

Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

João Alexandre Madeira Queirós Martins

Mestrado nos Ensinos da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional

Professor Doutor Rui Araújo

outubro de 2021 

João Alexandre Madeira Queirós Martins

N.º 32283

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

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 do Professor Doutor Rui Manuel Flores Araújo
na Universidade da Maia

outubro de 2021

Ficha de Catalogação

Martins, J. (2021), Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Universidade da Maia.

Palavras-chave: Prática Ensino Supervisionada; Ensino; Educação Física.

AGRADECIMENTOS

Para ser possível chegar e alcançar esta fase da minha vida académica, foram várias as pessoas que tiveram um papel muito importante, que me ajudaram e a quem agradeço.

Em primeiro lugar, à minha família, pois sempre me apoiaram nas minhas decisões, nunca deixando que eu desistisse do que sempre quis alcançar, acompanhando sempre o meu crescimento e evolução.

Ao Professor Orientador Cooperante Luís Sousa, excelente pessoa, que me orientou da melhor forma possível durante este ano letivo. Um muito obrigado por todos os ensinamentos que me transmitiu, e pela forma amigável e sincera que desde cedo me acolheu no Colégio.

Ao Professor Doutor Rui Manuel Flores Araújo, pelo acompanhamento durante esta etapa, e todo o conhecimento transmitido.

A toda a comunidade escolar do Colégio Novo da Maia, por me terem integrado de uma forma tão positiva no meio escolar e tornarem a minha experiência muito mais rica. Sem dúvida que vou sempre lembrar-me com carinho desta Instituição.

Aos alunos que estiveram a meu cargo durante a PES, foram excecionais, não os vou esquecer.

Um agradecimento especial, aos meus grandes amigos e colegas de PES, Diogo Azevedo e Virgílio Silva, que foram fundamentais no meu desenvolvimento, tudo graças à cooperação que durante todo o ano caracterizou este grupo.

RESUMO

O presente relatório foi realizado com o intuito de expor o trabalho desenvolvido durante a Prática de Ensino Supervisionada, realizada no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A Prática de Ensino Supervisionada foi realizada durante o ano letivo de 2020/2021, no Colégio Novo da Maia sob a supervisão do Professor Supervisor, Professor Rui Araújo, e do Professor Orientador Cooperante, Professor Luís Sousa. Na minha prática, fiquei encarregue de duas turmas, uma do 2.º ciclo (5.ªA) juntamente com dois colegas de PES e uma do ensino secundário (10.ªA2) apenas da minha responsabilidade. Neste documento, relato a experiência vivida durante o ano de PES, guiando-me por seis grandes pontos: Enquadramento pessoal e profissional; Enquadramento institucional; Prática profissional: do plano à análise ao da intervenção; Participação na escola e Relação com a comunidade; Desenvolvimento profissional; Reflexões Finais. Alguns destes pontos, subdividem-se em subpontos, para ser relatado tudo o que fez parte da minha prática.

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

ABSTRACT

This report objective is to exhibit the work developed during the Supervised Teaching Practice, executed under the master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary education. The Supervised Teaching Practice was held during the academic year 2020/2021, at Colégio Novo da Maia under the supervision of Professor Rui Manuel Flores Araújo, the main supervisor and by the Cooperative Advisor, Professor Luís Sousa. In my practice, I was in charge of two classes, one from the second stage of primary education(5thA), together with two trainee colleagues, and one from secondary education (10thA2) just under my charge. In this document, I report the experience I lived during the year of Supervised Teaching Practice, guided by six vital points: The personal and professional framework; Institutional framework; Professional practice: from the plan to the analysis to the intervention; Participation in the school, and relationship with the community; Professional development; Final Thoughts. Some of these points are subdivided into sub-items to report everything that was part of my practice.

Keywords: Supervised Teaching Practice; Education; Physical Education.

ÍNDICE

Resumo	IV
Abstract	V
Abreviaturas	VII
1. Introdução	1
2. Enquadramento pessoal e profissional	2
2.1 Uma decisão a partir de um percurso	2
2.2 Expectativas iniciais	3
3. Enquadramento institucional	5
3.1 A importância da PES	5
3.2 A PES no ISMAI	6
3.3 A escola cooperante: lugar de prática	7
3.4 Caracterização do núcleo da PES	9
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	11
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	11
4.1.1 Conceção de ensino	11
4.1.2 Planeamento	15
4.1.2.1 Planeamento Anual	16
4.1.2.2 Unidades Didáticas	16
4.1.2.3 Plano de Aula	17
4.1.3 Realização	18
4.1.3.1 Instrução	18
4.1.3.2 Gestão da Aula	19
4.1.3.3 Disciplina da Aula	20
4.1.3.4 Clima da Aula	21
4.1.4 Avaliação	22
5. Participação na escola e Relação com a comunidade	24
5.1 Atividades realizadas e trabalho colaborativo	24
5.2 Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação	26
5.3 Socialização profissional e institucional	27
5.4 A Componente ético-profissional	28
6. Desenvolvimento profissional	28
6.1. Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão ..	28
7. Reflexões finais	30
8. Referências bibliográficas	33

ABREVIATURAS

ISMAI - Universidade da Maia

PES - Prática de Ensino Supervisionada

EEFEBS - Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

OC - Orientador Cooperante

SV - Professor Supervisor

CNM - Colégio Novo da Maia

EE - Estudante Estagiário

RPES - Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

EF - Educação Física

UD - Unidades Didáticas

E@D - Ensino à Distância

MID - Modelo de Instrução Direta

MED - Modelo de Educação Desportiva

UCs - Unidades Curriculares

1. Introdução

A Prática de Ensino Supervisionada (PES) foi realizada no ano letivo de 2020/2021, no âmbito do 2.º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Universidade da Maia – ISMAI (ISMAI). A PES foi realizada no Colégio Novo da Maia (CNM), situado em Milheirós, na cidade da Maia. Um estabelecimento de ensino que se diferencia dos demais, com uma cultura e forma de ver o ensino única, onde a evolução do aluno é sempre o mais importante.

O Relatório PES (RPES) é um documento de teor reflexivo, onde o estudante-estagiário (EE) reflete sobre todas as experiências que vivenciou durante a sua prática no meio onde esteve inserido no decorrer do ano de PES. Tem a utilidade para expor a evolução que desenvolveu, assim como todas as dificuldades sentidas e os recursos utilizados para conseguir ultrapassar essas adversidades. Assume uma significativa importância para que o EE, durante o ano letivo, inicie a preparação do RPES, o que deve realizar de forma sequencial e bem preparada.

Este documento é apresentado em seis partes distintas, sendo elas: Enquadramento Pessoal e Profissional referente à explicação da decisão tomada e do percurso do EE; o Enquadramento institucional, que se baseia em explicar a importância da PES, e como é efetuada a PES no ISMAI e, ainda, apresentar a escola cooperante, destinada ao lugar da prática e o grupo da PES, assim como caracterizar o mesmo; a Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção, onde é descrito todo o procedimento da prática profissional e como foi organizado e gerido o ensino e a aprendizagem; Participação na escola e Relação com a comunidade onde está patente a participação do EE e a colaboração no Colégio, bem como a relação com toda a comunidade escolar, desde funcionários a professores, sem esquecer os alunos; o Desenvolvimento profissional onde se destaca as dificuldades e sua superação; e por fim, Reflexões finais, onde é elaborada uma reflexão final acerca da experiência vivida durante a PES.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1 Uma decisão a partir de um percurso

Tudo tem um propósito e esta minha escolha em prosseguir os estudos através da Educação Física (EF), primeiramente na Licenciatura e, mais tarde, optar pela escolha do MEEFEBS deve-se muito às minhas vivências enquanto adolescente. De facto, sempre fui um rapaz que em tudo o que houvesse desporto, estava lá, sempre a marcar presença de uma forma muito participativa. Sempre que me lembro de professores de EF que tive ao longo do meu percurso escolar e que me acompanham até hoje, todos tinham opinião que o desporto tinha que fazer parte da minha vida. A partir desses “estímulos” que fui ouvindo e acumulando ao longo do meu percurso escolar, fui ganhando ainda mais gosto pelo desporto em geral e pela EF em particular tendo chegando o momento em que decidi optar pela EF

Este gosto pelo desporto surgiu desde muito cedo perdura nos dias de hoje. Desde muito novo que pratico desporto, sempre com uma ligação muito forte direccionada para o futebol, numa fase mais prematura da minha adolescência, passando, mais tarde, para o futsal, o qual ainda hoje prevalece. Para além destas duas modalidades, que tiveram grande importância na minha vida desportiva, com destaque para o futsal que pratico há mais de dez anos, tive também contacto com mais dois desportos, a natação e o karaté.

A prática de natação deu-se numa idade mais nova e durante um período mais curto, na escola primária. A ligação com o karaté, iniciou-se no decurso do 1º ano de escolaridade e prosseguiu até ao término do ensino secundário. Estas duas modalidades desportivas despertaram o gosto pelo ensino, tendo sido sempre acompanhado por bons professores que motivaram a aprendizagem. A partir destas experiências, fui percebendo que a arte do Ensino é fantástica e que poder transmitir os nossos conhecimentos para outros é bastante satisfatório. A experiência enquanto treinador de futsal suscitou o interesse no ensino e transmissão de conhecimentos e valores a jovens.

Aquando do meu ingresso na Licenciatura de EF e Desporto no ISMAI, não tinha nenhuma escolha relativamente ao mestrado, embora tivesse uma inclinação para a área do Ensino. Analisando pela minha prática desportiva, esta não seria a escolha que, à partida, seria mais lógica. Para além de praticar Futsal como jogador, desempenho também o cargo de treinador dos escalões de formação, o que indicava que a minha preferência iria ser direccionada para a opção do Treino Desportivo, no entanto, tal não aconteceu. Durante a Licenciatura, tendo

experienciado as Unidades Curriculares (UCs) que fazem parte do curso, o gosto pelas que eram direcionadas para o ensino foi maior, assim como o êxito pessoal nas mesmas.

Concluo que a minha escolha foi delineada ao longo dos três anos de Licenciatura, com influência de alguns professores que tive o privilégio de fazerem parte do meu percurso académico, pois de uma forma ou de outra, ainda que involuntariamente, fizeram-me perceber que esta deveria ser a minha escolha. Tal como indica Carvalho et. al. (2009), a escola, na figura dos professores, tem sido identificada como um contexto com impacto significativo na carreira. Muitas vezes, no nosso percurso escolar, surgem professores que nos marcam de alguma forma e, muitas vezes, influenciam-nos, mesmo sem se aperceberem, para seguirmos “caminhos orientados” pelos mesmos e, no ISMAI, os alunos têm ao seu dispor um grupo docente muito competente que para além de transmitirem todo o conhecimento necessário para o nosso desenvolvimento, marcam-nos pelo apoio e disponibilidade.

2.2 Expectativas iniciais

Desde o momento em que optei por seguir este mestrado após terminar os estudos correspondentes à Licenciatura, refleti bastante sobre a PES e começaram a surgir algumas dúvidas se iria conseguir passar com distinção esta fase do meu percurso académico. Sempre muito confiante das minhas capacidades e com muita vontade de melhorar a cada momento e em todos os aspetos, tinha que me preparar muito bem para conseguir ter o êxito desejado e esperado.

