

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Fernando Emanuel Barbosa Landreiras

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos
Básicos e Secundário

Orientador Institucional

Professora Doutora Cristiana Helena de Assunção Bessa
Pereira

julho, 2023



Fernando Emanuel Barbosa Landreiras

Nº40301

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 de Decreto-Lei n.º79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob orientação da Prof.^a Doutora Cristiana Helena de Assunção Bessa Pereira da Universidade da Maia – UMAIA.

Julho de 2023

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

Palavras-chave: prática de ensino supervisionada; educação física; estudante estagiário.

DEDICATÓRIA

Aos meus pais, pelo esforço que fazem diariamente e que me possibilita lutar pelos meus objetivos, por sempre me apoiarem e pela educação e valores que me transmitiram e fizeram ser a pessoa que sou hoje.

Obrigado!

Agradecimentos

À UMAIA pelos excelentes professores que tem no seu quadro que tanto me ensinaram.
À prof.^a Doutora Cristiana Helena de Assunção Bessa Pereira, supervisora, um agradecimento pela exigência, disponibilidade, referência, partilha de experiência e conhecimento.

Ao professor orientador cooperante Fernando Magalhães, pela sua simpatia, pela excelente pessoa que demonstrou ser, pelo à vontade que sempre me deu no decorrer do ano, pela paciência, dedicação e exigência que me permitiram crescer a cada dia. Sei que levo muita aprendizagem com a sua convivência e um amigo para a vida. Obrigado!

Ao grupo de Educação Física da Escola Secundaria de Paços de Ferreira por estarem sempre dispostos a esclarecer qualquer dúvida que possa surgir, bem como sugestões para melhorar as minhas aulas. Também agradecer a todos os funcionários, pela simpatia e disponibilidade em ajudar sempre que fosse necessário.

Ao meu colega de núcleo da prática de ensino supervisionada, Henrique Cruz, por todas as conversas que tivemos que nos fizeram refletir e melhorar, por todas as críticas construtivas que me fez tendo em vista melhorar as minhas aulas, e pelo apoio que fomos dando um ao outro neste ano difícil. Sei que levo um amigo para a vida e que este ano ficará seguramente nas nossas memórias.

Aos meus pais, que são os grandes responsáveis por ter seguido este mestrado, pelos esforços que realizaram e pelo apoio que me deram diariamente. Nunca haverá palavras suficientes para agradecer tudo o que fizeram por mim. Um obrigado muito grande!

À minha irmã, por ser a alegria da casa, por me apoiar sempre que necessário e tornar tudo muito mais fácil.

À Carla, por estar sempre disposta a ajudar-me, por ter sempre a palavra certa no momento certo, pelo apoio diário que me deu, por nunca me permitir desistir e por me fazer sentir melhor sempre que algo de menos positivo surgisse. Um obrigado do fundo do coração por ter tornado os dias mais fáceis.

A todos os professores e colegas que me acompanharam neste percurso académico, desde a licenciatura no ISCE Douro até ao mestrado na UMAIA. Sem mencionar todos os nomes deixo-vos o meu agradecimento por tudo o que vivi com vocês.

Resumo

Este documento tem como objetivo a descrição e reflexão das experiências realizadas durante a Prática de Ensino Supervisionada (PES), abrangido no 2º ano do 2º ciclo de estudos, do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Maia – UMAIA, no ano letivo 2022/2023. A prática supervisionada realizou-se na Escola Secundária de Paços de Ferreira (ESPF), resultando um núcleo composto por dois elementos, um professor orientador cooperante e sob supervisão de uma orientadora da instituição mencionada acima (UMAIA). Este depoimento tem como objetivo demonstrar e rever os acontecimentos marcantes com a minha passagem pela escola e refletir sobre experiências em contexto real da prática profissional. Existe, então, a oportunidade de descrever, refletir e identificar o que foi aprendido, bem como todas as competências obtidas ao longo do ano letivo. Este documento está dividido em diferentes capítulos, sendo eles: 1) Introdução, onde é realizada uma síntese deste documento; 2) Dimensões: Pessoal e Profissional, onde é descrita uma biografia pessoal do meu trajeto académico e desportivo que, posteriormente, serve para apresentar as tomadas de decisão formativas e profissionais, bem como as expectativas iniciais sobre o estágio de ensino supervisionado; 3) Prática em Contexto, local da PES na conjuntura legal, conceptual e institucional; 4) Prática profissional, aqui são efetuadas partilhas e reflexões de acontecimentos ao longo do ano letivo, baseadas nas quatro tarefas do professor: conceção, planeamento, realização e avaliação do ensino; 5) Participação na escola e relação com a comunidade, onde são descritas as atividades de extensão da atividade letiva docente, a componente ético-profissional e o envolvimento da comunidade escolar; 6) Desenvolvimento Profissional, espaço para descrever o ganho de novos conhecimentos e a construção de uma identidade profissional; 7) Reflexão final da Prática Profissional, local onde é descrito o percurso e contributo desta experiência em contexto real de ensino para o desenvolvimento enquanto profissional e pessoal; 8) Referências bibliográficas, ajudam a fundamentar e a reforçar a verdade das minhas perspetivas e que orientam as minhas fundamentações.

Palavras-chave: relatório de prática de ensino supervisionada; estudante estagiário; educação física.

Abstract

This document aims to describe and reflect on the experiences carried out during the Supervised Teaching Practice (PES), covered in the 2nd year of the 2nd cycle of studies, of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the University of Maia – UMAIA, in the academic year 2022/2023. The supervised practice took place at ESPE, resulting in a nucleus composed of two elements, a supervisor and under the supervision of a supervisor from the institution mentioned above (UMAIA). This statement aims to demonstrate and review the remarkable events of my time at school and reflect on experiences in the context of professional practice. There is, then, the opportunity to describe, reflect and identify what was learned, as well as all the skills obtained throughout the school year. This document is divided into different chapters, namely: 1) Introduction, where a summary of this document is carried out; 2) Dimensions: Personal and Professional, where a personal biography of my academic and sports path is described, which later serves to present the formative and professional decision-making, as well as the initial expectations about the supervised teaching internship; 3) Practice in Context, place of PES in the legal, conceptual and institutional conjecture; 4) Professional practice, sharing and reflections on events throughout the school year are carried out here, based on the four tasks of the teacher: conception, planning, implementation and evaluation of teaching; 5) Participation in the school and relationship with the community where the extension activity, the ethical-professional component and the involvement of the school community are described; 6) Professional Development, space to describe gaining new knowledge and building a professional identity; 7) Final reflection on Professional Practice, where the path and contribution of this experience in a real teaching context for professional and personal development is described; 8) Bibliographical references, help to substantiate and reinforce the truth of my perspectives and that guide my foundations.

Keywords: supervised teaching practice report; intern student; physical education.

Lista de Abreviaturas

- EA - Escola Associada
- EC – Escola Cooperante
- EE - Estudante Estagiário
- EF - Educação Física
- EP - Estabelecimentos Prisionais
- EPPF - Estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira
- EPVS - Estabelecimento Prisional do Vale do Sousa
- ESPF - Escola Secundária de Paços de Ferreira
- MEC – Modelo de Estrutura de Conhecimento
- MED – Modelo de Educação Desportiva
- MEEFEBS - Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
- MID – Modelo de Instrução Direta
- NPES - Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada
- OC - Orientador Cooperante
- PES - Prática de Ensino Supervisionada
- PNEF - Programa Nacional de Educação Física
- PS - Professora Supervisora (PS)
- RPES - Relatório da PES
- UC - Unidade Curricular (UC)
- UD - Unidade Didática (UD)
- UMAIA - Universidade da Maia

Índice

Agradecimentos	iv
Resumo	vi
Abstract	vii
Lista de Abreviaturas	viii
Índice	ix
1. Introdução	11
2. Enquadramento pessoal e profissional	12
2.1. Uma decisão a partir de um percurso	12
2.2. Expectativas iniciais.....	14
3. Enquadramento institucional	14
3.1. A importância da Prática de Ensino Supervisionada (PES)	14
3.2. A PES na UMAIA.....	16
3.3. A escola cooperante: lugar de prática.....	17
3.4. Caracterização do núcleo da PES	18
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	19
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	19
4.1.1. Conceção de ensino.....	19
4.1.1.1. Modelos de Ensino.....	21
4.1.2 Planeamento.....	23
4.1.2.1 Planeamento anual	23
4.1.2.2 Plano de Período.....	24
4.1.2.3 Unidades Didáticas	25
4.1.2.4 Plano de aula	27
4.1.2.5 Reflexão	28
4.1.3 Realização.....	29
4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica	29
4.1.4 Avaliação.....	33
5. Participação a escola e relação com a comunidade	35
5.1 Atividades realizadas	35
5.2 Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	38
5.3 A socialização profissional e institucional	38
5.4 A componente ético-profissional.....	39
6. Desenvolvimento profissional.....	39
6.1 Dificuldades e necessidade de formação	40
6.2 Formação contínua: um imperativo da profissão	41
6. Reflexões finais	42
7. Referências bibliográficas.....	43

1. Introdução

No âmbito da Unidade Curricular (UC) da Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no plano de estudos do 2º ano do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), da Universidade da Maia -UMAIA, abordo sobre o estágio realizado na Escola Secundária de Paços de Ferreira (ESPF). O estágio tem como finalidade assegurar ao Estudante Estagiário (EE) um comprometimento no contexto educativo e permitir-lhe também um desenvolvimento profissional. Permite ao estagiário enfrentar a realidade do contexto escolar em todas as vertentes que vai desde as reuniões de professores, ao planeamento, a lecionação das aulas, bem como a reflexão sobre as mesmas. Todo este processo provoca um conjunto de experiências vivenciadas que se tornam importantes para o desenvolvimento do EE.

A PES, etapa imprescindível na aquisição do grau de Mestre EEFBS, e o equivalente Relatório da PES (RPES) regem-se pelas normas da instituição universitária e pela legislação específica referente à habilitação profissional para a docência, segundo o Decreto-Lei Nº 79/2014 de 14 de maio e o Decreto-Lei Nº 74/2006 de 24 de março na versão revista e modificada pelo Decreto-Lei Nº 63/2016 de 13 de agosto.

A PES surge no contexto de colocar em prática as aprendizagens adquiridas até então e de iniciar o meu percurso no mundo da educação. Neste processo é necessário deixar de sentir que ainda sou um estudante para passar a viver enquanto professor. Batista e Queirós (2013) mencionam que o processo vivido para alguém que se torne professor, consiste numa jornada pessoal profunda, onde o estagiário tem de agregar os seus valores e crenças com vários fatores: as características dos alunos e encarregados de educação, os conhecimentos adquiridos na faculdade e a aprendizagem obtida na comunidade educativa.

