira et al., 2013). O planeamento é rígido, com grande controlo da gestão da aula, feedback frequente e de qualidade, e foco na revisão de conteúdos, apresentação de novas habilidades e correções sistemáticas. No MID, o professor tem total responsabilidade pelo ensino, enquanto os alunos assumem um papel passivo no processo de aprendizagem.

Este modelo centra o professor como líder da instrução, onde é o responsável por fazer e implementar todos os conteúdos, tarefas, instruções e tomadas de decisão.

O Modelo de Aprendizagem Cooperativa, é utilizado em modalidades em que os grupos são acima de quatro elementos e assenta na mútua ajuda e partilha de responsabilidades entre os alunos (Metzler, 2017) “Este modelo contribui particularmente para o desenvolvimento das competências pessoais e sociais pela valorização das componentes cognitivas e sociais, seja no contexto escolar ou desportivo”(Fonseca, 2017).

O Modelo de Educação Desportiva (MED), preconizado por Siedentop, trata-se de um modelo caracterizado por colocar o aluno no centro do processo de ensino e aprendizagem, promover a redução de barreiras no envolvimento desportivo, pela aquisição de competências motoras, pessoais e sociais, fidelizar o aluno à prática desportiva e promover vivências desportivas autênticas e orientadas em contexto escolar. O MED é um modelo de instrução desenvolvido para proporcionar aos alunos experiências de aprendizagem autênticas e significativas na Educação Física (Siedentop, D.; Hastie, P.; Van der Mars, 2019).

Araújo (2017), refere que a investigação sobre o MED tem evidenciado a sua eficácia no desenvolvimento da literacia, entusiasmo e competências sociais dos alunos.

No primeiro período, foi-me atribuída a turma 11.º01, na qual não me senti confiante para aplicar um modelo que colocasse o aluno como centro do processo de ensino e aprendizagem. Desta forma optei por uma abordagem através do MID.

Numa primeira fase pareceu-me o modelo mais adequado a aplicar visto que era o primeiro contacto com a turma, de forma a priorizar um bom clima da aula, uma melhor gestão do tempo, mas essencialmente conseguir controlar a turma.

O MID foi aplicado nas modalidades de Basquetebol, Ténis e Futebol, o Modelo de Aprendizagem Cooperativa nas modalidades de Ginástica Acrobática e Dança e o MED na modalidade de Desportos de Combate. A primeira UD a ser elaborada foi a de Basquetebol a partir do modelo *Backward Design* abordado ao longo do primeiro ano do mestrado. Embora o tivéssemos abordado foi a primeira dificuldade sentida no ano da PES. Ao deparar-me com a realidade do contexto escolar percebi que a UD teria de ser elaborada minuciosamente a partir dos objetivos de aprendizagem para me permitir aplicá-la de forma clara e progressiva. Como a definição destes objetivos estava a ser complexa tornou-se uma tarefa exigente que me levou ao aprofundar do meu conhecimento. Penso que a aplicação do MID me facilitou o processo de ensino e aprendizagem, tendo a perfeita consciência que errei no planeamento, e que este foi reestruturado no decorrer da UD. O papel da OC foi muito importante nesta fase, à qual recorri quando achei que algo correu menos bem, e que prontamente demonstrou estar disposta a me ajudar e aconselhar o melhor caminho a seguir. Ao longo da UD os alunos demonstraram um comprometimento enorme com a tarefa, evidenciando uma evolução constante ao longo da mesma. Ainda no primeiro período apliquei na modalidade de Ginástica Acrobática o Modelo de Aprendizagem Cooperativa. A aplicação deste modelo tinha como objetivo não só abordar a modalidade, mas o desenvolvimento das competências pessoais e sociais, permitindo-me observar o quanto a turma era capaz de se relacionar enquanto grupo, a capacidade de serem autodidatas e se

entrelaçarem. Como esta modalidade era avaliada através de uma coreografia gímnica realizei um documento com os aspetos técnicos da modalidade que foram abordadas nas primeiras seis aulas. Consolidados todos os elementos gímnicos entreguei esse documento com uma breve descrição do que era pretendido. Ao longo das seguintes seis aulas supervisionei o trabalho dos alunos, auxiliando-os sempre que necessário, mas priorizando a sua criatividade enquanto grupo. O resultado obtido com este modelo foi bastante satisfatório, os alunos demonstraram mais uma vez estarem comprometidos com a tarefa finalizando a modalidade com coreografias de grande complexidade. Destaco esta avaliação como o primeiro momento de sentimento de dever cumprido, de orgulho no trabalho que foi desenvolvido e de retribuição por parte dos alunos ao meu “trabalho”.

No decorrer do segundo período, iniciei com a modalidade do Ténis e decidi aplicar o MID novamente. Os alunos apresentaram níveis demasiado díspares e para priorizar o desenvolvimento da técnica decidi manter-me com um papel mais ativo para manter o controlo da turma e promover uma aprendizagem eficaz. Esta modalidade exigiu a pesquisa profunda para um melhor conhecimento do ponto de vista técnico, visto ter sido uma modalidade que abordei em regime de Ensino à Distância devido à Covid-19 no ano da licenciatura. Procurei desenvolver o meu conhecimento e ao longo da UD fui-me sentido mais à vontade ao lecionar a mesma. Na modalidade de Futebol, ao longo da UD permiti que os alunos se colocassem um pouco no centro do processo de ensino e aprendizagem para perceber até que ponto é que os mesmos iriam cooperar. A demonstração era realizada pelos alunos, o aquecimento ou os alongamentos. Apresentaram mais uma vez serem capazes e então decidi no terceiro período aplicar o Modelo de Aprendizagem Cooperativa em Dança e o MED em Desportos de Combate. Em dança o modelo foi aplicado com vista ao plano anual de atividades. De início os grupos tinham sido formados para apresentarem uma coreografia individual, mas após conversa com os alunos sobre a apresentação da coreografia no Sarau, festa da escola no final do ano, e o pedido da participação de toda a turma na mesma atividade, decidimos que a construção e apresentação da coreografia seria o método de avaliação dos alunos. Os alunos ao longo da UD demonstraram o comprometimento com a atividade, demonstraram a eficácia que pode ter um grupo que se entrelaçam e cumpriram com aquilo que foi o compromisso com os professores. A construção da coreografia e apresentação da mesma foi um sucesso. Na modalidade de Desportos de Combate decidi aplicar o MED. Penso que este modelo já poderia ter sido aplicado mais cedo, e marco este ponto como menos positivo no meu ano da PES. Sinto que o medo de falhar se sobrepôs à aplicação do modelo que tornasse o aluno no centro do processo de ensino e aprendizagem. Senti também que as UD eram muito curtas para a

aplicação deste modelo, visto não o ter aplicado na íntegra. Ao longo da UD abordei as técnicas de solo, e realizei competição no final de todas as aulas. Os alunos realizavam tanto o papel de combate como de árbitro. No final de cada combate apontavam os pontos numa tabela predefinida. Ao longo da UD foram demonstrando as técnicas aos colegas como se fossem eles o professor. No final da UD foi realizado o “evento culminante” com competição e atribuição do vencedor através de pontos. Apesar da curta duração da modalidade senti melhorias significantes na turma, e o compromisso dos alunos com a realização das tarefas.

4.1.2. Planeamento

Segundo Aranha (2005), o processo de ensino e aprendizagem não é mera transmissão de conteúdos, mas a contribuição efetiva para a ação educativa. Assim, o ensino deve possuir um planeamento organizado, coerente e consciente, procurando sistematizar estratégias de forma lógica e metodológica, devendo dar resposta às indicações programáticas considerando as condições locais, o nível de ensino e ano de escolaridade onde o professor está inserido. Bento (2003), refere que quanto mais o professor planear e preparar o ensino, melhor será a qualidade do mesmo. Segundo Albuquerque e Castro (2015, p.247), “é função do professor preparar e orientar um processo em que é necessária uma permanente adaptação, sem que se perca um sentido evolutivo, uma análise crítica dos processos de modo a dar respostas adequadas e ajustadas em tempo útil”.

