

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

António Luís Costa Nunes Pinto

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional

Professora Doutora Luísa Aires

Julho, 2023



Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundários

António Luís Costa Nunes Pinto

Nº 34693

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

Julho, 2023

Pinto, A. (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: Estudante Estagiário; Relatório da Prática de Ensino Supervisionada; Prática Supervisionada; Ensino e Aprendizagem; Escola Básica e Secundária;

Dedicatória

Dedico a elaboração deste Relatório de Prática de Ensino Supervisionada aos meus pais: Ana Pinto e António Pinto, por todo o apoio dado de forma incondicional ao longo de todo o meu percurso, por terem abdicado de inúmeras oportunidades e sacrifícios que fizeram para que conseguisse estudar perto deles, numa instituição de ensino superior privada e, por todos os valores ensinados.

Aos meus padrinhos que me suportaram e que sempre me ajudaram em todas as minhas conquistas e me levantarem quando caí.

Aos meus avós, que me ensinaram valores imprescindíveis para ser um bom humano e sei que estão orgulhosos por toda a minha jornada.

A todos, muito obrigado.

Agradecimentos

Com a finalização deste Relatório da Prática de Ensino Supervisionada (RPES) não posso deixar de agradecer a algumas pessoas que, direta ou indiretamente, me ajudaram nesta jornada tão marcante da minha vida pessoal e profissional.

Em primeiro lugar, um especial obrigado à Professora Doutora Luísa Aires. Agradeço toda a atenção e momentos de discussão, pelo auxílio que nunca tardou em qualquer circunstância no decorrer da Prática de Ensino Supervisionada (PES). Obrigado pela pessoa e pela excelente profissional que demonstrou ser e foi um gosto trabalhar ao seu lado.

Um profundo agradecimento à Professora orientadora Dioclécia Melo, por se mostrar sempre disponível, por toda a orientação que foi prestada, pela partilha de conhecimentos, ideias e experiências. Obrigado por todas as ideias, recomendações e instruções. Foi um gosto ser seu orientando.

Agradeço o núcleo de estágio que estive comigo este ano, grato por todos os momentos que passamos juntos e pelos momentos de partilha, conversa e até mesmo, de diversão. Obrigado, rapazes.

Aos professores do grupo 620, aos meus colegas de Educação Física (EF), que sempre se mostraram companheiros e me ofereceram todo o tipo de apoio.

Ao corpo docente e não docente da Escola Secundária Augusto Gomes (ESAG), instituição que fez com que me sentisse em “casa”.

Obrigado às turmas do 6ºA, 9ºF e 11ºJ, por todo o empenho, dedicação, pelos momentos que criamos juntos e por tudo o que aprendi convosco. Levo cada um de vocês, no meu coração.

Um agradecimento à instituição Rancho Paroquial de Guifões, obrigado por serem a minha segunda família e por estarem comigo em todos os momentos, de felicidade e tristeza, há cerca de 10 anos.

Obrigado, Catarina. Agradecido por “me arrastares para a biblioteca”, por seres a pessoa que me vê de uma forma diferente, por sempre me apoiares em todas as fases e por estares sempre ao meu lado.

**A todos, o meu muito
e sincero, Obrigado!**

Resumo

O presente documento foi elaborado no âmbito da Prática de Ensino Supervisionada no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, que se assume como uma etapa fulcral na qualificação profissional para a docência e à posterior integração no mundo do trabalho. A Prática de Ensino Supervisionada realizada numa escola pública do ensino secundário, apresentou-se como a primeira oportunidade de transferir conhecimento teórico em conhecimento prático no contexto real de ensino. Neste ano letivo, foi-me atribuída uma turma do 9º ano, uma do 11º ano e, além disso, uma do 6º ano em função de um protocolo, com as quais me comprometi a realizar todas as tarefas relativas às atividades de docência, especificamente, planificação, intervenção e avaliação. Ao longo deste processo participei em várias atividades de enriquecimento curricular, previstas no plano anual de atividades, bem como na elaboração e apresentação de um seminário. Este relatório pretende retratar o meu trajeto enquanto Estudante Estagiário, fundamentando reflexões, análises e atuações resultantes das opções tomadas.

Palavras-Chaves: Estudante Estagiário; Relatório da Prática de Ensino Supervisionada; Prática Supervisionada; Ensino e Aprendizagem; Escola Básica e Secundária;

Abstract

This document was written in the context of the Supervised Teaching Practice in the Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary Schools, which is assumed as a key step in the professional qualification for teaching and subsequent integration into the world of work. The Supervised Teaching Practice conducted in a public high school presented itself as the first opportunity to transfer theoretical knowledge into practical knowledge in a real teaching context. In this school year, I was assigned a 9th grade class, an 11th grade class, and, in addition, a 6th grade class under a protocol, with which I undertook to perform all tasks related to teaching activities, specifically, planning, intervention, and evaluation. Throughout this process I participated in several curricular enrichment activities, foreseen in the annual activities plan, as well as in the elaboration and presentation of a seminar. This report aims to portray my journey as a student trainee, providing the basis for reflections, analyses and actions resulting from the options taken.

Keywords: Pre Service Student; Supervised Teaching Practice Report; Supervised Practice; Teaching and Learning; Primary and Secondary School;

Índice

Dedicatória	i
Agradecimentos	ii
Resumo	1
Abstract	2
Lista de Abreviaturas	4
1. Introdução	5
2. Enquadramento pessoal e profissional	7
2.1 Uma decisão a partir de um percurso	7
2.2 Expectativas iniciais	8
3. Enquadramento institucional	12
3.1 A importância da PES	12
3.2 A PES no ISMAI	13
3.3 A escola cooperante: lugar de prática	14
3.4 Caracterização do núcleo da PES	18
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	21
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	21
4.1.1 Conceção de ensino	21
4.1.1.1 Modelos de Ensino	21
4.2.1 Planeamento	21
4.1.3 Realização	23
4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica	23
4.1.4 Avaliação	24
5 Participação na escola e Relação com a comunidade	27
5.2 Atividades realizadas	27
5.3 Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação	30
5.4 Socialização profissional e institucional	31
5.5 A Componente ético-profissional	31
6 Desenvolvimento profissional	33
6.1 Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão	33
7 Reflexões finais	36
8 Referências bibliográficas	38

Lista de Abreviaturas

RPES – Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

PES – Prática de Ensino Supervisionada

ESAG – Escola Secundária Augusto Gomes

EF – Educação Física

EE – Estudante Estagiário

DE – Desporto Escolar

EB – Ensino Básico

ES – Ensino Secundário

MID – Modelo de Instrução Direta

AC – Aprendizagem Cooperativa

MED – Modelo de Educação Desportiva

CPC – Conhecimento Pedagógico do Conteúdo

EP – Ensino de Pares

TGfU – Ensino do Jogo para a Compreensão

ISMAI – Universidade da Maia

UC – Unidade Curricular

PS – Pática Supervisionada

UD – Unidade Didática

NE – Necessidades Especiais

OC – Orientadora Cooperante

1. Introdução

Este documento pretende ser elucidativo e refletivo da atividade desenvolvida no decorrer do atual ano letivo, bem como apresentar o meu desempenho durante a Prática de Ensino Supervisionada (PES). A passagem a estudante estagiário (EE) expressa uma descontinuidade tripartida da instituição de formação para a escola, de aluno para professor e da teoria para a prática, destacando-se como fortes e marcantes motores de socialização o contexto da prática em que se passa a exercer e os elementos que têm a responsabilidade de o avaliar (Pacheco, 1995).

A PES decorreu na Escola Secundária Augusto Gomes (ESAG), situada no concelho de Matosinhos, distrito do Porto. O núcleo da PES era constituído por três EE, António Pinto, Bruno Sousa e Pedro Pinheiro. Ao longo deste ano letivo fomos acompanhados pela Orientadora Cooperante (OC), Dioclécia Melo e pela supervisora, Luísa Aires.

A PES surge num sistema interrupto da nossa formação, e permite adquirir um conjunto de conhecimentos indispensáveis. Assim sendo, este período de formação leva à inclusão do EE no exercício da vida profissional de uma forma progressiva e amoldada, vivenciado no terreno, assim como, em contexto real de ensino.

No início do ano letivo, a OC, atribuiu uma turma a cada EE, ficando cada um de nós responsável por uma turma a tempo integral e uma turma do 11º ano rotativa pelos três. No 1º semestre foi estabelecido um protocolo de colaboração com a Escola Básica de Matosinhos de modo a experienciar do como é lecionar uma turma do Ensino Básico (EB), deste modo, orientamos o 6ºA numa unidade didática, que no meu caso, foi voleibol. No 2º semestre foi ainda acertado um protocolo com a Escola Básica I/JI Augusto Gomes de forma a lecionarmos duas aulas a turmas do primeiro ciclo. Colaborei nas atividades de direção de turma, do Desporto Escolar (DE), nas reuniões de grupo, na organização do CicloESAG, no torneio 2x2 de voleibol, no corta-mato, no torneio 3x3 de basquetebol, na Atividade Anual e no torneio de badminton. Elaborei também o dossiê digital via OneDrive. Desta forma, pretende-se que na PES o EE desenvolva um conjunto de conhecimentos e competências profissionais que o torne eficiente em relação às exigências da profissão.

O presente RPES encontra-se dividido em seis capítulos onde serão descritas as experiências da Prática Pedagógica, todas as reflexões sobre as decisões tomadas, o planeamento

nos vários níveis de contexto, relação com a comunidade escolar, o desenvolvimento profissional e as considerações finais do processo otimizado ao longo de todo o processo.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1 Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é António Pinto, nasci no dia 15 de novembro de 2000, tenho 22 anos e vivo na Maia. A minha formação académica até ao 12º ano de escolaridade passou por três agrupamentos, o de Águas Santas, de Pedrouços, e por fim, de Matosinhos. O ensino primário foi realizado na Escola EBI/JI do Paço, o EB na Escola EB2,3 de Pedrouços e o meu Ensino Secundário (ES) na Escola Secundária da Senhora da Hora, respetivamente.

