

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Diogo Miguel Cardoso Nelas

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico
e Secundário

Orientador Institucional

Professor Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira

Julho, 2023 

Diogo Miguel Cardoso Nelas

Nº30732

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, nos termos do Decreto-Lei nº79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação do Doutor Rui Marcelino Maciel Oliveira da Universidade da Maia e do Professor José Cruz, da Escola Secundária de Vila Verde.

Setembro, 2023

Ficha de Catalogação

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

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

AGRADECIMENTOS

A realização deste projeto tornou-se possível graças a um conjunto de pessoas às quais gostaria de manifestar o meu agradecimento e apreço:

À minha família por todo o apoio, amor e carinho incondicional que me proporcionaram ao longo deste percurso nomeadamente aos meus pais e à minha irmã que tornaram este percurso mais fácil de certa forma, mostrando-me que nem todos os dias podem ser dias bons e que os dias maus são de aprendizagem, que não faz mal falhar se tivermos a força necessária para retomar ao barco, a maré estará sempre do nosso lado, por serem a maior força na minha vida e o meu pilar constante.

Aos meus amigos, pelos momentos de descontração, por todas as brincadeiras e por saberem sempre o que dizer nos momentos menos bons.

Aos meus avós, por toda a dedicação, preocupação, ajuda incansável e importância que têm na minha vida.

Ao meu colega, do Núcleo da PES, Gonçalo Vintena, por colaborar comigo o sofrimento, a felicidade, as derrotas e as vitórias ao longo deste percurso académico.

Agradecer também à UMAIA, pela partilha de conhecimento e por serem uma referência no mundo académico.

Um agradecimento à escola secundária de Vila Verde e a todos os professores e funcionários que se cruzaram connosco proporcionando a sua sabedoria e dicas para o nosso futuro como futuros docentes do ensino.

Um especial agradecimento ao nosso orientador José Cruz, pois, muito do que fizemos não seria possível sem a sua experiência em diversos assuntos e matérias e por estar sempre pronto em qualquer altura ou hora sem ser preciso pedir nada para ajudar.

Ao Doutor Rui Marcelino, pela confiança depositada no nosso trabalho, como professores estagiários e pela partilha de conhecimentos e reflexões acerca do que temos que melhorar em prol da futura docência.

Por fim, agradecer aos meus alunos, que estarão para sempre guardados no meu coração, não só por serem a minha primeira turma, mas por me fazerem crescer a nível individual e profissional e por estarem sempre predispostos às aventuras designadas este ano.

A todos um grande obrigado!

Resumo

Este relatório exerce diversas funções como: descrever todas as atividades desenvolvidas, experiências vivenciadas e as dificuldades sentidas durante a Prática de Ensino Supervisionado, justificando cientificamente as opções tomadas e refletindo e analisando as transformações que ocorreram, resultantes da prática docente, focando as capacidades desenvolvidas, as necessidades de formação, as competências adquiridas, os contributos para o desenvolvimento pessoal dos nossos alunos e de nós próprios. Como estudante estagiário fiquei encarregue de duas turmas do décimo ano, sendo elas o décimo E1 e o décimo E2 mais a turma do meu colega estagiário o décimo H, mantendo também contacto com uma turma do oitavo ano do ensino básico bem como uma turma do décimo primeiro e do décimo segundo do ensino secundário.

O presente documento está então estruturado em 8 capítulos, (1) Introdução, que contextualiza o documento de forma objetiva; (2) Enquadramento pessoa e profissional, onde apresento a minha caracterização, o meu percurso e as minhas expectativas iniciais relativas à Prática de Ensino; (3) Enquadramento institucional, que revela aspetos significativos do contexto onde realizei a Prática de Ensino Supervisionada, toda a relevância que esta constitui para um Estudante Estagiário e as diretrizes que orientam todo o processo; (4) Prática profissional, onde apresento a reflexão de todo o processo de ensino, do ponto de vista das dimensões de intervenção pedagógica. Assim sendo, este capítulo foi subdividido em conceção e modelos de ensino, planeamento, realização e avaliação; (5) Participação na escola e relação com a comunidade, que expõem as vivências mais impactantes enquanto Estudante Estagiário, o papel que tive na comunidade escolar, a minha atuação perante as situações experienciadas e todos os aspetos referentes à socialização profissional e institucional, a componente ético-profissional e as atividades dinamizadas pelo Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada; (6) Desenvolvimento profissional, onde reflito sobre as minhas dificuldades e a necessidade de formação contínua; (7) Reflexões finais que retratam todos os meus pensamentos, críticas e ideias sobre o caminho percorrido neste percurso e por fim o ponto (8) Referências Bibliográficas onde estão apresentados alguns autores de diversos artigos consultados ao longo da criação deste documento.

PALAVRAS-CHAVE: EDUCAÇÃO FÍSICA; ESTUDANTE ESTAGIÁRIO; PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

Abstract

This report performs several functions such as describing all the activities developed, experiences lived and the difficulties felt during the Supervised Teaching Practice, scientifically justifying the options taken and reflecting and analyzing the transformations that have occurred, resulting from the teaching practice, focusing on the skills developed, the training needs, the acquired skills, the contributions to the personal development of our students and ourselves. As a trainee teacher I oversaw two classes of the tenth grade, being them the tenth E and the tenth H and I kept in touch with a class of the eighth grade of elementary school as well as a class of the eleventh and twelfth of secondary education.

The present document is then structured in 8 chapters, (1) Introduction, which contextualizes the document objectively; (2) Personal and professional framework, where I present my characterization, my career and my initial expectations regarding Teaching Practice; (3) Institutional framework, which reveals significant aspects of the context where I carried out the Supervised Teaching Practice, all the relevance that this constitutes for a Trainee Student and the guidelines that guide the whole process; (4) Professional practice, where I present the reflection of the entire teaching process, from the point of view of the dimensions of pedagogical intervention. Therefore, this chapter has been subdivided into design and models of teaching, planning, implementation and evaluation; (5) Participation in the school and relationship with the community, which expose the most impactful experiences as a Trainee Student, the role I had in the school community, my performance in the situations experienced and all aspects related to professional and institutional socialization, the ethical-professional component and the activities promoted by the Center for Supervised Teaching Practice; (6) Professional Development , where I reflect on my difficulties and the need for continuous training;(7) Final reflections that portray all my thoughts, criticisms and ideas about the path taken in this journey and finally the point (8) Bibliographic References where some authors of several articles consulted throughout the creation of this document are presented.

KEY WORDS: PHYSICAL EDUCATION; PRESERVICE TEACHER; SUPERVISED TEACHING PRACTICE

Índice de Siglas e Acrónimos

AECS – Atividades Extra-curriculares

EC – Escola Cooperante

EE – Estudante Estagiário

EEFEBS – Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

ESVV – Escola Secundária de Vila Verde

MID – Modelo de Instrução Direta

MED – Modelo de Educação Desportiva

MEEFEBS – Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

NPES – Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada

NEF- Núcleo de Educação Física

OC- Orientador Cooperante

PA – Plano de AULA

PAA – Plano Anual de Atividades

PC – Professor Cooperante

PES – Prática de Ensino Supervisionada

RPES – Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

SCB – Sporting Clube de Braga

UD – Unidades Didáticas

UMAIA – Universidade da Maia

Índice

1. Introdução.....	9
2. Enquadramento Pessoal e Profissional	10
2.1 Uma decisão a partir de um percurso.....	10
2.2 Expetativas iniciais	12
3. Enquadramento institucional.....	14
3.1 A importância da PES	14
3.2 A PES na UMAIA.....	15
3.3 A escola cooperante: lugar de prática	15
3.3.1. Caracterização das Turmas.....	17
3.4 O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional....	18
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	20
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	20
4.1.1 Conceção de ensino.....	20
4.1.2 Planeamento	23
4.1.3. Realização	27
4.1.4 Avaliação	30
5. Participação na escola e Relação com a comunidade.....	34
5.1 Atividades realizadas	34
5.2 Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	37
5.3 Sociabilização Profissional e Institucional	38
5.4 A Componente ético-profissional.....	38
6. Desenvolvimento profissional	39
6.1 Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão..	39
7. Reflexões Finais e Considerações Finais.....	41
8. Referências Bibliográficas	43

1. Introdução

A realização deste documento tem como objetivo uma reflexão rigorosa e detalhada da Unidade Curricular do Estágio referente ao 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Universidade da Maia (UMAIA).

A conclusão desde mestrado, como próprio nome indica, resultará no grau de mestre e tem como principal objetivo a formação de profissionais capazes de desenvolver de forma correta e completa, competências para o desempenho da profissão de docente em Educação Física, tais como outros domínios essenciais como a liderança, tomada de decisão, adaptação, etc. Estas e outras competências serão estimuladas quer no Estágio quer no futuro como profissional de Educação Física numa escola.

O Estágio Curricular referido aconteceu na Escola Secundária de Vila Verde (ESVV) em Braga no conselho de Vila Verde, orientado pela professor orientador da escola, José Cruz e pelo orientador da UMAIA, Professor Doutor Rui Marcelino referente ao ano letivo de 2022/2023.

A PES é extremamente relevante para nós EE pois consiste na profissionalização da área do ensino da educação física, o RPES envolve todo o reconhecimento da proficiência nas três dimensões do desempenho possibilitando uma auto-análise acerca do planeamento, realização e avaliação, sendo este um ano extremamente produtivo na descoberta pessoal e profissional, na procura pela evolução, adaptabilidade e desenvolvimento em diversos domínios.

O professor tem como grande objetivo promover um ensino eficiente, mas também eficaz, sendo a reflexão a principal ferramenta para justificar a sua ação em concordância com os critérios do profissionalismo docente.

A ordem de trabalhos deste relatório segue o regulamento da PES na UMAIA procurando retratar as dimensões pessoais e profissionais, o enquadramento institucional, a prática profissional e a participação na escola e a relação com a comunidade escolar.

A realização deste documento permitiu-me refletir e analisar todos os pequenos e grandes pormenores acerca da prática de ensino supervisionada onde esta tem como principal objetivo proporcionar de ante mão uma experiência em primeira pessoa como professor e as responsabilidades do mesmo dentro de uma escola. Neste relatório serão apresentados diversos e variados tópicos relacionados com as minhas práticas pedagógicas bem sucedidas e as não tão bem sucedidas, bem como as minhas reflexões críticas sobre todo o processo de ensino-aprendizagem.

2. Enquadramento Pessoal e Profissional

2.1 Uma decisão a partir de um percurso

Antes de entrarmos em detalhes aprofundados da minha experiência como futuro docente, penso que é relevante dar a conhecer um pouco do protagonista deste percurso, do sujeito da história e da personagem principal por assim dizer, gostaria então de vos dar a conhecer um pouco sobre mim.

