

**Universidade da Maia**

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada**

**José Carlos Monteiro Mendes Moreira**

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

**Orientador Institucional**

Professora Doutora Luísa Maria Seara Moreira Carneiro Aires

setembro 2023 

**José Carlos Monteiro Mendes Moreira**

**N.º 34507**

**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada**

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 Luísa Maria Seara Moreira Carneiro Aires na UMAIA – Universidade da Maia.

Setembro, 2023

### **Ficha de Catalogação**

Moreira, J. (2023), 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-Chaves:** Prática de Ensino Supervisionada; Educação Física; Professor; Processo de Ensino e Aprendizagem.

## **Dedicatória**

Aos meus pais, por dedicarem inteiramente a vida deles à minha. Tudo é possível graças a vocês.

Ao meu querido avô, que partiu demasiado cedo mas que iluminará eternamente o meu caminho. O meu maior sonho era que pudesse presenciar todas as minhas conquistas, pois sei que estaria imensamente orgulhoso do seu neto.

## AGRADECIMENTOS

**À Universidade da Maia**, por ser parte integrante da minha formação pessoal e profissional. Por permitir concretizar um dos meus sonhos. Por me tornarem uma pessoa mais conhecedora, experiente e capaz, particularmente através de todos os seus docentes.

**À Professora supervisora, Luísa Aires**, pelo acompanhamento ao longo do ano. Pelos ensinamentos, apoio, correções, e conselhos, promovendo a excelência no desempenho da função de ser professor.

**Ao Professor cooperante, José Manuel Ferreira**, pela amizade, afeto e ligação forte criada através deste desafio que jamais me senti só devido ao seu apoio. Por ser um professor de excelência, partilhando a sua imensa sabedoria por intermédio de conselhos, ensinamentos e palavras sábias. Por ser uma inspiração do professor que pretendo ser no futuro. Recordar-me-ei eternamente com sentimento de gratidão e reconhecimento.

**Ao Professor Simão**, da Escola Básica Professor Óscar Lopes, que me orientou na experiência do ensino básico, pela receção, simplicidade e pelas diversas conversas que simbolizaram ser um notável profissional, mas também uma excelente pessoa.

**Ao núcleo da PES**, pelo trabalho sério e competente desenvolvido nas tarefas de grupo.

**A toda a comunidade da E.S.J.G.Zarco** pela forma como me acolheram e me fizeram sentir um deles. Em especial aos professores do grupo de educação física, pela prontidão em ajudar no que fosse necessário, e pela partilha de conhecimento com a finalidade de me ajudar a tornar melhor professor. **Às funcionárias D.Paula e D.Emília** pelo carinho demonstrado ao longo do ano.

**À incansável turma do 12º3**, pelos desafios que me proporcionaram, por me fazerem crescer a todos os níveis. Juntos conseguimos criar uma dinâmica fantástica, jamais irei esquecer a forma como me ajudaram nesta etapa. Guardarei eternamente no coração todos os momentos extraordinários que passamos, que foram imensos, e também cada um de vocês. Serão sempre a melhor turma do mundo.

**Aos meus pais**, pelo esforço e dedicação em prol dos meus sonhos e por serem os pilares da minha vida. Pela força nos momentos mais difíceis e orgulho que demonstram diariamente naquilo que sou, tornando-me mais forte e capaz de enfrentar qualquer obstáculo. E sobretudo, pela educação e valores transmitidos ao longo da minha vida.

**À Cláudia**, minha namorada, por ser o grande alicerce desta etapa da minha vida e por sermos um só, brindando-me com um apoio inalcançável, possibilitando que todos os dias tivesse forças para continuar a acreditar que os sonhos são para ser alcançados. Pela compreensão, paciência e por abraçarmos juntos os meus medos e receios, sem ti não era possível.

**Aos meus amigos mais próximos**, por desempenharem um papel fundamental na minha vida. Pelo apoio, motivação e momentos partilhados, e por abundarem o meu dia a dia de alegria e felicidade.

Este momento personifica o concretizar não só de um objetivo, mas um sonho de uma vida. Desde criança que exprimo a vontade de ser professor de educação física. Este é um dos momentos mais felizes da minha vida!

*“O Homem é do tamanho do seu sonho”*

Fernando Pessoa

## Resumo

O documento que se segue representa o culminar do processo complexo denominado de Prática de Ensino Supervisionada, e que decorre no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade da Maia, no ano letivo 2022/2023. O núcleo de Prática de Ensino Supervisionada da respetiva instituição educativa foi constituído por três estudantes estagiários, um orientador cooperante e uma supervisora, que acompanharam todo o trabalho realizado ao longo do ano letivo. O presente documento visa retratar o caminho percorrido por um futuro Professor de Educação Física. No decurso deste caminho, a panóplia de competências adquiridas na formação inicial é colocada à prova através de novos e diversificados desafios. O confronto com a realidade, a busca incessante por respostas, a (re)construção de novas ideologias e o desenvolvimento pessoal e profissional, num processo sistemático de adaptação e reinvenção, adquire um contributo fundamental na construção da identidade profissional. A estrutura do relatório encontra-se dividida em vários capítulos. Inicialmente, por meio do enquadramento pessoal e profissional. Posteriormente, através do Enquadramento Institucional, correspondente à ligação da Prática de Ensino Supervisionada e todos os intervenientes. No terceiro capítulo, a contextualização e reflexão acerca da prática profissional passando do plano de análise ao da intervenção, dando destaque às dificuldades observadas e estratégias utilizadas durante a conceção do ensino. No quarto capítulo é abordado a participação na escola e relação com a comunidade. Por fim, uma reflexão sobre o desenvolvimento profissional, nomeadamente acerca das dificuldades e necessidades, concluindo com as perspetivas futuras e conclusões que obtenho da Prática de Ensino Supervisionada. Em síntese, o presente documento procura caracterizar o primeiro contacto com a área docente, possibilitando desenvolver competências e amealhar conhecimentos, essenciais para o meu percurso como Professor de Educação Física.

**PALAVRAS-CHAVES:** PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA; EDUCAÇÃO FÍSICA; PROFESSOR; PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM.

## **Abstract**

The following document represents the culmination of the complex process denominated Supervised Teaching Practice, which takes place within the scope of the Master's degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education, at the University of Maia, in the 2022/2023 school year. The supervised teaching practice group of the respective educational institution consisted of three pre-service teachers, under the guidance of a cooperating teacher, and a faculty tutor, who accompanied all the work carried out throughout the school year. This document aims to portray the path travelled by a future Physical Education teacher. During this journey, the panoply of skills acquired in initial formation is tested through new and diverse challenges. The confrontation with reality, the incessant search for answers, the (re)construction of new ideologies and personal and professional development, in a systematic process of adaptation and reinvention, acquires a fundamental contribution in the construction of professional identity. The structure of the report is divided into several chapters. Initially, through the personal and professional framework. Subsequently, it explores the institutional framework, highlighting the connection between Supervised Teaching Practice and all the stakeholders. In the third section, it provides context and reflection on professional practice, transitioning from analysis to the intervention, highlighting observed difficulties and strategies during teaching design. In the fourth section, the participation in the school and relationship with the community is addressed. Finally, there is a reflection on the professional development, specifically addressing challenges and needs, concluding with future perspectives and conclusions that I obtain from the Supervised Teaching Practice. In summary, this document seeks to characterize the initial contact with the teaching practice, enabling to develop skills and gather knowledge, essential for my career as a Physical Education teacher.

**KEYWORDS:** SUPERVISED TEACHING PRACTICE; PHYSICAL EDUCATION; TEACHER; TEACHING AND LEARNING PROCESS.

## Índice Geral

<b>DEDICATÓRIA .....</b>	<b>IV</b>
<b>AGRADECIMENTOS .....</b>	<b>V</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>VII</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>VIII</b>
<b>ABREVIATURAS .....</b>	<b>11</b>
<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL .....</b>	<b>15</b>
<b>2.1. Uma decisão a partir de um percurso.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2. Expectativas iniciais .....</b>	<b>17</b>
<b>3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL.....</b>	<b>19</b>
<b>3.1. A importância da PES.....</b>	<b>19</b>
<b>3.2. A PES na UMAIA .....</b>	<b>20</b>
<b>3.3. A escola cooperante: lugar de prática - ESJGZ .....</b>	<b>21</b>
<b>3.4. Caracterização do núcleo da PES .....</b>	<b>23</b>
<b>3.5. Caracterização da turma .....</b>	<b>25</b>
<b>4. PRÁTICA PROFISSIONAL: DO PLANO DA ANÁLISE AO DA INTERVENÇÃO .....</b>	<b>26</b>
<b>4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....</b>	<b>26</b>
4.1.1. Conceção de ensino .....	27
4.1.1.1. Modelos de Ensino .....	28
4.1.2. Planeamento.....	36
4.1.3. Realização .....	44
4.1.3.1. Dimensões da intervenção pedagógica .....	45
4.1.4. Avaliação.....	50
<b>5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE .....</b>	<b>54</b>
<b>5.1. Atividades realizadas.....</b>	<b>54</b>
<b>5.2. Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação.....</b>	<b>58</b>
<b>5.3. Socialização profissional e institucional .....</b>	<b>59</b>
<b>5.4. A Componente ético-profissional .....</b>	<b>60</b>
<b>6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL .....</b>	<b>61</b>
<b>6.1. Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão..</b>	<b>61</b>
<b>7. REFLEXÕES FINAIS.....</b>	<b>63</b>
<b>8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>65</b>

## **Índice de anexos**

<b>Anexo 1: Poster Seminário.....</b>	<b>70</b>
<b>Anexo 2: Certificado de Formação em Excel.....</b>	<b>71</b>

## ABREVIATURAS

<b>AD</b>	Avaliação Diagnóstica
<b>AEEF</b>	Aprendizagens Essenciais de Educação Física
<b>AS</b>	Avaliação Sumativa
<b>DE</b>	Desporto Escolar
<b>EE</b>	Estudante Estagiário
<b>EC</b>	Escola Cooperante
<b>EF</b>	Educação Física
<b>GEF</b>	Grupo de Educação Física
<b>MAC</b>	Modelo de Aprendizagem Cooperativa
<b>MEEFEBS</b>	Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
<b>MED</b>	Modelo de Educação Desportiva
<b>MID</b>	Modelo de Instrução Direta
<b>NPES</b>	Núcleo da Prática Supervisionada
<b>OC</b>	Orientador Cooperante
<b>PA</b>	Planeamento Anual
<b>PAA</b>	Plano Anual de Atividades
<b>PES</b>	Prática de Ensino Supervisionada
<b>RPES</b>	Relatório da Prática de Ensino Supervisionada
<b>SV</b>	Professora Supervisora
<b>TGFU</b>	Teaching Games for Understanding
<b>UD</b>	Unidade Didática
<b>UMAIA</b>	Universidade da Maia

## 1. INTRODUÇÃO

O Relatório da Prática de Ensino Supervisionada (RPES) apresenta todo o trabalho desenvolvido no âmbito da componente de prática pedagógica em contexto real de ensino, unidade curricular Prática de Ensino Supervisionada (PES), sendo uma componente fundamental do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Universidade da Maia (UMAIA). O atual documento, narrado na primeira pessoa, apresenta uma história que retrata o caminho percorrido por um Estudante Estagiário (EE), no ano letivo 2022/2023. Este processo foi acompanhado pelo Orientador Cooperante (OC), e pelo professor supervisor (SV), bem como, do núcleo da prática supervisionada (NPES), composto por 3 EEs (onde estava incluído). Considero que o sucesso da PES não depende apenas do EE, mas também do contributo de uma supervisão pedagógica e universitária. Compreende-se então a importância da existência do OC e SV visto que as suas intervenções ao longo de toda a prática pedagógica potenciou de uma forma integral e progressiva, procurando sempre guiar da melhor forma a minha evolução como professor. Este documento perfaz um carácter autoreflexivo perante os acontecimentos presenciados na PES, durante o ano letivo 2022/2023, além de expor todas as vivências ao longo da mesma.

O RPES tem a intencionalidade de ser um instrumento orientador na formação do EE, sendo assim, um ponto de partida na perceção ao nível dos conhecimentos, capacidades, atuações, dificuldades, juntamente com o confronto com os desafios, metas e objetivos que lhe são colocados ao longo da PES.

Segundo Batista et al., 2014, a PES “constitui-se como um terreno fértil ao início do desenvolvimento profissional dos professores”. Assim, a PES oferece aos futuros professores a oportunidade de mobilizar os conhecimentos acumulados no decorrer da formação inicial. De acordo com Silva (2014), este é o momento de aplicação das competências profissionais desenvolvidas anteriormente, com o objetivo de transferir para a prática um conjunto de conhecimentos pouco vivenciados. Inerente à ideia anterior, a PES possibilita ao EE desenvolver novos conhecimentos e a sua identidade profissional. O desenvolvimento destas qualidades, ocorre através de uma experiência real do processo de ensino, numa simbiose entre a teoria e a prática das conceções, pensamentos e argumentos desenvolvidos pelo EE, no sentido de dar resposta aos diferentes desafios impostos no decorrer do ano letivo.

Utilizar os conteúdos aprendidos e inseri-los com eficácia no contexto da PES não foi uma tarefa fácil e, deste modo, tornou-se um grande desafio em todo o processo de ensino e

aprendizagem. Diversas adversidades foram surgindo simultaneamente com outras situações, que requereram uma grande capacidade de adaptação, mas também de evolução e aprendizagem.

A experiência, vivenciada no âmbito da PES, demonstrou que a atividade docente não se limita à lecionação das aulas, mas antes uma capacidade de gerir processos, equacionando e analisando diversos fatores que permitam tomadas de decisão mais precisas e coerentes com os objetivos propostos. Neste momento consigo estabelecer uma visão mais global da interação educativa, compreendendo melhor as estruturas e as sinergias que estão inerentes a esta prática, fruto de todo o processo da PES. O processo de formação do EE não finda com o término da PES, visto que a nossa identidade profissional se encontra em frequente mudança, fruto da flexibilidade, adaptação e evolução que a profissão de professor obriga.

Assim, esta práxis pedagógica foi um momento marcante na minha formação e o RPES retrata todo o processo de forma concisa, oferecendo as principais premissas para a continuação de um crescimento rico como professor, aumentando a ânsia pela descoberta da profissão que pretendo abraçar ao longo da vida.

A Educação Física (EF) é considerada um espaço distinto e benéfico para potenciar o desenvolvimento integral dos jovens, pois promove experiências significativas que lhes possibilitam adquirir competências essenciais para um estilo de vida ativo na sociedade (Campos et al., 2021).

Torna-se então primordial que os futuros professores possuam a capacidade de se adaptar às constantes renovações nas diversas áreas do conhecimento, indo ao encontro das exigências e necessidades solicitadas pelos autores. Nesse sentido, durante a PES procurei aplicar as metodologias de ensino que tivessem como foco o aluno, com o intuito de contribuir para a renovação do sistema educativo.

Sendo assim, para que o processo tenha sucesso e qualidade, é necessário que os alunos tenham um tempo potencial de aprendizagem aceitável e elevado, cabendo ao professor utilizar técnicas de ensino eficazes para que o mesmo aconteça, principalmente no que diz respeito às variáveis de eficácia do ensino: gestão/organização, clima, feedback e instrução (Martins et al., 2017).

Estruturalmente, o RPES encontra-se organizado da seguinte forma: (1) Introdução; (2) Enquadramento pessoal e profissional; (3) Enquadramento institucional; (3) Prática

Profissional: do plano da análise ao da intervenção; (4) Participação na escola e Relação com a comunidade; (5) Desenvolvimento Profissional; (6) Reflexões Finais. De salientar que em harmonização com o NPES, foi desenvolvido um projeto de intervenção denominado de "Experiências emocionais marcantes no desenvolvimento da identidade profissional de estudantes-estagiários", trabalho realizado no âmbito da disciplina de Projetos de Intervenção.

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

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

Primeiramente escrever a palavra que acredito que melhor me define, sonhador. Transporto em mim infinitos sonhos e objetivos, porém, consciente que o destino poderá não os tornar realidade, mas procurarei sempre dar o meu melhor para futuramente realizar uma retrospectiva e sentir-me não um vencedor, mas um lutador! Por vezes tímido, ansioso e pessimista, noutras vezes (quando me sinto confiante, valorizado e na zona de conforto) extrovertido, seguro e corajoso. Sempre rodeado de pessoas que prezem os mesmos valores que eu (creio), lealdade, bondade e transparência. Alérgico ao egoísmo, arrogância e falsidade. Tenho como maior inimigo a minuciosidade e a busca pela perfeição, tornando-se muita das vezes num defeito.

