

**Universidade da Maia**

**Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto**



## **Relatório da Prática de Ensino Supervisionada**

**Pedro Miguel da Silva Coutinho**

**Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico  
e Secundário**

**Orientador Institucional**

**Professora Doutora Patrícia Maria Silva Gomes**

**julho, 2023**



**Pedro Miguel da Silva Coutinho**

**N.º 34999**

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

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Patrícia Gomes

julho, 2023

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

PALAVRAS-CHAVES: EDUCAÇÃO FÍSICA; PRÁTICA DE ENSINO SUPERVIONADO; ENSINO; PROFESSOR.

## **AGRADECIMENTOS**

Este é o momento mais precioso de todo este percurso. O momento em que me debruço sobre todos aqueles que de uma maneira ou de outra fizeram parte de mim e deste projeto de vida. Este é o momento em que me dedico carinhosamente a pensar sobre tudo o que aconteceu até aqui. Não o farei por nenhuma ordem em especial, será espontâneo. Gostaria de enumerar o maior número de pessoas possível, mas com certeza que farei pouco jus a alguém. Gostaria de descrever ao maior detalhe e pormenor.

À minha irmã que me apoiou em todos os momentos desta caminhada, que sempre me encaminhou para os bons caminhos, me ajudou nos momentos mais difíceis e esteve sempre presente para celebrarmos os momentos mais marcantes.

Ao meu pai, por todo o esforço e dedicação para que eu pudesse vir a ter um futuro risonho, mesmo estando longe fazer-se sentir presente em todos os momentos.

À minha mãe, que luta comigo e por mim todos os dias.

Aos meus avós, por desde sempre serem o meu porto seguro e estarem sempre presentes na minha vida como ninguém. Dedico-lhes a eles esta conquista porque sem eles nunca teria o mesmo sentido e significado para mim.

Ao meu irmão, que mesmo na sua inocência me soube animar nos momentos menos felizes dando-me a força para me manter nesta caminhada.

À minha madrinha, que foi sempre fonte de força e bons conselhos.

À minha namorada tenho a agradecer todo o apoio incansável, por me ajudar sempre a ver o lado positivo das dificuldades que foram surgindo, por estar presente em todos os momentos deste percurso e por fazer parte dele, obrigado é pouco por tudo o que fizeste por mim.

A todos os meus amigos, um agradecimento por festejarem todos os momentos do meu percurso, mas principalmente por me apoiarem nos momentos menos felizes.

Um obrigado especial à Universidade da Maia, a toda a equipa de docentes e não docentes por tornarem este percurso especial e inesquecível.

À Professora Paula Machado pela disponibilidade que demonstrou desde o primeiro dia, por todos os ensinamentos transmitidos e momentos partilhados. Obrigado por ser sempre fonte de encorajamento e incentivo.

À Professora Doutora Patrícia Gomes, supervisora da PES, por ser presente e disponível a ajudar a qualquer ocasião.

A toda a comunidade, docente e não docente da escola D. Sancho I, pelo carinho demonstrado desde o primeiro dia, obrigado a todas as pessoas que fizeram deste ano de PES único.

Ao meu colega e companheiro de PES, um agradecimento especial pelo companheirismo e compromisso demonstrado no decorrer do ano.

A todo o grupo de Educação Física da escola D. Sancho I, agradeço afincadamente todo o apoio, colaboração e amizade com que me receberam sempre.

Por último, mas não menos importante, um agradecimento muito especial a todos os alunos que tive o prazer de encontrar no meu ano de PES, que direta ou indiretamente tornaram este ano inesquecível.

## **RESUMO**

O presente relatório tem como objetivo descrever todas as atividades desenvolvidas no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada do segundo ano do Mestrado Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário, realizada na escola D. Sancho I. Toda a estrutura deste documento, baseia-se nas linhas orientadoras que preceituam a prática de ensino supervisionada, expondo pormenorizadamente todo o processo realizado ao longo do ano letivo 2022/2023. A prática de ensino supervisionada proporciona a oportunidade de colocar em prática, todos os conceitos teóricos e metodológicos aprendidos ao longo da licenciatura e primeiro ano de mestrado, potenciando a sua aplicação em contexto real através do desenvolvimento e experimentação de métodos e estratégias de ensino. Neste processo, foi possível desenvolver a minha própria identidade profissional, ao concentrar-me na consolidação de competências pessoais e profissionais que foram desenvolvidas em prol do sucesso e melhoria do processo de ensino e aprendizagem dos alunos. Este documento encontra-se dividido em sete capítulos, nomeadamente 1) uma breve introdução que aborda todos os temas a desenvolver neste documento, 2) o enquadramento pessoal e profissional, em que descrevemos o nosso percurso até ao presente e as expectativas iniciais em relação à prática de ensino supervisionada; 3) o enquadramento institucional que aborda a importância da prática de ensino supervisionada e como esta prática de ensino está estruturada na Universidade da Maia, todas as experiências vividas na escola cooperante e a caracterização do núcleo de prática de ensino supervisionada; 4) a prática profissional: do plano de análise ao plano de intervenção, que aborda os temas da conceção, planeamento, realização e avaliação; 5) a participação na escola e relação com a comunidade, que espelha todas as atividades realizadas ao longo do ano letivo, o impacto que a minha experiência teve na comunidade, a socialização profissional e institucional e a componente ético-profissional; 6) o desenvolvimento profissional que apresenta o crescimento e desenvolvimento da minha identidade profissional; 7) as reflexões finais que dão espaço para refletir e apresentar todas as relações obtidas durante o ano.

**PALAVRAS-CHAVES:** EDUCAÇÃO FÍSICA; PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADO; ENSINO; PROFESSOR.

## **ABSTRACT**

This report aims to describe all the activities developed within the scope of the curricular unit of the Supervised Teaching Practice of the second year of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary Schools, held at D. Sancho I school. The whole structure of this document is based on the guidelines that govern the supervised teaching practice, detailing the whole process carried out during the school year 2022/2023. Supervised teaching practice provides the opportunity to put into practice all the theoretical and methodological concepts learned throughout the undergraduate and first year of the master's degree, enhancing their application in a real context through the development and experimentation of teaching methods and strategies. In this process, it was possible to develop my own professional identity, by focusing on the consolidation of personal and professional skills that were developed for the success and improvement of the teaching and learning process of students. This document is divided into seven chapters, namely 1) a brief introduction that addresses all the topics to be developed in this document, 2) the personal and professional framework, in which we describe our journey to date and our initial expectations regarding the supervised teaching practice; 3) the institutional framework that addresses the importance of supervised teaching practice and how this teaching practice is structured at the University of Maia, all the experiences at the cooperating school and the characterization of the supervised teaching practice cluster; 4) the professional practice: From the analysis plan to the intervention plan, which addresses the topics of conception, planning, implementation and evaluation; 5) the participation in the school and relationship with the community, which mirrors all the activities carried out throughout the school year, the impact that my experience had on the community, the professional and institutional socialization and the ethical-professional component; 6) the professional development that presents the growth and development of my professional identity; 7) the final reflections that give space to reflect and present all the elations obtained during the year.

