

Instituto Universitário da Maia - ISMAI
Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Rodrigo Brito e Castro

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional

Maria de Fátima Gomes Sarmento Chaves

Julho 2021



Rodrigo Brito e Castro

Nº 31722

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 nº 79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006 de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Maria de Fátima Gomes Sarmiento Chaves do Instituto Universitário da Maia e do Professor Filipe José Costa Figueiras do Externato Ribadouro.

Julho, 2021

Castro, R. (2021). Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Apresentado ao Instituto Universitário da Maia.

Palavras Chave: Educação Física; Prática Ensino Supervisionada; Prática em Contexto; Prática Profissional.

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, um enorme obrigado por me permitirem realizar os meus sonhos e estarem sempre presentes.

À minha namorada, por todo o apoio e paciência.

À minha família por todo o carinho, confiança e palavras de motivação.

Ao Externato Ribadouro, pela oportunidade de realizar a Prática de Ensino Supervisionada e por toda a compreensão, cooperação e apoio demonstrado ao longo do ano.

Aos meus colegas de estágio e amigos, Fábio e Tiago, por todos os momentos de partilha de conhecimento e pela ajuda, união e honestidade.

Ao professor orientador, Dr. Filipe Figueiras, pela partilha de saberes e experiência. Além disso, pelo nível de exigência demonstrado, que foi um incentivo para a minha evolução.

À minha supervisora, Doutora Fátima Sarmento, pela supervisão, transmissão de conhecimentos e por todos os momentos de orientação e disponibilidade.

Por último, ao grupo de Educação Física, pela hospitalidade e partilha de conhecimentos.

Resumo

O presente relatório surge como relato e reflexão final da Prática de Ensino Supervisionada, propondo-se descrever detalhadamente todo o trabalho, atividade e o percurso no desenvolvimento do exercício profissional da docência e da sua lecionação, com vista à obtenção de grau de Mestre em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pelo Instituto Universitário da Maia. Este documento é constituído por 6 capítulos: *I. Enquadramento pessoal e profissional*, que está diretamente ligado com a nossa abordagem pessoal ao longo do nosso percurso académico e as minhas expectativas antes do início deste ano letivo; *II. Enquadramento institucional* que se refere à relevância do nosso conhecimento académico no exercício profissional da docência, assim como, a caracterização da escola onde a mesma foi efetuada; *III. Prática profissional: do plano da análise ao de intervenção*, onde estão descritos e refletidos a organização e gestão do ensino e as dimensões da intervenção pedagógica; *IV. Participação na escola e Relação com a comunidade*, aqui são destacadas as atividades realizadas, o contacto com a comunidade escolar, assim como, a componente ético-profissional; *V. Desenvolvimento profissional*, neste capítulo é feita uma reflexão sobre a construção do nosso conhecimento na prática; *VI. Reflexões finais*, onde é feito um balanço de toda a experiência quer a nível pessoal, quer a nível profissional e em último lugar, temos *VII. Referências Bibliográficas*. A Prática de Ensino Supervisionada decorreu no Externato Ribadouro, onde me foi possibilitada a lecionação de diferentes anos de escolaridades, 6º ano de escolaridade, 7ºano de escolaridade e 9º ano de escolaridade em alternância com os meus colegas Fábio Rocha e Tiago Costa por período. Uma turma de 10ºano e outra de 11ºano acompanharam-me até ao final do ano.

Palavras-chave: Educação Física; Prática Ensino Supervisionada; Prática em Contexto; Prática Profissional

Abstract

The present report emerges as report and final reflection of the Supervised Teaching Practice, proposing to describe in detail all the work, activity and the path in the development of the professional exercise of teaching and its teaching, as well as obtaining a Master's Degree in Teaching of Physical Education of Basic and Secondary Education by the Instituto Universitário da Maia. This report consists of 6 chapters: I. Personal and professional framework, which is related to our personal approach throughout our academic path and my expectations before the beginning of this academic year; II. Institutional framework that refers to the relevance of our academic knowledge in the professional exercise of teaching, as well as the characterization of the school where it was held; III. where the organization and management of teaching and the dimensions of pedagogical intervention are described and reflected IV: Participation in the school and Relationship with the community, here are exposed the activities carried out, the contact with the school community, as well as the ethical-professional component; V: Professional development, this chapter reflects on the construction of our knowledge in practice; VI: Final reflections, where a balance is made of the whole experience, both personally and professionally and finally VII: Bibliographical References, where the list of the sources of consultation used in the report is presented. The Supervised Teaching Practice took place at Externato Ribadouro, where I was allowed to teach different years of schooling, 6th year of schooling, 7th year of schooling and 9th year of schooling in alternation with my colleagues Fábio Rocha and Tiago Costa for period. A class of 10th grade and another 11th grade that accompanied me until the end of the year.

Keywords: Physical Education; Supervised Teaching Practice; Practice in Context; Professional Practice

Lista de Abreviaturas

EE – Estudante Estagiário

EF – Educação Física

ER – Externato Ribadouro

ISMAI – Instituto Universitário da Maia

MED – Modelo de Educação Desportiva

MID – Modelo de Instrução Direta

OC – Orientador Cooperante

PES – Prática de Ensino Supervisionada

UC – Unidade Curricular

UD – Unidade Didática

Índice geral

Introdução.....	2
I. Enquadramento pessoal e profissional.....	3
1.Uma decisão a partir de um percurso	3
2.Expectativas iniciais	5
II. Enquadramento Institucional.....	6
1.A importância da PES.....	6
2.A PES no ISMAI	7
3.A escola cooperante: lugar de prática	8
3.1. As turmas	10
4.O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional	12
III. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção.....	13
1.Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	13
1.1 Conceção de ensino	13
1.1.1 Modelos de Ensino	14
1.2 Planeamento.....	17
1.3 Realização.....	19
1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica.....	19
1.4 Avaliação	22
IV. Participação na escola e Relação com a comunidade.....	24
1.Atividades realizadas	24
2.Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	26
3.Socialização profissional e institucional.....	27
4.A Componente ético-profissional	28
V. Desenvolvimento profissional	29
1.Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão ..	29
VI. Reflexões finais.....	30
VII. Referências bibliográficas.....	31

Introdução

O relatório apresentado foi elaborado âmbito da Unidade Curricular (UC) de Prática de Ensino Supervisionada (PES) tendo em vista a obtenção de Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pelo Instituto Universitário da Maia (ISMAI).

O estágio, que também pode ser designado por PES, decorreu ao longo do ano letivo 2020/2021, sendo que o estabelecimento de ensino que me foi atribuído foi o Externato Ribadouro (ER), localizado na Rua Santa Catarina, no Porto. Esta instituição educativa é de cariz privado, sendo que a principal prioridade é a otimização das competências pessoais, sociais e académicas dos alunos, proporcionando-me uma experiência única e extremamente enriquecedora, quer a nível pessoal, como a nível profissional e também a possibilidade de aplicar e melhorar as minhas capacidades. Com a PES, pretendo exibir as vivências e adversidades que me acompanharam ao longo deste ano letivo e que tiveram um contributo enorme para a minha formação enquanto futuro professor de Educação Física(EF).

À minha responsabilidade, enquanto estudante estagiário (EE), tive ao longo do ano letivo uma turma de 10º ano e uma turma de 11ºano. De referir igualmente que, além das turmas anteriormente referidas, no 1º Período, tive uma turma do 6ºano, no 2ºPeríodo, uma turma de 7ºano e no 3º Período, uma turma de 9ºano. Esta foi a solução encontrada pelo orientador cooperante (OC), de forma que todos os estudantes estagiários pudessem ter uma experiência instrucional diferente em todos os períodos.

Este processo foi supervisionado pela Doutora Fátima Sarmento, do ISMAI, e seguido de perto pelo OC, Professor Filipe Figueiras, nas funções de prática pedagógica, docência e evolução no ramo profissional.

Assim, de modo a retratar toda a minha experiência em torno da PES, realizei este documento de maneira criteriosa e fundamentada.

I. Enquadramento pessoal e profissional

1. Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é Rodrigo Brito e Castro, sou natural da cidade do Porto e tenho 24 anos. Desde muito cedo que a atividade física e desporto tiveram um papel significativo na minha vida, quer fosse simplesmente a correr no recreio da escola, ou até mesmo a andar de bicicleta. Além disso, muito graças aos conselhos dos meus pais, consegui entender a importância e necessidade de fazer algum tipo de exercício.