Conforme o que tinha em mente, no que diz respeito à PES, as minhas expectativas eram altas, queria cumprir em pleno com o papel enquanto professor, mesmo ainda sendo um EE. Tinha como principais objetivos conseguir transmitir para os alunos todo o conhecimento adquirido até então, da melhor forma possível e fazer com que esse conhecimento fosse alargado, não só pelo estudo das modalidades ao longo do ano, mas também pelas vivências com os alunos, pois acreditava que com eles iria também aprender. Não há docência sem discência, as duas se explicam (...) Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender (Freire, 1996).

O 1º ano do mestrado foi crucial para a preparação do ano seguinte. Todo o conhecimento adquirido foi essencial e rapidamente percebi que seria muito importante para o meu futuro. As UCs que integram o programa, tornam o 1º ano bastante completo, conseguindo com que fossem transmitidos aos alunos os conhecimentos necessários para alcançarem um bom desenvolvimento, preparando assim o aluno em todos os aspetos para o ano da PES e para

o seu futuro percurso profissional. O EE fica capaz, quer de lecionar e preparar aulas de qualquer uma das modalidades presentes nos programas escolares, quer de avaliar.

Sabia que me esperava uma fase crucial para terminar o meu percurso académico. O ano da PES implica trabalho e dedicação, mas, acima de tudo, é um ano de muitas aprendizagens. E foi com este pensamento que o encarei, assumindo-o com elevadas expectativas. O facto de ser colocado na minha primeira escolha das escolas que nos propuseram foi bastante positivo, desde logo por se situar relativamente próximo do local da minha residência habitual, não ocupando demasiado tempo em deslocações, para além dos condicionalismos provocados pela pandemia causada pelo novo corona vírus (Covid 19). Acresce que tinha as melhores referências do Colégio quer no que se refere ao funcionamento quer da comunidade escolar. Tive a possibilidade de fazer parte de um grupo de PES com dois colegas com quem já tinha trabalhado e sabia que iria existir entreajuda por forma a ultrapassarmos todas as dificuldades que pudessem surgir.

No que se refere à prática em si, tinha vários objetivos a cumprir. Tendo em consideração o meio onde iria estar inserido, desde cedo me apercebi da elevada exigência que me esperava, sendo muito importante conseguir corresponder. Não só por ser um ano letivo longo e com muitos desafios, mas também por ter sido colocado no CNM, um estabelecimento de ensino onde os professores prezam por transmitir os melhores ensinamentos e valores aos seus alunos. Tinha a expectativa de cumprir todos os objetivos propostos com competência, para estar ao nível do Colégio e de toda a comunidade escolar.

Todo o meu percurso académico até chegar a este ano da PES foi muito importante para adquirir conhecimentos suficientes para estar apto para enfrentar este desafio, principalmente os ensinamentos do último ano. Outro dos objetivos que me propus, era conseguir colocar em prática todas as minhas aprendizagens por forma a conseguir transpô-las do plano teórico para a prática e, assim, dar início ao meu desenvolvimento enquanto futuro professor.

O número de alunos que compunham as turmas poderia ser um entrave à qualidade da aula, embora durante o 1.º ano de Mestrado tivesse sido preparado para esta situação mas, na prática, tudo pode ser diferente e caso não conseguisse ter o “controlo” da turma, a qualidade da aula seria afetada. Apesar da inexperiência, sempre acreditei que o iria conseguir e que melhoraria ao longo do ano. Os alunos que mais me preocupavam eram aqueles que não estariam predispostos para a realização das aulas, por não gostarem da disciplina ou por não terem vontade para a realização da prática. Teria de ter o papel de desencadear nesses alunos o desejo da prática de atividade física, pelo incentivo ou desafio e, dessa forma, as aulas fluiriam de forma positiva.

Com vista à superação desta preocupação, tinha por objetivo transmitir aos alunos a ideia de que a EF é uma disciplina importante para o desenvolvimento pessoal. Para além da prática desportiva, mantendo o corpo são, retirarão outros ensinamentos, como o trabalho em equipa, o respeito e o reconhecimento pelo colega, o cumprimento pelas regras, aplicáveis a cada uma das modalidades desportivas com que viessem a ter contacto, a inclusão de todos, o que seria aplicado, em especial, através de modalidades de equipa, onde cada elemento tem a sua relevância e é preponderante no êxito (ou insucesso) de todos.

Por fim, a adversidade do início do ano da PES em plena pandemia, provocada pelo novo corona vírus. Docentes, discentes e toda a comunidade escolar tiveram de se adaptar às regras e protocolos de segurança que foram implementados por todo o país, à semelhança do que se verificou pelo resto do mundo, no combate à situação pandémica. Este foi, sem dúvida, o maior dos desafios, para o qual ninguém estava preparado, o que provocou, necessariamente, motivos acrescidos de preocupação. Senti que seria uma fase de adaptação difícil para todos, tendo tido a necessidade de me adaptar e reinventar com a necessidade de planear e lecionar as aulas da melhor forma possível, dentro das limitações que foram impostas como, por exemplo, evitar contacto entre alunos.

3. Enquadramento institucional

3.1 A importância da PES

Segundo Borssoi (2008), a PES assume uma importância significativa no decorrer de qualquer curso, sendo o mais próximo que o EE irá ter da realidade escolar, em que tem a oportunidade de perceber que desafios lhe vão surgir ao longo da sua vida profissional, acabando por poder refletir sobre a profissão que irá exercer. O MEEFEBS, só através da sua componente teórica, não prepara o discente na plenitude para o futuro enquanto professor. A PES é inserida no último ano do curso com um propósito, em que o aluno já tem conhecimento suficiente adquirido, sendo necessário ser avaliado na componente prática para perceber se consegue corresponder às adversidades que vão surgindo, assim como assumir o papel de professor. O aluno fica mais próximo de estar preparado para o que o futuro lhe reserva.

Tal como indica da Cunha (2017), o estágio, aqui entendido como PES, proporciona ao EE um contacto com a realidade de ensino e com a prática profissional. Esta proximidade do EE, enquanto futuro professor, traz-lhe inúmeras vantagens, não só por desempenhar a função de professor e compreender o funcionamento do ensino, mas também pelo acompanhamento dos professores cooperantes que acompanham todo o processo, transmitindo os seus

conhecimentos e aconselhando, sempre que necessário, o EE, através da sua experiência profissional.

A PES é um dos processos mais importantes no percurso académico de um futuro professor, se não o que possui maior importância. Para além do EE passar para o plano prático o que foi adquirido durante a sua formação, inicia uma nova etapa, a construção da sua identidade profissional. Segundo, da Gomes (2018), enquanto aprendemos a ensinar, estamos também a aprender a pensar, a conhecermos-nos melhor e a sentirmos como um professor, acabando por alterar a identidade do estudante.

As relações que o EE cria com os seus alunos são outra componente fundamental da PES, assim como com o resto da comunidade escolar. Cada aluno tem a sua personalidade e modo de ser, cabendo ao professor perceber como tem que lidar com cada um. A experiência da PES é fundamental para o EE compreender a forma como lidar com os alunos e com a personalidade e individualidade de cada um. É importante discutir a PES como espaço de formação e de construção de saberes que oportuniza o desenvolvimento das aprendizagens significativas e indispensáveis da docência (Martins, et. al, 2016).

Em suma, a PES tem como finalidade o desenvolvimento profissional dos EEs e o seu desempenho como futuros docentes, promovendo uma postura crítica e reflexiva em relação aos desafios, processos de aprendizagem e desempenhos com que se depararão no futuro quotidiano profissional. Assim, a PES têm como objetivos, a aquisição e desenvolvimento de competências básicas em relação ao conhecimento da instituição escolar e da comunidade envolvente, a aplicação integrada e interdisciplinar dos conhecimentos adquiridos relativos às diferentes componentes de formação, o domínio de métodos, técnicas e saberes relacionados com o processo de ensino, o trabalho em equipa, a organização da escola e a investigação educacional, aprofundar as competências adquiridas nos domínios científico e pedagógico e habilitar para o exercício da atividade profissional de professor, favorecendo a inserção na vida ativa.

3.2 A PES no ISMAI

A PES no ISMAI é realizada durante todo o 2º ano do mestrado. Nesta, os alunos são alocados numa escola e desempenham o papel de professor. Antes desta fase, o EE tem de concluir a Licenciatura no Curso de Educação Física e Desporto, tendo contacto com UCs da área do Ensino, Saúde e Treino. Após a Licenciatura, de forma a estar apto para lecionar nos três níveis de Ensino (Primário, Básico e Secundário), é necessário a especialização no MEEFEBS. Este é composto por dois anos, sendo o primeiro direcionado para a aquisição e

desenvolvimento dos conteúdos abordados na Licenciatura nas UCs ligadas ao Ensino e o segundo, onde realizei a PES, com o objetivo de aplicar os conhecimentos adquiridos, num contexto real de prática. Sem esta especialização, o aluno tem apenas habilitação para lecionar no Ensino Primário.

Numa fase inicial, ainda de preparação para a PES, é apresentada aos alunos uma lista de estabelecimentos de ensino designados por escolas cooperantes, em que os alunos têm que as numerar por ordem de preferência. Mais tarde, mediante os critérios definidos pelo ISMAI, os alunos são alocados nas referidas escolas cooperantes, formando, dessa forma, os núcleos PES. Cada uma dessas escolas tem definido um OC, tratando-se de um professor que leciona nessa escola e que acompanha os EEs durante todo o período da PES, transmitindo os seus ensinamentos resultantes da sua experiência profissional. Para além do OC, os EEs são acompanhados por um docente do ISMAI designado por Professor Supervisor (SV), o qual juntamente com o OC, orienta e acompanha o EE durante a PES.

3.3 A escola cooperante: lugar de prática

A escola onde realizei a PES foi o CNM, situado na freguesia de Milheirós, no Concelho da Maia. Numa área muito boa, com fáceis acessos, sendo uma vantagem, principalmente para os alunos que se deslocam de transportes públicos. O Colégio está inserido numa área com cerca de 12.300m², correspondendo 8.800m² a espaços exteriores, como jardins, espaços desportivos e de lazer. É constituído por três Polos interligados entre si: o Polo I, destinado ao ensino da Creche e Pré-escolar; o Polo II destinado ao 1.º, 2.º e 3.º Ciclo do Ensino Básico; e o Polo III destinado ao Ensino Secundário.

O Colégio é um estabelecimento de Ensino Particular, em funcionamento desde o ano de 2001 e abrange os três níveis de ensino: Pré-Escolar, Básico e Secundário. Apresenta um ensino articulado e sequencial, que motiva os seus alunos pela descoberta e para a obtenção dos melhores resultados, orgulhando-se do seu percurso que já originou a que obtivesse grandes conquistas no Ranking Oficial de Escolas. A Comunidade Educativa do CNM identifica-se com uma cultura de escola que conduz a uma liberdade de grupo e individual, manifestando-se de forma colegial, com confiança, transparência e credibilidade.

O Colégio organiza o seu Projeto Educativo em três conceitos estruturantes: liberdade, responsabilidade e solidariedade. A liberdade, com o intuito de promover a diferenciação de ideias, dando aos alunos o direito de exporem livremente os seus pensamentos e ideias através do exercício da crítica. A responsabilidade, baseada no respeito e cumprimento de regras existentes e pelo exercício crítico da participação numa lógica de contínuo aperfeiçoamento. A

solidariedade, que promove uma Comunidade Educativa inserida num ambiente indicado para que se proporcione um bom funcionamento de tudo o que implica a educação e o desenvolvimento dos alunos.