O meu nome é Diogo Miguel Cardoso Nelas, tenho vinte e seis anos, nascido a dezanove de janeiro de mil novecentos e noventa e sete, licenciado em Ciências do Desporto na Universidade de Trás os montes e alto douro (UTAD) e discente do último ano do MEEFEBS na universidade da Maia (UMAIA).

Atualmente encontro-me a dar aulas extracurriculares (AECS) em diversas escolas pela empresa Educlicks seja no ensino básico ou em jardins de infância e sou treinador de natação no Sporting Clube de Braga, no presente momento a dar treinos ao escalão de cadetes com idades compreendidas entre os 8 e os 10 anos de idade na competição e aulas de natação a adultos desde adaptação aquática aos níveis mais elevados.

Caracterizo-me como uma pessoa lutadora, fiel aos meus princípios e valores, mas também como uma pessoa sensível e calculista em certos aspetos podendo por vezes ser um ponto favorável em determinadas ocasiões e desfavorável noutras.

O que mais admiro nas pessoas que me rodeiam são traços na qual me consigo identificar, sejam estes a lealdade, o respeito, a coragem e a empatia com os demais, penso que acima de tudo se uma pessoa tiver empatia com os outros facilmente se consegue pôr no lugar de qualquer pessoa em qualquer situação e compreender diversos e variados motivos para qualquer ação. Todos os que me conhecem, descrevem-me como focado, com vontade de motivar e ser um exemplo, procurando sempre saber mais para fazer melhor. Uma das maiores curiosidades sobre mim é o facto de gostar de ter a meu lado pessoas que me desafiem e me façam crescer, em termos pessoais e profissionais. Prezo também a responsabilidade, a persistência e a organização e capacidade de reagir sob pressão.

Em relação às minhas vivências a nível desportivo, desde muito cedo fui apaixonado pelo desporto quer ao nível curricular como educação física na escola como a nível desportivo de clube, estive ligado ao futebol de competição até aos infantis no sporting clube de braga bem como na natação de competição desde os 4 anos de idade até

entrar na faculdade. Gostaria de ter continuado nestes dois desportos ao longo da minha vida, mas por incompatibilidade de horários não poderia fazer os dois desportos competitivamente em simultâneo tendo optado aos 12 anos pela natação, não só por ser o desporto onde achei que existiria mais oportunidade para realçar as minhas capacidades e potencial, mas também por ser um mundo no qual eu me identificava mais. Esta decisão a meu ver acabou por ser acertada pois obtive diversos pódios nacionais quer a nível individual como a nível coletivo (estafetas), acabando assim através de muitas lágrimas e suor obter bastantes alegrias. Penso também que a natação me ajudou muito a crescer como pessoa e que cultivou em mim bastantes princípios e valores que tanto são traços característicos da minha personalidade, embora seja uma modalidade individual, ensinou-me a não desistir, deu-me suporte, alegria, companheirismo, momentos únicos, coragem, humildade e amizades para continuar a batalhar na vida, sendo e querendo estar feliz.

Acabei a licenciatura em 2020, tendo sido este mais um momento importante da minha vida, estando já a estudar como trabalhador-estudante. Atualmente frequento o MEEFEBS e sinto-me extremamente orgulhoso da caminhada que percorri e de tudo o que construí até hoje, com a certeza de que tentarei ser melhor dia após dia e que não existem limites para os nossos sonhos, desde que estejamos prontos para os enfrentarmos. O gosto pela área do ensino da EF, surgiu desde sempre e todo o meu percurso me motivou a tomar esta escolha, não só pelo meu passado ser ligado ao desporto em todas as áreas da minha vida mas como pelas competências e vivências que fui adquirindo até aqui.

Quando andava no oitavo ano, vislumbrei o que queria ser quando fosse grande, o meu primeiro momento, onde me apercebi que ser professor de educação física estava nos meus planos, este querer e o despertar deste interesse na área, surge através de um professor que eu tive, o professor Luís, que foi o meu professor de educação física durante sete anos. Penso que para além do que era lecionado nas aulas e que eu adorava, por todos os motivos mencionados anteriormente, as modalidades, a prática de atividade física e o companheirismo, que me fez apaixonar por tudo isto, ressaltava à vista, também, a maneira como uma só pessoa conseguia unir os alunos menos dotados, com os mais dotados, os míudos populares como se costumava dizer com os menos populares e a maneira como ele conseguia lidar conosco, de maneira a sentirmo-nos um só em prol do desporto, não só nos unia como turma, como também nos fazia trabalhar por nós mesmos e pelos outros. Ainda hoje olho para esta pessoa como uma referência, pois ajudou-me bastante a crescer na vida, e acompanhou-me durante maior parte do meu percurso até a idade adulta, aconselhando, demonstrando e visionando o que nos reserva ao longo da

nossa vida. Com isto, fui-me apaixonando não só pelo desporto em si, como também pelo ensino do mesmo, o querer fazer mais por alguém, o querer ajudar, intervir e ser uma referência na vida de jovens, como também o foram para mim. Penso que o querer ser professor é isto mesmo, não é o salário que nos motiva, não é o benefício próprio que nos cativa, é sim querer ajudar o próximo e fazê-lo crescer, mostrar o que nós aprendemos e expor os nossos princípios e valores, não só dar a conhecer o nosso trabalho mas ajudar os jovens do amanhã a formarem-se como pessoas e motivar a fazer melhor. Os anos passaram e cá estou eu, preparado para tentar ser eu mesmo uma referência e com uma vontade imensa de dar o meu contributo.

2.2 Expetativas iniciais

As expetativas iniciais foram realizadas e desenvolvidas no início do ano letivo, no entanto e por me parecer mais adequado foram revisadas e reformuladas de forma a pertencerem a este documento numa linguagem na qual penso que seja mais adequada com uma formulação diferente, acrescentando também uma pequena reflexão das mesmas no final do ano letivo.

Através dos relatos narrados por antigos estagiários denominados agora por professores, comecei este percurso com um pé dentro do sistema e outro fora, quero com isto dizer que entrei com uma pequena noção do que viria a ser este ano de extrema determinação e com a plena noção também que só sei que nada sei e que me iria aventurar e desafiar-me a mim próprio ao ponto de eventualmente crescer como pessoa, aprender e enriquecer ou pôr à prova tudo o que aprendera até então. Entrei para o estágio a saber que seria uma das etapas mais marcantes da minha vida, sabia desde o início que não seria tarefa fácil, tinha os meus receios, as minhas dificuldades e as minhas ambições, no entanto entrei confiante e apreciativo de todo o processo que se iria desenvolver.

Antes de ingressar no Mestrado em Ensino, conclui toda a minha formação no curso de Ciências do Desporto, finalizando a licenciatura em três anos ao abrigo do projeto de Bolonha, optei por este mestrado para que a formação fosse, dentro da área, a mais abrangente possível, pois o ensino da Educação Física nunca teve de todo fora dos meus planos e considerei sempre uma mais-valia e um complemento a todos os entusiastas pelo desporto.

Ao longo destes três longos e sábios anos fui adquirindo conhecimentos, quer sejam práticos ou teóricos que teoricamente me iriam preparar para este capítulo, sabia, à partida, que era desses conhecimentos que estava dependente todo o meu futuro desempenho, no entanto, estava consciente que provavelmente me iria deparar com contratempos, situações desconfortáveis ou noutros termos menos dramáticos, situações fora da zona de conforto pela qual ainda não teria sido confrontado.

No início achei que a falta de experiência no ensino secundário seria uma das minhas maiores dificuldades, simplesmente pelo facto de nunca ter tido contacto com turmas do secundário a não ser no papel de aluno, levei comigo um pouco do conhecimento que tinha em AECS, porém sabia sempre que o grau de atenção dos alunos seria diferente, assim como o comportamento, atitudes e afins que me assombravam as ideias e alimentavam os receios sem necessidade.

Encarei também este ano como um ano onde teria a oportunidade de evoluir ao nível do domínio curricular e de certos conteúdos que iríamos abordar ao longo do ano letivo, em que teria de me auxiliar em documentos estruturantes que aprendêramos a fazer, à experiência dos professores encarregues de serem tutores e a merce dos meus alunos.

Vergonhas à parte e assumindo sem medos, o que eu mais tinha receio era mesmo a responsabilidade do que este capítulo me oferecia e incutia, a responsabilidade e a realização de que estaria mesmo a entrar na fase da vida adulta, não só responsável por mim, mas aperceber-me que seria responsável pelos outros era algo na qual me deixava ansioso e amedrontado, mas que também me deixava um sorriso no canto da boca. O facto de ter à minha responsabilidade uma turma era assustador, embora já sendo treinador de uma modalidade os contextos eram totalmente diferentes, uma vez que na escola todos têm o direito a ter conhecimento sobre as modalidades e à prática de atividade física ao contrário de um clube desportivo onde só está lá quem realmente gosta da modalidade.

Acreditava fielmente que a relação de um professor com um aluno devia implicar um grau de proximidade e empatia tal que permita aos alunos verem no professor um apoio que os ajude a ultrapassar os seus constrangimentos e dificuldades, lembrando que a meu ver todos os alunos são diferentes, com características individuais e traços de personalidades distintas. Isto seria o que garantia que as aulas decorressem com toda a normalidade e num clima de respeito e trabalho propício à aprendizagem, daí achar que este aspeto seria um dos mais importantes e mais desafiantes, o fato de saber lidar com cada individualidade do aluno perante diversas situações em diferentes contextos.

Como bom estagiário que era, conferi as instalações previamente antes de me deslocar ao primeiro dia nas mesmas através do site da escola e estava bastante agradado com o que vi, bons espaços desportivos, diversos materiais disponibilizados e aparentava ter uma boa estrutura e organização. Quanto aos orientadores da escola e da faculdade a expectativa seria de trabalhar com os melhores profissionais, rigorosos e exigentes, mas também nossos amigos, que nos ajudassem a crescer para um dia podermos também ajudar alguém a crescer. Antevia também uma oportunidade de crescer não só a nível científico como pedagógico.

Posto isto as minhas expectativas principais seriam ser um estagiário competente e responsável, transmitindo aos alunos, de forma coerente e segura, todos os conteúdos importantes para a sua formação escolar tendo como principal objetivo a evolução dos alunos como um selo de verificação na qualidade do trabalho desenvolvido.

3. Enquadramento institucional

3.1 A importância da PES

A PES é uma ferramenta fulcral no desenvolvimento profissional de todos os estudantes do segundo ano de mestrado em Educação Física. Esta permite pôr em prática todo o conhecimento teórico que foi adquirido ao longo do ano no nosso percurso académico e desportivo, aplicando em situação real de prática pedagógica, de forma orientada e supervisionada por professores com experiência e docência em ensino.

A PES permite assim que os estudantes coloquem em prática as suas capacidades e habilidades que foram sendo concebidas até então para alcançar o seu potencial individual ao longo do ano. Habilidades tais como a liderança, comunicação, empatia e acima de tudo a capacidade de se adaptar a qualquer situação ou adversidade. Para além do estudante se descobrir um pouco a si próprio vai crescendo ao longo do semestre tentando compreender o papel do que é ser professor, trilhando o seu próprio caminho e escolhendo os métodos de ensino com que se sente mais à vontade.

