

Francisco Miguel Rocha Dias Fernandes

nº 28709

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, publicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação do Mestre Jorge Miguel Teixeira Nunes Pereira, do Instituto Universitário da Maia e do Professor Ruben Carola, do Colégio da Trofa.

Junho de 2019

## AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, irmão e avô por estarem sempre do meu lado, e por terem feito de mim tudo aquilo que sou hoje.

Aos meus amigos, pela camaradagem, pelas gargalhadas, pelos momentos de boa disposição.

Ao João Paulo, meu colega de estágio. Certamente que guardamos muitas memórias, mútuo apoio, aprendizagens, partilhas, cooperação e entreajuda.

Ao Colégio da Trofa, pela oportunidade de ter uma experiência de estágio diferente.

Às minhas turmas, pela oportunidade de crescer enquanto professor e, acima de tudo, a oportunidade de poder ensinar.

Ao professor cooperante, Ruben Carola, por todos os ensinamentos, pelo apoio, pelas correções, por me deixar falhar, por me obrigar a pensar, mas, acima de tudo, por me fazer crescer enquanto futuro professor e pessoa. Pelo excelente ser humano que foi ao longo deste ano de estágio.

Ao Simão, ao Hugo e à Barbara, mais que um núcleo de Educação Física, foram também meus orientadores e amigos.

Ao professor supervisor, Jorge Pereira, por ser compreensível, por ser mais que um professor. Por me ensinar com simples observações de aulas, pela a atenção ao detalhe e pormenor, por contribuir para a minha evolução enquanto professor.

À Diana, pela referência, pela paciência, pela disponibilidade, pela ajuda e por todo o amor e apoio ao longo deste caminho.

Um obrigado a todos!

## Resumo

O presente relatório surge como descrição e reflexão final da Prática de Ensino Supervisionada, percorrendo detalhadamente todas as atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo de 2018/2019. Adicionalmente, serve o presente para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pelo Instituto Universitário da Maia.

A Prática de Ensino Supervisionada decorreu no Colégio da Trofa, cujo Projeto Educativo se centra em critérios de ética e valores humanos, bem como de eficiência, rigor e disciplina, contando com uma articulação constante Escola – Família e respeitando as Metas de Aprendizagem definidas pelo Ministério da Educação e, em todos os momentos, a individualidade de cada aluno.

Este relatório é composto por 6 capítulos: *I. Enquadramento Pessoal e Profissional*, onde são elencados os motivos pelos quais escolhi esta profissão e as minhas expectativas antes do início do ano letivo; *II. Enquadramento Institucional*, onde faço uma breve reflexão acerca da importância da Prática de Ensino Supervisionada, bem como caracterizo a escola onde a mesma foi efetuada, o núcleo de estágio e a sua envolvência na comunidade escolar; *III. Prática Profissional: do plano de análise ao da intervenção*, no qual estão contempladas as fases e a organização do processo de ensino, desde o planeamento e realização até à avaliação; *IV. Participação na escola e relação com a comunidade*, que se refere à participação na escola através das atividades realizadas, da socialização e da importância da formação ao longo da carreira do professor; *V. Desenvolvimento Profissional*, no qual estão inseridos o seminário realizado e a reflexão de iniciação à investigação científica, bem como uma reflexão sobre aspetos menos conseguidos no plano de construção de conhecimentos; *VI. Reflexões Finais*, onde é feito um balanço de toda esta experiência, bem como do impacto da Prática de Ensino Supervisionada quer a nível pessoal, quer a nível profissional.

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

## Abstract

This report is a description and the final reflection of the Supervised Teaching Practice, covering all the activities developed during the academic year 2018/2019. Additionally, it serves to obtain the Master's degree in Physical Education Teaching of Basic and Secondary Education by the Institute University of Maia.

The Supervised Teaching Practice was developed at the Colégio da Trofa, whose Educational Project focuses on criteria of ethics and human values, as well as efficiency, rigor and discipline, with a constant articulation between School-Family and respecting the defined Learning Goals by the Ministry of Education and, in all moments, the individuality of each student.

This report is composed by 6 chapters: *I. Personal and Professional Setting*, in which are listed the reasons why I chose this profession and my expectations before the beginning of this school year; *II. Institutional Framework*, where I make a brief reflection of the importance of the Supervised Teaching Practice, as well as a characterization of the school where it was carried out, the core of the internship and its involvement in the school community; *III. Professional Practice: from the analysis' plan to the intervention*, which includes the organization of the teaching process, from planning and realization to evaluation; *IV. Participation in school and relationship with the community*, which refers to participation in the school through the activities carried out, socialization and the importance of training throughout the teacher's career; *V. Professional Development*, which includes the seminar and a reflection on the initiation of scientific research, as well as a reflection about the aspects less achieved in the construction of knowledge; *VI. Final Thoughts*, where it is made a balance of all this experience, as well as a reflection of the impact of the Supervised Teaching Practice both personally and professionally.

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

## **Índice de Siglas e Acrónimos**

<b>EE</b>	Estudante(s) Estagiário(s)
<b>EF</b>	Educação Física
<b>ISMAI</b>	Instituto Universitário da Maia
<b>MEC</b>	Modelo de Estruturas de Conhecimento
<b>OC</b>	Orientador Cooperante
<b>PES</b>	Prática de Ensino Supervisionada
<b>SP</b>	Supervisor Pedagógico
<b>UC</b>	Unidade Curricular
<b>UD</b>	Unidade Didática

# Índice Geral

<b>1. Introdução</b> .....	1
<b>2. Enquadramento pessoal e profissional</b> .....	2
2.1 Uma decisão a partir de um percurso .....	2
2.2 Expectativas iniciais .....	3
<b>3. Enquadramento Institucional</b> .....	5
3.1 A importância da PES .....	5
3.2 A PES no ISMAI .....	5
3.3 A escola cooperante: lugar de prática.....	6
3.4 O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional... .	8
<b>4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção</b> .....	10
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	10
4.1.1 Conceção de ensino .....	10
4.1.2 Planeamento .....	11
4.1.3 Realização.....	14
4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica.....	14
4.1.4 Avaliação .....	18
<b>5. Participação na escola e Relação com a comunidade</b> .....	21
5.1 Atividades realizadas .....	21
5.2 Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação.....	23
5.3 Socialização profissional e institucional.....	24
5.4 A componente ético-profissional.....	25
<b>6. Desenvolvimento profissional</b> .....	26
6.1 Dificuldades e necessidades de formação contínua:um imperativo da profissão.	26
<b>7. Reflexões finais</b> .....	27
<b>8. Referências bibliográficas</b> .....	29

## **1. Introdução**

O presente relatório de estágio surge como tarefa final no âmbito da Unidade Curricular (UC) de Prática de Ensino Supervisionada (PES), tendo em vista a obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pelo Instituto Universitário da Maia (ISMAI).

A PES é realizada com vista à profissionalização de Professores de Educação Física (EF). A minha prática decorreu no Colégio da Trofa, no ano letivo 2018/2019, com início no dia um de setembro de 2018, tendo como objetivo o desenvolvimento de uma prática pedagógica segundo todos os conhecimentos adquiridos até ao momento, sob a orientação e supervisão do Professor Cooperante,

Com o objetivo de alcançar sucesso na PES, existe uma supervisão pedagógica e universitária. Esta supervisão abrange a presença de um professor cooperante e de um supervisor, que nos orientam durante todo o ano letivo, analisando, corrigindo e dando indicações, com a finalidade de promover uma evolução na nossa ação pedagógica.

A PES proporciona, ainda, a inclusão no meio educativo de uma comunidade escolar, que nos permite construir a nossa capacidade crítica sobre o ensino da Educação Física, bem como desenvolver meios e técnicas de adaptação a diferentes contextos da prática, tendo, por isso, uma extrema importância para o percurso do futuro docente.

A ordem de trabalhos deste relatório seguirá o regulamento da PES do ISMAI, procurando retratar as dimensões pessoais e profissionais, o enquadramento institucional, a organização e gestão do ensino e da aprendizagem, a participação na escola e a relação com a comunidade escolar e o desenvolvimento profissional.

## **2. Enquadramento pessoal e profissional**

### 2.1 Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é Francisco Miguel Rocha Dias Fernandes, tenho 25 anos e sou natural de Landim, uma pequena aldeia pertencente ao concelho Vila Nova de Famalicão. Toda a minha infância foi passada na freguesia de Landim.