A paixão pela área do desporto e pela docência remete-se para períodos precoces da minha infância, e desde tenra idade que o desejo de me tornar professor de EF me acompanha. Pessoalmente, tenho a convicção que o contacto com professores, essencialmente de EF, no meu percurso escolar, foi determinante para suscitar o desejo de envergar pela área docente, pois desde criança que possuo uma enorme admiração por todos os professores de EF que estiveram presentes no meu percurso, desde o ensino básico ao ensino universitário. As imagens delineadas pelo sentido da docência vão-se enraizando desde a experiência como estudante, isto é, antes de se entenderem como professores, os estudantes já assumem uma representação da profissão advinda do período escolar (Pires et al., 2017). Nesse sentido, concluo que as experiências vivenciadas nos vários anos como aluno, têm influência na identidade profissional presente no início da prática docente, fundamentalmente na PES.

Tal como refere Oliveira (2007), a formação de professores é um processo contínuo, que pode iniciar-se na referência que determinados professores têm nos processos iniciais de escolarização, e que, recordados, acabam por distinguir perfis profissionais que se destacaram como possíveis “modelos”.

Não obstante, outros fatores foram preponderantes para ingressar no caminho da docência. A influência familiar através da transmissão de ideais fortes relativamente à prática desportiva, foi determinante para desenvolver o gosto pelo desporto. No meu meio familiar é pertinente destacar a presença de um tio, bastante próximo, que há 45 anos que é Mestre de Karaté. Este facto sempre foi decisivo para abraçar a área da educação, pois a capacidade exímia

que o mesmo demonstra na arte de ensinar, conseguindo sensibilizar todos os alunos que por si passam que o desporto é muito mais que a prática, mas sim uma escola de valores e princípios, torna-o um elemento fundamental na formação do aluno enquanto pessoa. Esta vivência pessoal sempre me fascinou e moveu para seguir as pisadas do mesmo.

Relativamente ao meu percurso desportivo, a minha verdadeira ligação ao desporto começou aos 8 anos, com a entrada no futebol. A paixão desmedida pela modalidade possibilitou que fosse federado durante 10 anos. Aos 17 anos terminei a prática e dei início à mais empolgante, aliciante e sentida função que detenho na vida, ser Treinador de Futebol. Esta decisão que obrigou à procura incessante de conhecimento, suscitou ainda mais o desejo de fazer do desporto o meu percurso de vida. Segundo Tavares (2013), a aprendizagem experiencial é a via mais autêntica da construção do conhecimento profissional, visto que os conhecimentos teóricos só se tornam verdadeiramente úteis e significativos quando mostram ser eficazes em contextos dinâmicos, sujeitos a circunstâncias únicas, apanágio do treino e da competição.

Ser professor ou treinador requer competências e habilidades em diversas áreas de atuação. Dispor elevado conhecimento teórico é um fator isolado para a obtenção do sucesso no exercício da função de professor, pois de acordo com Queirós et al., (2014) a natureza do trabalho docente, que é ensinar, contribui para a formação dos alunos nas atitudes, nos valores, nas habilidades e em conhecimentos que contribuam para os munir dos saberes necessários ao enfrentamento dos desafios que o quotidiano lhes impõem. A capacidade de conectar uma turma no processo de ensino e aprendizagem é uma das tarefas mais complexas do professor, assumindo-se importante no desenvolvimento da construção da identidade profissional, tal como afirma Rodrigues e Campos (2011), compreendemos que os processos relacionais são importantes na construção da identidade docente, pois refletem múltiplas formas de representação do professor, contribuindo com a (re)estruturação das identidades.

No que concerne à escolha da escola cooperante (EC), a mesma foi importante para permitir dar resposta positiva às diversas tarefas da PES e profissionais, visto que, exerço funções numa instituição desportiva do concelho de Matosinhos, onde se situa a EC. Desse modo, realizar a PES nesta escola ajudou a gerir melhor o tempo, aumentado porém a exigência e o compromisso nos fazeres e obrigações.

Concluindo, foi então perante todos os fatores descritos que o pequeno sonho de querer ser professor de EF começou a ganhar forma e consistência, ingressando no MEEFEBS tendo em perspectiva a profissão docente e a formação de um profissional de excelência.

## **2.2. Expectativas iniciais**

Fazendo uma introspeção acerca do desafio apresentado para o ano letivo 2022/2023 e, tendo por base todas as dificuldades que do mesmo surgiu, levanta-se a questão acerca das minhas expectativas iniciais.

O ato de ensinar vai muito além da transmissão de conhecimentos. Compreendo a importância da comunicação, da exemplificação, da instrução e da relação professor-aluno. Posto isto e através do referido, inicialmente tinha o ideal de trabalhar para que os alunos encontrassem um propósito/objetivo ao realizarem as aulas de EF, e procurar combater a falta de motivação dos mesmos dentro da disciplina. Consciente que o envolvimento no processo pedagógico exige uma interação constante, inserido num contexto com indivíduos com dificuldades, capacidades e motivações díspares, surgiu então a insegurança, o medo de falhar, e não ser capaz de assumir de forma coerente e lógica o processo de ensino e aprendizagem, pois nós professores, somos responsáveis por preparar/formar/transformar o aluno para que este consiga se adaptar à sociedade em que vivemos. Acompanhava-me no início a pretensão de ser um professor que dinamiza nas aulas de Educação Física valores e princípios que os alunos pudessem transportar para além do espaço escolar, como também, inculcar uma vida ativa, tornando assim os alunos mais capazes e solidários.

No início do ano perspetivei aprender todos os dias, através da experiência que iria adquirir, da convivência com os restantes professores que possuem experiência e conhecimento profundo, e dessa forma, esperava conversar, discutir ideias e conseguir pensar mais além do que pensava no momento.

Em termos práticos, pretendia colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos, de forma eficaz, num processo didático-pedagógico antagónico ao vivenciado no 1º ano de mestrado, almejando com isso adquirir competências em prol do meu desenvolvimento enquanto futuro professor e contribuir para aprendizagem dos alunos. Também tinha em mente alcançar os objetivos definidos pela UMAIA, OC e SV, como também, ambicionava criar uma relação positiva com a comunidade escolar, participando nas atividades propostas, interagindo com os colegas do grupo de educação física (GEF), apreendendo e transmitindo saberes,

conhecer e socializar com a direção da escola, com os funcionários, mas acima de tudo, ter um controlo efetivo da turma e aptidão para a adaptação de estratégias e estilos de ensino diferenciados de acordo com as capacidades/necessidades/expectativas dos alunos.

Tinha como objetivo fundamental superar-me a cada dia, conseguir aprender com o erro e principalmente ultrapassá-lo, sem receios e medos. Ambicionava essencialmente construir uma identidade profissional no final de todo o processo, pois ainda me encontrava à procura do meu perfil como professor (ainda hoje continuo). No princípio estava consciente que ainda havia muito para descobrir e explorar, mas relutante no objetivo de criar a minha marca, não só pela diferença, mas principalmente pela autenticidade e valores que me caracterizam.

Concluindo, o início caracterizou-se pela insegurança, ansiedade e receio, mas com imensa vontade de criar um pequeno legado na escola, no sentido de que todos no final se recordassem do EE José Moreira com sentimento de pertença ao GEF, mas essencialmente com boas recordações e impressões. Revejo-me na afirmação de Barros (2018) quando assevera que “o confronto com a profissão docente, faz com que o professor estagiário se aperceba daquilo que quer ser e das suas perspetivas no futuro da sua docência”, e nesse sentido, pretendia com a PES construir um conjunto de competências e habilidades que permitia tornar-me no futuro um professor de EF competente e que honre esta profissão que tanto me apaixona.

### **3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL**

#### **3.1. A importância da PES**

A PES assume-se como um “momento de aplicação das competências profissionais desenvolvidas até então, com o objetivo de transporem para a prática um conjunto de conhecimentos pouco vivenciados” como defende Silva (2014), porém, a PES é muito mais do que uma simples unidade curricular. Atribui-se à PES uma relevância e impacto extremo na formação académica dos estudantes e futuros professores, pois é no decorrer deste que nos colocamos pela primeira vez num papel tão conhecido por nós enquanto alunos, no entanto pouco ou nada vivenciado no papel de professores.

De acordo com as normas orientadoras da UMAIA, a PES visa a integração do EE nos contextos de docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento das competências profissionais no âmbito do ensino da EF. Diante disso, a PES procura explorar ao máximo as três áreas de desempenho que o EE deve desenvolver: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, pretendendo verificar a capacidade do EE em projetar a sua atividade de ensino e aprendizagem através das relações educativas e do planeamento, dos seus conhecimentos pedagógicos e curriculares dos conteúdos, da matéria de ensino, das normas e das metodologias; Participação na Escola e Relações com a Comunidade, sendo que nesta área de desempenho tenciona-se verificar se o EE adquire conhecimento aprofundado da escola e ainda um conhecimento acerca dos alunos, do contexto de escolaridade e da comunidade em que a escola se insere; Desenvolvimento Profissional, através da demonstração do EE nos parâmetros que identificam e norteiam a profissão de professor em geral e de professor de EF em particular.

É unísono afirmar que a EF arca um papel essencial no crescimento social dos alunos, através da passagem e instigação de valores morais, nomeadamente os princípios do desporto, como o fairplay, honestidade, humildade, companheirismo, etc, não desenvolvendo apenas as capacidades motoras ou conteúdos técnicos e táticos das modalidades.

Segundo Batista e Queirós (2013, p. 47), “a situação de estágio em contexto real de prática profissional, constitui uma peça fundamental da estrutura formal da socialização inicial da profissão, isto é, no processo pelo qual os candidatos à profissão vão passando de uma participação periférica para uma participação mais interna, mais ativa e mais

autónoma, no seio da comunidade docente, através de um processo, que se quer gradual e refletido, de imersão na cultura profissional e de configuração e reconfiguração das suas identidades profissionais.”.

E é por esta razão que os primeiros meses de estágio mostraram-se como os mais fatigantes e exigentes, obrigando o estudante a adaptar-se à nova realidade e a responder a todas as novas exigências que esta profissão impõe.

A PES viabiliza o desenvolvimento de competências inerentes à prática de ensino, tal como a comunicação e capacidade de gerir um grupo de alunos efetivamente diferentes na sua individualidade. Neste prisma, a PES reivindica que um professor deve ser um bom comunicador, não só no papel de transmissor, mas também de recetor de indicadores que permitam diagnosticar e controlar a aprendizagem dos seus alunos, ajustando a sua intervenção sempre que necessário. É nesta conceção que o EE não se apresenta como um mero transmissor do conhecimento adquirido nos anos anteriores, mas sim um dominador e possuidor de metodologias e instrumentos que lhe permitam, de forma rentável, desenvolver capacidades e potencialidades presentes nos seus alunos.

A PES é encarada por mim como um espaço no qual terei contacto com a realidade enquanto professor e também, uma possibilidade de melhorar/ajudar a construir/definir a minha identidade profissional. Ou seja, é um meio de aprendizagens, no qual cada ação levará a reflexões e eventuais correções construtivas fundamentais a todo o processo de crescimento enquanto professor.

### **3.2. A PES na UMAIA**

A PES é uma unidade curricular do 2º ano do Ciclo de Estudos do Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da UMAIA, e tem como intervenientes a EC, o Núcleo da Prática Supervisionada (NPES), composto por 3 elementos, inclui também o SV, o OC, e ainda, apresentando relevada importância no trajeto de crescimento conceptual e de construção da identidade profissional, o GEF da EC.

A PES é desenvolvida através do projeto educativo, o regulamento interno, o plano anual de atividades (PAA), entre outros documentos estruturantes do local de prática, neste caso da EC, tendo como principal objetivo a integração do EE nos contextos de docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento das competências no âmbito da EF em

áreas de desempenho como a organização e gestão do ensino e aprendizagem, a participação na escola e relação com a comunidade e por fim o desenvolvimento profissional. Dado que a PES corresponde ao 2º ano do ciclo de estudos, não devemos omitir a importância do 1º ano que assume a absorção de saberes, permitindo também estimular a capacidade de reflexão, conceção e concretização.

De acordo com as normas orientadoras, a avaliação da PES é classificada nos seguintes pontos: 1) de acordo com o Decreto-lei nº79/2014 de 14 de maio, a avaliação do desempenho do(s) EE(s) é da responsabilidade do regente da unidade curricular PES, que terá em consideração a informação do OC e da equipa de supervisão, considerando o previsto nas normas e orientações da PES para o efeito; 2) a classificação final da PES é expressa por um valor inteiro de zero (0) a vinte (20), e é efetuada com as seguintes ponderações: a) Prática Supervisionada (PS) – 60%; b) RPES – 40%.

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

Tal como refere Lima et al., (2014) é muito importante que a escola que nos acolhe e onde lecionamos pela primeira vez tenha um papel facilitador e aglutinador, um papel social e claramente integrante.

A Escola onde ocorreu a PES foi criada em 1955, e hoje é herdeira de uma história e de uma identidade construída ao longo de quase 70 anos de existência. Desde sempre demonstrou a vontade e a capacidade para desenvolver uma dinâmica de qualidade e inovação que se tornaram tradição, o que também permitiu garantir a qualidade de um serviço educativo propício à obtenção de resultados académicos e sociais de elevado nível.

Localizada na zona sul da cidade de Matosinhos, a escola é servida por uma eficaz rede de transportes públicos e vias de comunicação que lhe conferem excelentes acessibilidades, sendo que atualmente se insere numa população escolar oriunda não só de diferentes zonas da cidade de Matosinhos, mas, também, das localidades mais próximas.

Numa sociedade cada vez mais exigente, a EC, tal como indica a sua missão, compromete-se a trabalhar para construir uma Escola de excelência, sempre disponível para atuar e ajudar na inclusão, na integração e na resolução das problemáticas dos alunos, funcionários e professores, de modo a melhorar a qualidade do ensino prestado e contribuir para o desenvolvimento integral de todos.

A escola tem também integrado inúmeros projetos inovadores, nacionais e internacionais, em parceria com diferentes instituições culturais, sociais e pedagógicas e que são responsáveis, em larga medida, pelos resultados de elevado nível obtidos pelos seus alunos.

A instituição integra ainda um projeto-piloto de Autonomia e Flexibilidade Curricular no sentido da promoção de um ensino de qualidade, o que implica garantir que o sucesso de todos se traduz em aprendizagens efetivas e significativas, com conhecimentos consolidados que são mobilizados em situações concretas que potenciam o desenvolvimento de competências de nível elevado, e que, por sua vez, contribuem para uma cidadania de sucesso no contexto dos desafios colocados.

No que diz respeito à oferta formativa, oferece aos seus alunos vários níveis e modalidades de ensino. É possível constatar a existência de um universo de alunos distribuídos pelo 2.º e 3.º ciclo, Ensino Secundário, através de cursos científicos-humanísticos, em regime diurno ou noturno, quer através de cursos profissionais incluindo a formação de adultos, através dos cursos EFA (cursos de educação e formação de adultos), cursos NER (escola de referência para a região em que se insere) e formações modulares.

Relativamente aos espaços, dispõem de um pavilhão gimnodesportivo que possui quatro balneários (dois masculinos e dois femininos), um pavilhão direcionado a prática de algumas modalidades, tais como, ginástica, voleibol, ténis de mesa e corfebol, ou atividades de expressões, visto que possui um palco. Existem também dois campos exteriores, sendo que um deles apresenta dimensões reduzidas e o outro poderá encontrar-se dividido em dois campos. O espaço exterior apresenta ainda uma pista de atletismo com caixa de areia. Existe ainda, a possibilidade de utilizar uma sala de trabalho com espelhos direcionada para as atividades rítmicas. Sempre que as condições atmosféricas estejam adversas, as aulas destinadas ao exterior são alocadas no pavilhão, obrigando à sua divisão e adaptação, para todas as turmas possam realizar a EF com as devidas condições. Em relação aos recursos materiais, a escola dispõe de um leque diverso de material à disposição do GEF, na sua maioria em excelente estado.

Numa das primeiras visitas, o OC procedeu a uma visita guiada onde procurou consciencializar de que para realizar qualquer planeamento ou querer desenvolver o processo da PES, deveríamos ter em atenção às instalações desportivas que tínhamos à disposição e conhecer o roulement. A utilização dos espaços durante o ano letivo foi efetuada de acordo com um mapa de rotação de espaços (roulement), que implicaria a permanência de cada professor

num mesmo espaço durante um determinado período. Este sistema de rotação não condicionava a lecionação das aulas, mas influenciava a planificação das modalidades por causa da localização do material e da disponibilização de espaço.

Desenvolver um conhecimento prévio das possíveis realidades em que poderiam ocorrer na PES foi essencial, para que a atuação na escola acolhedora fosse consciente e ao encontro das expectativas estabelecidas.

De um modo geral, a experiência na EC foi extremamente positiva, onde ficou o desejo e a vontade em poder continuar a exercer a função de professor de EF na mesma instituição, devido fundamentalmente às condições que tivemos no decorrer da PES e pela forma respeitosa e atenciosa com que fomos tratados.