Posto isto, penso que a PES é essencial para os estudantes de Educação Física, pois permite uma conexão entre a teoria e a prática fornecendo assim uma compreensão realista do que é ser professor e uma integração do EE na vida profissional com o objetivo de aprimorar competências profissionais e sociais, de modo a verificar habilitações futuras como futuro docente.

3.2 A PES na UMAIA

A PES é uma unidade curricular sustentada por diversos intervenientes, entre eles a UMAIA, as escolas, o EE, o supervisor (SP) e o orientador cooperante (OC), culminando na defesa de um relatório de estágio. A Unidade Curricular da Prática de Ensino Supervisionada (PES) está inserida no plano curricular deste mestrado, é regida por normas institucionais e legais, incluindo o artigo nº 11 do decreto lei nº79/2014 de 14 de maio e o seu objetivo é integrar os EE nos contextos da docência de Educação Física. Esta por sua vez assenta em três grandes áreas de desempenho tais como a organização e gestão do ensino e da aprendizagem, a participação na escola e as relações com a comunidade e o desenvolvimento profissional.

A organização e gestão do ensino e da aprendizagem tem como finalidade a construção de estratégias e metodologias de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, encaminhando de forma eficaz o processo de desenvolvimento pessoal e didático dos alunos.

A segunda área respetiva a participação na escola e as relações com a comunidade e desenvolvimento profissional diz respeito a todas as atividades realizadas ao longo do ano, sejam estas torneios, eventos, visitas de estudo seminários, entre outras. A terceira área abrange o desenvolvimento profissional que surge como resposta às exigências da sociedade atual, que se encontra em constante transformação, com novas adversidades e desafios fazendo com que o professor deva estar em formação constante ocorrendo um processo de reflexão contínua e partilha de conhecimentos dentro e fora da sala de aula.

A PES é constituída por um grupo de alunos designado de núcleo da PES, estes são compostos por entre dois a três alunos dependendo dos alunos matriculados no respetivo ano. Os EE são colocados num agrupamento ou EC, de acordo com as suas preferências maioritariamente por residência e médias académicas. Uma vez inseridos nas escolas os EE têm a responsabilidade de lecionar aulas supervisionadas em pelo menos uma das turmas do OC cumprindo com uma presença mínima de 14h semanais, estas 14h semanais podem ser observadas ao longo do documento através de uma tabela que se encontra na parte da realização.

3.3 A escola cooperante: lugar de prática

A Escola Secundária de Vila Verde (ESVV) localiza-se na sede do Concelho de Vila Verde. Est ocupa uma área de 228.7 Km², dividida por 33 agrupamentos de

freguesias, as quais, de acordo com os censos de 2011, albergam uma população de 47.887 habitantes. A população escolar do concelho encontra-se distribuída por quatro territórios educativos: Vila Verde e Pico de Regalados, Vila de Prado, Moure e Ribeira do Neiva e Escola Secundária de Vila Verde (ESVV).

A Escola funciona desde o ano letivo de 1986/87 e, até 2011, apresentava um Projeto pavilhonar de base Técnica.

Construiu-se um novo edifício para albergar todo o setor da cozinha, refeitório, cafetaria e apoios, bem como compartimentos para pausa de funcionários e associação de alunos. A localização deste corpo permite diferenciar os acessos ao recinto da escola, separando os de serviço dos de receção quotidiana de alunos, professores e funcionários. As demolições possibilitaram a construção de um novo corpo que, além de dotar a escola de um espaço de acesso e receção, possibilita a concentração de todas as atividades não letivas, que se desenvolvem em torno dos espaços de circulação no acesso aos núcleos formais de aprendizagem. O espaço da biblioteca, bem como a secretaria, o auditório e a grande sala da cafetaria/refeitório relacionam-se diretamente com o átrio de acesso à escola.

Neste edifício localizam-se, no piso 2, os espaços de trabalho e de pausa destinados aos professores e à direção da escola. No piso 3, situam-se alguns espaços de apoio e acompanhamento ao aluno (p. ex., gabinete de psicologia), bem como gabinetes de trabalho de professores e funcionários e as instalações do Centro de Formação de professores.

Os corpos existentes foram integralmente ocupados por salas de aulas e espaços complementares. A estes juntam-se novos espaços – laboratórios, salas TIC – e mais salas de aulas normais, por forma a dar resposta às necessidades atuais.

Esta concentração dos espaços letivos facilita o seccionamento das instalações no uso dos espaços em atividades extracurriculares e fora dos horários normais de funcionamento da escola.

As obras de ampliação/requalificação e modernização da escola implicaram um investimento global a rondar os 13 milhões de euros e foram desenvolvidas no âmbito do processo de renovação do Parque Escolar Nacional.

A Escola Secundária de Vila Verde é uma instituição de ensino público que abrange desde o 8º ano de escolaridade até ao 12º ano, oferecendo a oportunidade a todos de se juntarem a comunidade educativa.

No que toca ao departamento de educação física e aos espaços da atividade física onde passamos maior parte do nosso tempo de PES a escola dispõe de imensos espaços, no entanto também tem bastantes turmas o que por vezes dificulta a gestão do espaço. Nunca existem mais do que quatro professores a lecionar em simultâneo. A escola conta com uma parte exterior com dois campos, um campo de basquetebol, um campo de futsal e uma pista de atletismo. O interior do pavilhão conta com um campo com uma área consideravelmente grande, que pode ser utilizado tanto para basquetebol com 6 tabelas e duas balizas para futsal, mais uma sala de espelhos que normalmente utilizamos para fazer ginástica ou dança. A escola conta ainda com 3 balneários masculinos e 3 balneários femininos dentro do pavilhão com os horários devidamente organizados através de um roulement.

Na nossa escola, é raro existir problemas de espaço onde não se consiga seguir os planos de aula, mas quando acontece, articulamos entre professores e todos conseguem fazer o que tinham estipulado, ainda que haja menos espaço e mais ruído, o importante é que os alunos consigam praticar atividade física e o professor consiga cumprir na plenitude o seu plano de aula ainda que tenha de sofrer alterações.

3.3.1. Caracterização das Turmas

Décimo ano : Turma 10º E1 e 10º E2

Obter um pleno conhecimento da turma é um fator essencial para qualquer docente que se preze. A caracterização da turma é fundamental para criar uma identidade coletiva, estabelecer relações entre os alunos e proporcionar uma atmosfera envolvente. Desta maneira o nosso primeiro contacto com as nossas turmas foi de tentar conhecer um pouco as diferentes personalidades que teríamos de enfrentar ao longo deste ano letivo, os seus interesses, bem como as suas ambições e expectativas para o decorrer do ano, mostrando-nos a conhecer também um pouco de nós próprios e os nossos objectivos e expectativas como professores estagiários. Para isto começamos por distribuir um formulário onde estes teriam de responder o que esperam do professor de educação física, o que gostam de fazer nos tempos livres e quais as suas preocupações.

Eu fiquei encarregue da turma do 10º ano E1 e 10º E2, na verdade são duas turmas culminadas numa, onde à exceção de duas unidades curriculares mantêm sempre os mesmos horários. Maior parte dos alunos pertence e reside ao concelho de Vila Verde, é

uma turma do ramo de ciências e tecnologias, composta por dezoito rapazes e seis raparigas com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos de idade.

Quando questionados acerca dos seus interesses como disciplinas favoritas a educação física e o inglês foram as de mais destaque e quanto à prática de educação física seja como desporto federado ou por lazer, a maior parte respondeu afirmativamente que pratica, existindo pelo menos 8 alunos federados em diversas modalidades, maioritariamente no género masculino como o futebol e entre outras modalidades, o voleibol, o basquetebol, badminton e natação.

Questionados sobre como gostavam de ocupar os tempos livres, a maioria dos alunos revelou uma preferência para jogar à bola, ouvir música e confraternizar com os amigos. Estas atividades eram consideradas essenciais para o bem-estar dos alunos, contribuindo para o seu equilíbrio emocional e social.

A outra turma, na qual eu tive um contacto bastante próximo, foi a do meu colega estagiário Gonçalo Vintena, a turma do 10º H pertencente ao ramo de humanidades. Em comparação com a minha, era uma turma mais homogénea constituída por vinte e um alunos dos quais treze são do género feminino e 8 do género masculino. A nível de energia penso que a minha turma era bastante mais ativa, seja a nível físico e na prática da educação física como no nível comportamental o que nem sempre é positivo, no entanto na turma do meu colega, o comportamento dos alunos era exemplar, mas faltava um pouco de motivação e energia no início das aulas. Estes comportamentos distintos tanto têm os seus prós como também os seus contras, uma turma mais energética exige ao professor uma maior mão inicial, a chamada mão firme para estabelecer limites e não permitir abusos potencializando assim todo o potencial para a prática de educação física e concentrando toda essa energia em conteúdos produtivos, por outro lado uma turma mais calma com um comportamento exemplar facilita a transmissão de conteúdos e a exercitação dos mesmos num ambiente de sala de aula mais controlado com a captação da atenção dos alunos mais facilmente.

3.4 O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional

Como refere Gomes et al. (2014) os núcleos de estágio são comunidades que através do suporte dos OC, concebem ambientes próprios à reconfiguração da identidade profissional.

O trabalho de equipa é essencial, ajudando na resolução de problemas e funcionando como alavanca para o sucesso.

Como descrevem também Batista e Queirós (2015), a prática de ensino permite aos estudantes a oportunidade de adquirirem competências e conhecimentos, para a sua formação futura, devido ao convívio e trabalho diário junto de um grupo de trabalho responsável pela promoção de aprendizagem, coerente nas diversas componentes. O Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada (NPES), era composto por dois EE que foram acompanhados pelo OC, que esteve envolvido em todo o processo de forma consistente, oferecendo-nos momentos de interação e crescimento pessoal e coletivo.

O meu NPES era constituído por mim e pelo Gonçalo Vintena, assim como o nosso OC, o professor José Cruz e o SP, Doutor Rui Marcelino.

Começando pelo meu colega de estágio, penso que o Gonçalo foi uma peça fundamental no decorrer deste ano letivo intenso e cheio de emoções, juntamente comigo fomos crescendo ao mesmo ritmo e aprendendo não só um com o outro mas em conjunto criando assim um laço de empatia um com o outro, amizade e compromisso. Estabelecemos assim, uma atmosfera de respeito mútuo e apoio, reconhecendo que, juntos, poderíamos enfrentar os obstáculos que se pusessem à nossa frente. Penso que seja natural num ano de aprendizagem como este, surgirem alguns medos, receios e inseguranças, mas foram bem ultrapassados pela procura de soluções em conjunto e apoio de ambas as partes.