O planeamento permite orientar o processo de ensino de forma a possibilitar a potencialização de aprendizagens significativas aos alunos a que se destina (Matos, 2010).

Com isto, percebemos que o planeamento anual, planeamento por período, planeamento da UD, Plano de aula, e o *roulement* são os pilares de todo o processo de ensino e aprendizagem.

Planeamento Anual

Moreira (2008) refere o planeamento anual como o momento primordial do planeamento e preparação do ensino. Este traduz “uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo” (Bento, 2003, p. 57).

A primeira semana foi a fase de adaptação, à escola, às instalações e comunidade escolar. O grupo de NPES participou nas reuniões do grupo de Educação Física as quais

foram essenciais para integrar em todo o processo do ensino e aprendizagem. Estas foram o ponto de partida da prática docente, permitiram integrar-nos no grupo de Educação Física na fase de adaptação ao ambiente escolar, alinhar as práticas educativas através das diretrizes pedagógicas e sem dúvida foram momentos de suporte e orientação por parte de professores experientes.

O planeamento foi elaborado em função do calendário escolar, em conformidade com as aprendizagens essenciais. As modalidades foram distribuídas pelos três períodos, sinalizando o número de tempos letivos correspondentes a cada uma delas, assim como o nível de ensino a abordar.

Após consulta do documento das aprendizagens essenciais do 11º ano, distribuímos as modalidades a abordar pelos tempos letivos disponíveis em consonância com os espaços atribuídos no *roulement* e as atividades do plano anual de Atividades. A prévia análise do *roulement* permitiu uma melhor distribuição das UD's pelos respetivos períodos, analisando sempre os espaços mais apropriados para a prática das respetivas modalidades. Para isto foi também importante reconhecer todos os espaços, assim como o material disponível.

Durante o ano o plano sofreu algumas alterações devido a atividades que foram surgindo, quer do plano anual de Atividades como de atividades de outras disciplinas da turma residente. A distribuição das matérias seguiu o conceito de tentar manter sempre o aluno motivado, introduzindo as modalidades coletivas com as individuais no mesmo período, dividindo o primeiro período com a modalidade de Basquetebol e Ginástica Acrobática, o segundo período com Futebol e Ténis e, por fim, Luta e Dança. Dentro do mesmo foram ainda disponibilizadas aulas para a área dos conhecimentos e aptidão física.

A divisão das matérias foi um ponto chave do sucesso pois a turma em geral manteve um bom rendimento e motivação ao longo do ano, mesmo nas modalidades que menos gostavam, demonstraram ter um espírito de grupo enorme, a entreaajuda prevaleceu em todas as aulas o que permitiu a aprendizagem por parte de todos os alunos.

Planeamento por período

Como referido anteriormente, o NPES definiu as modalidades a abordar por período em reunião da seguinte forma: 1º Período: quinze aulas para a modalidade coletiva de basquetebol, dez aulas de Ginástica Acrobática, três aulas de Ténis, quatro aulas de Aptidão Física e uma aula para atividade do Presse e AutoAvaliação; 2º Período: catorze aulas de Futebol, nove de Ténis, duas aulas para a Aptidão Física, duas aulas para os conhecimentos e uma aula para a atividade de Presse e AutoAvaliação; 3º Período: oito aulas de Luta, nove

aulas de Dança, duas aulas de Aptidão Física e uma aula para AutoAvaliação. Nas aulas de conhecimentos foram planeadas aulas teóricas, permitindo aos alunos serem avaliados nesse domínio através de um trabalho teórico ou um teste. Nas aulas práticas, eram ministradas duas aulas semanais à turma regente, com duração de trinta e setenta minutos cada.

O planeamento foi elaborado sempre em consonância com o *roulement* disponibilizado no início de cada período e com as atividades do plano anual de Atividades.

Planeamento da Unidade didática

A planificação das UD teve como base o modelo *Backward Design* (Tannehill & Lund, 2015; Wiggins & McTighe, 1998). O modelo é caracterizado como uma abordagem de planeamento educacional a partir dos resultados de aprendizagem desejados. Assim sendo, é primordial o professor determinar a meta final, ou seja, o que pretende que os alunos saibam fazer no final do processo de ensino e aprendizagem. Com isto, este modelo é suportado por três fases: 1. Identificar os resultados de aprendizagem desejados (Competências que os alunos devem adquirir), 2. Determinar as evidências de sucesso (Determinar as avaliações formais e informais para que os alunos possam demonstrar que atingiram esses objetivos), 3. Planear instruções e atividades (Quais as estratégias de ensino para ajudar os alunos a atingir os resultados desejados). Segundo Cohen (1987), há uma necessidade de alinhar o ensino e avaliação para garantir que o que é ensinado corresponde ao que é avaliado, daí a importância da planificação segundo este modelo para o sucesso educativo.

Segundo Bento (2003), a UD é um elemento-chave no planeamento de uma disciplina, desempenhando um papel fundamental no processo de ensino onde permite organizar as aulas de forma sequencial e lógica, estruturando o conteúdo de maneira que os alunos possam aprender de forma progressiva, do mais simples ao mais complexo.

As UD servem para orientar tanto os professores como os alunos, oferecendo etapas bem definidas de ensino e aprendizagem. Embora sigam uma estrutura contínua e organizada, Damião (1996) ressalta que devem ser flexíveis e que podem ser ajustadas em função das necessidades da turma ou aluno. O principal propósito das UD é assegurar que o ensino se desenvolva de maneira eficaz e adaptada às necessidades dos alunos.

Em reunião do NPES decidimos em conjunto com a Orientadora Cooperante que a primeira modalidade coletiva a abordar seria o Basquetebol. Após consulta do documento das aprendizagens essenciais, o Perfil do aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória e o documento do *roulement* elaborámos as UD em função das modalidades a abordar em cada

período partindo sempre dos conteúdos mais simples para os mais complexos. Foram pontos cruciais para a preparação da UD o reconhecimento das limitações dos alunos, através da avaliação diagnóstica realizada em cada modalidade. Após avaliação diagnóstica idealizei a UD em função das necessidades dos alunos, seguindo então o modelo de *Backward Design*, definindo a população-alvo, o grupo-turma e o número de contactos semanais previamente determinados, os recursos espaciais, materiais e humanos. Idealizei o “Big Picture Goal” da modalidade, ou seja, o grande objetivo de aprendizagem, metas a atingir, nos três domínios de aprendizagem (motor, cognitivo e socioafetivo). Posteriormente defini o plano de avaliação, sinalizando as aulas de avaliação diagnóstica, formativa e sumativa previamente. A construção do planeamento seguiu sempre esta dinâmica, as UD só eram elaboradas após as avaliações diagnósticas, onde estas serviam como ponto de partida, o que promoveu uma preparação prévia em todas as modalidades não só a nível prático, mas também teórico o que facilitou o processo de ensino e aprendizagem.

Plano de aula

Segundo Bento (2003), o plano de aula deve estar alinhado com todos os documentos previamente planeados, sendo o ponto central que une o pensamento e ação do professor. Ainda o mesmo autor refere que o professor deve ter em consideração os conteúdos a serem ensinados, as características dos alunos, as condições do ensino e o planeamento a longo prazo. Embora Bento (2003) defenda que cada aula deve ser totalmente planeada e estruturada antes de ser lecionada, Aranha (2004) refere que a aula deve decorrer de acordo com o mesmo, mas que o professor deve ser capaz de se adaptar a situações imprevistas, tornando o plano de aula um instrumento flexível e ajustável às necessidades de cada contexto.