Aos 3 anos de idade, os meus pais decidiram colocar-me numa das modalidades que mais marcaram o meu percurso, o Judo, onde estive até aos 11 anos. Simultaneamente, ainda estive envolvido na aprendizagem e prática da modalidade de Natação. A prática da arte marcial acima referida trouxe-me inúmeros benefícios, tanto a nível físico, como a nível cognitivo, na medida em que assenta em três aspetos fundamentais: condicionamento físico, espírito de luta e atitude moral. Relativamente ao primeiro aspeto, consegui fortalecer o meu corpo e torná-lo mais saudável, já com o espírito de luta, adquiri autoconfiança e autocontrolo e ganhei uma atitude moral genuína, devido ao rigor do treino, ao respeito pelo adversário, assim como a humildade que devemos possuir. Já a Natação, ajudou-me na socialização com outras crianças, fortaleci a minha capacidade cardiorrespiratória, através do controlo da respiração e, a mais importante, aperfeiçoei a minha coordenação motora, de forma a que me consiga deslocar na água com segurança. Aos 11 anos, optei por começar a praticar Futebol, modalidade que me acompanhou até aos 18 anos e me ajudou a desenvolver as habilidades de lidar com o coletivo e a trabalhar para um objetivo comum. Por conseguinte e de forma a dar continuidade à minha paixão, decidi ingressar no ISMAI, em 2016, na licenciatura em Educação Física e Desporto.

Ao longo dos três anos, aprendi e obtive capacidades e conhecimentos que serviram de suporte para a minha formação. Mas, foi no 3ºano da licenciatura que pude pela primeira vez conhecer o verdadeiro contexto escolar, onde foi possível visitar escolas e contactar com diferentes professores e, por vezes, saber algumas das suas vivências pessoais. No ano letivo seguinte, inscrevi-me no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, o que me proporcionou aprofundar os conhecimentos relativos à EF, saber comunicar adequadamente, pôr em prática toda a minha formação científica e desenvolver as minhas capacidades como pessoa e profissional.

Neste momento, o meu desejo é conseguir adquirir as competências necessárias para exercer a profissão de professor de EF e contribuir para as mudanças de interpretações que têm marcado esta disciplina, isto é, tentar mostrar à comunidade escolar que existem outras alternativas de ensino que também contribuem para o sucesso dos alunos.

2. Expectativas iniciais

No início de setembro apresentei-me no ER para finalmente iniciar a tão desejada etapa do meu percurso acadêmico e admito que me senti um pouco nervoso e ansioso, já que tinha chegado finalmente a altura em que ia sentir pela primeira vez a sensação de ser um professor de EF.

Apesar de ser num contexto totalmente diferente de todos os anos passados, uma vez que, infelizmente, fomos afetados por uma grave pandemia, este iria ser o meu primeiro ano em que poderia aplicar tudo o que aprendi no ISMAI, lecionar aulas e contactar com jovens num contexto escolar.

De salientar também que, sendo a disciplina de EF uma das mais afetadas pelas medidas de contingência, este ano irá ser ainda mais desafiante para mim, na medida em que, terei que remodelar totalmente o planeamento e a forma como irei implementar as Unidades Didáticas que me foram ensinadas na faculdade, de forma a cumprir com as regras da DGS e obviamente, não colocar em risco a saúde dos professores e a dos alunos. Para além disso, eu gostaria de ser visto como um professor que fosse simultaneamente exigente e que conseguisse criar empatia com os alunos, fazendo com que estes fossem para as aulas de EF motivados e com disposição para aprender sempre mais.

Destaco ainda que um dos meus principais objetivos para este ano letivo passava por tentar criar condições para que os alunos conseguissem atingir os objetivos pretendidos, quer a nível disciplinar, quer a nível pessoal, ou seja, a cada aula que passasse, ambicionava que os alunos sentissem a sua evolução, tentando sempre superar o que efetuaram na aula passada. Acrescento igualmente que pretendia que todos os alunos desenvolvessem o espírito de equipa e coesão, sempre com a ambição de fazer sempre mais e melhor.

Concluindo, espero que tudo isto seja uma experiência extremamente enriquecedora e em simultâneo a “rampa de lançamento” para um futuro promissor enquanto professor de EF.

II. Enquadramento Institucional

1. A importância da PES

Como é referido por Albuquerque et al., (2005), Batista et al., (2014), Caires et al., (2010) & Cunha (2008) o relato da experiência formativa confirma a relevância que a PES assume como espaço formativo por excelência de desenvolvimento profissional e pessoal, responsável pela construção de uma identidade própria, decorrente das diferentes perceções e vivências integradas durante as etapas que a constituem.

Exposta como o fim de um percurso, a PES, prevê dotar os futuros professores de conhecimentos, competências e disposições que lhes permitam ser eficientes na ação de promover aprendizagem na sua área de docência e concorrer para a formação de cidadãos civicamente justos e imparciais, não esquecendo que aprender a ensinar implica um processo contínuo de desenvolvimento. Reforça também o valor que certas atuações representam no processo da formação inicial e da prática de ensino supervisionada, particularmente na conquista de um reportório experiencial legitimado em boas práticas, permitindo ao futuro professor reconhecer e reinterpretar crenças através da atribuição de novos sentidos e significados às suas práticas e pela mentalização da importância do desenvolvimento da capacidade relacional assente na dimensão ética que sustenta a função e ‘compromisso social’ da profissão de professor.

Posto isto, não posso deixar de realçar o papel de extrema importância que a Professora Doutora Fátima Sarmento, com as funções de Supervisora e o Dr. Filipe Figueiras, o meu OC desempenharam neste meu trajeto, na medida em que me ajudaram a promover situações de aprendizagem que favoreceram o meu desenvolvimento formativo, apoiaram e orientaram o desenvolvimento da minha prática docente e através dos diversos feedbacks sobre as minhas ações, consegui melhorar algumas intervenções e corrigir os meus erros, o que levou a um aumento exponencial da minha capacidade reflexiva.

Concluindo, a possibilidade de refletir, de reorganizar, atualizar os saberes e não ter receio de enfrentar os desafios e exigências que o futuro me reserva é imprescindível na formação do docente e encontra o seu espaço na PES.

2. A PES no ISMAI

O que mais caracteriza a instituição que frequento é a Formação de Professores de EF, em conformidade com as exigências acadêmicas e as que decorrem da profissionalidade docente na atualidade. Com a utilização desta proposta formativa, procura-se solucionar as adversidades colocadas, pelo facto de o valor e importância a EF não ser tão bem reconhecida como devia.

Desta forma, sendo a PES uma UC que se integra no plano de estudos do mestrado, tem alguns pontos importantes que devem ser aqui destacados. Primeiramente, e seguindo o Documento Orientador disponibilizado para todos os EE, esta tem o objetivo de integrar o estagiário nos contextos de docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento de competências profissionais no âmbito do ensino da EF nas seguintes três áreas de desempenho: Organização e Gestão do ensino e da aprendizagem; Participação na escola e Relações com a comunidade; e, Desenvolvimento profissional.

Na primeira área, está inserida a execução de tarefas de planificação, da execução e da avaliação dos alunos, bem como, o domínio do conhecimento e saberes, assim como a importância de conhecer os documentos orientadores e pedagógicos da escola cooperante. Neste domínio, inclui-se o planeamento das aulas para cada UD, partindo da caracterização sociodemográfica de cada turma atribuída, revelando-se um elemento perentório de auxílio pedagógico. Já na Participação na escola e Relação com a comunidade, estão incluídas todas as atividades desenvolvidas pelo grupo de EF e/ou pelo Grupo da PES, com o objetivo de encarar a escola e a comunidade educativa com espaço de inclusão e de intervenção social, em torno de uma formação integral dos alunos para a uma cidadania democrática. No que diz respeito à última área acima referida, o Desenvolvimento profissional, abrange atividades e vivências importantes na construção da competência profissional, no sentido de a desenvolver ao longo da vida profissional, promovendo a identidade profissional. O objetivo é compreender o desenvolvimento profissional partindo de reflexões.

Concluindo, como é referido por Luggle & Cassiana (2013, p.2), o “movimento de ir ao campo, retornar à universidade, debater sobre o observado, tem o intuito de ampliar as ações desse futuro professor e criar condições para o desenvolvimento de um trabalho pleno”.