Cada membro do NPES contribuiu com as suas experiências, conhecimentos e perspetivas únicas, enriquecendo assim o processo de ensino e aprendizagem de todos nós.

Podemos constatar ainda que ambos estávamos familiarizados com diversas áreas do treino, eu com a minha experiência de atleta federado de natação e atualmente treinador da modalidade no Sporting Clube de Braga e o Gonçalo com a atual referência como atleta federado de futebol da Ucha na área do futebol. Partilhamos também a paixão do ensino dando os dois AECS (atividades extra curriculares) pela mesma empresa e um pouco de experiência em lidar com crianças e jovens, o que nos uniu ainda mais e ajudou a adaptar ao contexto de ensino no secundário.

Desde o dia um de setembro, o nosso OC, o professor José Cruz, demonstrou um compromisso notável em apoiar-nos em todas as etapas da PES. Esteve sempre presente, disponível e disposto a fornecer orientações, esclarecer-nos dúvidas e oferecer-nos feedback construtivo. A sua experiência e o seu conhecimento foram um recurso

inestimável, ajudando-nos a ultrapassar todos os desafios e dificuldades que encontramos ao longo deste caminho. Além disto, o professor Cruz encorajou-nos a explorar novas abordagens pedagógicas, a experimentar estratégias inovadoras e a desenvolvermos a nossa própria identidade como futuros professores. A sua abertura e receptividade criaram um ambiente de confiança e permitiram que nos sentíssemos à vontade para expressar as nossas opiniões. Todas as semanas, à segunda-feira de manhã das 08h15 às 10h15, reuníamos-nos para uma análise dos planos de aula e atividades que iríamos colocar em prática nessa mesma semana e para uma reflexão em NPES das nossas experiências, eram duas horas produtivas e enriquecedoras que nos ajudaram imenso na construção do nosso 1º ano de percurso escolar como professores.

O Doutor Rui Marcelino, penso que foi uma figura notável que nos ajudou sempre que solicitado e que compreendia as nossas preocupações e frustrações, este com as suas reflexões e críticas construtivas obrigou-nos sempre a pensar em soluções para os nossos problemas bem como feedbacks construtivos sobre o que deveríamos e poderíamos fazer permitindo-nos ter uma visão abrangente da PES, incentivou-nos a questionarmos sobre as nossas práticas, a refletir sobre as experiências vivenciadas e a analisar construtivamente o impacto das nossas ações como futuros professores.

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

4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1 Conceção de ensino

O planeamento é uma atividade humana fundamental pela possibilidade que oferece de nos guiar e de enfrentar sistemas imprevisíveis, como é o caso do ensino. Como tal, o professor, é responsável tanto pelo planeamento como a organização do processo de ensino, tendo como finalidade a evolução dos seus alunos. Para que isto aconteça é necessário fornecer as melhores condições para que os alunos estejam motivados e preparados para atingir os objetivos (Januário et al, 2015).

Neste sentido, a forma como intervimos foi muito baseado no que acreditamos ser o mais adequado para os nossos alunos, considerando o nosso conhecimento destes últimos anos. As nossas vivências marcaram-nos de tal forma que foi possível criarmos uma ideia do que pretendemos ou não ser, dos caminhos a percorrer, conciliando as convicções com possíveis expectativas na tentativa de evoluirmos no desenvolvimento da nossa atividade.

Recordando a nossa prática todo este processo de planeamento e conceção foi realizado através de uma reunião no início do ano letivo com o departamento de educação física onde estavam presentes todos os professores de educação física da escola bem como o nosso OC. Nesta reunião definimos o planeamento anual onde foram implementadas as modalidades a serem abordadas em cada período bem como os critérios de avaliação e outra documentação a ser preenchida como gestão do espaço e horários no pavilhão, salas no espaço interior ou campos do espaço exterior, assim como uma breve revisão do material disponível para nós estagiários conhecermos o material com que podemos trabalhar e onde o mesmo se encontra.

Nesta reunião deu para conhecer um pouco sobre o nosso OC e toda a estrutura do núcleo de educação física que me surpreendeu bastante tanto pela disponibilidade em nos ajudar em tudo que precisamos logo de início como pela rapidez em nos integrar de imediato. Tive aí então o primeiro momento onde me “senti professor”.

4.1.1.1 Modelos de Ensino

No entender de Mesquita (2011), a formação de professores pressupõe um desenvolvimento contínuo, que ocorre durante a sua carreira profissional e que envolve, não só a obtenção e desenvolvimento de competências, como também a procura da inovação e de uma dinâmica profissional, de carácter individual e coletiva, contribuindo para o desenvolvimento da sua identidade profissional e pessoal. No entanto ao longo deste ano letivo penso que o modelo de instrução direta foi o que mais prevaleceu na maioria das modalidades, especialmente numa fase inicial de introdução da modalidade aos alunos, assim como no processo de os conhecer, quer seja a nível de avaliação diagnóstica na parte física ou social, observando os seus comportamentos, os seus traços de personalidade, interesses e níveis de entusiasmo durante a aula, quer como, dar conhecer os meus métodos de ensino e estabelecer limites entre professor e aluno.

O MID, um modelo autocrático, prescritivo e unidirecional, é claramente focado no professor como o centro do processo de ensino. O professor é o responsável por todos os aspetos do processo e foca-se sobretudo no modo como o professor estrutura o ensino, privilegiando estratégias instrucionais de carácter incisivo, em que a monitorização e o controlo estreito das atividades dos alunos são a nota predominante (Mesquita & Graça, 2011). Por outro lado e de uma perspetiva mais negativa, a meu entender, os alunos têm

um papel passivo e de reduzida ou até nenhuma autonomia, e com pouca atribuição de significado às tarefas realizadas na aula.

Não creio que o MID tenha sido um mau começo, muito pelo contrário, acredito que trouxe mais facilidade no controlo das variáveis da aula para quem começa o seu percurso de docente ou tem o seu primeiro contacto com as turmas e na minha modesta opinião é o modelo a adotar, numa fase inicial do ano letivo.

Como o estágio é uma fase de aprendizagem, tentativa, repetição e erro tanto eu como o meu colega resolvemos utilizar os modelos de ensino de acordo com as modalidades que iríamos lecionar, e estando já mais confortáveis após as duas primeiras modalidades, conhecendo um pouco mais as turmas e pondo de lado alguns dos nossos medos e receios decidimos adotar o MED na modalidade de ginástica de solo.

Neste modelo o centro do processo de ensino passa, progressivamente, do professor para o aluno, atribuindo assim um maior sentido de responsabilidade e autonomia na organização e gestão das tarefas da aula, este comporta a inclusão de três eixos fundamentais que se revêm nos objetivos da reforma educativa da Educação Física atual: o da competência desportiva, o da literacia desportiva e o do entusiasmo pelo desporto, sendo o seu propósito formar a pessoa desportivamente competente, desportivamente culta e desportivamente entusiasta. Procura responder às necessidades de aprendizagem e crítica, procurando proporcionar um ambiente desportivo pleno, através da criação de um contexto desportivo significativo para os alunos, como eventos/épocas desportivas (Mesquita & Graça, 2011, p. 59).

Este modelo é baseado nos valores do desporto e pretende transferir para as aulas de Educação Física o ambiente promovido pelas características do desporto federado. Siedentop (1994) refere seis características a ter em conta: a afiliação, a festividade, o evento culminante, os registos estatísticos, as épocas desportivas e o quadro competitivo. Os alunos, com a aplicação deste modelo, vão assim, gradualmente assumindo maiores responsabilidades pelas aprendizagens, desenvolvendo competências ao nível pessoal e social, como a autonomia, a cooperação, a responsabilidade e a inclusão (Mesquita, 2012).

Após adotarmos este modelo, ambos sentimos imediatamente algumas dificuldades em trabalhar no mesmo, mais tarde chegamos a conclusão que é um bom modelo a ser utilizado em modalidades de desportos coletivos como o voleibol, basquetebol ou até mesmo o badminton onde a organização de torneios e o sentimento de capitães a unir uma equipa com um desfecho final é mais atrativo que nos desportos

individuais. Concluo que a utilização deste modelo na modalidade de ginástica não foi a melhor porque os alunos estando ainda no décimo ano não tinham maturidade para assumir um papel de liderança ou de compromisso e espírito competitivo com tarefas nas quais nunca ouviram falar ou teriam medo de executar, até mesmo os alunos com menos dificuldades não conseguiam transmitir ao colegas com maior dificuldade o feedback dado pelo professor. Penso que nesta modalidade, neste ano de escolaridade o professor tem de ter um papel mais ativo na aula participando mais nas ajudas entre exercícios de ginástica e uma intervenção mais direta na transmissão de feedbacks ao longo da aula para todos os alunos e de uma forma geral dar menos autonomia aos mesmos, pela minha experiência, estes no décimo ano não tinham maturidade para abordar a ginástica através do MED pelo simples motivo de ser uma modalidade que não apreciam tanto, sendo corrigidos várias vezes por levarem certos exercícios mais para a brincadeira devido a liberdade que este modelo proporciona.

No entanto, como disse anteriormente, adotamos este modelo em modalidades como o voleibol e resultou às mil maravilhas, usufruindo das vantagens que este proporciona como a competitividade, o evento final culminante, a cooperação e autonomia dos alunos em trabalhar para alcançar um objetivo comum.

No entanto, quando a dinâmica de jogo está muito elevada devido ao excelente desempenho de determinados alunos no desenvolvimento técnico e tático, é mais notória a dificuldade de outros.

Fazendo uma reflexão, depois de aplicado este modelo, acredito que seja fundamental a criação de diferentes patamares de dificuldade e condicionar algumas variantes para estimular todos os níveis presentes, dentro de cada turma.

A adoção destes diferentes modelos de ensino visa facilitar a compreensão dos alunos em consonância com as situações propostas.

4.1.2 Planeamento

O planeamento é um instrumento direcional de todo o processo educacional, porque estabelece e delimita as grandes necessidades, indica as prioridades básicas, ordena e determina todos os recursos e meios essenciais para a obtenção de grandes finalidades, metas e objetivos da educação (Menegolla & Sant'Anna, 2001).

De acordo com Quina (2009) existem vários tipos de planeamento, como o plano anual, o planeamento do período, e o planeamento da unidade didática. Por sua vez, Bento

(2003) aponta que na preparação de todo o processo de ensino há a necessidade de subsistirem diferentes momentos e tipos de planeamento (Plano anual; Planos Periódicos de Unidade Temática ou Didática; Projeto da aula).

Na ESVV o núcleo de educação física delineou e elaborou os documentos fundamentais e relevantes para orientar a ação do professor nas suas aulas. No decorrer do ano e consoante determinada modalidade foram desenvolvidas unidades didáticas adaptadas que incluíram alterações e ajustes que achamos necessários no processo de ensino.

Planeamento anual

O planeamento anual, revelou-se importante para gerir e contextualizar todo o ano de trabalho, assim como a elaboração das respetivas planificações de período, das UD e das próprias aulas.