## Índice geral

<b>AGRADECIMENTOS</b> .....	IV
<b>RESUMO</b> .....	VI
<b>ABSTRACT</b> .....	VII
<b>LISTA DE ABREVIATURAS</b> .....	IX
<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	1
<b>2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL</b> .....	3
2.1 UMA DECISÃO A PARTIR DE UM PERCURSO .....	3
2.2. EXPECTATIVAS INICIAIS .....	4
<b>3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL</b> .....	7
3.1 A IMPORTÂNCIA DA PES .....	7
3.2 A PES NA UMAIA.....	8
3.3 A ESCOLA COOPERANTE: LUGAR DE PRÁTICA.....	9
3.4 CARACTERIZAÇÃO DO NÚCLEO DA PES.....	11
<b>4. PRÁTICA PROFISSIONAL: DO PLANO DA ANÁLISE AO DA INTERVENÇÃO</b> .....	12
4.1 ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO ENSINO E DA APRENDIZAGEM.....	12
4.1.1 Conceção de ensino .....	12
4.2.1 Planeamento.....	14
4.2.2 Realização.....	16
4.2.3 Avaliação .....	20
<b>5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE</b> .....	23
5.1 ATIVIDADES REALIZADAS .....	23
5.2 FAZER APRENDER PARA LÁ DA AULA: IMPACTOS DA MINHA EXPERIÊNCIA E ATUAÇÃO .....	28
5.3 SOCIALIZAÇÃO PROFISSIONAL E INSTITUCIONAL.....	29
5.4 A COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL .....	31
<b>6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL</b> .....	32
6.1 DIFICULDADES E NECESSIDADE DE FORMAÇÃO CONTÍNUA: UM IMPERATIVO DA PROFISSÃO .....	32
<b>7. REFLEXÕES FINAIS</b> .....	33
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	34

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

AD – Avaliação Diagnóstica

AEC – Atividades Enriquecimento Curricular

AF – Avaliação Formativa

APZ – Aprendizagens Essenciais

AS – Avaliação Sumativa

EE- Estudante Estagiário

EF - Educação Física

EFD – Educação Física e Desporto

IP – Identidade Profissional

MAC – Modelo Aprendizagem Cooperativa

MED- Modelo de Educação Desportiva

MEEFEBS - Mestrado Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário

MID- Modelo de Instrução Direta

OC - Orientador Cooperante

PASEO – Perfil do Aluno à Saída do Ensino Obrigatório

PES - Prática Ensino Supervisionada

RPES - Relatório Prática Supervisionada

SV- Supervisor

UC – Unidade Curricular

UD- Unidade Didática

UMAIA – Universidade da Maia

## **1. Introdução**

Para encerrar o 2º ciclo de estudos em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário (MEEFEBS) do ano 2022/2023, é solicitada a realização do Relatório da Prática de Ensino Supervisionada (RPES) e a respetiva Prática de Ensino Supervisionada (PES), sendo esta supervisionada pela Professora Doutora Patrícia Gomes e orientada pela Professora Maria Machado.

Com a elaboração deste documento, pretendo não só concluir o grau de mestre em EEFEBS, mas também relatar e refletir sobre todo o meu percurso na PES fundamentando cientificamente todo o trabalho realizado ao longo do ano letivo. Por outro lado, com este relatório vou poder transportar para o papel todo o meu processo, reconhecendo melhor a minha identidade enquanto professor de Educação Física (EF).

A minha PES foi realizada na Escola Secundária D. Sancho I, sendo que no início do ano letivo a orientadora cooperante (OC) me atribuiu uma turma de 12º ano. Em relação ao planeamento, conceção e avaliação da turma, a OC deu-me liberdade e autonomia para a gestão da turma, sempre com o seu acompanhamento e orientação.

Como mencionado anteriormente, o RPES é composto por sete capítulos, iniciando-se com uma breve introdução (capítulo 1) sobre todos os temas a abordar no documento, 2) dimensão pessoal e profissional onde faço referência às minhas expectativas iniciais, “uma decisão a partir de um percurso” em que me caracterizo e exponho as minhas crenças, ideias e todo o meu percurso até ao final da PES; 3) enquadramento institucional onde reflito sobre a importância da PES, caracterizo e reflito sobre o lugar de prática, a PES na Universidade da Maia (UMAIA) e o núcleo da PES; 4) prática profissional, que aborda o processo de ensino e aprendizagem desde a conceção, todo o planeamento feito durante o ano letivo, a realização e os procedimentos de avaliação, parâmetros, estratégias, instrumentos e decisões; 5) participação na escola e relação com a comunidade, que abrange todas as atividades realizadas na escola em que o núcleo da PES participou e dinamizou, os impactos que o núcleo de PES teve na escola e comunidade, socialização profissional e institucional e a componente ético-profissional; 6) desenvolvimento profissional, onde apresento o meu crescimento e desenvolvimento ao longo da PES, a minha identidade profissional e a formação contínua; 7) reflexões finais, que não menos importante, apresenta uma reflexão sobre as principais aprendizagens, as principais mudanças na minha conceção e na forma como criei a minha identidade profissional ao longo

da PES, os aspetos que mudaria neste processo se pudesse, e porque o faria, e ainda o que espero para o futuro como professor de EF.

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

### 2.1 Uma decisão a partir de um percurso

De forma a apresentar-me, começo por dizer que tenho 23 anos de idade, nasci em Vila Nova de Famalicão e sempre vivi na freguesia de Gondifelos. Desde que me conheço, fui sempre uma pessoa apaixonada pelo desporto, começando assim aos 7 anos a jogar futebol até aos meus 17 anos. O “abandono” da prática surgiu por motivos adversos, mas nunca quebrando a minha paixão e gosto pela modalidade. Toda esta minha paixão pelo desporto, mais particularmente pelo futebol, foi graças aos meus pais. Ambos jogaram futebol e sempre me tentaram incutir e incentivar para a prática da modalidade, acompanhando-me o máximo de vezes possível ao longo do meu percurso de formação.

Em relação ao meu percurso escolar, realizei o ensino secundário na escola onde realizei a minha PES, na escola D. Sancho I, iniciando o 10º ano no curso científico-humanístico ciências e tecnologias, mas com uma duração muito curta. Mudei, antes de finalizar o primeiro período, para o curso profissional de gestão de equipamentos informáticos onde permaneci e finalizei o ensino secundário. Não sendo a área que me suscitava o maior interesse, finalizei o curso para depois poder realizar os exames nacionais e finalmente ingressar na área que realmente gostava. Uma vez ultrapassada com sucesso a fase mais temida e desafiante do ensino secundário procurei inscrever-me numa Universidade que fosse de encontro aos meus objetivos e princípios e, por isso, inscrevi-me na UMAIA na licenciatura de Educação Física e Desporto (EFD). Não querendo menosprezar o curso profissional, neste caso em particular, senti que o mesmo não me proporcionou uma preparação, em termos de competências, suficiente e adequada para iniciar uma licenciatura, e, assim sendo, estas lacunas exigiram de mim um esforço redobrado para concluir todas as unidades curriculares (UC) com sucesso e no tempo estipulado. Concluída a Licenciatura, com o intuito de me diferenciar, inscrevi-me no MEEFEBS na luta por um futuro como professor de EF.