A minha formação desportiva iniciou-se em 2004, ano em que iniciei o meu percurso na modalidade de natação. A meu ver, foi o facto de praticar uma determinada modalidade que me despertou para o desporto em geral. Não obstante, fui sempre lecionado por professores/as de EF que desempenharam bastante bem os seus papéis. Conjugando estes dois fatores, decidi licenciarme em Educação Física e Desporto no Instituto Universitário da Maia.

Atualmente, já não pratico natação, mas danço e sou músico num grupo de folclore há cerca de 10 anos.

A entrada no ISMAI foi um momento especial e marcante. Foi o início de uma etapa, que agora vejo a acabar e me entristece muito. O curso de Educação Física e Desporto, fez-me apaixonar por mais modalidades e fez com que vivenciasse cada uma delas, para além de que todas as experiências me fizeram crescer em três vertentes: pessoal, académica e profissional.

Posto isto, refleti e percebi que o caminho não poderia terminar apenas com a licenciatura e optei por seguir o mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Escolhi este mestrado pois adoro a vertente do ensino, considero a passagem de certos valores de extrema importância, e fazer com que os alunos percebam que a EF é uma disciplina tão importante como as disciplinas de teor teórico. Por outro lado, considero desafiante viver agora o papel de professor ao invés do papel de aluno.

Tenho a certeza que optei pelo melhor caminho, e que voltaria a escolher e a tomar as mesmas decisões, passassem os anos que passassem. Vou acabar este ano letivo, com a confiança de que realizei um bom trabalho e que fiz tudo o que sabia.

Durante o meu percurso escolar, fui um rapaz que se interessou, desde cedo, pela EF e pela forma como, muitos dos aspetos da mesma, se refletem na vida humana e social.

Ao longo de muitos anos da minha atividade escolar, fui um aluno que sofreu bullying, tal como muitos outros sofreram e muitos sofrem. Durante este período conturbado da minha vida, apercebi-me de que a EF se mostrou ser um refúgio para mim, pela forma como me fez perceber imensos aspetos importantes para as relações humanas e sociais. Um dos exemplos destas características presentes na EF é, o fair play, o saber jogar de forma justa, sem a intenção de prejudicar ou magoar os outros, seguindo as regras éticas, sociais e morais. Outro exemplo assenta na competitividade, que não só é essencial no desporto, como também, na vida social. A competitividade permite ter espírito desportivo, mas, ao mesmo tempo, permite saber lidar de forma saudável com os conflitos do jogo.

Estas características despertaram em mim um interesse crescente na atividade física e na disciplina de EF, uma vez que me fazia entender que lecionava não só modalidades, mas também promovia a vida em sociedade e a empatia. E, por isso, fiz desde cedo como meu objetivo seguir a carreira de professor de EF, para poder ensinar, de forma correta e divertida, aos meus alunos estes valores e características tão essenciais para a cooperação entre pares, para que, desta forma, possa prevenir que mais alguma criança ou jovem venha a sofrer do mesmo destino que eu sofri, para que todos consigam entender que, tal como nos jogos, é necessário haver empatia e capacidade para resolver, de forma saudável e eficaz, os conflitos que irão aparecer na vida de cada um.

2.2 Expectativas iniciais

Ao longo dos anos de faculdade, fui adquirindo uma bagagem de conhecimentos teóricos e práticos acerca das diversas modalidades pedagógicas, logo, estive ansioso para iniciar esta PES, para poder aplicar essas competências, de forma a tornar-me mais competente.

Soube, à partida, que estava dependente desses conhecimentos, não só para realizar a presente PES, na qual pretendia ser capacitado o suficiente para superar as minhas expectativas, e orientar, de forma satisfatória os meus alunos. Soube também que estas aptidões acima referidas, seriam a base para todo o meu futuro desempenho na área da educação, no entanto, estava plenamente consciente que provavelmente me ia deparar com um desfasamento em relação à realidade à qual estive inserido no ano passado (ano letivo 2021/2022), uma vez que, entendera premeditadamente, que a experiência de orientar alunos de EB/ES, não era de todo aproximada

com a vivência de orientar alunos de ensino superior. Isto porque, em primeira instância, como eram alunos dos quais eu já possuía alguma afinidade e amizade, não só por estarem no mesmo curso e faculdade que eu, mas também por serem de uma faixa etária mais próxima da minha, era mais acessível existir uma boa relação de confiança entre professor e aluno. No entanto, o desconhecimento da turma que iria lecionar exigiria de mim a necessidade de estabelecer uma boa comunicação e cooperação para construir uma relação recíproca de respeito e de confiança entre professor e alunos.

Possuir uma turma, à minha responsabilidade, de alunos do EB/ES, manifestou em mim algum receio, apesar de ter alguma experiência em instruir, incentivar e compreender crianças, não só devido a ser treinador-adjunto da modalidade de futebol no Pedrouços Atlético Clube (Pedrouços AC), no escalão Sub-12, como também devido ao facto de ter pertencido à empresa Jumpers Sport, como B-day, isto é, monitor de festas de aniversário, o que me facultou com estratégias para incentivar e motivar, de forma divertida e descontraída, as crianças e jovens. No entanto, sinto que a responsabilidade de ter a meu cargo uma turma de, aproximadamente, 30 alunos seria a minha principal dificuldade, por fazer emergir inquietações acerca da minha capacidade para a preparação da mesma, também sabia que a minha vontade, determinação e empenho em ser um bom professor, como sempre desejei ser, me iriam facilitar e incentivar ao meu bom desempenho.

Senti que a relação professor-aluno ia implicar a criação de um grau de empatia e de proximidade que, esperei que permitisse aos meus alunos verem em mim alguém em quem podiam confiar e que os iria apoiar e ajudar a ultrapassar, não só as suas dificuldades em termos educacionais, mas também qualquer preocupação, dificuldade e constrangimento com os quais se possam vir a deparar. Acredito que este clima, que pretendia conceder durante as minhas aulas, iria facilitar a forma como estas iriam decorrer, assim como, apresentar um ambiente propício e favorável ao ensino e aprendizagem. Senti também que iria ter de alargar ainda mais os meus conhecimentos de algumas modalidades que iria lecionar e ter de consultar material bibliográfico, assim como, em discussão com o meu núcleo da PES, perceber algumas lacunas de conhecimentos acerca de algumas modalidades desportivas, com fim de estar preparado para ser o mais coerente e correto possível de modo a esclarecer as dúvidas e inquietações dos meus alunos. Compreendo que todo o profissional da área do ensino, em especial a classe docente, se vê em constante formação e aprendizagem, e pretendia atuar da mesma forma para, tal como disse anteriormente, oferecer aos meus alunos o melhor e mais lógico e racional nível de ensino possível.

No que diz respeito à ESAG, sempre tive referências positivas, não só do espaço escolar, assim como dos profissionais da área nesta inserido, o que se confirmou pela forma como fui acolhido pelo pessoal docente e não docente da escola, pelos elementos da direção e, também, pelos elementos da secretaria.

No que toca ao espaço físico da escola e, em especial, ao espaço desportivo existente para o ensino da EF, percebi que havia disponibilidade de utilização de diversos tipos de materiais convenientes para a prática e instrução das diferentes modalidades na área da EF. Para ser sincero, a existência desta vasta diversidade de espaços e materiais, deixou-me entusiasmado e motivado para mostrar aos meus alunos os diferentes tipos de particularidades de cada modalidade que iria ser lecionada. No entanto, receei que iria haver alguma dificuldade em conseguir gerir alguns dos espaços mais pequenos, uma vez que a turma iria ter aproximadamente 30 alunos, mas sabia que seria possível e que conseguiria fazer com que as aulas, mesmo sendo orientadas num espaço mais pequeno, seriam divertidas e proveitosas.

No que consta aos meus colegas de PES, tive a sorte de ter um grupo onde se encontra um colega com o qual já trabalhei anteriormente, Bruno Sousa, e, conseqüentemente, sabia o seu potencial, e com o qual vim a construir uma excelente relação, não só em termos de cooperação, mas também em termos de confiança e amizade. Sentia-me curioso, no entanto, para observar o colega que não conhecia, Pedro Pinheiro, e como seria a sua forma de trabalhar e de cooperar, mas, acreditava que iríamos criar, também, uma boa relação, e que conseguiríamos fazer, todos juntos, com que esta experiência fosse enriquecedora e proveitosa para o nosso futuro.

No que se relaciona com a professora supervisora, Prof^ª Dr.^a Luísa Aires, uma vez que já estava construída uma relação de confiança e cooperação, dado que já tinha sido seu aluno durante o meu mestrado, senti que me seria fácil consultar com a mesma para a colocação de dúvidas acerca da minha prática de ensino.

Já no que toca à OC, Mestre Dioclécia Melo, em primeira instância, senti que seria um pouco mais complicado, numa fase inicial, me sentir confortável para colocar todo o tipo de dúvidas que me pudessem surgir acerca da minha prática de ensino ou de outros constrangimentos que pudessem vir a surgir, mas senti que, com o passar do tempo, iria ser relativamente fácil a construção de uma relação de confiança e cooperação, uma vez que senti que nos ia guiar para as melhores escolhas, e que apresentou ter os nossos melhores interesses em consideração.

Outro receio que apresentei, encaixou-se no “Ser Professor”, visto que me senti intimidado por, não só estar numa nova fase da minha vida, onde finalmente o meu sonho de ser professor se parecia estar a realizar, mas também por ser algo completamente novo, para o qual trabalhei, estudei e me esforcei durante anos, e que iria definir o meu futuro nesta área e nesta carreira. Todavia, acreditei que o propósito de contribuir para a formação dos jovens, me iria motivar para o bom aproveitamento desta experiência.