Frequentei o Colégio Instituto Nun'alvres, mais conhecido por Colégio das Caldinhas, desde o infantário até ao 9º ano de escolaridade. Ainda hoje tenho um especial apreço por essa escola, uma vez que aí estudei cerca de 13 anos, o que me proporcionou a vivência de bons momentos enquanto criança e adolescente. Foi também nessa escola que me foram proporcionadas experiências ao nível da atividade física, que contribuíram para o meu percurso.

Após a conclusão do 3º Ciclo, mudei-me para a escola Secundária da Trofa, onde concluí o Ensino Secundário, ingressando no curso Tecnológico de Desporto e obtendo, assim, a habilitação de técnico desportivo. Desde esse tempo que recordo o interesse pelo desporto e pela disciplina de Educação Física. Como frequentava o curso de desporto, tive desde o início contacto com várias modalidades e várias disciplinas ligadas ao desporto, o que me enriqueceu a nível pessoal e enquanto estudante.

Uma vez terminado o ensino obrigatório, e com a vontade de seguir a via de ensino, neste caso professor de Educação Física, entrei no ISMAI em 2013, concluindo a Licenciatura em Educação Física e Desporto em 2017. Obtive um enorme conhecimento sobre a Educação Física em geral, sobre cada uma das modalidades, em concreto, e ainda sobre diversas áreas do desporto. Foram quatro anos atribulados, devido a uma lesão no Futebol, que me obrigou a ser operado ao joelho, o que me impediu de fazer as aulas práticas durante um ano letivo.

Concluída a Licenciatura, ainda em 2017, ingressei no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários no ISMAI. Encontro-me, atualmente, no segundo ano, a realizar a Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada.

Para além de todo o percurso académico, o desporto sempre esteve bastante presente na minha vida, uma vez que, com apenas oito anos de idade, iniciei a minha carreira de futebolista no Boavista Futebol Clube. Toda a minha formação foi feita sob este grande emblema, passando oito anos ao seu serviço. Por isso, posso dizer que o Boavista me fez crescer enquanto atleta e enquanto ser humano, tendo sido fundamental para a construção da pessoa que sou hoje.

Em 2010 fui transferido para o Clube Desportivo Trofense, integrando o plantel de formação, na categoria de Juvenis A e onde permaneci até aos Juniores A. Após estes três anos, fui selecionado para ficar no plantel profissional sénior do Trofense, tendo a oportunidade de realizar o maior sonho da minha vida: ser jogador profissional de Futebol. Poderiam ser os melhores dois anos a nível desportivo, se não fosse o azar de me lesionar e ser operado duas vezes ao joelho, o que me condicionou para atingir esse objetivo. Após ter sido operado três vezes aos joelhos, coloquei um fim na minha curta carreira profissional, precisamente por questões de saúde. Foi uma decisão difícil, que ainda hoje mexe comigo.

Para terminar, em 2017 cumpri mais um grande sonho na minha vida: realizei uma viagem a Moçambique, mais propriamente a Nova Mambone, com a duração de um mês, em missão de voluntariado. Foi, sem dúvida, a maior experiência da minha vida. Naquele cantinho do mundo, podemos sentir a pura felicidade de viver, a simplicidade de cada minuto que passa e aprender a valorizar o que realmente importa. Cada dia que passa aumenta a saudade e a esperança de um dia voltar. Não tenho dúvidas que esse dia está a chegar. Como lá aprendi, “Mais do que aquilo que fazemos é aquilo somos”.

## 2.2 Expectativas iniciais

As minhas expectativas para este segundo ano de mestrado e, conseqüentemente, para a PES numa escola, eram elevadas, mas com um misto de sentimentos. Por um lado, de orgulho e de satisfação por estar a iniciar um ano determinante do meu ciclo académico, com vontade de fazer sempre melhor e uma grande alegria por fazer a transição de aluno para docente; por outro, com a certeza de que seria um ano muito exigente, no qual iria ser responsável pelo crescimento e aprendizagem de muitas crianças e jovens, o que aumentava o meu nervosismo e ansiedade para que tudo corresse bem.

Transformei esse nervosismo e ansiedade numa forma de estar mais conscienciosa e atenta pelas minhas performances, durante as aulas e na sua preparação. O meu objetivo sempre foi proporcionar uma aprendizagem progressiva, permitindo que os meus alunos evoluíssem, procurando marcar pela positiva e inculcando sempre o gosto pela prática desportiva, com a intenção de se tornarem jovens mais ativos e saudáveis em contexto escolar e social.

No que respeita à comunidade escolar, devo referir que estava com algum receio da receção e integração, uma vez que não tinha experiência em contexto de prática. Não obstante, a relação com os professores foi bastante enriquecedora, já que estiveram sempre disponíveis para troca de experiências e conhecimento. Relativamente aos alunos, tal como previa, inicialmente deparei-me com alguma ansiedade por ser a primeira vez que assumia o papel de professor, mas isso foi rapidamente ultrapassado.

Neste ano que foi repleto de trabalho e novos contextos, evoluí enquanto pessoa e, conseqüentemente, desenvolvi as minhas capacidades de docente, o que me vai, certamente, ajudar no contexto profissional. Ao longo deste percurso, existiu a partilha de diferentes opiniões, com o meu colega de curso, orientador de estágio, comunidade docente e não docente relativamente aos mais variados assuntos, o que contribuiu para um aumento do meu conhecimento.

Assim, ultrapassei as minhas expectativas iniciais pela positiva, terminando a PES da melhor forma possível.

### **3. Enquadramento Institucional**

#### **3.1 A importância da PES**

Na minha opinião, a PES reveste-se de uma importância extrema, dado que se centra na componente essencial na formação dos professores, culminando um ciclo de aprendizagens, com o objetivo de preparar o EE para a atividade profissional docente. Assim, *“o estágio, na qualidade de elemento fundamental para o fortalecimento da ligação da universidade à escola, não tem, ainda, uma dimensão formativa academicamente valorizada. No entanto, ele afirma-se como um agente de socialização por excelência, na medida em que conduz as primeiras experiências de intervenção pedagógica, que marcam todo o percurso profissional do futuro professor”* (Albuquerque & Castro, 2015, p. 249).

Ao longo dos vários anos de Licenciatura e Mestrado, fomos adquirindo conhecimentos que considero imprescindíveis para o futuro docente, no entanto, apenas a PES nos oferece a oportunidade de aplicá-los em contexto real, possibilitando a prática quotidiana de um profissional de educação.

Adicionalmente, a PES possibilita um acompanhamento constante por parte do Orientador Cooperante (OC), que através da sua experiência e vivências, torna esta jornada mais rica.

Por fim, considero que a prática letiva, em contexto real, permite ao Estudante Estagiário (EE) vivenciar os vários papéis do professor numa escola, nomeadamente a planificação, gestão, realização e avaliação de ensino. Estas experiências são acompanhadas por uma reflexão crítica, relativamente às aulas lecionadas e atividades desportivas dinamizadas pelo EE, ao longo da PES.

#### **3.2 A PES no ISMAI**

A PES no ISMAI desenvolve-se no segundo ano de mestrado, oferecendo aos estudantes a oportunidade de colocar em prática tudo aquilo que lhes foi transmitido na teoria, nos anos anteriores. Para além disso, o ISMAI assegura a existência da PES, *“reconhecendo o valor e o impacto da docência na qualidade da educação, sublinha-se que a preparação de educadores e professores deve ser feita da forma mais rigorosa e que melhor valorize a função docente”* (Decreto-Lei n.º 79/2014, 2014).

A PES concede a possibilidade ao EE de contactar com novos métodos de ensino, de vivenciar novas aprendizagens e de experienciar um desenvolvimento contínuo, uma vez que somos incentivados a aplicar novos modelos de ensino, que nem sempre produzem o efeito esperado, obrigando-nos a adaptar e a melhorar sucessivamente as nossas capacidades de ensino.

Neste sentido, o ISMAI oferece ao EE a oportunidade de ser acompanhado pelo professor OC, na escola, e pelo professor Supervisor Pedagógico (SP), na instituição de ensino em apreço, através da qual é feito um acompanhamento personalizado e monitorização contínua dos estagiários.

Gostaria ainda de dar nota que, em todo este processo, o ISMAI demonstrou sempre bastante disponibilidade e interesse por ceder todos os materiais que solicitámos para a realização das atividades promovidas pelo núcleo de estágio no Colégio da Trofa, promovendo-se, assim, a ligação entre a PES e a instituição universitária.

### 3.3 A escola cooperante: lugar de prática

A minha PES decorreu no Colégio da Trofa, localizado no distrito do Porto e região Norte, pertencente ao município da Trofa, mais concretamente à cidade da Trofa e freguesia do S. Martinho do Bougado. A proximidade da estação de comboios da Trofa viabiliza a aglomeração de alunos não só da Trofa, mas também das zonas periféricas, em virtude do acesso privilegiado.