O facto da D. Sancho I ter sido a escola onde realizei o meu secundário, ajudou automaticamente a minha integração na comunidade escolar na fase inicial da PES. Sendo uma escola onde já estava familiarizado com os espaços, alguns professores, funcionários e até mesmo alunos foi um ponto muito positivo para o arranque e o decorrer do ano. Tudo isto influenciou positivamente nas minhas decisões, pois sentia que podia contar com professores e

funcionários para tudo o que fosse preciso, desde trocas de espaços para lecionar as aulas a montar e desmontar material.

A única experiência anterior que tive próxima à docência de Educação Física foi ao primeiro ciclo e a OC ajudou-me a aproveitar essa prévia vivência, aperfeiçoando e adaptando as minhas competências e habilidades, para poder desempenhar o papel de professor com mais rigor e qualidade. A diferença entre as atividades extracurriculares (AEC) e o ensino secundário é muito acentuada, para além de uma ser obrigatória e outra não, nas AECs o professor responsável pelos alunos deve introduzir jogos lúdicos e consoante as condições da escola poderá introduzir algumas modalidades enquanto no ensino secundário o programa é mais extenso tendo assim de haver um planeamento muito mais metódico. O facto das escolas de primeiro ciclo muitas vezes terem pouco material ou material já desatualizado, faz com que a capacidade de improvisação e aproveitamento do material seja desenvolvida positivamente, sendo esta uma mais valia para a profissão de docente.

Uma vez escolhido este percurso e visto que a formação de um professor implica a construção de uma identidade profissional (IP) aproveitei todas as vivências que tive ao longo da licenciatura, das AECs e do mestrado, nomeadamente da PES, para promover um espaço de autoconhecimento, autorreflexão e desenvolvimento profissional, assumindo-se fulcral para o início da construção da mesma como futuro docente. Tal como Resende (2014) refere, a construção da identidade profissional (IP) é um processo contínuo e inacabável onde existem diversos fatores como o histórico familiar e pessoal. Dubar (1997, p.124) refere que a IP “resulta de um processo simultaneamente biográfico e relacional, ligado à história de vida do indivíduo, às vivências familiares, escolares e profissionais, à identificação e diferenciação construídas na relação social e na experiência da ação”. O fator familiar é também responsável pela minha identidade pessoal, pois toda a minha educação, costumes, crenças e ideias baseiam-se nas minhas vivências desde criança.

## 2.2. Expectativas iniciais

As expectativas iniciais para o meu ano de PES baseavam-se na minha capacidade de finalizar o ano a saber ensinar da melhor forma. Foi um ano com muito trabalho árduo e com algumas dificuldades ultrapassadas, mas, ao mesmo tempo, com a consciência que foi um dos melhores anos da minha formação a todos os níveis. O facto de ser responsável pelo ensino de uma turma causou-me algum receio pela relevância que assumo, como docente, na vida formativa dos alunos, mas acredito que a superação desta insegurança foi imprescindível para

o meu sucesso como futuro professor. O início da PES foi pautado de grande expectativa e curiosidade, ansiando desenvolver conhecimentos ao nível teórico, relacional e prático, contudo marcado por inúmeras dúvidas e incertezas.

Uma vez que a escola onde realizei o ano de PES foi a mesma onde realizei todo o meu ensino secundário, suscitou em mim uma motivação redobrada e uma expectativa muito positiva, proporcionando-me boas recordações e lembranças do tempo passado na escola. O facto de me relacionar bem com funcionários, elementos da secretaria, e alguns professores permitiu-me sentir alguma “segurança” no arranque da PES. A relação mantida com os alunos foi sempre profissional, nunca ultrapassando as barreiras estabelecidas. Tanto durante as aulas como em momentos mais descontraídos, como intervalos ou atividades letivas, o respeito e hierarquia foi sempre assegurado e respeitado pelos alunos.

Para este ano de PES existia uma grande expectativa ainda que tivesse plena consciência que existiriam inúmeras dificuldades a ser ultrapassadas no caminho. A motivação com que ingressei neste ano fez com que conseguisse transmitir todo o conhecimento que arrecadei ao longo da minha formação académica, melhorando fragilidades como a minha inibição e consequente falta de confiança para lecionar a modalidade de dança. Este exemplo é a prova que a PES é o meio ideal para transformar receios em oportunidades de aprender com as situações menos positivas e aperfeiçoar o que foi feito menos bem.

Embora entrasse com expectativas de como seria e iria funcionar este ano de PES baseadas no que nos foi transmitido na Universidade e pelos colegas mais antigos, existiram algumas dinâmicas que se tornaram inicialmente desafios. Um dos maiores desafios que me foi proposto foi a elaboração dos planeamentos das aulas, planeamento anual, planeamento feito para cada período e elaboração das unidades didáticas (UD) que, com o apoio da OC, foi vencido com sucesso. Como referido, a OC foi um pilar imprescindível na superação dos desafios que me surgiram, desmistificando por vezes expectativas da realidade, orientando-me sempre na execução destas ferramentas de apoio, mas dando-me autonomia para fazer as minhas escolhas e demonstrar e construir a minha identidade profissional.

As bases teóricas com que ingressei o ano de PES eram completas e fundamentadas, contudo, para quem é inexperiente na docência, a prática por vezes não é tão simples quanto idealizamos. É necessário existir um bom planeamento e essencialmente saber quando é necessário reajustar. Assim sendo instruído pela OC, comecei por elaborar o planeamento de cada período tornando-se a primeira linha de orientação, pois foram definidas todas as aulas desde a primeira à última semana, facilitando todo o trabalho a ser feito no decorrer do mesmo. Este planeamento dependia do espaço desportivo atribuído em cada semana e o número de aulas

definidos para cada modalidade, assim sendo o plano final para o período tinha como base estas duas variáveis.

Agora no final da PES, e fazendo um balanço no que diz respeito à minha relação com a turma, o ambiente foi sempre muito agradável, senti que os alunos cooperaram comigo no sentido de entender que eu estava a dar o meu melhor e tentar proporcionar o melhor para eles, aprendendo mutuamente. Posso afirmar que a turma que me foi atribuída teve um comportamento exemplar, no entanto, inicialmente eram pouco participativos implicando que encontrasse estratégias, aulas dinâmicas e uma instrução mais direta e incisiva para que ingressassem no eixo do trabalho e compromisso até ao final do ano.

Em relação às atividades curriculares e extracurriculares da escola, consegui corresponder ao que me foi exigido. Participei nas atividades extracurriculares com muita regularidade, criei sempre uma boa relação com a comunidade educativa de uma forma a incentivá-los para a presença em todas as atividades. Ao longo do ano, motivei os alunos e incuti sempre hábitos saudáveis, maioritariamente durante as aulas, proporcionando conversas acerca do quotidiano de cada um, por exemplo em relação ao que cada um comia ao pequeno-almoço, procurando sempre movê-los a adotarem uma boa alimentação e estilo de vida saudável.

### **3. Enquadramento institucional**

#### **3.1 A importância da PES**

A PES assume um papel fundamental na formação de um professor, pois, como indica Pelozo (2007) o estágio<sup>1</sup> não garante uma preparação completa, mas possibilita que o futuro educador tenha noções básicas do que é ser professor nos dias atuais e como é a realidade dos alunos que frequentam a escola. Todo o processo supervisionado é essencial para a formação de qualquer profissional de educação, pois, para a maioria dos casos, é o primeiro contacto que o futuro professor tem com o meio escolar. Neste processo, o EE é confrontado com diversos desafios, experiências e dilemas, para que este se supere a cada dia, de forma a tornar-se no professor ideal num futuro próximo.