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

O NPES constituía-se por três elementos, um do sexo masculino e dois do sexo feminino, que possuíam trajetórias académicas idênticas, licenciatura em EF e Desporto, ingressando de imediato no MEEFEBS. Como mencionado anteriormente, largos anos como treinador de futebol possibilitou-me alcançar um *know-how* positivo para o contexto da PES, sendo que, comparativamente aos outros EE, tinham no seu percurso desportivo experiências na área do atletismo e canoagem, por outro lado, um dos EE pertencia à área da natação. De acordo com Silveira et al. (2014), o NPES “é referenciado como sendo uma peça fundamental neste processo de formação. A ele compete acercar-se das questões que moldam o processo de supervisão, estejam estas relacionadas com o planeamento didático, com a gestão do tempo ou com as relações interpessoais”.

O NPES assume uma relevância extrema na dinamização de uma PES equilibrada em termos de trabalho, mas fundamentalmente de bem estar psicológico, dada a exigência e desgaste que esta etapa inicial na nossa carreira docente obriga. Esta diversidade de experiências distribuídas entre os EE também fomenta a aprendizagem mútua através da partilha frequente de ferramentas, técnicas e táticas de ensino, potenciando o talento individual e em grupo (Lima et al. 2018).

Relativamente à dinâmica do NPES, o trabalho em equipa, exclusive nos momentos em que foi necessário dar resposta às tarefas da unidade curricular Projetos de Intervenção, não se destacou ao longo do ano letivo, o que aumentou a complexidade das situações-problema que

enfrentámos durante a PES, devido á ausência de discussão, diálogo e partilha de ideias. No entanto, é através do confronto com essas situações-problema e com a descoberta e (re)construção de várias possibilidades de resolução, que a PES se torna mais enriquecedora para a aprendizagem e construção de um professor, no que concerne à identidade e competência. Apesar de todas as dificuldades, considero que houve momentos bastante positivos em que o NPES foi capaz de abraçar os compromissos de grupo com bastante afinco e rigor, no sentido de contornar as normais adversidades que se atravessam no caminho da PES. Foi nestes momentos que construímos uma via de aprendizagem efetiva, com o único sentido de trabalhar como um NPES capaz de uma resposta eficiente e competente às normais tarefas pertencentes da PES. Não obstante, penso que NPES contribuiu, e muito, para o meu desenvolvimento enquanto futuro professor de EF, para além de ser peça fundamental no cimentar de um caminho que me permitiu crescer, não só como profissional, mas também, e principalmente, como pessoa, através de um primeiro contacto com a realidade profissional na área educativa com diferentes personalidades e perspetivas entre o grupo de trabalho. Salientar que ao longo da PES, fizemos por estar presentes em todas as aulas, nas diferentes unidades didáticas, embora na grande maioria das aulas apenas como observadores atentos e prontos a colaborar caso fosse necessário.

O OC, imensamente importante na condução de um processo de crescimento do EE no âmbito pedagógico, humanístico e identitário, procurou desde o início potenciar as competências de cada um dos elementos com o intuito de desenvolver um trabalho sério e competente, inculcando frequentemente no NPES um sentido crítico, apelando à nossa capacidade de reflexão e sentido de responsabilidade, e fundamentalmente à partilha, socialização e conexão entre os EE. A implementação de rotinas/momentos reflexivos por parte do OC no final de todas aulas, bem como no final da cada semana, através de reuniões suscitando o debate e a partilha de opiniões perante as aulas lecionadas, foram imprescindíveis para criar momentos de enriquecimento. Nesta sequência, a PES deve possuir um carácter de trabalho coletivo em que tanto os EE, OC, SV, faculdade e a escola, desempenham um papel fundamental na construção de novo conhecimento (Chuan et al., 2009).

Fazendo um balanço, o NPES foi sem dúvida fundamental neste processo de aprendizagem e crescimento, que nos fez embarcar numa incrível jornada de aprendizagem e desenvolvimento das nossas habilidades de ensino, identidades profissionais e sucesso escolar dos nossos alunos.

### 3.5. Caracterização da turma

O conhecimento precoce dos alunos é de enorme importância para termos conhecimento das características gerais da turma, mas fundamentalmente das especificidades de cada aluno. Pode assumir também um papel influenciador na escolha e utilização de estratégias e metodologias, de forma a potencializar as aprendizagens. Nesta perspetiva, no início do ano letivo, procedeu-se à entrega de um questionário que permitiu obter dados biográficos dos alunos, assim como, opiniões acerca da sua prática desportiva, hábitos desportivos e alimentares e perspetivas futuras.

A turma era do 12ºano e era constituída por 29 alunos. Observou-se uma ligeira diferença entre o número de alunos do sexo feminino (16) e masculino (13). Todos os alunos pertenciam ao mesmo ano de nascimento, sendo que, nenhum tinha tido qualquer reprovação durante o percurso escolar.

No âmbito desportivo, foi possível perceber que todos os alunos gostavam da disciplina de EF e que as modalidades que estavam inseridas no planeamento anual (PA) com mais interesse e gosto em praticar eram o Futsal e o Voleibol. Por outro lado, as modalidades com que menos se identificavam era o Hóquei e o Atletismo.

Cerca de 70% dos alunos, nomeadamente 20 alunos, praticavam qualquer tipo de desporto de forma regular, apesar de que apenas 12 eram atletas federados, distribuídos pelas seguintes modalidades: Futebol, Voleibol, Andebol e Jiu Jitsu. Os restantes frequentavam regularmente o ginásio e praticavam desporto não-federativo, como Ténis, Pádel e Dança.

Quanto às expectativas da turma em relação à EF, globalmente a turma acreditava que iria adquirir conhecimentos sobre as várias modalidades, assim como, melhorar as capacidades técnicas. A melhoria da condição física, saúde e bem-estar também foi um objetivo elencado. O desenvolvimento dos valores morais e princípios éticos foi referido por alguns alunos, através do espírito de equipa, respeito, honestidade e fair-play.

No que se refere à saúde, duas alunas sofriam de asma, e uma aluna apresentava problemas nos ligamentos dos joelhos devido ao seu histórico de lesões.

Relativamente às perspetivas futuras, surpreendentemente, todos os alunos mostraram interesse em seguir um percurso académico, sendo que vários ainda não tinham definido a área. Porém, cinco alunos pretendiam seguir a área do desporto.

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

A qualidade de um professor advém daquilo que o mesmo procura saber, através do estudo e da pesquisa em saber mais, mas principalmente, a experiência é o fator determinante na carreira de um professor. Quanto mais experiência e prática tiver, mais qualidade na intervenção prática pode ter. Um professor faz-se em muitos anos, ainda hoje aprendo, mas para isso é preciso estarmos sempre motivados para refletir sobre o processo.

### **Diário de Bordo (Citação proferida pelo OC)**

O professor de EF vai coletando ao longo da sua carreira, através das experiências profissionais, múltiplas competências que permite ao professor desenvolver o pensamento crítico e intensificar as concepções pedagógicas que se traduzem na construção da identidade profissional.

A intervenção do professor no processo de ensino e aprendizagem tem diversos fins, sejam desportivos, cognitivos e humanísticos. Tal como citam Lopes et al., (2018), o conceito de educar tem como finalidade desenvolver as potencialidades e as capacidades de cada aluno, sendo que, num mundo em constante transformação, as instituições escolares e os seus agentes intervenientes não devem ficar comprometidos e acomodados à utilização de didáticas que anteriormente eram objetos de sucesso para um determinado grupo-alvo.

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

Um dos primeiros passos para alcançar uma organização e gestão eficiente do ensino e da aprendizagem por parte dos alunos, é o professor possuir conhecimento acerca do contexto que está inserido. Dessa forma, no início do ano letivo, o OC partilhou e analisou com o NPES as aprendizagens essenciais de educação física (AEEF) para cada ano de escolaridade, particularmente para os que os EE iriam ter a cargo, o plano anual de atividades da escola, bem como os documentos orientadores, nomeadamente, regulamento interno, critérios de avaliação e conteúdos a desenvolver nas diferentes modalidades e anos de escolaridade.

Outros fatores são fundamentais para a organização e gestão do processo de ensino, tais como, os recursos espaciais, temporais e materiais. A utilização correta e refletida dos mesmos, têm influência direta no sistema de aquisição de conhecimento e evolução dos alunos.

Outra questão extremamente pertinente, é a competência que o professor possui na aplicabilidade dos diferentes modelos de ensino. De facto, a aplicação dos modelos de ensino é essencial na orientação e organização do processo de ensino, oferecendo consistência, eficiência e orientação, permitindo atender às necessidades dos alunos através da promoção de uma aprendizagem significativa, como também, procurar o desenvolvimento integral dos alunos, combinando a prática desportiva com a educação e formação pessoal, por meio da passagem de valores e princípios éticos inerentes ao desporto.

Os primeiros momentos da aula caracterizaram-se por um diálogo entre o professor cooperante e a turma, onde o mesmo exprimiu as suas crenças em torno do que acredita ser a Educação Física na tentativa de transmitir o significado da mesma para os seus alunos. Obviamente, enquanto EE, este momento tornou-se importante para a minha formação. Por outro lado, apercebo-me que partilho das mesmas crenças e ideologias. Assim que a aula terminou, senti novamente uma alegria e satisfação enorme por “vestir” a pele de professor.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°47 – 22/03/2023 – Basquetebol)**

##### **4.1.1. Conceção de ensino**

A idealização de uma conceção de ensino positiva para o contexto educativo do qual estamos inseridos assume-se essencial para o crescimento e absorção de conhecimento e habilidades por parte dos alunos. Esta área, que engloba diversos parâmetros, tais como o planeamento, a realização e a avaliação, é fundamental para criar uma estratégia de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, que utilize o conhecimento válido no ensino da EF e conduza com eficácia o processo de educação e formação do aluno.

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

Os Modelos de Ensino são elementos cruciais no que respeita à intervenção pedagógica. As modalidades a lecionar obrigaram a um planeamento prévio, tendo como base todos os recursos necessários (espaciais, materiais e temporais), no sentido de analisar pormenorizadamente os modelos a adotar, sempre com o intuito de beneficiar os alunos no processo de ensino e aprendizagem.

“Não existe nenhum modelo que seja adaptado a todos os fatores envolvidos no processo de ensino e aprendizagem, existindo aspetos cruciais que o docente deve ter em consideração, a fim de utilizar aqueles que se adequem melhor aos problemas evidenciados durante a prática docente” (Silva et al., 2017).

Cada aluno é único e tem diferentes necessidades que devem ser atendidas. Por isso, adotei diferentes modelos de ensino que melhor se adaptassem às características de cada aluno em particular e da turma em geral.

Foi uma boa experiência ter aprendido mais sobre este desporto e consegui ultrapassar as dificuldades que tinha no início com uma certa facilidade devido também à forma de aprendizagem que foi essencial para a minha evolução.

#### **Reflexão/Testemunho de aluno – Questionário “Livro do Aluno”**

Como refere Bento (2014), “o sentido de pluralidade contido na expressão “desporto para todos” não acarreta apenas que todos têm o direito a aceder e usufruir da prática desportiva; quer dizer, muito mais, que é necessário desenvolver e aperfeiçoar modelos, formas de organização e ofertas de desporto ajustado a todos.”

Desde o início do ano letivo que a turma apresentava um comportamento extremamente positivo, com motivação para a prática, e principalmente alunos multifacetados na prática desportiva. Nessa perspetiva foi implementado durante a PES um misto de modelos de ensino que enfatizaram o aluno como fator primordial de todo o processo, visto que os alunos exibiam capacidade para um ensino concentrado na criatividade e autonomia. Porém, o Modelo de Instrução Direta, centrado no professor, também foi utilizado em momentos em que se notaram

dificuldades nas abordagens/aprendizagens de gestos técnicos em diferentes modalidades, procurando assim um processo mais analítico e intuitivo. Assim sendo, podemos referenciar quatro modelos de ensino utilizados durante o ano letivo, nomeadamente: Modelo de Instrução Direta (MID); Teaching Games For Understanding (TGfU), Modelo de Educação Desportiva (MED) e o Modelo de Aprendizagem Cooperativa (MAC). Todas as decisões subjacentes à utilização dos modelos de ensino foram debatidas com o OC, sempre com total validação e aconselhamento por parte do mesmo.

De acordo com Mesquita e Graça (2011, pp. 46-47), "entre os modelos de instrução mais centrados na direção do professor e modelos que concedem mais espaço à descoberta e à iniciativa dos alunos há que encontrar o justo equilíbrio entre as necessidades de direção e apoio e as necessidades de exercitar a autonomia”.

### **Modelo de Instrução Direta (MID)**

O MID é um modelo de ensino que se baseia na transmissão de informações, exemplos e demonstrações aos alunos, no sentido destes realizarem as habilidades/gestos corretamente. O professor procura assumir o processo de ensino e aprendizagem, guiando a evolução dos alunos, através de instruções/feedbacks imediatos para promover uma aprendizagem efetiva.

Assim, a aplicação do MID foi fundamental no sentido de criar alicerces para o trabalho autónomo, sendo o principal objetivo centrar os alunos no processo de ensino e aprendizagem. Concordo com Mesquita e Graça (2011, p. 48) quando referem que “neste domínio, o professor realiza o controlo administrativo, determinando explicitamente as regras e as rotinas de gestão e ação dos alunos, de forma a obter máxima eficácia nas atividades desenvolvidas pelos alunos.”

Procurei ser mais objetivo na transmissão de feedback e ter o cuidado de parar, corrigir e demonstrar, o que deveria ter acontecido em algumas aulas anteriores e é fulcral para a aprendizagem dos alunos.

### **Diário de Bordo (Reflexão N°19 – 23/10/2022 – Voleibol)**

Todavia, o MID não foi aplicado isoladamente em nenhuma unidade didática (UD), procurei sempre conjugar com outros modelos em que o aluno se sobressaia, relativamente à

tomada de decisão, oferecendo condições para uma descoberta guiada. Em alguns momentos tornou-se imprescindível recorrer à instrução direta, nos casos em que os alunos possuíam imensas dificuldades de execução do gesto pretendido ou do comportamento desejado.

Na operacionalização da aula, adotei uma postura que mais se aproxima com a instrução direta porque ainda se nota algumas dificuldades na execução das habilidades técnicas.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°25 – 14/12/2022 – Uni-Hóquei)**

Concretamente, nas UD de Futsal, Voleibol e Uni-Hóquei foi onde utilizei com mais frequência o MID, devido, sobretudo, com o facto de os alunos demonstrarem dificuldades no controlo das tarefas. A transmissão de informações criteriosas e instantâneas, de acordo com os critérios de êxito para a tarefa, proporcionou que os mesmos melhorassem o seu desempenho e se aproximassem do nível que os restantes alunos se situavam, pois, o MID é eficaz quando o conteúdo específico precisa de ser comunicado de forma clara e concisa para garantir que todos os alunos dominem os fundamentos do desenvolvimento de habilidades.

#### **Teaching Games for Understanding (TGfU)**

O TGfU é totalmente centrado no jogo e no aluno e permite a este responder a questões sobre "o que fazer, quando fazer e não apenas de como fazer", através de situações formais de jogo, sendo confrontado com os desafios e constrangimentos do jogo, promovendo a busca constante pela melhor solução. Pretendi que o jogo fosse a base de todas as aulas, procurando que os alunos o compreendessem e se desenvolvessem a nível técnico-tático através de formas jogadas do mesmo.

No que toca ao momento competitivo, apercebi-me da aplicação dos conhecimentos técnico-táticos em jogo e do dinamismo, intensidade e predisposição dos alunos ao longo da tarefa, o que facilita a aprendizagem e, enquanto professor, deixa-me bastante satisfeito.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°19 – 23/11/2022 – Voleibol)**

Neste método, o jogo, objetivado numa forma modificada concreta, é a referência central para o processo de aprendizagem, sendo ele que confere coerência a tudo quanto se faz

de produtivo na aula (Graça & Mesquita, 2007). Assim, todos os momentos de aprendizagem centralizam-se no jogo e nos seus aspetos constituintes, como a perceção tática e tomada de decisão, exatamente como afirma Gouveia et al. (2021) que “destaca a importância da compreensão e reflexão no jogo, por parte do aluno, focando-se na sua conscientização tática e consequente tomada de decisão em função do contexto em que está inserido.” (p.112).

A descoberta guiada em todo o processo de ensino e aprendizagem é uma premissa imperativa na atuação do professor durante a sua participação, proporcionando aos alunos desenvolverem a capacidade criativa, nomeadamente na resolução de problemas, tornando os mesmos desportivamente mais competentes, cultos e autónomos.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°28 – 04/01/2023 – Uni-Hóquei)**

O TGfU não nega a necessidade do ensino da técnica, apenas sustenta que o trabalho específico da técnica surja após a apreciação do jogo e a contextualização da sua necessidade a partir de situações modificadas de jogo (Graça & Mesquita, 2007).