Durante este caminho fui acompanhado pelo meu Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada (NPES), formado por mais um EE e pelo meu Orientador Cooperante (OC). Mais distante fisicamente, mas sempre presente virtualmente quando necessário, acompanhou-me, constantemente, a Professora Supervisora (PS). A minha evolução profissional teve reflexo pela partilha de conhecimentos e ideias, a reflexão em grupo, as críticas construtivas e sobretudo pela constante motivação e o desejo de procurar sempre evoluir.

Neste documento denominado RPES, menciono todo o trabalho efetuado durante o ano letivo, sob várias formas: planeamentos, reflexões, atividades participadas e organizadas na escola. Este documento é composto por um enquadramento pessoal e

profissional, onde o EE expõe os motivos que o levaram a escolher seguir a área de ensino da Educação Física (EF), bem como as suas expectativas sobre a PES. Subsequentemente, é esclarecida a importância desta UC e como ela se encontra incorporada na UMAIA. É igualmente realizada uma caracterização da turma lecionada, da Escola Cooperante (EC) e do NPES. Os principais pontos do documento centram-se na realização de uma reflexão sobre quatro temas: organização e gestão do ensino e da aprendizagem; experiência de ensino; participação na escola e na relação com a comunidade; e por último, o desenvolvimento profissional. Para concluir, é apresentada uma reflexão final relativamente à PES e com base nas expectativas iniciais apresentadas inicialmente, analisei o meu desempenho tendo em conta os temas abordados, anteriormente referidos.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1. Uma decisão a partir de um percurso

O professor de EF constrói a sua identidade profissional ao longo da sua vida e não apenas durante o seu percurso académico. A sua identidade é influenciada pela inclusão cultural no tempo e no espaço, as vivências desde a infância até ao presente, a trajetória escolar e académica e também a sua história familiar (Lopes & Cunha, 2007).

Nasci a 29 de setembro de 1997, na freguesia de Rans, concelho de Penafiel. Neste momento vivo na mesma freguesia onde nasci, com os meus pais e irmã mais nova e foi aqui, nas ruas e ringues deste local, que nasceu a minha paixão pelo desporto. Os meus verões e fins de semana eram passados com os meus amigos a jogar futebol, andar de bicicleta e fazer várias atividades que envolvessem atividade física, portanto, sempre fui uma criança fisicamente ativa.

No que concerne ao desporto, pratiquei dois anos futsal, entre os dez e doze anos, onde não competia e apenas tinha dois treinos por semana. Aos doze anos decidi deixar o futsal e comecei a praticar jiu-jitsu, modalidade que pratiquei durante um ano. Foi uma modalidade que me ensinou a ultrapassar as dificuldades, a superar-me a cada treino e a nunca desistir. Por influência de amigos, comecei a representar um clube de futebol vizinho (Calçada) da minha zona de residência, como não conseguia conciliar as duas modalidades por ter treinos nos mesmos dias optei por abandonar o jiu-jitsu. Foi neste clube, que descobri a minha grande paixão, o futebol, e nele aprendi a lidar com os sucessos e a frustração dos insucessos, aprendi a lidar com diferentes tipos de

personalidade, a perceber a importância do trabalho de equipa e a importância de trabalhar arduamente para conseguir alcançar os objetivos.

Como referem Saint-Exupéry e Varela (2002) “se todos aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós”.

Nesta fase criei amizades que trago comigo até aos dias de hoje e também excelentes exemplos de treinadores que me influenciaram a gostar tanto de desporto. Tive, também, a sorte de ter excelentes professores de educação física, sendo que tanto eles como os treinadores que me acompanharam, deram-me motivação para querer ser professor/treinador e, é por estes motivos, que decidi fazer do desporto a minha atividade laboral. Para Mata e Gomes (2016), pode-se afirmar que existe uma relação de interdependência entre treinador e atletas quando ambos experienciam elevados níveis de confiança e respeito na sua relação, quando ambos desejam manter-se unidos e comprometidos nesta relação no futuro e quando ambos se comportam de uma forma amigável, compreensiva e tranquila.

Na minha prática desportiva vivenciei grandes experiências e aprendizagens. O futebol transmitiu-me um sentimento de bem-estar, confiança e motivação que me ajudou a ultrapassar dificuldades sentidas na prática da modalidade e também nos desafios que a vida me foi proporcionando. Neste desporto aprendi a desenvolver valores como a amizade, trabalho de equipa, união, persistência, compromisso e ambição que tiveram grande influência na minha definição e desenvolvimento de personalidade.

Após a minha experiência como jogador, surgiu a oportunidade de ser treinador, função que desempenho há já cinco anos. A experiência que adquiri nestes anos foram cruciais para o trabalho desempenhado na prática enquanto EE na PES. O facto de ser treinador e um exemplo para os meus atletas mostrou-me que o desporto é sobre disciplina, adeptos, claques, árbitros, instituição desportiva, respeito, competição, e espírito de sacrifício. Para além disso, mostrou-me que perder não significa fracasso, mas sim procurar melhorar e levantar depois das derrotas. Com isto, procuro continuar a lutar para ser melhor que ontem e transmitir esta mensagem aos meus atletas, desde que assumi a função de treinador. Por consequência desta vivência, foi também preocupação minha inculcar estes valores aos meus alunos. O saber lidar com os insucessos também foi importante na PES, uma vez que quando as aulas não corriam como pretendido, procurou-se perceber onde estavam os erros e corrigi-los, o que me fez crescer imenso ao longo do último ano.

2.2. Expectativas iniciais

Encarei o início do novo ano letivo 2022/2023 com alguma ansiedade, uma vez que pela primeira vez ia orientar uma turma. Pensava eu que ia ser um ano rico, no que diz respeito às experiências e aprendizagens. Estava à espera de cometer erros, que me fizessem aprender com cada um deles e ter a capacidade de refletir o como e o porquê dos mesmos terem acontecido, de forma a, rapidamente, arranjar soluções viáveis para que não voltem a acontecer.

Durante este ano, através das experiências, ambicionava criar ou acrescentar características enquanto profissional que me tornassem um professor eficiente e que conseguisse melhorar a forma física dos alunos, melhorando simultaneamente enquanto pessoas, com acréscimo de responsabilidades e valores ao longo de todo este processo.

Tinha, também, curiosidade em experimentar alguns modelos de ensino, de modo a conseguir perceber qual deles se adequava melhor ao meu método de ensino e à turma que iria incorporar. Posto isto, uma vez que cada turma é detentora de características únicas e tendo em conta as idiossincrasias de cada aluno, nem sempre um modelo se consegue aplicar de igual forma em turmas diferentes.

Um dos aspetos que estava mais ansioso era por conhecer os métodos de trabalho dos professores de educação física que trabalham na escola em que fui colocado, uma vez que são profissionais com bastantes anos de experiência e um conhecimento vasto sobre o ensino da educação física, bem como de todo o processo de funcionamento de uma escola.

Outro aspeto que tinha curiosidade em perceber como funcionavam era as reuniões escolares, fossem elas com encarregados de educação, ou com outros agentes educativos. No final da RPES, consegui adquirir experiência nesta prática, o que é crucial para o meu desenvolvimento profissional no que se refere a aprender estratégias de ser bem-sucedidos nesta área.

Em suma, pretendia encarar este ano como um ano de desafios, muitas aprendizagens e esperava terminar o ano com conhecimento que me possibilite ser um bom docente no futuro, adquirir experiência no ensino da EF, bem como conhecer as tarefas de um professor fora do contexto de aula.

3. Enquadramento institucional

3.1. A importância da Prática de Ensino Supervisionada (PES)

A PES está associada a um contexto formativo e de constante reflexão no processo de construção do EE (Forbes & Davis, 2008) Para Resende et al. (2020) a parte prática da PES é de extrema importância, porque permite a formação de um conhecimento especializado e a capacidade de o operar na ação, o que permite a proximidade com os contextos reais de ensino e prática profissional. Permite também ao futuro professor conhecer a cultura da comunidade escolar nas suas várias componentes, nomeadamente os valores e as normas, os costumes e hábitos (Queirós, 2014). Um dos principais objetivos da PES está ligado à implementação da vida profissional do EE de forma orientada e progressiva, em contexto prático, permitindo adquirir competências profissionais que acionem um desempenho crítico e reflexivo (Matos, 2012).

A relação entre os conteúdos teóricos e a realidade da prática, fizeram-me refletir na urgência de adaptar os conceitos e conteúdos teóricos aos problemas reais. Portanto, o estágio objetivou complementar os saberes e habilidades adquiridas no processo formativo anterior com a prática do dia-a-dia. Para isso, é importante a orientação de professores experientes para incutir no EE valores, hábitos, práticas e costumes na realização de papéis profissionais (P. Batista & Queirós, 2013)

Um dos problemas frequentes é o aparecimento de adversidades e imprevistos e, por isso, quanto maior for a experiência, mais facilmente se consegue adaptar a prática, à capacidade de resolver esses contratempos e permitir a aprendizagem do aluno, mesmo que a aula não vá, rigorosamente, de encontro ao plano de aula.

Segundo Azevedo et al. (2014) o período de estágio é marcado de forma intensa pelo EE e é a forma mais semelhante à realidade que vai encontrar quando atuar como professor na escola. Caires e Almeida (1997) diz também que a PES é uma fase de mudança, pois além de pôr em prática os saberes adquiridos ao longo da formação académica, também possibilita aumentar as competências e conhecimentos, a incorporação no meio escolar e, ainda, detetar as áreas de desempenho a melhorar. Por isso, é importante perceber o modo como o EE experiência o impacto com a prática de ensino na escola e como reorganiza a sua identidade profissional, bem como os papéis inerentes (Batista, 2008).

Deste modo, tal como todos os meus professores me foram alertando para a reflexão no final de cada aula, esta teve extrema importância no meu desenvolvimento enquanto professor. Estas reflexões permitiram-me perceber os aspetos a aperfeiçoar ao longo da minha prática, enquanto EE. As reuniões do núcleo da PES foram, também, relevantes, pois permitiam-me perceber o parecer de outras pessoas que assistiam à aula,

nomeadamente o meu colega de NPES e o OC. As mesmas contribuíram para o aperfeiçoamento de determinados conteúdos e enriquecimento para a prática profissional.

3.2. A PES na UMAIA

A UC PES na UMAIA está presente no 2º ciclo de estudos em EEFEBS, mais concretamente nos 3º e 4º semestres. A PES rege-se pelos princípios presentes na legislação constante no Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro, tem como premissas a obtenção de habilitação profissional para a docência e para o grau de Mestre.

As Normas Orientadoras da PES do 2º ciclo de estudos que orientam o grau de mestre em EEFEBS do UMAIA, incluem o Regulamento da UC da PES, o que visa a integração do EE nos contextos da docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento das competências profissionais no âmbito do ensino da EF.