Para chegar ao ano de PES, foi necessário concluir com sucesso três anos de licenciatura e um ano de mestrado. Estes quatro anos de formação académica têm na sua essência uma base teórica crucial para que quando nos depararmos com a PES estejamos bem preparados, para exercer uma prática fundamentada, responsável e reflexiva.

Segundo as normas orientadoras da PES, este capítulo no percurso académico de um EE tem como objetivo geral o desenvolvimento de competências essenciais no exercício da docência em geral e de competências específicas da docência da disciplina de EF nos Ensinos Básico e Secundário, permitindo a formação de especialistas na área em questão.

Segundo Allan (2017) a PES na UMAIA, encerra o espaço de transição entre o ser estudante e o tornar-se professor, pois é durante esta vivência que os EE analisam entendimentos prévios acerca de quem são e de quem estão a tornar-se, num ambiente formativo repleto de possibilidades e incertezas. Posto isto, a PES tem uma grande responsabilidade na formação de futuros docentes conscientes e capazes de refletir sobre todas as suas ações em prol da melhoria contínua do processo de ensino para com os seus alunos.

O EE tem a oportunidade de conduzir todo o processo de ensino de uma turma ao longo do ano letivo, sendo assim o momento mais real, de todo o percurso académico, do que é a profissão de docente. A PES é a oportunidade de podermos transpor todo o conhecimento teórico para a prática e arriscar, sempre com a orientação do OC, instruindo as escolhas adequadas e de sucesso, e com o apoio do supervisor para um acompanhamento atento e pontual.

<sup>1</sup> Estágio o conceito correspondente a Prática de Ensino Supervisionada na Universidade da Maia.

O núcleo de PES é também imprescindível para o êxito e aprendizagens da PES em si, porque um EE, para além de ficar responsável por uma turma, é observador ativo em todas as aulas das restantes turmas atribuídas ao OC e ao seu colega EE, promovendo a prática reflexiva, a identificação e a clarificação de dificuldades, de referências, estratégias e de oportunidades de aprendizagem e trabalhando para uma melhoria constante.

Para finalizar, apesar de tudo o que foi mencionado anteriormente, sei que as competências e a construção da identidade profissional não são um processo estanque e por isso é importante a constante busca de conhecimento, dificuldades e desafios. Como EE sei que a PES é fulcral no que respeita à consolidação de conhecimentos através da articulação teórico-prática e à oportunidade de crescimento pessoal e profissional, sendo o espaço ideal para arriscar e pôr as dificuldades em prática. Portanto, embora verifique em mim um crescimento contínuo e notório, sei que no final deste ano não somos docentes completos, mas sim com uma boa formação inicial e com estratégias de ensino enriquecidas prontos a evoluir a cada ano de profissão.

### 3.2 A PES na UMAIA

Na UMAIA a PES está inserida no segundo ciclo de estudos do MEEFEBS, na qual todos os EE são colocados à prova numa prática em contexto real de ensino durante todo um ano letivo. No final deste mesmo ano, é necessário desenvolver e apresentar o RPES a um júri, abordando todos os temas da PES.

Para obter o grau Mestre, é necessário concluir o ano de PES com sucesso e todas as normas do Decreto-lei nº79/2014 de 14 de maio estarem dentro das conformidades, sendo a UMAIA responsável por fazer a ponte de todas as burocracias associadas. Para que isto tudo seja possível, a escola cooperante tem de possuir uma parceria com a UMAIA, o OC deve ter conhecimentos e experiência na profissão para conduzir ao sucesso do núcleo de PES. O Supervisor (SV) é determinado no início do ano letivo pela UMAIA de forma a coordenar o processo com o OC e a supervisionar todo o percurso feito pelo EE durante a PES e desenvolvimento do RPES.

A PES é de carácter obrigatório, sendo o segundo e último ano do segundo ciclo de estudos. Para a realização da PES, antes do início do segundo ano do ciclo de estudos é nos atribuída uma escola, o respetivo OC e o SV.

Ao longo deste ano de PES, tive a oportunidade de, ainda num papel de estudante, passar pelo papel de professor, tendo contacto com tudo o que engloba a função de um docente, desde planeamentos, reuniões de grupo, reuniões de pais, organização de atividades, entre outras muitas situações e responsabilidades características desta profissão.

Concluindo, este ano é avaliado em sessenta por cento na parte prática (PES) e quarenta por cento na parte teórica (RPES).

### 3.3 A escola cooperante: lugar de prática

A escola D. Sancho I situa-se em Vila Nova de Famalicão. O Agrupamento de Escolas D. Sancho I foi criado em 2012/2013 e resultou da agregação do Agrupamento de Escolas de Calendário com a Escola Secundária D. Sancho I, sendo a última a atual sede. Esta unidade orgânica é constituída por uma escola com 3.º ciclo e Secundário (Escola D. Sancho I), uma escola básica com 1º e 2º ciclo (Dr. Nuno Simões), cinco escolas básicas de 1º ciclo (EB de Louredo, EB de S. Miguel, EB de Meães, EB de Esmeriz e EB de Cabeçudos) e quatro jardins-de-infância (Lage, Louredo, Esmeriz e Cabeçudos). O número total de alunos do Agrupamento é superior a 2700, distribuídos pelos diferentes níveis de escolaridade. A Escola D. Sancho I, sede do Agrupamento, nasceu no ano letivo 1956/57, sendo então fundada como Escola Comercial e Industrial, na rua Adriano Pinto Basto. No ano letivo de 1962/63, mudou-se para o atual edifício e a partir de 1979, passou a designar-se Escola Secundária nº 1 de Vila Nova de Famalicão, sendo a instituição de ensino de nível secundário mais antiga na cidade. A partir de 1987, passou a denominar-se Escola Secundária D. Sancho I em homenagem ao rei que atribuiu o primeiro foral a Vila Nova de Famalicão em 1205, D. Sancho I.

Esta foi a escola onde frequentei todo o meu secundário, e acredito seguramente que isso me possa ter proporcionado alguns benefícios para a PES. A grande parte dos docentes e não docentes apresentaram uma proatividade notória no sentido de ajudar e cooperar. Desde o primeiro dia de PES a minha impressão em relação à escola e a toda a comunidade educativa foi positiva, desde a colaboração em diversas temáticas à participação ativa nas atividades dinamizadas pelo núcleo de PES. A simpatia e disponibilidade por parte de todos facilitou o decorrer do ano letivo, proporcionando mais confiança e comodidade.

Em relação ao meio envolvente da escola, a mesma detém dois parques/jardins de lazer, um situa-se mesmo em frente à entrada principal da escola (Jardim 1º de Maio), onde muitos dos alunos passam o seu tempo livre, e outro situa-se nas traseiras da escola (Parque da

Juventude), que contem um campo de basquetebol e de futsal. A escola pode usufruir desses espaços tanto para a realização de aulas como para atividades.