3. A escola cooperante: lugar de prática

Depois do primeiro ano de mestrado, o ISMAI deu-nos a possibilidade de escolher, através de uma lista, a escola cooperante para efetuarmos a nossa PES.

O ER é uma escola que pertence a um grupo de Instituições de Ensino Privado constituído por três escolas: ER (Porto), Colégio da Trofa (Trofa) e Externato Camões (Rio Tinto). No ER existem dois pólos, Santa Catarina e Bonjardim, sendo que a PES decorreu no pólo localizado na Rua de Santa Catarina.

A escola apresenta um Projeto Educativo onde a realidade educativa é heterogénea, recebendo alunos das mais diversas regiões do norte do país, o que promove uma diversidade cultural de extrema grandeza. O projeto é centrado no aluno e tem com objetivo principal a valorização pessoal e social, através da devida orientação e acompanhamento. Outro aspeto muito importante é o facto de possuir um corpo docente muito estável, que constitui um dos pilares desta instituição, que promove os afetos e as competências cognitivas e sociais.

No que concerne ao espaço onde o ER se encontra localizado, tem uma importância notável, uma vez que tem uma variedade enorme de ofertas desportivas nas proximidades, como clubes para a prática desportiva, salientando o Académico Futebol Clube, o Clube de Ténis do Porto e o Futebol Clube do Porto na Rua da Constituição, com várias modalidades, tais como futebol, basquetebol, andebol, voleibol, hóquei em patins, ténis e padel. Temos ainda alguns espaços indicados para a prática de exercício físico, como o Fitness Hut, o Holmes Place na Constituição, Solinca do Estádio do Dragão e Constituição. Dentro destes ginásios, podem-se incluir atividades como Musculação, Zumba, Yoga, entre outros.

Relativamente à disciplina de EF, estavam disponíveis 5 espaços. No ER, havia 1 campo com as dimensões formais, 1 campo com medidas mais reduzidas, 1 pista de atletismo e 1 pavilhão gimnodesportivo com o equipamento necessário para a lecionação das várias modalidades contempladas no programa nacional de EF.

Podemos destacar também que, devido ao protocolo acordado entre o ER e o Académico Futebol Clube, tivemos a possibilidade de usufruir dos espaços pertencentes a este clube. As instalações são compostas por 2 espaços dimensões essenciais para o ensino das modalidades abordadas ao longo do ano. A nível de material, em todos os espaços, existiam condições ótimas para que pudesse ser feito um trabalho de excelência com os alunos, tendo por base a segurança dos mesmos, além de que a quantidade era suficiente para todos os professores.

Destacando agora os espaços para a prática da EF, estes estavam divididos e organizados por turmas, em sistema de roulement, que funcionava como um mapa flexível e sujeito a alterações, previamente combinadas entre os professores. Esta organização permitia aos professores lecionarem uma UD continuamente, já que, sabiam previamente qual era o espaço da turma e que conteúdos curriculares podiam desenvolver nesse espaço. Este método organizativo foi relevante para a realização de um planeamento prévio das modalidades a ser abordadas semanalmente.

Em suma, a escolha desta escola como lugar de prática tornou-se extremamente importante, uma vez que ao tentarmos ir ao encontro das nossas características pessoais e profissionais conseguimos enquadrarmo-nos e conseqüentemente os nossos níveis motivacionais e relacionais com o restante grupo foram positivos e contribuíram para a manutenção de um excelente clima de trabalho.

3.1. As turmas

Depois da primeira reunião com o núcleo da PES, definiu-se que a meu cargo ficariam duas turmas, uma de 11ºano e outra de 10ºano de escolaridade. Além disso, 3 turmas, sendo estas de 6ºano, 7ºano e 9ºano de escolaridade, iriam ser trabalhadas alternadamente por cada colega de estágio em cada período do ano letivo.

Primeiramente, no que diz respeito à turma do 6ºA, era constituída por 19 alunos, 10 rapazes e 9 raparigas, sendo que a média de idades rondava os 12 anos. Menos de metade dos alunos praticava alguma modalidade desportiva, mas, dentro dos praticantes, as mais praticadas eram o Basquetebol, Futebol, Voleibol e Hóquei em Patins. Acerca desta turma, estes apresentavam uma grande disponibilidade para a realização da aula, adotavam sempre um ótimo comportamento e nenhum aluno tinha problemas de saúde que o impedisse de efetuar a aula. Já a turma do 7ºA, era constituída por 16 raparigas e 5 rapazes, fazendo um total de 21 alunos e a média de idades era de 12 anos de idade. Quanto à prática desportiva, o número de alunos ligada a alguma modalidade desportiva era baixo, sendo o Voleibol, Futebol e Hóquei em Patins as mais praticadas. Comparativamente com a turma anterior, os níveis de motivação para a aula eram baixos e o comportamento a maior parte das vezes não era o ideal. Isto levou a que tivesse que adaptar as minhas aulas para conseguir lecionar os conteúdos pretendidos e conseguisse ter a turma controlada.

A solução passou por inserir mais momentos de competição, que fez logo com que a motivação e empenho dos alunos aumentasse. Consequentemente, como estavam com mais disposição para fazer a aula, o comportamento sofria uma ligeira melhoria.

Destacando agora o 9ºB, perfazia um total de 22 alunos, sendo 11 rapazes e 11 raparigas. A média de idades era de 14 anos de idade. Assim como nas turmas anteriores, o número de alunos a praticar alguma modalidade era reduzido, das quais o Futebol e Voleibol eram as mais praticadas. No caso do 9ºB, apesar dos níveis motivacionais serem mais elevados do que os do 7ºA, o comportamento dos alunos não era o adequado, o que me levou a ter que solucionar este problema, mais uma vez, através da vertente competitiva. Apenas uma aluna não realizou as aulas devido a problemas de saúde.

Relativamente ao 10ºA5, a turma era constituída por 20 alunos, onde 9 eram rapazes e 11 raparigas. Apresentavam uma média de idades de 15 anos. Tal como nas outras turmas, poucos alunos praticavam alguma modalidade desportiva, contudo, dentro dos que praticavam, o Futebol, Andebol, Basquetebol e Voleibol eram as mais executadas. Destacando agora o desempenho dos alunos ao longo do ano letivo, desde o início foram uma turma aplicada que apresentava níveis de motivação e desempenho motor muito elevados. Em relação ao comportamento, respeitavam sempre as regras e ordens que eu lhes transmitia, o que levava a que conseguisse sempre controlar a turma e lecionar as aulas de forma fluida e dinâmica. Referindo os alunos com problemas de saúde, apenas 2 não realizaram as aulas.

Por último, a turma do 11ºA7 era formada por 27 alunos, 6 rapazes e 21 raparigas com uma média de idades de 17 anos. Neste caso, poucos alunos encontravam-se associados a alguma modalidade desportiva, sendo que a mais praticada era a Dança. Assim como no 10ºA5, foi uma turma que trabalhei logo desde de início que, apesar de demonstrarem algumas dificuldades a nível motor, nunca deixavam de cumprir com os objetivos definidos, demonstrando uma ótima atitude. Os níveis motivacionais eram sempre elevados e o comportamento foi sempre o desejado. Por motivos de saúde, 2 alunas não efetuaram as aulas.

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

Logo de imediato, quando surge uma palavra como “Núcleo” reconhece-se um grupo unido e coeso pelo contexto da PES. No presente ano letivo, o núcleo da PES presente no ER foi formado por mim, pelo Fábio Rocha, pelo Tiago Costa, pelo OC Filipe Figueiras e pela Supervisora, a Doutora Fátima Sarmento.

De acordo com a Teoria Cognitiva Social (Bandura,1977,1997), a autoeficácia representa a certeza que uma pessoa tem nas suas capacidades para levar a cabo determinadas atividades com um dado nível de performance, o que me fez acreditar e valorizar as minhas potencialidades.

Tal não era possível sem o auxílio deste conjunto de pessoas, já que me forneceram princípios e valores distintos que contribuíram para o desenvolvimento do trabalho e novas aprendizagens. Deste modo, o Fábio e o Tiago, foram peças fundamentais ao longo desta caminhada, na medida em que devido à ótima relação de amizade que possuo com os meus colegas há alguns anos, todos os momentos positivos e negativos da aula eram falados com tranquilidade e à vontade entre todos com um olhar analítico e prudente, o que permitiu um crescimento a nível pessoal e profissional.