Nas modalidades coletivas lecionadas, Basquetebol, Futsal e Uni-Hóquei, o TGfU foi o modelo basilar de todo o processo de ensino e aprendizagem, procurando através de um estilo de ensino de descoberta guiada, estimular o aluno perante um conjunto de situações onde é obrigado a procurar soluções. Outro fator que influenciou o uso do TGfU foi o facto da turma ser numerosa, 29 alunos, posto isto, a aprendizagem em contexto de jogo aumentava o tempo potencial de aprendizagem. O facto da turma apresentar no seu histórico escolar bastante prática destas modalidades noutros anos letivos e ser uma turma do 12ºano de escolaridade, possibilitou que desempenhassem com eficiência os gestos técnicos, salvo algumas situações que obrigou à exploração do MID, tal como referido acima. Deste modo, a criação de um contexto de ensino tendo por base o jogo, foi uma escolha acertada, pois no final das UD todos os alunos apresentaram um desempenho que representou evolução e principalmente compreensão provida do jogo.

Esta modalidade surpreendeu-me pela positiva. Nas primeiras aulas adaptamo-nos ao posicionamento das mãos no stick, ao controlo da bola e também à proteção da bola. Posteriormente, começamos a fazer jogos mistos 1x1/2x1/3x2 e por fim 3x3.

#### **Reflexão/Testemunho de aluno – Questionário “Livro do Aluno”**

## **Modelo de Educação Desportiva (MED)**

Este modelo assumiu-se como o mais exigente na PES. A organização, reflexão e investimento na procura minuciosa pelas etapas, papéis a implementar e por fim a operacionalização do MED, foi um desafio exigente no plano de intervenção, mas ao mesmo tempo o mais emocionante e gratificante devido aos momentos partilhados com os alunos.

O MED, proporciona uma experiência desportiva real e autêntica na aula de EF, procurando tornar os alunos mais proficientes/competentes, conhecedores, e desportistas entusiastas (Siedentop et al., 2014), através do agrupamento de alunos em equipas durante uma determinada tarefa, e, neste campo as equipas funcionam como no desporto formal, onde todos os constituintes trabalham para alcançar o mesmo objetivo (Metzler, 2011).

“Este modelo de ensino da EF rompe com as abordagens mais tradicionais porque diferencia-se nos seguintes pontos: (a) conteúdos a privilegiar; (b) métodos e estratégias de instrução; (c) configuração de papéis e responsabilidades de quem ensina e de quem aprende, e (d) contextos e cenários de aprendizagem.” (Siedentop, et al., 2004; Graça & Mesquita, 2015).

O MED foi utilizado nas UD de Voleibol e Badminton. A escolha recaiu a partir de uma avaliação diagnóstica (AD) onde se notou uma certa homogeneidade nos diferentes géneros, apenas com alguns alunos que demonstravam capacidade acima da média na respetiva modalidade. O facto destas UD representarem um período extenso de lecionação, proporcionou que fosse possível a implementação das diferentes etapas do MED, pois neste modelo é recriado um contexto desportivo autêntico, apresentando o conceito de época desportiva em detrimento das unidades didáticas de curta duração (Graça & Mesquita, 2013). O número extenso de alunos da turma favoreceu no sentido de atribuir os diversos papéis que o MED preconiza. Todos estes motivos foram preponderantes para que a sua aplicabilidade fosse positiva.

Na UD de Badminton o planeamento urgiu de um período de treino denominado de “pré-época” possibilitando a exercitação/consolidação os conteúdos abordados nas aulas anteriores e introduzindo novas habilidades de acordo com o planeamento proposto. De seguida foi criado um campeonato por géneros que permitiu construir um processo de ensino e aprendizagem sob um envolvente competitivo que fortaleceu a disposição para a prática e

estimulou as relações interpessoais entre os alunos. Os alunos que folgavam nas jornadas do campeonato possuíam as funções de árbitro, treinadores e responsáveis pela classificação. Durante a “época competitiva” foi criado um quadro competitivo que possibilitou a criação de uma celebração e condecoração dos diversos alunos, pois o MED prevê eventos culminantes onde participam todos os alunos num momento festivo (Metzler, 2017; Siedentop, et al., 2004). Na modalidade de Voleibol o planeamento seguiu a mesma linha orientadora, sendo que a competição preconizou uma ideia mais macro, com equipas, que à semelhança da UD de badminton, a(s) equipa(s) que ficassem de fora usufruíam de diversas tarefas. No final, o momento festivo criado com atribuições de diplomas, medalhas e taças, enfatizou ainda mais a implementação deste modelo. Nesta UD a implementação do MED foi importante devido ao espaço que usufruía para lecionar a modalidade, possibilitando assim usar um conjunto de ferramentas e estratégias que o MED oferece, tornando a sua leção mais facilitadora.

No 1º ano do MEEFEBS, o MED foi simulado em aulas com colegas de turma da faculdade, e perante isso, sempre foi o modelo que me identificava mais, motivando-me assim para o aplicar durante a PES. Reforço que o MED responde de uma forma muito prática ao desafio de adotarem-se metodologias mais ativas de ensino com o objetivo de motivar e tornar o processo de ensino e aprendizagem mais significativo para o aluno, podendo marcar o seu percurso escolar. Saliento também, que esta metodologia procura criar uma experiência desportiva enriquecedora e positiva, proporcionando aos alunos as habilidades e valores necessários para uma vida ativa e saudável.

Apesar da falta de experiência em relação ao MED, tal como os alunos, pois os mesmos demonstraram que nunca tinham tido uma experiência semelhante, foi um excelente desafio que obrigou a uma preparação rigorosa, bem como a um estudo profundo. Desse modo, concordando com McMahon & MacPhail (2007) “o professor tem de procurar ir além do simples conhecimento teórico do modelo, sendo necessário que aprenda, ganhe experiência e confiança em como implementá-lo na prática”.

“Uma impreparação na aplicação do MED poderá transformar a aula num espaço de recreio, pelo facto deste modelo assentar num sistema de organização descentralizado, o que gera maiores dificuldades na gestão dos espaços, dos grupos, das competições, dos resultados e dos papéis” (Mesquita, 2012, p.).

Perspetivando a experiência com este modelo, assumo uma agradável sensação de que consegui cumprir na globalidade com os seus pressupostos, que se abordaram todos os conteúdos programáticos e que os objetivos, no geral, foram alcançados. Não obstante, percebi que a competência em aplicar, particularmente este modelo, adquire-se através de uma experimentação constante.

### **Modelo de Aprendizagem Cooperativa (MAC)**

O MAC visa promover a cooperação entre os alunos, incentivando-os a trabalharem juntos em grupos para alcançar objetivos comuns de aprendizagem, reforçando esta premissa com a citação de Oliveira et al., (2017) que afirma que este modelo se torna eficaz quando há responsabilização individual e quando todos os elementos do grupo procuram atingir os mesmos objetivos.

Este modelo foi executado nas UD de Atletismo e Dança, a partir da percepção que havia diferentes níveis de desempenho, e o ensino cooperativo podia ser uma valência para aquisição de conhecimentos dos alunos menos dotados. Na altura da idealização do planeamento destas UD foi ponderada a utilização premente do MID, no entanto descentralizava o aluno durante a aprendizagem, algo que tinha vindo a ser evitado durante a PES, salvo situações que obrigavam a uma intervenção necessária. Além disso, a aprendizagem cooperativa cria um ambiente de aprendizagem inclusivo, onde todos os alunos têm a oportunidade de participar e contribuir, e estimula a responsabilidade individual, o desenvolvimento das interações sociais, e o aprimoramento das habilidades de comunicação e colaboração.

Partindo da Avaliação Diagnóstica (AD), organizei grupos de trabalho com quatro a cinco elementos que incluíam alunos com diferentes níveis de competência. Ou seja, os elementos do grupo tinham um objetivo comum para atingir o melhor rendimento, cujo desempenho dependia da aprendizagem individual de cada elemento, com a ajuda de todos os colegas.

Dentro da parte fundamental da aula, sinto que houve aprendizagem, trabalho cooperativo, ambiente positivo, alunos envolvidos e interessados em adquirir conhecimentos e isso resume toda a aula. Por outro lado, só agora tenho a capacidade de compreender a importância de envolver os alunos em tarefas com diferentes pares,

numa perspectiva de “eu ensino-te e depois tu ensinas-me a mim”. Sinto então que posso evoluir a turma num todo se utilizar estratégias para auxiliar o desenvolvimento dos alunos com mais dificuldades, através da aprendizagem cooperativa.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°57 – 10/05/2023 – Dança)**

Aleixo (2012), determina que este modelo possui diferentes valências de formação de jovens otimizando o processo ensino e aprendizagem e, conseqüentemente, o sucesso na aprendizagem.

Optei por criar dinâmicas onde os alunos experienciassem, por múltiplas vezes, o lançamento do peso, procurando promover uma interação positiva entre o lançador e o restante grupo. Senti que os alunos compreendiam os gestos técnicos pela transmissão de feedback e correções entre eles.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°51 – 19/04/2023 – Atletismo)**

A aprendizagem cooperativa surge como um modelo de ensino que patenteia uma participação considerável dos alunos, com tarefas centradas nos mesmos e que lhes proporcionam experiências desafiadoras e autênticas.

Segundo Dyson e Casey (2016) o MAC tem de representar os seguintes indicadores: interdependência positiva; responsabilidade individual (onde os alunos assumem a responsabilidade de cumprir a sua parte da tarefa para o grupo); e as habilidades interpessoais e em pequenos grupos (incluir a tomada de decisão, responsabilidade, fornecer e receber feedback e incentivar o colega).

Na fase fundamental da aula, no momento, voltei a sentir a necessidade/importância de “misturar” e juntar os pares e envolvê-los num trabalho cooperativo, no sentido de evoluir a turma num todo. Num momento de introspeção pós-aula, sinto que fiz o mais correto, pois houve aprendizagem e evolução.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°58 – 12/05/2023 – Dança)**

No final das UD comprovou-se que a aplicação do MAC teve efeitos positivos na evolução e aprendizagem dos alunos, fruto da predisposição para a prática e excelente ligação entre os mesmos, assumindo que é um aspeto fundamental para o sucesso deste modelo.

#### **4.1.2. Planeamento**

O planeamento na área educativa, neste caso do professor de EF, é essencial para garantir o sucesso das aulas e o alcance dos objetivos pedagógicos delineados.

Durante a PES, o ato de planear foi das tarefas mais desafiadoras que encontrei, pois senti que era obrigado a refletir pormenorizadamente acerca das etapas formativas, dos modelos mais eficientes para determinada modalidade, bem como, conjugar os recursos existentes, seja temporais, espaciais ou materiais, no sentido de oferecer aos alunos a melhor aprendizagem possível, respeitando um processo de complexidade crescente.

Segundo Andrade et al., (2020), o planeamento é muito importante na PES, pois inclui o desenvolvimento de estratégias sistemáticas e completas que orientam as atividades e movimentos do EE ao longo de todo o processo instrucional.

A constante tarefa de planear levou a que sentisse um aumento de qualidade no processo de ensino que operacionalizava na prática. Todos os dias deparei-me com vários problemas que mereciam uma análise e reflexão da minha parte, sempre com diálogo com o OC e NPES, e assim, quanto mais organização tivesse, mais preparado e capaz me sentia para responder às diversas situações-problema que ocorriam durante o processo de ensino e aprendizagem.

De acordo com Machado (2012) “o professor reflexivo é aquele que tem uma atitude ativa, na procura de alterar o que fez de forma voluntária e persistente, e depois de planificar e de realizar tenta verificar outra vez, com rigor, analisando todos os aspetos importantes do ensino no sentido de conseguir introduzir melhorias na sua prática.”

Tendo em perspetiva a aula de hoje, senti que esta foi ao encontro do que se pretende quando estamos nesta profissão. Senti que houve aprendizagem, crescimento e partilha de conhecimentos. Os alunos adquiriam competências e skills motoras relacionadas com a matéria de ensino. Acima de tudo, obtive novamente a perceção de que o caminho

passa por planejar antecipadamente, testar e aplicar, corrigir se necessário (na ação) e evoluir, procurando sempre focar na aprendizagem dos alunos.

### **Diário de Bordo (Reflexão N°42 – 03/03/2023 – Basquetebol)**

É importante salientar que o planeamento deve ter em conta as características dos alunos, pois estes assumem o elemento de evolução, e foi nesse sentido que procurei sempre ter a máxima atenção, planejar com o intuito que todos pudessem evoluir as habilidades motoras e absorver o máximo de conhecimento possível. Outra situação que desenvolvi a partir do ato de planar foi a questão da adaptabilidade, pois notei que o professor deve estar sempre aberto a adaptações, tornando o planeamento sempre flexível à mudança.

O planeamento traduziu-se um elemento essencial para me transmitir segurança e confiança relativamente ao meu trabalho, sabendo também que uma preparação eficiente é imprescindível para sermos conhecidos pelo nosso rigor relativamente à profissão que exercemos. A literatura destaca a premência de o professor dever ser capaz de projetar a sua atividade de ensino no quadro de uma conceção de pedagogia referenciada, incluindo no seu planeamento e na sua concretização as competências gerais e transversais do ciclo (Seabra et al., 2016).

### **Planeamento Anual**

Em relação ao Planeamento Anual (PA) perspetivei-o como uma peça fulcral para organizar e conduzir a minha prática pedagógica durante o ano letivo, visto que visa intervir no processo de gestão das aulas, destinadas para cada matéria de ensino (modalidade), tendo em conta as necessidades específicas dos alunos. Nesse sentido, surgiu a necessidade de aprofundar os conhecimentos inerentes às diferentes UD, no sentido de contribuir, da melhor forma, para a aprendizagem e desenvolvimento integral dos alunos.

A construção do PA foi inteiramente da responsabilidade do coordenador da disciplina de EF da EC, aceite e debatido com os restantes professores, no que concerne às modalidades a abordar, bem como o número de aulas disponibilizadas para cada UD. A nossa decisão acerca do PA foi bastante reduzida. Por conseguinte, o PA foi entregue ao NPES nas primeiras reuniões que antecederam o ano letivo, no sentido de ser analisado pormenorizadamente, perspetivando a prática pedagógica, visto que cada ano de escolaridade possui diferentes

conteúdos a desenvolver. Por outro lado, na primeira abordagem com a turma, com o intuito de proporcionar aulas que motivassem os alunos a desenvolver as suas capacidades, foi elaborado um questionário no *Google Forms* para que escolhessem, de acordo com as suas preferências, as modalidades desportivas opcionais a abordar. Os alunos escolheram a modalidade de futsal e basquetebol.

De notar que os documentos fornecidos e criados pelo GEF, tem como base as aprendizagens essenciais e procuram dar resposta às indicações que constam no documento.

Após possuir o documento finalizado, o PA da turma foi pensado e debatido com o apoio do OC, alocando as diferentes UD no calendário escolar. Coube-me também, considerando que foi um aspeto importante para perceber a exigência da PES, organizar o material de apoio (PA, PEE, Roulement, Critérios de Avaliação, etc.) com o objetivo de estruturar e planear o processo de ensino e aprendizagem a fim de cumprir os objetivos gerais e específicos da disciplina de EF e de cada modalidade. Porém, a apresentação tardia do roulement pelo coordenador do GEF dificultou o processo de planeamento.

Um dos ensinamentos retirado a partir do PA foi o facto de obter a noção que esta prática nunca é fechada, estando sempre aberta à mudança e à adaptabilidade, pois ao longo do caminho surgem situações que obrigam à sua reestruturação, seja condições temporais ou atividades da escola, exatamente o que aconteceu ao longo do ano. Assume-se fundamental enquadrar o planeamento com o contexto físico, social e cultural, pois permitiu projetar melhor o mesmo, tendo como referência o material e as instalações desportivas, bem como as características e interesses dos alunos (Seabra et al., 2016).

As UD abordadas no 1º semestre foram: Futsal e Uni-Hóquei, ambas com 5 aulas, e Voleibol com 11 aulas. No 2º semestre foram abordados: Badminton e Basquetebol com 8 aulas cada, incluindo 4 aulas para as UD de Atletismo e Dança. No início do ano letivo, final do 1º e 2º semestre foram realizados os testes de aptidão física (FitEscola). Os tempos letivos destinados para os testes escritos também se encontravam no planeamento, bem como, atividades extra curriculares propostas (Parque da Cidade e praia de Matosinhos).

Para além de lecionar o mencionado, também lecionei a modalidade de Andebol no ensino básico, numa turma de 6º ano. Esta experiência foi sem dúvida das mais marcantes e enriquecedoras, pois obrigava à mudança radical de postura devido ao contexto social da escola ser bastante problemático. A gestão da aula foi o maior desafio, onde assumo algumas dificuldades, em alguns momentos, em conseguir criar um ambiente propício à aprendizagem.