O prestígio adquirido pelo Colégio, relativamente aos bons resultados obtidos pelos alunos, deve-se a vários fatores. Após esta minha passagem enquanto EE, conclui que o principal fator de sucesso deve-se à ótima relação existente entre toda a comunidade escolar, ou seja, professores, alunos e funcionários que, de forma articulada e em conjunto, criam um excelente ambiente escolar, originando os melhores resultados.

Sentir-se bem no ambiente escolar parece ser um fator responsável pelo desenvolvimento de um bom trabalho (Ribeiro, 2004). Tal como indica a autora, é fundamental um aluno sentir-se bem no meio onde está inserido, de forma a desenvolver o seu trabalho o melhor possível, sendo esta uma das características principais patentes no dia-a-dia do CNM. Nesta linha, o ambiente escolar existente neste Colégio é muito agradável, existindo uma boa e saudável relação entre todas as partes intervenientes (alunos, professores e funcionários). É notório a satisfação nos alunos no desempenho das suas atividades letivas e grande entusiasmo em serem parte integrante desta comunidade escolar, o que se percebe facilmente, após vivenciar o ótimo ambiente evidente nos corredores, assim como nas aulas que presenciei de educação para a cidadania.

O comportamento de excelência dos alunos do CNM deve-se, em grande parte, aos professores que privilegiam o companheirismo e entreatura entre todo o corpo docente, o que é apreendido pelos alunos que os “contagia” resultando que o bom relacionamento seja a nota dominante entre todos os intervenientes desta Instituição. Os funcionários, também importantíssimos no bom funcionamento do Colégio, estão sempre disponíveis para prestar ajuda aos alunos, criando e mantendo uma relação próxima com os alunos.

Relativamente às turmas que fizeram parte da minha prática, foram o 5ºA, e o 10ºA2. A turma do 5ºA, composta por 28 alunos, dos quais 17 rapazes e 11 raparigas, ficou ao meu encargo, conjuntamente com os meus colegas de PES, pois dividimos as aulas entre nós. Como a turma tinha três aulas por semana, cada um de nós lecionou uma aula por semana. Todo o trabalho de planeamento, gestão e avaliação, foi realizado pelos três, trabalhando sempre muito bem enquanto grupo. Inicialmente, esta era uma turma mais difícil de controlar pois, devido à idade dos alunos, eram muito irrequietos, o que consideramos como normal, dado que a aula de EF permitia que os alunos libertassem a energia acumulada pela passividade física nas aulas das outras disciplinas. Todavia, ao longo do ano, fomos conseguindo controlar e perceber

melhor a turma, o que acabou por melhorar o rendimento dos alunos nas aulas, sendo evidente uma grande evolução na turma durante esse período.

Os alunos desta turma apresentaram níveis bastante diferentes, com alunos com maior aptidão física do que outros, o que facilmente constatamos no decurso das aulas. Ao longo do ano letivo, surgiram alguns casos de indisciplina com alguns alunos, maioritariamente causados por situações extra-aula, mas que eram levados para o pavilhão e que condicionou, por vezes, o bom funcionamento da aula. Ainda assim e, de uma forma geral, foi uma turma que apresentou uma evolução bastante satisfatória ao longo do ano, com os alunos que apresentavam maiores dificuldades a terem classificação de destaque.

Relativamente à turma do 10ºA2, apenas eu fiquei encarregue da mesma. Composta inicialmente por 24 alunos, 7 rapazes e 17 raparigas, mais tarde sofreu pequenas alterações, com a saída de 2 alunos, 1 rapariga e 1 rapaz, por terem mudado de curso. Inicialmente, após um primeiro contacto com a turma, pensei que pelo facto de serem muito mais raparigas que rapazes, a turma ia separar-se, com os rapazes a isolarem-se, o que não seria benéfico para o bom rendimento dos alunos na aula. Após uma semana de aulas, constatei que a composição da turma não seria problema, tendo percebido que os alunos eram bastante unidos, com uma boa relação, baseada no respeito mútuo e amizade. Os alunos apresentaram bons níveis de capacidades motoras, grande motivação e elevado empenho, o que facilitou a aprendizagem. A atitude positiva demonstrada durante todo o ano letivo pelos alunos desencadeou uma progressão a nível de aquisição de conhecimentos referentes às modalidades desportivas abordadas quer do desporto em geral.

3.4 Caracterização do núcleo da PES

Os EEs organizam-se em núcleos da PES, funcionando nos estabelecimentos de ensino cooperantes, com orientação de um docente dessa instituição (OC) e com a supervisão do docente da instituição organizadora da PES (SV). Durante o meu percurso na PES, acompanham-me dois colegas, formando, assim, o núcleo PES da escola cooperante do CNM, formado por mim, pelo Diogo Azevedo e pelo Virgílio Silva. Os três tínhamos indicado o CNM como primeira escolha na preferência das escolas cooperantes, dado o companheirismo e amizade existente desde a Licenciatura, em que pertencíamos à mesma turma, pelo que foi muito positivo termos sido colocados na mesma escola cooperante.

Para além dos colegas mencionados, do meu grupo PES fizeram parte o Professor SV, Professor Rui Araújo, o Professor OC, Professor Luís Sousa. Os docentes, ao longo de todo este processo, foram dois pilares fundamentais no meu desenvolvimento, enquanto EE. O

acompanhando e ajuda que prestaram sempre que necessário, tornaram este ano de PES muito enriquecedor na preparação para a minha vida ativa que se avizinha.

Como refere, da Cunha (2017), a teoria da aprendizagem situada é entendido como o conjunto de relações entre as pessoas, a atividade que exercem e a sociedade em que estão inseridos, num dado período de tempo e em relação a outras comunidades de prática. Os EEs do nosso grupo de PES, interagiram ativamente, entre si, nos períodos em que conviveram no CNM, conjuntamente com toda a comunidade escolar.

Essas comunidades de prática poderão surgir formal ou informalmente, nos mais variados lugares e momentos do quotidiano de cada individuo, constituindo um grupo seletivo de pessoas que partilham as suas vidas de acordo com os interesses comuns do grupo em que inserem. No processo de aprendizagem que é a PES, existem as mencionadas comunidades de prática, as quais acrescentam a cada EE, a vontade de aprender e saber o que os outros colegas podem transmitir, o que sucedeu de forma recorrente no nosso núcleo.

No núcleo formado com os meus colegas, a entreajuda e companheirismo foram preponderantes para o sucesso pessoal de cada um durante o período vivenciado no CNM. Constituímos um grupo trabalhador, com vontade de aprender, de enfrentar e superar todas as adversidades e constrangimentos com que nos deparamos, realçando a ligação existente entre nós, o que constituiu o aspeto de maior importância no sucesso da nossa PES. Para além do trabalho individual, cada um procurou, a cada instante, ajudar os demais membros do núcleo, com partilha de ideias e colaboração mútua.

O professor Rui Araújo foi fundamental nesta etapa, pois durante todo o meu percurso no Ensino Superior, foi meu professor de outras UCs, e, neste ano, ajudou-me a ultrapassar as dificuldades que foram surgindo e esteve sempre disponível para ajudar, acompanhando tudo o que era realizado no contexto da PES. Foi muito importante o feedback construtivo que tive por parte do professor Rui Araújo, mais propriamente no que se refere às aulas que observou durante o ano letivo, ajudando-me ativamente na melhoria do meu desempenho.

O Professor Luís Sousa, com o qual criei uma forte ligação, foi sempre muito prestável, tendo um papel preponderante no meu desenvolvimento, contribuindo, de forma decisiva, para a minha evolução ao longo do ano. A forma como lidou com os EEs, facilitou a nossa missão, tendo-nos feito sentir à vontade em todos os momentos, o que facilitou a nossa adaptação ao Colégio. O OC deu-me total liberdade para desempenhar as funções que me foram confiadas da forma que considerava adequada e apenas posteriormente é que me indicava o que poderia melhorar. Esta forma de agir ajudou-me bastante, tendo sido a fórmula ideal para que aprendesse com as pequenas falhas que por vezes cometia fazendo com que tivesse de repensar

e encontrar as soluções adequadas para não incorrer nesses erros. Como refere Fialho et al. (2018), a supervisão pedagógica é um processo complexo, exigente e com enorme potencial formativo, que coloca diversos desafios aos envolvidos. A supervisão pedagógica que tive ao longo do ano letivo foi um grande suporte e que me vai ajudar no futuro. O apoio diário contribuiu para que evoluísse e tivesse ultrapassado todas as dificuldades que foram surgindo. Assim, tal como Batista et. al. (2014) afirma, o OC, destaca-se como uma peça fundamental em todo o processo formativo que ocorre na prática real de ensino, o que sucedeu no meu caso concreto, tendo sido essencial para o meu crescimento durante este ano de PES.

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

4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1 Conceção de ensino

A EF é responsável pelo desenvolvimento da criança, com o ato de aprender com os processos cognitivos, afetivos e psicomotores, ou seja, procura garantir a formação integral do aluno (Guimarães, et. al., 2001). O maior dos desafios que esperava encontrar, era conseguir transmitir aos alunos a mensagem de que a EF é uma disciplina muito importante no seu percurso escolar. Assim, uma das minhas maiores preocupações foi predispor todos os alunos para a prática das aulas, inculcando o gosto pela EF. Conseguir manter os alunos interessados é fundamental para que as aulas tenham um bom aproveitamento em qualquer unidade curricular e a EF não é diferente. Considerava indispensável transmitir aos alunos a importância da EF no dia-a-dia de cada um, fazendo com que a disciplina fosse encarada com a importância que lhe deve ser dada, sendo também um período de alegria e diversão.

O ensino da EF tem duas componentes, a teórica e a prática. Não se pratica EF sem os conhecimentos teóricos, seja do ponto de vista da execução dos mais simples exercícios físicos ou uma “simples” corrida, ou da prática de desporto, seja ele individual ou coletivo, como por exemplo e, desde logo, pelo conhecimento das regras aplicáveis a cada modalidade desportiva.

O ensino EF não se pode limitar a entregar ao grupo de alunos “uma bola” de uma qualquer modalidade e deixar os alunos à sua sorte. Cabe ao professor, transmitir aos alunos a correta execução do exercício físico pretendido, saber dosear o esforço de acordo com as suas características físicas e motoras, a respiração correta e tudo o que se mostrar necessário para que a prática da EF seja um prazer. Da mesma forma, para a prática de uma qualquer modalidade desportiva, é necessário que o aluno conheça as regras dessa modalidade para que desfrute do período em que a pratica. Por forma a cativar o aluno, o professor poderá transmitir

a história da modalidade, como surgiu, a forma como evoluiu, atletas famosos que praticam essa modalidade e outros métodos e considere adequados.

Com a correta execução do exercício ou da prática desportiva, o prazer do aluno será maior e provocará a interação com os colegas. No fundo, deverá transmitir-se que sozinhos não alcançamos o êxito, necessitamos da entajuda com outros e, em conjunto, conseguiremos ultrapassar os obstáculos com que nos deparamos durante a nossa vida. Mesmo nas modalidades individuais, como por exemplo, o badminton, temos uma equipa que sustenta a atividade, seja o treinador, o preparador físico ou fisioterapeuta ou qualquer outro membro da equipa.

A interação, o trabalho em equipa, é evidente de uma forma mais patente na EF do que em qualquer outra disciplina curricular. Nas outras disciplinas, embora deva existir entre a turma, colaboração mútua, companheirismo, bom entendimento e respeito uns pelos outros, não é perceptível da mesma forma do que na EF. A aquisição dos conhecimentos é igual para todos, a sua aplicação depende do trabalho que se desenvolva, do tempo que seja dedicado ao estudo, da atenção prestada na sala de aula. Chegados à prova escrita, o aluno depende apenas e tão só de si próprio, não está dependente de receber a resposta correta por outro colega, enquanto na EF sem a ajuda do Colega, não terá êxito.