Ser um bom professor implica ter conhecimentos académicos e pedagógicos, como também competências pessoais e sociais, onde tinha a certeza de que iria trabalhar para ser um exemplo e apoio para os alunos. Acreditei que iria crescer a nível profissional e pessoal, e sabia que este seria o ano que iria demarcar o início de uma nova era na minha vida, uma vez que, a PES encarrega a utilização dos conhecimentos e das habilidades anteriormente adquiridas no decorrer do curso, num ambiente do mundo real.

3. Enquadramento institucional

3.1 A importância da PES

A PES é uma etapa essencial no contexto dos programas de formação de professores e articuladora de diferentes conhecimentos, devendo acontecer em grupo (Fletcher & Kosnik, 2016). Neste sentido, a PES deve possuir um carácter de trabalho coletivo em que tanto os EE, como os orientadores da faculdade e da escola desempenham um papel fundamental na construção de novo conhecimento (Goh, Wong, Choy, & Tan, 2009). Segundo Cunha et al. (2014), a reflexão, a partilha, a cooperação e a experimentação prática foram identificadas como características indispensáveis ao desenvolvimento da Identidade Profissional.

A PES tem como principal epígrafe a percepção do modo como o EE experiêcia o impacto com a prática real de ensino no contexto escola.

No que diz respeito às diretrizes institucionais, a PES é uma unidade curricular (UC) do segundo ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de EF do ISMAI e decorre no terceiro e quarto semestre do ciclo de estudos.

A realização da PES, acontece num contexto real de ensino, numa escola cooperante com o ISMAI. Para além da reunião de evidências num dossiê digital, todo o trabalho é formalizado com a apresentação final de um relatório, acompanhado pela OC e Supervisor proposto pela instituição. O ISMAI demarca a sua PES em grupos constituídos por dois ou três EE. Ao EE é transmitida a responsabilidade de concretizar o seu projeto de formação individual; conferir o serviço docente na turma que lhe foi concedida; participar nas reuniões da escola e da faculdade; organizar e sustentar o dossiê digital; analisar as aulas dirigidas pelos colegas EE; cooperar nas atividades do DE, e por fim, produzir e defender publicamente o relatório da PES.

Segundo as normas orientadoras da PES, a mesma conjuga três áreas de desempenho das competências que o EE deve possuir: 1 - Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; 2- Participação na Escola e Relações com a Comunidade e a 3 - Desenvolvimento Profissional.

A PES é fundamental no nosso processo de aprendizagem enquanto EE e é de extrema importância que sejamos supervisionados por profissionais mais experientes, no primeiro ano de contacto com a realidade da profissão que escolhemos. Desta maneira, conseguimos colocar à prova as nossas competências e conhecimentos em contexto real, tendo de ser capazes de refletir

sobre o nosso desempenho e comportamento, e, em simultâneo, retificar opções menos boas que possamos ter tomado.

No que diz respeito ao Conhecimento Pedagógico do Conteúdo (CPC) os docentes deverão ser capazes de transformar este conhecimento científico num conhecimento facilitador da aprendizagem para os alunos em diferenciados níveis e contextos de ensino e aprendizagem. Delimitado por esse pressuposto, é necessário compreender como é que os conhecimentos sobre a aula, a escola, e a comunidade se refletem na construção desse conhecimento dos futuros docentes e nos cursos de formação inicial em EF (Marcon, Graça, & Nascimento, 2013).

Ao longo da vida, o professor constrói-se e identifica-se com a sua profissão. Este processo começa a desenvolver-se antes da formação inicial, prossegue na formação inicial e percorre toda a carreira docente (Resende, Lima, Silva, & Albuquerque, 2014).

3.2 A PES no ISMAI

A UC de PES do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do ISMAI, integra, atualmente, a PS, que, no passado, correspondia ao Estágio Profissional, e o respetivo RPES, cuja regulamentação se encontra substanciada pelas normas da instituição formadora e pela legislação específica, nomeadamente, pelo artigo nº 11 do Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio.

A PES visa a integração do EE nos contextos escolares e de docência, da forma gradual e orientada através do desenvolvimento de conhecimentos e competências profissionais no âmbito do ensino da EF nas seguintes áreas de atuação: Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem, Participação na Escola e Relações com a Comunidade e, por último, Desenvolvimento Profissional.

As atividades da PES obedecem a um enquadramento normativo, tal como: legislação em vigor, regulamento específico do curso, protocolo de colaboração entre o ISMAI e as escolas onde a PES tem a sua realização, projeto educativo, regulamento interno, plano anual de atividades e o projeto do DE das escolas onde se desenvolve a PES.

A PES realiza-se nos agrupamentos de escolas do EB, ES e/ou escolas não agrupadas no território nacional, onde sejam asseguradas as condições previstas no Decreto-lei nº79/2014 de 14 de maio, segundo a celebração do protocolo entre o ISMAI e a instituição de ensino, estando a avaliação dividida entre o RPES (40%) e PS (60%).

3.3 A escola cooperante: lugar de prática

Caracterização do Meio

O concelho de Matosinhos, do distrito do Porto, situa-se no noroeste de Portugal, na província do Douro litoral, a norte do concelho e cidade do Porto. O concelho está limitado pelo oceano Atlântico a poente, o concelho de Vila do Conde a norte e o concelho da Maia a nascente. A pouca distância do rio Douro, mas fora da sua bacia hidrográfica, a maior parte do seu território estende-se na bacia do rio Leça.

Este concelho, com uma área de 61,9 Km² e cerca de 175 mil habitantes, tem como sede a cidade com o mesmo nome e é formado por 4 uniões de freguesias: 1) Perafita, Lavra e Santa Cruz do Bispo; 2) Matosinhos e Leça da Palmeira; 3) Custóias, Leça do Balio e Guifões; 4) São Mamede de Infesta e Senhora da Hora.

Nome: Escola Secundária Augusto Gomes

Endereço: Rua de Damão, 4454-503 Matosinhos

A Escola Secundária Augusto Gomes abriu portas em 1972, sendo-lhe atribuído o nome do famoso pintor natural de Matosinhos do Séc. XX, conhecido pela pintura e por técnicas como o fresco, a cerâmica, a tapeçaria e o mosaico, criou também cenografia e figurinos para o teatro.

O Conselho Geral é o órgão de direção estratégica responsável pela definição das linhas orientadoras da atividade da escola, assegurando a participação e representação da comunidade educativa. Composto por seis representantes do Pessoal Docente, dois representantes do Pessoal Não Docente, três representantes dos Pais e Encarregados de Educação; dois representantes dos alunos do ES; dois representantes do Município e por fim dois representantes da Comunidade Local.

O **Conselho Pedagógico** é o órgão de coordenação e supervisão pedagógica e orientação educativa da Escola, nomeadamente nos domínios pedagógico-didático, da orientação e acompanhamento dos alunos e da formação inicial e contínua do pessoal docente e não docente. Composto pelo Diretor, coordenadores de Departamento Curricular, coordenador dos Diretores de Turma de EB, coordenador dos Diretores de Turma do Ensino Secundário; representante da Oferta Qualificante, coordenador da Biblioteca Escolar e representante dos Serviços de Apoio Educativo Especializado.

A **Direção** é constituída por uma Diretora, uma subdiretora e duas adjuntas. A Diretora é a responsável pela administração e gestão da Escola nas áreas pedagógica, cultural, administrativa, financeira e patrimonial. Diretora: Dr.^a Margarida Pereira, Subdiretora: Dr.^a Helena Captivo, Adjunta: Dr.^a Carla Marinho, Adjunta: Dr.^a Sandra Gomes. O mandato do Diretor tem a duração de quatro anos e rege-se pelo disposto no Decreto-Lei nº 75/2008, de 22 de abril, pela redação que lhe foi dada no Decreto-Lei nº 137/2012.

No presente ano letivo a escola conta com 1333 alunos, 165 docentes, 27 assistentes operacionais sendo um deles o coordenador e por último 11 assistentes técnicos, sendo um deles coordenador.

A oferta educativa da ESAG inicia no 3º ciclo do EB, articulado com projetos educativos. No ES a escola oferece os cursos Científico Humanísticos de Ciências e Tecnologia, Ciências Socioeconómicas, Línguas e Humanidades e Artes Visuais. E os Cursos Profissionais de Técnico de Turismo, Técnico de Comércio, Técnico de Informática e Gestão e Técnico de Gestão.

Nesta instituição os alunos a par das atividades letivas, têm à sua disposição um conjunto de apoios individuais, em grupo ou em tutorias, que visam reforçar a aprendizagem aos alunos com mais sucesso e colmatar falhas da mesma aos que apresentam mais dificuldades. São eles:

Apoio Individualizado para alunos com Necessidades Especiais (NE) ou com dificuldades pontuais; Tutorias com Apoio individualizado ou em pequeno grupo por professores; Tutoria J, com apoio individualizado ou em pequenos grupos por alunos mais velhos. As atividades organizadas pelo Gabinete do Aluno, contam com aulas de apoio a diferentes disciplinas como: Português, Matemática, Física e Química, Geometria Descritiva, entre outras. Estes apoios estão previstos para todas as turmas, mas sujeitos à disponibilidade de professores e ao horário da turma. Preferencialmente, são organizados pelo próprio professor da turma. Existem ainda outros Projetos: Voluntariado, com apoio de um professor assessor em sala de aula; Prevenção da Indisciplina; Projeto de voluntariado com professores reformados e Projeto Solidário.