Ao nível dos recursos materiais, a escola disponibiliza diferentes espaços de ação, que permitem o desenvolvimento das atividades previstas no Plano Anual de Escola, nomeadamente, um pavilhão polidesportivo, um campo exterior de Futsal, uma biblioteca e um anfiteatro.

No que concerne à atribuição de turmas, durante todo o ano letivo, fiquei encarregue de lecionar as aulas de EF duma turma do Ensino Básico (*vide* 6ºA) e duma do Ensino Secundário (*vide* 11ºA2), com o propósito de ficar habilitado à docência dos grupos de recrutamento 260 e 620. A turma do 11º ano é composta por 20 alunos, sendo que 16 são do sexo feminino e quatro do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 16 e 17 anos. Já a turma do 6º ano é composta por 20 alunos, sendo que seis são do sexo feminino e 14 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 10 e os 11 anos.

Com o objetivo de iniciar a minha intervenção com os alunos de forma consciente e rigorosa, o OC Ruben Carola transmitiu-me a informação mais relevante de cada uma das turmas. Assim, apresentou-me as características gerais, com enfoque nos alunos passíveis de serem casos-problema, devido ao seu histórico de problemas ao nível do aproveitamento (dificuldades de aprendizagem) e do comportamento. Aí, percebi que as turmas iriam ter comportamentos divergentes, uma vez que a turma do 6º ano seria, naturalmente, mais agitada e que a do 11º ano seria mais consciente das suas atitudes e comportamentos, atendendo à sua diferente faixa etária.

Desde logo compreendi que seria um enorme desafio lecionar duas turmas com características e personalidades tão distintas, com realidades muito específicas. Estes fatores poderiam ter sido limitadores e constrangedores para quem estava a iniciar uma PES, mas tal não aconteceu. Não obstante saber as dificuldades que iria encontrar, encararei estes fatores como desafios a serem superados.

A este respeito, cumpre referir que, com a finalidade de perceber mais detalhadamente as características de cada aluno e da turma, propus elaborar um breve questionário escrito, que incidisse em questões relacionadas com a Atividade Física (AF) e a disciplina de EF. No entanto, devido à entrada em vigor do Regulamento Geral de Proteção de Dados, “*aplicação do novo Regulamento (EU) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de Abril de 2016*”, o Colégio considerou não se revelar oportuno a realização do mesmo. Porém, ao longo das primeiras aulas, fui conhecendo os alunos e consegui perceber o gosto pela prática desportiva de cada um, se estavam inseridos em alguma atividade extracurricular ao nível do desporto, bem como se tinham algum problema de saúde que os condicionasse para a realização das aulas de Educação Física.

No capítulo da oferta educativa, o Colégio da Trofa propicia um leque educativo bastante amplo, desde o Pré-Escolar, perpassando o Ensino Básico até ao Ensino Secundário.

O objetivo principal do Colégio da Trofa é proporcionar aos seus alunos as melhores condições de aprendizagem, promovendo um crescimento harmonioso, a par de uma formação cívica. O Colégio da Trofa *“assume-se como um estabelecimento de ensino particular, não confessional, aberto a todos, independentemente da sua raça, credo, ideologia ou condição social, desde que aceitem enquadrar-se neste Projeto Educativo, nas normas estabelecidas no respetivo Regulamento Interno, nos padrões de convivência social, respeitadora e tolerante, característicos da cultura portuguesa e da civilização europeia em que nos inserimos”* (Projeto Educativo do Colégio da Trofa). Como tal, o Colégio da Trofa procura sustentar a aposta no futuro, com o desenvolvimento do serviço prestado à comunidade, numa procura incessante da inovação em pedagogia, aceitando e propondo novos desafios junto da comunidade educativa.

Considerando o projeto diversificado e dinâmico, o colégio disponibiliza espaços próprios para trabalhos de aprendizagem e lazer, que funcionam de um modo extracurricular, tais como o Xadrez, a Dança, Educação Musical, atelier de Artes e atelier de Informática. Desta forma, o colégio tenta promover o autoconhecimento do aluno e despertar a sua sensibilidade artística, nas mais variadas áreas.

Pretende-se que os alunos se sintam integrados num contexto acolhedor e familiar, no qual aprendam de uma forma segura, estimulando-se o desenvolvimento no decorrer de todo o percurso de escolaridade obrigatória com a certeza de que, independentemente do grau de ensino que frequentam, são acompanhados por professores e técnicos dedicados, competentes e capazes de potenciar em cada aluno as suas capacidades intelectuais e humanas.

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

No que respeita ao núcleo da PES, este era constituído por dois EE, eu e João Paulo Carvalho. O facto de poder partilhar a PES com outro colega, que também me acompanha a nível académico, permitiu sentir-me mais à vontade para partilhar dúvidas, inseguranças e, acima de tudo, trocar perspetivas de ensino e aprendizagem dos alunos, assim como, muitas vezes, encontrar soluções e alternativas para determinados exercícios.

Nesse contexto, considero de extrema importância a existência de núcleos de estágio no decorrer do mesmo. O núcleo em que fui inserido sempre funcionou muito bem, dado que sempre estivemos à vontade para criticar, de forma construtiva, os planejamentos, as posturas e as atividades uns dos outros. Acredito que é com as diferentes formas de pensamento e ações que crescemos enquanto profissionais e até mesmo a nível pessoal.

De igual modo, cumpre referir que, para além do colega de PES, a presença do professor OC, professor Ruben Carola, e do Supervisor de Estágio, professor Jorge Pereira, se revelou fundamental. Ambos os professores contam já com uma longa carreira profissional, o que, por um lado, nos ajudou a superar alguns obstáculos e a definir as melhores estratégias; por outro lado, colocou-nos novos desafios, tornando-os elementos essenciais no decorrer da PES.

Quanto ao professor OC, Ruben Carola, sempre se mostrou disponível para nos ajudar dia após dia, ao longo deste ano letivo, assim como nos incentivou continuamente a desafiar-nos e a realizarmos atividades que envolvessem toda a comunidade escolar. O professor orientador *“Deve contribuir para o desenvolvimento profissional do professor em formação, trabalhando com ele as competências e as “ferramentas” para ensinar: negociação, técnicas pedagógicas, gestão da turma, tratamento dos erros, avaliação, orientação, conhecimento do funcionamento da escola, relações com os pais e encarregados de educação”* (Albuquerque & Castro, 2015, p.255). Estes autores referem também que o orientador tem um papel de acolhimento, ajudando o professor em formação a inserir-se na equipa educativa da escola e na resolução dos primeiros problemas quotidianos da sua função de professor. Neste contexto, o professor Ruben cumpriu na plenitude o seu papel.

Em relação ao professor supervisor, este destacou-se como uma peça fundamental do núcleo de estágio, por ser a ponte entre a teoria e o contexto prático. Assim, o Professor Jorge Pereira funcionou como um guia que nos orientou nas questões práticas relacionadas com o estágio, promovendo o diálogo centrado no ensino, nas intervenções pedagógicas, tal como diagnosticar, prescrever, aconselhar e corrigir. Aliás, *“...o ato de supervisionar não é fiscalizar nem controlar, e menos ainda punir as intervenções menos boas do formando. Ao contrário, trata-se de valorizar o indivíduo pela liberdade que se lhe atribui, pelo respeito das suas opções e possibilidades, aceitando as reciprocidades de direitos e deveres”* (Sarmiento, 2014, p.257).

## **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

Segundo Graça (2001), as concepções que os docentes detêm acerca dos conteúdos de ensino e acerca dos alunos com quem trabalham refletem-se no modo como pensam e desenvolvem as suas práticas de ensino e aprendizagem.

Para a identificação dos modelos de ensino mais apropriados para a intervenção, suportei a minha decisão com a leitura dos modelos instrucionais de ensino apresentados por Metzler (2011). Tendo em conta a multiplicidade de modelos, a utilização do modelo de ensino de Instrução Direta tornou-se o mais adequado, face à realidade das turmas e da escola em que me inseri. Este modelo foi concebido essencialmente para promover a aquisição de capacidades e conhecimentos básicos, que possam ser ensinados de forma gradual (Arends, 2008). O modelo em questão centra o professor como o líder das instruções. O professor é o responsável por fazer e implementar todos os conteúdos, tarefas, instruções e tomadas de decisão. O ponto central do modelo é oferecer aos alunos o maior número possível de repetições das tarefas e habilidades, de forma a que o professor observe os alunos e atribua o *feedback* mais adequado.