Outro aspeto de igual importância que posso salientar, foi o facto de cada um de nós ter mais conhecimento numa modalidade desportiva do que noutra, o que levava a que nos distinguíssemos pelas diversidades dos nossos conhecimentos e isso completava-nos como grupo.

O Fábio é treinador de basquetebol no Futebol Clube do Porto, já o Tiago pratica andebol a nível profissional no Gaia FC e eu pratiquei futebol em vários clubes durante longos anos.

Em suma, as minhas expectativas em relação a este núcleo eram razoáveis, todavia, com o passar do tempo começaram a verificar-se resultados surpreendentes devido ao empenho, amizade e colaboração entre todos.

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

1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

1.1 Conceção de ensino

É importante que durante a PES o EE possua uma base pedagógica bem sustentada, de forma a transformá-la na informação em saber pela mediação do professor, pela comunicação, pela ação interativa numa dada situação educativa (Altet, 2008). Posso referir ainda que o professor de EF utiliza os conhecimentos adquiridos na formação inicial, assim como a compreensão dos limites entre a formação e a prática pedagógica, tal como destacam Canestraro et al. (2015).

Desta forma, o planeamento, a realização, a preparação e a avaliação fazem parte do processo de lecionação, para conseguirmos alcançar todos os objetivos e metas. A dedicação e esforço têm de estar presentes no ato educativo, implicando uma força interior e pessoal muito forte e uma ânsia e desejo de quer saber sempre mais, consciente sobre a população que vai servir, dos objetivos para os quais vai contribuir e as necessidades e motivações dos diferentes alunos que vai encontrar (Resende & Lima 2016).

Por conseguinte, para realizar o planeamento do ano letivo, ocorreu uma reunião com o núcleo da PES, onde o OC, com informações obtidas através do departamento de EF, nos indicou as modalidades que iriam ser abordadas em cada período, o número de aulas, as turmas que iriamos lecionar e a dinâmica de utilização dos espaços disponíveis. Além disso, foram-nos disponibilizados alguns documentos orientadores, como as aprendizagens essenciais, o plano anual de atividades, o regulamento interno e o Programa Nacional de Educação Física.

1.1.1 Modelos de Ensino

O modelo de ensino é uma ferramenta que facilita a implementação dos conteúdos, simplificando e motivando os alunos para a aprendizagem. Para Rufino & Neto (2016) podem ser utilizadas diversas estratégias para se atingir diferentes objetivos pedagógicos, sendo fundamental que os programas de instrução variem os modelos, possibilitando o desenvolvimento dos processos de ensino e aprendizagem na EF.

Hastie & Casey (2014), salientam também que os modelos de instrução podem ser assimilados como um plano coerente e compreensivo para os professores desenvolverem durante a prática pedagógica, sendo a principal finalidade atingir os resultados de aprendizagem.

Destacando ainda que a utilização dos modelos instrucionais devem-se não só pela questão de uma aplicação em contexto prático de ensino, mas também pela razão de que, segundo Metzler (2011), o modelo: (1) fornece um plano global e uma abordagem coerente para ensinar e aprender; (2) clarifica as prioridades nos diferentes domínios de aprendizagem e nas interações; (3) fornece uma ideia central para o ensino; (4) permite ao professor e aos alunos entenderem o que está acontecer e o que virá a seguir; (5) fornece uma estrutura teórica unificada; (6) apoia-se na investigação; (7) fornece uma linguagem técnica aos professores; (8) permite que a relação entre a instrução e aprendizagem seja verificável; (9) permite uma avaliação mais valia da aprendizagem; e (10) facilita a tomada de decisão do professor dentro de uma estrutura de trabalho conhecida.

Desta forma, os modelos existentes são a Instrução Direta, o Sistema Personalizado para a Instrução, a Aprendizagem Cooperativa, a Educação Desportiva, o Ensino por Pares, o Ensino por Questionamento, os Jogos Táticos e a Responsabilidade Pessoal e Social (Metzler, 2011). No decorrer no ano letivo, os modelos mais utilizados para lecionar as aulas foram o Modelo de Instrução Direta (MID) e o Modelo de Educação Desportiva (MED), existindo uma tendência para o uso do MID.

Historicamente, o MID tem sido preferencialmente o mais utilizado tanto por professores como por treinadores de Desporto, no qual o centro do processo de ensino e aprendizagem é o professor. Este modelo, dada a sua natureza, confere ao aluno um papel passivo, essencialmente conotado pela reprodução dos saberes transmitidos pelo professor, onde, muitas das vezes os alunos não compreendem a razão pela qual estão a efetuar certa tarefa.

Atualmente, segundo Araújo et al. (2017), são colocadas exigências aos alunos que os fazem ser autônomos, dedicados, cumpridores, críticos, criativos e que se consigam adaptar aos desafios, riscos e oportunidades que enfrentam no dia a dia.

Posto isto, para gerar um maior impacto junto dos alunos, decidimos, depois de uma reunião com o OC, aplicar o MED no segundo período nas turmas de 11ºano e 12ºano de escolaridade, na modalidade de Dança e Voleibol.

Por forma a garantir a aproximação do ensino do desporto na escola ao desporto federado, Siedentop (1994) incluiu no modelo seis características: época desportiva, competição formal, evento culminante, festividade, afiliação, registos estatísticos. Ao providenciar experiências autênticas e pedagogicamente ricas de desporto no contexto da EF, o MED propôs-se a ajudar os alunos a tornarem-se desportivamente competentes, cultos e entusiastas. A nível instrucional, o MED coloca o aluno no centro do processo, consequentemente alterando a postura do professor, de uma posição de controlador para uma posição de gestor, onde os alunos são desafiados a assumir diferentes papéis e funções, apelando à cooperação, aos pequenos grupos e ao ensino de pares.

O modelo de ensino acima destacado foi aplicado num primeiro momento em contexto presencial, onde, inicialmente houve espaço para uma explicação fundamentada sobre a forma como iriam decorrer as aulas, os objetivos e procedimentos associados ao MED e ao parâmetro da afiliação dos alunos. Dentro de cada equipa, tínhamos os jogadores, capitão, sub-capitão e preparador físico.

O capitão tinha como funções, liderar a equipa, orientar as tarefas propostas e ser o principal meio de comunicação entre equipa e professor e vice-versa. O sub-capitão assumia todas as funções referidas anteriormente em caso de falta do capitão. O preparador físico, era o principal responsável pela realização e orientação de todos os exercícios de condição física propostos. Posto isto, para cada aula lecionada, criávamos previamente um documento constituído pelos conteúdos a abordar e com as tarefas que tinham de realizar.

No final de cada aula, havia espaço para a ocorrência de um Jogo Formal da modalidade de Voleibol, onde o nosso foco eram os conteúdos anteriormente abordados, para que fosse possível que os alunos exercitassem o que tinham aprendido e consequentemente, conseguirmos avaliar a sua progressão e se estavam a executar os gestos técnicos corretamente. No final, a pontuação de cada jogo realizado era registada pelo capitão de cada equipa e por cada vitória acumulavam um ponto para melhorar a sua posição na sua tabela classificativa.

Perante todas as contrariedades impostas pelo Governo Português, consequência da pandemia da COVID 19, a implementação do MED foi realizada em regime de Ensino à Distância na UD de Dança.

Ao longo de todo este processo, as nossas intervenções eram feitas apenas em aspetos que precisassem de um nível de atenção e prudência mais elevado, já que um dos objetivos fundamentais do Modelo de Educação Desportiva passa por os alunos conseguirem ter capacidade de autonomia e de responsabilidade. Foi notório que a motivação e participação dos alunos em aula aumentou significativamente.

1.2 Planeamento

Segundo Bento (2003), o planeamento está assente no plano anual e este representa uma perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e com as pessoas envolvidas, com o objetivo de orientar o processo de ensino ao longo do ano. Assim sendo, uma das primeiras tarefas realizadas, no que diz respeito ao planeamento, foi a elaboração do plano anual, de acordo com o PNEF e com as orientações do grupo de EF, de forma a estabelecer metas e dar progressão às aprendizagens adquiridas pelos alunos, servindo também como base para a construção do planeamento das unidades didáticas.