No início da PES a Orientadora Cooperante disponibilizou um modelo de um plano de aula utilizado na Escola, que continha uma estruturação pré-definida, na qual poderíamos realizar alterações ou utilizar outro modelo. No cabeçalho podíamos consultar a UD a abordar, o número de aula da UD, a Função Didática, os objetivos gerais da aula, a turma, o número de alunos, a duração da aula, o material previsto, e a data, local e hora da mesma. O restante plano era dividido da seguinte forma: 1. Designação da parte da aula; 2. Objetivo específico de cada exercício; 3. Descrição e organização metodológica; 4. Critérios de êxito; 5. Tempo dedicado a cada exercício.

Ao elaborar o plano de aula tentava sempre ser o mais simples possível, de forma a facilitar a implementação na turma, colocando variantes mais complexas no exercício caso

assim o permitissem. Este desempenhou um papel fundamental para o bom desenvolvimento das aulas, mas que sem um bom aprofundamento da modalidade fora do contexto de aula seria impossível decorrer de tal forma. O plano atendeu às necessidades dos alunos, mesmo que por vezes tivessem de ser ajustados às suas características individuais. Penso que esse foi um ponto fulcral ao longo da PES, foi a capacidade de adaptação às imprevisibilidades que foram surgindo. Como refere Hashweh (2005), o professor deve ter uma grande variedade de conhecimentos pedagógicos e didáticos para poder assim adaptar-se às mais diversas situações que possam emergir.

O plano de aula estava em concordância com todos os documentos anteriormente realizados, e para tal todas as segundas-feiras das 09h15 as 11h15 em reunião NPES e juntamente a OC, refletíamos sobre a preparação das aulas para a semana seguinte.

4.1.3. Realização

4.1.3.1. Dimensões da intervenção pedagógica

Após o planeamento, foi tempo de passar da teoria à prática pedagógica. Desta forma, uma intervenção pedagógica de sucesso, segundo Siedentop (1983), assenta em quatro dimensões que se interrelacionam: Instrução, Gestão, Disciplina e Clima.

Instrução

A instrução e a forma como conseguimos captar a atenção dos alunos, são elementos cruciais para o sucesso de uma aula. A instrução envolve a comunicação dos conteúdos da matéria de ensino, manifestando-se por meio de explicações, demonstrações, questionamentos e feedback (Rosado & Mesquita, 2011). Por sua vez, Siedentop e Tannehill (2000) sublinham ainda que a apresentação das informações deve ser clara para ser eficaz e garantir que os alunos estejam envolvidos.

A instrução assume um papel fundamental em todo o processo de ensino e aprendizagem, pois o modo como o professor efetua a sua instrução tem um impacto direto na forma como os seus alunos compreendem e obtêm a informação e, depois, realizam as tarefas pretendidas (Graça & Mesquita, 2006).

Desta forma, procurei ao longo deste ano melhorar a minha instrução tornando-a clara e objetiva, permitindo transmitir todos os conteúdos de forma eficaz indo de encontro à aprendizagem com sucesso dos alunos. Algo fulcral para ter uma boa instrução é estar bem preparado ao nível do domínio dos conteúdos a serem abordados, com isto, procurei estar sempre o mais bem preparado.

Inicialmente senti alguma dificuldade na minha instrução na aula. O domínio de conteúdo existia, mas passava a instrução muitas vezes no momento da demonstração, ou seja, estava a realizar a demonstração do exercício e a explicar ao mesmo tempo, o que dificultava a interpretação por parte dos alunos. Este foi um aspeto que foi advertido pela OC, que ao longo da PES consegui alterar.

Relativamente à minha atuação como professor, considero que consegui manter um bom controlo sobre a turma, uma vez que esta demonstra geralmente um comportamento adequado e não apresenta comportamentos disruptivos. No entanto reconheço que a explicação dos exercícios não foi de forma adequada, e que por isso tornou-se confusa. Após conversa com a Orientadora Cooperante vou procurar melhorar nesse sentido. (Reflexão aula 3 e 4 de Basquetebol)

O feedback transmitido ao longo das aulas foi também um ponto crucial a melhorar visto que por vezes tornava-se em algo extenso e não pontual.

A aula decorreu como estava planeada, embora poderia ter sido mais interventivo com feedbacks pontuais, principalmente no jogo 3x3. (Reflexão Aula 7 e 8 de Basquetebol)

Considero que tive uma intervenção eficaz, com feedbacks pontuais e construtivos para auxiliar os alunos. (Reflexão Aula 1 de Ginástica Acrobática)

Relativamente aos aspetos positivos, tenho de salientar que o comportamento da minha turma regente, o 11º ano de Ciências e Tecnologias, desde o início demonstrou ter um comportamento adequado, sempre muito empenhados e comprometidos com os exercícios propostos. Quanto à turma do 6º ano, embora não tivesse tido oportunidade de lecionar muitas aulas na escola Dr.Nuno Simões esperava uma turma com um comportamento mais irregular, devido a trabalhar nas atividades de enriquecimento curricular no 1º ciclo e reconhecer alguns comportamentos típicos destas idades. Durante as aulas fui sendo surpreendido, os alunos mostraram ser bastante ativos, sempre muito curiosos e com perguntas bastante pertinentes.

Gestão

Segundo Rosado e Ferreira (2009), o sistema de gestão de tarefas é um plano de ação do professor que tem como objetivo a gestão do tempo, dos espaços, dos materiais e dos alunos, procurando alcançar elevados índices de envolvimento, por intermédio da redução da indisciplina e da utilização de forma eficaz do tempo. Nesse sentido é evidente que um professor que tenha uma boa gestão da aula promove um ambiente propício à aprendizagem. (Resende et al., 2015), refere ainda que a gestão das regras é um dos principais focos para a participação, motivação e controlo dos alunos na atividade de forma correta e organizada.

Relativamente à gestão, mais uma vez os alunos demonstraram serem pontuais de acordo com o regulamento da escola, nunca surgiu nenhuma situação para a proposta de uma estratégia para combater a falta de pontualidade. Em relação à gestão da aula, procurando um desenvolvimento com fluidez, foi necessário antecipar toda a sua organização. Primeiramente a chegada antecipada à escola era essencial para uma boa preparação da aula. Chegava à escola sempre 20 minutos antes da aula começar com o objetivo de garantir o material necessário com os funcionários do pavilhão e preparava a aula para evitar a perda de tempo na transição de exercícios.

A gestão do tempo e do espaço foi realizada sempre atempadamente, de forma a tornar a aula fluída e sem perda de tempo nas transições de exercícios.

A gestão dos exercícios foi otimizada, não houve perda de tempo na transição de exercícios, aproveitando-o ao máximo o que contribuiu para uma boa fluidez da aula. (Reflexão Aula 3 e 4 Ginástica Acrobática)

Relativamente à gestão do espaço, sempre que tinha um espaço maior utilizava-o para montar vários exercícios permitindo-me na transição de um exercício para o outro não perder tempo e os alunos passarem logo para o exercício seguinte.

A gestão dos alunos, essencialmente em exercícios de equipas, era idealizada sempre antes da aula, combatendo a perda de tempo na sua formação, o que facilitou bastante o decorrer normal da aula.

Disciplina e clima

Siedentop (1991) define a disciplina como a gestão de comportamentos, e a falta dela pode comprometer a qualidade do ensino e aprendizagem. A disciplina envolve incentivar comportamentos adequados na aula, e Aranha (2004) destaca que é função do professor utilizar técnicas e estratégias para promover e corrigir esses comportamentos. Segundo Sarmiento (1998) a disciplina e o clima de aula estão intimamente conectados porque a disciplina estabelece regras e normas de comportamento que permitem criar um ambiente estruturado e seguro, facilitando as interações positivas entre alunos e professores.