As infraestruturas da escola são boas, toda a escola está bem equipada com equipamentos variados e minimamente atualizados. O espaço desportivo da escola conta com uma sala de espelhos, onde permite que sejam lecionadas aulas de ginástica de solo ou ginástica acrobática, dança e circuitos de condição física; e um espaço polidesportivo com as medidas de um campo de futsal, andebol e voleibol. Este espaço conta também com quatro tabelas de basquetebol, sendo que os campos não apresentam as medidas corretas, porque são mais curtos e estreitos. Este espaço permite lecionar todas as modalidades referidas anteriormente mais atletismo e ténis e um campo de basquetebol com duas tabelas, onde permite que seja lecionado todas as modalidades referidas anteriormente, mas com espaço mais limitado; duas pistas e caixa de areia; um pavilhão desportivo onde permite lecionar badminton, basquetebol (em último recurso), ginástica de solo, acrobática ou de aparelhos, dança e voleibol.

Para a gestão destes espaços, existia um mapa de rotação para cada período, possibilitando assim a organização de todas as aulas e distribuição das modalidades pelos espaços atribuídos a cada turma.

Relativamente às turmas, durante este ano de PES tive a oportunidade de lecionar uma turma de 12º ano, composta por 21 alunos, 20 do sexo feminino e 1 do sexo masculino. A turma apresentou sempre um comportamento exemplar dentro do espaço de aula sem nunca haver qualquer tipo de indisciplina. As capacidades dos alunos eram boas, todos apresentavam uma condição física razoável, contudo a preguiça muitas das vezes foi a maior luta a travar. Durante o segundo período tive a oportunidade de lecionar uma turma de 5º e 6º ano, compostas por 15 e 16 alunos, respetivamente, na E.B. 1 2 Dr. Nuno Simões. A realidade foi completamente a oposto onde a preguiça era praticamente inexistente e a maior dificuldade era ajustar os exercícios para uma turma tão heterogénea. Em ambas as escolas os tempos de aulas poderiam ser de 50 minutos (1 tempo) ou de 100 minutos (2 tempos). Nas aulas de apenas 1 tempo o tempo útil de aula era reduzido, portanto nessas aulas evitei introduzir novos conteúdos tentando sempre exercitar conteúdos já introduzidos, nas aulas de 2 tempos, com mais tempo de aula, introduzia sempre conteúdos novos porquanto o tempo para a explicação e exemplificação de exercícios era mais alongado.

### 3.4 Caracterização do núcleo da PES

O núcleo da PES foi composto por mim, o EE João Machado e a OC Maria Paula Machado, sendo que a OC foi uma das grandes responsáveis pelo sucesso obtido, acompanhando minuciosamente todo o nosso desenvolvimento ao longo do ano letivo, corrigindo sempre o que estava menos positivo de forma a nunca desmotivar, mas a desafiar para que fizéssemos mais e melhor.

A presença e atitude da OC foi indispensável e deu-me tranquilidade e segurança para expor dificuldades e dúvidas fazendo com que o meu desempenho como docente progredisse de forma muito relevante ao longo do ano letivo. A OC orientou a PES de uma forma muito positiva, atenta e dedicada, propiciando um ambiente favorável à aprendizagem e a minha evolução como futuro docente.

A SV foi também um elo muito importante na PES, que embora não estivesse presente diariamente, mostrou-se sempre disponível para qualquer esclarecimento do núcleo, acompanhando as nossas práticas sempre que possível. Senti também que, após todas as aulas supervisionadas, a SV mostrou preocupação em ajudar e corrigir situações que poderiam ser melhoradas, nunca de uma forma negativa, mas sim construtiva contribuído para o nosso crescimento de forma significativa.

## **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

Na organização e gestão do processo de ensino e aprendizagem encontram-se as seguintes tarefas centrais do professor (Bento, 2003; Rink, 1993): a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação. O presente capítulo discorre um pouco sobre o desenvolvimento destas tarefas ao longo da PES. Desta forma, o planeamento, a realização e a avaliação fazem parte do processo de ensino para conseguirmos alcançar todos os objetivos e metas.

A dedicação e esforço têm de estar presentes no ato educativo, implicando uma força interior e pessoal muito forte e uma ânsia e desejo de quer saber sempre mais, consciente sobre a população que vai servir, dos objetivos para os quais vai contribuir e as necessidades e motivações dos diferentes alunos que vai encontrar (Resende e Lima 2016).

Para realizar o planeamento do ano letivo, ocorreu uma reunião com o núcleo da PES, onde a OC, com informações obtidas através do grupo de EF, nos indicou as modalidades que iriam ser abordadas em cada período, o número de aulas, as turmas que iríamos lecionar e a dinâmica de utilização dos espaços disponíveis. Além disso, foram-nos disponibilizados alguns documentos orientadores, como as aprendizagens essenciais (APZ), o plano anual de atividades, o regulamento interno e o perfil dos alunos à saída do ensino obrigatório (PASEO).

##### 4.1.1.1 Modelos de Ensino

Como é referido por Metzler (2017), o modelo de ensino tem como objetivo orientar os professores de Educação Física e ajudar os alunos a atingirem os objetivos estabelecidos.

Ao longo de todo o meu percurso académico, licenciatura e mestrado, fui sempre abordado por docentes que transmitiam os conteúdos/conhecimentos de formas díspares, utilizando modelos de ensino distintos. Todos esses professores incentivavam ao aproveitamento desse leque de opções de modelos, no sentido de usufruir do melhor que cada um tem para os diferentes contextos, sempre com o objetivo de atingir o maior sucesso por parte dos alunos. Metzler (2027) refere que os modelos de ensino são baseados na teoria de ensinar, considerando os objetivos a longo prazo, o contexto, conteúdo, a gestão de aula, as estratégias de ensino relacionadas, os meios de verificação de processo e a avaliação da aprendizagem do aluno.

No decorrer deste ano de PES apliquei alguns modelos que achei que faziam sentido consoante as modalidades que tinha de lecionar e as características dos meus alunos. Iniciei o

primeiro período utilizando o Modelo de Instrução Direta (MID), um modelo tradicional desenvolvido por Rosenshine (1979). Este modelo foi o mais utilizado, sendo o processo de ensino e aprendizagem mais centrado no professor. O papel do aluno neste modelo é passivo, principalmente marcado pela reprodução dos saberes e conhecimentos transmitidos pelo professor. O fator negativo é que muitas vezes os alunos não se questionam em relação à tarefa. Com a implementação deste modelo nas minhas aulas, o objetivo foi, inicialmente, devido à minha inexperiência, disciplinar e criar uma rotina com os alunos, para que, gradualmente me sentisse mais seguro e confiante para recorrer a um modelo diferente, que concedesse mais autonomia aos alunos, colocando-os no centro do processo. Iniciei por este modelo porque me sentia mais confortável a conduzir a aula. A minha principal finalidade era controlar a turma e não deixar que comportamentos indesejados acontecessem, por existir um total controlo do processo e tarefas pela minha parte, com isto senti que o objetivo de controlar a turma foi atingido com a particularidade de nunca prescindir de um ambiente agradável na aula.