Para haver a possibilidade dos EE irem realizar a PES nas escolas, segundo Resende et al. (2020) diz que para a operacionalização da PES, a UMAIA deve criar protocolos com uma rede de escolas cooperantes que incluam a escolha de um professor de EF experiente e apto para acolher e orientar um grupo de dois a três EE's – o NPES, o OC. Os EE são colocados num Agrupamento de Escolas, Escola não Agrupada ou Colégio, do ensino privado ou público, sendo da sua responsabilidade lecionar aulas de EF supervisionadas, numa ou mais turmas do OC (turmas residentes), e/ou, numa turma partilhada com outro EE. O trabalho desenvolvido na PES ocorre sob a orientação de um OC, complementado com a supervisão de todo o processo através de um professor do UMAIA, a SV.

A unidade curricular tem como função a integração do EE na docência, de forma progressiva e orientada, através do ganho de competências no âmbito da leção da EF nas seguintes áreas de desempenho: Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem; Participação na Escola e Comunidade; e Desenvolvimento Profissional. A área da organização está ligada às temáticas situadas fora da sala de aula, ou seja, tudo o que tenha a ver com a EC onde o EE foi colocado. A participação na escola, refere-se aos planeamentos das aulas para cada Unidade Didática (UD), sendo que neste ponto é importante caracterizar a turma que foi atribuída. Por fim, a área que se refere ao desenvolvimento profissional é a área de desempenho do EE, onde põe em prática os conhecimentos práticos e teóricos.

3.3. A escola cooperante: lugar de prática

A escola cooperante onde decorreu a PES localiza-se na freguesia de Paços de Ferreira, sede do concelho. O concelho de Paços de Ferreira localiza-se na parte norte da zona central do distrito do Porto, pertencendo à sub-região do Tâmega. O município pertence, ainda, ao Agrupamento de Municípios da Comunidade Urbana do Vale do Sousa, dada a proximidade geográfica e homogeneidade económico-social que partilha com os restantes concelhos que constituem o referido agrupamento (Lousada, Penafiel, Paredes, Felgueiras e Castelo de Paiva). A ESPF foi criada pelo Decreto-Lei nº 260-A/75, de 26 de maio, em substituição da Secção Liceal de Paços de Ferreira do Liceu de Santo Tirso, que se encontrava em funcionamento desde 1972. A ESPF é a Escola Associada (EA) de dois Estabelecimentos Prisionais (EP): Estabelecimento Prisional de Paços de Ferreira (EPPF) e Estabelecimento Prisional do Vale do Sousa (EPVS), competindo-lhe a coordenação pedagógica. Os Projetos Educativos dos dois EP são elaborados pela EA, em articulação com a Direção dos EP, com instalações valorizadas no âmbito da intervenção do Parque Escolar e adaptada às vicissitudes dos tempos, assim como às necessidades de formação que a sociedade lhe solicita. Esta unidade de gestão integra a rede pública dos ensinos básico e secundário. A Escola é constituída por seis blocos (A, B, C, D, E e F) e zonas de recreio. A ESPF também utiliza o Pavilhão Gimnodesportivo Municipal e a Piscina Municipal de Paços de Ferreira para as suas práticas desportivas. Todos os espaços estão apetrechados com equipamento informático e ligação à Internet. As salas de aula possuem um computador com ligação à Internet e vídeo-projetor e vinte e duas destas estão apetrechadas com quadros interativos. Os laboratórios de Biologia e Geologia, de Física e Química e as salas específicas de Educação Visual e Informática estão equipadas com os recursos necessários para as aulas das respetivas disciplinas.

A turma a quem lecionei, o 10ºH, era composta por 20 alunos, sendo que 10 são rapazes e 12 raparigas. Os alunos que compunham a turma demonstravam maioritariamente, um comportamento adulto e de grande maturidade, sendo, por isso, possível criar condições para um bom clima de aula. No que diz respeito a questões de saúde, existia um caso, na turma, que exigiu cuidados e atenção especial, sendo ele o Márcio com necessidades educativas especiais. A análise dos alunos foi um fator de elevada importância, pois foi a partir daqui que consegui aferir as capacidades e necessidades de cada aluno, de modo a posteriormente adotar estratégias e metodologias que correspondam às necessidades e nível de cada um. Além disso, promove a aquisição

de aprendizagens autênticas. A especificidade da turma deve ter sido em conta em todas as decisões e planeamentos ao longo do ano, no processo de aprendizagem.

3.4. Caracterização do núcleo da PES

O nosso NPES era composto por dois Estudantes Estagiários (Fernando Landreiras e Henrique Cruz), uma Supervisora (Cristiana Bessa) da Universidade da Maia e, ainda, um OC (Fernando Magalhães), pertencente à instituição de acolhimento.

Conheci o Henrique no início do Mestrado e rapidamente criamos amizade, não só por pertencermos a mesma cidade (Penafiel), mas também por partilharmos alguns gostos e atividades. Deslocávamo-nos para a UMAIA juntos e, nestes momentos, partilhávamos conhecimento e auxiliávamo-nos mutuamente. Prontamente começamos por idealizar uma PES juntos e, para facilitar o processo e perceber o melhor para cada um, optamos por colocar todas as opções iguais na seriação e escolha de escolas. Quando a mesma foi divulgada, ficamos satisfeitos e entusiasmados, pois iríamos partilhar mais um ano de aprendizagens e crescimento profissional.

O funcionamento e a dinâmica do núcleo foram construídos e adequados ao longo de toda a PES, dando oportunidades de intervenção a ambos. Permitiu-nos refletir, de forma crítica, quer individualmente, como em conjunto, sobre as aulas lecionadas, com o intuito de favorecer a partilha de conhecimentos e competências, bem como para que a nossa prática contribuísse para um crescimento individual e coletivo. Para além disso, a presença de alguém experiente como o nosso OC em todo este processo facilitou muito a nossa aprendizagem, com as sugestões que nos foi oferecendo ao longo do ano. Deste modo, caracterizo o NPES como um grupo que se entreajudava, com o objetivo de aprimorar as suas intervenções, tendo sempre como ponto fundamental o processo de ensino e aprendizagem dos alunos. Este ano foi de extrema importância, pois lecionar no ensino secundário foi um desafio, porque os alunos olham para nós como professores jovens e podem não respeitar como se tratasse de um professor com mais experiência, no entanto, isso não foi problema e os alunos conseguiram sempre perceber com quem estavam a lidar. Relativamente à integração na escola e com os outros docentes, foi um processo bastante fácil. Fomos incluídos na comunidade escolar com facilidade por parte de todos os agentes ativos (direção, corpo docente, não docente e alunos). Todos os professores e outros funcionários demonstraram abertura para auxiliar em qualquer situação, tal como o núcleo esteve sempre disponível para colaborar positivamente em qualquer necessidade.

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

A conceção do ensino tem representada uma capacidade ou dedução de perceber o pensamento e previsão, sendo então o ponto de partida para a atuação prática de um professor (Bento, 2003). Esta tarefa está associada a uma das grandes responsabilidades do professor e, por isso, rapidamente comecei por conceber o meu ensino.

Na minha forma de ver a EF, ela deve ser inclusiva e todos devem sentir-se parte integrante da mesma, e foi isso que tentei implementar ao longo do ano. Nem todos os alunos têm capacidades para terem desempenhos muito bons em todas as modalidades, no entanto, o foco de todos eles deve estar em superar-se a cada aula, a cada exercício para que consigam evoluir independentemente do ponto de partida de cada um. A superação é algo que eu considero que se aprende com o desporto e sempre disse aos meus alunos que nas nossas aulas era proibido usar as palavras “não consigo”. Foi muito gratificante ver os alunos a superarem-se e a conseguirem realizar ações que inicialmente os próprios achavam que não iriam conseguir fazer. Outro aspeto importante nas aulas de EF que devem estar presentes é a boa disposição e a motivação pela prática desportiva. Para isso, procurei saber o que os alunos mais gostam de fazer numa aula e tentar adaptar o que tinha de abordar com os gostos dos alunos, de forma a ter a turma o mais motivada possível. Isso nem sempre foi possível porque tinha de respeitar as aprendizagens essenciais e abordar o que estava planeado, no entanto, o jogo, independentemente da modalidade foi uma forma de motivar a turma e criar um bom ambiente de aula propício à aprendizagem.

Para ir de encontro ao abordar tudo o que estava planeado para o decimo ano, foi necessário, então, observar, mais detalhadamente, todos os documentos da disciplina, nomeadamente as aprendizagens essenciais da EF.

A análise prévia do regulamento interno também foi importante, permitindo-me perceber como funciona todo o processo da aula, desde a chegada às instalações (pavilhão municipal) até à saída e, assim, estar o melhor preparado possível para a primeira aula, bem como explicar o regulamento aos alunos.

O plano anual de atividades foi dos últimos documentos a ser analisado, não retirando a sua importância. Foi relevante para perceber quais as atividades previstas para cada período, na escola, e verificar se essas atividades iriam interferir com alguma aula

prevista para a turma em questão. A análise do documento permitiu-me um maior conhecimento das atividades a serem realizadas ao longo do ano e, assim, iniciar a preparação e organização de atividades que estavam ao meu encargo (torneio de voleibol), bem como preparar as minhas funções nas restantes atividades (auxiliar noutras tarefas).

O último documento a ser analisado foi o planeamento anual. Este planeamento foi determinado pelo grupo disciplinar de EF na primeira reunião, na qual estive presente. O planeamento anual permitiu organizar todos os conteúdos a serem abordados ao longo do ano, bem como os objetivos gerais e específicos da disciplina. Este documento, não querendo tirar importância aos demais, foi essencial na conceção do ensino.

Após a análise do conjunto de documentos, o maior sentimento foi, sem dúvida, o receio de não conseguir cumprir com tudo o que estava planeado, uma vez que estavam estipuladas muitas modalidades para a quantidade de aulas que seriam lecionadas.

Durante todo o ano letivo senti algumas dificuldades na conceção do ensino. Como estudante estagiário nunca tinha refletido nem tido a oportunidade de elaborar uma estrutura de ensino, bem como definir quais os seus aspetos chave. Além disso também senti dificuldades em selecionar as indicações mais importantes da conceção do ensino. A grande dificuldade sentida foi a seleção dos conteúdos a serem abordados em cada modalidade, principalmente nas primeiras modalidades abordadas, uma vez que não tinha conhecimento sobre a dinâmica e características da turma.

Apesar das adversidades expostas, todos os contactos formais e informais que tive com o meu colega da PES e com o OC foram importantes para o meu crescimento e permitiram ultrapassar as dificuldades sentidas inicialmente, dado que, as suas diferentes perspetivas, fizeram-me refletir sobre os aspetos mais importantes a serem abordados.

Outro fator importante para a conceção do ensino foi a caracterização da turma, permitindo conhecer melhor os seus interesses pessoais, modalidades praticadas, bem como objetivos futuros. Este conhecimento possibilitou-me antecipar possíveis pontos fortes e pontos mais débeis da turma e, assim, aumentar ou diminuir o número de aulas lecionadas para cada modalidade. Posto isto, na minha perspetiva, a caracterização da turma consiste no ponto de partida para a conceção do ensino com sucesso.