O modelo de aprendizagem cooperativa, que também utilizei em algumas das aulas, tem como referência os autores Robert Slavin e Eileen Hilke. Neste modelo, os alunos aprendem com, para e pelos outros, valorizando-se a interação e o trabalho em grupo, aspetos centrais para o processo de aprendizagem.

Adicionalmente, gostaria de salientar a utilização do Modelo de Educação Desportiva (MEC), associado a Siedentop, Hastie e Van Der Mars (2011), que se baseia em torneios, com o intuito dos alunos praticarem em contexto de situação de jogo. Este modelo é caracterizado pela sua similaridade a uma época desportiva formal. Assim sendo, inclui um planeamento com base numa época desportiva formal, sessões de treino, jogos em formato competitivo, alunos com diversas funções desde treinador, árbitro, estatístico e, no fim da época desportiva, a realização de um evento final com a atribuição, por exemplo, dos prémios. Assim os alunos tornam-se, progressivamente, os responsáveis pelo método de ensino e aprendizagem, sendo colocados em grupos com autonomia na preparação e gestão da atividade (Siedentop, Hastie & Van der Mars, 2011).

Deste modo, procurei levar para a escola um pouco de tudo o que aprendi ao longo de quatro anos no ISMAI, tentando inovar e assim a marcar a diferença durante o estágio, não sendo apenas mais um que por ali passou. Procurei levar uma nova/diferente visão do Ensino da Educação Física, sustentado em modelos diferenciados, como acima referi.

#### 4.1.2 Planeamento

O planeamento revela-se uma importante etapa do processo de ensino e aprendizagem, na medida em que, segundo Albuquerque e Castro (2015, p.247), *“é função do professor preparar e orientar um processo em que é necessária uma permanente adaptação, sem que se perca um sentido evolutivo, uma análise crítica dos processos de modo a dar respostas adequadas e ajustadas em tempo útil”*.

Aliás, Bento (2003) refere que o planeamento é o elo fundamental entre o que pretendemos na teoria e aquilo que é traduzido em termos práticos. De acordo com este autor, para que o ensino seja devidamente realizado, existem quatro fases que devem ser consideradas, a saber:

1. Elaboração do Plano;
2. Realização do Plano;
3. Controlo do Plano; e
4. Confirmação/Alteração do Plano.

De forma a estar em condições de iniciar esta fase tão importante, como é o planeamento, comecei por analisar os documentos do Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico e Secundário, o Programa de Prática de Ensino Supervisionado, o Projeto Curricular de Educação Física, o Planeamento Anual da disciplina do Colégio da Trofa e o documento orientador de Aprendizagens Essenciais em Educação Física (2018, pág 2), segundo o qual *“através do trabalho de desenvolvimento curricular em cada estabelecimento de ensino, reforça-se a possibilidade de as escolas e os professores fazerem uma gestão flexível do currículo, contextualizada e adaptada ao ano, à turma, e a todos e cada um dos alunos. Garante-se igualmente, desta forma, o princípio da equidade no acesso ao currículo, respondendo à diversidade das necessidades e possibilidades dos alunos e das condições das escolas, promovendo a inclusão, por via da diferenciação pedagógica”*.

Com esta investigação, aliada ao conhecimento da escola, do meio e das características das turmas que o OC me transmitiu, pude delinear detalhadamente o planeamento anual e os modelos de ensino mais adequados, para uma intervenção mais eficaz em cada unidade didática (UD). Neste contexto, no que respeita à fase de planeamento, foram objeto de planificação prévia todos os documentos necessários à ação docente, como a planificação anual, a grelha de Vickers, os MEC's e os planos de aula.

No início do ano letivo foi realizada uma reunião com todo o departamento de expressões, na qual o grupo de Educação Física definiu o planeamento anual e as modalidades a abordar em cada período. Tal como referi anteriormente, foi feita uma reunião com o professor cooperante, o professor Ruben, em que este me elucidou acerca da realidade que iria encontrar, das dificuldades, da forma como deveria planificar e abordar as modalidades que iriam ser lecionadas.

O modelo de ensino adotado pelo grupo de Educação Física, do Colégio da Trofa, centra-se na abordagem do maior número de unidades didáticas possível, para que os alunos possam experimentar novas modalidades. Apesar da importância que o Colégio da Trofa dá à aprendizagem dos seus alunos, e não se tratando de um clube de nenhuma modalidade específica, opta por dar maior relevância ao desenvolvimento da aptidão física, ao reforço do gosto pela prática regular das atividades físicas, à promoção da autonomia pela atribuição e exigência de responsabilidades efetivas aos alunos, nos problemas organizativos e na sua resolução por eles. Valoriza-se, igualmente, a criatividade, promovendo-se a iniciativa dos alunos, orientando-a para a elevação da qualidade do seu empenho e dos efeitos positivos das atividades.

Os documentos elaborados vão de encontro à planificação anual previamente definida pelo Colégio da Trofa. Assim sendo, na turma do Ensino Secundário, foram abordadas as seguintes modalidades: no primeiro Período, Basquetebol, Andebol e Ginástica de Solo e Aparelhos; no segundo Período, Voleibol, Rugby e Atletismo (estafetas); e, no terceiro Período, Futsal, Hóquei em Patins e Raquetes. Na turma de Ensino Básico, as modalidades abordadas foram as seguintes: no primeiro Período, Andebol, Basquetebol, Atletismo (salto em altura) e Ginástica de Solo e Aparelhos; no segundo Período, Voleibol, Ginástica Acrobática e Atletismo (estafetas); e, no terceiro Período, Futsal, Dança e Raquetes.

A fim de avaliar a aptidão física dos alunos, recorreremos aos testes do FITescola. Este programa consiste numa bateria de testes, que permite avaliar a condição física e a atividade física em crianças e adolescentes. Os testes aplicados foram o teste do vaivém, flexões de braços, abdominais, impulsão vertical e horizontal, flexibilidade de ombros e, por fim, o teste do senta e alcança. Após a sua aplicação, realizámos a caracterização motora da turma, o que valorizou o nosso papel de professor enquanto EE.

Para um planeamento mais pormenorizado, elaborámos o Modelo da Estrutura do Conhecimento, proposto por J. Vickers (1990) em cada período, seguindo as orientações do Programa Nacional de Educação Física do Ensino Secundário e Básico em vigor e atendendo às características de cada turma. Este modelo é um instrumento que procura, através de um conjunto de ações de observação de diferentes variáveis de contexto, promover tomadas de decisão que conduzam a um ensino mais eficaz.

Este modelo divide-se em três fases: análise, decisões e aplicação. Também estabelece uma conexão entre a planificação e a metodologia de ensino à matéria a lecionar, pelo que é um instrumento suscetível a alterações, consoante o contexto que o professor encontrar. A importância do ensino centrado no aluno faz deste modelo um instrumento fundamental, uma vez que possui todas as características necessárias para servir de guião e, desta forma, tomarmos as melhores decisões ao nível da análise, instrução, observação, reflexão e avaliação.

No que respeita à construção das unidades didáticas, estas foram estruturadas e definidas pelos objetivos, pelas matérias a abordar e pelas linhas metodológicas do Programa Nacional de Educação Física do Ensino Secundário e Básico e do Planeamento Anual do Colégio. Desta forma, garantiu-se uma sequência lógica e metodológica da matéria/conteúdos a lecionar em cada modalidade. Os conteúdos a abordar, bem como a sua sequência e extensão, foram delimitados junto do professor OC, em reuniões no início de cada período. Para além disso, recorreu-se à grelha proposta por J. Vickers (1990), um instrumento comum a todas as modalidades, onde os conteúdos são organizados e distribuídos pelas aulas destinadas à modalidade abordar.

A elaboração do plano de aula foi estruturada de acordo com os conteúdos previstos na grelha de Vickers da respetiva modalidade, sendo que até à sexta-feira de cada semana, tínhamos uma reunião de estágio com o professor OC. Nesta reunião, o OC verificava os planos de aula, de modo a que pudessemos receber um *feedback* e se efetuassem correções para uma melhor abordagem à aula.

Assim sendo, todos os planos de aula foram realizados com antecipação para serem revistos, repensados e melhorados, com a cooperação do OC. Os planos de aula surgem como um guia, como tal, podem ser reajustados no decorrer na aula, face às dificuldades que surjam, no momento, aos conteúdos que requeiram mais tempo de exercitação, ou à necessidade de adaptar as progressões, no caso de os alunos não conseguirem atingir o que é pretendido. Se conseguirem executar corretamente o exercício pretendido, podem ser ajustados, apresentando-se propostas mais complexas e desafiadoras, para os alunos com um nível mais avançado.