Passado então o primeiro período, e depois de discutir com a OC, decidi aplicar o Modelo de Educação Desportiva (MED) na modalidade de badminton. Introduzi na modalidade de badminton, mesmo sendo uma modalidade de pares ou singulares, para criar um ambiente competitivo dentro da turma, aproximando-os ao contexto do desporto autêntico. Em todas as aulas, nos últimos vinte minutos era realizada a competição onde ficavam dois alunos a jogar (1x1) e dois alunos a arbitrar, passando assim por ambos os papeis. Esta estratégia melhorou o funcionamento das aulas, uma vez que os alunos mostraram ser mais competentes nas ações de jogo, mais participativos, competitivos, comprometidos na arbitragem e senti ainda que houve mais diversão e dinâmica nas aulas. O MED foi desenvolvido por Daryl Siedentop (1994) visando transformar a prática da Educação Física em experiências desportivas para os alunos com objetivos de socializar através do desporto, envolver os alunos na organização das atividades, transformar as unidades didáticas em épocas desportivas, proporcionar momentos festivos e desenvolver o trabalho de equipa. Nas aulas de badminton, numa primeira parte da aula transmitia os conteúdos novos, ou já anteriormente abordados, e disponibilizava tempo para que exercitassem e, numa segunda parte da aula, os alunos realizaram a competição que durou até à última aula. No final de todas as aulas eram anotados os resultados obtidos, para que, na aula seguinte fosse tudo retomado a partir daí. Na última aula era apurado o vencedor onde havia espaço para a entrega do prémio e a felicitação por toda a turma. Acredito que este formato de aula e modelo de ensino teve um resultado muito satisfatório porque para além da motivação dos alunos ter sido evidente, estes mostraram-se sempre focados e interessados nos

momentos em que lhes era apresentado novos conteúdos. Senti também que no final da UD a grande parte dos alunos conseguia atingir os objetivos estipulados inicialmente.

A minha perceção sobre a evolução das turmas com a aplicação dos dois modelos vai ao encontro dos resultados do estudo de Bessa, Silva, Rosado e Mesquita (2017), que apresenta melhorias significativas na perceção de responsabilidade pessoal e social percebida dos alunos, tanto pelo recurso a estratégias mais explícitas e formais (MID) como mais implícitas e informais (MED), embora com maior impacto no modelo de ensino centrado nos alunos, neste caso no MED.

O modelo de aprendizagem cooperativo (MAC) foi também utilizado em duas unidades didáticas ao longo de todo o ano. Este modelo foi aplicado nas modalidades de dança e ginástica acrobática. Para garantir uma verdadeira experiência de Aprendizagem Cooperativa, devem combinar-se cinco fatores: nenhum membro pode alcançar o êxito desejado sem que os demais colegas também o alcancem; o esforço de cada um é imprescindível para o conjunto; é necessário trabalhar dialogando; as habilidades interpessoais, como a liderança ou a comunicação, são cruciais; por último, é necessário fazer-se a monitorização de todo o processo. Na modalidade de ginástica acrobática cada grupo desenvolveu uma coreografia de figuras acrobáticas com obrigatoriamente 5 figuras, tendo que ao longo das aulas pesquisar e definir quais figuras se enquadravam consoante os elementos do grupo que tinham. Depois de tudo definido, ao longo de todas as aulas os alunos preparam a sua coreografia. Na modalidade de dança, a dinâmica foi a mesma, desde o início da UD foi definido que a coreografia tinha de ser composta por 64 tempos, ao longo das aulas os alunos desenvolviam e acrescentavam ao que já tinham feito anteriormente.

Nas turmas de 5º e 6º ano o modelo utilizado para a lecionação das aulas foi o MID. Este modelo foi utilizado para ter um maior controlo da aula e dos alunos. Sendo alunos de idades mais jovens, alunos mais inquietos e distraídos, este modelo foi o que escolhido.

#### 4.2.1 Planeamento

Tal como refere Lopes, Neto, Parente, Araújo, Sousa e Moura (2016, p.1) “o planeamento educacional é um dos elementos didáticos fundamentais no processo de ensino-aprendizagem, pois norteia as etapas da prática pedagógica.” As decisões tomadas no ato de planificação podem ser de curto, médio e longo prazo. Para exemplificar, podemos referir um plano de aula como planificação de curto prazo, uma unidade didática (UD) como planificação

de médio prazo e um plano anual como exemplo de um plano a longo prazo. No início do ano, com o auxílio do documento das Aprendizagens Essenciais de Educação Física, foi elaborado o plano anual com as orientações do grupo de Educação Física. Este plano estabelece metas para a progressão nas aprendizagens a adquirir pelos alunos, servindo também como base para a construção do planeamento das unidades didáticas. Assim sendo, foram definidas as UD a serem lecionadas, assim como a rotação das mesmas, considerando os espaços, ao longo do ano letivo. Para cada período foi feito um plano geral com a distribuição das aulas pelos espaços desportivos que nos eram atribuídos, facilitando assim a organização das aulas semanalmente e a elaboração das UD em si. Estes planos necessitaram de ajustes pontuais devido às greves existentes ao longo do ano.

Sendo que no máximo poderia haver cinco aulas em simultâneo, os espaços tinham de ser distribuídos de forma justa por todas as turmas. O sistema de rotação de espaços era rotativo a cada duas semanas, por exemplo inicialmente uma turma estava no espaço 1, na semana três e quatro ficava com o espaço 2 e, assim sucessivamente, uma vez passado por todos os espaços iniciava tudo o ciclo. Esta forma de rotação dos espaços permitiu que as aulas fossem projetadas no início de cada período, distribuindo as matérias pelos espaços que melhores condições tinham para ser lecionadas. Caso fosse necessário a permuta de espaços, teria de ser feita diretamente com os respetivos professores. No meu caso, todos os professores se mostraram disponíveis para fazer trocas ou mesmo ceder os espaços.

O passo seguinte no que concerne ao planeamento foram as UD de todas as modalidades a lecionar definidas no plano anual, nomeadamente as modalidades de basquetebol, voleibol, badminton, ginástica acrobática, orientação e dança. Esta foi certamente a parte em que senti mais dificuldades, contudo as exigências inerentes a este processo permitiram-me evoluir e refletir ao longo do ano da PES. Durante todo o processo de ensino e aprendizagem redirecionado aos alunos, cada modalidade passou por quatro etapas, que considerem ser as funções didáticas do processo de ensino, a introdução dos conteúdos, a exercitação, a consolidação e no final a avaliação. A construção das UD era realizada consoante as avaliações diagnósticas às respetivas modalidades, podendo sofrer alterações no decorrer das mesmas, conforme as respostas dos alunos ao processo.

Um planeamento bem estruturado confere suporte ao professor, permitindo-lhe sentir-se mais seguro uma vez que possui uma base sustentada para todo o processo de ensino. O formato do plano de aula era composto pela parte inicial em que era feita uma ativação geral e/ou específica de forma que os alunos se preparassem para a aula em si, a parte fundamental

onde se centrava a parte principal da aula em que eram introduzidos, exercitados e consolidados os conteúdos e a parte final que de uma forma geral eram realizados alongamentos estáticos e/ou retornos à calma. O planeamento de cada aula teve sempre ligação ao espaço da aula, o tempo de aula, o material disponível pela escola, o número de alunos na turma e os objetivos para essa mesma aula.