Nas primeiras aulas, com indicação do OC, foram realizadas as avaliações dos testes de FITescola e isso permitiu perceber o nível físico da turma, bem como o seu comportamento durante as aulas e, assim, refletir sobre qual o melhor tipo de abordagem a ter ao longo do ano. A turma apresentou um desempenho razoável ao nível dos aspetos físicos, sendo também detentores de um comportamento exemplar. No entanto, foi

necessário estar em permanente reflexão para perceber a evolução dos alunos e verificar se o seu comportamento se mantinha.

4.1.1.1. Modelos de Ensino

Um dos meus grandes objetivos enquanto professor durante a PES foi acrescentar algo positivo no percurso escolar dos alunos, nomeadamente a sua autonomia, o pensamento crítico e criativo, bem como o desenvolvimento de competências pessoais sociais, como por exemplo, a responsabilidade. Para isso, as minhas aulas deveriam ter como princípios os aspetos anteriormente referidos, de modo a promover aos alunos o gosto pela prática desportiva, bem como adquirir comportamentos saudáveis e estilos de vida ativos.

Como estratégia para trabalhar os objetivos referidos, decidi experimentar diferentes modelos de ensino. Entende-se por modelos de ensino diferentes tipos de planos estruturados, baseados na transmissão de conhecimento aos alunos, que visa a obtenção de melhores resultados, ou seja, a formação mais completa e abrangente do indivíduo (Metzler, 2017). Os professores não devem afirmar a existência de um modelo melhor do que outro, uma vez que cada um tem as suas potencialidades, desde que sejam usados em situações para os quais foram desenvolvidos (Metzler, 2017). Posto isto, cabe a cada professor adequar o modelo de ensino a ser abordado através dos conteúdos lecionados, as características dos alunos, e dos objetivos pedagógicos.

No primeiro período optei por começar a abordar o Modelo de Instrução Direta (MID), por não conhecer a turma que iria lecionar. Como estava no início da PES, com alguma ansiedade, decidi abordar um modelo que me possibilitasse ter o controlo da turma, bem como de todos os acontecimentos da aula e, assim, ter um papel fundamental na aula. No MID o professor determina as regras e as rotinas, como também a ação dos alunos nos exercícios propostos e, assim, garantir maior eficácia e sucesso do que foi proposto (Rosenshine, 1979).

No MID existem dois grandes objetivos, sendo eles a aprendizagem genuína (o aluno conhece e percebe as regras da modalidade) e o desenvolvimento de competências (o aluno consegue realizar um gesto técnico de forma correta). Portanto, o professor seleciona e controla as tarefas que os alunos realizam e o ambiente é estruturado para que os alunos trabalhem de forma ativa nas tarefas propostas (Marchiotto, 2021).

Para além disso, o MID tem como objetivo promover a aquisição de competências que são adquiridas de forma progressiva (Arends, 2008). Como também tem vantagens

na lecionação da parte inicial em determinados conteúdos, uma vez que as tarefas propostas são estruturadas em pequenos passos, permitindo um domínio elementar dos conteúdos e futuramente possibilitar melhores níveis de desempenho (Aleixo & Mesquita, 2016).

O segundo período coincidiu com o começo do projeto de intervenção que o NPES escolheu, esse mesmo projeto abordava questões relacionadas com modelos de ensino e, portanto, para além do MID, no segundo período foi abordado o Modelo de Educação Desportiva (MED). O projeto tem como nome o Impacto do Modelo de Instrução Direta e do Modelo de Educação Desportiva na formação social e pessoal dos alunos. Assim, foram estes dois modelos que abordei no segundo período. Uma vez que conhecia as características da turma, o seu desempenho e autonomia, o MED foi utilizado na modalidade de atletismo, existindo capacidade para conseguir realizar o modelo sem grandes dificuldades. Para além disso, embora fosse uma turma autónoma sentia que estavam pouco motivados e, como gostavam de competição, pareceu uma excelente forma de os motivar através deste modelo. Posto isto, as aulas de MED tinham como propósito transformar as mesmas em experiências desportivas, através dos seguintes objetivos: socialização através do desporto; ligação ativa à organização da aula; transformar modalidades em épocas desportivas; proporcionar momentos festivos e trabalho em equipa (Siedentop, 1983). Após algumas investigações realizadas afirma-se que o MED tem uma influência positiva no desenvolvimento e literacia dos alunos, particularmente o desenvolvimento pessoal e social dos alunos, bem como nas suas atitudes e valores.

Após a realização do projeto de intervenção e reflexão sobre as mais valias do MED, optei por o usar nas restantes modalidades, nomeadamente no andebol, basquetebol e dança, promovendo a motivação e o desenvolvimento de autonomia e competências sociais. Essas mais valias destacaram-se pelo espírito crítico e criativo desenvolvido, como também o trabalho em equipa. Como as aulas obrigava os alunos a arranjar estratégias para serem bem-sucedidos e, terem de trabalhar em grupo para o mesmo objetivo permitiu os mesmos melhorarem a sua criatividade, como também as relações com os alunos, devido as diferentes personalidades que se juntavam em cada grupo tendo eles que se adaptarem e lidarem com cada uma delas.

4.1.2 Planeamento

O planeamento não é um ato isolado e deve ter associado todas as suas vertentes, desde os alunos até à comunidade escolar. É uma tarefa complexa que implica seguir uma sequência metodológica tendo em conta as indicações programáticas (objetivos, tarefas, conteúdos), considerando as condições locais (pessoas, materiais e temporais) sobretudo da situação da turma. Significa também uma reflexão pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina (Bento, 2003). Posto isto, ao longo do ano letivo, tentei que o planeamento fosse o mais específico possível, deixando a minha perspetiva e os meus valores acerca do ensino em todo o planeamento.

Iniciei o processo com a elaboração de um planeamento para cada período letivo, destinado à turma que me foi concedida. Para a realização deste documento, solicitei ajuda ao meu OC que me alertou para a necessidade de consultar o plano anual de atividades, de forma a evitar sobreposições de aulas com atividades a serem realizadas na escola. Além disso, foram tidos também em consideração os documentos já referidos anteriormente, bem como o roulement, de modo a perceber os espaços que iria ocupar semanalmente.

4.1.2.1 Planeamento anual

O primeiro planeamento realizado foi o anual que diz respeito ao momento inicial de preparação do ensino. A realização deste documento obrigou a respeitar o domínio dos conhecimentos, das atividades físicas e da aptidão física. O primeiro domínio aborda o conhecimento (saber), tendo como objetivo perceber se os alunos adquirem novos conhecimentos durante o ano letivo. O segundo está ligado diretamente ao anterior, uma vez que, apresenta relação com as capacidades (saber fazer) dos alunos, onde estes demonstram saber colocar em prática todo o conhecimento teórico. Por fim, o terceiro consiste nas atitudes (saber ser), onde foi demonstrado aos alunos que não basta saber e saber fazer, se não souberem saber ser para ter sucesso a nível escolar.

Antes do início do ano foi realizada uma reunião com o grupo de EF que teve como objetivo estruturar o planeamento das modalidades. Nessa mesma reunião houve o interesse de discutir a organização dos espaços e dos professores. A primeira preocupação foi perceber quais os professores que iriam dividir os espaços, bem como as turmas em questão. Em segundo lugar, foi recolhido o número de alunos em simultâneo no mesmo local, permitindo averiguar a existência de material suficiente, no caso de duas turmas estarem a desenvolver a mesma modalidade, em simultâneo.

Também foi abordado o roulement, onde ficou definido o espaço de cada professor ao longo do ano letivo. Isto permitiu o planeamento das aulas até ao final do ano, sabendo quais as instalações e recursos disponíveis para cada aula. No entanto, em caso de necessidade, estes espaços poderiam ser alterados, através de uma troca direta com algum professor, com o necessário aviso prévio.

De salientar que o grupo de EF, ao longo de toda a reunião, teve em consideração as aprendizagens essenciais, uma vez que os documentos apresentam orientações para o trabalho a realizar. No entanto e sempre que necessário, era realizado um ajuste e/ou adaptação do planeamento às realidades (infraestruturas e materiais) da ESPF.

No final da reunião senti que se iriam abordar muitas modalidades para um número reduzido de aulas, o que se agravou com as greves realizadas pelos professores durante o ano que impediram a realização de algumas aulas que estavam previstas. Posto isto, algumas dessas mesmas UD foram realizadas com um número muito curto de aulas. Consequentemente, percebi que em algumas modalidades o processo de ensino e aprendizagem não decorreram como pretendido, portanto, uma conclusão importante para o futuro consistiu em abordar menos modalidades, mas que esses conteúdos sejam bem aprendidos e retidos pelos alunos.

4.1.2.2 Plano de Período

Cabe ao professor seguir as modalidades acordadas pelo grupo de EF, contando com a liberdade para determinar o número de aulas, bem como os conteúdos mais importantes a abordar dependendo do nível da turma, considerando sempre as suas características. Portanto, cada professor tem total liberdade no planeamento do seu período letivo, tendo sempre como preocupação a aquisição das aprendizagens essenciais por parte dos alunos.

Foram adotadas as modalidades destinadas e adequadas para o 10º de escolaridade e com a ajuda do OC foi selecionada a sequência das mesmas ao longo de todo o período.

Inicialmente, optei por abordar a aptidão física, cumprindo todas as orientações estabelecidas. De seguida, abordei uma modalidade coletiva, o voleibol, tendo sempre a preocupação de respeitar o planeamento anual, bem como os objetivos da ESPF. A terceira modalidade a ser abordada foi novamente coletiva, nomeadamente o futebol. Por fim, a última modalidade a ser abordada foram as corridas de velocidade, em atletismo. Esta foi a primeira modalidade individual a ser abordada. Optei por começar pela aptidão física,

de modo a conhecer o nível em que a turma se encontrava em termos físicos, de seguida abordei duas modalidades coletivas que, por norma, são as favoritas dos alunos, evitando a eventual desmotivação dos alunos pela realização de duas modalidades individuais seguidas (aptidão física e atletismo).

Em relação ao segundo período continuei com o atletismo, mas desta vez foram abordadas as corridas de barreiras e as corridas de estafetas. Posteriormente, a modalidade abordada foi o andebol, sendo por última abordada a modalidade de natação. Em semelhança ao período anterior comecei por uma modalidade individual, seguida de uma coletiva e, por fim, uma individual. Optei por começar com atletismo para dar continuidade ao que estava a ser trabalhado no primeiro período. A natação foi a última abordagem, uma vez que obrigava a deslocação para fora da escola e, por vezes, com as más condições atmosféricas, isto não era possível.

No terceiro período, comecei por abordar a modalidade de dança e aptidão física, em simultâneo, consequência das reduzidas aulas disponíveis para a quantidade de conteúdos a abordar. Enquanto os grupos treinavam a sua coreografia, analisava cada grupo, individualmente, através dos testes FITescola. Por fim, abordei basquetebol. Optei por não lecionar ginástica, consequência das greves dos professores que alteraram o meu planeamento. Portanto, em conversa com o meu OC, foi decidido não lecionar esta modalidade, caso contrário seriam lecionadas apenas 4 aulas para cada modalidade (ginástica e basquetebol).