Desde cedo procurei criar um bom ambiente na turma, adequando o meu discurso ao ano de escolaridade que me encontrava, desviando-me de uma postura rígida e autoritária. Procurei promover momentos de aprendizagem motivadores, atendendo às necessidades dos alunos, de certa forma para retribuir todo o empenho e o comprometimento com a tarefa que foram evidenciando ao longo do ano letivo. Nas duas turmas em que lecionei, tanto na turma do 11º ano como na do 6º ano nunca existiram comportamentos desviantes o que evitou a minha intervenção nesse sentido. Tentei ao máximo proporcionar aos alunos um clima de aula positivo, propondo exercícios diferentes, mas que conduzissem a aula para a aprendizagem pretendida. Quis que para os alunos não fosse só mais um professor, mas que pudessem contar comigo dentro e fora da sala de aula. Na minha opinião, esse foi o fator predominante para que o clima e a disciplina na aula fossem aspetos positivos no processo de ensino.

A gestão da disciplina é uma preocupação comum entre os professores, especialmente durante a adolescência, e pensei ser um ponto negativo no ano da PES, onde fossem surgir comportamentos desviantes em situações pontuais. Foi algo surpreendente pois nunca aconteceu, o que mais uma vez, me faz crer que a disciplina e conseqüentemente um bom clima de aula contribui para um ambiente psicossocial favorável.

4.1.4. Avaliação

Sarmiento (1998), refere que é fundamental nomear desde cedo as estratégias de registo de avaliação inicial, intermédia e final. Sendo a avaliação um processo contínuo, permite aos alunos através destas avaliações ajustar o seu desempenho ao que é pretendido. Contudo, este processo de avaliação só é eficaz se for realizado de uma forma estruturada, consciente e fundamentada (Gonçalves et al, 2016). Como refere Darido (2012), a avaliação não é um instrumento de pressão e castigo, mas sim mostrar-se útil para as partes envolvidas. O mesmo autor defende ainda que a avaliação o processo de avaliação envolve

não só o empenho dos alunos em aprender, mas também o esforço dos professores em adaptarem as suas práticas para os mesmos superarem as dificuldades de aprendizagem. Desta forma, a avaliação permite não só avaliar os alunos, mas também acompanhar o seu desenvolvimento. O processo de avaliação compreende as seguintes modalidades: 1. Diagnóstica; 2. Formativa; 3. Sumativa.

Ao longo do ano procurei definir os objetivos de aprendizagem de forma clara e transmitir aquilo que realmente eram as metas a atingir, ou seja, aquilo que os alunos deveriam ser capazes de fazer no final de cada modalidade.

Os critérios de avaliação estavam divididos por domínios, sendo 65% para as atividades físicas e atitudes e valores, 25% para a aptidão física e 10% para os conhecimentos.

Ao longo do ano foram realizadas várias avaliações nas quais desempenhei um papel ativo juntamente com a Orientadora Cooperante. As avaliações foram realizadas sempre de forma separada e posteriormente em reunião de NPES discutíamos as notas atribuídas.

Avaliação Diagnóstica

“A avaliação diagnóstica facilita, então, a ação do professor na medida em que fornece a informação adequada, permitindo tomar as decisões necessárias e ajustadas às capacidades dos alunos, promovendo, desta forma, o sucesso educativo do aluno”. (Gonçalves et al., 2016)

A avaliação de diagnóstico foi o ponto de partida de cada matéria, permitindo ao professor observar a turma na totalidade, na potencialidade individual de cada aluno, possibilitando delinear metas realistas na estruturação da respetiva UD e plano de aula.

Esta avaliação foi realizada em todas as modalidades, mesmo nas que os alunos abordaram anos anteriores. A parte mais difícil nesta avaliação foi definir os critérios e os conteúdos a avaliar em cada modalidade. Na modalidade de basquetebol, a minha primeira avaliação de diagnóstico, foi um ponto de partida no ponto de vista da estruturação da UD, mas também do método de avaliação. A elevada quantidade de critérios, embora que só estivesse a avaliar numa escala de 1 a 3 (1. Não competente; 2. Competente; 3. Excelente), não me permitiu avaliar todos os alunos em todos os critérios dos conteúdos previamente definidos. Sinto que essa foi a minha maior dificuldade, selecionar os critérios/conteúdos que me permitia avaliar em função daquilo que foi ensinado. Nesse sentido, a OC teve um papel bastante importante onde me indicou estratégias de recolha de informação que me permitiram evoluir nas avaliações seguintes.

Avaliação Formativa

Darido (2012), refere a avaliação formativa como uma avaliação processual onde o professor através de observação, pode avaliar os alunos em todas as aulas e situações de exercício. Nesta avaliação devem ser comunicadas, aos alunos, as suas dificuldades, assim como os avanços alcançados. A avaliação formativa tem um papel fundamental no processo de ensino e aprendizagem. Esta avaliação ocorre durante toda a UD através de feedback contínuo por parte do professor, visando fornecer informações aos alunos sobre os seus pontos fortes assim como os aspetos de melhoria. É de salientar que, por vezes, esta avaliação substitui a avaliação sumativa caso o aluno falte e com isto o professor deve estar salvaguardado permitindo atribuir uma nota em função do desempenho do aluno ao longo das aulas.

Ao longo de todas as aulas UD tentei ser o mais incisivo no feedback procurando a excelência do aluno. Percebi que esta avaliação dita todo o processo de ensino e aprendizagem. Esta ocorre durante todas as aulas onde o professor, através da reflexão crítica acerca da prática, deteta onde é que o processo de evolução do aluno se encontra mediante os objetivos inicialmente delineados. Nesse sentido, procurei acompanhar o progresso e evolução dos alunos e fazê-los perceber que o processo de avaliação era contínuo e que em todas as aulas fazia pequenas anotações sobre o desempenho do aluno em aula.

Segundo Alves et al. (2022), a avaliação formativa representa uma ferramenta essencial para promover a regulação da aprendizagem. Clark (2012), refere ainda que esta é fundamental para a aprendizagem autorregulada, uma vez que, através do feedback contínuo, permite aos alunos assumirem um papel ativo no controlo da sua própria aprendizagem. Ambos os autores destacam a importância do feedback construtivo, pois este fornece aos alunos uma visão clara do seu progresso e orientações que os ajudam a melhorar no seu desempenho.

Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa corresponde ao balanço final de cada UD, permitindo avaliar em retrospectiva o que foi aprendido ao longo do processo de ensino e aprendizagem. Esta é realizada no final de um ciclo de aprendizagem (Quina, 2009).

A avaliação sumativa ocorre sempre no final de cada UD, final de cada período ou ano letivo ou ciclo de ensino, tornando-se o momento mais oportuno para realizar a comparação dos resultados com os objetivos predefinidos (Rosado et al, 2002).

A primeira avaliação sumativa durante a PES foi realizada na modalidade de basquetebol. Recordo-me que não consegui avaliar devido à falta de tempo, devido a estar preocupado em não haver tempos “mortos” durante a aula e na rápida transição de exercícios. O facto de a grelha de avaliação ter muitos parâmetros de avaliação e estar a dar notas concretas em cada um deles dificultou em muito o processo sentindo-me perdido naquela altura. Em reunião de NPES, a OC elaborou algumas estratégias para nos ajudar.

Acredito que a avaliação não decorreu como previsto, visto não ter conseguido avaliar todos os alunos em todos os parâmetros. A atribuição de notas concretas em todos os parâmetros não me estava a facilitar o processo de avaliação. (Reflexão Aula 15 e 16 de Basquetebol)

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

5.1. Atividades realizadas

Receção aos alunos

No dia 15 de setembro de 2022, o núcleo da PES em colaboração com a Orientadora Cooperante e o grupo de Educação Física organizou uma cerimônia de boas-vindas aos alunos. O grupo da PES, juntamente com os professores de Educação Física, desenhou diversas letras no chão que, quando unidas, soletravam a palavra "bem-vindos". Os alunos foram conduzidos ao campo exterior da escola, onde cada turma se posicionou em uma letra, contribuindo para a formação da palavra completa.