Devido a todos os constrangimentos existentes provenientes da situação de pandemia mundial existente, toda a gestão do processo de ensino-aprendizagem foi marcado por um alto grau de exigência e dificuldade. Todavia, em conjunto com o OC, foi possível fazer adaptações necessárias de forma a cumprir com todas as medidas impostas pela Direção Geral de Saúde. Desta forma, ficou estabelecido que no primeiro período, ao 2º ciclo, seria lecionado futebol, atletismo e dança e no 3º ciclo e secundário lecionava-se futebol, atletismo e badminton.

Já no segundo período, ficou definido que as modalidades a serem lecionadas eram patinagem, voleibol e ginástica. Para o 3º ciclo e secundário, seria dado voleibol, ginástica e dança. Por último, no terceiro período, para todos os níveis de ensino, iniciaríamos as modalidades de andebol e basquetebol. No 11º ano, seria lecionada a UD dos jogos tradicionais e populares. É de destacar que, como a meio do segundo período tivemos a passagem de um regime presencial para um regime online e não foi possível lecionar voleibol, o grupo de EF decidiu passar o ensino desta modalidade desportiva para o terceiro período.

Para dar seguimento ao planeamento das unidades didáticas, de forma a conseguirmos compreender em que nível é que se encontravam os nossos alunos, no que diz respeito às modalidades que iríamos abordar, iniciamos a realização da avaliação diagnóstica.

A UD aparece como um instrumento orientador para o professor de EF, num processo complexo como é o de ensino e aprendizagem, que é passível de alterações e adaptações no decorrer do ano letivo. Por isso, não nos podemos esquecer que uma UD não deve ter uma fórmula standard. Esta organização depende muito do professor em questão, do contexto em que está inserido e dos objetivos que são pretendidos (Andrade, 2013).

Como refere Bento (2003, p.101), a “aula é realmente o verdadeiro ponto de convergência de pensamento e da ação do professor”, ou seja, a preparação da aula apresenta-se como o elemento final de todo o processo de planeamento de ensino do EE. O mesmo autor refere ainda que para a elaboração do plano de aula devemos considerar os objetivos, o conteúdo da aula, os métodos utilizados e a organização da mesma. Para isso, tendo como suporte toda a experiência e conhecimento obtido ao longo do percurso académico, organizamos todos os planos segundo uma estrutura compreensível e fundamentada que era dividida em três partes: inicial, fundamental e final, como é proferido por Januário et al. (2015).

Segundo Bento (2003), a parte inicial é o momento de preparação pedagógica, psicológica e fisiológica, propício à realização dos objetivos principais da aula. Também correspondia ao controlo de presenças da turma.

Em relação à parte fundamental, eram transmitidos aos alunos os principais objetivos da aula e os conteúdos que iríamos abordar.

Na parte final, tal como é referido por Bento (2003), ocorre o momento onde se deve realizar um balanço final da aula, fazer uma ligação com as próximas aulas e avaliar e analisar o progresso dos alunos. É de destacar que a planificação das aulas era ponderada, considerando sempre todos os fatores ligados à aula e como o nosso conhecimento e experiência foi aumentando com o passar do tempo, cada vez que encontrávamos uma adversidade, conseguimos solucionar o problema de maneira eficaz e rápida.

Após cada aula, foi importante a fase de reflexão os colegas do núcleo de estágio, quer de forma individual, uma vez que, este momento é um dos pontos mais importantes para a reconstrução e transformação da prática (Fensterseifer & Silva, 2011). Além disso, entregávamos uma reflexão individual sobre o trabalho desenvolvido em aula.

Outro aspeto que é de salientar, e que se revestiu de extrema importância, foi a comunicação constante com todos os professores que lecionavam em simultâneo. Durante todo o ano letivo, tínhamos que realizar várias adaptações aos nossos planos de aula, devido ao roulement, ao material desportivo disponível ou até mesmo às condições climatéricas que, sem a existência de breves diálogos acerca das modalidades que iríamos abordar ou do material que precisaríamos, não era possível.

1.3 Realização

1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

Em relação à realização, efetivamente, o desenvolvimento do EE durante o ano de estágio, reflete-se na prática docente, através do qual serão apresentados vários aspectos que visem a enumeração de estratégias com o objetivo de aperfeiçoar a atividade docente.

De acordo com Siedentop (2008), para que seja possível a existência de uma boa intervenção pedagógica é preciso ter em conta quatro dimensões: (1) instrução; (2) gestão; (3) clima; e (4) disciplina.

Segundo Januário et al. (2015), a instrução caracteriza-se por ações que têm o objetivo de fazer com que os alunos dominem o currículo escolar. Esta dimensão envolve toda a ação do professor diretamente relacionada com os objetivos da aprendizagem, quer pela forma verbal, quer pela forma não-verbal. Realçando agora a comunicação, posso afirmar que foi um processo fundamental para a lecionação ao longo do ano letivo, sendo que pretendemos que a informação fosse sempre transmitida de forma simples e clara, onde o principal objetivo era o desenvolvimento dos alunos, como comprova Rosado & Mesquita (2011). Procuramos usar a parte inicial da aula para comunicar com os alunos acerca dos aspetos essenciais da aula, para evitar um maior número de paragens durante a mesma e como, por vezes, coincidia com o tempo de intervalo das outras turmas do ER, conseguíamos transmitir a informação mais calmamente e o foco dos alunos estava no professor, não havendo tantas distrações. Na fase final da aula, tinha o cuidado de realizar um breve momento de instrução, pois, tanto Januário et al. (2015), Rosado & Mesquita (2011) nos indicam que o final da mesma são um momento pertinente para transmissão de informação.

Ao longo das aulas, eram transmitidas observações efetuadas sobre os comportamentos dos alunos, nomeadamente o feedback pedagógico, que, segundo Rosado & Mesquita (2011), é um trunfo que temos à nossa disposição para um melhor e mais eficiente processo de interação pedagógica. Posso referir também que fui conseguindo perceber qual era a melhor forma de o utilizar, mediante o momento e o conhecimento que tínhamos acerca do aluno e que tipo de feedback usar: individual ou coletivo, descritivo, prescritivo, avaliativo, entre outros.

Além disso, o conhecimento dos conteúdos sobre as modalidades a abordar também se tornou primordial, já que, quanto maior ele fosse, mais segurança possuía no momento da transmissão da informação, o que, conseqüentemente, leva a uma melhor comunicação e conseguia ter toda a atenção necessária por parte dos alunos. Todavia, como este conhecimento não era igual em todas as modalidades desportivas, decidi ir realizando algumas pesquisas, ter diálogos frequentes com os meus colegas de estágio, com o OC e refletir sobre a minha própria atuação, para tornar o meu entendimento mais heterogêneo.

De constatar ainda que, um fator imprescindível foi a demonstração de todos os exercícios. A estratégia utilizada foi recorrer sempre a um aluno que se sentisse à vontade para demonstrar o exercício e em simultâneo eu dirigia-lhe feedbacks, corrigindo o exercício ou chamando a atenção para os aspetos importantes, de modo que todos os outros conseguissem retirar um melhor proveito desse momento chave, para a compreensão das tarefas.

Focando agora a dimensão da gestão, esta, foi imprescindível para proporcionarmos um ensino eficaz da Educação Física, possibilitando uma otimização do tempo de empenhamento motor e de aprendizagem dos alunos. Para tudo correr na perfeição, temos que ser nós, professores, a dar o exemplo, isto é, devemos ser sempre assíduos e pontuais, gerir o tempo de aula e os recursos materiais de modo a otimizar o tempo de aprendizagem, Posto isto, durante o ano letivo, foram criadas algumas estratégias para que todo este processo fluísse, tais como: mostrar exigência no cumprimento de horários, organizar previamente os grupos de trabalho, apresentar as tarefas de forma clara e breve, minimizar as transições entre exercícios, montar todo o equipamento necessário e criar códigos sonoros, nomeadamente, através do apito. Uma ferramenta utilizada para obtermos um aumento do tempo de empenhamento motor foi a implementação do MED em duas turmas do secundário, 11ºA7 e 10ºA5, nas modalidades de Voleibol e Dança.