Ao longo do ano, ao elaborar estes planeamentos tive a oportunidade de desenvolver competências acerca das diversas modalidades, tendo sido mais criativo nas que possuía um conhecimento mais aprofundado e trabalhando lacunas nos conteúdos onde não me sentia tão capaz, como foi o caso de dança. A minha evolução nesta modalidade foi notória, desde o meu à-vontade e confiança com que transmitia os conteúdos, até à forma como emitia os feedbacks. Tentei sempre seguir o que estava planeado para a aula, contudo, todas as alterações que precisaram de ser feitas durante as aulas ocorreram com o intuito de tornar a aula melhor, para benefício do aluno. Em modalidades como badminton, basquetebol e voleibol o meu conforto a lecionar era maior porque me sentia seguro nas exemplificações dos exercícios. Como são modalidades que sempre tive um bom desempenho ao longo de todo o meu percurso académico senti mais facilidades na forma com lecionei as modalidades. Em ginástica acrobática, não só inicialmente, mas até ao final da UD senti-me seguro na leção das aulas, o maior receio em todas as aulas foi o facto dos alunos se poderem magoar então o meu sentido de responsabilidade fez com que ficasse muito atento a todos os pormenores de segurança na realização das figuras. Na orientação, que foi a última modalidade a iniciar nesta fase já final da PES a minha segurança e relação com a turma era diferente do início do ano letivo. O meu papel passou por numa primeira fase apresentar uma prova para que a realizassem e servisse como modelo para que depois os alunos conseguirem contruir uma prova autonomamente. Esta foi uma modalidade onde foi potenciada a criatividade dos alunos, o trabalho em equipa/grupo e o trabalho autónomo.

#### 4.2.2 Realização

##### 4.2.2.1 Dimensões da intervenção pedagógica

#### Instrução

Depois de todo o planeamento feito, é necessário colocar tudo em prática e enfrentar as dificuldades. Esta parte do processo foi certamente a mais desafiadora, colocando o EE numa posição real de como é ser um professor de EF. Siedentop (1998) refere que a intervenção pedagógica está dividida em quatro dimensões, a instrução, a gestão, a disciplina e o clima de

aula e, afirma ainda que todas elas se encontram sempre presentes de uma forma simultânea em qualquer momento de ensino. Nesta fase, afere-se e valida-se a gestão e a organização da aula, tal como a capacidade do professor para criar um ambiente favorável e propício ao desenvolvimento positivo e pedagógico do processo de ensino e aprendizagem (Rolim, 2013).

Tendo já lecionado um ano letivo no primeiro ciclo, nas (AEC) pensei que isso me iria retirar algumas inseguranças, contudo perante um contexto completamente diferente o nervosismo intrínseco esteve em todas as aulas, sempre com a preocupação de fazer o melhor na minha atuação como professor, principalmente na forma como transmitia todos os conteúdos. Mas sinto a necessidade de realçar o facto da turma que me foi atribuída apresentar um excelente comportamento em sala de aula, sendo raramente preciso chamar a atenção de possíveis comportamentos indesejados.

No decorrer da PES fui me sentindo cada vez mais capaz para intervir e dar *feedbacks* pedagógicos nas aulas, mostrando cada vez mais confiança e certezas quando intervir. Segundo Rosado e Ferreira (2011) o *feedback* pedagógico é um trunfo que temos à nossa disposição para um melhor e mais eficiente processo de ensino e de interação pedagógica. Posto isto, posso referir também que fui conseguindo perceber qual era a melhor forma de o utilizar, mediante o momento e o conhecimento que tínhamos acerca do aluno e que tipo de *feedback* usar. Uma das minhas principais preocupações em todas as aulas foi melhorar a forma como transmitia e explicava todos os exercícios, procurando sempre perceber se todos os alunos compreendiam o que lhes estava a ser pedido. Posteriormente, procurava também exemplificar os exercícios corretamente porque acredito que é fundamental uma boa exemplificação após a explicação teórica do exercício.

O conhecimento dos conteúdos das modalidades que tive de lecionar também foi um fator chave para o sucesso da minha instrução. O facto de ter um bom conhecimento em relação às modalidades que tive de lecionar teve um efeito positivo em todos os aspetos, o que possibilitou uma melhor transmissão e segurança dos conteúdos, mais certeza na hora de dar *feedbacks* e senti que isso privilegiou também a minha instrução. Procurei, portanto, realizar sempre um “trabalho de casa”, pesquisando e estudando os conteúdos que iria lecionar para que nada falhasse e não transmitisse conteúdos de forma errada, este foi um ponto em que me foquei bastante.

## Gestão

Claro e Filgueiras (2009) referem-se à gestão da aula como uma mais-valia que possibilita ao professor manter um clima adequado e propício às aprendizagens, reforçando que esta é, por norma, uma das maiores dificuldades dos EE. Um bom clima de aula relaciona-se diretamente com a eficácia de gestão do tempo de aula porque os alunos estando mais recetivos a tudo o que o professor diz, a perda de tempo é muito menor, as distrações são muito menores o que faz com que a aprendizagem dos alunos seja mais eficiente.

O exemplo parte sempre do professor, por isso, a pontualidade e assiduidade esteve sempre presente no decorrer do ano letivo. Para que a gestão da aula seja facilitada, o cumprimento dos horários é essencial para o seu bom funcionamento. Procurei também preparar as aulas com antecedência para que economizasse tempo de aula. Com esta preparação, o tempo era muitas das vezes aproveitado, na grande parte das vezes, para uma explicação de um novo exercício em que “perdia” mais tempo, ou para proporcionar um maior tempo de prática aos alunos.

Senti maior dificuldade com as turmas de segundo ciclo, muito pela imaturidade própria da faixa etária em questão, pelos comportamentos desobedientes e pela falta de rotinas. Estas dificuldades foram combatidas com estratégias debatidas com a OC e aplicadas no decorrer das aulas, o que proporcionou uma evolução significativa na forma como consegui gerir as aulas. De forma a melhorar estas adversidades, as soluções que foram propostas e depois aplicadas ao longo do segundo período foram as seguintes: introduzir mais exercícios de competição de forma a manter os alunos concentrados na tarefa e aplicar castigos quando os alunos repetiam comportamentos indesejados no espaço de aula. Estas estratégias fizeram com que a aula decorresse de uma forma mais natural, muito mais benéfica para a aprendizagens dos alunos e com um melhor clima de aula.

As aulas de apenas um tempo (50 minutos) foram desafiantes para mim, uma vez que os alunos tinham cerca de 35 minutos úteis de aula sendo os restantes para equipar e tomar banho, implicando que desenvolvesse técnicas de gestão de tempo durante a aula, de forma a não desperdiçar nem dispersar a atenção dos alunos. Para o efeito, tentava potenciar os tempos de transição, como, por exemplo, utilizar o material montado no primeiro exercício para que fosse aproveitado nas próximas tarefas.

Para que durante o ano letivo a gestão do tempo de aula fosse melhorada, foram criadas algumas estratégias da minha parte para que todo este processo fluísse da melhor forma, tais como: mostrar exigência no cumprimento de horários, organizar previamente os grupos de

trabalho, apresentar as tarefas de forma clara e breve, preparando-me previamente antes da aula, minimizar as transições entre exercícios aproveitando o material de exercício para exercício e ser rigoroso nas faltas de pontualidade.

### Disciplina

Segundo Oliveira (2001) a dimensão disciplina é compreendida como a capacidade do professor lidar com as ocorrências da sua aula, nomeadamente ao nível do controlo de turma.