O planeamento anual, na área do ensino é uma parte essencial do processo educacional. Ele envolve a preparação e organização das atividades, conteúdos, metodologias e avaliações que serão realizadas ao longo do ano letivo, este planeamento de todos os planeamentos existentes foi o mais generalizado relacionando os conteúdos do programa com o contexto das turmas e escola.

O plano anual da ESVV, foi elaborado tendo em conta o calendário escolar e a divisão dos três períodos com o número de aulas e modalidades a serem lecionadas nos diferentes níveis de ensino. Nas nossas turmas de décimo ano os horários consistiam em duas aulas de 90 minutos por semana por cada turma do secundário obtendo assim um total de oito a dez aulas por modalidade, nisto também foi elaborado o roulement que continha toda a organização do departamento de Educação Física referente aos espaços disponíveis por mês e a modalidade a ser lecionada.

Planeamento por período

Quina (2009) considera essencial que o planeamento por período seja definido, retificado e adaptado considerando o período anterior e os respetivos resultados obtidos. Neste planeamento deve ser estruturado o número de aulas por unidade, a respetiva calendarização e ainda a atualização de alguns dos objetivos ou conteúdos. Os professores podem se concentrar em objetivos de aprendizagem mais delimitados, monitorar o progresso dos alunos e realizar ajustes mais facilmente.

O núcleo da ESVV definiu assim as modalidades a abordar por período da seguinte maneira: ficou estabelecido que o 10º ano não tem direito de escolha no que toca às modalidades coletivas ou individuais ficando assim presente que iriam abordar o basquetebol e voleibol nas modalidades coletivas e a dança, badminton, FIT-escola, atletismo e ginástica nos desportos individuais.

Na minha opinião, foi bastante importante o núcleo de estágio pensar no planeamento e posteriormente estar presente na reunião de departamento, ainda que não tivéssemos “voto na matéria”, ficamos a saber o procedimento da reunião e o que acontece nas mesmas.

Esta forma de planeamento, surge através das aprendizagens essenciais planeadas para cada ano letivo a nível nacional através do quadro 2 da composição curricular do PNEF. Penso que a escolha da escola sobre estas determinadas modalidades é uma escolha acertada e planeada no sentido de obter o máximo potencial do aluno de acordo com as condições de espaço ou material que a escola possa oferecer. Em relação às modalidades introduzidas no 10º 11º e 12º ano e tendo em conta os horários e ocupação de espaço dos professores penso que a escola segue uma estrutura viável e de agrado a todos os professores o que mantém uma motivação e um clima de ensino bastante bom no local de trabalho imperando a entreajuda e transmissão de conhecimentos entre cada um. O facto de os alunos do 10º ano não poderem ter um leque de modalidades à escolha como os alunos do 11º e 12º deve-se ao facto de estes ainda não estarem preparados para assumir tal responsabilidade ou seja, entende-se que no início do secundário estes ainda não tem maturidade suficiente para tais decisões, ao qual eu concordo totalmente apesar da minha experiência como professor ainda estar no início.

Planeamento da Unidade Didáctica

No planeamento das UD os conteúdos foram distribuídos do mais simples para o complexo, onde constaram etapas de ensino e aprendizagem de modo a constituir as unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico para os professores e para os alunos (Bento, 2003).

As UD foram sendo construídas após a primeira aula de cada modalidade, como forma de perceber o nível de prestação inicial da turma, para posteriormente conseguir planejar, potencializando as características da turma e colmatando as limitações da mesma,

numa perspetiva de evolução contínua. Consideramos importante conhecer o contexto para adaptar o ensino às suas particularidades.

Em relação ao planeamento das Unidades Didáticas, penso que seguimos o modelo tradicional do que aprendemos no Mestrado em Ensino, apesar de notar que ainda me faltam certas competências para a realização deste documento, a parte mais difícil para mim foi levar o planeamento à risca, atendendo á turma e ás suas dificuldades nem sempre consegui cumprir o que estava estipulado para os dias específicos , ou porque achei que os alunos deveriam passar mais tempo a treinar determinada técnica ou até mesmo por ficarem demasiado tempo num exercício onde não estavam a obter a aprendizagem essencial. Ao elaborarmos o planeamento da UD também pensamos na grelha de Vickers, a nosso ver, é uma grelha que é mais fácil de elaborar e planear, no entanto, achamos também que seria um planeamento mais confuso do ponto de vista de quem vê a UD por fora.

Plano de Aula

O plano de aula é um instrumento essencial, que deve ir de encontro a todos os documentos e planeamentos anteriormente concretizados, mas é importante referir que o plano de aula, apesar de ser o ponto de ligação do pensamento e da ação do professor, é um documento de carácter aberto, ou seja, suscetível a alterações (Bento, 2003, p.101).

O plano de aula foi criado em conjunto com o meu colega de estágio e no cabeçalho e na parte superior do documento foram inseridos os logótipos das duas instituições de ensino, UMAIA e ESVV, juntamente com a referência ao documento em questão constava o número da aula, o número de alunos, a duração da aula, o local, a data, o material, a função didática e os objetivos gerais da aula. No corpo do plano de aula consta a parte da aula (inicial, fundamental e final), o tempo, os objetivos específicos, a organização, estratégia metodológica e os conteúdos.

Na minha opinião, o plano de aula sofreu algumas mudanças ao que estamos habituados nas Unidades Didáticas do Mestrado em Ensino. Isto porque, tentamos ao máximo ser práticos na explicação dos exercícios e critérios de êxito tentando assim ocupar apenas uma página de plano de aula para ser um documento de consulta prática e acessível.

Na verdade, o facto de ter de preparar o plano de aula desta forma obriga, de certa maneira, a rever a matéria a abordar, a pensar pormenorizadamente na gestão da aula, tanto nos exercícios como gestão temporal dos mesmos. Isso prepara-nos imenso para a

aula, mas tem os seus contras, já que preparar um plano de aula deste género perde-se imenso tempo na sua construção e deixa de ser prático para quem o utiliza diariamente, mas acredito que com a experiência vem a sabedoria e a facilidade em usufruir do mesmo.

Nos planos de aula já devemos ter em mente a organização dos exercícios e a disposição dos alunos nos mesmos para que haja menos tempos mortos durante a aula.

Após a conclusão das aulas lecionadas, juntamente com o OC, fazíamos uma breve reflexão sobre o plano, os pontos positivos, negativos, o que fizemos e o que ficou por fazer, o porquê e o como melhorar numa próxima. A reflexão sobre a prática é essencial para antecipar problemas futuros e encontrar soluções adequadas de forma mais fácil.

4.1.3. Realização

4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

O início deste percurso, começou em setembro, e embora com alguns receios e anseios a motivação para ser um ano letivo de sucesso não faltava. Desde o início desta jornada que tínhamos objetivos claros, partilhávamos o desejo de mostrar aos alunos o quanto essencial é o desporto bem como partilhar a nossa paixão por todo este meio envolvente.

O facto de tanto eu como o Gonçalo sermos já professores de AECS, permitia-nos sentir um pouco mais a vontade no papel de professores, claramente com muito ainda para aprender, e experiência a ganhar, mas trazia-nos a meu ver uma certa bagagem para os tempos que se avizinhavam. Podemos definir realização, como sendo um momento de transição entre a teoria e a prática, não mais nos concentraríamos só na teoria, nos princípios e valores da mesma, como agora a teríamos de a pôr em prática, experienciar por nós mesmos, todo o conhecimento adquirido até então e falhar ou sermos sucedidos utilizando os mesmos.

Para tal precisamos de ser capazes de transmitir aos alunos esses valores, isso envolveu ministrar instruções claras e objetivas sobre os conteúdos a serem abordados, gerir e organizar as aulas, criar um clima positivo e manter a disciplina em momento de aula.

A comunicação desempenhou um papel fundamental na instrução e interação com os alunos, foi necessário fornecer instruções claras, simples, objetivas e concisas, utilizando uma linguagem de fácil acesso e compreensão, dependendo sempre do ciclo de ensino a quem estaríamos a lecionar. Ao longo das aulas fomos reparando que era totalmente diferente explicar um certo exercício a um aluno do oitavo ano comparando com o mesmo exercício a ser explicado a um do décimo ano, assim como foi diferente explicar ao décimo ano, comparando-o ao décimo segundo, isto parte da maturidade de cada aluno, da sustentabilidade para ouvir as instruções e da percepção de cada um, no entanto as informações que tentávamos dar em cada instrução, foram sempre com o intuito de serem breves e precisas, para não expor os alunos a sobrecarga informativa, mantendo assim a atenção e motivação dos mesmos, para a realização dos exercícios. Ainda na instrução, muitas das vezes foi necessário recorrer a demonstração, mostrando a habilidade ou a ação motora que era pretendida, fosse esta coletiva ou individual, ou demonstrando através de um aluno que se sentia á vontade na determinada ação. Quando a comunicação entre o professor e o aluno fluiu de maneira adequada e direcionada rapidamente se vê que o feedback, seja ele positivo ou negativo torna-se numa ferramenta valiosa para aprimorar o processo de ensino e aprendizagem.

Em relação ao planeamento e organização das aulas, este era concebido mediante as habilidades motoras dos alunos, como dito anteriormente no decorrer deste relatório, no início de cada unidade didática, a primeira aula da modalidade servia de avaliação diagnóstica, nesta aula conseguíamos perceber um pouco o nível em que a turma estava inserida, o que conheciam e faziam da modalidade como os aspetos em que teríamos de trabalhar com mais afinco e dar uma atenção redobrada. Estas aulas, na minha modesta opinião, eram das mais importantes, senão as mais importantes durante o ano letivo, através da mesma conseguíamos então estruturar os planos de aula adaptando às competências da turma.

Para além de organizarmos e planearmos as nossas ações, penso que a adaptação a situações na qual não correm como esperado, faz grande parte do que distingue um bom professor de um excelente professor, aprendi que nem sempre o plano de aula vai correr como queremos, mas temos de aproveitar ao máximo o que conseguirmos do mesmo e sermos criativos e desenrascados ao ponto de surgirem situações em que vamos ter de nos adaptar.

Por falar em criatividade, penso que esta não pode faltar no sentido de manter a disciplina e motivação dos alunos em alta, com alunos motivados não existe exercícios

falhados, o professor de educação física tem a obrigatoriedade de ser criativo e inovar as aulas culminando numa aula dinâmica de cooperação e interação entre todos.

Para que a aula tivesse uma boa fluidez, era necessária uma preparação adequada, esta preparação consistia em chegarmos á escola cerca de vinte minutos mais cedo, antes de cada aula começar, seguida da organização do espaço e da disponibilidade do material necessário, bem como a prévia organização dos grupos de trabalho, quando estes eram pretendidos. Com esta rotina possibilitamos uma melhor utilização dos recursos e gestão do tempo de aula, bem como aumentamos a quantidade de atividades motoras realizadas, reduzindo os tempos de transição entre exercícios. A receita estava feita, e com estes ingredientes permitimos assim a realização integral do planeamento estabelecido.