4.1.2.3 Unidades Didáticas

As UD são partes essenciais do programa de uma disciplina, constituindo-se como unidades importantes e integrais do processo pedagógico, apresentando aos professores e alunos etapas claras e bem distintas do processo de ensino e aprendizagem (Bento, 2003)

O principal objetivo das UD é o de que todos os alunos possam alcançar os seus objetivos independentemente das suas características individuais (Siedentop, 2008). Além disso, os objetivos da UD só podem ser alcançados progressivamente e, por isso, requerem uma planificação bem relacionada com todo o processo (Bento, 2003).

Para a realização das UD foi muito importante a constante comunicação com o meu colega de PES. Antes de cada modalidade foram realizadas várias reuniões para se definir o tipo de organização a utilizar em cada uma das modalidades. Foi definida a forma de abordar os conteúdos (do topo para a base) assim como o tipo de modalidades (coletivas e individuais). Escolhemos esta opção porque iniciávamos as modalidades com

a parte mais complexa da modalidade, ou seja, em desportos coletivos fazíamos a avaliação diagnóstica através do jogo e em modalidades individuais com a execução dos gestos técnicos necessários. Também usávamos muito o jogo como forma de lecionar as aulas, então, optávamos por começar as aulas em situações jogadas e, posteriormente, corrigir pequenos pormenores que, simultaneamente, melhoravam o jogo.

Após algumas conversas com o OC decidi optar pelo Modelo de Estrutura de Conhecimento (MEC) (Vickers 1990). Esta escolha surgiu pela necessidade de antes de abordar cada modalidade, realizar uma revisão de informações relevantes acerca da mesma. Além disso, foi também motivado pela minha inexperiência em algumas modalidades, o que me permitiu, à priori, encarar a modalidade com um maior conhecimento. A avaliação inicial em cada modalidade também foi importante para esta escolha, uma vez que considero um momento importante para o professor perceber em que nível se encontra a turma.

O MEC é composto por oito módulos que demonstram como se pode criar um conjunto de conhecimentos estruturados para uma modalidade. Este modelo é dividido em 3 fases. A primeira fase de análise engloba os módulos um, dois e três, a segunda fase é de decisão e contém os módulos quatro, cinco seis e sete, por fim, a terceira fase designa-se de aplicação sendo composta pelo módulo oito.

O módulo um, estrutura do conhecimento, permitiu hierarquizar as categorias interdisciplinares relativas à modalidade a abordar. No módulo dois, análise do envolvimento e do contexto, possibilitou analisar o meio ambiente onde as aulas decorreram, conhecendo as infraestruturas e material disponível. O módulo três, análise dos alunos, possibilitou caracterizar a turma e perceber o nível em que se encontrava.

A fase de decisão, módulo quatro, extensão e sequência dos conteúdos, foi onde se decidiu a sequência da matéria a abordar, tendo em conta os objetivos e os conteúdos. O módulo cinco, definição de objetivos, permitiu criar objetivos apropriados aos alunos conforme cada conteúdo, com o objetivo de os alunos atingirem esses mesmos conteúdos com sucesso, no final de cada modalidade. O módulo seis, configuração da avaliação, está destinado a um processo que determina se os objetivos educacionais foram alcançados pelos alunos, isso permitiu refletir e tomar decisões no tipo de avaliação a aplicar. O módulo sete, progressões de ensino, estava ligado à seleção de atividades de aprendizagem (exercícios) que melhor se enquadravam com os conteúdos.

Por fim, a fase de aplicação, constituída pelo módulo oito foi onde todo o processo aconteceu, ou seja, sendo aplicados todos os conhecimentos adquiridos nos outros modelos em contexto real, através do plano de aula.

4.1.2.4 Plano de aula

O plano de aula é um processo moroso, fruto da definição de objetivos como também da escolha adequada de exercícios para estarem em conformidade com o plano.

O modelo do plano de aula foi construído com o meu colega de estágio, para que ambos estivessem em consonância. Um dos objetivos delineados passava pela fácil compreensão do plano, para que caso houvesse alguma ausência ao longo do ano por parte de um dos estagiários, a substituição ocorresse nas perfeitas condições. O plano criado tinha, então, um cabeçalho composto pelo ano e turma, o número da aula, o número de alunos, número da aula da unidade didática, hora e duração da aula, o material necessário e o local a realizar.

A parte principal do plano estava dividido em cinco componentes. Na primeira estava o tempo (tempo de exercício, transições, explicações). A segunda componente era referente aos objetivos específicos (o que cada exercício devia de cumprir). A terceira destinava-se à organização da didática (explicação do exercício). Aqui, a descrição necessitava de uma escrita de fácil compreensão para que, após a sua leitura, fosse possível qualquer sujeito compreender e explicar o exercício. Na quarta componente estavam presentes esquemas dos exercícios que poderiam ser úteis na explicação dos mesmos. A última componente era referente às palavras-chave de cada exercício, que tinha como função apoiar o feedback a ter ao longo de cada exercício.

Ao longo de todo o ano de PES, o plano de aula teve como função um guião de ensino. Fiz-me sempre acompanhar do mesmo ao longo das aulas, caso existisse a necessidade de relembrar algum pormenor para que as aulas tivessem o máximo de qualidade possível. No entanto, os planos nem sempre foram cumpridos à risca durante o ano por vários fatores: falta de alunos, objetivos desadequados e incompreensão de algum tipo de exercício por parte dos alunos no momento da explicação ou execução do mesmo. Ao longo do ano também fui aconselhado pelo OC a ter em atenção ao plano de aula como um guião, não sendo necessário seguir tudo ao pormenor e realizando as alterações necessárias.

A grande dificuldade que encontrei durante a elaboração dos planos de aula foi a definição dos objetivos gerais e específicos para cada aula/exercício, receando que os

objetivos não fossem ajustados. No entanto, com o aumento de experiência, por consequência das aulas lecionadas, este sentimento foi diminuindo.

4.1.2.5 Reflexão

A prática reflexiva de um professor é fundamental para o seu desenvolvimento profissional e, segundo Schön (2000), deve dividir-se em três tipos: a reflexão na ação, a reflexão sobre a ação e a reflexão sobre a reflexão na ação. A reflexão na ação está presente nas ações profissionais, podendo ser compreendida também como o conhecimento técnico, ou solução de problemas, é a componente que orienta toda a atividade humana e manifesta-se no saber-fazer. A reflexão sobre a ação tem relação direta com o presente, ou seja, a reflexão na ação consiste numa reconstrução mental retrospectiva da ação para tentar analisá-la, constituindo um ato natural com uma nova percepção da ação. Por fim, a reflexão sobre a reflexão na ação é caracterizada pela intenção de produzir uma descrição verbal da reflexão na ação e, pode ser considerada como a análise que o indivíduo realiza à posteriori sobre as características e processos da sua própria ação, é utilizado o conhecimento para descrever, analisar e avaliar as memórias de intervenção anteriores (Schön, 2000).

A reflexão sempre esteve presente no meu ano de PES, com o alerta do OC para a importância que a mesma apresenta no processo de ensino e aprendizagem. No final de cada aula refletíamos, conjuntamente, de modo a perceber o que poderia ter corrido melhor, bem o que correu como pretendido.

A reflexão após a aula foi para mim a base para um reajustamento na planificação de futuras aulas, sendo que proporciona uma maior definição de partida e procede a balanços que devem ser tomados em conta na futura planificação e organização (Bento, 2003). Para o EE o plano de aula e a sua reflexão têm elevada importância na formação inicial do professor. Este é o ponto de partida para o EE, pois permite refletir sobre as suas aulas, verificando erros cometidos com o objetivo de melhorar a sua prática profissional.

O conhecimento do professor é um fator importante no ensino e aprendizagem, uma vez que os alunos conseguem aprender ao fazer, enquanto o professor tem o papel de orientar, demonstrar, aconselhar, criticar e questionar. Assim, o professor deve dominar estes orientadores da prática, para que a reflexão tenha um papel determinante na verificação da eficácia dos seus métodos, além de perceber se a mensagem está a ser

transmitida aos alunos (Schön 2000.) O meu OC insistiu neste aspeto, uma vez que enquanto reflito, revejo conceitos.

No final da PES, terminei com a convicção de que a reflexão foi imprescindível para o meu sucesso enquanto EE por me permitir analisar e avaliar as memórias da intervenção anterior, perceber o que correu menos bem e como deve ser melhorado.

4.1.3 Realização

Depois do planeamento, a etapa seguinte é a realização, momento em que se coloca em prática tudo o que foi planeado previamente. Neste momento, é necessário estarem presentes as diferentes dimensões de intervenção pedagógica, especificamente, a instrução, gestão de aula e organização, disciplina e clima.

É neste instante que o professor tem a oportunidade de refletir se o que planeou antecipadamente é realizável pelos alunos e se está adequado ao seu nível de desempenho.

Existem três grandes funções para a atuação de um professor de EF, são eles: gerir os alunos, dirigir e instruir, e observar os alunos (Siedentop 1991), portanto, é importante que o professor de EF domine todos os aspetos em simultâneo para que o processo de ensino e aprendizagem não seja prejudicado.

4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

As dimensões da intervenção pedagógica estão divididas em quatro, que são a instrução a gestão, o clima e a disciplina (Siedentop, 2011).

Instrução

É de realçar que não existe ensino sem instrução e, consequentemente, é fundamental por parte de quem instrui deter conhecimentos específicos para que consiga transmitir os conteúdos. Aqui, estão inseridos todos os comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica que fazem parte do professor, para que este possa comunicar informação substantiva (Siedentop, 1987). Com isto, a instrução evidencia-se por comportamentos do professor ligados à comunicação dos conteúdos de ensino e aos feedbacks fornecidos, para que os conteúdos de aprendizagem sejam alcançados. O feedback também pode ser considerado um comportamento de reação do professor ao rendimento do aluno, tendo várias formas de manifestação. (Mesquita, 2005).

O feedback pedagógico tem como objetivo desenvolver a competência motora, a autonomia e responsabilidade, como também a promoção da participação ativa na prática desportiva. No feedback estão presentes várias dimensões, sendo elas dimensões de conteúdo, de valor, objetivo, forma e direção. A dimensão de conteúdo diz respeito a especificidade e à componente a que se refere o professor e, pode ser um feedback específico global, focado ou não específico. A dimensão do valor corresponde ao grau de correção científica e técnica, da informação transmitida e a sua adequação ao desempenho do aluno. A dimensão objetivo, refere-se ao propósito colocado pelo professor na sua atuação, o feedback nesta dimensão pode ser positivo, negativo, simples, descritivo, prescritivo simples ou justificado e interrogativo. A dimensão forma corresponde ao canal de comunicação utilizado para transmitir a informação e pode ser verbal, visual e tátil. Por último, a direção refere-se ao alvo da informação que pode ser ao individual, grupal ou coletivo.