Em relação aos projetos trabalhados e desenvolvidos na escola encontramos o “**APptece Ler**”, que visa a melhoria das capacidades de leitura e de interpretação de textos; a “**Cantina**”, cujo objetivo é melhorar a atitude cívica em relação ao espaço das refeições; o “**Desporto Escolar**”, onde o objetivo é realizar atividades e competições tanto internas como externas, motivando a participação e motivação dos alunos; o “**EcoESAG**”, com o propósito de sensibilização dos alunos para as questões ambientais; o “**Erasmus +**”, que visa a aquisição de

novas práticas, através de aprendizagens com outros meios escolares; o “**Grande pesca sonora**”, que proporciona experiências de criação musical e artística; o “**Olha o lixo**”, que pretende refletir sobre a problemática do lixo na escola; o “**Prémio Augusto Gomes**” pretende proporcionar aos alunos uma experiência de prática artística direta com propostas de trabalho apresentadas por diferentes artistas colaboradores; o “**Parlamento Europeu de Jovens**” tem o intuito de desenvolver o trabalho em equipas e desenvolver raciocínios lógicos e consequentemente defendê-los; a “**RádioEsagFM**” é onde os alunos tornam os intervalos mais dinâmicos e alegres através de música, e fazem chegar as notícias; o “**Reflorestar a Esag**”, projeto que vai tentar recuperar alguns espaços verdes na escola e, consequentemente, diminuir a pegada ecológica da mesma; o “**Saber + Português**” consiste na criação de um jogo sobre o bom uso da língua portuguesa em plataforma digital; a “**Sala de Jogos**” é um sítio onde o tempo é dedicado ao xadrez e jogos matemáticos; e por fim, o “**Todos lêem, todos escrevem**”, onde se trabalha a escrita criativa e leitura dos textos criados por alunos.

A escola está organizada por coordenadas: Nascente, Poente e Sul. Cada ala está dedicada a uma área de ensino e todos os pontos se unem à sala dos professores, esta sala tem acesso a todas as alas e dispõe de uma zona de convívio, três gabinetes, duas salas e uma biblioteca destinada aos professores, casas de banho e acesso ao auditório. A biblioteca está ao serviço da comunidade escolar, podendo também ser usufruída por pessoas ou entidades exteriores, quando superiormente autorizadas.

A instituição dispõe de 33 salas de aulas, receção, secretaria, polivalente, sala de expressões, gabinete de psicologia, refeitório, 2 bibliotecas 1 para os alunos no espaço comum e como já referi anteriormente, outra destinada aos docentes situada na sala dos professores, conta ainda com uma reprografia. Tem ainda disponíveis 2 elevadores, um com acesso ao pavilhão de EF e outro com ligação aos diferentes pisos das salas de aula.

Distribuição dos Espaços por Coordenadas

Ala Nascente: Salas de informática, designadas por TIC; 4 salas de aula; salas de arte designadas por AV.

Ala Poente: Piso base - 7 Salas de aula.

1º Piso - Zona da biologia; 2 laboratórios e 2 gabinetes.

2º Piso - Zona da Físico-química com 2 laboratórios.

Ala Sul: 2 gabinetes; 1 elevador; 1 pavilhão de EF; 1 sala dos professores de E.F; balneários; arrecadação.

Toda a escola permite o acesso a alunos com necessidades educativas especiais, incluindo o espaço exterior, apresenta boas condições sanitárias com distribuição de W.C em todas as alas.

Espaços de Educação Física

Dispõem de 8 balneários para os alunos, gabinete para os professores de EF com balneários para os docentes.

Pavilhão: 19,56 metros de largura, por 44,35 metros de comprimento, fazendo um total de 867,486 metros quadrados.

Podem estar a trabalhar neste espaço duas turmas em simultâneo, pois este pode ser dividido em dois, um deles com 506 metros quadrados e um mais pequeno com 263 metros quadrados. Por opção do grupo de EF dividiu-se este espaço em dois e não em três.

Este pavilhão tem à sua disposição três campos de basquetebol, dispostos à sua largura e duas balizas nas suas extremidades, conta também com suportes para colocar dois cestos amovíveis de basquetebol no comprimento do pavilhão. Existem também suportes no chão para colocar os postes de voleibol.

Ginásio: 16,00 metros de largura, por 18,46 metros de comprimento, fazendo um total de 293,36 metros quadrados.

Este espaço pode ser usado como pavilhão de ginástica, visto ser aqui que se encontra o material de ginástica, pode também ser usado como sala de conferências ou de diversos eventos. Neste espaço não se pode praticar desportos que impliquem a utilização de bolas, pois no teto encontram-se um projetor e diversas luzes.

Sala de Expressões: 16,2 metros de comprimento, por 7,8 metros de largura, fazendo um total de 127,14 metros quadrados.

Esta sala pode ser usada por exemplo para realizar uma aula de dança, visto ser a única que dispõe de espelho a todo o seu comprimento, dispõe também de uma aparelhagem, e de um local para os alunos realizarem a troca de roupa e guardarem os seus pertences, porém não dispõe de

instalações para os alunos realizarem a sua higiene, como por exemplo lavatórios ou até mesmo chuveiros.

Espaço exterior: dispõe de pista de atletismo, no seu interior encontramos um campo de jogos com cerca de 50 metros de comprimento por 30 metros de largura, dentro deste espaço estão dispostos à sua largura três campos de basquetebol, podemos ainda encontrar aqui um campo de voleibol, em que os postes do mesmo encontram-se permanentemente alojados no pavimento.

É de referir que o pavimento do espaço exterior, apesar de ser recente, não foi bem colocado, existindo zonas em que se pode verificar a existência de poças, e locais em que o pavimento tem o aspeto de lixa, fazendo com que os alunos se magoem em demasia ao caírem.

De uma maneira geral tanto os espaços como os materiais que o compõem encontram-se em perfeito estado de conservação, devido a todos estas matérias terem menos de um ano de utilização, resultante da recente remodelação de toda a escola, e onde o espaço de EF foi o último a ser terminado, tendo apenas sido inaugurado no ano letivo de 2016/2017.

3.4 Caracterização do núcleo da PES

O núcleo da PES da ESAG no presente ano letivo era composto por três EE: António Pinto, Bruno Sousa e Pedro Pinheiro e pela Professora Mestre Dioclécia Melo. A OC era a responsável por todas as tarefas a realizar ao longo do ano, corrigindo e orientando os EE sempre no caminho mais correto com foco no sucesso. Ao longo do ano, viveu-se um ambiente muito positivo, de muita partilha, favorecendo o sucesso de todos os envolvidos, sendo que, o trabalho em grupo e a responsabilidade individual de cada um foi fulcral neste processo. O respeito e a cumplicidade que foram criados são as características que destaco deste núcleo.

Relativamente à socialização profissional e institucional, seja com os professores de EF em específico ou com a restante comunidade escolar, todos acreditavam no trabalho que esteve a ser realizado e sempre ouviram as nossas dúvidas ou ideias. O conhecimento partilhado e experiências vividas pelos professores de EF, foram, a meu ver, uma peça importante para a integração na comunidade.

É pertinente destacar os assistentes técnicos da ESAG, que estiveram muito próximos do núcleo pelas funções que exercem na escola, a D. Margarida e o Sr. Augusto. Estes técnicos operacionais foram aqueles que mais nos ajudaram com a logística das aulas e, como

consequência, a socialização. Foram pessoas fundamentais pelo trabalho e pelo lado humano demonstrado, entendendo o contexto em que estávamos inseridos.

Sendo este o primeiro contacto com a escola e com o ato de lecionar uma turma na disciplina de EF, a predisposição para assimilar todas as informações transmitidas ao longo do ano esteve sempre presente.

No que toca às turmas lecionadas por cada um:

António Pinto: 9º F, composta por 26 alunos, 15 raparigas e 11 rapazes; Bruno Sousa: 9º G, composta por 24 alunos, 12 raparigas e 12 rapazes; Pedro Pinheiro: 12ºI, composta por 19 alunos, 13 raparigas e 6 rapazes, onde 2 alunos com NE. A turma lecionada pelos 3 EE, em regime rotativo por UD, foi a turma do 11ºJ, composta por 16 alunos, 14 raparigas e 2 rapazes. A turma do 6ºA, do EB, foi também uma turma que foi lecionada pelos 3 EE.

Caracterização das turmas:

No 2º ciclo do EB, a turma 6ºA, apresentava um comportamento exemplar, onde os alunos sempre se empenharam e mostraram curiosidade em aprender mais sobre a modalidade de voleibol, no caso, UD lecionada por mim. A nível motor existiram algumas lacunas, como por exemplo nas capacidades coordenativas e na noção espacial. Em suma, esta oportunidade de trabalhar com crianças do EB, alargou a minha visão de como se deve abordar e comunicar com crianças de um em escalão etário mais baixo.

A turma do 3º ciclo do EB da ESAG, 9ºF, era mais heterogénea, com alunos de alto nível de rendimento e outros com menos capacidades para a EF, o que contribui para um ambiente rico para trabalhar em grupos. Além disso, esta turma apresentava um comportamento irregular onde se pretendia que os alunos se apoiam mutuamente no processo de aprendizagem. As UDs favoritas desta turma e onde obtiveram melhores resultados foram: Badminton, Ginástica de Aparelhos e Voleibol, ou seja, modalidades não invasivas. Esta turma fez-me perceber o quão importante é o controlo da aula, mas também, o controlo das minhas emoções e pensamentos enquanto estou a lecionar.

Por último, a turma do ES da ESAG, o 11ºJ. A turma, maioritariamente composta por elementos do sexo feminino, frequentava o curso de Línguas e Humanidades. No que diz respeito ao desempenho nas aulas de EF, foi considerado de “suficiente”, contudo, o empenho revelou-se um ponto forte. À semelhança da turma 9ºF, esta teve uma melhor prestação nas modalidades

não invasivas onde o bom comportamento e a disciplina estiveram sempre presentes em todas as aulas.

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

4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1 Conceção de ensino

4.1.1.1 Modelos de Ensino

Ao longo da nossa formação académica foram apresentados diversos modelos de ensino da EF, bem como as suas características e vantagens de cada um. Embora a diferença existente nos diversos modelos, cada um é relevante dado que, dependendo da circunstância e momento, podem ser fundamentais para o processo ensino e aprendizagem, onde cabe ao professor escolher e utilizar os modelos de instrução com fim a promover a aprendizagem do aluno.