Na tabela em baixo podemos ainda analisar o nosso horário como estudantes estagiários, cumprindo as horas semanais estabelecidas no início do ano.




Escola Secundária de Vila Verde

Horário do Núcleo de Estágio					
2022/23					
Jose Gomes da Cruz Diogo Nelas Gonçalo Costa					
Horas	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
08:20 - 09:05	Orientador da prática pedagógica		11º L		
09:05 - 09:50					
10:05 - 10:50	12º A		Direção de instalações		
10:50 - 11:35					
11:45 - 12:30	Direção de Turma / 12º - A		12º A		
12:30 - 13:15	Direção de Turma / 12º - A - Atendimento				
13:30 - 14:15		ClubeRadio		CNL DT	
14:15 - 15:00					
15:10 - 15:55	11º L	10º F		10º H	Desporto Escolar
15:55 - 16:40					
16:55 - 17:40		10º E		10º E	
17:40 - 18:25					

Texto com realce - Horário realizado pelos estagiários

10º F – Gonçalo Costa (Turma Principal ou Turma Residente)

10º E – Diogo Nelas (Turma Principal ou Turma Residente)

Desporto Escolar – Participação em grupos-equipas não pertencentes ao orientador.

4.1.4 Avaliação

De acordo com (Boggino, 2009) “A avaliação pode ser considerada como uma estratégia de ensino que permite reconhecer as teorias infantis e as hipóteses formuladas pelos alunos, os erros construtivos que cometem na resolução das tarefas e, em geral, os saberes previamente aprendidos. Tudo isto facilita as intervenções pedagógicas do docente, dado que possibilita o ajustar de estratégias didáticas às possibilidades de aprendizagem dos alunos e à complexidade do objeto de conhecimento”.

A avaliação, é um processo fundamental que envolve a coleta, análise e interpretação de informações sobre o aprendizado dos alunos, o desempenho dos professores e a eficácia do currículo e métodos educacionais. Ela visa fornecer insights sobre o progresso dos alunos, identificar áreas de melhoria no ensino e ajustar as abordagens pedagógicas para garantir a qualidade da educação.

Existem assim, diferentes momentos de avaliação, que se podem agrupar em três categorias: avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa, tendo também uma reflexão por parte dos alunos, a autoavaliação.

A importância da avaliação na Educação Física, consiste no facto dela permitir acompanhar o desenvolvimento das capacidades motoras dos alunos, dessa forma através da análise e observação dos movimentos podemos identificar as áreas que necessitam de melhoria e as metodologias eficazes e ineficazes, bem como a constante de inovação na permissão do sucesso contribuindo para o aperfeiçoamento das habilidades motoras e sociais permitindo aos alunos atingirem o seu máximo potencial.

Em relação ao desenvolvimento das competências socio emocionais, no decorrer das aulas os alunos tiveram a oportunidade de focar e trabalhar em habilidades como o trabalho de equipa, o respeito, o fair play e a liderança, estando estas diretamente ligadas à avaliação pois podemos reconhecer e valorizar essas mesmas competências atribuindo parte da sua avaliação a esses parâmetros incentivando e preparando os alunos a serem cidadãos responsáveis na vida quotidiana.

Durante o período escolar, ocorreram várias avaliações nas quais desempenhamos um papel ativo em conjunto com o orientador cooperante. Nessas avaliações, tanto eu como o Gonçalo cada um responsável pela sua turma, juntamente com o OC, avaliávamos separadamente, o desempenho dos alunos na respetiva modalidade em análise. Esta abordagem conjunta, permitiu que partilhássemos conhecimentos e experiências, enriquecendo assim a compreensão dos resultados.

Os parâmetros avaliados estavam divididos na atividade física (oitenta por cento) aptidão física (dez por cento) e conhecimentos (dez por cento). Na atividade física correspondia todas as técnicas e correta execução dos movimentos em análise e nos conhecimentos entravam as regras das modalidades, comportamentos de sala de aula e assiduidade dos alunos.

Sem um trabalho de reflexão suficientemente aprofundando não é possível a avaliação dos alunos e da atividade pedagógica do professor. E sem controlo permanente da qualidade do ensino nenhum professor consegue garantir a eficácia e a melhoria da sua prática pessoal (Bento, 2003, p.175).

Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica é realizada no início do processo de ensino para entender o conhecimento prévio dos alunos, suas habilidades e necessidades individuais. Ela ajuda os educadores a planejar estratégias adequadas para atender às demandas variadas da turma.

A avaliação diagnóstica, serviu de ponto de entrada para o planeamento da UD de cada modalidade. O objetivo desta avaliação era compreender qual o nível da turma ou de determinado aluno na modalidade praticada, com o intuito de planejar as próximas aulas com base nas dificuldades e competências observadas.

Esta avaliação diagnóstica, ocorreu sempre na primeira aula de cada modalidade desportiva, e fazíamos questão de dizer aos alunos que não estavam a ser avaliados, apenas queríamos compreender o nível de cada um e da turma para ter uma referência e saber com o que podíamos trabalhar. Esta é uma avaliação fundamental para o professor, pois este tem de ter uma “base” para poder iniciar o processo de ensino e aprendizagem e desta forma potenciá-lo.

Avaliação Formativa

A avaliação formativa, ocorre ao longo do processo de aprendizado e ensino. O seu principal objetivo é fornecer feedback contínuo aos alunos e professores para orientar e melhorar o progresso educacional. Isso envolve a monitorização regular do desempenho dos alunos por meio de observações, questionários, exercícios práticos e interações em sala de aula. A avaliação formativa permite que os professores façam ajustes no ensino conforme necessário para garantir que os objetivos do aprendizado sejam alcançados.

Ao contrário da avaliação sumativa, que é realizada no final do período ou unidade de ensino para atribuir uma nota ou classificação, a avaliação formativa é contínua e ocorre ao longo do processo de aprendizagem.

Com isto, o professor pode assim observar e registrar o desempenho dos alunos transmitindo o feedback necessário sobre diferentes aspetos tais como a técnica, a postura, a execução de movimentos, a compreensão do jogo e das regras, entre outros.

Os alunos ao receberem constante feedback regular e construtivo, seja ele positivo ou negativo são automaticamente incentivados a melhorarem a sua performance, aumentando a motivação para o seu progresso pessoal e desenvolvimento físico. Nesta avaliação o professor tem um papel super ativo, sendo uma presença indispensável no espaço de aula ajudando os alunos que mais necessitavam e incentivando os mais bem sucedidos a ajudar os mais necessitados também, com a educação física e o desporto é notória a capacidade de integração e valores emocionais de carácter pessoal preparando os alunos não só para a atividade física, como para outras disciplinas ou até mesmo como pessoas, fora do ensino escolar.

Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa, é realizada no final de um período específico, como um semestre ou um ano letivo. O seu foco principal é fornecer uma visão geral do que os alunos aprenderam durante esse período. Isso pode envolver exames finais, projetos finais, trabalhos escritos e outras formas de avaliação que determinam a medida em que os alunos atingiram os objetivos de aprendizagem definidos.

Nesta avaliação, é importante realçar o facto de que os alunos encaram a mesma como um teste, onde têm obrigatoriamente de tirar boa nota, observando-se assim um certo nervosismo na execução desta avaliação, nem todos os alunos reagem da mesma maneira, no entanto o que notei ao longo destas aulas é que o clima mudava, era um clima de maior tensão, com os alunos focados mas também nervosos e ansiosos pela mesma. Como professor ao deparar-me com este comportamento, tentei sempre tranquiliza-los da melhor forma, no início destas aulas eu lembrava aos alunos que eles são constantemente avaliados ao longo da modalidade e que eu já tenho uma percepção das suas capacidades com uma nota em mente, que o dia da avaliação é mais para eu atribuir uma nota do que fizemos ao longo do período do que só para avaliar o preciso momento,

desta forma os alunos ficavam mais tranquilizados e menos agitados para a avaliação da modalidade.

Esta avaliação era realizada por mim e pelo OC separadamente, avaliávamos os critérios para cada modalidade, sejam eles técnicos, como a correta execução de certos movimentos, ou táticos, como compreensão do jogo e das regras de jogo, e no final tirávamos as nossas conclusões em conjunto. Olhando para trás penso que fui crescendo e melhorando no que toca às avaliações até porque do primeiro período ao terceiro período as avaliações iam ficando cada vez mais de encontro com as avaliações do meu orientador. É muito, como se costuma dizer, da experiência vem a prática e da prática sabedoria, penso que a maneira de avaliar foi sempre melhorando e aprimorando, finalizando assim o período com as avaliações em sintonia com o OC.

Realçar também, que o nosso orientador nos deu total liberdade para atribuírmos as notas aos alunos como achássemos que deveria ser, e em momento algum nos disse que as notas estavam mal atribuídas, ou que deveriam ser corrigidas, sempre nos ajudou e acompanhou neste processo aconselhando o que deveríamos ter em conta, pois ao fim e ao cabo, as turmas neste ano tiveram contacto connosco maioritariamente, e nós é que éramos os respetivos professores.

Autoavaliação

A autoavaliação, surge como uma prática onde os alunos refletem sobre a sua aprendizagem, desempenho e progresso, podendo assim ser o próprio avaliador de si mesmos, contribuindo para habilidades de autorreflexão, consciência e autogestão.

Na ESVV a auto-avaliação era feita online, cada turma tem o seu email de turma, onde o delegado de turma é escolhido por votação no início do ano e é encarregue do mesmo, este tem de ter a responsabilidade de reencaminhar as autoavaliações para os alunos as preencherem, e envia-las de volta ao professor de cada disciplina. A autoavaliação consiste num folha pré-definida pela ESVV, onde os alunos tinham de classificar de 0 a 20, no ensino secundário, e de 0 a 5 no ensino básico, o seu desempenho de forma justificada e descritiva do porquê dessa autoavaliação, esta folha digital era composta por vários parâmetros e critérios, onde os alunos assinalavam com um X nas aprendizagens que conseguiram realizar com bastante facilidade, com facilidade, com alguma facilidade, com dificuldade ou com muita dificuldade, focando não só na prática,

como no envolvimento na aula, contendo também aspetos ligados ao comportamento e participação.