As reflexões eram realizadas após o final da aula, para um balanço geral, identificando os pontos positivos, negativos e aspetos a melhorar. No entanto, do meu ponto de vista, a reflexão mais importante era quando o nosso professor OC partilhava a sua opinião sobre a aula. Através dessa partilha criou-se uma proximidade e união do núcleo de estágio, que favoreceu o crescimento dos EE ao longo do ano letivo.

### 4.1.3 Realização

#### 4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

Realizado o planeamento, foi necessário passar da teoria à prática e, com isto, encarar as dificuldades pertencentes a este processo inicial de profissionalização, estabelecer o primeiro contacto direto com os alunos e enfrentar os imprevistos durante o contexto prático. Para Rolim (2013), é nesta fase que se afere e valida a gestão e a organização da aula, tal como a capacidade do professor para criar um ambiente benéfico e favorável ao desenvolvimento positivo e pedagógico do processo de ensino e aprendizagem. De acordo com Siedentop (2008), são quatro, os princípios fundamentais a seguir para uma intervenção pedagógica com sucesso: a instrução, a gestão, o clima e a disciplina.

A Instrução assume um papel fundamental em todo o processo de ensino e aprendizagem, pois o modo como o professor efetua a sua instrução tem um impacto direto na forma como os seus alunos compreendem e obtêm a informação e, depois, realizam as tarefas pretendidas (Graça & Mesquita, 2006).

O professor deve, através da comunicação/instrução, procurar transmitir os conteúdos para que os estudantes aprendam de forma correta. A este respeito, procurei sempre aprofundar o meu conhecimento nas modalidades que abordei ao longo do ano letivo, para conseguir transmitir todos os conteúdos com sucesso e, principalmente, favorecer uma aprendizagem correta e evolução dos meus alunos. Segundo Rosado e Mesquita (2011), a informação deve ser planeada e estruturada, de forma a cativar os alunos, criando condições para manter a atenção e o interesse nos exercícios propostos.

Neste ponto, as dificuldades sentiram-se sobretudo na turma do 6º ano, pela imaturidade própria da faixa etária e também por ser uma turma com alguns casos especiais de um comportamento menos positivo. Assim sendo, nas reuniões de núcleo de estágio, foram discutidas possíveis estratégias a adotar para que os objetivos fossem atingidos.

Relativamente aos aspetos positivos, gostava de salientar algo que foi comum às duas turmas que acompanhei: a ausência de tempos mortos. Durante as aulas, fui conseguindo colocar sempre os alunos em empenhamento motor, o que me fez perceber que o tempo é valioso, pelo que deve ser bem utilizado. Mesmo tendo algum aluno de fora, arranjei sempre uma forma de o colocar a trabalhar, nomeadamente através do desempenho de outras funções tal como árbitro, marcador de pontos e estatístico.

Quanto ao clima, sempre procurei manter um ambiente de aula estável, que conduzisse a uma aprendizagem positiva. Não obstante, algumas dificuldades foram sentidas, nomeadamente, na turma do 6º ano, que possuía alunos mais inquietos e com menor interesse pela aprendizagem. O comportamento menos positivo, aliado ao facto de ter sido a primeira turma com a qual lidei, revelou-se um dos maiores desafios que, ao longo do ano, fui superando com sucesso.

A disciplina, segundo Oliveira (2001), é compreendida como a capacidade de o professor lidar com os incidentes da sua aula, nomeadamente ao nível do controlo de turma. Com a utilização de algumas estratégias, fui melhorando a forma de impor disciplina, de modo a diminuir o número de ocorrências na aula. Por conseguinte, não posso deixar de salientar a boa formação que os alunos do Colégio da Trofa têm, não se verificando nenhum problema ao nível da disciplina, ao longo deste ao letivo.

Apesar de todos os planos de aula terem sido preparados devidamente e serem aprovados pelo professor OC, a verdade é que, algumas vezes, a aula não decorreu como o esperado, obrigando-me a realizar alterações. Estas alterações devem ser feitas, não só numa aula de forma isolada, como também ao longo de toda a UD, adaptando os objetivos em função da resposta dada pelos alunos à abordagem proposta. A capacidade de fazer ajustes em função do observado, de parar para refletir e de debater, confrontando pontos de vista e abordagens distintas, possibilita o desenvolvimento profissional. Como afirmam Pimenta e Lima (2008), as experiências adquiridas na prática facilitam as tomadas de decisão, bem como a adaptação das suas escolhas metodológicas ao contexto em que se encontra. Os mesmos autores defendem, ainda, que todo este processo implica escolhas, tais como acrescentar ou retirar algo ao idealizado, partindo sempre de um processo de observação.

Numa fase inicial de cada unidade didática, foi necessário proceder a ajustamentos aos planos elaborados, uma vez que, após a realização da avaliação diagnóstica, conseguimos perceber o nível da turma, bem como os seus conteúdos mais apropriados a abordar. Como o Colégio da Trofa opta por oferecer aos seus alunos o maior número de vivências em modalidades desportivas, o número de aulas para algumas modalidades foi reduzido, pelo que coube ao professor ajustar os conteúdos a abordar nessa UD, tendo sempre como referência o Programa Nacional de Educação Física.

Ainda em contexto de ajustamentos, também foram feitos alguns na planificação dos espaços relativos às aulas. No início de cada ano letivo, o grupo de EF constrói um *roulement* que define os espaços nos quais cada professor vai lecionar a sua aula. Nestas circunstâncias, quando a minha aula estava reservada para o campo exterior e as condições climatéricas eram adversas, não podia utilizar esse campo, pelo que tinha que adaptar a aula para o pavilhão, nomeadamente para a parte lateral, que é um espaço muito reduzido. Na minha opinião, estes ajustes são importantes para nós, enquanto EE, porque nos obrigam a adaptar e a tomar decisões num curto espaço de tempo, o que nos faz crescer a nível profissional.

A orientação do exercício pelo professor é bastante importante e ele tem, para isso, ferramentas fundamentais, desde a explicação, à demonstração e ao *feedback*. Todas estas estratégias encontram-se relacionadas com o exercício, sendo fulcrais para uma instrução competente do professor. As duas primeiras permitem a atuação no momento prévio ao exercício e o *feedback* durante o mesmo. Por isso, a cada exercício procurava explicar e demonstrar o pretendido. Segundo Rosado e Mesquita (2011), é fundamental transmitir aos alunos o objetivo da tarefa, os critérios de êxito, a organização, a demonstração, as regras de segurança e as variantes de cada exercício proposto. A importância do *feedback* pedagógico, após o aluno realizar uma tarefa, é importante para melhorar o seu desempenho ou para congratular o êxito conseguido do aluno. Segundo Rosado e Mesquita (2011, p.82), “... o *feedback* [é visto] como uma mais-valia do professor no processo de interação pedagógica”.

Na minha opinião, a criação de rotinas de aula é bastante importante, porque só assim conseguimos minimizar a perda de tempo. Nas minhas turmas implementei algumas estratégias para ajudar a criação desta rotina, nomeadamente através da regra que quando os alunos chegassem, sentavam-se no banco à espera do início da aula, ou da regra que só podiam recolher aos balneários, quando o material utilizado na aula fosse todo recolhido.

Na aplicação dos modelos de ensino, optei, maioritariamente, pela implementação do modelo de instrução direta, uma vez que os estudantes estão mais familiarizados com este modelo, o que me levou a concluir ser esta a melhor forma para a primeira abordagem. Através da aplicação deste modelo, consegui ter um maior controlo sobre os exercícios e os alunos, procurando sempre manter um nível elevado de empenhamento motor, como é característica deste modelo, o que contribuiu para um bom funcionamento da aula.

Na turma do 11º ano, tive a oportunidade de aplicar algumas ferramentas do MED, por se tratar de uma turma muito colaborativa, com uma aptidão física razoável e com um bom comportamento, o que contribuiu para um clima de ensino e aprendizagem bastante satisfatório. Os torneios propostos tiveram sempre uma organização prévia e os alunos desempenhavam vários papéis, entre eles, o papel de árbitros, jogadores, capitães e estatísticos. Este foi um modelo de ensino que se revelou uma mais-valia para, porque dinamizou as aulas e o nível de interesse dos alunos pela atividade em questão.

A este respeito, gostava de salientar a necessidade de trabalhar com os alunos por níveis, principalmente na UD de Ginástica. Uma vez que existem sempre alunos que são mais dotados para prática desportiva e outros menos dotados, torna-se necessário que o professor elabore um plano adaptável aos dois perfis de alunos, para que todos evoluam de uma forma progressiva. Neste sentido, foi sempre minha preocupação planejar as aulas de modo a permitir uma progressão pedagógica a todos os alunos.