O respeito, solidariedade e vontade dos alunos não era notório, o que obrigava a uma liderança mais rígida e um ensino centrado no professor. Relativamente à UD, esta promoveu essencialmente o ensino através de jogos lúdicos e exercícios com reduzido número de alunos, no sentido de aumentar o tempo útil de aprendizagem.

### **Unidades Didáticas**

A sistematização e operacionalização da UD é um aspeto importantíssimo porque é com base nela que o professor define objetivos exequíveis e realistas e desenha exercícios verdadeiramente potenciadores da aprendizagem dos alunos (Quina, 2009).

No desenho da UD, os fatores considerados foram os seguintes: o número de aulas destinadas para a modalidade, sendo a primeira e a última aula dedicadas à AD e avaliação sumativa (AS), respetivamente; os conteúdos a abordar, o tempo necessário para os assimilar e a organização das aulas. A necessidade das UD corresponderem com o tempo a lecionar proposto pelo departamento de EF não facilitou por vezes a que houvesse uma assimilação completa ou positiva perante os conteúdos delineados, pois o número de aulas de cada UD devia ser suficiente para que fosse possível o domínio dos objetivos propostos, sendo que, em UD com poucas aulas, cerca de 6 tempos letivos, dificilmente houve uma aprendizagem observável. Nas unidades com um número elevado de aulas (mais de 12) pretendeu-se que os alunos absorvessem o máximo de conhecimento e habilidades, privilegiando-se que os mesmos finalizassem a UD preparados para a próxima etapa formativa de maior complexidade.

No início de cada UD, foi elaborado um documento que continha a caracterização rigorosa das aulas, através dos seus pressupostos, a forma como os modelos de ensino estavam enquadrados com a orgânica das aulas, e principalmente a justificação global do planeamento a executar. Nas primeiras UD procurou-se planejar com recurso à grelha de Vickers, permitindo uma estruturação elaborada das funções didáticas em consonância com as habilidades motoras (aspetos técnicos e táticos) e psicossociais de todos os conteúdos, traduzindo uma progressão organizada e de complexidade crescente, no sentido de obter uma melhor aprendizagem e consolidação dos parâmetros por parte dos alunos. Após diálogo com a SV notamos que seria mais benéfico e enquadrado a evolução da construção das UD, a utilização do modelo de planeamento *Backward Design*, que permite explorar e analisar as ideias macro no sentido de desenhar os instrumentos de avaliação e selecionar as estratégias de ensino, tendo sempre como base o respetivo contexto. O uso desta temática tornou a UD mais rica em informação e

proporcionou uma maior preparação para as aulas. Não obstante, a grelha de vickers foi sempre criada, sendo uma sugestão do OC, mas também porque a utilização da mesma ajuda-me a ter uma perceção rápida e sucinta de toda a UD.

Todas as UD iniciaram com a AD, com a finalidade de recolher informações acerca dos alunos no que concerne ao rendimento, capacidades, dificuldades, interesses e motivações, pois é com base nestes aspetos que o professor faz a predição daquilo que os alunos poderão vir a ser capazes de fazer. Outro objetivo da AD foi a criação de diferentes níveis de desempenho nas UD que se evidenciou níveis antagónicos de rendimento, no sentido de operacionalizar o processo de ensino e aprendizagem de acordo com os mesmos.

Em suma, a UD não deve nem pode ser olhada como um documento inalterável, pois o processo de ensino é oscilante, sujeito a adaptações constantes por partes dos professores, e visto que o centro do processo são sempre os nossos alunos, temos de respeitar sempre as suas capacidades, tempos de aprendizagem e necessidades, o que implica um processo de reflexão e ponderação, com a possibilidade, tal como foi referenciado no planeamento, de ser flexível, na perspetiva de potenciar a aprendizagem dos alunos.

Adicionalmente, para dar suporte às UD, e adaptar o conceito de ensino às tecnologias, foram utilizadas ferramentas digitais, nomeadamente o Classroom e o Google Forms, que permitiram tornar mais cativante a partilha de informação, como por exemplo, os documentos criados pelo NPES que forneciam aos alunos os conteúdos das UD, importantes para os testes teóricos a realizar no final de cada semestre. Foi criado também uma área privada denominada de “Livro do Aluno” para cada um, através do Google Forms, onde procuravam realizar constantes reflexões de aula. Esta ideia assumiu-se imprescindível para avaliar e monitorizar todo o processo de ensino e aprendizagem, com os juízos e perceções dos alunos a ser fundamental para construir/ajustar o planeamento.

## **Plano de aula**

Um dos aspetos fundamentais que facilita a realização do plano de aula é, segundo Metzler (2011), um bom planeamento ao nível da UD, visto que a mesma é o traço geral e o plano de aula caracteriza-se como o plano detalhado de um determinado momento da UD.

O plano de aula, assume-se como o elemento micro do planeamento, e neste caso o modelo desenvolvido e aplicado, procurando referir os objetivos gerais e específicos de cada aula e detalhando, com critério, cada exercício proposto para a mesma, tendo em perspetiva o

objetivo, situação de aprendizagem, organização didático-metodológica e componentes críticas. O plano de aula foi previamente idealizado, ponderado e estruturado, em prol da aprendizagem dos alunos e de acordo com o planeamento da UD. Contudo, o mesmo nunca esteve isento de ser adaptado e readaptado no decorrer da aula, devido aos mais diversos fatores como, por exemplo, as condições meteorológicas, gestão do material e do espaço, entre outros.

Início esta reflexão com um sentimento de angústia. Programei uma aula que não foi ao encontro das minhas expectativas. Acima de tudo, sinto que o principal responsável fui eu. Optei por iniciar a parte fundamental da aula de uma forma que não estava previamente planeada apesar de ter a consciência que seria a melhor ação a tomar. Decidi colocar condicionantes ao exercício, mas demorei a atuar e o mesmo arrastou-se durante algum tempo. Sem necessidade, passei a estar ansioso e não estive “presente” na aula como é habitual, a intervir, corrigir e transmitir feedback. Deveria ter refletido na ação e agido em função, pois teria sido importante, na perspetiva da aprendizagem dos alunos, ter estado mais interventivo. A comunicação deverá também ser mais objetiva.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°12 – 28/11/2022 – Voleibol)**

No início da PES procurava estar imensamente ligado ao plano de aula, no entanto notei através dos diversos problemas de gestão que a aula proporcionava ou do facto de determinado exercício não ter o impacto esperado, que seria necessário ser capaz de (rea)agir com recurso à reflexão na ação e tendo assim uma intervenção mais flexível e prontificada, em função do desempenho dos alunos e às necessidades de aprendizagem e correção provenientes no decurso da aula. De salientar que o fator externo de estar envolvido no contexto do treino desportivo, possibilitou uma resposta positiva às adaptações frequentes nas aulas. Assim, considero o plano de aula uma ferramenta pedagógica essencial à profissão docente, mas o professor deve ter a noção que o mesmo se caracteriza como a partida mas por vezes não se afirma como a meta.

Com o findar da aula e refletindo após a ação e escutando o NPES, bem como o OC, apercebi-me da importância de intensificar o tempo potencial de aprendizagem para o processo de evolução dos alunos. Devo procurar sempre a aprendizagem dos meus

alunos, envolvendo-os em tarefas ligadas ao jogo, mesmo que isso implique “fugir” ao plano ou adaptar vezes sem conta.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°43 – 08/03/2023 – Basquetebol)**

Após o final de cada aula, o momento de reflexão da prática pedagógica (individual e conjunta) foi determinante para o processo de evolução enquanto EE. O OC transmitiu sempre com clareza os pontos positivos e negativos da aula, suscitando sempre a nossa reflexão acerca das soluções perante as situações menos positivas, o que se assumiu preponderante para um crescimento exponencial da PES, nomeadamente na vertente da prática pedagógica. A reflexão envolvendo os alunos, a partir do questionamento, foi uma prática corrente, na ambição de os fazer pensar sobre a aula. Estas práticas foram determinantes por vezes para a alteração do plano de aula seguinte ou até do planeamento da UD, pois permitia considerar aquilo que estava delineado face aos aspetos debatidos.

No final da aula, optei por fazer uma reflexão conjunta com todos os alunos, no sentido de partilhar os aspetos positivos e os aspetos a melhorar, apelando também às dificuldades sentidas por eles através do questionamento. Durante a mesma, partilhei com os alunos as dificuldades sentidas por mim na aplicação de determinado jogo/exercício. Considero que esta prática foi bastante positiva no sentido de aumentar a bagagem de conhecimentos e experiências dos alunos, especialmente daqueles que sentem mais dificuldades. Do ponto de vista do EE, esta aula foi importante para a minha formação, no sentido em que o erro proporcionou uma nova aprendizagem.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°46 – 17/03/2023 – Basquetebol)**

No que concerne à estrutura base do plano de aula, este subdivide-se em três partes: inicial, fundamental e final. Durante a semana a turma dispunha de 150 minutos de EF, divididos em 2 aulas, uma de 50 minutos e outra de 100 minutos. A aula de 50 minutos assumiu-se sempre como a mais difícil, pois devido ao diminuto tempo de prática efetiva obrigava a uma gestão mais rigorosa do plano de aula. Por outro lado, as aulas de 100 minutos permitia oferecer aos alunos uma aula completa de acordo com o que se pretende em cada parte que a compõem.

Gostei muito da nova modalidade, nunca a tinha praticado. Os exercícios são interessantes e inovadores, gostei muito da dinâmica proporcionada. Evolui bastante tendo em conta o número reduzido das aulas. Em suma, penso que os exercícios realizados na aula permitiram que eu evoluísse consideravelmente.

#### **Reflexão/Testemunho de aluno – Questionário “Livro do Aluno”**

Na parte inicial realizei sempre um briefing dos conteúdos abordar na aula, bem como, por vezes, uma análise com questionamento sobre aula anterior ou da UD até ao momento. A utilização de jogos lúdicos com o fim de aumentar a predisposição para a aula foi frequente, e sempre que possível com transferência para a parte fundamental, isto é, respeitando uma lógica metodológica. Na parte fundamental da aula procurei sempre realizar 3 exercícios no máximo nas aulas de 100 minutos, e no máximo 2 exercícios nas aulas de 50 minutos, dependendo da orgânica dos mesmos, pois o objetivo era tornar a aula o mais dinâmica possível diminuindo os tempos de paragem. Nesta parte o foco sempre foi o desenvolvimento das habilidades motoras com mais especificidade técnica, sendo que os exercícios das modalidades coletivas tinham o objetivo de preparar e melhorar o jogo formal, pois através da sua desconstrução pretendia-se que evoluíssem e conseguissem aprimorar as habilidades e capacidades. Nas restantes modalidades a ideia regia-se na mesma dinâmica, centrando a parte fundamental no desenvolvimento dos gestos específicos, tal como no Atletismo e Dança, com a finalidade de capacitar os alunos para o gesto na sua globalidade. A parte final da aula era dedicada maioritariamente na consolidação dos conteúdos potenciados no decorrer da aula, através de jogos reduzidos e formais nos desportos coletivos, ou particularmente na Dança que se procurava a articulação das aprendizagens anteriores na construção de coreografias. Na parte final da aula também era realizado um balanço final das várias ocorrências da aula juntamente com os alunos.

Como por exemplo o jogo com apoios, abordado nas últimas aulas, que foi a minha parte favorita. Gostei bastante da forma como aprendi a modalidade, para além de divertido foi fácil e interessante. As reflexões feitas ao longo das aulas também foram importantes para perceber a minha evolução e a educação física.

#### **Reflexão/Testemunho de aluno – Questionário “Livro do Aluno”**

Desde a primeira estância, o OC transmitiu a importância do plano de aula ser absolutamente esclarecedor no sentido de permitir uma fácil leitura e compreensão, para qualquer outro EE que, porventura, tivesse de assumir a direção da aula. Outra premissa que levei sempre em consideração foi a coerência e lógica dos exercícios, pois segundo Lopes et al., (2014) o professor deve, através do seu planejamento e criteriosa seleção de exercícios ao longo das diferentes etapas, despertar uma consciência para que os seus alunos adquiram autonomia e possam ministrar sua própria atividade física de maneira correta fora do ambiente escolar.

Em resumo, uma vez que o PA (nível macro) continha uma visão geral de todas as modalidades que vieram a ser lecionadas no decorrer do ano letivo o planejamento de aula (nível micro) foi devidamente especificado em função do planejamento das diferentes unidades didáticas (nível Meso).

#### **4.1.3. Realização**

O parâmetro da realização retrata aquilo que o professor coloca em prática, idealiza e planeia em prol dos seus alunos, desenvolvendo e promovendo aprendizagens significativas, fomentando a noção de competência no aluno e envolvendo-o de forma ativa no processo de ensino e aprendizagem. Deverá, pois claro, ter em atenção a todas as dimensões da intervenção pedagógica, como a gestão, o clima, a instrução e a disciplina. É neste momento que o professor pode ser confrontado com os mais diversos problemas provenientes do ato de ensinar, relacionados com a escola (espaços e materiais), a turma e o conhecimento do professor (teórico-prático das matérias de ensino). Surgem dificuldades, por exemplo, ao nível da otimização do tempo potencial de aprendizagem, da qualidade de instrução e do feedback pedagógico, da gestão da aula, do clima e a orientação ativa dos alunos, entre outros. Posto isto, o professor deve ter bem assente o conhecimento do conteúdo, assim como o conhecimento pedagógico do conteúdo, permitindo responder a todo o tipo de situações durante a aula.

Sinto que esta aula deu-me um alento especial ao meu desenvolvimento como professor, pois senti a necessidade de colocar em prática a minha capacidade de adaptação, “desligar-me” do planejamento e ser capaz de contribuir para a aprendizagem dos meus alunos.

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

##### **Instrução**

Segundo Rosado e Mesquita (2011), comunicar é um dos principais requisitos para a profissão docente. O mesmo autor refere que a instrução situa-se num lugar de destaque por ser o centro da informação em relação aos objetivos e matérias de ensino. Metzler (2011) defende que as estratégias instrucionais referem-se a uma série de operações que favorecem o aparecimento de resultados de aprendizagem ao envolverem os alunos nos conteúdos da aula.

Para Rosado e Mesquita (2011), “não importa apenas que o aluno esteja atento e retenha a informação, sendo necessário que o mesmo a aceite e que adira a todo o tipo de atividades que lhes são propostas.”

Relativamente ao meu posicionamento nas aulas, e de modo a instruir com qualidade, preocupei-me permanentemente com a minha posição perante o grupo, adotando uma posição de forma a garantir contacto visual com todos os alunos, para assegurar um melhor controlo da turma que se caracterizava por ser extensa (29 alunos).

Na demonstração de cada exercício, sendo mais complexo ou não, procurei habitualmente demonstrar o gesto/dinâmica/comportamento. Sempre que necessário recorri aos alunos com melhores desempenhos nas diferentes modalidades, como agentes de ensino, facilitando assim a tarefa institucional. Com a transmissão de conteúdos, procurei projetar a minha voz, ser célere e objetivo. O mesmo quanto à qualidade dos feedbacks, onde procurei ser positivo, motivando-os para a prática.

Procurei corrigir e transmitir feedback individualizado, mas apercebo-me que poderia ter solucionado o problema de forma diferente. Poderia ter transmitido a informação de uma forma mais generalizada na transição entre os dois jogos. Não o fiz e arrependo-me, pois fui capaz de identificar o problema e não agi.

##### **Diário de Bordo (Reflexão N°20 – 25/11/2022 – Voleibol)**

Posto isto, a instrução é a peça-chave, fundamentalmente por se referir à informação relacionada com os objetivos de aprendizagem, de modo que os alunos se consigam autorregular e assumir o papel de construtores ativos da sua própria aprendizagem.

## Gestão

Como refere Oliveira De Souza et al., (2019), a gestão da sala de aula pode ser definida como estratégias que permitem ao professor organizar a sala de aula, com a participação em grupo, cooperação e cumplicidade entre os alunos, quando bem articulada.

Desde o início do ano letivo, e relativamente ao controlo da gestão, sempre foi um tema presente e de constante análise. O controlo e gestão da turma não foi considerado um problema, uma vez que os alunos, para além de trabalhadores e de demonstrarem um excelente comportamento, eram autónomos. Na primeira aula do ano letivo referi algumas regras criadas pelo NPES em reuniões anteriores, assim como a definição de rotinas. A lista de regras foi elaborada em Flyer, numa espécie de regulamento a respeitar nas aulas de EF.

As respetivas regras e rotinas contribuíram para a diminuição dos tempos de paragem e de transição, resultando num maior tempo de exercitação por parte dos alunos. As questões de gestão e controlo foram as primeiras preocupações do ano, e estes hábitos levaram a um melhor funcionamento da aula. Desde o princípio que incuti nos alunos autonomia e responsabilidade, e estes cumpriram a maioria das suas funções com sucesso.