Essa atividade foi planeada com o objetivo de fomentar a interação entre professores e alunos, proporcionando-lhes uma receção calorosa e acolhedora no primeiro dia de aulas.

Semana Europeia do Desporto Escolar

Durante a semana de 25 a 29 de setembro, decorreu a Semana Europeia do Desporto Escolar na Escola D. Sancho I. Esta iniciativa consistiu na prática das modalidades desportivas disponíveis no programa de Desporto Escolar da escola, que se realizaram nos espaços desportivos disponíveis no estabelecimento de ensino. Durante as aulas de Educação Física, as turmas tiveram a oportunidade de experimentar cada modalidade desportiva.

Essa semana desempenhou um papel fundamental na apresentação das diferentes modalidades aos alunos e na promoção da participação no Desporto Escolar da escola, visando atrair novos praticantes.

Corta-Mato Escolar

O NPES, dois dias antes da atividade, em conjunto com o grupo de Educação Física e alguns elementos da Câmara Municipal de Vila Nova Famalicão e da Escola Secundária Camilo Castelo Branco, procederam à montagem do percurso com estacas e fitas de sinalização.

O corta-mato escolar, decorreu no dia 24 de novembro, no Parque da Devesa, em Vila Nova Famalicão, durante o período da manhã. A escola contou com a colaboração da delegação do desporto escolar de Braga, apoio da Federação de Atletismo de Braga, foram disponibilizadas duas viaturas de emergência, e presença em massa de professores e funcionários das escolas, Escola Secundária D.Sancho I, D.Maria II e Escola Secundária Camilo Castelo Branco. Estiveram presentes funcionários da Câmara Municipal de Famalicão que contribuíram também com todo o material necessário para a realização da prova.

Nesta atividade, o NPES ficou responsável por retirar os dorsais pela ordem de chegada, impedindo a troca de lugares. Este foi um aspeto positivo da prova, pois em colaboração com dois elementos da Federação de Atletismo conseguimos realizar a tarefa com sucesso. É de salientar que toda a gestão e organização da prova decorreu como previsto, sendo a prova um sucesso. Aquando da intervenção necessária dos bombeiros mostraram-se muito prestáveis e rápidos na sua ação. A utilização do sistema de som contribuiu para um ambiente festivo durante toda a prova, sistema este que foi também utilizado para a chamada às provas. Um dos aspetos menos positivos da prova foi o facto de o lanche não ser obtido através de uma senha, e muitos dos miúdos acabaram por comer duas vezes o lanche, algo que com uma listagem dos miúdos e a verificação por parte de alguém impedia tal acontecimento.

Com a passagem de uma aluna da minha turma regente, à fase seguinte acompanhei-a aos regionais no Parque de Vizela. Nesta prova não esperava a presença de tanta gente, algo que me surpreendeu logo de início.

Nesta prova o transporte e o lanche foi da responsabilidade da escola D.Sancho I, e participaram alunos da nossa escola e da EB Dr. Nuno Simões.

A organização foi realizada por parte da Federação de Atletismo de Braga, e à chegada ao parque cada escola tinha uma “box” sinalizada. Mais uma vez foi exposto a grande

organização de uma atividade deste tipo fascinando-me a ligação do grupo de Educação Física nesta fase.

Street-Basket 3x3

No dia 7 de fevereiro foi realizada a atividade do Street Basket 3x3, dinamizada pelo grupo de Educação Física da Escola D.Sancho I. Inicialmente, e devido às condições climatéricas adversas, foram utilizados 2 espaços para a realização da atividade, nomeadamente, o Ginásio 1 e o Campo Azul. O torneio estava dividido em 4 escalões, Infantis B (sub13), Iniciados (Sub15), Juvenis (Sub18), Juniores (Sub21). O torneio foi idealizado em formato de eliminatórias, e estava previsto decorrer da parte da manhã. Este torneio tinha como objetivo promover um momento competitivo, de diversão e de fair-play entre alunos e também incluir os alunos do desporto escolar. Os alunos que frequentam o desporto escolar, adquirem em simultâneo a formação de árbitro, na respetiva modalidade, pelo que na realização da atividade auxiliaram nessa função nos campos.

Mais uma vez, a organização e gestão dos espaços e quadro competitivo foi de grande importância pois contribuiu para a fluidez do torneio, impedindo a transição demorada entre jogos. Este foi um dos aspetos positivos, pois sem esta organização, devido às equipas inscritas não acabaríamos o torneio no tempo predefinido, algo que não aconteceu e decorreu dentro da normalidade.

Um dos aspetos menos positivos foi a arbitragem por parte dos alunos. O facto de colocar um aluno a arbitrar promoveu muitas das vezes desentendimento nos campos o que solicitou a nossa intervenção. Outro aspeto menos bem conseguido foi o facto de os alunos que não participavam colocarem-se à volta do campo de jogo impedindo a visão dos júris de mesa, solicitando de novo a chamada de atenção da nossa parte. Embora os alunos pudessem assistir ao torneio, estava delimitado o espaço onde poderiam estar. Estas situações já previstas por parte do grupo de Educação Física, colocaram-nos, na gestão dos espaços, facilitando assim a intervenção.

Projeto Mega

No dia 5 de março decorreu a prova do mega sprint na Escola D.Sancho I, dinamizada pelo grupo de Educação Física. Esta prova tinha como objetivo o apuramento para a fase nacional das respetivas provas. No decorrer destas provas contámos mais uma vez com os alunos do desporto escolar com a formação de árbitros e de um professor da Escola D.Maria II, ex atleta de atletismo. O grupo NPES ficou responsável por organizar os alunos, pelos respetivos escalões procedendo à chamada nas provas. Inicialmente ficamos na prova de

velocidade, onde estavam colocadas as células fotovoltaicas para controlo de precisão do tempo de corrida. Procedi à chamada dos alunos na qual realizaram a prova uma vez, retirámos os melhores tempos e fizemos a final dos 4 melhores tempos. Um dos aspetos negativos nesta prova, foi o facto de os alunos não saberem partir na célula ativando-a sem querer. Com isto, o aluno tinha de se deslocar à célula do fundo desativando-a e voltando ao início. Uma demonstração por parte do professor poderia ter facilitado este processo. De seguida, no salto em comprimento, os atletas realizavam 2 saltos, retirando a melhor medida, e posteriormente, realizámos a fase final.

Um dos aspetos positivos da atividade foi a fluidez no desenvolvimento da mesma, nunca existiu perda de tempo na transição de escalões o que facilitou o cumprimento do tempo estipulado.

Evento Anual – Torneio de Gira-Volei

Esta atividade foi dinamizada pelo NPES da Escola D.Sancho I, para os alunos do ensino básico da EB Dr.Nuno Simões. O torneio destinava-se aos alunos com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos e tínhamos como objetivo contactar as faixas etárias mais jovens através de um jogo adaptado promovendo a participação e o ingresso nos diferentes clubes e desporto escolar.

Na preparação da atividade, em reunião de NPES juntamente com a OC delineamos tudo aquilo que precisávamos para o evento. Assim sendo, começamos por procurar patrocínios para fornecer algum apoio ao nível dos prémios. É de salientar a colaboração de toda a direção da Escola D.Sancho I nesta atividade, que se disponibilizou com a fornecimento dos lanches e do valor em falta para as medalhas. O Município de Famalicão disponibilizou-se com um valor para o pagamento das medalhas sendo complementado pela Escola D.Sancho I. A OC, Paula Machado, contribuiu em muito para a realização desta atividade marcando uma reunião com uma colega de profissão e ligada a clubes de Gira-Volei que prontamente se mostrou interessada em colaborar em toda a atividade, responsabilizando-se pela aquisição de material para a realização da atividade.