Para além disso, a atividade física seja qual for na sua execução, é importantíssima na vida de cada um. A citação latina “corpo são em mente sã”, no original “*Mens sana in corpore sano*” do poeta romano Juvenal, na Sátira X, apenas um corpo saudável pode assegurar uma mente saudável, ou seja, boa saúde física é essencial para que se tenha boa saúde mental e social. Na atual sociedade em que muitos jovens têm um modo de vida sedentária, ocupando demasiado tempo com videojogos, redes sociais, entre outros, descurando a importância de uma vida ativa saudável, como a prática regular de atividade física. Pelo que constituiu um dos meus objetivos principais, conforme referido anteriormente, transmitir aos alunos a importância da EF na sua vida quotidiana.

Segundo Quina (2009), o processo de ensino e aprendizagem visa produzir alterações nos comportamentos dos alunos por meio do confronto ativo com as matérias de ensino, sob o efeito recíproco da atividade do professor e da atividade dos alunos. Temos várias abordagens para a leção de uma aula. Para tal, existem vários Modelos de Ensino, que possuem várias particularidades que os caracterizam. É importante, antes de qualquer modelo de ensino ser utilizado, ser devidamente estudado por quem o irá utilizar, para depois conseguir desenvolver as capacidades dos alunos em qualquer modalidade abordada.

Existem vários modelos de ensino direcionados para a EF, cada um com as suas características. Durante a PES optei por utilizar apenas dois modelos de ensino, que considerei

mais indicados, o Modelo de Educação Desportiva (MED; Siedentop, 1994) e o Modelo de Instrução Direta (MID; Rosenshine, 1979). Iniciei todas as UD's com a utilização do MID, dado que senti que seria o melhor método para conseguir introduzir as técnicas e conteúdos que tinha planeados abordar. Mais tarde, quando senti que os alunos já tinham esses conteúdos bem interiorizados, optei por implementar o MED. Para a sua implementação, dividi a turma em equipas e criei um calendário, de forma a criar uma espécie de Época Desportiva, tal como defende o Modelo. Apenas optei por esta estratégia nas aulas lecionadas ao 10º ano, devido às características dos alunos. Sempre acreditei que o MED seria um sucesso nas aulas desta turma, o que vim a comprovar. A revisão empírica realizada até ao momento aponta resultados inequívocos na eficácia do MED ao nível do desenvolvimento pessoal e social dos alunos, particularmente no que conta às suas atitudes e valores (Pereira, et. al., 2013). Foi notório nos alunos estes valores desenvolvidos, sendo que dentro de cada equipa trabalharam sempre em conjunto, e nunca cada um por si, e com a preocupação em ajudarem os colegas se assim fosse necessário.

Utilizei também, por vezes, a estratégia do questionamento durante o MED para que os próprios alunos dessem as respostas e não que fosse sempre eu a prescrever a informação aos alunos, sem estes terem que pensar e responder por eles próprios. Assim, conseguia criar nos alunos um estímulo em que tinham que ser eles a procurar e a dar as respostas, e também serviu como forma de verificação dos conteúdos lecionados, quer na aula em questão, ou durante a UD. Foi algo recorrente ao longo do ano letivo, mesmo durante o período de Ensino à Distância, como tinha dado resultado nas aulas anteriores, decidi dar continuidade à utilização dessa estratégia.

Assim, durante o ano letivo, foram estas as minhas opções, relativamente aos modelos de ensino utilizados:

No 1º período, as modalidades abordadas foram o andebol, o voleibol e o badminton. Apenas nas aulas em que foi abordado o andebol utilizei apenas o MID, devido às regras que foram impostas devido à pandemia. Não sendo possível realizar jogo formal, optei pela inserção de exercícios baseados em circuitos técnicos, tentando sempre que possível e cumprindo com os protocolos de segurança, ter em cada aula uma fase onde a competição estivesse presente, não fugindo das ideias do modelo. Devido às restrições sanitárias, para que os alunos não perdessem o interesse na aula, considerei necessário a existência da componente competição numa parte da aula, o que tornava os alunos mais empenhados. Tive também o cuidado para que as aulas não se tornassem repetitivas, para que os alunos não se desinteressassem.

Nas modalidades de voleibol e badminton, planei as UD de forma a iniciar com a introdução e exercitação das técnicas a abordar, tendo aplicado a Instrução Direta. Com o decorrer das aulas e após a interiorização pelos alunos dessas técnicas, optei por utilizar algumas características do MED de forma a melhorar a qualidade das aulas. Desde cedo percebi que esta estratégia traria resultados positivos no que respeita ao papel dos alunos na aula, conseguindo que tivessem um maior empenho. Comecei a planear as aulas com algumas características do MED, como a criação de um calendário de jogos, em que os alunos se organizavam por equipas e competiam entre eles de acordo com os jogos que tinha agendado. Outra característica do MED que passei a utilizar foi a existência do capitão de equipa, tendo optado por entregar esse papel a um aluno que fosse responsável e que apresentasse um nível avançado, tendo por missão ajudar os colegas de equipa, sempre com a minha supervisão e intervenção, caso fosse necessário.

Nestas modalidades, já foi possível realizar jogo formal, pois o contacto entre alunos não era tão acentuado como no andebol. Nas aulas de voleibol a turma foi dividida desde o início da UD em grupos, para que o contacto fosse o menor possível, sempre que surgissem casos positivos de Covid na turma, sabia com quem o aluno teve contacto direto durante a aula.

Relativamente ao 2º período, que ainda deu início com aulas presenciais, mas apenas durante duas semanas, pois fomos obrigados a confinar, passando as aulas a serem em regime de E@D. Após sermos informados que as aulas seriam todas direcionadas para a condição física, iniciei o planeamento das aulas utilizando o MID, sendo que para cada aula preparei um plano de treino. Durante a aula, partilhava o plano com os alunos, para irem acompanhando e ia dizendo-lhes o que tinham de realizar, ao mesmo tempo que cronometrava cada exercício, o qual tinha um tempo predefinido de realização.

Durante o confinamento, também apliquei nas aulas o MED, dentro dos condicionalismos devido ao facto das aulas serem realizadas em E@D. Aqui já com um maior leque de características do próprio modelo, dividindo a turma em equipas e com papéis atribuídos aos alunos, como o caso do capitão de equipa. Apenas nas aulas da turma do 10º ano é que utilizei o MED e nas aulas do 5º ano utilizei apenas o MID, o que foi discutido e decidido em conjunto com os colegas de PES, pois as aulas dessa turma foram divididas pelos três. Esta decisão deveu-se ao facto da turma do 5º ano apresentar características que entendemos não serem adequadas para a utilização do MED, designadamente as idades dos alunos. Consideramos que a criação de grupos de conversa virtual (chat's) para cada equipa, não resultaria nos alunos mais novos, pela imaturidade própria da sua idade, bem como pelas características da turma em concreto, a qual demonstrou impaciência e muita agitação.

Considerando que estas aulas eram realizadas em E@D, o controlo da turma seria de dificuldade acrescida, existindo o risco de destabilização da aula, o que era necessário evitar.

Como indica Araújo (2017), com a aplicação deste modelo de ensino, os alunos tendem a desenvolver-se pessoal e socialmente através da cooperação, empatia, responsabilidade e autodisciplina, como também nas atitudes e valores. A capacidade do MED em conseguir transportar para os alunos aquelas características teve um grande peso na decisão de implementarmos este modelo nas aulas do 10º ano. Com o decorrer das aulas, senti um crescente entusiasmo dos alunos, demonstrando, a cada aula, maior compromisso, o que foi comprovado nas tarefas que tinham que realizar em equipa, fora do contexto da aula, nas quais nunca falharam com os prazos.

Durante o 3º período, no ensino secundário, as duas primeiras semanas prosseguiram em regime de E@D, onde prossegui com a implementação do MED como objeto de estudo para o Projeto de Intervenção. Aquando do regresso ao ensino presencial do secundário, conjuntamente com a turma do 5.º ano, a qual iniciou o período de forma presencial desde o seu início, voltei a utilizar, em ambas as turmas, o método usado no 1º período. Iniciava as aulas com o MID, de forma a facilitar a introdução das técnicas, mas já com algumas características adaptadas que fazem parte do MED, como a turma dividida em equipas e com a competição presente. Neste último período letivo abordamos três modalidades: basquetebol, hóquei em campo e futebol, com a utilização do mesmo método de ensino para todas as referidas modalidades, de acordo com o anteriormente descrito.

4.1.2 Planeamento

De acordo com Vasconcelos et. al. (2015), planear é um procedimento indispensável e que requer um vasto leque de atividades, conhecimentos e competências que devem ser o principal de toda a atividade.

O planeamento de toda a atividade letiva tem que ser realizado com antecedência, no momento em que são estabelecidos os objetivos que queremos atingir. Para que o conjunto das aulas faça sentido, de forma que seja possível a transmissão do conhecimento na íntegra e de forma lógica, a fase de planeamento não pode ser ignorada, nem tampouco encarada como algo desnecessário. É fundamental para o professor cumprir com sucesso as suas funções e os objetivos propostos, mas também para melhorar a qualidade do ensino que vai ser direcionado para os alunos, melhorando assim a aprendizagem. O período de PES implicou muito trabalho, principalmente de planeamento, no qual tentei ao máximo não acumular trabalho para que não prejudicasse a qualidade do planeamento e, por conseguinte, das aulas. Com o decorrer das

aulas, senti-me mais à vontade em todas as tarefas, com a evolução dos alunos a ser cada vez mais notória, assim como também, a sua motivação. Para além disso, estes acabaram por me contagiar e comecei a ficar também mais motivado para a preparação da melhor forma possível. Neste sentido, fazem parte das funções do professor planear o ano letivo, as UD's e ainda as aulas de forma mais individualizada.

4.1.2.1 Planeamento Anual

Relativamente ao planeamento do ano letivo, também entendido por planeamento anual, devido à situação pandémica em que nos encontrávamos, entendemos que poderia ter que ser alterado e, devido a esse constrangimento, apenas decidimos as modalidades que teríamos de abordar no 1º período, ficando as referentes ao 2º e 3º períodos pendentes, conforme o evoluir da pandemia, assim como das restrições para as aulas de EF. No que diz respeito ao planeamento da turma do 10ºA2, apenas eu fiquei encarregue de o realizar. Naturalmente, o planeamento anual só ficou completo após a supervisão do meu OC, professor Luís Sousa. Por sua vez, o planeamento anual da turma do 5ºA foi realizado por mim, em conjunto com os colegas de PES, uma vez que fomos os três encarregues da turma em conjunto, passando, também, pela supervisão do OC.

Inicialmente, julgava que iria sentir grandes dificuldades na realização dos planos anuais, mas foi-me facultada uma tabela, o que me ajudou a perceber o método a seguir na sua elaboração de acordo com o pretendido pelo professor OC. A elaboração dos planos anuais, facilitou a preparação do ano letivo, pois para além de definir as modalidades a abordar, tive de estabelecer, desde logo, os conteúdos que iriam fazer parte das aulas, assim como os objetivos que pretendia que os alunos alcançassem. Este planeamento do ano letivo também facilitou no planeamento das UD's dado que já tinha definido os objetivos e conteúdos a atingir.