A organização de cada aula foi criada pormenorizadamente para que pudesse oferecer aos alunos o máximo tempo possível de atividade motora e aprendizagem, sendo uma tarefa por vezes difícil devido ao número considerável de alunos na turma.

A preocupação relativamente aos recursos espaciais sempre foi um problema que atravessou o ano letivo. Diversas vezes foi necessário alterar antes da aula o espaço destinado à mesma, devido às condições meteorológicas que impediam a realização da aula no exterior, e desse modo, a capacidade adaptação face a estas adversidades foi um desafio premente durante a PES.

No início do ano letivo sentia uma necessidade premente em cumprir escrupulosamente com o plano de aula, nomeadamente a realização de todos os exercícios nos tempos devidos, e quando não conseguia enfrentar a ansiedade e preocupação de não estar a conseguir gerir a aula da melhor maneira ficava bastante frustrado. No entanto, com o decorrer da PES apercebi-me que nos deparámos constantemente com situações incontroláveis que prejudicam a aula, e por conseguinte o cumprimento do plano estipulado. Dessa forma, percebi que a solução era investir no desenvolvimento da capacidade de improvisar, procurando estudar ao nível destas temáticas.

A competição iniciou com um pequeno atraso, estagnando numa fase inicial com algum “tempo morto” devido à ausência de quatro alunas, o que levou a uma reestruturação das equipas. Sendo o professor, devo procurar ser mais pró-ativo nesses momentos e agilizar o processo. A parte inicial da aula, quando comparada com a última, foi bastante positiva. A explicação e operacionalização foi mais sucinta e objetiva, tendo aumentado o tempo útil da aula. Assim que dividi os alunos por níveis de aprendizagem, dentro do grupo mais evoluído, senti que deveria introduzir novas dinâmicas e aumentar a complexidade da tarefa e apercebo-me que foi bastante positivo.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°13 – 02/11/2022 – Voleibol)**

O facto de existir uma homogeneidade na turma, a necessidade de trabalhar com grupos de níveis não surgiu com frequência, apenas algumas situações nos desportos individuais, tal como referido anteriormente. Este fator proporcionou mais intervenções dos alunos com menos experiência, permitindo a evolução dos mesmos devido a interligarem-se com os mais dotados. Esta evidência traduziu-se essencial para facilitar o processo de ensino e aprendizagem, pois proporcionava que a intervenção e atenção durante a prática fossem abrangentes, aumentando o espaço de captação global da turma.

#### **Clima**

Na dimensão do clima, segundo Rosado & Mesquita, (2011), um ambiente de aprendizagem ideal é aquele que promove interações significativas e positivas entre professores e alunos, e cria um ambiente social saudável dentro e fora da aula. Em outras palavras, é um espaço onde os professores estabelecem vínculos construtivos com os alunos, facilitando a troca de conhecimentos e desenvolvimento mútuo.

Após o começo da exercitação da aula, senti que o clima da mesma era positivo. Apercebi-me do ritmo alto da aula, do envolvimento dos alunos e da preocupação em aprender, escutar e melhorar. Apercebo-me agora que a aula foi ao encontro do planeado e objetivado por mim.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°8 – 14/10/2022 – Futsal)**

Desde o início do ano letivo tentei manter uma relação positiva, de confiança e de respeito com os meus alunos, com o objetivo de obter com facilidade o controlo da turma e construir bases de motivação para que sentissem vontade para as aulas de EF, e assim, fomentar e conquistar a colaboração dos alunos para as tarefas propostas durante as aulas.

Fruto da disciplina controlada, a criação de um clima de aula favorável para a aquisição e desenvolvimento dos conhecimentos e capacidades revelou-se mais fácil. O gosto pela atividade física e pelo desporto que os alunos apresentavam teve um papel relevante. Todos realizavam as aulas com níveis de empenho e entusiasmo altos e demonstravam interesse em ouvir e perceber as instruções e feedbacks.

No papel de professor, demonstrei domínio dos conteúdos e segurança nas intervenções, acompanhando a turma, variando a atenção e posição, bem como, as estratégias utilizadas preveniram o aparecimento de comportamentos desviantes e quando ocorreram atuei imediatamente no sentido de os solucionar. Presenciou-se um ambiente positivo, promovendo sentimentos de competência e trabalho de cooperação entre os alunos. Os alunos evidenciam uma atitude positiva, envolvendo-se ativamente nas atividades propostas.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°37 – 10/02/2023 – Badminton)**

A natureza da disciplina de EF permite uma maior proximidade entre professor e aluno, o que potencia o desenvolvimento da relação pedagógica, nesse sentido, através de uma relação próxima mas sempre cordial e respeitadora, facilitou bastante o processo de ensino, uma vez que contruí uma boa relação com os alunos.

#### **Disciplina**

O aparecimento de situações negativas relativas à disciplinas foi precavido no início do ano letivo com a transmissão das normas e regras de funcionamento nas aulas de EF. Logicamente, o facto dos alunos apresentarem um grau de maturidade no geral notório influenciou positivamente a dinâmica das aulas, diminuindo drasticamente a necessidade de intervenção face a comportamentos desviantes. Não obstante, durante o ano letivo foi necessário relembrar esporadicamente o comportamento desejado, aquando do surgimento de situações de carácter negativo por parte dos alunos.

Por outro lado, na disciplina, notei por vezes alguns momentos de desordem em que os alunos se desviaram do necessário para o bom funcionamento da aula. A comunicação antecipada das normas/regras de funcionamento na aula também pode ser importante para precaver situações negativas.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°36 – 03/02/2023 – Badminton)**

Uma das maiores preocupações que enfrentei, e ao mesmo tempo dificuldade, foi conjugar a prática com o melhor modelo de ensino, isto para propiciar ao máximo a disciplina e motivação dos alunos. Consciente que todos os alunos são diferentes, nem todos são bons aprendizes, procurei ser metucioso nas atividades escolhidas e por conseguinte ensinar da melhor forma.

Um dos aspetos que procurei melhorar ao longo da PES foi encontrar sempre a melhor posição espacial durante as aulas, no âmbito de controlar globalmente o comportamento da turma. No início não era evidente esta capacidade, com o desenrolar da PES já era notório a naturalidade com que conseguia posicionar-me nas aulas tendo uma visão periférica.

Por fim, senti que houve alunos que não ouviram as informações que passei, pois existiam alguns alunos que estavam nas minhas costas quando estava a falar. Para contornar a situação, só falarei quando os alunos estiverem todos à minha frente.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°23 – 07/12/2022 – Uni-Hóquei)**

Os conselhos do OC sempre se assumiram fundamentais, sendo que referia frequentemente que a presença do professor na aula deve ser sentida, nomeadamente na intervenção pedagógica, conseguindo com os que alunos sentissem a representação do professor como um elemento importante na dinâmica da aula.

Não sendo uma prática habitual no decorrer do ano letivo, iniciei a mesma com uma postura mais assertiva que colocou imediatamente os alunos em estado de alerta. Inconscientemente, esta atitude aumentou os índices de trabalho e de concentração dos alunos, sendo que a aula iniciou com um ritmo elevado.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°44 – 10/03/2023 – Basquetebol)**

Visto que esta turma apresentava um número elevado de alunos, os tempos prolongados de paragem entre exercícios sempre se destacaram um risco de distração e desordem, desse modo, procurei sempre realizar transições rápidas e principalmente implementar exercícios que todos pudessem ter alguma tarefa, limitando os tempos de espera e ausência na aula.

No momento final da aula correspondente à competição, foi possível observar alguns comportamentos desviantes. Posto isto, senti a necessidade de atribuir tarefas suplementares a alguns alunos no sentido de advertir esses mesmos comportamentos, sendo que prejudicaram o normal funcionamento da aula e o momento de competição, acabando por não registarem os resultados dos encontros e assim alterarem a dinâmica do torneio. No entanto, solucionei o problema no momento, sendo claro e objetivo no que pretendo que seja o “saber-estar” nas minhas aulas.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°13 – 02/11/2022 – Voleibol)**

A criação de uma relação de confiança aluno-professor e professor-aluno foi fundamental. Nesta foi dada aos alunos liberdade e oportunidade de intervenção nas aulas, fazendo com que os mesmos se sentissem parte integrante do processo, adquirindo assim a responsabilidade de colaborar para a eficiência das aulas.

#### **4.1.4. Avaliação**

A avaliação deve ser entendida como um meio para informar professores e alunos sobre os objetivos alcançados e não alcançados e deve guiar todos os alunos ao sucesso. O professor deve utilizar as diferentes formas de avaliação (diagnóstica, formativa e sumativa) como um elemento regulador e promotor da qualidade do ensino, da aprendizagem e da avaliação do aluno. Albuquerque et al., (2013) destaca três modalidades de avaliação existentes, diagnóstica, formativa e sumativa, sendo que em todas elas, habitualmente, são avaliados o domínio motor, o cognitivo e o sócio afetivo. Destaco a avaliação formativa, visto que é aquela que acompanha todo o processo de ensino e aprendizagem, estando presente em todas as aulas e permite ao professor obter uma real perceção sobre a evolução, ou não, dos seus alunos.

Durante a PES, recorri sempre à AD, como estratégia para realizar a diagnose dos alunos, um pilar para orientar o planeamento, predizendo o desempenho dos alunos e,

consequentemente, projetar possíveis estratégias e progressões que incentivassem a melhoria do seu desempenho (Seabra et al., 2016).

Num momento de introspecção acerca da aula de hoje, sinto que estive confortável no decorrer da mesma, no sentido em que uma aula projetada para avaliar diagnosticamente depende de uma correta organização e preparação prévia.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°41 – 01/03/2023 – Basquetebol)**

Quanto à definição de objetivos sabe-se que deve partir de dados recolhidos na avaliação inicial e basicamente é a realização de um projeto para cada aluno em função das suas necessidades (Inácio et al., 2015), à semelhança que ao diagnosticarmos para cada matéria um determinado nível estamos, ao mesmo tempo, a esboçar para cada aluno, em função dos critérios de avaliação já estabelecidos, um determinado perfil (Araújo, 2007).

Para a eficiência do processo de avaliação é necessário o mesmo envolver fundamentação e conhecimento do conjunto de dados recolhidos para que o processo de avaliação seja mais objetivo, fundamentado e rigoroso (Mendes & Clemente, 2012).

Num primeiro diálogo com os alunos, procurei desconstruir o momento de avaliação, transmitindo a importância de aplicar os conhecimentos retidos ao longo da Unidade. Apercebi-me que o feedback transmitido deve ir ao encontro do que queremos observar, não solicitando as respostas, mas “mostrando o caminho”. Procurei estar totalmente focado no que estava a observar, no entanto, em alguns momentos da avaliação, não me senti confiante no ato de avaliar. Senti novamente que o ato de avaliar é de extrema importância e um processo complexo.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°22 – 02/12/2022 – Voleibol)**

Durante o ano letivo, enquanto NPES decidimos realizar os três tipos de avaliação mencionados. A avaliação formativa, realizada ao longo de cada UD, aspeto reforçado pelo OC, destacava alguns pontos de cariz qualitativo, inclusive ao nível das atitudes na perspetiva, também, de orientar os alunos. Numa primeira instância, não valorizei esta prática, porém, com o decorrer da PES, adotei esta ideia, sendo que a mesma revelou-se de extrema importância. Assim, consegui reunir informação mais detalhada e criteriosa acerca dos meus alunos e realizar

uma avaliação contínua. Os alunos que não realizavam a aula prática eram avaliados através de um relatório sobre as atividades que realizavam durante a aula. Em caso de ausência de prática prolongada, prescrevia trabalhos complementares sobre as modalidades no sentido de possuir elementos avaliativos. Por fim, a AS, realizada no final de cada UD, tem o propósito de comparar resultados globais, permitindo apurar a progressão do aluno face a um conjunto de objetivos previamente definidos, possibilitando igualmente ao professor entrar num processo de autorreflexão e fazer um balanço das suas intervenções, relativas ao ato de ensinar.

Como referem Chng e Lund (2018) a preponderância e a importância do aluno no processo de avaliação têm tido cada vez mais destaque e protagonismo. Ao longo da PES, procurei tornar os momentos de avaliação um momento sereno para os alunos, incutindo que o desempenho ao longo da UD teria um peso predominante.

Capacitar os alunos desde o início que a avaliação depende também dos colegas, na medida em que podem ajudar no crescimento ao longo do processo, foi um aspeto essencial para que as avaliações fossem extremamente positivas, fruto do companheirismo e preocupação presente nas aulas por parte de todos os alunos.

Durante a avaliação, incentivei ao “ensino por pares”, numa perspetiva de transmissão de feedback entre os alunos. Apercebo-me que os mesmos compreenderam as diferentes fases do lançamento do peso, bem como a sua regulamentação, sendo a “imagem” disso mesmo a avaliação sumativa realizada na aula de hoje.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°55 – 03/05/2023 – Atletismo)**

O aspeto que considero imprescindível, caso se note qualidade, é o feedback utilizado, pois constitui-se como uma ferramenta que possibilita ao aluno autoavaliar-se e autorregular o seu desempenho. Os progressos observados nas UD foram evidentes, sendo que, a utilização eficiente do feedback de modo que o aluno conseguisse conduzir a sua aprendizagem foi um aspeto que ajudou a atingir bons resultados.

Apercebo-me da importância de ter esclarecido potenciais dúvidas dos alunos, num processo aberto e transparente. Sinto que foi bastante positivo para a aprendizagem dos mesmos, realizar uma reflexão conjunta com base nos erros detetados, o que permite

desenvolver a capacidade crítica e competências que lhes permitam estar mais bem preparados e, conseqüentemente, dar uma melhor resposta na avaliação.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°45 – 15/03/2023 – Basquetebol)**

Possivelmente o momento mais difícil que senti durante a PES foi a avaliação. As dificuldades sentidas podem traduzir-se pela inexperiência e na incapacidade de regular as avaliações de toda a turma e diferenciar os diferentes níveis de desempenho. O elevado número de alunos para avaliar (29) também foi um fator que dificultou a tarefa. Tenho plena consciência que a capacidade de um professor avaliar advém com a experiência, sendo que uma preparação profunda dos conteúdos pode ser uma estratégia primordial para uma avaliação coerente e justa.

Refletindo após a ação, senti-me muito mais preparado para o momento de avaliar, possivelmente por já ter adquirido essa experiência ao longo da PES e por dominar o conteúdo.

#### **Diário de Bordo (Reflexão N°29 – 06/01/2023 – Uni-Hóquei)**

Os critérios de avaliação da escola estavam divididos em quatro domínios, com quantificações diferentes, (capacidades [modalidades]- 55%; aptidão física [teste FitEscola] - 15%; Conhecimentos [Teste Escrito] - 10%; Atitudes e Valores- 20%).

A existência do teste escrito foi um desafio e inexplicavelmente uma tarefa prazerosa. No final de cada semestre foi avaliado os conhecimentos referente às modalidades abordadas, utilizando o *Google Forms*.

A autoavaliação e heteroavaliação foi um momento em que o aluno participou no seu processo avaliativo. Esta modalidade de avaliação assumiu um papel crucial no processo de aprendizagem do aluno, pois possibilitou que refletisse sobre o seu percurso em cada UD e foi considerada na nota final atribuída.

Em resumo, a avaliação foi vista como um meio para promover as aprendizagens, dando não só informação ao aluno, como também a nós, EE, que através da observação e dos resultados que iam sendo obtidos conseguíamos confirmar se os nossos meios de ensino estavam a ser efetivos (Graça et al., 2019).

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

### **5.1. Atividades realizadas**

A parte mais gratificante e marcante da PES, apesar de termos o estatuto de EE, foi a oportunidade de participar ativamente nas atividades escolares, possibilitando a integração no corpo docente e no seio escolar. Esta envolvimento proporcionou a vivência de experiências bastante enriquecedoras não só para o nosso percurso formativo, mas também para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional.

Relativamente às atividades que a escola realiza relacionadas com a área de EF, notei que não existia um leque extenso de programas a implementar, apenas os que eram de carácter obrigatório, tal como o dia europeu do desporto, o corta-mato ou os torneios desportivos interescolas do concelho de Matosinhos.

#### **Dia Europeu do Desporto na Escola**

Nesta atividade, foi da responsabilidade do NPES a conceção do evento, através da elaboração do programa e da divulgação (cartaz), bem como, a operacionalização juntamente com o grupo docente de educação física. Esta atividade teve como objetivo promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, através da realização de um conjunto alargado de atividades dirigidas a toda a comunidade escolar. Para isso o NPES em conjunto com o GEF da escola realizaram um circuito com algumas atividades durante a manhã toda nomeadamente: Treino Funcional, Escalada, Orientação, Tiro ao Arco, Paralelas, Skates, Street Basket, Dança, Boccia e Ténis de Mesa.