Finalmente contactamos os clubes de Gira-Volei de VNF, nomeadamente o Atlético Voleibol Clube e o Famalicense Atlético Clube onde encarecidamente pedimos a sua participação na atividade na qual se mostraram muito gratos pelo convite e dispostos a ajudar, presenteando os alunos com uma camisola.

O grupo NPES realizou ainda o cartaz para promover a atividade, as fichas de inscrição e o quadro competitivo.

Assim sendo, no dia da atividade deslocámo-nos à escola mais cedo para a preparação dos espaços. Dando início à atividade, surgiu um imprevisto, onde tivemos de estruturar o quadro competitivo devido à falta de alunos e à inscrição de outros. Contudo, e para não perder tempo estruturamos as primeiras jornadas e iniciamos o evento. À medida que os jogos iam decorrendo. O quadro competitivo foi estruturado e os jogos decorreram dentro da normalidade. A chamada era realizada através do sistema de som previamente montado e solicitámos que a arbitragem fosse efetuada pelos alunos.

O evento, ao nível da gestão e organização, decorreu como esperado, sendo um dos aspetos positivos do mesmo. O ambiente festivo e dinâmico esteve presente, na qual os miúdos demonstraram uma grande alegria. Um dos aspetos menos positivo foi a expulsão de uma das equipas do torneio, devido ao não cumprimento de regras após uma chamada de atenção.

O evento decorreu com fluidez, não houve perdas de tempo na transição dos jogos o que resultou no fim do evento dentro do tempo estipulado.

Em suma, e numa perspetiva reflexiva, a atividade foi um sucesso, devido à organização e gestão do NPES, em colaboração com a OC, e professores do departamento de Educação Física, nomeadamente da Escola EB Dr.Nuno Simões e dos clubes AVC e FAC.

Dia Mundial da Atividade Física

A atividade do dia Mundial da Atividade Física, decorreu no dia 22 de março, no período da manhã juntamente com a Escola Secundária de Camilo Castelo Branco. O NPES, ficou encarregue da criação de um vídeo de “despertar” que seria colocado no 1º tempo da manhã dentro da sala de aula, com o objetivo de promover exercícios de despertar num período de 4min. Ficamos também com a função de promover a atividade através da criação de um cartaz com a respetiva inscrição de um passeio de bicicleta pela ciclovia de Famalicão.

No dia da atividade eu e o meu colega da PES, acompanhámos os alunos no passeio pela ciclovia juntamente com a PSP, que acompanhou os alunos em bicicleta providenciando a sua segurança no trânsito. Esta atividade teve uma grande adesão desde os alunos do 5º ano ao 12º ano.

Relativamente à atividade, a dinâmica da atividade foi positiva, os alunos mostraram-se empenhados e contentes com a realização do passeio.

Um dos aspetos que achei menos positivo foi o facto de o percurso delineado ser o mesmo para todas as idades, sendo que os miúdos mais pequenos acabaram por não conseguir realizar o percurso completo. Sendo assim, um dos PSP continuou o percurso

com metade dos alunos que demonstraram interesse em andar um pouco mais. Os restantes alunos, retomaram à escola, acompanhados pelos EE e por um professor de Educação Física da Escola Secundária Camilo Castelo Branco.

Dia Mundial da Dança

A atividade do dia Mundial da Dança, decorreu no período da manhã do dia 29 de Abril, no pavilhão desportivo da Escola D.Sancho I. O NPES, ficou encarregue de realizar a chamada e posteriormente a marcação da presença no documento Excel previamente elaborado. Este documento serviria posteriormente para a justificação das faltas. Esta atividade foi dinamizada pela Escola D.Sancho I, com a parceria de várias escolas de dança do concelho. Saliento a devida organização de todo o grupo de Educação Física na realização das atividades para facilitar a organização das mesmas. Nesta atividade foi-nos facultado um documento com o material necessário para a atividade e a finalidade de cada um, um cronograma da atividade, um programa para a operacionalização do início da atividade com plano A e B, um croqui do espaço e um projeto de apresentação da atividade onde evidenciava a exposição vídeo de coreografias à entrada da escola e placard's expositivos e o painel dos participantes. Nesta atividade iniciamos com a montagem do espaço de utilização, e posteriormente a colocação da mesa à entrada do pavilhão para verificação dos inscritos ao longo da manhã à medida que os alunos iam chegando. Iniciamos a atividade com um workshop de ritmos latinos, seguido pela mostra coreográfica dos alunos e finalizando com o workshop de comercial. No final foram entregues lembranças aos professores convidados.

Mais uma vez consegui evidenciar que o trabalho em equipa promove a dinamização de atividades com qualidade e quando todos ajudam o trabalho torna-se mais fácil.

Sarau Desportivo da Escola D.Sancho I

A atividade do Sarau Desportivo da Escola D.Sancho I, decorreu no dia 31 de Maio e teve início pelas 21h00. Mais uma vez a logística desta atividade foi complexa, algo que não esperava. A realização desta atividade dependeu do cartaz de divulgação para angariar o maior número de participações, assim como, a compra de bilhetes e elaboração do certificado de participação. Após inscrição os alunos teriam de entregar até ao dia 15 de maio o programa da sua atividade com o nome, o tipo, o número de participantes e a música devidamente cortada. Além disso, a escola D.Sancho I alargou a participação a grupos exteriores, enviando convites a escolas de Dança com quem fazem parcerias, cantores, associações de pais e encarregados de educação do agrupamento de escolas. Foi também

necessário solicitar à autarquia algum material de embelezamento do espaço e sistema de som e por fim realizar um guião de apresentação para os apresentadores da atividade. Este evento desportivo estava também associado a um cariz solidário, na recolha de bens alimentares para oferecer aos alunos com carências socioeconómicas da escola D.Sancho I.

No dia da atividade auxiliamos na montagem do espaço e auxiliamos sempre que necessário. Nesta atividade a minha turma regente participou realizando a demonstração da coreografia construída na UD de Dança.

Desporto Escolar – Futsal

A participação no desporto escolar iniciou no 1º período juntamente com o meu colega da PES e o professor responsável pelo grupo-equipa de Futsal. Ao longo do ano fizemos acompanhar em todos os jogos em que os horários eram compatíveis com a PES. No decorrer do apuramento conseguimos perceber alguns pontos cruciais do desenvolvimento das atividades. Primeiramente, o pedido do transporte atempadamente para a deslocação aos jogos fora da escola. Posteriormente os elementos da equipa que iriam participar deviam dar o feedback antecipado para o pedido dos lanches e das águas.

No dia dos jogos, o professor responsável revelava os primeiros cinco jogadores a fazerem parte do plantel inicial, sinalizando na ficha de jogo o primeiro e último nome de cada um deles. Saliento ainda que todas as funções diretamente relacionadas com o jogo eram controladas pelos alunos das escolas, assim como, o controlo do tempo de jogo, o número de golos, a ficha de jogo, a troca de jogadores e ainda a arbitragem. O aluno que assumia o papel de árbitro pertencia à escola que acolhia a atividade. Este aluno possuía formação para arbitrar o jogo, sendo que os alunos não podem contestar a sua decisão. O convívio e o espírito de equipa eram fatores predominantes durante a realização destes eventos desportivos.

Seminário

O Seminário foi dinamizado pelo Grupo da PES, e a sua apresentação realizou-se no dia 12 de Junho na Biblioteca da Escola D.Sancho I. Nesta apresentação estiveram presentes alguns professores do grupo de Educação Física. Este evento surgiu da Unidade Curricular de Projetos de Intervenção I-II, desenvolvida ao longo do primeiro e segundo semestre.