Existem vários modelos de ensino, tais como: Modelo de instrução direta (MID), Aprendizagem Cooperativa (AC), Ensino de Pares (EP), Modelo de Educação Desportiva (MED) e Ensino do Jogo para a Compreensão (TGfU). Ao longo da minha atuação como EE, apliquei alguns destes modelos em algumas unidades didáticas, colocando sempre as necessidades da turma como prioridade, com fim de retirar o máximo potencial de todos os modelos utilizados.

4.2.1 Planeamento

O planeamento é um instrumento direcional de todo o processo educativo, visto que estabelece e delimita as grandes indispensabilidades, indica as prioridades e determina todos os recursos e meios essenciais para a obtenção de grandes finalidades, metas e objetivos do ensino e aprendizagem (Menegolla & Sant'Anna, 2011). Viciano e Mayorga-Vega (2018) definem que o modelo de planeamento de três eixos é baseado em três coordenadas que pode definir qualquer planeamento. Estas coordenadas pretendem ser um guia reflexivo para professores de EF e fazê-los pensar sobre as principais questões relacionadas ao planeamento de EF, ou seja, os conceitos de alinhamento instrucional, a autonomia dos alunos e a complexidade do conteúdos e ensino programados.

No início do ano, participámos em reuniões de grupo disciplinar onde foram discutidas propostas sobre as diferentes modalidades a abordar, em cada ano escolar e em cada semestre bem como as atividades não letivas a serem incluídas no plano. No caso do nono ano, as modalidades a lecionar no primeiro semestre foram: atletismo, dança, ginástica acrobática, ginástica de solo e voleibol. À semelhança do nono ano, as modalidades a abordar pela turma do

decimo primeiro ano foram as seguintes: atletismo, dança, ginástica acrobática e voleibol. Já no segundo semestre, o planeamento do nono ano passou pelo seguinte: andebol, badminton, basquetebol, corfebol, dança, ginástica acrobática e ginástica de aparelhos. No que toca às modalidades abordadas pelo decimo primeiro ano, encontraram-se as seguintes: andebol, badminton, basquetebol, dança, ginástica acrobática, ginástica de aparelhos e orientação. Numa segunda fase realizei, para cada um dos semestres e turmas, um planeamento específico, considerando os locais onde lecionava as aulas e as respetivas modalidades, isto porque, todas as semanas realizava-se a rotatividade dos professores de EF pelos vários espaços de aula.

Após a realização do planeamento anual e semestral, tornou-se necessário, numa terceira fase, realizar o planeamento das unidades didáticas a abordar segundo as aprendizagens essenciais de cada ano de escolaridade (DGE, 2018). Este implicou definir o que lecionar em cada modalidade, progressão de ensino que estivessem de acordo com o nível da turma e dos alunos, bem como estruturar o modo como as progressões pedagógicas seriam apresentadas aos alunos de forma que pudessem estar, de facto, a apreender. No primeiro semestre foram realizadas grelhas de Vickers (1990) para todas as modalidades como ponto de partida, baseando numa previsão, para depois de avaliar diagnosticamente a turma, realizar alguns ajustes adequados ao que se encaixa realmente na situação em que a turma se encontra. No segundo semestre, optei, para o planeamento das modalidades, o Modelo *Backward Design*. Este coloca o foco no resultado desejado *Big Picture Goal* antes de se determinar os métodos e estratégias para o alcançar e está dividido em três etapas principais: 1. Identificar os resultados de aprendizagem desejados, ou seja, formular um objetivo de forma clara, mensurável e dentro das aprendizagens essenciais; 2. Determinar indicadores de aprendizagem para que seja perceptível, para o professor, se os alunos alcançaram o “*Goal*” final; 3. Planear a unidade didática com recurso a modelos de ensino e estratégias que levam os alunos a alcançar esses objetivos.

Foi, para mim, determinante ter investido na pesquisa de informação para a realização das unidades didáticas das minhas turmas, facilitando bastante a construção dos planos de aula e favorecendo a inovação de exercícios em determinadas modalidades. Outra oportunidade que identifiquei foi a cooperação com os professores do grupo de EF, uma vez que, a partir desta interajuda, obtive inúmeros conselhos e até partilha de conhecimentos e materiais de pessoas com imensa experiência na área.

No entanto, se por um lado, o cumprimento do roulement das instalações desportivas foi, para mim, um fator bastante positivo, pois sendo instalações novas e com material de qualidade e em excelente estado de conservação, permitiram planear aulas mais diversificadas, em

contrapartida, ter de rodar de espaço todas as semanas, e por consequência, mudar de unidade didática a lecionar, a meu ver, comprometeu a continuidade e progressão no processo de ensino e aprendizagem.

4.1.3 Realização

4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

Para mim, foi importante desenvolver a minha capacidade de adaptação, isto porque, por muito que tivesse planeado uma aula, existiam frequentemente situações que a alteravam por completo, fosse por um exercício mais demorado, fosse pelo comportamento dos alunos ou outra situação. O controlo do comportamento da turma foi outro fator relevante que procurei encontrar em toda as aulas. Inicialmente, os alunos apresentavam comportamentos irregulares e desajustados à sala de aula, o que mostrou ser uma dificuldade a ultrapassar. No entanto, após definir as regras fundamentais e exigir o seu estrito cumprimento, os mesmos concordaram em seguir as mesmas com afinco contribuindo assim para um trabalho mais disciplinado com base no respeito mútuo. Posto isto, e após o devido cumprimento de regras, consegui gerir melhor a turma de forma bastante positiva durante a fase de realização. Optei por utilizar três modelos: o Modelo de Instrução Direta (MID) (Silva & Mesquita, 2014), o Modelo de Aprendizagem Cooperativa (AC) (Aronson, E., & Patnoe, S. 1997) e o Modelo de Educação Desportiva (MED) (Siedentop, 1983). A razão da escolha destes métodos teve como fundamentos os seguintes pressupostos: primeiro pela minha inexperiência de liderar uma turma de 26 alunos; segundo porque tive de procurar e explorar modelos diferentes para obter a resposta que pretendia por parte dos alunos, ou seja, que estivessem motivados a realizar a aula e com o comportamento correto.

Na maioria das unidades didáticas, o MID esteve presente com exceção das seguintes unidades didáticas: dança no primeiro semestre, onde foi utilizado o Modelo AC e, no segundo semestre, na unidade didática de basquetebol com recurso ao MED.

No que toca à turma do 11ºJ, uma vez que o número de elementos era muito reduzido, tornou, por um lado, o controlo da turma simples, com poucas chamadas de atenção ou paragens para repor o normal comportamento da turma, mas, em contrapartida, senti uma peculiar dificuldade em criar planos de aula para apenas 16 alunos. Além disso, o facto de a maioria dos elementos ser do sexo feminino fez com que o meu modo atuação fosse pensado e repensado de forma a não haver qualquer tipo de constrangimento de ambas as partes.

Na turma do 6ºA, a experiência vivida foi gratificante e menos exigente, uma vez que os alunos tinham, de um modo geral, excelentes níveis de desempenho. O uso de feedbacks positivos e corretivos foram determinantes para apoiar aqueles que apresentavam maiores dificuldades.

Na minha perspectiva, o feedback é uma ferramenta fundamental na modelagem de comportamentos e na estimulação da aprendizagem. O feedback é uma oportunidade de desenvolvimento pessoal e de construção de uma carreira (Garcia, 2010). A minha capacidade de dar feedbacks de correção aos alunos pareceu-me ajustada, porém com a percepção que haverá sempre muito espaço de crescimento e melhoria, aula após aula, principalmente na execução de determinados exercícios, de maneira a melhorar a performance dos alunos. Acredito que os diferentes níveis de aprendizagem evidentes na turma, foram uma oportunidade para eu desenvolver determinadas competências para que os alunos tivessem um processo de ensino aprendizagem adequado ao seu nível. O facto de haver alunos com diferentes níveis de desempenho motor, exigiu uma maior atenção no planeamento das aulas, de forma que todos os alunos estivessem envolvidos na tarefa e com exercícios adequados aos níveis de cada um. Foi um desafio determinar e registar os níveis de desempenho de todos os alunos e, após isso, encontrar estratégias que os conduzissem ao sucesso na aprendizagem. O facto de os alunos terem aulas de EF de 50 minutos, na minha opinião, era desfavorável, pois o tempo efetivo de aula resumia-se a 35 minutos, complexificando a gestão e organização dos conteúdos a abordar. No entanto, alguns autores (Marques, Ferro, & Carreiro, 2011) defendem que tanto as aulas de 50 como as de 100 minutos podem proporcionar níveis de atividade física suficientemente capazes de contribuírem para a promoção do estado de saúde dos alunos.

4.1.4 Avaliação

A avaliação é o processo de examinar o nível em que os alunos se encontram de acordo com um determinado conjunto de critérios específicos, tendo como objetivo averiguar a qualidade do mesmo tendo em conta o contexto, funcionando para o professor como um detetor de anomalias, previamente definidos para cada turma. Isto é, o professor deve adequar o seu modo de avaliação de acordo com os objetivos esperados naquele determinado grupo de ação. No mesmo sentido, a realização da avaliação contínua, é, para mim, um fator de extrema importância. Sabendo da necessidade e importância de avaliar no processo de ensino e aprendizagem, utilizei vários tipos de avaliação durante a PES: avaliação diagnóstica, avaliação formativa, avaliação sumativa e a autoavaliação.

Na ESAG, a avaliação é realizada segundo os critérios de classificação que foram definidos em três domínios propostos nas aprendizagens essenciais e obedecem às seguintes percentagens:

D1 – Atividades Físicas (70%)

O domínio um está subdividido sendo que 50% é dedicado ao desempenho motor e 50% ao empenho;

D2 – Conhecimentos (10%)

Temas indicados nas aprendizagens essenciais para cada ano de escolaridade e ESAGprojeta;

D3 – Aptidão Física (20%)

O domínio três está subdividido sendo que 50% é dedicado aos testes Fitescola e 50% ao empenho.