4.1.2.2 Unidades Didáticas

No que diz respeito ao planeamento das UD's, cada uma foi pensada de forma individual. No entanto, esse planeamento da UD poderia ser alterado, por variados factores. Com o decurso das aulas, acabei por ter a necessidade de alterar o planeamento porque a turma não teve, em algumas situações, a evolução esperada, pelo que tive que ajustar o planeamento realizado conforme a evolução que os alunos apresentaram. O planeamento das UD's foi sempre realizado através do modelo de organização e gestão do ensino aprendizagem por Vickers (1990), de forma a facilitar o meu planeamento, pois assim conseguia ter os conteúdos a abordar, divididos pelas aulas, de uma forma lógica. As UD's não tinham um número exato de aulas, pois algumas

tiveram duração de duas semanas e outras de três semanas. Apenas durante o 2º período foi diferente, devido ao confinamento a que fomos sujeitos em que as aulas foram todas direcionadas para a condição física, passando a ser lecionado um treino em cada aula. Neste período o planeamento teve que ser diferente, realizando planeamentos semanais, de forma que os planos de treino não fossem repetitivos.

O planeamento das UD's foi uma tarefa que cumpro com sucesso. A maior dificuldade que enfrentei verificou-se no planeamento das UD's que tinham poucas aulas. Para que conseguisse cumprir o planeamento, tive que destinar menos aulas a alguns conteúdos que não ficaram tão bem consolidados, o que por vezes não foi satisfatório para os alunos, pois seria necessário o mais tempo. Relativamente à turma do 10º ano, foi mais fácil cumprir com o planeamento inicial, sem necessidade de alterações significativas uma vez que os alunos cumpriram os objetivos propostos de forma satisfatória e no tempo previsto sendo um grupo homogéneo que evoluía em todas as UD's conforme planeado. Já na turma do 5º ano, essa evolução não era tão notória nem em simultâneo por todos os alunos, o que originou que o planeamento sofresse várias alterações ao longo das aulas.

4.1.2.3 Plano de Aula

O planeamento de cada uma das aulas era realizado quase sempre diariamente. Em cada semana, lecionava quatro aulas, três ao 10ºA2 e uma ao 5ºA. Nos planos de aula, estabelecia os objetivos que pretendia para a aula, posteriormente definia os exercícios que fossem ao encontro dos objetivos estabelecidos, seguindo uma sequência lógica dos conteúdos que tinha de abordar. O planeamento das UD's sofreu algumas alterações, as quais se deveram à análise do desempenho da turma. Por vezes, foi necessário abordar conteúdos durante um período de tempo maior do que aquele que estava planeado, tendo de alterar a aula seguinte, retardando assim, a introdução de novos conteúdos. Apenas dava seguimento ao planeamento a partir do momento em que os alunos estivessem preparados para tal, ou seja, só depois de terem interiorizado devidamente todos os conteúdos anteriores.

No período do confinamento continuei a elaborar um planeamento quase diário, apesar de lecionar menos aulas, pois a carga horária da disciplina de EF diminuiu de três para duas aulas por semana para cada turma. Não precisei de tanto tempo a preparar as aulas, pois as aulas em E@D foram todas direcionadas para a condição física, tendo apenas de realizar os planos de treino para cada aula.

Como refere Inácio et. al. (2014), as dificuldades relativas ao planeamento vão diminuindo do primeiro para o último período. Senti essa evolução relativamente ao

planeamento, o qual no início do ano foi algo que foi mais demorado, mas que com o decorrer do ano letivo, fluiu muito melhor. Naturalmente que dada a falta de experiência, o planeamento inicial é mais demorado, por se tratar da primeira experiência letiva. Com o decorrer do tempo, adquirimos a experiência necessária e o conhecimento da turma, permitindo que essa tarefa seja executada de uma forma mais rápida e com maior confiança na execução do planeamento.

Outro elemento que contribuiu para que a tarefa do planeamento se tornasse mais facilitada, foram as reflexões de aulas, efetuadas logo que possível, de forma a servir de apoio para o planeamento da aula seguinte, contribuindo para a melhoria do planeamento das aulas o que, por sua vez, acabou por melhorar a qualidade do processo de ensino e aprendizagem.

4.1.3 Realização

Tal como indica Quina (2009), após as tarefas de planeamento, o professor é confrontado com as tarefas de realização do ensino. Esta fase constitui o momento fulcral do processo de ensino e aprendizagem. O autor, em forma de justificação, refere que um fator determinante dos resultados alcançados pelos alunos é o que acontece nas aulas, dando o foco ao que o professor e os alunos fazem na mesma, relativamente às funções de cada um. É importante refletir sobre a realização da minha PES, dividindo em quatro dimensões da intervenção pedagógica: instrução, gestão, disciplina e clima da aula.

4.1.3.1 Instrução

Começando pela instrução, tive sempre a preocupação que esta fosse a mais adequada relativamente à turma a que lecionava a aula, tendo em consideração as idades e postura dos alunos. No início da aula, juntava os alunos para um curto diálogo, para que a relação professor/aluno fosse melhorando e para informar a turma dos conteúdos que iríamos abordar, explicando as razões para a aula ser conduzida de determinada forma. Terminava a aula da mesma forma como iniciava, com mais uma breve conversa com os alunos, expondo as dificuldades sentidas ao longo da aula e expunha o que entendia ser necessário para que aquelas fossem ultrapassadas. Disponibilizava-me, ainda, para responder a qualquer dúvida que os alunos necessitassem esclarecer, terminando a aula sem qualquer dúvida quanto aos conteúdos lecionados.

A demonstração consiste em fornecer uma imagem representativa da tarefa a ser executada (de Souza Fonseca et al, 2008). A explicação dos exercícios, demonstrando aos alunos como o têm de realizar é fundamental, pois dessa forma compreendem o que têm que executar, conseguindo observar e perceber pormenores da técnica do movimento que, apenas

com a explicação verbal, ficam ausentes. Nas aulas recorri muitas vezes a este método, tendo utilizado alunos como apoio à explicação. A escolha dos alunos para exemplificar ao resto da turma o exercício, baseou-se no facto desses alunos executarem determinado exercício sem dificuldade, o que permitia demonstrar aos colegas a correta execução do mesmo. No 5º ano, esta estratégia serviu também para integrar os alunos na turma e demonstrar à restante turma que todos têm capacidade e também para estes se sentirem parte integrante da turma. Foi com os conselhos do professor OC que optei por esta estratégia e sem dúvida que foi de grande utilidade pois, para além de melhorar o desempenho dos alunos, permitiu em certas situações, para melhorar a relação dos alunos com a turma, proporcionando, assim, uma melhoria no bom funcionamento da aula.

No decurso das aulas que lecionei utilizei, de forma sistemática, como estratégia, o feedback pedagógico, após um período inicial em que senti que deveria ter outra atitude. Nas primeiras aulas, a minha intervenção não era tão eficaz para os alunos devido à ausência de feedbacks. Com o tempo, passei a adotar uma atitude mais interventiva o que desencadeou maior empenho por parte dos alunos e, conseqüentemente, refletiu-se na sua participação no decurso da aula que melhorou significativamente. Pretendi que o feedback fosse direto e de fácil compreensão para que os alunos percebessem facilmente o que pretendia. Pretendi que após a execução de um determinado exercício, os alunos recebessem o feedback no que se refere à sua realização por forma a poderem melhorar aquando da repetição do mesmo exercício. Nesta perspetiva, a proficiência do feedback na aprendizagem assenta, diríamos, não apenas na quantidade, mas também (ou sobretudo) na qualidade e pertinência da informação que vincula (Quina, et. al., 2017).

No designado diagnóstico do erro que se verifica quando o aluno executa o exercício com falhas, a melhor forma de impedir a repetição sistemática do erro é através dos feedbacks que o professor transmite aos alunos, indicando qual o erro que estão a incorrer para que possam alterar a execução, podendo o professor, adaptar o exercício de acordo com as características físico-motoras do aluno.

4.1.3.2 Gestão da aula

Outro ponto muito importante na realização da prática do professor é a gestão da aula que assume uma grande importância para o seu bom funcionamento. Como indica de Souza et. al. (2019), a gestão de sala de aula pode ser definida como estratégias que permitem ao professor organizar a sala de aula, com a participação em grupo, cooperação e cumplicidade entre os alunos, quando bem articulada. O autor refere, ainda, que a gestão da aula procura também

proporcionar uma relação aluno-professor e aluno-aluno, a sustentabilidade coletiva do conhecimento, com o exercício pleno da cidadania, respeitando as diferenças e a individualidade de cada um, atribuindo valores e construção social.

A gestão da aula tem várias condicionantes que a caracterizam. Não é apenas influenciada pelo comportamento dos alunos e do professor, mas também por tudo o que engloba o espaço da aula. Assim, para além da postura que os alunos demonstram na aula, e as decisões tomadas pelo professor, temos outros fatores importantes que condicionam a gestão da aula, tais como, o espaço onde esta decorre e o material disponível (quantidade e qualidade).

No que diz respeito aos espaços, o Colégio é constituído por infraestruturas muito bem capacitadas para a prática da EF. A divisão do espaço (pavilhão desportivo) para que duas turmas realizassem aula em simultâneo, não impediu que a qualidade da aula fosse a pretendida. Ainda que com a redução do pavilhão para metade, sempre foi possível lecionar a aula sem restrições que condicionassem o desenrolar da mesma. Tive também sempre à minha disposição um espaço exterior que utilizei apenas para algumas aulas da turma do 5º ano, pois por vezes estava ocupado com atividades para os alunos e, por várias ocasiões, as condições climatéricas impossibilitavam que a aula fosse possível realizar no exterior. Lecionar a aula no exterior cativava mais os alunos, o que se refletia no seu empenho, tendo, por vezes, usado esse factor como “prémio” para os alunos. A par das excelentes condições dos espaços direcionados para a prática da EF, tive também um grande leque de opções no que diz respeito ao material que tive disponível para utilizar, todo de grande qualidade.

Ainda refletindo sobre a gestão da aula, mas no que se refere ao meu papel enquanto professor, adotei estratégias de forma a melhorar o tempo útil de aula, tendo efetuado o planeamento com transições rápidas de exercícios. Os exercícios ajustavam-se rapidamente na transição dos mesmos, evitando, dessa forma, a perda de tempo na preparação do espaço e materiais utilizados para a realização do exercício seguinte.

4.1.3.3 Disciplina da aula

A disciplina da sala de aula, refere-se às atitudes comportamentais na sala de aula. Os alunos são o centro, mas muitas vezes, algumas atitudes podem ser originadas por ações do professor. Os casos de indisciplina que possam surgir em contexto escolar, muitas vezes, têm uma explicação. Tal como indica de Sá et. al. (2020) a indisciplina na escola está associada a problemas morais, pois os alunos estão inseridos numa sociedade que pode ser a razão de certos comportamentos que se manifestam. O CNM está inserido num contexto escolar direcionado para uma boa disciplina. Caso seja necessário, os alunos terão acompanhamento por psicólogo

que os ajuda a controlar qualquer desvio às normas estabelecidas pela instituição, o que torna o Colégio dotado de meios destinados a bons comportamentos por parte de toda a Comunidade Escolar. Assim, os alunos sentem-se inseridos num contexto onde a convivência com todos os intervenientes é essencial, transpondo essa convivência da escola para a sua vida pessoal, sendo um dos objetivos deste estabelecimento formar alunos enquanto estudantes e como cidadãos.