No que concerne à disciplina, destacamos que, para uma boa gestão dos aspetos disciplinares, tem que haver uma explicitação e a justificação das regras, a sua negociação e a implementação de procedimentos justos e razoáveis, num ambiente simultaneamente exigente e tolerante (Rosado, 2007). Ao longo do ano letivo, nunca aconteceram acontecimentos graves de indisciplina, só aqueles casos pontuais e habituais dos alunos que foram facilmente resolvidos através do diálogo.

É importante referir, o facto de inicialmente, ter optado por demonstrar uma atitude autoritária com os alunos, algo que com o decorrer do tempo foi-se alterando, isto é, consegui perceber que através do apoio, da empatia, paciência, compreensão, acolhimento, respeito à individualidade de cada criança, limites, autoconhecimento e exemplos positivos (Nelsen, 2015) consegui ter uma relação mais próxima com os alunos e possuir um ambiente de aula favorável à aprendizagem.

Por último, surge o clima, que se encontra diretamente ligado com o ambiente da aula. A forma encontrada para regular e estabelecer a motivação dos alunos, mantendo um clima de aula positivo, foi, segundo Januário et al. (2015), a preservação de uma relação próxima e amigável com os alunos, que fez com que estes estivessem mais predispostos a participarem nas atividades apresentadas.

Relativamente aos ajustamentos, admito que foram sentidas algumas dificuldades na parte inicial do ano, uma vez que, sentia algum receio em afastar-me do que tinha sido planeado.

Contudo, após várias conversas com o professor Filipe Figueiras e até mesmo com os meus colegas de estágio, consegui ter uma acentuada melhoria, através das reflexões que realizava das aulas lecionadas e dos conselhos recebidos pelos meus colegas e pelo OC.

Sucedeu algumas vezes que, por falta de material ou até mesmo devido às condições climáticas que me impediam de utilizar o espaço previsto para a aula, levou-me a ter que alterar quase tudo o que tinha planeado e adaptar-me ao contexto imediato.

1.4 Avaliação

A avaliação é o conjunto de processos que propõe o acompanhamento regulador das aprendizagens desejadas, integrando a verificação da sua conceção (Roldão, 2008). Por sua vez, Gonçalves et al. (2016) afirmam que a avaliação deve ter por objetivo o aperfeiçoamento do ensino. É um processo contínuo e integrado, que regula e orienta a prática pedagógica, apoiado num registo diário da evolução dos alunos.

Segundo Rink (2014), a sua verdadeira finalidade é proporcionar aos alunos informações sobre a sua progressão e o estado atual dos seus conhecimentos; observar e verificar a eficácia das metodologias de ensino; possibilitar que o professor possa verificar o estado atual dos seus alunos em relação aos objetivos; colocar os alunos no grupo ideal conforme as suas competências e por fim, fornecer ao professor informações objetivas acerca do nível dos alunos para posteriormente serem atribuídas as classificações.

Com base em Sousa (2012), o processo avaliativo deverá englobar uma avaliação inicial, uma avaliação formativa e uma avaliação final.

No que diz respeito à avaliação inicial ou diagnóstica, foi sempre realizada no início de cada UD e o principal objetivo passou por evidenciar todas as características da turma, que vão influenciar o decurso do processo de ensino e aprendizagem. Serviu também, como uma orientação que permitiu ajustar o planeamento das aulas às necessidades dos alunos.

A forma escolhida para realizar esta avaliação foi através da observação dos alunos em situação de jogo, uma vez que este contém a maioria dos conteúdos que iriam ser abordados posteriormente. Com base nessa observação, foi preenchida uma grelha de verificação criada pelo grupo de EF da escola.

De seguida, surge a avaliação formativa, que deve ocorrer em todos os momentos da aula, servindo de regulação do processo de ensino e aprendizagem (Gonçalves et al., 2016). Ao longo de todo o processo de ensino e aprendizagem, através das reflexões realizadas, conseguimos tirar conclusões, que nos permitiam adequar as tarefas propostas às necessidades dos alunos. De referir ainda, que a observação também teve um papel de extrema importância neste momento de avaliação, o que resultou numa melhoria significativa na qualidade e pertinência da emissão dos feedbacks aos discentes.

Por último, salientamos a avaliação sumativa, que, segundo Gonçalves et al. (2016), é o balanço final que permite ao docente ter uma visão do que foi o processo ensino e aprendizagem. Posto isto, com a finalidade de quantificar o progresso realizado pelo aluno, no final de cada UD, era realizada uma aula de avaliação sumativa.

No contexto prático, 20% da avaliação correspondia ao domínio cognitivo, 40% ao domínio psicomotor e 40% ao domínio atitudinal. No final, através destes domínios, os alunos conseguem obter a classificação final do período.

No primeiro, segundo e terceiro período, o domínio cognitivo dos alunos foi avaliado através do questionamento em aula, avaliando o seu conhecimento acerca das modalidades e dos seus regulamentos. Relativamente ao domínio psicomotor, este foi dividido entre as atividades físicas, que correspondia a 35% e a aptidão física, que correspondia a 5% da avaliação. As atividades físicas foram avaliadas através de grelhas sistemáticas que continham os conteúdos contemplados no planeamento das UD. A avaliação da aptidão física foi realizada através dos testes de aptidão física, fornecidos pela plataforma FITescola, que incluíam o teste de força abdominal, força dos membros inferiores e superiores; o teste de resistência, o vaivém, o teste de flexibilidade de ombros, flexibilidade dos membros inferiores e os testes de impulsão vertical e horizontal. No caso do segundo período, como ocorreu a passagem para o regime online, a percentagem das atividades físicas foi substituída pela realização de um trabalho teórico, já que, após uma reunião com o grupo de EF, chegamos à conclusão que não era possível avaliar parâmetros técnicos das modalidades a lecionar com os alunos em casa.

Por fim, o domínio atitudinal, dividiu-se pela responsabilidade e cooperação com uma percentagem na classificação final de 20%, cada uma. A assiduidade/pontualidade, o material e o empenho estavam representadas na responsabilidade. No respeito/cooperação, no sentido crítico, na identificação de problemas e apresentação de soluções, estavam representadas na cooperação.

A autoavaliação decorria sempre na última semana de aulas, onde os alunos refletiam sobre o trabalho realizado ao longo do período, apontavam os aspetos positivos e negativos das aulas e até poderiam sugerir algumas alterações à lecionação. Depois, atribuíam a classificação que melhor se ajustava à sua situação.

Esta avaliação foi importante, porque foi dos poucos momentos em que os alunos podiam refletir sobre o seu desempenho, de uma forma séria e honesta, com sentido de responsabilidade.

IV. Participação na escola e Relação com a comunidade

1. Atividades realizadas

Segundo Fior & Mercuri (2003), estas atividades podem ser entendidas como aquelas que são realizadas sem características obrigatórias.

A primeira atividade foi a participação no “Dia Mundial da Dança”, onde, os três estudantes estagiários criaram uma coreografia para apresentar às turmas do ER. Ainda durante o primeiro período, organizamos um Torneio de Futebol 7x7 “StayAway”, onde conseguimos na mesma praticar a modalidade de Futebol, mas com as restrições necessárias para estarmos todos em segurança. Esta atividade destinava-se aos alunos do 9ºano e ensino secundário, ocorreu no campo principal do pólo de Santa Catarina do ER e toda a organização, planeamento e gestão ficou a cargo dos estudantes estagiários.

Já no segundo período, quando ocorreu a passagem para o regime online, como houve uma paragem letiva de duas semanas, de forma a que os alunos continuassem a realizar algum tipo de atividade física, o grupo de EF sugeriu-lhes que efetuassem o “Desafio Tabata Online”. Esta proposta consistia em os alunos, através da observação de um vídeo partilhado pelo grupo de EF, que possuía exemplos de exercícios de condição física, criarem o próprio Tabata.

A terceira atividade em que participei ocorreu no dia 28 de abril e contou com a participação do Doutor Carlos Resende, um dos andebolistas mais históricos em Portugal. Este Webinar foi destinado a três turmas do 9ºano de escolaridade, decorreu no ER, mas o convidado utilizou a plataforma “Teams” como ferramenta de apresentação. Durante a atividade, o Doutor Carlos Resende abordou o seu percurso escolar e desportivo e contou algumas experiências pessoais. O nosso objetivo foi trazer uma figura mediática, conhecida a nível nacional e internacional, para fazer ver aos estudantes que é possível praticar conciliar os estudos com a prática desportiva.