Sem dúvida que esta atividade foi a que mais causou preocupação e receio, pois a PES tinha começado à sensivelmente duas semanas, e o pedido ao NPES por parte do GEF para que organizassem totalmente a atividade foi um desafio. No final todos os docentes reconheceram o trabalho realizado, o que nos motivou para novas atividades.

#### **Corta-mato**

Inserido no programa do Desporto Escolar (DE), o corta-mato define-se por ser uma atividade que envolve toda a comunidade, através da ligação dos alunos ao desporto.

Esta atividade que contou com a participação de 266 alunos, foi transversal a toda a comunidade escolar. Desenvolvida na escola e organizada pelo GEF, NPES e alunos do curso profissional de desporto, foi importante para perceber a forma como todos os professores se

reúnem em torno de um evento, cooperando todos com um objetivo, o bom funcionamento e a perfeição para a atividade. A organização inicia-se na definição do percurso, divisão dos alunos por datas de nascimento e o escalão referente, atribuição de diplomas e medalhas para, fundamentalmente, valorizar a participação e os alunos, de algum modo, a se sentirem essenciais.

A atividade incluiu múltiplas tarefas, desde a definição do percurso, controlo em locais estratégicos, organização da chegada dos participantes no final da prova através da monitorização dos dorsais, ou a entrega do reforço alimentar.

### **Desporto Escolar**

No início do ano letivo informaram-nos das modalidades que a EC desenvolvia no âmbito do DE, sendo apenas Badminton e Pádel. No sentido de vivenciar o máximo de experiências possíveis na PES, participei na organização e monitorização dos torneios de Pádel organizados pelo professor responsável, que significou um primeiro contacto real com o DE, possibilitando perceber a dinâmica e ambiente nestes eventos que reúnem diversas escolas, alargando a nossa visão sobre a experiência enquanto docentes no DE. Desempenhei o papel de árbitro, colaborei no preenchimento dos documentos organizativos e classificativos e nas diversas tarefas de logística.

No concelho de Matosinhos ocorre um evento designado de Torneios Desportivos Interescolas de Matosinhos, dinamizado em todas as escolas secundárias do concelho. Colaborei nesta atividade na função de treinador das equipas de Futsal masculina e feminina, juntamente com o OC. Devido a ser a modalidade que me identifico, prontamente voluntariei-me a ficar responsável por organizar a construção das equipas através da divulgação para a inscrição dos alunos nas sessões de treino que elaborei e monitorizei, realizando uma seleção final para o torneio, e por conseguinte, acompanhar as equipas durante todo o torneio.

A competição do Futsal teve lugar na Escola Secundária da Boa Nova e no Complexo Desportivo de Leça da Palmeira, nos respetivos dias 2,3 e 5 de maio. Em termos de prestação, a equipa feminina consagrou-se vencedora, pela primeira vez na historia dos torneios. Por outro lado, a equipa masculina foi eliminada nas meias-finais. Perspetivando a minha atuação nesta atividade, foi uma experiência notável, extremamente gratificante e um momento de união com o OC na procura do sucesso. Não obstante, participei na organização do torneio de Basquetebol que decorreu na EC, bem como, conduzi os alunos que participaram na modalidade de Badminton.

## **Visita ao parque aquático de Amarante**

A EC organiza no final do ano letivo, nomeadamente na última semana, uma atividade lúdica, para todos os alunos da escola, no Parque Aquático de Amarante. A organização da atividade contou inicialmente com a colaboração do GEF que recolheu as inscrições das suas turmas para participar nesta dinâmica. No dia da atividade, todos os professores da escola que demonstraram disponibilidade acompanharam as centenas de alunos.

Uma atividade que se caracteriza pela socialização e confraternização, criando memórias que certamente marcarão o trajeto escolar de todos os alunos que participaram nesta aventura, como também aos professores, principalmente enquanto EE. Em termos pessoais, foi o culminar de um ano intenso e trabalhoso, com a possibilidade de conceder a todos os professores um espaço onde os assuntos escolares não eram o tema, mas sim um momento informal onde todos se podiam dar a conhecer e despir a “pele” de professor.

## **Seminário**

De acordo com o documento orientador da PES, “o seminário enquadrado no âmbito das atividades não-letivas e de carácter obrigatório, tem como objetivo o desenvolvimento de competências assentes nos princípios da iniciação à investigação científica.” (p.15). Não obstante o facto da não obrigatoriedade do tema do seminário não ter ligação com o tema desenvolvido em Projetos de Intervenção (PI), decidimos explorar o tema no seminário.

O seminário denominou-se de “Aprender a ser professor de Educação Física: A construção de uma Identidade Profissional através da análise das experiências emocionais no decurso da Prática de Ensino Supervisionada”. Contou com a presença do GEF, inclusive OC, e alunos que demonstraram interesse em conhecer melhor a profissão e que têm a ambição futura de ser professor. A apresentação respeitou uma série de tópicos, tais como: enquadramento teórico, propósito do estudo, metodologia, resultados, discussões, conclusões. No final houve um espaço de partilha de experiências relativas ao tema por parte dos professores do GEF.

O propósito central do seminário foi mostrar o modo como os próprios EEs percecionam as suas trajetórias de aprendizagem ao refletir sobre as experiências mais marcantes da PES, as emoções a elas associadas, e o modo como ambas influenciavam a construção da sua identidade profissional.

A PES é um processo complexo e pluridimensional, sendo a fonte de aprendizagem e de desenvolvimento profissional e pessoal. Sendo a PES a última etapa da formação inicial de professores, pretendeu-se com este tema, demonstrar de que forma a inserção dos EEs no mundo do trabalho pode ser fundamental no fortalecimento da identidade profissional, no que concerne à sua riqueza do ponto de vista formativo e metodológico. Outro motivo pertinente para a escolha desta temática deve-se ao facto da identidade profissional ter vindo a ganhar maior destaque no âmbito do contexto educativo e formativo, uma vez que aceita e valoriza a diversidade e a individualidade de cada professor.

Em suma, o seminário foi um aspeto relevante na nossa formação, pois permitiu conceber um trabalho de carácter científico, que se revelou ser importante para o nosso desenvolvimento profissional e aumentar as competências no setor da investigação.

### **Evento Anual**

No sentido de dar resposta à criação do evento anual, o NPES implementou um projeto denominado de “#vencerpelosvalores” que surgiu da necessidade de continuar a mudar os paradigmas que ainda predominam nos eventos desportivos e na mentalidade da comunidade em torno destas iniciativas. Os professores de EF e restantes intervenientes, revelam-se agentes fundamentais, devendo como tal assumir a responsabilidade na transmissão e fortalecimento dos valores éticos no processo educativo desenvolvido, sendo assim, este projeto integrado no torneio de basquetebol que foi realizado dentro dos torneios desportivos interescolas do concelho de Matosinhos teve as seguintes finalidades: 1. Verdade desportiva; 2. Coerência nos jogos realizados; 3. Boas práticas desportivas e sociais; 4. Imagem positiva perante os organizadores do torneio; 5. Implementação de um referencial de valores humanos; 6. Comportamentos que servem de exemplo para os mais jovens.

Este projeto detinha várias iniciativas, das quais destaco as seguintes: 1. Exibição de tarja com o slogan do projeto no perfilhamento das equipas, no início dos jogos de basquetebol assim como na entrega de prémios, com captura de fotos para posterior álbum do evento e divulgação da iniciativa nas redes sociais; 2. Utilização do Cartão Branco, apresentando-se como um recurso pedagógico que visa enaltecer condutas eticamente corretas, praticadas por atletas, treinadores, dirigentes, público e outros agentes desportivos. Foi competência do árbitro/juiz a atribuição do cartão branco/fair-play sempre que durante o jogo observa-se uma ação ou comportamento merecedor do mesmo.

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

A PES ofereceu a possibilidade de vivenciar uma variedade de experiências enriquecedoras que fez com que construísse, muitas das vezes reconstruísse, a minha identidade profissional e o professor que pretendo ser no futuro.

A EC tornou-se ao longo da PES um espaço de conforto, onde o sentimento de pertença crescia notoriamente. As excelentes condições que a escola dispunha tornava o trabalho a desenvolver mais eficiente, no sentido de colocar em prática todos os saberes que trazíamos do 1º ano do MEEFEBS, e anteriormente da licenciatura. Todos os professores com quem convivemos durante a PES, foram uma importante fonte de informação e inspiração pelo profundo conhecimento e experiência demonstrados.

Os alunos são o elemento mais importante da vida do professor, e este deve estar consciente que, tal como indica Albuquerque et al. (2014) o exemplo do professor de EF pode ser um forte condicionador na forma como é considerado pelos seus alunos.

Tal como mencionado no documento das AEEF do 12º ano, ao longo do processo de ensino e aprendizagem devem ser desenvolvidas competências do perfil do aluno como o raciocínio e resolução de problemas, pensamento crítico ou relacionamento interpessoal. Logo, o EE possui uma responsabilidade humanística ativa durante a convivência com os alunos, preparando-os na transição para a fase adulta, e nesse sentido, foi uma premissa constante colocá-los como agentes ativos e responsáveis pelas suas próprias aprendizagens.

Ao longo da PES sustentei uma postura amigável mas ao mesmo tempo cordial com os meus alunos, dentro e fora de aula, promovendo a partilha e a reflexão. Seabra et al., (2016) refere que envolver os alunos em experiências de aprendizagem fora da aula tem um impacto positivo significativo no processo de aprendizagem.

O meu objetivo foi, através da proximidade, demonstrar humildade, não ter receio de afirmar que eu também estava a aprender e que mutuamente conseguíamos alcançar os melhores resultados. Valores como a amizade, o respeito, a ajuda e o companheirismo foram fomentados ao longo das diversas aulas, juntamente com os princípios da resiliência, perseverança e a atitude positiva.

Com o término da PES, creio que consegui criar empatia com todos os alunos e ser uma referência para eles. Acredito também que o meu rigor, espírito de sacrifício e compromisso,

foi notado pelos alunos, e isso fez com que conquistasse os alunos nas aulas, o que possibilitou lecionar aulas de qualidade.

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

Afirmo, afortunadamente, que durante a PES tive o privilégio de construir conexões profissionais e pessoais valiosas que me ajudaram a desenvolver as minhas competências e tornar-me melhor professor, mas principalmente uma pessoa com uma visão mais amadurecida daquilo que são os obstáculos da vida.

“O olhar atento do estagiário deverá aproveitar a oportunidade de contacto com a escola para descobrir valores, organização, funcionamento dela, bem como a vida e o trabalho dos seus professores” (Lima et al., 2014).

A participação em reuniões do GEF e avaliações da turma nos diferentes momentos, foram um fator de socialização profissional que procurei assumir um papel interventivo oportunamente, apresentando e justificando as classificações da turma. Foi notório que no seio dos professores com quem contactei, o meu feedback era tido em consideração, o que me fazia sentir incluído e reconhecido. No início do ano letivo, nomeadamente nas primeiras reuniões, apenas assumia uma postura de observação e retenção de informação, no entanto, a forma formidável com que os professores do GEF procuraram integrar-nos no seu seio foi importante para desmistificar a ideia de que o EE não teria uma palavra a dizer. A partir daí senti que o EE deve ter a missão de acrescentar valor ao paradigma docente.

A socialização com todos os intervenientes, seja do pessoal docente e do não-docente, foi de proatividade e teve muitos momentos marcantes ao longo do ano. A presença assídua nos convívios foi determinante para me sentir parte integrante do núcleo de professores, e principalmente para a transição de aluno para professor.

No que diz respeito à docência e ao meio educativo, sinto-me agora muito mais conhecedor da realidade educativa, da estrutura, gestão e funcionamento da escola.

Sintetizando, o sentimento de pertença sempre foi estimulado pelo OC, fazendo-nos sentir que aquela instituição também era o nosso local de trabalho e a nossa “casa”.

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

Em qualquer atividade profissional prevalece a necessidade de manter uma postura ética. É importante destacar que esses princípios éticos podem variar um pouco dependendo da profissão em questão, sendo que ser professor implica ter um papel ativo na formação de pessoas, na modificação da sociedade devido ao contacto permanente com os alunos. O respeito aos princípios éticos é essencial para estabelecer a confiança e o respeito da sociedade em relação à profissão de professor.

Simultaneamente, os valores e princípios intrínsecos que me acompanham fruto da educação e aprendizagem da vida, que definem o meu carácter, devem estar interligados com a identidade profissional. Desse modo, reconheço que os desafios vividos durante a PES na necessidade de me relacionar com diversas pessoas também me moldaram enquanto ser humano.

Macedo & Queirós, (2019), referem que, a ética está “ligada diretamente à formação humana, especialmente no que se refere à construção do carácter. Ou seja, a maneira como pensamos e agimos são os principais espelhos que revelam a formação ética recebida, pois se refletem em nossa conduta como pessoa e profissional”.

No que concerne aos alunos, procurei aprender e compreender as necessidades e características de cada um, respeitando a sua individualidade e promovendo o seu desenvolvimento holístico. A implementação de modelos de ensino inovadores que permitiam aos alunos serem agentes ativos, munidos de criatividade e autocrítica, possibilitou prepará-los para a sociedade, pois procurei desenvolver neles competências e qualidade inerentes ao nosso quotidiano, tornando-os cidadãos livres, responsáveis, autónomos e solidários.

O trabalho em equipa entre o NPES, em conformidade com o OC e SV, capacitou-me, ainda mais, que o professor é uma parte de um todo, e que o sucesso na carreira de professor, que se avalia na transformação dos seus alunos em pessoas conhecedoras e sensatas e com noções de saber estar e ser, depende inteiramente de todos os envolvidos no seio educativo.

## **6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL**

Segundo Batista, Queirós e Graça (2014), o estágio profissional “constitui-se como um terreno fértil ao início do desenvolvimento profissional dos professores”. Assim, a PES oferece aos futuros professores a oportunidade de aplicar os conhecimentos acumulados no decorrer da formação inicial.

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

A PES caracterizou-se pela descoberta de novas competências. Capacidades que surgiram a partir de problemas que foram surgindo ao longo do ano letivo, seja na atuação durante as aulas ou no trabalho complementar que persegue o professor.

O início catapultou uma série de incertezas e dúvidas acerca da capacidade em enfrentar este desafio que nos obriga a refletir todos os dias, tendo em vista um desempenho harmonioso e de qualidade. Com o decorrer da PES, percebi que “a formação nunca está pronta e acabada, é um processo que continua ao longo da vida.” (Nóvoa, 2019, p. 9), e sempre foi um ideal que o OC Prof. José Manuel transmitiu, utilizando frequentemente a metáfora “ser professor é como aprender a andar de bicicleta, demora o seu tempo e é feito por fases”. Involuntariamente notaram-se as diferentes fases que o OC nos transmitia. No início, a fase de adaptação e integração na escola, aliada ao choque inicial de realidade, principalmente na lecionação das aulas. Consequentemente, a fase onde o estudo e a preparação face aos problemas que surgiam foi o foco, no sentido de dar uma resposta positiva. Na parte final da PES notei que o conforto e o controlo das aulas já faziam parte de um percurso que anteriormente se tinha traduzido na adversidade, incerteza e in experiência.

A presença de um OC com vasta experiência no seio educacional foi primordial para o processo de aprendizagem enquanto EE, viabilizando diariamente o nosso crescimento, através da análise, debate e reflexão conjunta sobre as situações que ocorriam durante as aulas. Reconhecer competência nos professores que nos acompanham, neste caso o OC, é importante para percebermos o caminho que pretendemos e devemos seguir, e influência o nosso crescimento e modelação da nossa identidade profissional. De acordo com a literatura, a observação é uma prática muito utilizada atribuindo um papel essencial no processo de transformação do comportamento e da atitude do professor (Martins, 2011).

No âmbito das dificuldades sentidas, a avaliação foi sem dúvida a problemática mais difícil de contornar, pois conseguir observar, identificar, atribuir uma classificação e registrar, isto tudo paralelamente, é uma tarefa complexa. As competências digitais assumem um papel fulcral para uma performance inovadora e atualizada por parte do professor, nesse sentido, procurei utilizar ao máximo ferramentas como o Google Forms, Classroom, Canva, Genially, para promover um ensino distinto do paradigma atual. A obrigação em utilizar o Excel para diversos fins, fez com que procura-se aumentar as minhas valências, realizando então, um curso intensivo para conseguir ter autonomia e eficácia. Conforme apontado por Seabra et al., (2016), a formação do professor deve estar sempre ancorada na realidade do ensino, no contexto em que a aprendizagem ocorre.