Ao longo do ano letivo abordámos várias modalidades, o que, para além de desafiador, é também muito positivo, já que nos permite/obriga a ter um leque de conhecimento mais alargado. Foi sempre do meu interesse procurar saber ainda mais, e preparar-me antecipadamente para lecionar cada unidade didática. As turmas, apesar de terem vários alunos com diferentes níveis de desempenho, apresentaram sempre uma evolução. Para os alunos com maior aptidão, propuseram-se sempre variantes mais avançadas, que estimulassem a sua evolução e, ao mesmo tempo, os motivassem para a tarefa. Para os restantes, propus sempre variantes de exercícios adequadas à sua condição física, para, por um lado, atingirem alguns objetivos e assim se manterem motivados e, por outro, para que se fossem superando.

Foi nesta etapa de trabalho por níveis que aproveitei para implementar o modelo de ensino de Aprendizagem Cooperativa, sendo este um ótimo modelo para fomentar a relação entre os alunos, a responsabilidade entre eles, a tomada de decisão e principalmente o trabalho de grupo. No caso da Ginástica, utilizava muitas vezes o meu melhor aluno para ajudar nos grupos em que eu não estava presente. Segundo Mesquita e Rosado (2011, p.31), *“A inclusão dos alunos menos dotados, com piores níveis de prestação motora, por exemplo, exige a criação de condições que permitam prática acrescida, mais instrução, tarefas mais bem estruturadas, mais encorajamento e atenção individualizada, quer pelo professor, quer por tutores que podem ser outros colegas ou os próprios grupos de trabalho”*.

#### 4.1.4 Avaliação

Segundo Silva, Zamai e Silva (2012), a avaliação em EF deve centrar-se num carácter participativo, com destaque nos aspetos qualitativos e quantitativos abordados no processo de aquisição de conhecimentos e competências.

Neste processo, estão contemplados os três domínios da avaliação em EF, designadamente o domínio cognitivo, onde se inserem a compressão, aquisição e aplicação de conhecimentos; o domínio psicomotor, que compreende as competências da ação, ou seja, a realização das tarefas; e o domínio socio-afetivo que remete para as atitudes e valores dos alunos. Por isso, o principal objetivo da avaliação é ser um processo contínuo e integrado, que regula e orienta a prática pedagógica, uma vez que permite aos alunos ajustar o seu desempenho ao que é pretendido, contribuindo, assim, para a sua evolução. Contudo, este processo de avaliação só é eficaz se for realizado de uma forma estruturada, consciente e fundamentada (Gonçalves, Albuquerque & Aranha, 2016).

No Colégio da Trofa, os alunos, de acordo com os critérios definidos, são avaliados em duas grandes áreas: Área Atitudinal e Área Processual, cada uma com um peso de cinquenta por cento para a nota final. No que respeita à Área Atitudinal, esta avalia a participação, a assiduidade e o empenho. A Área Processual avalia a componente prática, isto é, a evolução de cada aluno em cada uma das modalidades abordadas nas aulas. Uma vez que, durante um período são abordadas várias modalidades, e dada a especificidade de cada uma delas, as classificações finais de cada período, relativamente a esta área, resultam da média aritmética dos níveis atribuídos a cada uma das modalidades ministrada, até ao momento dessa avaliação.

Para além da avaliação sumativa, e como referi anteriormente, realizei, na maioria das UD que ministrei, uma avaliação diagnóstica. Isto porque, segundo Gonçalves, Aranha e Albuquerque (2016, p.47), *“A avaliação diagnóstica facilita, então, a ação do professor na medida em que fornece a informação adequada, permitindo tomar as decisões necessárias e ajustadas às capacidades dos alunos, promovendo, desta forma, o sucesso educativo do aluno”*. Assim sendo, a avaliação diagnóstica, que fui realizando, teve como principal objetivo verificar o desempenho dos alunos e definir o ponto de partida do trabalho a realizar e dos objetivos a alcançar. Para o efeito, foi utilizada uma escala, com 2 níveis adaptados aos gestos técnicos e táticos elementares da modalidade, com a seguinte sequência:

Nível 1 – Se realizar até três conteúdos;

Nível 2 – Se realizar quatro ou mais conteúdos.

É de salientar que não foram realizadas aulas unicamente dedicadas às avaliações diagnósticas, nas unidades didáticas com poucas aulas atribuídas. Devido ao tempo reduzido, não tínhamos condições para dedicar uma aula inteira a essa avaliação. Assim, optámos por substituir a aula de avaliação diagnóstica por uma aula de transmissão de conteúdos, colocando o foco na observação e análise do nível dos alunos, para atestarmos o seu nível de desempenho.

A avaliação sumativa encontra-se descrita no Despacho Normativo 98 A/92, que refere que: “*A avaliação sumativa tem em conta a qualidade do processo de ensino e de aprendizagem e traduz-se num juízo globalizante sobre o desenvolvimento dos conhecimentos e competências, capacidades e atitudes do aluno*”, sendo esta aplicada no final de cada período, a cada modalidade abordada.

Confesso que, por vezes, senti alguma dificuldade em avaliar os alunos, o que considero natural, atendendo ao facto de ser a primeira vez que o estava a fazer. Adicionalmente, era pouco o tempo disponível para proceder à avaliação como desejava, aliado ao espaço reduzido para o fazer. No entanto, consegui transformar estas dificuldades em oportunidades para aprender, melhorar e adquirir diferentes competências em vários contextos.

## **5. Participação na escola e Relação com a comunidade**

### 5.1 Atividades realizadas

Desde o início do ano letivo que procurei integrar-me nas atividades desportivas da escola, pois considero ser uma mais-valia para a minha formação enquanto profissional desta área. Além disso, e como é natural, pretendia que a minha PES fosse o mais rica possível. No que diz respeito às atividades realizadas no Colégio da Trofa, eu e o meu colega de núcleo de estágio participámos em todas as atividades propostas, o que demonstrou a nossa disponibilidade, contribuição, empenho e cooperação neste projeto.

Organizámos e participámos na festa de Halloween, de Natal; participámos, com a função de colaboradores, na dinamização do Dia da Alimentação, preparado pelo grupo de Biologia e Geologia, juntamente com o grupo de Educação Física. Para esta última atividade, elaborámos um cartaz que foi entregue ao segundo e terceiro ciclos e, neste âmbito, ficámos responsáveis pela organização de um jogo que incorporasse o tema da Alimentação.

Também tive a oportunidade de participar em diversas visitas de estudo, nomeadamente à Casa da Música, à Fundação Serralves, assistir às peças de teatro “Auto da Barca do Inferno”, “Aquilo que os olhos veem ou o Adamastor”, “Leandro, rei da Helíria”. Foi possível, ainda, ir ao encontro nacional de Educação e Religião Moral e Católica, realizado no parque Oriental da cidade do Porto.

Para além disso, participámos na dinamização e orientação das férias desportivas do Natal, Carnaval e Páscoa, nas quais desenvolvemos atividades lúdicas temáticas, com os alunos do Pré-escolar e 1º Ciclo. Adicionalmente, e ao contrário de todas as minhas expectativas, pernoitei uma noite no colégio, no âmbito da atividade “Noite com as estrelas”, preparada pelo Grupo de Físico-Química para o 7º ano.

Em parceria com o grupo de Ciências Experimentais – Biologia/Geologia –, desenvolvemos a Feira da Saúde e Bem-Estar, na qual abordámos temas da saúde, designadamente, o suporte básico de vida, nutrição, psicologia, medicina dentária e *reiki*. Durante essa actividade, promovemos o hospital dos brinquedos, painéis com participação de atletas/profissionais de Futebol e Ciclismo, viagem ao mundo das drogas, higiene do sono, a importância da hidratação, rastreios de Índice de Massa Corporal, transtornos da pele, cuidados a ter na exposição solar, voluntariado, sensações e emoções, bem como a orientação vocacional. Esta feira teve a particularidade de a dinamização e a realização dos *workshops* estarem a cargo, sobretudo, de ex-alunos. Isto despertou mais interesse nos atuais alunos, não só pela proximidade de idades entre uns e outros alunos, mas também pelo facto dos alunos atuais olharem para os ex-alunos como exemplos a seguir.

Enquanto EE, o nosso maior foco nesta actividade foi a dinamização do *workshop* de desporto adaptado, trazendo o *Goalball* ao colégio. Este foi um excelente exemplo de parceria entre o Colégio da Trofa e o ISMAI, uma vez que o ISMAI nos facultou o material para a actividade. Saliento a importância desta actividade, pela necessidade de se incluir e integrar o desporto adaptado no contexto escolar. Todos têm o direito de aprender em igualdade, e para isso temos de criar condições para tal. Para mim, foi mais uma aprendizagem rica porque aprendi mais sobre a modalidade, e o desporto adaptado em si.