Por último, quase no término do ano letivo, apresentamos o seminário pedagógico, cujo tema principal foi “O Desporto na vida de um estudante”. Tendo em conta a situação pandémica e as restrições impostas, a sua apresentação foi realizada por videoconferência através do “Teams” e foi destinada a quatro turmas do 11ºano de escolaridade. De salientar também, que contou com a presença de três convidados, dois deles estavam diretamente ligados ao nosso tema e um mais relacionado com o tema da nutrição.

Independentemente de no início terem ocorrido alguns problemas técnicos, o impacto que o seminário teve nos alunos superou bastante as nossas expectativas e os alunos demonstraram uma ótima participação na apresentação, o que concorreu para que houvesse uma boa dinâmica.

Em relação ao nosso Projeto de Intervenção, com base no ambiente envolvente, desenvolvemos um estudo acerca do MED, quer durante o regime presencial, quer durante o ensino à distância na lecionação das modalidades de Voleibol e Dança. Para a recolha de dados, foram realizadas entrevistas e pequenos questionários aos alunos.

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

De facto, a escola tem um papel notável na formação dos alunos, na medida em que estes passam grande parte o seu tempo neste estabelecimento, comparativamente com o tempo que passam em casa. Por isso, compete aos professores fazerem parte do processo de formação dos alunos enquanto cidadãos ativos na sociedade, manifestando comportamentos que ajudem a construir uma geração. No ER, a comunidade escolar é extremamente unida, isto é, existe uma relação próxima entre professores e alunos, o que ajudou na nossa integração no meio e na compreensão do funcionamento da instituição escolar. No meu caso, como frequentei escolas privadas e até frequentei um ano o ER, já estava mais habituado à sua dinâmica e à interação com os discentes fora do contexto de aula.

Tal como referido por Meireles et al. (2015), os alunos dão mais importância ao nível de conhecimento e às atitudes do professor. Assim, inicialmente, adotei uma postura mais exigente e consistente com a implementação de condutas a ter durante a aula e regras que tinham que cumprir obrigatoriamente. Com o passar do tempo, os alunos começaram-se a adaptar à forma como lecionava as aulas e eu comecei a ajustar-me às suas características, o que gerou um melhor relacionamento interpessoal, nunca ultrapassando a barreira existente entre aluno e professor. Em relação a problemas de conflitos, foram muito raros, mas aprendi que é bastante importante ajudá-los a gerir as suas emoções e saber respeitar e criar laços com os colegas, de forma a originar um espírito de equipa, união e coesão extremamente forte, o que proporciona um clima e ambiente de aula positivo.

Concluindo, as envolvências nas atividades educativas possibilitam que o EE deixe a sua marca tanto na escola como nos seus alunos. Percebemos também que para além de sermos professores, podemos ter um papel ativo no desenvolvimento social dos alunos, contribuindo igualmente para a promoção da saúde e bem-estar.

3. Socialização profissional e institucional

Durante todo o ano que tive o privilégio de lecionar no ER, interagi com docentes e discentes, convivi com os funcionários da cantina e até mesmo com os porteiros, o que me possibilitou aumentar o meu nível de conhecimento e ter oportunidade de ouvir e partilhar novas ideias e conceitos.

Destacando primeiramente a relação criada com o ER, realço a disponibilidade com que nos acolheram e ajudaram neste longo processo. Junto da comunidade educativa, tentamos causar um efeito positivo através da boa disposição e ajudar em tudo o que fosse necessário.

Em relação ao grupo de EF, estavam sempre disponíveis para ajudar e demonstravam um espírito de união e cooperação fundamentais para a nossa integração na comunidade escolar.

Relativamente ao Professor Filipe Figueiras, que, além de ter tido um papel essencial na partilha de conhecimento e experiência, foi um dos pilares para o nosso enquadramento no meio envolvente. Como é dito por Batista, Paula Borges (2015), o OC deve deixar de ser um modelador, mas ser um co-construtor da prática envolvendo os estudantes em práticas reflexivas adquirindo de forma substancial a prática.

No que diz respeito aos meus colegas da PES, como já tínhamos uma relação anteriormente criada no ISMAI, a partilha, e a dinâmica do grupo, assim como os momentos de reflexão em conjunto que possuíamos ajudaram para termos um melhor crescimento pessoal e profissional.

Por fim, como forma de potencializar as relações com toda a comunidade do ER, no nosso tempo livre ou até na hora de almoço procurávamos sempre interagir com as pessoas próximos dos nossos locais de lecionação, para que estes pudessem ser uma ajuda durante a PES e em todas as atividades realizadas.

4. A Componente ético-profissional

A construção da nossa identidade profissional como professor de EF tem início numa fase ainda muito antecipada, onde o EE apenas manifesta o gosto pela atividade física e a respetiva influência que esse interesse tem na escolha da profissão (Lima et al., 2014).

Além da identidade profissional, também temos o contributo importante da ética no quotidiano dos alunos que, como é dito por Queirós (2014), está inserida em todos os atos que o ser humano pratica, que faz com que existam responsabilidades, quer individuais, quer sociais. Enquanto EE, o nosso verdadeiro objetivo passou por demonstrar competência perante a comunidade escolar, reunindo as condições necessárias para que o desempenho profissional correspondesse às expectativas definidas pelo sistema educativo, provando assim o que é ser um verdadeiro profissional.

No que diz respeito ao ER, apercebi-me logo de um cuidado enorme no contributo que os professores têm na formação e educação dos alunos, o que faz com que sejam exigidas certas características pessoais aos professores, nas quais eu me senti 100% identificado. Uma característica em particular que merece destaque foi o facto de eu ter sido um professor extremamente ativo, seja nas reuniões ou na assiduidade e pontualidade demonstrada ao longo do ano.

Em conclusão, verifica-se que é essencial para a profissão de professor o facto de devemos ter o conhecimento teórico e prático dos conteúdos, mas também temos que influenciar positivamente o trajeto dos discentes.

V. Desenvolvimento profissional

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

A dimensão do desenvolvimento profissional reflete-se sobre as vivências e experiências do EE, como base para a construção e desenvolvimento da sua identidade profissional. Para Marcelo (2009), o desenvolvimento profissional é considerado como um processo a longo prazo, no qual existem diferentes tipos de oportunidade e experiências, instigando ao crescimento e desenvolvimento do docente.

Com efeito, a PES teve um contributo fulcral na minha formação inicial como professor, uma vez que me possibilitou aplicar todos os conhecimentos e competências que foram adquiridos durante o meu percurso académico num contexto real. Além disso, também a capacidade reflexiva surge como promotora do desenvolvimento profissional como afirmam Mesquita & Roldão (2017), que aliada à experiência proporciona a criação de fatores que melhoram a nossa capacidade pedagógica e de investigação científica.

Desta forma, tivemos a oportunidade de estar a par de todo o processo de planeamento, realização e avaliação e ao mesmo tempo apercebermo-nos que poderia sempre suceder algo inesperado. Todavia, através dos momentos de reflexão, conseguimos encontrar soluções ajustadas para ultrapassar as adversidades encontradas durante as aulas.

Referindo agora as dificuldades, em primeiro lugar, destaco o grande esforço e trabalho que tivemos em complementar exercícios com dinâmicas inovadoras com as progressões pedagógicas adequadas para os alunos, o que nos levou a uma constante procura de informação e a vários diálogos com os colegas estagiários e o OC.

De seguida, a colocação e tom de voz também foram um obstáculo, contudo, através de um melhor relacionamento com as turmas e com exercitação em casa e com os colegas foi facilmente ultrapassado.

Por último, relativamente ao meu conhecimento teórico e prático, senti algumas dificuldades na explicação e demonstração dos conteúdos de certas modalidades, o que fez com que tivesse que fazer uma revisão de todo o material adquirido ao longo da minha formação académica e pedir conselhos ao OC e ao grupo de EF, para efetuar uma intervenção precisa e objetiva junto dos alunos.

Concluindo, como a nossa sociedade está em constante mudança, é fundamental a busca de novos conhecimentos e saberes.

VI. Reflexões finais

Indubitavelmente, o ano letivo que passou foi o momento mais marcante de todo o meu percurso acadêmico e vai permanecer na minha memória para sempre. Nesta experiência inesquecível, houve uma mistura enorme de sentimentos e sensações, momentos menos positivos e alguns imprevistos, mas, no final, posso afirmar que todo o esforço valeu pena e ainda houve um contributo muito bom para uma mudança positiva na minha vida, quer a nível pessoal, quer a nível profissional.