Relativamente aos alunos com atestado médico prolongado:

D1 – Atividades Físicas (40%)

D2 – Conhecimentos (60%)

Domínio dois está subdividido, sendo que 50% é dedicado ao portefólio, 25% às determinantes técnicas e táticas e 25% à área dos conhecimentos das aprendizagens essenciais e ESAGprojeta.

Trata-se de uma avaliação continua muito abrangente que cobre todos os aspetos relacionados ao desenvolvimento dos alunos relativamente à aprendizagem, ao comportamento e às lacunas destes (Pooja, 2012). Em todas as aulas, independentemente de ser formal ou informal, os alunos estão a ser sujeitos a vários tipos de avaliações, quer de teor prático quer de teor teórico com pequenas questões, facilitando assim, o processo de avaliação.

Por outro lado, considero que o facto de não possuir experiência na avaliação, sem o conhecimento de estratégias de aplicação a tantos alunos em simultâneo, mais precisamente vinte e seis, dificultou em muito a minha atuação no processo avaliativo. Esta dificuldade, foi especialmente acrescida em modalidades de carácter individual. Assim tive então de criar as

minhas próprias estratégias, para conseguir dar dinâmica a este tipo de aula e colocar os alunos o mais à-vontade possível, “Utilizei o mesmo aquecimento das últimas aulas de forma a ser mais rápido e organizado” de forma a minimizar a intimidação e pressão próprias de um momento de avaliação. Denoto, que a minha capacidade de concentração se desenvolveu bastante, isto porque, durante o ano letivo, no decorrer das avaliações, detetei que estava a melhorar o meu foco e concentração, tendo conseguido reter o que os alunos realizavam, quer a nível prático quer teórico, inclusive o comportamento dos mesmos.

A meu ver, julgo que onde senti mais dificuldade foi em tentar controlar o comportamento desajustado dos alunos e o tempo de observação nas aulas de avaliação sumativa de determinadas modalidades, “No entanto, decidi colocar 2 alunos para fazer a sequência de cada vez. Foi a decisão acertada dado que, caso contrário, não conseguiria avaliar numa aula de 50 minutos”.

A partir da avaliação diagnóstica, foi possível obter uma compreensão mais clara das capacidades da turma como um todo e dos alunos individualmente. Após a conclusão dessa avaliação, pude estabelecer o *big picture goal* para a turma e identificar estratégias eficientes para trabalhar com todos os alunos envolvidos no processo de ensino e aprendizagem.

A avaliação formativa foi realizada ao longo de todas as UD's, consistindo em uma recolha contínua de dados sobre o desempenho dos alunos, com o objetivo de auxiliar na regulação do planeamento inicial. Essa recolha de dados permite ter uma visão clara do progresso na aprendizagem dos alunos e indica se é necessário ou não modificar as estratégias inicialmente definidas. Além disso, compartilhamos com os alunos informações sobre seu desempenho, para que eles saibam como e quanto podem progredir.

A avaliação sumativa é um processo que diz respeito à avaliação final para verificar se os alunos atingiram os objetivos estabelecidos. É um meio para determinar o domínio e a compreensão de habilidades, conceitos ou processos. Este comportamento desajustado exigiu da minha parte uma atenção redobrada de forma que a avaliação decorresse de forma rigorosa.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

5.1 Atividades realizadas

As participações dos EE nas atividades realizadas são essenciais, para promover a capacidade de organização e perceber como funciona a comunidade escolar.

Em todas as atividades realizadas pelo grupo 620 (grupo de EF), contribui de forma oportuna para que estas decorressem da melhor maneira possível. Durante todo o ano letivo, o atletismo, o paddle e o voleibol foram as modalidades que a nossa escola integrou no DE. Enquanto EE, observamos e participamos em treinos e em provas oficiais, normalmente regionais de acesso à fase nacional.

No primeiro semestre, o grupo organizou o CicloESAG. Esta atividade teve como objetivo levar os alunos a andar de bicicleta num passeio por Matosinhos e pelo parque da cidade do Porto. Apesar da chuva houve uma elevada participação dos alunos. O ISMAI apoiou esta iniciativa com o empréstimo de 60 bicicletas. Os EE participaram nesta atividade com a organização de um circuito de BTT para ser realizado no espaço exterior da escola, mas devido às condições meteorológicas, não se realizou, tendo em conta o perigo associado à prova num piso morado. Nesta atividade contámos com a presença do Jornal de Notícias na escola para uma pequena entrevista. Após a atividade, os EE ficaram encarregues da publicação da notícia no website da ESAG.

Outra atividade que o grupo de EF organizou foi o corta-mato escolar. Esta é uma atividade que, normalmente os alunos do EB participam em maior número do que os alunos do ES, e aqui não foi exceção. Tudo foi organizado com a máxima antecedência para que decorresse sem qualquer incidente. Para isso, foram providenciadas as seguintes tarefas: requisição de uma ambulância dos Bombeiros Voluntários de Matosinhos, autorização dos Encarregados de Educação, os lanches, as medalhas, colocação do pódio, a divisão dos alunos por escalões e a elaboração do regulamento da prova. Os três primeiros alunos de cada escalão ficavam automaticamente apurados para o corta-mato distrital, sendo que se não pudessem comparecer por algum motivo, o aluno seguinte seria convocado.

No segundo semestre, como referenciei anteriormente, os alunos que registaram os três melhores tempo de cada escalão foram apurados diretamente para o corta-mato distrital que se

realizou no Parque Urbano Sara Moreira, em Santo Tirso, onde os alunos da ESAG alcançaram o 1º lugar coletivo no escalão iniciados no sexo masculino. Os alunos em conjunto com os professores deslocaram-se de autocarro para o parque. Esta atividade surpreendeu-me pela quantidade de alunos presente e foi uma oportunidade para rever colegas meus da faculdade, discutir e partilhar momentos vividos na PES.

O núcleo PES também ficou responsável por organizar o torneio de duplas de voleibol, sendo que neste torneio, não houve divisão de escalões, apenas separamos EB do ES e o feminino do masculino. Também ficamos responsáveis pelos lanches, medalhas, e a colocação do pódio. A função de juiz de mesa dos jogos que decorreram ficou entregue a alunos que se voluntariaram e aos EE. A inscrição foi de carácter online.

Ainda no segundo semestre, realizou-se a atividade anual proposta e organizada pelos EE “Tu é que danças!” foi o nome dado à atividade que teria como objetivo a promoção de uma vida ativa saudável nos adolescentes através da dança, fomentar o gosto pela modalidade e desenvolver a emoção, imaginação e pensamento dos alunos. A atividade foi apontada para se realizar no dia 30 de março, dia da ESAG. A coreografia foi criada pela turma do 9ºF e 11ºJ com a minha ajuda. Posteriormente, gravei a coreografia e partilhei com os meus colegas do grupo 620 com fim de a partilharem e transmitirem às suas turmas, disponibilizando, também, o *QRcode* do vídeo para que os alunos treinassem em casa. No dia da atividade estiveram cerca de 300 alunos a participar na coreografia. Senti algo que nunca tinha sentido antes nesse dia, o sentimento que os EE marcaram a diferença numa modalidade que, muitas vezes, é colocada de parte. A Dança como forma de expressão criativa, traz muitos benefícios para o corpo e para a mente.

No mesmo dia da atividade “Tu é que danças!”, realizou-se o torneio 3x3 de StreetBasket. Os EE ficaram encarregues de arbitrar 3 de 4 campos. Após todos os jogos foram entregues as medalhas e as lembranças. De salientar, que ficamos incumbidos de colocar o pódio, registar os pontos, e dar o sinal de partida. À semelhança do torneio de Voleibol, os alunos foram divididos por equipas do EB e ES e por género.

A penúltima atividade em que participamos foi o Torneio Interescolas do concelho de Matosinhos. É um torneio que envolve as modalidades de: atletismo, andebol, badminton, basquetebol, futsal e voleibol. Cada escola do concelho de Matosinhos era responsável pela organização de uma modalidade e as finais foram jogadas no Pavilhão Municipal de Leça da Palmeira. Enquanto EE, fiquei responsável pela seleção de alunos do sexo feminino da

modalidade de voleibol, tendo feito treinos de captação e, seguidamente, acompanhado a equipa nos jogos disputados, onde tive a felicidade de alcançar a final e vencer o torneio. A ESAG foi escola organizadora dos jogos de voleibol, e como EEs, ficamos incumbidos de receber as equipas, de tratar dos lanches, da definição dos campos e de dar apoio em outras tarefas. A notícia para o Website da escola foi responsabilidade dos EE.

Por último, realizamos uma viagem a Sevilha e Córdoba com as turmas do 10º e 11º ano do curso de línguas e humanidades com a UC de Espanhol. O Núcleo da PES acompanhou 85 alunos numa viagem que teve a duração de três dias, sendo a saída da escola às 01:00h do dia 10 de maio e a chegada dia 12 de maio pelas 23:00h. Esta viagem foi bastante enriquecedora a nível pessoal, mas principalmente, a nível profissional, uma vez que me permitiu viver o contexto de visita de estudo e compreender melhor o papel do docente fora do contexto da escola dando ênfase à distância da relação professor-aluno, mantendo sempre o respeito por ambas as partes. Por outro lado, a minha ligação com o núcleo PES ficou fortalecida e sou grato por ter tido essa oportunidade.

Penso que a minha postura ativa e a capacidade de cooperação me identificam. Em todas as atividades realizadas, tive a capacidade de me organizar de modo a cooperar com os meus colegas nas diferentes tarefas, de uma maneira ativa, isto é, intervindo e ajudando na organização da atividade, ajudando a resolver os problemas que surgissem. Por outro lado, a capacidade de solucionar problemas e ultrapassar adversidades, no decorrer da aula, de forma rápida e eficaz foram melhorando à medida que fui ganhando a experiência na prática do dia-a-dia.