No que respeita aos eventos desportivos, dinamizámos, juntamente com o grupo de EF, os torneios desportivos que estavam no planeamento anual de EF. Ou seja, os torneios de Basquetebol, Voleibol e Futsal. Para além de estar envolvido na organização, assumi funções de árbitro em todos os torneios. Todos foram diferentes, quer pela modalidade, quer pela faixa etária dos alunos, quer ainda pelo ambiente. Pelo tanto, considero que todos eles foram importantes neste percurso.

Para além disso, tive a oportunidade de ir a Lisboa com o 9º ano participar num torneio organizado pela Associação Estabelecimentos de Ensino Particular e Cooperativo (AEEP), com o apoio do Comité Olímpico de Portugal, o Instituto Português do Desporto e Juventude, realizado no Colégio Marista de Carcavelos. Neste torneio fiquei responsável pela equipa de Futsal, no qual terminámos em segundo lugar. É de salientar que o colégio ganhou, ainda, o prémio de *Fair Play*.

O núcleo de estágio ficou também encarregue de dinamizar os intervalos na hora de almoço todos os dias da semana, com exceção da quarta-feira, através da organização de torneios de Futebol, Matraquilhos e Ténis de Mesa.

Finalmente, o núcleo da PES proporcionou, à comunidade escolar, a apresentação de um seminário no âmbito do projeto “Skills4genius”. Optámos por este projeto, porque consideramos um tema imprescindível para as escolas, visto que a comunidade escolar abrange as faixas etárias mais importantes no desenvolvimento juvenil. Este projeto tem como objetivo apostar na valorização do crescimento do aluno nas competências da criatividade e no pensamento crítico. Neste projeto, vimos a oportunidade de oferecer algo novo aos alunos e derrubar a barreira existente do conformismo. Na prática, este projeto desenvolveu-se através de vários testes práticos, nomeadamente, o questionário de experiências prévias desportivas e tempo sedentário, teste do pensamento criativo, performance motora avaliada através de três testes: salto vertical, agilidade e velocidade. Depois da recolha e tratamento dos dados, realizámos a apresentação do seminário para toda a comunidade escolar, superando as nossas expectativas e com um *feedback* muito positivo.

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

Na minha opinião, a escola é muito mais do que um local onde se aprende a ler e a escrever, o que acarreta grandes responsabilidades para os professores. Na verdade, hoje vemos que os alunos passam grande parte do seu tempo na escola, mais até do que com a família, desde tenra idade. Por isso, o professor, na qualidade de adulto que despende mais tempo com o aluno, é como um formador na vida do aluno. Daí que considere que nós, enquanto professores, devemos, obviamente, transmitir os conteúdos previstos no Programa Nacional, mas nunca esquecendo a componente humana, que devemos desenvolver junto das crianças e dos jovens, para que sejam pessoas conscientes e futuros cidadãos responsáveis e cumpridores.

E se acredito que todos os professores devem ter consciência deste impacto que têm na vida dos seus alunos, penso que os professores de EF se encontram numa posição privilegiada, na medida em que estão com os alunos num contexto muito particular. A verdade é que, no exercício da nossa atividade, temos como objetivo desenvolver o espírito de grupo, nas modalidades em equipa e temos que apelar ao cumprimento das regras de cada modalidade, sempre num contexto fora da sala de aula.

Neste sentido, esta experiência permitiu-me obter uma prova empírica daquilo que era a minha opinião acerca da responsabilidade de um professor. Tal como anteriormente referido, penso que o professor deve criar um impacto positivo sobre os alunos. Para tal, não se pode resumir ao tempo de aula, deve-se estender a todo o recinto da escola e em qualquer momento. Por isso, quer nas aulas, quer nas restantes intervenções na escola, procurei ser um modelo para os alunos, uma vez que estes encaram os professores como um exemplo a seguir.

A este respeito, gostava ainda de referir que o próprio Colégio da Trofa incita este envolvimento do professor no crescimento dos seus alunos. Como já tive oportunidade de mencionar, os intervalos são dinamizados pelos professores, o que permite uma relação fora do contexto de aula, sem a pressão de transmissão de conteúdos obrigatórios. Assim, apesar de admitir que o volume de trabalho foi maior devido a esta opção, gostaria de reconhecer a importância destes momentos para o desenvolvimento dos alunos.

### 5.3 Socialização profissional e institucional

No que respeita à integração na comunidade escolar, cumpre referir que se verificou, logo a partir do primeiro contacto, uma receção muito boa a nível profissional e institucional. Todos os intervenientes mostraram uma grande disponibilidade, desde a direção pedagógica da escola, aos professores, aos funcionários, aos alunos, até aos encarregados de educação/pais, para nos apoiarem sempre que necessário, oferecendo assim ao núcleo da PES uma excelente interação e socialização na escola. Por isso, houve, por parte do colégio uma grande abertura para que tudo corresse bem.

Não obstante, penso que também contribuí para que a relação estabelecida fosse tão positiva. A verdade é que procurei ter um papel ativo em todas as atividades desportivas, não só naquelas elencadas até ao momento, mas também nas atividades não desportivas, como as reuniões de conselho de turma (intercalares e de final de período), reuniões de avaliação individuais com os encarregados de educação, de forma a dar um *feedback* de como correu o período e comunicar o nível do aluno, reuniões do grupo de EF e reuniões gerais de professores.

Para além disso, considero que o sucesso de todas as atividades que o núcleo da PES organizou, se deve, em parte, à excelente adesão e participação que recebemos de toda a comunidade escolar. Sem dúvida que este espírito ativo que os alunos, professores e encarregados de educação do Colégio da Trofa têm se revelou uma grande vantagem para nós, permitindo a realização de tantas atividades com um *feedback* tão positivo.

De igual modo, não podia deixar de referir a importância que o professor OC teve em toda esta experiência. Posso mesmo afirmar que este foi o maior pilar para o sucesso da nossa PES. Foram muitas aprendizagens, exemplos, testemunhos e transmissão de valores que tornaram este projeto tão útil para a nossa futura vida profissional, e que revelaram a pessoa fantástica que o professor OC é. Na verdade, o professor OC fez conosco aquilo que acredito que os professores devem fazer aos seus alunos: acompanhar e corrigir para que estes evoluam sempre.

#### 5.4 A componente ético-profissional

O professor deve procurar desenvolver nos seus alunos o sentido de responsabilidade, a noção da existência de normas e valores, promovendo crescimento a nível ético dos alunos que lhes proporcione uma inclusão positiva na sociedade (Resende & Lima, 2016). Neste contexto, reforço a importância crescente do sentido de responsabilidade e a consciencialização de que o professor deve ser um educador e, ao mesmo tempo, um transmissor de valores aos alunos. Assim, o meu comportamento, ao longo deste ano foi sempre no sentido de permitir que alunos aprendessem comigo muito mais do que uma execução de um certo gesto técnico ou comportamento tático. Por isso, ao longo das aulas, e de todas as outras atividades em que estive envolvido, procurei sempre transmitir valores éticos e morais, através de simples conversas, de experiências vividas e das minhas ações.

Numa altura em que nem sempre é fácil ser professor, atendendo, sobretudo, à maior falta de atenção dos jovens provocada pelos meios que têm ao seu dispor, mais aliciantes do que a própria escola, penso que é nesta situação que o papel do professor se revela mais importante. Daí que, na minha opinião, o professor só é um profissional completo, na medida em que consiga, não só transmitir conhecimento, mas também valores.

No caso de um professor de EE, a componente ética é ainda mais necessária, uma vez que se trabalha o corpo. Uma vez que os jovens não são todos iguais, e que têm diferentes níveis de apetência física, cabe-nos a nós, enquanto professores de EF, incluir todos na aula e não permitir que ninguém se sinta frustrado ou desincentivado para as aulas de Educação Física, por exemplo, por ter excesso de peso.

Neste contexto, estou plenamente consciente da responsabilidade que é ser professor, pelo que, me vou esforçar sempre por ter o comportamento mais ético, à semelhança do que fiz durante este ano letivo.