A nível profissional, destaco que a PES, formou-me tanto ou mais que todos os outros anos presenciados no ISMAI e principalmente obrigou-me a ter que crescer bastante como pessoa, uma vez que, agora, tinha a responsabilidade de transmitir aos alunos os valores e ideais certos para estes terem um futuro com sucesso. Apesar de o ISMAI ter tido um papel fundamental no que concerne ao conhecimento teórico dos conteúdos, que me possibilitou uma melhor incorporação na lecionação, com o passar das semanas fui-me apercebendo que ser professor era muito mais do que saber ensinar. Um docente é aquele que além de ser o principal meio de divulgação de conhecimento, tem que saber criar excelentes relações com os alunos e lidar com o modo de agir de cada um. Tal como diz Nobre & Ribeiro da Silva (2015), um bom professor deve enraizar qualidades como a compreensão e valorização dos alunos, e como tal, deve usar estratégias criativas, lúdicas e eficazes, proporcionando um clima agradável e de trabalho na sala de aula.

Relativamente à relação com os alunos, procurei ajudá-los a adotar estilos de vida mais ativos e saudáveis, a mantê-los motivados para a prática, através de novos exercícios ou jogos e o meu foco desde o início foi construir relações baseadas na amizade e no respeito.

Evidenciando agora a evolução da minha identidade profissional, posso frisar que mesmo com erros cometidos, através das conversas com os meus colegas e das reflexões realizadas aula após aula com o OC, fui aprendendo e ouvindo sugestões que me levaram a adquirir competências essenciais na docência e que me ajudaram a ultrapassar todos os obstáculos que tinha pela frente.

Por fim, refiro que o percurso da docência ainda agora começou e tudo o que vivi este ano nunca vai ser esquecido, mas, a disciplina de EF como é um ciclo de formação contínua, as constantes mudanças das gerações e da sociedade têm que ser devidamente acompanhadas.

O futuro não sei o que me reserva, contudo, tenho uma certeza: vou fazer aquilo que sempre desejei.

VII. Referências bibliográficas

- Albuquerque, A., Graça, A., & Januário, C. (2005). *A supervisão pedagógica em educação física: A perspectiva do orientador de estágio*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Altet, M. (2008). *As competências do professor profissional: entre conhecimentos, esquemas de ação e adaptação, saber analisar. Formando Professores Profissionais: Quais Estratégias? Quais Competências?* 23-35.
- Andrade, P. (2013). Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Básica dos 2º e 3º ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia. Funchal: P. Andrade. Relatório de Estágio apresentado à Universidade da Madeira.
- Araújo, R., Hastie, P., Bessa, C., & Mesquita, I. (2017). The evolution of student-coach's pedagogical content knowledge in a combined use of sport education and the step-game-approach model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(5), 518-535.
- Batista, P., Graça, A., & Queirós, P. (2014). *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física*. Porto: FADEUP.
- Batista, Paula Borges, C. (2015). Professor Cooperante: Papel e Desafios no Contexto Português e Quebequense. In *Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer*. Lisboa: Visão e Contextos, Edições e Representações.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Caires, S., Almeida, L. S., & Vieira, D. (2010). O estágio na formação de professores: Validação da versão reduzida do Inventário de Vivências e Percepções do Estágio. *Avaliação Psicológica*, 9(1),1-12
- Canestraro, J., Zulai, L., & Kogut, M. (2015). *Principais Dificuldades Que O Professor De Educação Física Enfrenta No Processo Ensino-Aprendizagem Do Ensino Fundamental E Sua Influência*, (August), 10.
- Cunha, A. (2008). *Ser professor - bases de uma sistematização teórica*. Braga: Casa do Professor.

- Da Silva Ferreira, J., Henrique Dos Santos, J., & De Oliveira Costa, B. (2015). *Perfil de formação continuada de professores de Educação Física: modelos, modalidades e contributos para a prática pedagógica*. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(3), 289-298.
- Fensterseifer, P. E., & Silva, M. (2011). Ensaando o «novo» em educação física escolar: a perspectiva de seus atores. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte (Impresso)*, 33(1), 119-134.
- Fior, C. A., & Mercuri, E. (2003). *Formação universitária: o impacto das atividades não obrigatórias*. In *Estudante universitário: características e experiências de formação*. Taubaté: Cabral Editora.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2016). *Avaliação: um caminho para o sucesso de ensino e aprendizagem*. Maia: Edições ISMAI.
- Hastie, P. A., & Casey, A. (2014). Fidelity in Models-Based Practice Research in Sport Pedagogy: A Guide for Future Investigations, *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(3), 422-431.
- Januário, C., Anacleto, F., & Henrique, J. (2015). Rotinas de planeamento e ensino. In R. Resende, A. Albuquerque & A. Gomes (Eds.), *Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer*. Lisboa: Europress-Indústria Gráfica.
- Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, r. (2014). *A Prática de Ensino Supervisionada: As dificuldades dos estudantes estagiários*. *Movimento*, 8(5), 68-74.
- Lugle, A. M. C., & Cassiana, M. (2013). *O Papel Do Estágio Na Formação Do Professor Dos Anos Iniciais Do Ensino Fundamental*, 1, 119-128.
- Marcelo, C. (2009). *Desenvolvimento Profissional Docente: passado e futuro*. *Sísifo/revista de ciências da educação* (8), 7-22.
- Metzler, M. W. (2011) *Instructional models for physical Education*. Third edition. Scottsdale: Holcomb Hathaway.
- Meireles, P., Moreira, L., & Santos, P. (2015). *A percepção dos alunos sobre as qualidades do “bom professor” de Educação*, in R. Batista, Paula; Queirós, Paula; Rolim (Ed.), *Olhares sobre o Estágio Profissional em Educação Física (2a)*. Editora FADEUP.

- Mesquita, E., & Roldão, M. do C. (2017). A Supervisão como dispositivo de desenvolvimentoprofissional e transformação de práticas. *Atas Do II Seminário Internacional Educação, Territórios e Desenvolvimento Humano*, 786-802. <https://doi.org/10.1360/zd-2013-43-6-1064>
- Nelsen, J. (2015). *Disciplina positiva: O guia clássico para pais e professores que desejam ajudar as crianças a desenvolver autodisciplina, responsabilidade, cooperação e habilidades para resolver problemas* (3ªEd). Edições Manole.
- Nobre, P., & Ribeiro da Silva, E. (2015). *O Perfil do Professor de Educação Física na Perspetiva dos Alunos em Formação Inicial*. *Ágora Para La Educación Física y El Deporte*, 18(2), Percepções do Estágio. *Avaliação Psicológica*, 9(1), 1-12. Retrieved from http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2016/08/agora_18_2d_bernardes_et_ferro.pdf
- Resende, R., & Lima, R. (2016). *Relação professor de educação física e alunos: Teoria, investigação e intervenção*. In D. Bartholomeu, J. M. Montiel, A. A. Machado, A. R. Gomes, G. Couto, & V. Cassep-Borges (Eds.), *Relações interpessoais concepções e contextos de intervenção e avaliação* (pp. 133-153). São Paulo, Brasil: Vetor Editora.
- Rink, J. (2014). *Teaching physical education for learning* (7ªEd.). New York: McGraw Hill.
- Roldão, M., (2008). *Gestão do Currículo e Avaliação de Competências: as questões dos professores* (5ªEd.). Lisboa, Editorial Presença.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. *Pedagogia Do Desporto*, 69.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2007). *A formação para ser treinador*. 1o Congresso Internacional de Jogos Desportivos.
- Rufino, L., & Neto, S. (2016). Novos modelos curriculares para a Educação Física brasileira: resenha do livro "Instructional Models for Physical Education 3ªEdição. *Motrivivência*, 28(47), 290-304
- Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality PE through positive sport experiences*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a enseñar la educación física* (2a). Barcelona: INDE Publicaciones.

Sousa, R. P. (2012). *A promoção do aluno e do critério na aula de Educação Física*. Boletim Da Sociedade Portuguesa de Educação Física, (36),85-92. Retrieved from <https://boletim.spef.pt/index.php/spef/article/view/142>.