A investigação científica interliga-se com a formação contínua, pois devido às constantes transformações sociais, digitais e demais fatores, proporciona aos professores acompanharem as mudanças e avanços da sociedade, para que possam proporcionar uma educação de qualidade, alicerçada em conhecimentos atualizados. A procura pelo conhecimento e pela atualização constante é essencial para garantir uma prática educativa significativa e eficaz. A experiência na iniciação à investigação científica foi um desafio completado com bastante esforço e dedicação, percebendo que é um espaço onde é necessário o contributo de vários elementos, pois o trabalho em equipa do NPES foi determinante para atingir um grau de competência aceitável. De acordo com Graça (2014), “desenvolver uma atitude investigativa sobre a própria prática, ou identificar temas relevantes oriundos de problemas práticos são requisitos de elevada exigência e de difícil cumprimento que se colocam aos programas de formação de professores”.

Sumariando, considero que tudo o que realizei e sucedeu no decorrer da PES contribuiu integralmente para a construção da minha identidade docente e para o meu desenvolvimento profissional.

## 7. REFLEXÕES FINAIS

Terminou a etapa mais enriquecedora e marcante da viagem acadêmica. Se no início da PES achava que iria-me tornar professor ao fim de 1 ano, todas essas ideias se desmoronaram neste momento. Percebo agora, que a profissão de professor é complexa, necessita da aquisição de inúmeros saberes nas mais diversas áreas. Noto que a experiência é o segredo para o bom desempenho do professor, mas nunca descurando que a experiência isoladamente não traz conhecimento, é necessário aliar a experiência à vontade de aprender, pois como diz o ditado “o saber não ocupa lugar”.

Ao longo do ano procurei inovar, experimentar e arriscar, muita das vezes o resultado dessas decisões aproximaram-se do fracasso, outras fraquejaram. A premissa que me acompanhou, sempre incutida pelo OC Prof. José Manuel, era que sempre que errasse iria aprender com os erros, e fundamentalmente, reciclar todas as contrariedades diárias para me tornar um professor mais capaz. No início atravessei certamente um choque com a realidade, pelo confronto inicial com a complexidade da situação profissional e pela constante preocupação comigo próprio, duvidando bastantes vezes sobre se tinha mestria para ultrapassar este imenso desafio. Agora sinto-me preparado para entrar no mundo real do trabalho, sabendo de antemão que vou errar, mas com a perspectiva de acertar muito mais.

Uma competência que desenvolvi ao longo da PES, que se nota crucial na atuação do professor, foi a reflexão. Rapidamente percebi a importância e o valor da reflexão. No entanto, o ato de refletir é uma competência que se constrói com o tempo. O imenso diálogo reflexivo com o OC e o NPES também teve um enorme impacto na minha formação enquanto EE.

Em relação às áreas de desempenho, aquilo que tracei para o plano prático foi observado através da diversidade de modelos e métodos de ensino, conseguindo estimular nos alunos a criatividade, autonomia e autocrítica. Sinto a necessidade de destacar a maior dificuldade que enfrentei na PES, a avaliação, pois como referi anteriormente, a inexperiência e incapacidade de regular as avaliações de toda a turma e diferenciar os diferentes níveis de desempenho é algo que a experiência trará naturalmente. De salientar que deparei-me com uma turma com um excelente caráter e um verdadeiro exemplo de cidadania, bem como, extremamente inteligente e astuta, fazendo com que exigisse mais de mim próprio para conseguir estar à altura do contexto. No que concerne ao envolvimento com a comunidade, principalmente os professores do GEF, consegui aquilo que idealiza, construir relações que pudesse deixar uma pequena marca pessoal em toda a gente, mas fundamentalmente crescer imensamente com a partilha e

discussão diária. Relativamente ao meu desenvolvimento profissional, noto que termino ainda com mais dúvidas do que partia no início. A necessidade de continuar a aprender vai-me acompanhar eternamente.

A PES permitiu-me concluir, de entre muitas outras, que ser professor é muito mais que lecionar aulas, ensinar técnicas de execução, elaborar planos de aula ou atribuir notas. A capacidade de gerir dezenas de alunos em que todos são diferentes e ajudá-los no crescimento como pessoas, é evidentemente a tarefa mais gratificante e árdua do professor.

Realizando um balanço final da minha prestação, a modéstia não pode ocupar espaço. Tenho a crença que consegui ultrapassar este desafio com afinco, compromisso e muita exigência, e que o resultado é extremamente positivo. As aprendizagens amalhadas e as experiências vividas, tornaram esta PES um caminho divino com os alicerces necessários para dar continuidade ao sonho de criança.

Por fim, independentemente do futuro ser uma incógnita, sinto claramente que este é o meu lugar. Ser professor é o que desejo fazer ao longo da vida. E neste momento a saudade de contactar com alunos e ensinar, mas principalmente educar, já faz parte dos meus dias.

Termino com a certeza que não pretendo ser apenas um professor, mas sim um formador de pessoas.

## 8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albuquerque, A., Resende, R., & Costa, M. (2013). A avaliação da Prática de Ensino Supervisionada no Instituto Superior da Maia. Nós fazemos assim. E vós?. *Cadernos De Educação*, (46), 119 - 137.
- Albuquerque, A., Teixeira, R., Lima, R., Gonçalves, F., & Resende, R. (2014). As percepções dos futuros professores de educação física sobre a sua influência social. In P. Batista, P. Queirós, & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 109-126). Porto: Educar.
- Aleixo, I., Mesquita, I., & Corte-Real, A. (2012). Impacto da aplicação de um modelo de ensino híbrido no desenvolvimento de elementos técnicos na Ginástica Artística. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 12(2), 12-27.
- Andrade, J., Cruz, A., Patrício, D., Correia, R., & Marques, A. (2020). Viabilidade do planeamento por etapas: visão dos estudantes-estagiários. *Journal of Sport Pedagogy & Research*, 6(1), 62–67.
- Araújo, F. (2007). A avaliação e a gestão curricular em educação física - um olhar integrado. *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 32, 1-10.
- Barros, I., Pacheco, A. R., & Batista, P. (2018). A experiência de estágio: o impacto e as primeiras vivências do estudante estagiário de educação física. *Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos*, 99, 605-632.
- Batista, P., Queirós, P. & Graça, A. (2014). *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física*. FADEUP.
- Bento, J. O. (2014). Teoria-prática: Uma Relação Múltipla. Em I. Mesquita, & J. Bento, *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão*. Porto: FADEUP.
- Campos, F., Mendes, P., Martins, F., & Ângelo, E. (2021). Bem-estar, estilo de vida e relacionamento interpessoal nas aulas de Educação Física. *Revista de Educação e Humanidades* (dreh), (19), pp. 103-122.
- Dyson, B., & Casey, A. (2016). *Cooperative Learning in Physical Education and Physical Activity: A practical introduction*. Routledge.

- Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física* (1ª Edição). Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Gouveia, É. R., Lopes, H., Rodrigues, A., Gouveia, B., Caldeira, R., Freitas, R., ... & Ihle, A. (2021). *O ensino da educação física: contributos da investigação sobre os modelos de ensino centrados no aluno*. *Literacia científica: ensino, aprendizagem e quotidiano*, pp. 110-117.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2007). A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 7(3), 401-421.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2013). Modelos e conceções de ensino dos jogos desportivos. In F. Tavares (Ed.), *Jogos desportivos coletivos: Ensinar a jogar* (pp. 9-44). Porto: FADEUP.
- Graça, A. (2014). Prefácio. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação Inicial de Professores. Reflexão e Investigação da Prática Profissional* (pp. 5-8). Porto: FADEUP.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2015). Modelos e conceções de ensino dos jogos desportivos. In T. Fernando (Eds), *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a Jogar* (pp. 9-55). Porto: FADEUP.
- Graça, A., Batista, P., & Moura, A. (2019). Ponderar a avaliação em educação física orientada para a aprendizagem. *Avaliação em Educação Física: Perspetivas e desenvolvimento* (pp. 55–68). Sociedade Portuguesa de Educação Física.
- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2015). Planeamento na Ótica dos Professores Estagiários de Educação Física: Dificuldades e Limitações. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, pp. 55–67. [https://doi.org/10.14195/1647-8614\\_48-1\\_4](https://doi.org/10.14195/1647-8614_48-1_4).
- Kim Chuan, G., Wong, A., Choy, D., & Tan, J. (2009). Confidence levels after practicum experiences of student teachers in Singapore: An exploratory study. *KEDI Journal of Educational Policy*, 6(2), pp. 121-140.
- Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, R. (2014). A Prática de Ensino Supervisionada: AS dificuldades dos estudantes estagiários. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 5, pp. 68–74.
- Lima, R., Benites, L., Resende, R., & Cardoso, S. (2018). Reflexões dos futuros professores de educação física sobre o seu processo de formação académica. *Kinesis*, 36(1).

- Lopes, H., Vicente, A., Simões, J., Barros, F., & Fernando, C. (2013). A funcionalidade do processo pedagógico. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 1(2), 54-65.
- Lopes, H., Gouveia, É. R., Alves, R., & Correia, A. L. (2014). *Problemáticas da Educação Física I*. Universidade da Madeira. ISBN: 978-989-8805-00-3.
- Lopes, H., Rodrigues, A., Gouveia, E., Correia, A. L., Alves, R. (2018). Educação Física nas Escolas da Região Autónoma da Madeira - *Compreender, Intervir, Transformar*. <https://eferamcit.wixsite.com/eferamcit>.
- Macedo, S., & Queirós, J. (2019). A ética profissional docente. *Interação - Revista de Ensino, Pesquisa e Extensão*, 21(1), 6–21.
- Machado, Maria & Matos, Zélia & Alves, Margarida & Batista, Paula. (2012). A promoção da reflexão no contexto do estágio profissional em educação física na perspetiva dos professores cooperante. *Conexões*. 10. 1-33. 10.20396/conex.v10i2.8637672.
- Martins, A. (2011). A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação Física e Desporto - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Martins, J., Gomes, L., & Carreiro da Costa, F. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade* (pp. 53-82). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.
- McMahon, E., & MacPhail, A. (2007). Learning to teach sport education: The experiences of a pre-service teacher. *European Physical Education Review*, 13(2), 229-246.
- Mendes, R., & Clemente, F. M. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *View project New Trends in Physical Education, Sports Didactics, and Coaching View project António Sérgio Damásio Escola Superior de Educação de Coimbra*. <https://www.researchgate.net/publication/230647164>.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2011). Modelos instrucionais no ensino do desporto. *Pedagogia do desporto* (pp. 39-68). Lisboa: FMH edições.
- Mesquita, I. (2012). Desafios da educação física no novo século: entre a pedagogia do ensino e a pedagogia da aprendizagem. FADEUP.

- Metzler. (2011). *Instructional models in physical education* (3 ed.). Scottsdale: Holcomb Hathaway, Publishers.
- Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education*. New York: Routledge.
- Nóvoa, A. (2019). Os Professores e a sua Formação num Tempo de Metamorfose da Escola. *Educação & Realidade*, 44(3), 1–15. <https://doi.org/10.1590/2175-623684910>.
- Oliveira De Souza, R. V., Manuel Da, J., Bezerra, S., Mellissa & Gomes Da Silva, F. (2019). Gestão de sala de aula: Dificuldades, desafios e possibilidades na Educação Física.
- Oliveira, V. (2007). Em que espelhos andamos nos projetando? Entre representações e saberes - o professor universitário. *Revista Iberoamericana de Educación*, 43(4).
- Oliveira, B., Graça, A., & Queirós, P. (2017). Dos modelos de ensino centrados no professor aos centrados no aluno: Um estudo de caso. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto* (3).
- Pires, V., Do Nascimento, J. V., Farias, G. O., & Suzuki, C. C. M. (2017). Identidade docente e educação física: Um estudo de revisão sistemática. *Revista Portuguesa de Educação*, 30(1), 35. <https://doi.org/10.21814/rpe.7415>.
- Queirós, P., Batista, P., & Rolim, R. (2014). *Formação inicial de Professores - Reflexão e Investigação da Prática Profissional* (2ª ed.). Porto: FADEUP.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 69-130). Lisboa: FMH edições.
- Rodrigues, M. J. (2011). Educação em Ciências no Pré-Escolar – Contributos de um Programa de Formação. Tese de Doutoramento não publicada. Aveiro: Universidade de Aveiro, Departamento de Educação.
- 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 de Mars, H. (2004). *Complete Guide to Sport Education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Silva, E. R. (2014). O Modelo de Estágio Pedagógico em Educação Física: pontos fortes percebidos por Estagiários e Orientadores. Em P. Queirós, P. Batista, & R. Rolim,

*Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da Prática Profissional*. Porto: FADEUP.

Silva, R., Queirós, P., & Mesquita, I. (2017). Modelos de Ensino do Desporto: O olhar dos alunos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, pp. 107–114.

Silveira, G., Batista, P., & Pereira, A. (2014). O perfil do professor cooperante no contexto da supervisão de estágio profissional: um estudo de revisão sistemática da literatura. *Revista da Educação Física/UEM*, 25, 309-321.

Tavares, F. (2013). *Jogos Desportivos Coletivos - Ensinar a Jogar* (2ª ed.). Porto: FADEUP.


# ANEXOS


## Anexo 1: Poster Seminário

**EXPERIÊNCIAS EMOCIONAIS MARCANTE NO DESENVOLVIMENTO DA IDENTIDADE PROFISSIONAL DE ESTUDANTES-ESTAGIÁRIOS**


Inês Silva<sup>1</sup>, Jéssica Oliveira<sup>1</sup>, José Moreira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento humano, CIDESD  
Universidade da Maia - Ísmaï, Maia, Portugal






### ENQUADRAMENTO TEÓRICO



A PES representa um momento fundamental na formação profissional dos EE, pois é através do conjunto de experiências vividas ao longo deste processo que ocorre a aquisição de saberes pedagógicos diferenciados (Carvalhinho e Rodrigues, 2004, p.111).



Antecipação	Sobrevivência	Desilusão	Rejuvenescimento	Reflexão
↓	↓	↓	↓	↓
<b>Visão Idealista</b>	<b>Problemas e situações não previstas</b>	<b>Desencanto</b>	<b>Esperança renovada</b>	<b>Momento revigorante</b>

### METODOLOGIA

**Abordagem de Pesquisa**

O desenho de pesquisa utilizado nesta investigação caracterizou-se pelo enfoque fenomenológico, sob a forma de estudo de caso, com abordagem qualitativa.

**Participantes**

Três EE (Dois do sexo feminino; Um do sexo masculino)

**Recolha de Dados**

TimeLine  
Photo Elicitacion  
Entrevista Focus Group

**Análise de Dados**

A informação contida nas Timelines, com as respetivas imagens, e na entrevista de grupo focal foi sujeita a uma análise temática de conteúdo (Bardin, 1977), recorrendo a procedimentos dedutivos e indutivos.

### RESULTADOS



Os EE registaram emoções distintas associadas a diferentes situações, episódios e experiências.

Estas emoções estão maioritariamente relacionadas com a atividade letiva, nomeadamente, os primeiros contactos com a escola e com as turmas residentes, o estabelecimento, no decurso do tempo, de uma relação pedagógica com os alunos, as preparação, realização e avaliação. No entanto, também foram partilhadas experiências relacionadas com participação na escola e relação dos EE com a comunidade da escolar relacionadas com a colaboração na dinamização de atividades escolares, interações com os professores do grupo da área disciplinar e com relação entre os EE com o orientador cooperante e supervisora da PES.

Algumas destas experiências foram positivas, como: o primeiro contacto com a escola, turmas residentes, dinamização de atividades escolares, interação com outros professores, implementação de estratégias ou modelos de ensino diferentes. Outras experiências marcantes foram atribuídos sentimentos menos positivos. Por exemplo, a relação com os alunos, a lecionação das aulas, situações de indisciplina, aulas observadas pela supervisora, relação com o núcleo de estágio ou trabalho extra PES.

### DISCUSSÃO

*"Supomos que a maioria dos professores em formação vê o seu desenvolvimento como um caminho com altos e baixos que inclui momentos ou períodos transformadores"*

Meijer (2011)


*"A identidade social ou coletiva é fundamental para construir a identidade profissional do indivíduo"*

Pimenta (1997)

*"Intensa e significativa aprendizagem profissional"*

Fiorentini (2008)

QR CODE - ESTUDO COMPLETO




### CONCLUSÃO

Diferentes estados emocionais

Dimensão profissional indissociável da pessoal

**Diversidade e individualidade**



## Anexo 2: Certificado de Formação em Excel



# CERTIFICADO

O Centro de Formação ao Longo da Vida (CFLV), instituído pela Maiêutica, Cooperativa de Ensino Superior, C.R.L., sito na Avenida Carlos Oliveira Campos – Castelo da Maia, certifica que **José Carlos Monteiro Mendes Moreira** frequentou o Curso de Excel Inicial com a duração de 12 horas, realizado nos dias 05 e 06 de abril de 2023.

Maia, 17 de abril de 2023

Diretora do CFLV

*Ana Sampaio*

(Doutora Ana Sampaio)