As situações de indisciplina que aconteceram durante o ano letivo foram escassas, sendo mais marcantes na turma do 5º ano. A minha intervenção nestas situações foi sempre de forma a procurar perceber o que tinha sucedido. Tive sempre uma conversa com o(s) aluno(s) interveniente(s), com um diálogo cuidadoso, sem agressividade. O objetivo dessas conversas foi sempre demonstrar aos alunos que as atitudes de indisciplina, fossem elas quais fossem, não podiam ter lugar na nossa aula e que as mesmas apenas os iriam prejudicar e não lhes traria qualquer benefício, independentemente do que pudesse ter motivado tais situações.

4.1.3.4 Clima da aula

O clima de sala de aula é mais uma das dimensões da intervenção pedagógica, com uma importância significativa no desenrolar da mesma, assim como no desempenho demonstrado pelos alunos. Monteiro et. al. (2008), afirmam que o clima de sala de aula é influenciado pelos alunos, professores e ainda pelo contexto em que a escola se insere, sendo composto pela atmosfera de trabalho e pelas relações entre alunos e professor. Os autores assumem ainda que uma aula caracterizada por um bom clima, deve-se ao professor que preza por valorizar a cooperação entre os intervenientes na aula, conseguindo fazer com que os alunos trabalhem melhor juntos.

Os alunos que integraram as turmas que acompanhei durante a PES tiveram uma excelente postura durante todo o ano letivo. A boa relação que criamos foi a base de sustentação de um ótimo clima de aula, algo que foi melhorando com o decorrer das semanas. Tentei, desde o início do período escolar, manter uma boa relação com os alunos. Não esperava que essa relação evoluísse tão rapidamente e de uma forma tão genuína e natural, de ambas as partes. Com os alunos cada vez mais próximos uns dos outros e do professor, a qualidade das aulas melhorou de forma significativa, os alunos demonstravam entusiasmo durante a realização das aulas. A turma do 10ºA2, caracterizada por um espírito de grupo inconfundível e com uma grande união entre todos os alunos, que os tornou melhores a cada dia que passou, foi a base para o clima de sala de aula ser sempre positivo. Relativamente à turma do 5ºA, devido a serem mais novos, e mais inconstantes emocionalmente, tive que intervir com mais frequência, para

não deixar que o clima da aula fosse prejudicado e, conseqüentemente, o processo de ensino e aprendizagem sofresse qualquer revés.

4.1.4 Avaliação

Avaliar em Educação é reconhecer, diagnosticar, desenvolver e valorizar a expressão individual, a cultura própria e a manifestação de afetividade, como um meio para a aprendizagem e formação integral do educando (Bratfische, 2003). Segundo Darido (2012), o processo de avaliação não se baseia apenas em atribuir uma classificação ao aluno, mas sim na procura de o ajudar a melhorar. O autor refere ainda que avaliar envolve fazer perceber ao aluno que facilidades e dificuldades apresenta, mas fundamentalmente encaminhar o discente para um progresso, de forma que tenha uma evolução continuada.

O processo de avaliação foi algo que, desde o início do ano letivo, diagnostiquei como uma das tarefas com a qual não me sentia tão seguro, pelo facto da falta de experiência. O maior desafio seria “transformar” o desempenho dos alunos numa nota quantitativa. De forma a conseguir contrariar essa dificuldade, assumi que teria que possuir vários instrumentos para a avaliação ser correta e justa. Optei por realizar os meus apontamentos das aulas (semanalmente), referentes ao desempenho e atitudes dos alunos, de forma a facilitar o processo mais tarde, pois teria acesso a toda a evolução dos alunos, quer relativamente ao domínio cognitivo, como também ao motor e socioafetivo. Para apoio, elaborei uma tabela, onde registei o desempenho e as atitudes de cada aluno. No que diz respeito ao desempenho, desenvolvi uma escala numérica, de 1 a 5, onde atribuí aos alunos uma classificação acerca da prestação deles na aula. Já relativamente às atitudes, destaquei como “Atitude positiva” e “Atitude negativa” conforme a prestação dos alunos na aula, tendo incluído o registo de presenças dos alunos, para que tivesse tudo registado no mesmo documento e, assim, facilitaria aquando do momento da análise destes dados.

O procedimento de avaliação é aconselhável que seja contínuo ao longo das UD's e do ano letivo. Não deve ser só direccionado para a capacidade motora do aluno, mas também pela sua atitude em contexto de aula, assim como a sua evolução ao longo do processo de Ensino. Tal como indica Darido (2012), muitos professores atualmente não atribuem nota ou avaliam os seus alunos pelo seu desempenho no jogo, mas sim por meio da observação da sua motivação e de seu interesse nas aulas, destacando ainda que é uma mudança positiva. E a minha avaliação aos alunos ao longo do ano letivo foi efetuada tendo em consideração os domínios cognitivo, motor e socioefetivo, tendo atribuindo grande relevância à evolução que os alunos foram apresentando ao longo do ano.

Tive que seguir certas indicações do Grupo de EF do CNM, relativamente à forma como teve que ser dividida a avaliação, ficando 60% para o domínio cognitivo/motor e 40% para o domínio socioafetivo. Informei os alunos na primeira semana de aulas do ano letivo que a avaliação iria ser contínua e não apenas num momento. Esta explicação aos alunos serviu para que entendessem que todas as aulas são importantes e não apenas a última aula direcionada para cada uma das modalidades que são abordadas. A última aula direcionada para a avaliação não deixou de existir, embora não se tratasse de aula de avaliação pura, mas sim para completar a avaliação que, como referi, foi contínua.

O processo de avaliação foi iniciado com a Avaliação Diagnóstica que serviu para enquadrar o nível da turma, assim como perceber que alunos se destacavam, positiva e negativamente, relativamente a cada UD. Para além disso, tal como refere Bratfische (2003), a Avaliação Diagnóstica é um auxílio, quer para o professor quer para o aluno, para perceberem que dificuldades apresenta o aluno, de forma a conseguir trabalhar nesses aspetos e assim melhorá-los. Assim, consegui perceber melhor o nível da turma e dos alunos, individualmente, quer numa fase inicial das UD quer no final da mesma, em que constatei a evolução que os alunos tiveram. Assim, a primeira aula era direcionada para a Avaliação Diagnóstica, a qual servia para entender o nível de complexidade dos exercícios podia inserir nas aulas. Com isto, consegui enquadrar a turma num certo nível em cada uma das modalidades e traçar objetivos conforme as capacidades que apresentaram nessa aula de avaliação diagnóstica. Esta estratégia facilitou a elaboração dos planos de aula, para as quais me segui sempre pelos objetivos que queria que os alunos atingissem.

Após a avaliação diagnóstica das turmas que lecionei, realizei a avaliação formativa/contínua, a qual se estendeu por todo o ano letivo, resultando, no final do ano, uma avaliação sumativa/final dos alunos. Durante todo o ano letivo fui registando o decurso das aulas, o interesse, empenho e dedicação demonstrada pelos alunos, a forma como enfrentaram e ultrapassaram as dificuldades sentidas, a atitude perante os conteúdos, os colegas e o professor.

A avaliação formativa/contínua é, do meu ponto de vista, aquela que melhor se adequa para a atribuição de uma avaliação final dos alunos, quer aquando do fim de um período letivo, quer no final do ano, uma vez que é tido em consideração todo o percurso da turma, em geral e, em particular, de cada aluno. A avaliação final dos alunos tem em consideração todo o processo de avaliação formativa ao longo do ano e não apenas uma ou várias aulas que pudessem ser direcionadas, em exclusivo, para a avaliação final. Desta forma, a avaliação é

mais justa e adequada ao que foi observado durante todo o período em que se desenrolou a minha PES, considerando os critérios que previamente defini.

Dada a situação de exceção resultante da pandemia provocada pelo Covid 19, foi imposto a realização do E@D que vigorou durante o 2º período escolar. Neste período teve de ser efetuada a avaliação, tendo em consideração todas as alterações que, necessariamente, tiveram de ser implementadas na disciplina de EF. Ainda que no contexto de E@D, mantive o registo das atitudes e desempenho dos alunos, utilizando o método da tabela de registos. A par destes registos, fez também parte da avaliação deste período, a criação de um plano de treino, proposto aos alunos. Na avaliação desta tarefa, foi fornecida pelo professor OC uma grelha que servia de guia para avaliar os referidos planos de treino. Os alunos enviaram-me os trabalhos através da plataforma *Microsoft Teams*, tendo, após receção de todos os trabalhos, procedido à sua avaliação, através da verificação da execução de acordo com os objetivos propostos e atribui uma avaliação quantitativa à tarefa.

Relativamente à atribuição das classificações aos alunos, o professor OC, deu-me completa autonomia para realizar esse processo, tendo, apenas, que me guiar pelos critérios de avaliação do grupo docente de EF do CNM. Após atribuir as classificações, remetia-as para validação do OC e, posteriormente, eram discutidas e aprovadas em conselho de turma, nos quais participei, através de meios de comunicação à distância. O processo de atribuição de uma classificação quantitativa, foi um dos processos onde, inicialmente, tive maior dificuldade, por ter que atribuir um valor numérico a toda a evolução dos alunos nas aulas. Em certos casos, tive a necessidade de reunir com o OC, o qual me ajudou a evoluir neste processo, tornando-o mais fácil durante o ano letivo.

No que diz respeito à turma do 5ºA, foi em conjunto com os meus colegas de PES que realizamos as avaliações desta turma e chegamos sempre a um consenso, o que facilitou esta nossa tarefa. Não foi difícil conseguirmos chegar os três a uma decisão final acerca das avaliações quantitativas a quase todos os alunos. Quando surgiram dúvidas sobre algum aluno reunimos com o Professor Luís Sousa, o que sucedeu esporadicamente.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

5.1 Atividades realizadas e trabalho colaborativo

Durante a PES, realizei algumas atividades no Colégio, no âmbito da PES. As atividades realizadas organizadas pelo grupo da PES foram o Evento Anual e o Seminário. O Colégio normalmente organiza uma grande diversidade de atividades onde inserem os EE como parte

ativa na sua organização e gestão. No entanto, devido à pandemia, não foi possível a sua realização, como, por exemplo, os vários torneios de várias modalidades desportivas, organizados pelo CNM que dadas as restrições vigentes em todo o país, inviabilizaram a realização desses eventos desportivos.

O Evento Anual foi realizado durante o 2º período, em que vigorava o confinamento. Dado o dever geral de recolher obrigatório, o grupo de PES optou por preparar o Evento de forma on-line, com várias atividades, com a participação das turmas do ensino secundário alocadas aos EEs, isto é, uma turma de 10º ano, uma turma de 11º ano e uma turma de 12º ano. No programa do Evento constaram atividades físicas, atividades interativas e lúdicas. As atividades físicas foram baseadas em treinos de condição física, no seguimento das aulas do E@D, com utilização das equipas construídas em cada turma, no seguimento do Modelo de Ensino implementado nas aulas. O principal motivo para o Evento ser realizado com o referido formato deveu-se à continuidade da implementação do MED.

O Evento ocupou duas aulas em cada uma das turmas, sendo uma aula direcionada para as atividades físicas (treino realizado na aplicação “Agit”) e a outra destinada às atividades interativas e lúdicas (enigmas, palavras cruzadas e um questionário na plataforma “Kahoot”). Foi atribuída uma pontuação a cada equipa, de acordo com a prestação dos alunos em cada uma das atividades. Correu bastante bem, com todos os alunos empenhados e com excelente atitude, o que ajudou muito no desenrolar do Evento, quer a turma do 10ºA2 que estava encarregue, como também, nas turmas que os meus colegas de PES estavam encarregues, o 11ºBC do Virgílio Silva e o 12ºA3 do Diogo Azevedo.