O seminário foi da exclusiva responsabilidade do núcleo PES que optou por realizá-lo de acordo, com o projeto que escolheu no início do ano letivo com o tema: "Atividade física, comportamentos sedentários e hábitos de sono em Crianças e Adolescentes", orientado pelo Professor Doutor Gustavo Marçal Silva. Os objetivos de estudo eram qualificar os níveis de atividade física, os comportamentos sedentários, o tempo de utilização de equipamentos eletrónicos e a designação da qualidade do sono. Os participantes do estudo foram os alunos do 11ºJ e 12ºI. O consentimento informado foi entregue a todos os alunos e encarregados de educação das turmas referidas anteriormente, no entanto, nem todos responderam de forma positiva à participação do projeto, e, por esse motivo, a amostra para o nosso estudo foi mais reduzida que o previsto. A apresentação do seminário contou com a presença dos professores de EF, professores de outras disciplinas e a professora supervisora. O investigador associado ao

estudo não pode comparecer à apresentação. Foram colocadas perguntas, fez-se um pequeno debate para troca de ideias e finalizamos, assim, o Seminário.

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

A atividade do professor determina, em grande medida, as aprendizagens. O nível inicial e a motivação inicial dos alunos condicionam significativamente as suas aprendizagens, explicando grande parte do seu resultado (Imaginário et al., 2014).

A aprendizagem dos alunos, vai muito mais além do que somente acontece numa sala de aula, ou neste caso, num pavilhão desportivo. É necessário demonstrar um pouco de nós aos nossos alunos, sentirmos empatia, sermos coerentes, simpáticos, respeitadores e prestáveis com os mesmos. Sinto que sou uma pessoa com essas características, e, provavelmente, foi o bastante para os alunos me dizerem: "professor vai ficar cá na escola para o ano?", "não vá embora, gostamos muito de si.", mas a frase que me marcou mais foi a seguinte: "o professor fez-me gostar de voleibol" e saber que mudei a perspetiva e o gosto de um aluno por uma modalidade desportiva. Estas são algumas das frases que os meus alunos me disseram, e que guardarei para sempre.

Os alunos esforçados de maneira apropriada em aula, durante um longo período, sem recorrer a técnicas negativas ou punitivas, são lecionados por um professor considerado eficiente (Siedentop, 1983).

Para obter resultados mais profícuos no processo de ensino e aprendizagem, o professor deve ser um modelo de empenho, esforço e responsabilidade, de forma a dar o melhor exemplo aos alunos, que nestas idades têm os mais velhos como referência de atuação.

Em todas as aulas, exigia um pouco mais dos meus alunos, por saber que eles eram capazes de corresponder sempre aos meus estímulos, organizando planos de aula com exercícios mais complexos e que proporcionassem mais competitividade, inovando nos materiais que as suportavam.

A perspetiva de influência mais comum nos professores é a do desporto, o que se deve a um reflexo das experiências prévias enquanto alunos e da prática desportiva, quando existente, em que se envolveram ao longo da sua vida. Assumindo que as crenças, valores e atitudes do professor condicionam a sua prática, a prevalência de uma orientação para o desporto na EF

escolar conduz desde logo a ocasiões de insucesso e a um conjunto de desafios inatingíveis ou muito difíceis de ultrapassar para os alunos que não gostam ou não obtêm normalmente sucesso no desporto (Nobre & Ribeiro da Silva, 2015).

5.3 Socialização profissional e institucional

O diálogo entre os professores é fundamental para solidificar saberes resultantes da prática profissional. Mas a criação de redes coletivas de trabalho constitui, também, um fator determinante de socialização profissional e de asserção de valores próprios da profissão docente (Nóvoa, 1992).

Estabeleci ao longo do ano um excelente relacionamento que mantenho com toda a comunidade escolar, isto é, docentes, não docentes e alunos. Creio que uma boa socialização é a base fundamental para conhecermos as pessoas e determinar a nossa posição com as mesmas.

Sendo a socialização profissional e institucional bastante importante e estando num ano de PES, considero que a minha falta de envolvimento em atividades com outras disciplinas na escola para além da EF, não potenciou o meu processo de socialização. A interdisciplinaridade é também uma forma de socialização profissional que contribui para o desenvolver competências novas como a transversalidade de conteúdos, bem como a ligação com professores de outras áreas. Por outro lado, penso que a conceção de novos contactos, com pessoal docente, não docente ou outros ligados à comunidade escolar, é interessante, sob ponto de vista de troca de ideias e de perspetivas sobre variados temas, bem como o estabelecimento de amizades futuras.

Sou uma pessoa bastante sociável e transparente, por isso, vejo a distância entre sala de professores e o gabinete dos professores de EF como um fator prejudicial. Esta localização é benéfica devido à proximidade do local onde vão decorrer as aulas tanto para os professores das disciplinas teóricas como para os professores de EF, no entanto, os professores de EF perdem alguma proximidade com os restantes colegas das outras disciplinas.

5.4 A Componente ético-profissional

A ética é um modo de regulação dos comportamentos que provém do indivíduo e que assenta no estabelecimento, por si próprio, de valores (que partilha com outros) para dar sentido às suas decisões e ações (Hamido & Uva, 2012). Ser ético é agir dentro dos padrões convencionais, é proceder bem, é não prejudicar o próximo. Ser ético é cumprir os valores

estabelecidos pela sociedade em que se vive. Cada profissão tem o seu próprio código de ética, que varia ligeiramente, devido às diferentes áreas de atuação (Lima, 2018). Porém, há elementos da ética profissional que são universais e, por isso, aplicáveis a qualquer atividade profissional, como é o caso da honestidade, responsabilidade e competência (Fenprof, 1986).

No que diz respeito ao meu trabalho enquanto docente, tenho plena consciência que cumpro com todas as atividades da minha profissão, sendo estas fundamentais para garantir o bom desempenho e o sucesso na carreira de professor de EF e onde sempre procurei melhorar a cada dia que passava, sempre pensando com responsabilidade e profissionalismo, onde foi mantida a confidencialidade e a integridade dos alunos, com a procura da igualdade, inclusão e colaboração, seguindo os princípios determinados pela sociedade e pelo meu grupo de trabalho.

6. Desenvolvimento profissional

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

A formação deve ancorar-se sempre que possível na situação concreta do ensino, contexto onde decorre a aprendizagem (Resende et al., 2014). Para além da nossa formação na PES deveremos procurar atualizarmo-nos através de uma formação especializada e contínua. Na subdimensão, dificuldades e necessidade de formação, após feita análise, considero que é essencial na medida em que consegui compreender quais as minhas maiores dificuldades neste ano, assim como quais são as matérias em que sinto que necessito de mais formação.

O primeiro semestre foi aquele em que senti mais dificuldades, isto porque, era o iniciar do contacto real com a profissão de ensino. Porém, consigo refletir e perceber que nesses primeiros quatro meses o processo de aprendizagem para mim foi fundamental. A lecionação das modalidades que apresentava mais lacunas do conhecimento técnico e tático, fez-me pesquisar arduamente informação e materiais didáticos para que elaborasse, planos de aula mais estruturados e com os objetivos e critérios de êxito bem delineados, de maneira a construir para os meus alunos um processo de ensino aprendizagem mais completo e coerente.

A escola possui excelentes condições, tanto a nível de instalações desportivas como de material desportivo, todavia, os alunos tirariam mais benefícios das aulas se o pavilhão, estivesse disponível na sua amplitude de largura e comprimento, não tendo de o partilhar com outra turma em simultâneo. No entanto, são estas limitações sentidas que me levam a percecionar a realidade das escolas e a necessidade de adaptação a cada uma delas.

"Ser professor" é bastante mais do que somente lecionar matéria. Creio que o professor não educa os alunos, mas transmite-lhes valores e formação pessoal (Trindade, 2015). Através do diálogo, coloquei sempre os meus alunos num registo de proximidade e abertura de forma que falassem comigo sem constrangimentos sobre qualquer assunto que os preocupasse, e senti que resultou. Há alunos que nos marcam, tal como deixamos a nossa marca em alguns.

Considero que durante a minha formação académica, aprendi algumas das variadas metodologias utilizadas no ensino, no entanto na licenciatura, não sentia vontade de estudar aprofundadamente cada uma delas, isto porque não as colocava em prática. Em contexto real, e estando na escola, percecionei a necessidade de ampliar os meus conhecimentos através da prática e optei por aplicar três métodos de ensino ao longo de todo o ano letivo: MID, AC e o

MED, cada um com as suas características e com os seus focos muito diferentes. O facto de ter usado o modelo de AC e o MED, fez, de certo modo, com que os alunos se encontrassem muito mais predispostos a participar na aula e a minha criatividade em idealizar objetivos para os grupos de trabalho e momentos competitivos durante as aulas não se encontrasse limitada ou restrita.

Enquanto EE, estou em constante formação e, para além disso, participei numa ação de formação de atletismo, organizado pela ESAG, e lecionada por elemento da federação de atletismo. Esta como outras ações, são importantes para melhorar os meus conhecimentos em modalidades. É importante fazer enriquecer o meu currículo profissional, não só através de ações deste tipo, mas também através de seminários ou outras formações específicas.

A época de iniciação profissional docente é estimada como a mais difícil e crítica na carreira dos docentes. sendo assinalado por emoções contraditórias que desafiam diariamente o professor e a sua prática docente (Gabardo & Hobold, 2012).

Em todas as profissões é necessário haver uma formação contínua, ou seja, estar em constante aprendizagem. A formação contínua de professores, apresenta como finalidade a melhoria da qualidade de desempenho dos professores, da qualidade do ensino, e ainda a articulação com os objetivos de política educativa nacional e local. Numa época em permanente modificação a formação contínua de docentes surge como o centro de aquisição de saberes e de capacidades para atuar no contexto pedagógico, autenticando o seu progresso profissional e organizacional.