## **6. Desenvolvimento profissional**

### 6.1 Dificuldades e necessidades de formação contínua: um imperativo da profissão

Segundo Casanova (2016), a formação contínua de professores é valorizada, constituindo assim um fator bastante importante no contexto da comunidade escolar e da sociedade atual. É importante que a nossa formação esteja sempre atualizada para procurarmos oferecer aos alunos o melhor do ensino e aprendizagem, mas adequado às suas características e realidades. Ora, se o mundo vai evoluindo, e a realidade se vai alterando, é fundamental que o professor acompanhe essa evolução, para que os objetivos da escola sejam atingidos.

Neste contexto, penso que o seminário que desenvolvemos, o “Skills4genius”, se enquadra perfeitamente neste espírito de procura ativa pela formação e inovação. A verdade é que esta experiência foi bastante enriquecedora, a nível pessoal e profissional, porque conseguimos desenvolver competências nos princípios da iniciação à investigação científica. Para além disso, ao introduzirmos este projeto no Colégio da Trofa, levámos inovação, o que permitiu aos professores do colégio contactarem com algo novo. Na verdade, pelo *feedback* que tivemos, será para continuar, mesmo quando o nosso estágio terminar. Isto é, sem dúvida, algo que me deixa muito feliz, na medida em que, por um lado, o “Skills4genius” tornou a minha PES mais produtiva e completa e, por outro, inovou o ensino da EF no Colégio da Trofa.

Adicionalmente, no decorrer deste ano letivo, foi-nos proposto um conjunto de *workshops* e formações escolares. Neste âmbito, gostava de destacar a oportunidade que tivemos em participar no *Mass Training*, organizado pelo INEM, que promoveu o suporte básico de vida. O objetivo foi sensibilizar para a importância que cada pessoa representa na sociedade, e de como estes procedimentos podem salvar vidas humanas. Enquanto professores de EF, este tipo de formação também é fundamental.

Pelo estado em que me encontro (a iniciar a minha vida profissional), é natural que sinta, ainda, a necessidade de desenvolver muitas competências. Por isso, tenciono, ao longo da minha vida, manter-me informado sobre as novidades e inovações que irão surgir no ensino da EF, por forma a ser sempre um profissional de excelência.

## **7. Reflexões finais**

No âmbito da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada realizei o estágio no Colégio da Trofa, no ano letivo 2018/2019, com início no dia um de setembro de 2018.

Neste contexto, considero que foi um ano de muito trabalho, mas muito gratificante, uma vez que, pela primeira vez, tive oportunidade de aplicar toda a teoria abordada na Licenciatura e no Mestrado para o contexto prático.

Esta etapa contou com diferentes momentos que me desafiaram enquanto pessoa e profissional, desde a adaptação à escola, aos professores e aos alunos até ao desafio de leccionar as aulas de duas turmas durante o ano inteiro, bem como organizar as mais diversas atividades que, ao longo deste ano, o Colégio da Trofa nos permitiu realizar. No entanto, acredito que as dificuldades que fui encontrando tornaram este percurso mais enriquecedor, na medida em que me ajudaram a desenvolver a capacidade de resolução de problemas e de adaptação.

De facto, apenas em contexto de sala de aula se tem percepção da quantidade de variantes de situações que podem acontecer, e nós, enquanto professores temos de ser capazes de reagir a todos esses estímulos incertos de forma a conseguir transmitir os conteúdos que pretendemos. Desta forma, nem sempre é possível que a aula decorra tal e qual conforme foi planeada. E nesses momentos, é importante saber dar a volta à situação e enfrentar essa incerteza. Ora, para mim, este foi mesmo o maior desafio, particularmente na turma do 6º ano, devido à idade e fase que os alunos estão a atravessar, já muito perto da adolescência. Contudo, hoje, posso afirmar que estou mais perto do perfil do bom profissional de docência do que há um ano, precisamente por todos os obstáculos que fui ultrapassando.

Adicionalmente, creio que parte do sucesso desta experiência se deveu ao local onde fui inserido. Neste contexto, o Colégio da Trofa acolheu-me e fez-me sentir integrado desde o primeiro momento. A qualidade e excelência do Ensino que caracterizam esta escola obrigou-me também a manter sempre o nível de exigência muito elevado em todo o trabalho que desenvolvi. Por isso, penso que consegui tirar o maior proveito da oportunidade que tive de fazer o estágio no Colégio da Trofa, consolidando os meus conhecimentos e aprofundando as minhas técnicas enquanto professor, sempre com o máximo de rigor.

Ao longo deste ano, percebi que cada criança e jovem é um ser único e que, apesar de terem a mesma idade, têm diferentes formas de estar, de pensar, sobretudo, de aprender. Por isso, cabe-me a mim, enquanto docente, utilizar estratégias diversificadas para conseguir chegar a todos os alunos de um mesmo grupo, o que torna esta profissão tão desafiante. Naturalmente, este aspeto evidencia a necessidade de um professor estar constantemente a aprender e a atualizar os seus conhecimentos e reforça a importância da formação constante ao longo da vida de um docente.

Por fim, com o terminar do ano de estágio, gostava de referir que considero que esta experiência foi a que mais contribuiu para a minha formação, não descurando a importância das aprendizagens prévias ao longo de todo percurso académico, mais propriamente na Licenciatura em Educação Física e Desporto e no primeiro ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Desta forma, percebi a importância da Educação Física na minha vida, tendo agora a certeza que a minha vocação é o ensino desta disciplina.

## **8. Referências bibliográficas**

- Albuquerque, A. & Castro, J. (2015). Formação do Professor de Educação Física: No Poliedro da Profissionalidade Docente. In Resende, R., Albuquerque, A. & Gomes, R. (2015). *A Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer* (1 Ed., pp. 247-255). Lisboa: Edições e Contextos.
- Arends, R. (2008). *Aprender a Ensinar*. Madrid: McGraw-Hill (7ª ed.).
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Casanova, M. P. (2016). Formação Contínua de Professores ao Serviço do Desenvolvimento Profissional Docente. *Revista do CFAECA*, 9–18.
- Diário da República n.º 92/2014, Série I de 2014-05-14, Decreto-Lei n.º 79/2014, 2014.
- Diário da República n.º 140/1992, 1º Suplemento, Série I-B de 1992-06-20, Despacho Normativo n.º 98-A/92 (nº25).
- Documento orientador de Aprendizagens Essenciais em Educação Física (2018, pág 2).
- Gonçalves, F., Albuquerque, A. & Aranha, A. (2016). Avaliação, um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem (2 Ed., p. 47). Maia: Edições ISMAI.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A. & Aranha, A. (2016). Avaliação, um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem (2 Ed.). Maia: Edições ISMAI.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2006). Ensino do Desporto. In G. Tani, J. O. Bento & R. D. d. S. Petersen (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 207-2016). Rio de Janeiro Guanabara Koogan.
- Metzler, M.W. (2011). *Instructional models for physical Education*. Third edition. Scottsdale: Holcomb Hathaway.

- Oliveira, M. (2001). *A indisciplina em aulas de Educação Física: Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de Educação Física do 2º e 3º Ciclo do Ensino Básico*. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto – Universidade do Porto, Portugal.
- Pimenta, S. G., & Lima, M. S. L. (2008). *Estágio e docência*. São Paulo: Cortez.
- 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.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. In Mesquita, I. & Rosado, A. (2011). Lisboa: Edições Faculdade Motricidade Humana.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. In Mesquita, I. & Rosado, A. (2011). O desafio pedagógico da interculturalidade no espaço da Educação Física (1 Ed., p.31). Lisboa: Edições Faculdade Motricidade Humana.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. In Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução (1 Ed., p.82). Lisboa: Edições Faculdade Motricidade Humana.
- Rolim, R. (2013). Revisitar o baú de orientador de estágio: indagações, reflexões e retalhos sobre a supervisão do estágio profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Ramiro (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em Educação Física*, pp. 53-83. Porto: Editora FADEUP.
- R. Gomes, G. Couto, & V. Cassep-Borges (2016), *Relações interpessoais concepções e contextos de intervenção e avaliação* (pp. 133-153). São Paulo, Brasil: Vetor Editora.
- Sarmiento, P. (2014). A supervisão em Educação Física no contexto escolar. In Albuquerque, A., Pinheiro, C. & Resende, R. (2014). *A Formação de Formadores em Educação Física e Desporto* (1 Ed., p. 257). Maia: Edições ISMAI.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a ensinar la Educación Física*. Barcelona: Inde.

Siedentop D., Hastie P. & Van der Mars H. (2011). *Complete Guide to Sport Education* (2 ed.)  
Champaign, IL: Human Kinetics

Silva. J. F., Zamai, C. A. & Silva, L. S. F. (2012). *Avaliação em Educação Física escolar. III Congresso Latinoamericano de Estudios Socioculturais del Deporte. Chile: Universidad de Concepcion.*