O feedback que mais usei durante a PES foi o interrogativo, porque como referi anteriormente tinha como objetivo desenvolver o espírito crítico dos alunos, e por isso as questões realizadas durante as aulas obrigaram os alunos a desenvolver esse mesmo espírito crítico. Este tipo de feedback também foi importante, uma vez que, algumas questões efetuadas foram repetidas em algumas modalidades, com isso, os alunos conseguiram fazer um transfere de conteúdos de umas modalidades para outras.

A minha instrução era realizada de diferentes formas, as vezes era realizada para a turma toda, como também podia ser efetuada para um grupo mais reduzido de alunos. Como refere Arends (2008, p. 225), “a distinção da instrução para alunos específicos ou a personalização da instrução para um determinado grupo requer informações fidedignas sobre as competências dos alunos e dos seus conhecimentos prévios”. Concretamente, ao longo da lecionação das minhas aulas, apesar de ter uma boa comunicação, os conteúdos a ensinar não estavam sempre presentes de forma clara no meu pensamento, o que prejudicava a sua transmissão e, como consequência, o processo de ensino e aprendizagem. Em grande parte das modalidades abordadas, diminuí o tempo de instrução e transição, suportando a minha comunicação com a demonstração da tarefa, o que permitiu aos alunos perceberem, rapidamente, o pretendido em cada exercício. Além disso, planeava as aulas de forma que as transições de exercícios fossem rápidas, como por exemplo formar um semicírculo que me permitia ter uma maior facilidade de contacto visual com a turma como também o controlo da atenção dos alunos. Com isso, consegui

rentabilizar o tempo de aula, que permitiu um aumento de empenhamento motor e tempo potencial de aprendizagem.

A minha comunicação, com o decorrer do ano letivo, foi melhorando e, portanto, a explicação dos exercícios era cada vez mais eficaz, o que facilitou a compreensão por parte dos alunos na maioria das vezes e, assim, não perder muito tempo de prática com a reexplicação dos exercícios. Assim, conclui-se que a instrução se torna num aspeto importante para os alunos alcançarem melhores resultados na aquisição de habilidades motoras (Sarmiento, 1993).

Organização e gestão da aula

A gestão de aula e o planeamento estão relacionadas, pois através de uma boa planificação de aula, com tarefas e atividades que despertam o interesse dos alunos, uma atribuição inteligente do tempo e espaço para cada atividade, contribui para um ambiente propício de aprendizagem (Arends, 2008). Uma das dinâmicas presentes em todas as minhas aulas consistia na preparação do material antes da sessão começar e montar estrategicamente todos os exercícios para não perder muito tempo nas transições. Outra dinâmica que foi melhorando com o conhecimento da turma foi a seleção de equipas nos exercícios. Inicialmente as equipas eram feitas de forma aleatória, mas com o decorrer do tempo juntei os alunos conforme os seus níveis de desempenho e, assim, foi possível potenciar as suas aprendizagens. Levava sempre um rascunho das equipas, em suporte de papel, de modo a perder o menor tempo possível no momento de seleção. Em todas as modalidades a primeira explicação e demonstração era feita para a turma e, de seguida, durante o exercício, as paragens e feedbacks decorriam de forma diferente para cada grupo, dependendo dos níveis de desempenho.

Para além disso, algumas rotinas ajudaram a rentabilizar o tempo de aula, nomeadamente a definição do local de início e fim da mesma, a distribuição dos alunos nesse momento, os sinais e gestos para parar situações de aprendizagem ou chamar a turma, a atribuição de tarefas para alunos que não estavam a realizar a aula e também a implementação de regras relacionadas com o material. Dessa forma, as aulas iniciavam e terminavam com os alunos sentados nos bancos disponíveis no espaço da aula, não permitindo que se dispersassem. Os alunos que não realizavam aula prática tinham como função distribuir e arrumar o material e acompanhar os grupos nas diversas situações de aprendizagens. Todas as regras e dinâmicas implementadas, possibilitaram criar melhores

situações de aprendizagem e, por consequência, melhorar o meu desempenho, nomeadamente na organização do espaço de aula e na definição dos grupos de trabalho.

Disciplina

A disciplina é considerada uma dimensão de intervenção pedagógica que possibilita melhores condições de aprendizagem. É alcançada muito pela assertividade do professor para que, dessa forma, tenha um maior controlo nos alunos. Por isso, criei algumas estratégias para que a disciplina dos alunos fosse a melhor. A regra centrava-se em definir com clareza regras da sala de aula, motivar o comportamento apropriado com respostas positivas e utilizar castigos para comportamentos desadequados. No entanto, eram mais valorizadas e empoderadas as boas ações do que os comportamentos impróprios, uma vez que o elogio motiva os alunos a apreciarem as suas realizações, atribuindo o sucesso ao esforço e à capacidade, centrando a atenção para a tarefa (Arends, 2008). Posto isto, quando um aluno apresentava um comportamento adequado e empenho, ou era notória a sua evolução, fazia questão de elogiá-lo de forma efusiva, em frente aos seus colegas, e servir o caso como exemplo para os demais. Como referi anteriormente utilizei algumas estratégias que permitiram ter uma maior disciplina da turma, principalmente com a utilização do MED. Sempre que acontecia algum comportamento desadequado por parte de algum aluno em vez da penalização ser apenas para ele, essa mesma penalização era para a equipa em que o mesmo estava inserido, com a redução de alguns pontos até então conquistados, e assim, os próprios elementos da equipa advertiam o aluno para não voltar a repetir o comportamento. Em contrapartida também eram valorizados os bons comportamentos, ou seja, quando algum aluno tinha comportamentos ou desempenhos bons, a sua equipa recebia pontos extra.

Clima

Por último, o clima, associada à promoção de comportamentos apropriados, que gera um clima relacional positivo e, por consequência, garante condições favoráveis de aprendizagem. Para que isso fosse possível e, como forma de sentir os alunos num ambiente positivo, dediquei aos mesmos um acompanhamento frequente e atento a todo o seu trabalho, como forma de os valorizar. Para isso, usei muito o feedback, maioritariamente positivo, de modo que a relação professor-aluno se tornasse ainda mais forte e progressiva. Tudo isto tinha como objetivo potenciar as aprendizagens dos alunos,

o gosto pela atividade física, pelo desporto em geral e todo o seu conhecimento, não só ao nível de EF e do desporto, mas também a nível pessoal.

Ajustamentos

Embora os ajustamentos não façam parte das dimensões de intervenção pedagógica, foi algo que esteve presente em quase todas as aulas.

Os ajustamentos mais necessários ao longo de toda a PES centraram-se, principalmente, na diferença dos alunos previstos para a realização da aula e os que participavam verdadeiramente. Sempre que realizava um plano de aula era essencial pensar em alternativas para o caso de faltarem alunos. No entanto, apesar das alterações necessárias para o bom funcionamento das aulas, estas foram ao encontro dos objetivos pretendidos, não prejudicando a aprendizagem dos alunos e assim potenciar a sua aprendizagem.

Em alguns momentos também existiu a necessidade de ajustar alguns exercícios, uma vez que a turma não estava motivada. Embora de um modo geral a turma fosse muito empenhada, foi sempre importante considerar o estado de espírito dos alunos, compreendendo que todos temos dias “mais cinzentos” ou até mesmo por estarem num período de muitas avaliações. Nestas situações, eram fomentados os momentos competitivos da aula, de forma a potencializar a motivação e o empenho dos alunos na prática dos exercícios.

Estas foram as duas grandes necessidades de ajustamento mais sentidas ao longo do ano. Relativamente aos materiais, nunca senti qualquer problema, uma vez que a ESPF é detentora de excelentes condições logísticas e materiais.

4.1.4 Avaliação

A avaliação é um momento fulcral no processo de ensino e aprendizagem (Bento 2003). Antes de iniciar a avaliação da turma, estive presente em reuniões com o departamento de EF da ESPF. Os professores com mais experiência na escola explicaram e descreveram o processo de avaliação realizado em anos anteriores, a adotar, também neste ano letivo. Um dos aspetos que retirei da reunião foi que a avaliação no grupo era vista como apenas mais um momento de aula e não como um momento especial ou distinto, onde incentivam os alunos a olhar para aquele acontecimento como apenas mais um, uma vez que a avaliação acontece desde o primeiro dia de aulas. A avaliação não

deve ser realizada somente no final do processo de ensino e aprendizagem (Albuquerque e Aranha 2010).

Foi nestas reuniões que tive acesso a grelhas de avaliação que os professores da ESPF usam para as suas avaliações, nas diferentes modalidades. Nessas mesmas grelhas também estavam presentes as avaliações relacionadas com os aspetos socio afetivos que são transversais para todos os anos e modalidades. Portanto, a avaliação na ESPF constitui-se como um processo contínuo e regulador de aprendizagens a serem realizadas pelos alunos. Os critérios de avaliação, foram definidos pelo grupo de EF da ESPF e distribuíam-se em três domínios: domínio motor (40%) e cognitivo (30%) e o domínio socio-afetivo (30%).

Para que haja uma avaliação clara é necessário ter em atenção o número de critérios e conteúdos a avaliar, permitindo uma avaliação/observação que vai ao encontro aos critérios pré-estabelecidos. Em conversas informais com o OC e após alguma reflexão, procurei definir poucos critérios de avaliação, optando sempre por aqueles mais importantes de cada modalidade e, assim, facilitar a observação durante as aulas, não sendo necessário atentar a vários conteúdos em simultâneo.

A avaliação, como referido anteriormente, foi realizada de forma contínua, diversificada e integradora. Ao longo da aula e no final de cada modalidade era realizada uma avaliação formal. Desta forma, a avaliação foi repartida em três momentos:

1. Avaliação Diagnóstica
2. Avaliação Formativa
3. Avaliação Sumativa

A avaliação diagnóstica, tal como o nome indica, tem como objetivo identificar que o estudante já conhece. Após essa avaliação, cabe ao professor identificar as dificuldades ou pontos fracos no conhecimento dos conteúdos e trabalhá-los. Assim, a manutenção da avaliação diagnóstica, ao longo de toda a PES, ajudou-me a identificar as particularidades e necessidades dos estudantes e da turma, avaliar o desenvolvimento dos alunos, refletir sobre as dificuldades existentes, personalizar o ensino às suas dificuldades e, assim, realinhar o conteúdo a ser abordado. Para facilitar todo este processo, utilizei duas estratégias, a primeira foi a observação direta de tarefas práticas propostas e, de seguida, o registo dessas mesmas observações em grelhas apropriadas. Este processo ajudou-me a identificar e registar os erros/ debilidades, o que facilitou a avaliação.