O processo de aprendizagem está em íntima concordância com a motivação para aprender mais e melhor. A formação contínua adota as seguintes modalidades: cursos de formação, oficinas de formação, círculos de estudos e ainda ações de curta duração (Casanova, 2015).

Na minha perspetiva, os professores devem estar no centro da sua própria formação seja por desejo, por vontade ou por necessidade. Todos os professores têm direito e dever de realizar formação contínua, como um complemento pedagógico à sua aprendizagem. A evolução da ciência é uma constante e necessitamos de estar preparados para o conhecimento aprofundado todo o tipo de conteúdos específicos e para múltiplas tarefas transdisciplinares presentes no sistema educativo. Por norma, são as escolas que potenciam os seus próprios recursos humanos na produção de respostas formativas, de maneira a colmatar as necessidades identificadas em contexto.

A coligação entre a formação docente, a evolução da profissionalidade docente e as necessidades formativas e educativas das escolas inseridas no seu contexto deverão ser motivo de inquietação rumo a melhorias efetivas (Santiago, 2005).

Para implementar de forma efetiva uma política de formação em modalidade de e/b-learning, é necessário estabelecer práticas formalizadas que sejam consideradas como "opção estratégica" pela instituição, a fim de serem incorporadas de maneira sistemática e sustentada na prática pedagógica de seus profissionais (Gomes, 2008). A transição para o reconhecimento institucional e adoção generalizada e sistemática do e-learning ou b-learning apresenta uma série de desafios para as instituições. Esses desafios incluem: (i) infraestrutura e suporte técnico adequados; (ii) gestão administrativa eficiente; (iii) desenvolvimento de competências e reconhecimento profissional; e (iv) disponibilização de conteúdos e recursos pedagógicos (Gomes, 2005).

No contexto educacional, a capacitação digital é fundamental para preparar os alunos para o futuro. Os professores têm a responsabilidade de fornecer oportunidades de aprendizagem que desenvolvam as habilidades digitais dos alunos, promovendo a alfabetização digital e o pensamento crítico. Isso envolve a integração de tecnologias digitais no currículo, o acesso a recursos digitais e a formação de professores para que possam orientar os alunos nesse processo, onde, sei que exerci um bom exemplo utilizando recursos digitais nas minhas aulas, como por exemplo, a utilização de vídeos para a UD de dança, bem como a aplicação questionários através do Kahoot e o *google forms* para a autoavaliação. Na realização de eventos foram criados *QRcodes* para facilitar o acesso dos alunos à informação dos regulamentos e inscrições. A comunicação entre os elementos do grupo de EF era feita através do Chat (google suit) e o trabalho colaborativo era realizado em drives de equipa. O Moodle era a plataforma oficial onde se realizavam fóruns e se organizava pastas com instrumentos de avaliação, materiais didático-pedagógicos entre outros documentos estruturantes.

7. Reflexões finais

Este ano da PES, foi repleto de experiências pessoais e profissionais. A nível pessoal, consegui ultrapassar alguns receios tais como, a ansiedade de conhecer a OC, de trabalhar com os restantes colegas do grupo de EF, de vivenciar o contexto real de um professor, entre outros. Sabia, que a minha capacidade de adaptação era um fator importante neste ano, e que devia conseguir reter tudo o que me diziam para melhorar a minha performance como enquanto professor. Trabalhar com uma turma o ano letivo todo, fez-me ser mais organizado, paciente e trabalhador. Foi um ano exaustivo, relativamente aos métodos de trabalho que adquiri, tentei sempre elaborar atempadamente os planos de aula, reflexões, entre outros documentos, dentro dos prazos propostos e de forma a manter organizado o meu dossiê digital. A nível profissional, aprendi que com trabalho, dedicação e esforço se consegue atingir todos os objetivos a que nos tenhamos proposto. Cumpri com rigor e de forma cuidada tudo a que me propus ou me propuseram fazer, estudei matérias para me manter sempre atualizado e consegui ser competente em tudo o que realizei. A maior lição que retiro desta vivência é que há uma dicotomia de transmissão de saberes entre professores e alunos.

Efetivamente, o contexto real da escola e a profissão de professor, é bastante distinto do que presumia. Dar aulas é sentir-me livre, podendo transpor para a realidade, muitas vezes, situações que apenas supunha. É essencial termos uma capacidade de adaptação, para conseguirmos solucionar situações e problemas que outrora não o conseguíamos fazer. Aliado a esse fator, é gratificante arranjar estratégias para cada nível de aluno que existe na turma, de maneira a obterem sucesso e, principalmente boas classificações finais.

Planear e organizar as aulas, auxilia bastante o trabalho do professor, assim como facilita o processo de ensino e aprendizagem dos alunos. Primeiro porque, se estuda atempadamente para as modalidades que vamos lecionar nas aulas seguintes e procuramos exercícios novos e mais competitivos e, segundo, porque os alunos são ensinados consoante o seu nível de aprendizagem. Ou seja, é necessário identificar diferentes necessidades e lacunas dos alunos e preparar unidades didáticas com exercícios específicos de forma a ajudá-los a ultrapassarem as suas dificuldades, por isso nós, professores, e, enquanto adultos, temos o dever de lhes proporcionar um ensino com regras, exigente, porém divertido e competitivo.

Todas as atividades em que me envolvi foram determinantes para um desenvolvimento de um futuro docente de EF, o que envolve uma combinação dos domínios dos conhecimentos específicos, das habilidades de ensino e pedagogia, do desenvolvimento de competências interpessoais, da liderança e motivação, da atualização profissional e da reflexão e autoavaliação. É

importante realçar que o desenvolvimento profissional de um professor de EF é um processo contínuo e individual.

8. Referências bibliográficas

- A da Cunha, M., Batista, P., & Graça, A. (2014). Pre-service physical education teachers' discourses on learning how to become a teacher:[Re] constructing a professional identity based on visual evidence. *The Open Sports Sciences Journal*, 7(1).
- Casanova, M. P. (2015). A formação contínua de professores: uma leitura do decreto-lei 22/2014. *A Formação Contínua na Melhoria da Escola. Revista do CFAECA*(ISSN 2183-4083), 12-18.
- de Brito Pacheco, J. A., & Psicologia, U. d. M. I. d. E. e. (1995). *Formação de professores: teoria e praxis*. Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- DGE. Direção Geral de Educação (2018). *Aprendizagens Essenciais de Educação Física*. Lisboa: Direção Geral de Educação, Ministério da Educação e Ciência.
- Fenprof. (1986). *Ética Profissional*. Federação Nacional de Professores, 3-6.
- Fletcher, T., & Kosnik, C. (2016). Pre-service primary teachers negotiating physical education identities during the practicum. *Education 3-13*, 44(5), 556-565.
- GABARDO, C., & HOBOLD, M. d. S. (2015). O processo de socialização profissional dos professores do ensino fundamental. *XVI ENDIPE-Encontro Nacional de Didática e Práticas de Ensino. UNICAMP-Campinas-2012*.
- Garcia, C. P. (2010). *Saber dar e receber Feedback*. Tutorado Técnico Universidade de Lisboa, 1-5.
- Goh, K. C., Wong, A. F., Choy, D., & Tan, J. P. I. (2009). Confidence levels after practicum experiences of student teachers in Singapore: An exploratory study. *KEDI Journal of Educational Policy*, 6(2).
- Gomes, M. J. (2005). Desafios do e-learning: do conceito às práticas Dias, P. Freitas, CV, In org.-" *Challenges*, 5, 229-236.
- Gomes, M. J. (2008). Reflexões sobre a adopção institucional do e-learning: Novos desafios, novas oportunidades. *Revista e-Curriculum*, 3(2).
- Hamido, G., & Uva, M. (2012). Ética em educação: sentidos, razões e consequências. *Revista Interações*, 8(21).
- Imaginário, S., de Jesus, S. N., Morais, F., Fernandes, C., Santos, R., Santos, J., & Azevedo, I. (2014). Motivação para a aprendizagem escolar: adaptação de um instrumento de avaliação para o contexto português. *Revista Lusófona de Educação*, 28(28).
- Lima, T. (2018). *Ética e Deontologia Profissional*. Programa Nacional Da Formação Dos Treinadores, 1-3.

- Marcon, D., Graça, A. B. d. S., & Nascimento, J. V. d. (2013). O conhecimento do contexto na formação inicial em Educação Física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 27(04), 633-645.
- Marques, A., Ferro, N., & Carreiro da Costa, F. (2011). Comparative analysis of the intensity of physical education classes of 45 and 90 minutes. *Gymnasium*, 3(4), 55-72.
- Menegolla, M., & Sant'Anna, I. M. (2011). Por que planejar? Como planejar?: currículo, área, aula. Editora Vozes Limitada.
- Nobre, P., & Ribeiro da Silva, E. (2015). O Perfil do Professor de Educação Física na Perspetiva dos Alunos em Formação Inicial, 18 (2), 151–166.
- Nóvoa, A. (1992). Formação de professores e profissão docente.
- Ramírez, J. V., & Vega, D. M. (2018). The three-axes model of planning in physical education. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(33), 313-319.
- Resende, R., Carvalho, M., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., & Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional*, 145-164.
- Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield.
- Silva, R., Queirós, P., & Mesquita, I. (2017). Modelos de Ensino do Desporto: O olhar dos alunos. Estudo no âmbito do Estágio Profissional em Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*.
- Singhal, P. (2012). Continuous and comprehensive evaluation: A study of teachers' perception. *Delhi Business Review*, 13(1), 81-99.
- Vickers, J. N. (1990). *Instructional Design for Teaching Physical Activities: A Knowledge Structures Approach*. Human Kinetics Publishers, Inc., Box 5076, Champaign, IL 61825-5076.