A meu ver, atualmente na era digital em que vivemos, penso que é um método inovador no que toca a distribuição das auto-avaliações, os alunos mesmo que se esqueçam no dia podem sempre aceder a mesma através do telemóvel por exemplo e eu pessoalmente nunca tinha visto noutra escola este nível de organização, até mesmo atribuindo um certo poder ao delegado de turma, criando responsabilidade e intervenção direta no método.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

Desde o primeiro dia que nos sentimos em casa, no que toca à maneira como fomos recebidos na escola secundária de Vila Verde, começamos por conhecer o nosso orientador, que rapidamente nos apresentou todas as instalações, desde blocos das salas de aula à cantina da escola, e espaços desportivos mostrando-nos e dando-nos a conhecer a todos os funcionários da escola e professores que apareciam ao longo do caminho. O nosso primeiro contato foi com o núcleo de educação física, constituído por 16 professores, onde tivemos uma reunião de início de ano letivo observando todas as atividades que iriam ser realizadas ao longo do ano através do PAA (Plano Anual de Atividades) e as modalidades a serem lecionadas em cada ano de escolaridade, do ensino básico e do ensino secundário. Após a primeira semana já me sentia como um professor, o carinho e a aceitação de todos os professores e funcionários da escola foi inacreditável, o pessoal administrativo da secretaria até nos criou um cartão de professor, oferecendo acesso ao bar da escola com preços mais baratos e acessíveis fazendo-nos sentir realmente no papel de professor e não professores estagiários. Em relação ao PAA penso que foi um instrumento bastante importante pois através do mesmo conseguimos fortalecer a relação entre a escola, os alunos e a comunidade, promovendo a integração e valorização dos espaços desportivos, proporcionando aos alunos novas oportunidades para a vivência da prática desportiva culminando assim a sociabilização com o trabalho de equipa e espírito desportivo.

5.1 Atividades realizadas

Assim ao longo deste percurso realizamos e fomos intervenientes em diversas atividades e planos escolares, em destaque para uma atividade realizada em cinco dias

que nos permitiu fazer o caminho primitivo dos caminhos de Santiago de Compostela. Esta atividade decorreu entre os dias 29 de março e 2 de Abril consistindo na realização de 120 quilómetros a pé destinando-se apenas a professores e estudantes finalistas da escola secundária de Vila Verde ou seja o equivalente ao décimo segundo ano do ensino secundário.

Esta atividade leva de mim uma especial atenção, não só por ser uma atividade fora do comum como também foi um momento marcante no meu percurso como professor estagiário, não só retirei suor, sacrifício, lágrimas e cansaço dos pés nesta viagem, para não falar na criação de bolhas, como também deu para conhecer bastante dos docentes que nos acompanharam, professores de outras áreas que não a educação física que nos fizeram sentir realmente integrados no corpo docente e nos deram a perspetiva deles noutras áreas do ensino, sejam elas a matemática, o português, moral ou ciências, percebemos também as suas preocupações na área como também alguns problemas que nós, futuros professores, possamos vir a enfrentar. Deu também para estabelecermos ligações mais próximas com os alunos do décimo segundo ano, inclusive turmas que nunca tivemos contacto na qual mostraram interesse no nosso curso e na nossa presença fazendo perguntas sobre a universidade e o percurso académico.

Esta atividade penso que foi muito interessante e cria uma espécie de ligação indireta e direta com o estágio curricular, ao longo do nosso percurso a reflexão é parte do nosso dia a dia, quer seja em planos de aula, avaliações ou metodologias de ensino e durante esta viagem espanhola a reflexão tomou conta de mim, não de uma maneira exaustiva ou de preocupação e medo, mas sim numa viagem que nos faz refletir sobre nós mesmos, as nossas capacidades e o que queremos para nós, até pelas horas que passamos a caminhar lado a lado com nós mesmos, o autêntico caminho é o que cada um vai fazendo por dentro, na sua viagem interior, um encontro contigo mesmo que pode mudar o rumo da tua vida.

Não só participamos como também fomos nós os protagonistas de certas atividades. No mês de novembro criamos a nossa própria atividade na escola que consistia no Fit escola só que com papéis inversos, em vez de ser organizada para os alunos, esta era direcionada apenas para os professores e para os encarregados de educação. Este evento decorreu no dia 11 de novembro e parte da motivação de nos darmos a conhecer à escola e aos pais, de nos envolvermos com os professores da escola em diversas áreas e pelo convívio que esta proporciona. O Fit escola consistia nos famosos e clássicos testes

do mesmo, avaliando a aptidão física dos intervenientes em provas como o vaivém, abdominais e flexões e elasticidade dos ombros. Notar que os parâmetros de avaliação só estão até aos 18 anos de idade, sendo difícil atribuir uma nota para um trajeto saudável ou não saudável visto que os nossos participantes eram indivíduos acima dos 30, sendo preciso um estudo mais aprofundado do que é uma zona saudável ou não nos testes do fit escola acima dos 18 anos de idade. Passamos por todas as fases do papel de um host de um evento, desde a criação de cartazes a incentivar e divulgar a participação colados nas paredes e nos corredores da escola bem como na sala dos professores com a devida autorização do diretor como também pela nossa divulgação individual a todas as turmas do décimo ao décimo segundo ano na qual fomos presencialmente a cada uma entregar a ficha de inscrição para termos ideia de quantos participantes estariam envolvidos dando uma breve descrição do que seria a atividade. No dia 11 de novembro esta atividade decorreu no pavilhão da escola e contou com 20 participantes, 8 professores e 12 encarregados de educação. Após a realização deste evento penso que a atividade poderia ter tido mais participantes no entanto também poderíamos ter feito algumas coisas de forma diferente, penso que o motivo de não termos os participantes expectados não foi por falta de divulgação ou interesse na atividade em si, mas pelo horário e pelo dia a meio da semana onde decorreu, visto que o nosso alvo eram professores e encarregados de educação poderíamos ter realizado a prova numa sexta-feira no pavilhão da escola fora do horário laboral para os interessados, tanto é que em algumas reuniões escolares com encarregados de educação nos disseram que acharam uma ótima ideia e que gostariam de ter participado no entanto o horário não os favorecia tendo que trabalhar em determinadas horas não estando disponíveis. Ainda assim foi uma experiência enriquecedora que nos proporcionou bons momentos e convívio e nos meteu no papel de organizadores para eventos futuros.

Podemos falar também do nosso seminário que consistiu numa palestra de 90 minutos sobre a educação sexual, nomeadamente métodos contraceptivos e doenças sexualmente transmissíveis. Nesta atividade tivemos a colaboração de uma estudante estagiária da Universidade do Minho que estava a estagiar na escola na área da Biologia que nos ajudou e apoiou na realização do mesmo, sendo ela mais conhecedora do tema obtendo assim uma espécie de colaboração entre universidades nomeadamente em estudantes estagiários, o que achei bastante interessante e engraçado nesta união foi o facto de trabalharmos para o mesmo com benefícios mútuos e mais a frente no tópico a

seguir aprofundo a minha experiência. Esta atividade surge como uma espécie de juntar o útil ao agradável visto que no início do ano ficou estabelecido que cada professor tem que realizar uma aula atendendo diversos tópicos da educação sexual nas escolas através do PRESS BOOK.

Estas atividades foram as que mais me cativaram e despertaram uma especial atenção no entanto também estivemos presentes em muitas outras, desde épocas festivas na escola como o natal, páscoa e carnaval, a atividades físicas como torneios de badminton e basquetebol ou até no apoio a atividades fora da escola como o ciclo turismo, num passeio de bicicleta pelo gerês ou caminhadas ao ar livre pelo concelho de Vila Verde.

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

As atividades desportivas, culturais e de lazer, constituem meios poderosos de fomentar a sociabilização interpares (Seabra et al,2016). Todas as atividades referidas no tópico acima permitiram-me criar vínculos entre a comunidade escolar e desenvolver aptidões que em sala de aula não seriam possíveis. Acima de tudo permitiram-me crescer a nível pessoal e cimentar alguns princípios e valores envolventes da minha personalidade.

Uma das atividades na qual penso que me fez crescer bastante foi o seminário, o nosso seminário foi acerca da educação sexual, normalmente é um tópico na qual os alunos, e também certos professores, estão menos à vontade para falar, no entanto com a ajuda de duas estagiárias de biologia da universidade do Minho conseguimos meter as nossas vergonhas a parte e organizar uma palestra visando os métodos contraceptivos e os riscos que os adolescentes correm ao não levar estes assuntos a sério. Com o seminário senti-me mais homenzinho, senti que estava realmente já na fase adulta e profissional e que não havia motivos para ter vergonha de falar destes assuntos, os adolescentes têm de perceber a seriedade dos assuntos relatados, e o nosso trabalho não só como professores, mas como adultos responsáveis, foi prepara-los para a vida sexual e alertar de certos riscos e ocorrências. Foi uma palestra bastante produtiva suscitando interesse dos jovens adolescentes que colocaram bastantes perguntas e demonstravam um interesse genuíno nos tópicos abordados.

5.3 Sociabilização Profissional e Institucional

Através das reuniões com o nosso OC e o NEF da Escola Secundária de Vila Verde delineamos o planeamento anual da educação física programado para o ano letivo de 2022/2023. Neste foram incluídas as modalidades a serem lecionadas em cada período, considerando as características gerais e as aprendizagens essenciais com o contexto em específico de cada turma.

Em outras reuniões de carácter geral, tanto eu como o meu colega estagiário atendemos diversas reuniões por período, sejam elas de conselho de turma, relacionadas com as nossas turmas como das turmas do nosso OC, ou seja, turmas com aulas observadas. Nestas eram estabelecidas atas onde estava relatado tudo o que se abordava e delineava nas reuniões, desde comportamentos dos alunos, notas curriculares, incidências ou conteúdos a transmitir a encarregados de educação.

Na minha humilde e modesta opinião estas reuniões são bastante exaustivas, apesar de serem só no final de cada período ou no início do ano, as reuniões duram em média duas horas ou uma hora e trinta minutos podendo muitas vezes sair de uma reunião e estar a entrar noutra durante várias horas ao dia, estas reuniões geralmente ocorrem no horário de pausa letiva e duram em média uma semana, atendendo à quantidade de turmas do professor em questão e dos cargos que cada um tem, sendo normalmente administradas pelo diretor da turma em questão.

Ao longo do ano, também nós tivemos sempre uma reunião por semana com o nosso orientador cooperante, onde delimitávamos metas e objetivos a cumprir para essa semana, ou refletíamos e analisávamos o que fizemos para trás, tentando melhorar a cada passo refletindo e analisando os nossos erros e sucessos.

Estas reuniões foram fundamentais tanto para nos motivar a fazer mais como para partilha de conhecimentos entre nós estagiários e o nosso OC.

5.4 A Componente ético-profissional

Como futuro docente, considero que este ano de PES foi um ano extremamente rico em aprendizagens e de um crescimento profissional inabalável, não só por toda a responsabilidade e autonomia que nos foi atribuída, mas também pelo compromisso que nos envolve. Penso que todas as pessoas que envergam por esta área, têm de ter uma empatia com os outros acima da média, não acho que todos consigam ser professores, ou melhor não acho que todos estejam aptos para ser professores. Penso que o que define o nosso sucesso nesta profissão, não é só a transmissão de conteúdos programáticos, um professor a meu ver é também um exemplo a seguir, uma figura não paternal mas quase,

até porque muitos alunos passam mais tempo com certos professores do que com os pais, um professor deve também educar, ensinar e apoiar em todo o percurso destes jovens, inculcar nos jovens do amanhã o respeito, o viver em sociedade, distinguir o certo do errado relacionando-se e conhecendo os seus direitos e deveres. Outro aspeto que tive em conta ao longo da minha intervenção, foi o facto de todos termos liberdade para tomarmos as nossas próprias escolhas e decisões, termos as nossas crenças e ideias, no entanto a nossa liberdade acaba quando colocamos a liberdade do outro em questão, ouvir o próximo e reconhecer os nossos erros, foram sempre pontos que tentamos frisar.