Esta atividade contou com o desenvolvimento do projeto no mês de dezembro e entrega para correção durante o mês de janeiro. Posteriormente o grupo da PES iniciou a recolha de dados através da realização de entrevistas semiestruturadas aos professores do grupo de

Educação Física e análise dos mesmos durante os meses de fevereiro e março. Nos meses de março e abril realizamos a redação dos resultados e conclusão dos resultados obtidos, e posteriormente a revisão de todo o trabalho. Após o aval da coordenadora do projeto realizamos a apresentação do projeto na escola. O tema deste projeto era as concepções sobre as práticas pedagógicas em Educação Física, e tinha como objetivo avaliar as percepções dos professores de Educação Física sobre as concepções das práticas em Educação Física através de uma reflexão aprofundada e corroborada com a literatura.

Este projeto, apesar das adversidades, permitiu o desenvolvimento do grupo da PES enquanto futuros professores, demonstrou o espírito de grupo com os professores de Educação Física que prontamente se disponibilizaram a participar no estudo e promoveu um momento de partilha de opiniões em relação àquilo que são as suas concepções das práticas em Educação Física.

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

Nos dias de hoje, ser professor de Educação Física é muito mais do que o seguimento de programas e a transmissão de conteúdos programáticos. Ser professor é instruir, é educar, é formar. O professor tem impacto na vida do aluno, se assim o quiser, e este deve ser positivo. É extraordinário os alunos continuarem a ver a nossa disciplina como a melhor, embora esta ainda seja pouco valorizada. A Educação Física nem sempre é reconhecida como uma disciplina de igual importância em relação a outras áreas do currículo escolar, e em alguns contextos, ainda enfrenta desafios para ser reconhecida com uma disciplina fundamental na formação dos alunos (Amaral-da-Cunha et al., 2020).

Desde início procurei manter uma boa relação com os meus alunos tentando que eles vissem em mim não só o professor de Educação Física, mas também uma pessoa a quem podiam recorrer caso surgisse algum problema. Esta experiência enquanto professor do Ensino Secundário foi diferente do 1º ciclo onde atualmente trabalho. Os alunos têm mais maturidade, promovendo conversas de grande relevância ao longo do ano. Mas, também com as suas particularidades, cada um deles, onde foi essencial ajudá-los a gerir conflitos, emoções, respeitar as opiniões dos colegas e estimular o espírito de grupo.

Os alunos passam demasiado tempo na escola e com os professores, por vezes, mais do que em casa e com os pais. Apercebi-me disto a lecionar aulas no 1º ciclo, onde é frequente os alunos, por engano, chamarem-me de “pai”. Desde então, procuro não só transmitir conteúdos, mas também preocupar-me com eles.

Por isto, e por todas estas vivências, procurei inculcar aos alunos os valores que nos seguem, como do respeito, valores democráticos da convivência e do bem comum. Ao longo deste ano, penso ter conseguido fazer ver aos alunos que os professores não são inimigos, e daquilo que são as responsabilidades inerentes a cada um, podermos caminhar todos juntos, para que possamos, dito esta expressão, “levar o barco a bom porto”.

5.3. Socialização profissional e institucional

A socialização profissional e institucional, ou por outras palavras, a integração na escola tornou-se um processo fácil primeiramente devido ao NPES. Os meus colegas da PES já haviam sido estudantes da escola D.Sancho I, o que permitiu rapidamente o reconhecimento das instalações e de parte do corpo docente e não docente. A nossa Orientadora Cooperante também teve um papel de extrema importância fazendo questão de nos levar aos espaços frequentados pelos professores, não só do grupo de Educação Física, mas outros também. Rapidamente nos apresentou à direção, corpo docente e não docente e discentes, o que facilitou em muito o processo de integração. É de salientar que todos demonstraram abertura e dispostos a ajudar no que fosse necessário. Por isto, em NPES tentámos sempre envolvermo-nos e mostrar-nos disponíveis para o que fosse necessário. Segundo Lacerda et al., (2012), é nesta convivência que o EE aprende os contornos da profissão, tornando-se, pouco a pouco, um membro dessa comunidade educativa. Ainda (Amaral-da-Cunha et al., 2020), evidencia a PES como um espaço de socialização profissional, onde o futuro professor aprende a atuar dentro do contexto institucional da escola.

A participação nas atividades do plano anual de atividades foram um fator chave para a integração na comunidade educativa. Foram esses momentos de boa disposição e cooperação entre o grupo de Educação Física que nos permitiu dar a conhecer, contribuindo ao mesmo tempo, para o bom desenvolvimento da atividade.

5.4. A Componente ético-profissional

Ética é um conjunto de princípios e valores que orientam o profissional na sua atuação e estabelecimento de regras para o bem do aluno. Lima et al., (2014) refere que o professor deve ensinar a verdade, a dignidade e o bem, mas também ser um exemplo através da sua prática. Assim sendo, procurei ao longo do ano evoluir o meu conhecimento e procurar construir a minha identidade profissional como professor de Educação Física seguindo a ética e deontologia da profissão. No decorrer da PES procurei orientar os alunos, com rigor e competência, estabelecendo regras que desde cedo foram aceites tornando uma relação pedagógica positiva. Ao longo do ano mantive uma relação cordial, com respeito e consideração pelos alunos, corpo docente e não docente, moldando a minha postura consoante as situações que enfrentava. Enquanto EE, deixei claro não estar aberto a comportamentos preconceituosos, humilhação, exclusão ou discriminação.

Sinto que a OC teve um papel bastante importante, demonstrando os anos de experiência em algumas situações que foram surgindo. Em contexto de conversa foram expostos alguns casos onde me foi explicado a forma de atuar perante tal situação. Desta forma, a OC deixou-nos sempre à vontade para expor as dúvidas, mas após delinear a forma a atuar incutiu-nos sempre a capacidade de intervenção na turma.

A relação com o grupo de Educação Física, permitiu também adquirir novos conhecimentos relacionados com a escola, o que suscitou algumas dúvidas que foram devidamente esclarecidas, tudo isto contribuiu para a construção da minha identidade profissional.

6. Desenvolvimento profissional

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

A PES revelou-se um conjunto de diferentes sentimentos, negativos e positivos. Se por um lado, era a frustração por algum momento vivenciado, por outro era a vontade de arranjar forma de o conseguir ultrapassar.

Sabia que o desenvolvimento profissional seria um processo longo e de algum equilíbrio emocional, mas que também seriam todas estas vivências que iriam permitir o meu desenvolvimento enquanto futuro profissional de Educação Física.

Segundo Marcelo (2009), o desenvolvimento profissional é um processo que se vai construindo à medida que os docentes ganham experiência, saber e consciência profissional. Mais uma vez, considero que a profissão é uma constante renovação de conhecimento com o intuito de aprimorar a ação pedagógica.

No início da PES, a maior dificuldade foi adaptar a minha instrução, como mencionei no capítulo quatro. Em contexto de aula, explicava o exercício ao mesmo tempo que o demonstrava o que impedia a perceção por parte dos alunos, daquilo que era pretendido. Com o passar das aulas, e após conversa com a OC, consegui mudar esse ponto negativo na minha instrução permitindo uma melhor fluidez da mesma.

Outra das dificuldades sentidas incidiu sobre o conhecimento teórico-prático de algumas modalidades, nomeadamente as que fizeram parte do ano realizado em ensino à distância devido à Covid-19. Mediante isto, exigiu de mim a pesquisa aprofundada sobre estas lacunas de maneira a aprimorar a minha prática pedagógica.

7. Reflexões finais

Este documento dita a conclusão de uma etapa muito difícil na minha vida, um choque de realidade da teoria com a prática, mas também a etapa mais enriquecedora e mais bonita a nível profissional.

Um ano desafiante, de partilha, de obstáculos, de vivências, de experiências, que traduziram a pessoa que sou hoje, um melhor profissional.