A avaliação formativa assumiu um carácter contínuo e sistemático, visando a regulação do ensino e das aprendizagens, fornecendo ao professor e ao aluno informação

sobre o desenvolvimento das aprendizagens e conteúdos adquiridos. Além disso, permitia perceber as capacidades e atitudes, de modo a evidenciar sempre os aspetos em que as aprendizagens dos alunos necessitam de ser melhoradas, superando as dificuldades e fomentando o seu conhecimento. Tal como na avaliação diagnóstica, a observação direta foi também uma estratégia fundamental. Essa observação foi registada em grelhas apropriadas que continham o registo de dados relevantes sobre os alunos, permitindo retirar anotações acerca da evolução de cada aluno, em todas as aulas, e perceber em que nível cada um deles se encontrava. Para além disso, também usava muito o questionamento como forma de perceber se os alunos conseguiam explicar e entender os objetivos pretendidos.

A avaliação sumativa caracteriza-se pela formação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivo a classificação, ou seja, é realizada no final de cada modalidade. Avaliar todos os alunos numa aula foi inicialmente a minha grande dificuldade, uma vez que sentia que não conseguia observar detalhadamente cada aluno num curto espaço de tempo, por isso, foi importante considerar os registos realizados ao longo de todas as aulas (na avaliação formativa). Este momento serviu apenas para decidir sobre dúvidas que detinha acerca do desempenho de alguns alunos. Aqui também foram importantes a observação direta e o registo do que estava a ser observado em grelhas de avaliação, portanto, concluí que embora sejam três tipos de avaliação diferentes, complementam-se e não se desassociam umas das outras.

5. Participação a escola e relação com a comunidade

5.1 Atividades realizadas

O estudante estagiário deve conseguir envolver-se em várias atividades que ultrapassem o âmbito da lecionação da turma que acompanha, tornando-se uma pessoa envolvida com a escola e o meio (Batista e Queirós 2015). A ESPF é detentora das suas próprias características e, prova disso, são as atividades que realiza ao longo do ano, que abrangem todos os envolventes escolares. Realizou várias atividades ao longo de todo o ano, atividades essas que, como referi, torna a escola diferenciada das restantes com a sua própria filosofia.

A primeira atividade em que estive presente foi o Dia do Desporto Escolar, onde as tarefas foram distribuídas por todos os professores de EF. A minha responsabilidade consistiu em ficar no campo de basquetebol e registar as entradas e saídas de cada aluno dos jogos para, posteriormente, justificar a sua ausência das aulas. Esta tarefa teve a

duração de toda a manhã e, na parte final, auxiliei a desmontar todos os campos organizados para as atividades. Esta primeira atividade permitiu que tivesse uma ideia inicial dos alunos que frequentavam a escola e a forma como diferentes faixas etárias se comportavam.

Na segunda atividade, no torneio de basquetebol 3x3, a minha função passou por registar os resultados de um campo, bem como arbitrar os jogos do mesmo. Este torneio foi importante para adquirir experiência, uma vez que a arbitragem dos jogos exigiu de mim a capacidade de gerir conflitos que foram surgindo entre os alunos e estabelecer o respeito e a disciplina durante os jogos.

No último dia de aulas do primeiro período foi realizado o Corta-Mato, no parque urbano de Paços de Ferreira. Esta atividade teve uma grande dimensão e, por isso, foi necessário um maior esforço por parte de todos os profissionais de EF. A minha função no corta-mato esteve ligada à recolha de dorsais para, de seguida, colocar os primeiros lugares num ficheiro Excel, como forma de apurar os melhores alunos para o corta-mato regional. Foi um momento de grande responsabilidade, uma vez que não podiam existir erros na recolha de dorsais, podendo comprometer as classificações. Para além disso, toda esta experiência ajudou-me a aprofundar os meus conhecimentos no Excel, programa que não tinha muito à vontade para trabalhar.

A quarta atividade em que participei foi o Mega Atleta, prova de atletismo realizada nas instalações da escola. Fiquei responsável pela prova de sprint e competia-me distribuir os atletas, dar a partida e registar o tempo de cada um para, posteriormente, apurar os mais rápidos de cada escalão. Esta atividade foi muito exigente e, consequentemente, *stressante*, uma vez que tive de realizar mais que uma atividade em simultâneo. Inicialmente, as tarefas realizadas não estavam a correr como programado e o nível de *stress* foi aumentando. Com o desenrolar da atividade consegui trabalhar sob pressão e, desta forma, a atividade foi melhorando. Por conseguinte, consegui retirar aprendizagens úteis não só para a minha atividade profissional, como a nível pessoal, gerindo melhor os níveis de stress.

A quinta atividade e a mais árdua foi o torneio de voleibol. As atividades anteriores foram organizadas por outros professores e apenas auxiliava na gestão das mesmas, no entanto este torneio foi organizado totalmente por mim, pelo meu colega de estágio e pelo OC. Foi necessário criar quadros competitivos após finalizadas todas as inscrições, distribuir os escalões por campos e realizar o calendário de todos os jogos. No dia anterior, à noite, deslocamo-nos ao pavilhão municipal para montarmos todo o equipamento e

preparar o espaço necessário para o dia seguinte. No dia do torneio fui responsável por acompanhar um escalão do início ao fim e, para isso, arbitrei os jogos, registei os resultados e organizei os jogos de forma continuada. Como referido anteriormente, esta atividade foi árdua, mas também foi a atividade que mais me fez crescer como professor de EF. A planificação desta atividade, obrigou-me a pensar e refletir em quadros competitivos, num processo onde a reflexão esteve sempre presente, de modo a perceber o que resultava e o que poderia ser melhorado. Para além disso, foi necessária a criação de vários documentos para a atividade, o que originou muito trabalho e, por isso, foi necessária muita organização e diálogo de trabalho com todos os envolvidos, conseguindo melhorar a comunicação com o meu NPES e o espírito de trabalho em equipa.

A sexta atividade realizou-se no último período, a Gala Desportiva, organizada por todos os professores de EF. Esta gala serviu para premiar todos os alunos que participaram nas atividades da escola ao longo do ano e que foram bem-sucedidos. Tive como função ajudar a montar todo o espaço, bem como desmontar no final da mesma. A parte melhor desta atividade foi o convívio e a boa disposição por parte de todos os professores ao longo de toda a preparação do evento, durante o evento e, posteriormente, no jantar que realizamos no final do mesmo. O ano letivo estava quase a terminar, a atividade correu muito bem e foi prazeroso o esforço de todos os professores ser recompensado com o desempenho dos nossos alunos, o que contribuiu ainda mais para a boa disposição da equipa de EF.

A última atividade em que estive inserido foi o seminário, atividade essa que pertence à disciplina Projetos de Intervenção II e consistiu em realizar uma apresentação dos resultados do trabalho de investigação que decorreu ao longo do ano letivo.

Não haveria melhor forma de terminar a minha participação na ESPF, uma vez que esta atividade coincide com o culminar do meu trajeto na PES. Este trabalho retrata parte da minha participação na escola, bem como a integração na comunidade educativa. Foi um trabalho que trouxe muita dificuldade para mim e para o meu colega do NPES, porque tínhamos grande dificuldade de análise de dados na plataforma SPSS, e por isso, este projeto não seria possível ser realizado sem a ajuda da supervisora que sempre auxiliou no avanço deste projeto ao ajudar-nos a esclarecer todas as dúvidas que fomos tendo ao longo do projeto.

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

Esta experiência fez-me perceber o que realmente é ser um professor de EF. Nesta reta final, sinto que ao longo de todo este percurso fui reunindo e assimilando conhecimentos que me fizeram melhorar as minhas competências que no início do ano eram bem mais reduzidas em relação aos dias de hoje.

As reuniões que foram realizadas ao longo do ano tiveram uma influência positiva na minha atuação, uma vez que nelas eram abordadas questões relacionadas com os alunos, o que permitia conhecer ainda melhor a minha turma e escolher as melhores estratégias para que as aulas tivessem o melhor rendimento possível. A partilha de opiniões com professores que lecionavam a turma também ajudou a perceber como eles se comportavam em alguns contextos e estar mais preparado para agir de diferentes formas. A título de exemplo, na primeira reunião foi abordado que um aluno apresentava comportamentos desviantes e que se descontrolava com facilidade, (comportamento que até então não tinha acontecido na minha aula) e foram faladas possíveis soluções para o problema. Quando esse comportamento surgiu na minha aula senti-me mais preparado para reagir. Através de um diálogo a sós com o aluno consegui que se acalmasse e mudasse o comportamento, estratégia essa sugerida em reunião.

Termino este ano letivo com a consciência de que um professor está constantemente em reflexão e em busca de novos saberes. Para isso, é importante ter mente aberta para atualizar e reconstruir todo o conhecimento que detém de forma constante, como forma de estar atualizado.

Em suma, quero realçar o papel importante que teve o meu OC, aconselhando da melhor forma, com indicações claras e precisas e com o objetivo de garantir o sucesso da minha formação e lecionação das aulas.

5.3 A socialização profissional e institucional

Criar uma boa relação com a comunidade que envolve o meio escolar foi importante durante todo o processo da PES. Consegui promover uma boa relação com a comunidade educativa, que me asseguraram uma excelente receção, o que ajudou imenso na minha adaptação a todo o meio envolvente.

O facto de ter criado uma boa relação com o meu OC, a minha PS e o meu colega da PES foram importantes para o meu bem-estar e crescimento enquanto profissional. O

contacto com eles foi diário e se não fossem criadas boas relações acredito que o estágio teria sido concluído com maior dificuldade.

Não consegui criar relação com outros professores além do grupo de EF, uma vez que as aulas eram realizadas num espaço externo à escola e, por isso, não tive oportunidades de momentos de convívio com outros professores durante os intervalos, exceto nas reuniões de conselho de turma.

A forma como fui comunicando foi um ponto de partida que me auxiliou na adaptação e interação com a comunidade escolar, docente e não docente. Estive sempre disposto a ajudar quem necessitasse e, por isso, no surgimento de alguma questão, sempre foram igualmente prestáveis para comigo. Estes aspetos mais humanizados permitiram-me ultrapassar algumas dificuldades iniciais e de adaptação. Toda a ajuda inicial, bem como ao longo de todo o ano letivo, foi fundamental para o meu desenvolvimento como profissional e pessoa e teve, também, um grande peso no meu processo da PES.

5.4 A componente ético-profissional

Na formação dos alunos e dos professores, as componentes éticas estão redigidas em vários documentos legislativos, o que os tornam essenciais no nosso sistema educativo e pertinentes na formação profissional (Caetano & Silva, 2009).

No meu primeiro ano do mestrado fui alertado para a exigência que este ano da PES acarretava. Essa exigência é necessária para a formação de um profissional exímio, correto, justo e principalmente profissional, com o objetivo principal de implementar aos alunos uma educação com valores e conhecimentos importantes que sirvam como preparação para o seu futuro.