A recompensa vem no final, quando os alunos nos admiram e nos vêem como pessoas a seguir, estes naturalmente fazem parte do progresso educacional, vindo também uma responsabilidade acrescida pela forma como lidamos com os contratemplos e nos apresentamos perante eles.

Em suma, ser professor vai muito além de só transmitirmos conhecimentos ligados ao desporto ou a partilha de conteúdos, é acerca de crescermos e fazermos crescer, de evoluirmos como pessoas e fazermos evoluir.

6. Desenvolvimento profissional

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

Os desafios, as dificuldades, as inquietações e a busca por novas aprendizagens adquirem um papel importante nesse processo, tomando as experiências formativas no campo do ensino potencializadores do desenvolvimento profissional (Longarezi Sousa, 2018).

Ao longo da PES foram surgindo dificuldades que rapidamente foram superadas com o apoio quer do nosso orientador como dos restantes professores da escola e do núcleo de educação física da ESVV, é importante realçar que para ser professor não basta lecionar aulas, mas sim envolver fatores de desenvolvimento pessoal e profissional, que vamos adquirindo com o acumular da experiência, pois tal como outros estagiários antes de mim, conseguimos aprender e evoluir através de experiências passadas, de conquistas de sucesso e erros cometidos sempre com a devida e fundamentada supervisão de professores experientes.

Desde o início do ano letivo que o professor José Cruz nos deu total liberdade de decisões e escolhas, desde a forma como davamos aulas, como instruíamos, como organizávamos, ficava tudo ao nosso critério sempre com a sua supervisão, que intervinha sempre que necessário para a nossa evolução como docentes. Penso que esta liberdade foi fundamental, pois forneceu uma abordagem mais real e pedagógica daquilo que nos reserva o futuro, como professores.

Como estagiários, penso que os traços mais característicos e a ter em conta, surge a função de saber ouvir, reparar nos bons exemplos, e aprender dia após dia, para que nos tornemos profissionais mais proeminentes, com melhor e maior capacidade de implementar o processo ensino-aprendizagem, quanto melhor formos como profissionais, melhor virão a ser os nossos alunos, quer na Educação Física, quer em termos pessoais ou outros domínios.

O desenvolvimento profissional do professor, é um desenvolvimento de conhecimentos e competências, aquisição de técnicas, estratégias de ensino e domínios dos conteúdos a ensinar (Pires, 2010).

Ao longo deste percurso, a procura por soluções e a pesquisa pelo desconhecido, também fizeram parte do meu crescimento pessoal como pessoa. No início do ano entrei neste estágio com as expectativas em alta e não fiquei desiludido, no entanto, a preparação com que entrei no início é diminuta no que toca à preparação com que saí no final, fui enfrentando problemas na qual nunca tinha lidado anteriormente, nomeadamente o excesso de carga horária no meu dia a dia, que me punha muitas vezes a questionar se deveria continuar com o estágio, eu praticava o papel de estagiário de manhã até ao fim da tarde, do fim da tarde aos inícios de noite era professor de AECS e de noite ainda era treinador de natação do Sporting Clube de Braga. Penso que o facto de ser trabalhador estudante me dificultou bastante numa fase inicial de adaptação, mas a paixão pelo ensino e o fato de querer ser professor sempre falou mais alto, sobrepondo-se às adversidades encontradas. A nível letivo e do ensino da prática penso que tive bastante sorte nas modalidades lecionadas para o décimo ano, todas elas eram modalidades na qual me encontrava a vontade, no entanto existem sempre algumas nas quais não temos tanto conforto. No meu caso em específico foi a ginástica de solo, não só pela implementação da nossa escolha do modelo de ensino em questão (MED) como falado anteriormente mas também pela dificuldade na realização de alguns exercícios como o apoio facial invertido ou a flexibilidade necessária para outros, isto prejudicava o recurso da demonstração na qual optávamos por outros meios como recorrer aos alunos nomeadamente a uma aluna

que já praticou ginástica ou até mesmo treinar um pouco antes da aula começar. Outro aspeto importante na ginástica foi o facto de termos de recordar as ajudas e os apoios a fornecer na exercitação da mesma, reparamos no único que estávamos um pouco esquecidos e procuramos sempre recordar e instruímo-nos mais. Ao nível do atletismo sentimos também um pouco de dificuldade pois só tínhamos quatro aulas para abordar a corrida de estafetas, mais quatro aulas para abordar o salto em comprimento, a corrida de estafetas correu bem e foi bem planeada de acordo com os critérios, no entanto no salto em comprimento tivemos de adaptar, pois no roulement estava estabelecido as aulas decorrerem lá fora na pista de atletismo, mas esses quatro dias foram dias de chuva e a pista e a caixa de areia estavam molhadas não permitindo assim o uso da mesma. Encontramos a solução dentro do pavilhão adaptando ao espaço e material que tínhamos ao nosso dispor. Acabamos por conseguir concretizar tudo através da adaptação na gestão do espaço de sala de aula, ainda dando tempo para uma breve introdução ao salto em altura.

As modalidades que me senti mais à vontade foram o basquetebol, o voleibol e o badminton, desenvolvendo assim uma preferência pelo ensino do basquetebol no ensino secundário, não só por ser a primeira modalidade na primeira turma e na primeira escola, como por ser uma modalidade que marca o início de um capítulo na minha vida.

Posto isto consigo afirmar que tive uma grande experiência de aprendizagem, com dificuldades e aspetos menos positivos, mas que sempre consegui superar e arranjar as devidas soluções.

7. Reflexões Finais e Considerações Finais

É com um grande orgulho e sentimento de dever cumprido, que retrato o meu sentimento como professor estagiário.

À parte de professor de AECS, esta foi a minha primeira experiência enquanto professor no ensino primário e secundário, uma experiência na qual retiro imensos aspetos positivos e aprendizagens, onde aplicarei a partir de agora, no início de uma longa carreira, enquanto docente da disciplina de educação física.

Penso que durante todo este processo, consegui demonstrar a motivação que tenho em lecionar esta disciplina, bem como o gosto pela profissão e paixão naquilo que fiz e que farei daqui em diante, um momento que ficou gravado na minha memória foi o

professor Rui Araújo, uma vez, no meu primeiro ano de Mestrado em Ensino, fazer-nos a pergunta do que para nós ser professor, lembro-me perfeitamente que nessa aula, não deu uma resposta acertada a essa pergunta, e por sua vez, percebi que era uma pergunta de carácter reflexivo, aprendi que a pergunta sobre o que é ser professor, não tem uma resposta concreta, mas sim que depende dos traços e caminhos de cada um, dos princípios e valores que cada um de nós professores tem, bem como da nossa experiência e vivências a lidar com os outros, o que resulta para mim pode nem sempre resultar para os outros e o que resulta para os outros pode nem sempre resultar para mim, ser professor vai além de uma mera resposta e para lá do que certas e determinadas ações possam fazer, ensinar é um processo de descoberta pessoal, que envolve o domínio da matéria, de teorias e de métodos de ensino além do conhecimento sobre os alunos, implica conhecer o currículo e colocar algo de nós no mesmo, ensinar é um processo contínuo que exige antes de mais nada, conhecermo-nos a nós mesmos.

Os objetivos principais do estágio foram sempre cumpridos tais como a informação que queria passar aos alunos, os benefícios do desporto e a importância do exercício físico, a evolução notória e os perks a nível de saúde, social e no futuro, profissional bem como os critérios de êxito em cada gesto ou movimento tal como o entendimento da modalidade que lecionaram.

O meu balanço geral é super positivo, e estou eternamente grato a todos os intervenientes nesta jornada que de uma forma ou de outra estiverem presentes na mesma, uma especial atenção aos meus alunos que me fizeram sentir como um pai que abandona os seus filhos no final deste ano mostrando para comigo a sua gratidão também e reconhecendo o meu trabalho como profissional e pessoa pedindo-me para ficar na escola e ser professor deles até ao final do secundário. Não chorei, não lacrimeguei, mas um homem não é de ferro e lamentei, lamentei por estar no fim, mas por ser um ponto de partida noutra capítulo.

Este documento serve como testemunha de todo o trabalho realizado ao longo do ano letivo e retrata as dificuldades e as estratégias utilizadas para as superar.

Finalizo assim esta reflexão, valorizando a importância da PES que se reflete na formação dos professores, pois é no estágio que realmente estamos inseridos na comunidade escolar e que nos propocionou o contacto com duas turmas reais, permitindo-nos em várias situações diferenciadas agir de forma planeada percebendo a necessidade de nos adaptarmos à grande diversidade de alunos.

8. Referências Bibliográficas

- Batista, P., & Queirós, P. (2015). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em educação física* (pp. 33–51). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Boggino, N. (2009). A avaliação como estratégia de ensino. Avaliar processos e resultados. *Revista de Ciências Da Educação*, 9(2009), 79–86. <http://sisifo.fpce.ul.pt>
- Gomes, P., Pereira, A. L., Graça, A., Queirós, P., & Batista, P. (2014). O estágio profissional em análise: Estudo com estudantes estagiários de educação física. *Diretor Editorial*, 4, 36.
- Januário, C., Anacleto, F., & Henrique, J. (2015). Formação do Professor de Educação Física: Rotinas de planeamento e de ensino. Em R. Resende, A. Albuquerque, & A. Gomes (Eds.), *Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer* (pp. 339–419). Azinhaga dos Ulmeiros: Visão e Contextos, Edições e Representações, Lda.
- Longarezi, A. M., & Sousa, W. D. (2018). *Unidades possíveis para uma obutchénie dialética e desenvolvedora*. Brasília: Linhas Críticas.
- Menegolla, M., & Sant’Anna, I. (2001). *Por que planejar? Como planejar?* (Vozes, Ed.) (10o edição).
- Mesquita, I., & Graça, A. (2011). Modelos Instrucionais no Ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp.39-68). Lisboa: Edições FMH.
- Mesquita, I. (2012). Fundar o lugar do desporto na Escola através do Modelo de Educação Desportiva. Em I. Mesquita, & J. Bento, *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 177-206). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.
- Pires, C. (2010). A Investigação-ação como suporte ao desenvolvimento profissional docente. pp. 66-83.
- Quina, J. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de Ensino Supervisionada em Educação Física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32–47.
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE through positive sport experience*. Champaign, IL: Human Kinetics.