Por um lado, o sentimento de insegurança sentido no primeiro dia ao ingressar numa escola que não conhecia, ou da primeira aula que lecionei, onde embora facilmente me tenha integrado com a turma, receava não alcançar as expectativas.

Recordo-me que no início da PES, receava surgir comportamentos desviantes devido às idades dos alunos e não saber como controlar a turma, algo que me surpreendeu. As turmas onde lecionei facilmente consegui ter um bom controlo da turma, aspeto bastante positivo na minha prática pedagógica.

Um dos aspetos que me foi surpreendendo ao longo da PES foi a quantidade de tarefas que os professores realizam, assim como os projetos onde estão inseridos, as atividades do plano anual de atividades que realizam e de tudo aquilo que as envolve. Desta forma percebi a importância de o EE estar inserido em toda a comunidade educativa, algo que tornou esta experiência muito mais enriquecedora.

A preparação prévia de tudo aquilo que impera na conceção do ensino foi o fator chave para o sucesso das aulas.

Ao longo da PES os objetivos de aprendizagem propostos foram sendo atingidos, e nunca tinha vivenciado este sentimento na prática. É realmente extraordinário ver a evolução de um aluno, vê-lo a atingir uma meta que no início dizia ser impossível, é gratificante saber que marquei a diferença na vida dos meus alunos.

A inovação das práticas pedagógicas mostrou-se um papel fundamental na diferenciação das aulas, tornando-as mais dinâmicas e apelativas. A constante atualização fomentou as minhas escolhas enquanto EE, diferenciando a minha prática pedagógica de forma a alcançar todos os alunos.

Em suma, e não descurando tudo aquilo que foi feito, este ano foi sem dúvida a experiência mais enriquecedora destes 5 anos, um ano de autoconhecimento e da certeza que ser professor é extraordinário.

8. Referências bibliográficas

- Alves, I. P., Faria, I., & Pereira, J. L. (2022). Avaliação formativa e autorregulação da aprendizagem no ensino superior. *Revista Internacional De Educação Superior*. <https://doi.org/10.20396/riesup.v9i00.8668636>
- Albuquerque, A.; Castro, J. (2015). Formação do professor de Educação Física: No poliedro da profissionalidade docente. In R. Resende, R.; Albuquerque, A.; Gomes (Ed.), *A formação e saberes em desporto, educação física e lazer* (1ª ed., pp. 247–255). Edições e Contextos.
- Amaral-da-Cunha, M. (2016). *A (re)construção da identidade profissional em contexto de estágio no ensino de Educação Física: Uma análise situacional de discursos e narrativas*. Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.
- Amaral da Cunha, M. Batista, P. Graça, A. (2020). A construção da identidade profissional do professor cooperante de Educação Física. *Journal of Sport Pedagogy & Research*, 7(2), 41–51. <https://doi.org/10.47863/jmbb7646>
- Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física, Didática Ciências e Humanas*. UTAD.
- Aranha, Á. (2005). *Pedagogia da Educação Física e do Desporto I* (2v (Série)). UTAD.
- Araújo, R. (2017). A aprendizagem dos alunos e as dinâmicas operantes no seio das equipas no Modelo de Educação Desportiva: Evidências da investigação e direções futuras. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2017(S1A), 39–49. <https://doi.org/10.5628/rpcd.17.s1a.39>
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Livros Horizonte.
- Cardoso, I., Batista, P., & Graça, A. (2016). a Identidade Do Professor De Educação Física: Um Processo Simultaneamente Biográfico E Relacional. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 22(2), 523. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.54129>
- Clark, I. (2012). Formative Assessment: Assessment Is for Self-regulated Learning. *Educational Psychology Review*, 24(2), 205–249. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9191-6>
- Cohen, S. A. (1987). Instructional Alignment: Searching for a Magic Bullet. *Educational Researcher*, 16(8), 16–20. <https://doi.org/10.3102/0013189X016008016>
- Damião, M. H. (1996). *Pré, inter e pós acção. A planificação e avaliação em pedagogia*. Minerva.
- Darido, S. (2012). A avaliação da educação física na escola. *Caderno de Formação: Formação de Professores Didática Geral*, 16, 127–140.
- Fonseca, A. M. (2017). Apresentação. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 17(S1A), 13–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.5628/rpcd.17.s1a.13>
- Gonçalves, F.; Albuquerque, A.; Aranha, A. (2016). *Avaliação, um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem* (2ª ed.). Edições ISMAI.
- Graça, A. & Mesquita, I. (2006). Ensino do desporto. In R. D. S. Tani, G., Bento, J. O., & Petersen (Ed.), *Pedagogia do desporto* (pp. 207–216). Guanabara Koogan.

- Hashweh, M. Z. (2005). Teacher pedagogical constructions: A reconfiguration of pedagogical content knowledge. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 11(3), 273–292. <https://doi.org/10.1080/13450600500105502>
- Lacerda, T., Graça, L., & Pereira, P. (2012). Fora do corpo não reconheço a densidade da alma: da Educação Física e da relação estética com o mundo. In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 237–254). Belo Horizonte: Instituto Casa da Educação Física
- Leite, T. (2010). *Planeamento e concepção da acção de ensinar*.
- Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, ; Rui. (2014). A Prática de Ensino Supervisionada: As dificuldades dos estudantes estagiários. *Revista Da Sociedade Científica de Pedagogia Do Desporto, January*, 68–74.
- Matos, M. (2010). Diferenciação curricular: uma abordagem às práticas de intervenção educativa no 2º ciclo do ensino básico. *Universidade Técnica de Lisboa - Faculdade de Motricidade Humana*, 1(2), 329.
- Marcelo Garcia, C. (2009). Desenvolvimento Profissional Docente: passado e futuro. *Sísifo. Revista de Ciências Da Educação*, 8, 7–22.
- Metzler. (2017). *Instructional Models for Physical Education 3rd Edition* (Vol. 53, Issue 9).
- Moreira, E. C. (2008). Pensando e planejando a Educação Física escolar. *III Congresso Centro-Oeste de Ciências Do Esporte*.
- Pereira, J. A., Mesquita, I., Araújo, R., & Rolim, R. (2013). (2013). Estudo comparativo entre o modelo de educação desportiva e o modelo de instrução direta no ensino de habilidades técnico-motoras do atletismo nas aulas de educação física. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 13(Mid), 29–43.
- Quina, J. do N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. In *Série Estudos Escola Superior de Educação*.
- Resende, R.; Albuquerque, A.; Gomes, R. (2015). *Formação e saberes em desporto, educação física e lazer*.
- Rink, J. E. (2001). Investigating the assumptions of pedagogy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20(2), 112–128. <https://doi.org/10.1123/jtpe.20.2.112>
- Rosado, A., Dias, L., & Silva, C. (2002). Avaliação das aprendizagens em Educação Física e Desporto. In *Avaliação das aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das atividades físicas*. Ominiserviços, Representações e Serviços.
- Rosado, A. & Ferreira, V. (2009). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem. In I. Rosado, A. & Mesquita (Ed.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 185–206). Edições FMH.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Sarmiento, P. (1998). Pedagogia do Desporto - Instrumentos de Observação e Análise Sistemática da Educação Física e Desporto. *Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.*, December.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32–47.

- Siedentop, D.; Hastie, P.; Van der Mars, H. (2019). *Complete guide to sport education*. Human Kinetics.
- Siedentop, D. & Tannehill, D. (2000). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1983). *Development Teaching Skills in Physical Education*. Palo Alto Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE Through Positive Sport Experiences*. Ohio: Human Kinetics.
- Silva, R., Queirós, P., & Mesquita, I. (2017). Modelos de Ensino do Desporto: O olhar dos alunos. Estudo no âmbito do Estágio Profissional em Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2017(S1A), 107–114. <https://doi.org/10.5628/rpcd.17.s1a.107>
- Zabala, A. (1998). *A Prática Educativa*. ArtMed.