Portanto, é um fator importante o professor estar disponível para a constante formação, de forma a conseguir uma melhor preparação. Para que isso ocorra, o professor deve ter a capacidade de saber ouvir e criar uma boa relação com os seus alunos, com respeito e um elevado sentido de responsabilidade. Posto isto, considera-se que um professor deve ser um exemplo a seguir para os alunos.

Para concluir, a componente ético-profissional caracteriza-se por diferentes dimensões que são imprescindíveis para o desenvolvimento de um perfil de excelência com várias competências profissionais de ensino. Isto é um fator positivo, porque promove o processo de formação do futuro docente.

6. Desenvolvimento profissional

6.1 Dificuldades e necessidade de formação

Como seria de esperar, os primeiros dias de estágio foram marcados por algumas dificuldades, por sentir que estava num ambiente novo e desconhecido. No entanto, rapidamente percebi que tinha o apoio importante do meu OC que me ajudou a ultrapassar muitas dessas dificuldades.

A primeira dificuldade sentida, que provavelmente é geral, centrou-se na falta de conhecimento da instituição que me acolheu, assim como a sua envolvência e filosofia. Conforme me fui ambientando, e sentindo-me cada vez mais à vontade essas dificuldades foram diminuindo com o tempo.

Outra dificuldade sentida esteve relacionada com o planeamento das unidades didáticas, uma vez que fiquei reticente quanto à adequação dos conteúdos perante a realidade da turma, bem como aos objetivos propostos. Esta dificuldade surgiu por falta de experiência da minha parte que, ao longo do ano, foi diminuindo.

Um momento de maior dificuldade foi a avaliação, sendo que em todos os momentos que os alunos seriam avaliados, surgia o receio de criar injustiças nas avaliações. Transmisi essa mesma dificuldade ao meu OC e após alguma reflexão percebi que estas decisões devem ser plenas, analisadas, mas sempre com a consciência tranquila e com o foco nos objetivos e conteúdos trabalhados ao longo das aulas.

Uma vez que não dominava algumas das modalidades abordadas este ano letivo, foi necessário realizar uma pesquisa sobre as mesmas para conseguir transmitir os melhores conteúdos aos meus alunos. Para ultrapassar todas estas dificuldades tive sempre que necessário a ajuda do meu OC que me foi auxiliando ao longo de todo o ano e que me ajudou a crescer durante todo este processo.

Após a realização da PES ficou notório para mim as áreas mais importantes a desenvolver competências e, portanto, pretendo procurar formações com vista a aprofundar essas mesmas competências. Estas formações devem atender a aspetos relevantes como o planeamento, de modo a garantir uma melhor preparação e consciência de que o que abordo é o mais correto (daqui em diante não vou ter um OC que me diga se está correto ou não o que estou a abordar). Para além deste aspeto, formações que tenha como tópico a avaliação, são também uma das minhas prioridades, para que seja o mais justo e correto possível para com os alunos.

6.2 Formação contínua: um imperativo da profissão

A formação contínua simboliza o constante progresso do professor que necessita de saber sempre mais sobre a profissão que exerce. Considero este aspeto fundamental, embora, uma formação em específico possa, porventura, perder alguma importância ao longo do tempo, no caso de surgirem novos estudos que contradigam essa formação em específico, daí ser importante estar em permanente atualização. Os professores com mais experiência e anos de ensino podem ser tentados a deixar de procurar conhecimento, no entanto, no meu ponto de vista os professores devem ser ambiciosos e procurar saber mais, como forma de tornar as aulas mais completas, dinâmicas e atualizadas. Tive a sorte de ter um OC que sempre me influenciou a ter esta perspetiva e me incentivou a querer sempre melhorar e não me deixar ficar na zona de conforto. Foram várias as conversas com o meu OC e colega de estágio (formais e informais) onde debatemos a importância da formação contínua na vida de um professor e como isso pode influenciar o ensino. Como referi anteriormente, o meu OC alertou-me que um professor sem a formação necessária pode não se conseguir adaptar aos novos tempos. Um dos exemplos reflete-se na entrada das tecnologias na escola e nas aulas de EF e, sem o devido conhecimento, os professores não conseguem acompanhar as gerações.

Outro aspeto importante centra-se na saúde, sendo também importante o professor estar atualizado sobre hábitos de alimentação saudável e estilos de vida ativos, conhecer os seus benefícios e como os colocar em prática, de modo a transmiti-los aos seus alunos.

A formação de um professor, foi um dos mais falados ao longo de todo o meu processo da PES e, sem dúvida, que acabo este ano de aprendizagem com a consciência que toda a minha carreira enquanto docente será marcada por constantes formações, como forma de me manter atualizado e as minhas aulas serem as melhores possíveis e adequadas no tempo e no espaço.

7. Reflexões finais

Chegou ao fim mais um capítulo da minha vida, sendo que este ano ficou marcado por várias vivências positivas a nível profissional e humano, possibilitando-me novos conhecimentos que ficarão para sempre na minha memória.

Terminar a PES simboliza todo o caminho percorrido nos últimos cinco anos e que retratam a minha licenciatura e mestrado. Foi um longo percurso, mas imprescindível para a minha formação profissional. Sem dúvida que estes anos ficarão marcados por serem os que mais aprendi e evolui, através de momentos que se tornarão inesquecíveis na minha vida e carreira.

A PES permitiu-me experienciar todo o contexto real da vida escolar, no terreno, e com isso compreender e inserir-me no meio profissional e na comunidade educativa. Proporcionar os momentos de aula e assumir a função de professor foi o realizar de um sonho de criança, tornando um desejo/sonho realidade.

A lecionação permitiu-me adquirir competências pedagógicas e saberes que são fundamentais para exercer a profissão de professor. Todo este percurso tornou-se rico em aprendizagens relacionadas com a formação profissional. Pela diversidade de acontecimentos imprevistos que foram ocorrendo e pela retenção e reformulação de capacidades inerentes à prática da atividade docente, na área de EF, que foram realizadas em contexto prático, autonomamente, supervisionado e orientado.

Para terminar, afirmo que a minha formação está longe de estar terminada, porque como referi anteriormente isto é um processo contínuo que necessita de atualização contante, estando em permanente evolução e reconstrução para tornar o sistema de ensino o mais benéfico à aprendizagem dos alunos.

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).
- Aleixo, I. M. S., & Mesquita, I. (2016). Impacto de diferentes estratégias de ensino no desenvolvimento do conhecimento declarativo de iniciantes na ginástica artística. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 38, 349-357.
- Arends, R. (2008). *Aprender a Ensinar* (7a ed.). Madrid: McGraw-Hill.
- Baptista, I. (2011). Ética, deontologia e avaliação do desempenho docente. *Cadernos do CCAP-3- Ministério da Educação- Conselho Científico para a Avaliação dos Professores*, 1-60.
- Azevedo, M., Portela, A., Graça, A., & Ávila-Carvalho, L. (2014). Compreensão da reflexão na formação de professores. *Formação Inicial de Professores Reflexão e Investigação Da Prática Profissional*. Porto: Editora FADEUP.
- Batista, P. M. F. (2008). *Discursos sobre a competência: contributo para a (re) construção de um conceito de competência aplicável ao profissional do desporto*. 2008. 591 f (Doctoral dissertation, Tese (Doutorado em Ciências do Desporto) -- Faculdade de Ciências do Desporto, Universidade do Porto, Porto).
- Batista, P., Queirós, P., & Graça, A. (2014). *O Estágio Profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física*, Porto: Editora FADEUP.
- Batista, P., & Queirós, P. (2015). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Olhares sobre o Estágio Profissional em Educação Física* (pp. 33-51). Porto: Editora FADEUP
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*, 3a Edição. Livros Horizonte.
- Caetano, A. P. & Silva, M. D. L. (2009). Ética profissional e Formação de Professores. Sísifo. *Revista de Ciências da Educação*, 49-60.

- Caires, S. & Almeida, L. S. (1997). Vivências e percepções do estágio: Dificuldades na adaptação à instituição e variáveis associadas. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 33-40.
- Forbes, C. T. & Davis, E. A. (2008). The development of preservice elementary teachers' curricular role identity for science teaching. *Science Education*, 92(5), 909–940.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning. A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. New York: Routledge.
- Lopes, R. & Cunha, A. C. (2007). *A educação física no ensino secundário: Estudo das representações e atitudes dos alunos*. Universidade do Minho, LIBEC-CIFPEC.
- Marchiotto, A. c. c., & da Silva, a. f. l. f. (2021). 2 modelo personalizado de ensino (mpe) dos esportes. *educação física e modelos de ensino dos esportes: conceitos, características e aplicações*, 18.
- Mata, R. T., & Gomes, A. R. (2016). Relação treinador-atleta: Teoria, investigação e intervenção. In D. Bartholomeu, J. M Montiel, A. A. Machado, A. R. Gomes, G. Couto, & V. Cassep-Borges (Eds.), *Relações interpessoais: Concepções e contextos de intervenção e avaliação* (pp. 155-174). São Paulo: Vetor.
- Matos, Z. (2012). *Normas orientadoras do Estágio Profissional do Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education*. New York: Taylor & Francis.
- Mesquita, I. (2005). A pedagogia do treino. *A formação em jogos desportivos coletivos. Livros Horizonte. Lisboa. 3ª edição*.
- Mesquita, I. & Graça, A. (2011). Modelos Instrucionais no Ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*, 39-68. Lisboa: Edições FMH.

Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In P. Queirós (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física* (pp. 67–83) Porto: Faculdade de Desporto.

Quina, J., Costa, F., & Diniz, J. (1995). Análise da informação evocada pelos alunos em aulas de educação física. Um estudo sobre o feedback pedagógico. *Boletim SPEF, Inverno/Primavera, 12*, 9-29.

Sarmento, P. (1993). *Pedagogia do desporto instrumentos de observação sistemática da Educação Física e Desporto* (2a ed.). Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.

Schön, D. A. (2000). *Educando o Profissional Reflexivo. Um novo design para o ensino e a aprendizagem*. Porto Alegre: Editora ARTMED.

Siedentop, D. (1987). The theory and practice of sport education, In G. Barrette, R. Feingold, R. Rees & M. Pieron (Eds). *Myths, models and methods in sport pedagogy*. Champaign, IL, Human Kinetics.

Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mountain View: Mayfield Publishing Company.

Siedentop, D. (2008). *Aprender a ensinar la Educación Física*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Siedentop, D. (2011). *Development teaching skills in Physical Education (4a ed.)*. Nova Iorque: McGraw-Hill.

Resende, R., Aires, L., Araújo, R., Gomes, P., Sarmento, F., & da Cunha, M. A. (2020). Confinamento Covid-19: Um olhar dos estudantes-estagiários de educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research, 7*(2), 52-60.

Rink, J. (1993). *Teaching Physical Education for Learning*. St Louis Mosby College Publishing.

Hook, C. M., & Rosenshine, B. V. (1979). Accuracy of teacher reports of their classroom behavior. *Review of Educational Research, 49*(1), 1-11.