A outra atividade realizada no CNM durante a PES foi o Seminário, realizada durante o 3º período, tendo terminado o E@D, regressou o ensino presencial. Realizado no dia 11 de junho, tendo como tema a Alimentação/Nutrição e Atividade Física, foi criada uma ligação entre ambas. A escolha deste tema deveu-se ao facto de pretendermos apresentar aos alunos um seminário sobre um tema importante para o seu bem-estar e com o objetivo de melhorar o seu quotidiano no que se refere aos temas em questão. Devido à dificuldade de conseguirmos colocar todas as turmas alocadas ao grupo PES no mesmo espaço e não tendo conseguido ajustar os horários das turmas, optamos por apenas apresentar o seminário apenas à turma do 12ºA3, no horário destinado a uma aula de EF.

No Seminário, contamos com a presença de uma convidada, a nutricionista Liliana Moreira, que contribuiu de forma muito positiva para o êxito da realização da atividade. Os temas abordados desencadearam nos alunos uma participação muito ativa, com intervenções a propósito, o que tornou a referida atividade muito enriquecedora quer para os EEs quer para os

próprios alunos, tendo ultrapassado as nossas expectativas iniciais. Recebemos um excelente feedback por parte do OC, o que comprova o sucesso na realização do Seminário.

Para além destas duas atividades realizadas e organizadas pelo grupo de PES, durante o 1º período letivo, colaborei, em conjunto com os dois colegas de PES, num trabalho de grupo numa turma do 12º ano, designado por “Projeto A+”. O trabalho foi proposto a todos os alunos do Colégio, cada grupo escolhe o tema. A nossa intervenção foi no sentido de colaborar com o grupo na construção de planos de treino para as diversas faixas etárias, de forma a combater o sedentarismo e os problemas causados pela pandemia, na saúde e quotidiano das pessoas. Recebemos com muito agrado o pedido de colaboração por parte do grupo de alunos, tendo sido recebido de forma positiva, com uma proximidade com outros alunos, no início do ano letivo, criando, desde cedo, uma boa relação com a restante comunidade escolar.

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

Pretende-se que o trabalho realizado pelo professor perante os alunos tenha um impacto direto sobre o seu percurso escolar. Mesmo que indiretamente, os efeitos positivos provocados pelo professor podem entender-se para além do período de convivência entre o professor e o aluno (Simões & Alarcão, 2008). De facto, o professor é a imagem que muitos alunos seguem como exemplo, assumindo assim um papel que vai muito além do que acontece em contexto de sala de aula. Segundo Galvão (2002), o professor exerce uma função única dentro da escola. Ele é o elemento de ligação entre o contexto interno (a escola) e o contexto externo (a sociedade). É importante transmitir aos alunos valores, para os tornar, não só melhores alunos, mas também, melhores pessoas, interiorizando bem esses ideais, para os transportarem também para a vida fora do contexto escolar. Queria transmitir a imagem de um professor justo, correto e cativante para os alunos, para que eles sentissem na prática da EF alegria em realizá-la. Com o objetivo de, mesmo sendo um EE, ser uma referência para os meus alunos e em quem eles vissem um exemplo a seguir.

Neste sentido, não só durante as aulas, mas também fora delas, esforcei-me para transmitir aos alunos os princípios essenciais para que cresçam enquanto jovens. Tentei sempre transmitir a mensagem de que a existência de uma boa ligação entre os alunos, ajuda-os a ter êxito, quer nas aulas de EF, quer nas demais disciplinas. Outro ideal que encarei como essencial transmitir aos alunos foi a inclusão de todos na Comunidade, com maior ênfase nas minhas aulas. Nunca deixei nenhum aluno ser menosprezado, fazendo com que todos se sentissem importantes e úteis nas aulas, o que fomentei em toda a turma e desencadeou a entreatajuda e

trabalho em equipa, o que constituiu a base para o bom funcionamento. A boa ligação criada com os alunos em contexto de sala de aula foi transposta para o exterior da aula.

5.3 Socialização profissional e institucional

A forma como o EE é tratado no meio onde é inserido durante o período a PES é essencial para que se sinta bem e para conseguir evoluir e aprender. A forma como me integram no meio escolar do Colégio foi a melhor, de forma espontânea, natural e genuína por parte de todos os intervenientes.

O Colégio é constituído por excelentes profissionais, dos auxiliares, até aos professores. Mesmo sendo um EE, toda a comunidade escolar fez-me sentir, tal como aos meus colegas da PES, como um dos professores pertencente ao corpo docente do Colégio. Em momento algum nos menosprezaram e sempre prestaram o melhor auxílio possível, de forma a vivenciarmos o melhor desta experiência. A comunidade escolar do CNM fez-me sentir, durante a PES, um membro pertencente ao corpo docente, em momento algum fui desvalorizado por ser EE. Foram criadas ótimas relações, profissionais e pessoais quer com o corpo docente, quer com os funcionários do CNM, o que facilitou a minha atuação, sentindo-me sempre muito bem e como parte integrante do Colégio.

Este trabalho de todos os intervenientes no Colégio, em prol de um bem maior, o bem-estar de todos os alunos, professores e funcionários fez-me ver o Ensino de uma forma bem diferente. É fundamental todos estarem predispostos a ajudar e a trabalharem para os mesmos objetivos. Um estabelecimento de Ensino é muito mais do que um conjunto de alunos e professores, tendo também todos os funcionários um papel ativo e importante na evolução de todos os intervenientes, assim como a direção e todos os órgãos sociais da Instituição. Vivenciar a experiência da PES num ambiente tão positivo foi muito importante uma vez que me senti integrado numa equipa predisposta para me acolher como um membro dessa equipa, valorizando-me enquanto pessoa e profissional. Todos se mostraram predispostos para a ajuda que iria necessitar, fazendo com que os receios iniciais naturais próprios de quem não conhece nem os “cantos da casa” nem o seu funcionamento, se dissipassem.

Semana após semana, senti-me como se já fizesse parte do CNM há mais tempo, o que contribuiu para o bom desempenho das funções que me foram confiadas da melhor forma possível. As reuniões de conselho de turma e do grupo de PES contribuíram para o meu desenvolvimento enquanto EE. Em suma, todos os intervenientes na comunidade escolar tiveram um papel importante no meu desenvolvimento

5.4 A Componente ético-profissional

O professor deve agir na observância de um conjunto de princípios de natureza moral e também porque o que se espera do professor é que ele recorra a uma estratégia, desenvolva um método e disponha de recursos para promover a formação ética dos alunos (Caetano, et al 2016).

O professor tem como primeiro objetivo, ensinar, mas essa sua função não se pode limitar a transmitir conhecimentos de determinada matéria ou conteúdo referente ao percurso acadêmico do professor. Ser professor é também ser educador, formador, relativos à formação ética dos alunos com quem convive durante o ano letivo. O professor, no exercício da sua atividade profissional, contribui, de forma decisiva, para o desenvolvimento pessoal do aluno, transmitindo-lhe valores e princípios essenciais.

Durante o ano letivo, segui uma linha de continuidade, que se enquadra totalmente nos ideais do Colégio. A minha postura, enquanto membro do corpo docente, foi sempre baseada na transmissão de valores importantes para o bem-estar dos alunos, de forma a criar um ótimo ambiente, propício ao bom funcionamento da aula. Um dos objetivos prioritários desta etapa foi criar uma forte relação com os alunos, sendo um professor frontal, sincero e justo, valores que pretendi transmitir-lhes.

O professor, sendo visto como um exemplo a seguir, deve ter em consideração que o cumprimento dos seus compromissos constituirão o exemplo que os alunos poderão prosseguir. Assim, o docente tem de cumprir com os horários, ser o primeiro a chegar e o último a sair no período da aula. Se não cumpre o horário, o aluno tomará como exemplo que poderá, também ele, atrasar-se, o que originará constrangimentos ao cumprimento do planeamento da aula.

Para que o professor seja respeitado pelos alunos, terá de ser o exemplo do tratamento respeitoso, seja no espaço da aula ou no seu exterior seja dentro ou fora da instituição de ensino. Pelo que assume especial importância as relações entre professor-aluno como as relações com a restante comunidade escolar.

6. Desenvolvimento profissional

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

Ao longo do ano letivo, surgiram algumas dificuldades, tendo-as encarado com vontade de as ultrapassar e de alargar o meu conhecimento, para que o meu desenvolvimento profissional fosse o melhor.

Ter a capacidade de conseguir controlar a turma do 5º ano, foi das maiores dificuldades encontradas ao longo da PES. Uma turma com alunos mais novos, o que por natureza os torna

mais inquietos e com muita energia do início ao fim das aulas. Primeiramente, foi muito complicado conseguir encontrar a melhor solução para controlar a turma, mas após algumas tentativas, fui percebendo o funcionamento da turma, assim como a melhor forma de os compreender e direcioná-los para a aula, cativando-os para um maior empenho na aula. O uso da competição em certos exercícios, veio ajudar bastante que os alunos se interessassem mais pela aula, demonstrando mais dedicação nos exercícios. Outra dificuldade na referida turma que se tornou recorrente durante o 1º período, foi não conseguir, por vezes, captar a atenção dos alunos, sendo muitas vezes difícil terminar com as conversas entre eles, com o objetivo de prestarem atenção à mensagem que pretendia transmitir. À medida que as aulas foram passando, essa dificuldade foi sendo ultrapassada, em particular devido a certas recomendações do OC, que surtiram efeito, tendo ultrapassado esta dificuldade, melhorando a partir desse momento, o bom funcionamento da aula. Os alunos passaram a compreender melhor, os momentos da aula em que deveriam estar mais calmos e recetivos a ouvir o professor e os momentos em que tinham maior liberdade. Os alunos deveriam ouvir as minhas indicações por forma a executarem os exercícios de forma correta e com as conversas entre eles, não o conseguiriam fazer e atrasava o decurso da aula.

É fundamental para o desenvolvimento profissional existir uma formação contínua, seja qual for a função ou profissão em questão. Deste modo, Romanowski, et. al. (2010) afirmam que a formação continuada integra um dos elementos do desenvolvimento profissional dos professores pois, para além de complementar a formação inicial, constitui ainda uma condição de acesso para níveis mais elevados na carreira docente. Todo o conhecimento adquirido durante qualquer período de formação tem margem para melhorar. Após terminada a nossa formação, é importante manter uma procura constante de conhecimentos, de forma a alargar os nossos saberes, aspeto que vai ser preponderante num melhor desempenho profissional.

Tudo evolui, surgem novos estudos, novos métodos, estratégias o que implica que seja necessário formação para apreender tudo o que venha a ser desenvolvido quer para enriquecimento do docente quer a título pessoal quer profissional e ainda para que este possa refletir e transmitir aos seus alunos todo o conhecimento que venha a adquirir, através dessa formação.

Neste sentido, durante este período de PES, vi-me obrigado, por vezes, a procurar informações sobre certas modalidades, para corresponder à exigência do Colégio. Como exemplo, na modalidade de hóquei em campo, uma modalidade que não tinha um conhecimento tão vasto relativamente aos conteúdos a abordar. Esta procura de informação ajudou a tornar o

meu discurso mais sólido, sem hesitações, ultrapassando a insegurança no discurso anterior que os alunos apercebiam.

É recorrente surgirem dificuldades no nosso percurso enquanto profissionais e cabe-nos conseguirmos encontrar a melhor solução para contornar essas adversidades. Para isso, temos ao nosso dispor inúmeras formas de pesquisa, o que facilita a procura de soluções e que irão ser importantes no desenvolvimento profissional. Nunca nos devemos negar a aprender mais do que já sabemos, mas sim alargar mais os nossos conhecimentos, o que acabará por ser muito vantajoso na nossa atuação enquanto professores. Assim, para o futuro, enquanto professor, sei que tenho que melhorar em vários aspetos, de forma que a minha atuação melhore.

7. Reflexões finais

Este ano da PES foi muito entusiasmante, recheado de novas aprendizagens, assumindo uma grande importância no meu desenvolvimento pessoal e profissional. Reforçando, assim, a minha intenção e ambição de enveredar por este ramo, na minha vida profissional.

Durante todo o meu percurso escolar e académico, senti que tinha um bom suporte de conhecimentos relativamente às diversas modalidades que sempre fizeram parte do programa de EF. Daí a minha inclinação, desde cedo, para seguir este caminho. Senti rapidamente um grande conforto na transmissão de conteúdos aos alunos, por ter esse conhecimento alargado, o que me ajudou bastante, tornando o meu discurso mais vincado e confiante. Considero esta uma característica muito determinante na minha evolução durante o percurso da PES.

Ao longo do ano letivo, surgiram diversas dificuldades, naturais do trabalho que me competia. Encarei-as sempre com uma atitude positiva e com muita vontade de ultrapassar todas as adversidades que surgiam, sempre com a ajuda do professor OC, Luís Sousa, que deu sempre os melhores conselhos, sendo todos muito úteis e fundamentais para o meu crescimento enquanto futuro professor. Com a experiência da PES consegui alargar o meu conhecimento e preparar-me para o papel de professor.

Tal como já referi, foi um ano com muitos desafios, o que acabou por tornar a experiência da PES muito mais enriquecedora. Um dos maiores desafios foi sem dúvida os constrangimentos impostos pela pandemia. Durante o 1º período, estivemos sempre numa incógnita, sem sabermos se iríamos ter que confinar novamente, o que implicaria alterar o planeamento já realizado. Foi certamente uma das fases mais exigentes da PES, pois para além da preocupação em gerir a aula e que a mesma tivesse um desenvolvimento positivo, tive também de ter sempre muita atenção às regras que todos tínhamos de cumprir, pois estava em

risco o bem-estar de cada um de nós, professores, alunos, funcionários do Colégio e das respectivas famílias.

O período em que fomos obrigados a entrar em confinamento e a prosseguir com as aulas em regime de E@D, apesar de ser algo que já todos tínhamos a consciência de que poderia acontecer, não deixou de ter o seu impacto significativo. A realidade das aulas mudou drasticamente e o meu papel enquanto professor, de conseguir cativar os alunos para a prática, passou a ser mais difícil, com maior exigência da minha parte em encontrar as melhores estratégias para o conseguir. À medida que as aulas foram decorrendo, fui percebendo a dinâmica que devia implementar, assim como estratégias para manter os alunos focados na aula.

Os alunos foram parte integrante da minha PES e fundamentais para o meu desenvolvimento ao longo deste ano letivo. Criei uma ligação muito forte com eles, algo muito especial para mim, pois mostra que a minha atitude foi a correta. A forma como se despediram de mim, só me deixa bastante satisfeito, pois percebo que os marquei e que as relações criadas, foram genuínas e fortes, quer com os alunos do 10º, como com os do 5º ano. O facto de ter ficado encarregue destas turmas, foi das melhores coisas que me aconteceu pois, foi em grande parte, graças a estes alunos, que a minha PES foi tão enriquecedora. As turmas eram constituídas por excelentes alunos, jovens muito educados e respeitadores quer relativamente ao professor como relativamente aos colegas, os quais me ajudaram imenso no meu desenvolvimento, juntando a ótima relação que fomos criando durante o ano letivo, tendo conseguido melhorar muitos aspetos enquanto futuro professor e cumprir com as minhas funções, de uma forma acima das minhas expectativas iniciais.

O professor Luís Sousa foi um grande suporte durante a PES, sempre pronto a ajudar e prestável para o que precisasse. A excelente relação que se criou entre OC e EE, foi a base para o sucesso do trabalho, e para além disso, assumiu uma grande importância relativamente ao meu entusiasmo em lecionar o qual, semana após semana, foi crescendo, o que acabou por ser notório na forma como lecionei as aulas, com especial satisfação na evolução dos alunos.

Os momentos de partilha com os meus colegas de PES e com o OC, foram muito importantes para perceber que mudanças tinha de implementar na minha atuação, tendo sido significativos para uma melhor compreensão do que não estava a correr tão bem e que tinha que ser melhorado. As reflexões das aulas foram igualmente importantes, pois ao realizá-las, tive uma melhor perceção sobre o que tinha acontecido na aula, tendo tempo para encontrar as soluções para melhorar o meu desempenho, caso fosse necessário.

Após finalizar a minha PES, identifico-a como um ano de muita aprendizagem e que sem dúvida que me vai ajudar muito ao longo do meu percurso na área do Ensino. Tinha

espectativas altas no início do ano letivo, pois acreditava nas minhas capacidades e tinha muita vontade de aprender e evoluir com os desafios que este ano me iria trazer. Como grande objetivo, tinha de conseguir fazer com que os alunos vissem a EF de uma forma diferente, queria que a EF passasse a ter uma importância maior nas mentalidades dos alunos, fazendo-os ver que a prática de atividade física é muito importante para o seu dia-a-dia.

Outro dos objetivos que tinha como primordial era a transmissão de valores presentes na EF. Para o conseguir atingir, optei por introduzir na aula vários exercícios onde os alunos tinham que trabalhar em equipa, sendo fundamental a cooperação para atingirem o êxito. Sem dúvida que estes dois objetivos foram cumpridos e as expectativas que tinha foram rapidamente superadas.

Durante a minha prática tentei ao máximo ser um professor justo, amigo dos alunos e um exemplo que eles vissem que podiam seguir. Sem dúvida que se estes fatores acontecessem, ficava realizado e com a consciência tranquila de que tinha tido uma boa atuação. Finalizo esta etapa do meu percurso académico, com a enorme satisfação de ter alcançado os objetivos iniciais a que me propus e muitos outros que foram surgindo. E, com toda a certeza, vou levar comigo esta experiência da PES, durante todo o meu percurso profissional e pessoal que espero que seja a fazer o que mais gosto, a ensinar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araújo, R. (2017). A aprendizagem dos alunos e as dinâmicas operantes no seio das equipas no Modelo de Educação Desportiva: Evidências da investigação e direções futuras. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*.
- Batista, P., Silveira, G. C., & Pereira, A. L. (2014). Ser professor cooperante em Educação Física: Razões e sentidos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*.
- Borssoi, B. L. (2008). O estágio na formação docente: da teoria a prática, ação-reflexão. *Simpósio Nacional de Educação, 20*.
- Bratfische, S. A. (2003). Avaliação em educação física: um desafio. *Journal of Physical Education, 14(2)*, 21-31.
- Caetano, A. P., & de Lurdes Silva, M. (2016). Ética profissional e Formação de Professores. *Sísifo, (8)*, 49-60.
- Carvalho, M., & Taveira, M. D. C. (2009). Influência de pais nas escolhas de carreira dos filhos: visão de diferentes atores.
- da Cunha, M. D. S. A. (2017). A (re) construção da identidade profissional em contexto de estágio no ensino da educação física: uma análise situacional de discursos e narrativas.
- da Silva Gomes, P. M. (2018). Aprender a ser professor: uma análise situacional de percursos e experiências formativas de estudantes de Educação Física.
- Darido, S. C. (2012). A avaliação da educação física na escola. *Universidade Estadual Paulista. Prograd. Caderno de formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, 16*, 127-140.
- de Sá, A. P. F. V., de Lima, A. B., Gomes, M. J., & Pequeno, L. L. C. (2020). A (In) Disciplina no Contexto Escolar: Desafios e Perspectivas. *Revista Educação & Ensino, 4(1)*.
- de Souza Fonseca, F., Siqueira, M. B., Bruzi, A. T., Fialho, J. V., Ugrinowitsch, H., & Benda, R. N. (2008). Demonstração e prática mental na aquisição de habilidades motoras. *Motricidade, 4(2)*, 61-66.
- de Souza, R. V. O., da Silva Bezerra, J. M., & da Silva, M. F. G. (2019). Gestão de sala de aula: dificuldades, desafios e possibilidades na Educação Física. *Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC), 5(1)*.
- Fialho, I., & Artur, A. (2018). Aprender a ser educador com a Prática de Ensino Supervisionada.
- FREIRE, P. (1996). Pedagogia da Autonomia-Saberes Necessários à Prática Educativa Editora Paz e Terra. *Coleção Saberes, 36*.

- Galvão, Z. (2002). Educação física escolar: a prática do bom professor. *Revista Mackenzie de educação física e esporte*, 1(1).
- Gil, V. M. G., Álvarez, F. D. V., Pizarro, A. P., & Domínguez, A. M. (2019). O questionamento como ferramenta fundamental para o desenvolvimento da tomada de decisão de estudantes em Educação Física. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 25, 25028.
- Guimarães, A. A., Pellini, F. D. C., Araújo, J. D., & Mazzini, J. (2001). Educação física escolar: atitudes e valores. *Motriz*, 7(1), 17-22.
- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2014). Planeamento na ótica dos professores estagiários de Educação Física: dificuldades e limitações. *Revista portuguesa de pedagogia*, 55-67.
- Martins, R. E. M. W., & Tonini, I. M. (2016). A importância do estágio supervisionado em Geografia na construção do saber/fazer docente. *Geografia Ensino & Pesquisa*, 20(3), 98-106.
- Monteiro, V., Peixoto, F., Mata, L., & do Desenvolvimento, C. (2008). Construção e adaptação de uma escala de clima de sala de aula. In *Actas da XIII Conferência Internacional Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Braga: APPORT.
- Pereira, J. A., Mesquita, I., Araújo, R., & Rolim, R. (2013). Estudo comparativo entre o Modelo de Educação Desportiva e o Modelo de Instrução Direta no ensino de habilidades técnico-motoras do Atletismo nas aulas de Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 13(2).
- Quina, J. D. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. *A organização do processo de ensino em Educação Física*.
- Quina, J., da Costa, F. C., & Diniz, J. A. (2017). Análise da informação evocada pelos alunos em aulas de educação física. Um estudo sobre o feedback pedagógico. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (12), 9-29.
- RIBEIRO, M. D. M. (2004). A difícil tarefa de manter uma escola de sucesso. *REUNIÃO ANUAL DA ANPED*, 27.
- Romanowski, J. P., & Martins, P. L. O. (2010). Formação continuada: contribuições para o desenvolvimento profissional dos professores. *Revista Diálogo Educacional*, 10(30), 285-300.
- Simões, F., & Alarcão, M. (2008). Crescer, entre a escola e a família o papel do professor tutor na promoção do percurso formativo de jovens alunos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 439-448.

Vasconcelos, K. T., Uchoa, F. N. M., dos Santos, A. T., & da Costa Daniele, T. M. (2015). O professor de Educação Física eo planejamento pedagógico: Uma reflexão diária. *Revista Observatorio del Deporte*, 63-75.