Em relação à disciplina em sala de aula, apenas na turma de segundo ciclo foi preciso ter uma atitude mais drástica após um comportamento indesejado da turma. Necessitei de adotar uma atitude rigorosa e repreendê-los para que percebessem que o ocorrido não estava dentro do que é uma boa conduta em sala de aula. Nessa mesma aula, os alunos tiveram de correr uma grande parte do tempo e no final da sessão conversei com a turma, demonstrando o meu desagrado com o ocorrido para que os alunos percebessem que não tinha apresentado uma atitude correta. Com a turma de 12º ano nunca existiu uma ocorrência grave, apenas pequenas chamadas de atenção, contudo procurei sempre ser justo com as mesmas. Quando tinha de repreender algum aluno, com cuidado procurava ter uma conversa séria e frontal com a/s pessoa(s) em causa, demonstrando que aquele comportamento não era adequado.

A chave para que houvesse uma boa disciplina em sala de aula, baseou-se nas regras estabelecidas desde o início do ano, por exemplo, amarrar o cabelo, não poder realizar a aula com anéis, relógios, pulseiras e brincos e ter de pedir permissão para intervir na aula.

### Clima

De acordo com Rosado e Ferreira (2011) um melhor ambiente de aprendizagem envolve um sistema de relações entre o professor e o aluno, as relações entre os estudantes e ainda o ambiente social da organização.

O bom clima na sala de aula partiu da boa disciplina. Na minha opinião, o facto de os alunos apresentarem um comportamento correto em sala de aula vai proporcionar um clima afável entre o professor e o aluno. A relação professor e aluno no meu caso foi sempre positiva, mostrei sempre uma presença empática e disponível para com os alunos e, em função disso procurei sempre dar momentos para que os alunos se pudessem expressar e dialogar comigo de forma que os pudesse ajudar. Um fator que, na minha opinião, facilitou essa minha relação com os alunos, não só da turma como da comunidade educativa foi o envolvimento nas atividades

desenvolvidas pela escola, onde interagira e me relacionava com todos de uma forma alegre e exultante.

### Ajustamentos

Relativamente aos ajustamentos, na parte inicial da PES senti alguma dificuldade muito por me fixar ao que estava planeado e não querer me distanciar disso. Os ajustamentos foram feitos maioritariamente no início da PES, muito por ainda não ter as noções reais do tempo que cada exercício demorava a ser explicado e colocado em prática, porque a única experiência anterior era nas AECS no 1º ciclo e no decorrer do primeiro ano de mestrado, com os meus colegas de turma. A realidade é completamente distinta porque enquanto leciono os meus colegas de turma de mestrado e os mesmos tem poucas dificuldades para a realização da grande parte dos exercícios, na escola a realidade é completamente oposta, muitas das vezes apresentamos exercícios novos que os alunos colocam alguns obstáculos ou criam alguma resistência, por isso é necessário, mais tempo para que compreendam e realizem o exercício com sucesso. Quando isto acontece é necessário ajustar os tempos de exercícios e refletir para as aulas seguintes.

Em todas as reuniões de núcleo de PES a OC dava as suas sugestões para que sucessivamente fosse preciso fazer menos ajustes em relação ao que se planeava.

### 4.2.3 Avaliação

De acordo com Bento (2003), a avaliação é uma das tarefas fundamentais para a docência, não só pelo facto de avaliarmos o nível de sucesso dos alunos, mas também para termos uma perceção do desempenho do professor na sua tarefa. Ao longo do ano letivo, realizei em cada período várias modalidades de avaliação, nomeadamente a avaliação diagnóstica (AD), a avaliação formativa (AF), a avaliação sumativa (AS) e a autoavaliação.

Em relação à AD, o seu intuito foi conhecer o nível inicial dos alunos em diferentes modalidades. Aranha (2004) refere que a AD é fundamental no início de todas as UD para perceber o nível em que os alunos se encontram, observar os aspetos em que apresentam mais dificuldades e analisar a potencialidade de evolução de cada aluno e turma, trabalhando posteriormente na mesma. Para a elaboração de cada UD é também fundamental esta avaliação para saber traçar objetivos realistas e atingíveis e também ter um ponto de partida para iniciar

a UD. Apliquei a AD no início de cada UD de forma a perceber em que nível os alunos se encontravam para que pudesse considerar a diferenciação pedagógica.

Karpicke, Sousa e Almeida (2012) firma que a AF é apontada, não como um processo final, mas como um processo contínuo, menos formal para os alunos e adequado à turma, podendo assumir várias formas. Na AF dá-se privilégio à observação e “compara-se” e avalia-se a evolução dos alunos ao longo do processo. Desta forma, é possível perceber que a AF é algo essencial, porquanto permite que o professor tenha uma noção de como está a evoluir ou não a turma e, se necessário, ajustar o planejamento e os objetivos para a turma conseguir atingir os objetivos.

Araújo e Diniz (2015) refere que a AS é utilizada para realizar um balanço, revelar ou tomar decisões sobre o resultado de um processo de aprendizagem. No que diz respeito a esta avaliação, foi utilizada no final de todas as UD avaliando as suas competências ao nível do desenvolvimento das suas habilidades motoras, as suas atitudes e valores, os seus conhecimentos e aptidão física. No parâmetro das habilidades motoras o peso da nota era de 60%, dividido pelas modalidades lecionadas em cada período, fazendo assim a média das notas obtidas em relação aos 60%. Em relação aos conhecimentos o peso era de 10% onde os alunos no primeiro período realizaram um trabalho escrito, no segundo período um teste escrito e no terceiro período um debate entre grupos na turma. As atitudes e valores tinham um peso de 5% da nota, onde era contabilizado a assiduidade nas aulas, o comportamento em aula e a participação em atividades desenvolvidas pelo grupo de EF. A aptidão física foi avaliada aplicando a bateria de testes FITescola, as notas eram referentes aos resultados obtidos na bateria de testes fazendo a média de todos os testes para obter a pontuação final. Todos estes critérios e parâmetros foram expostos aos alunos de forma a perceberem de que forma eram avaliados. Todas as notas atribuídas aos alunos foram sempre discutidas com a OC, passando sempre pela sua aprovação.

A autoavaliação é um momento mais informal em que os alunos têm a possibilidade de refletir e avaliar a sua prestação nas aulas ao longo do período em questão. (Rosado e Colaço 2002) Esta avaliação foi sempre realizada na última aula de cada período, onde todos os alunos expressavam a nota que consideravam merecer, a sua fundamentação para o porquê dessa nota e também um espaço para sugestões de melhoria para as aulas de EF. Esta avaliação é fundamental, não só para o professor ter a percepção da visão do aluno, mas também para o aluno aprender a argumentar em sua defesa e fazer uma reflexão do seu processo de aprendizagem.

Todo este processo de avaliar promoveu ao longo do ano uma melhoria da minha observação enquanto professor de EF. Percebi também que este processo deve ser realizado com serenidade pois tem grande relevância para os alunos e para o seu futuro, por isso, instiguei ser o mais justo e transparente possível do primeiro ao último dia de PES.

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

### 5.1 Atividades realizadas

Em relação às atividades realizadas, todas elas foram referidas na primeira reunião do núcleo de PES. Para cada uma das atividades o papel do núcleo e as funções desempenhadas nas atividades foram variando, assim como referido de seguida.

#### 1º Período

O “Corta mato escolar”, decorreu no dia onze de novembro pelo período da manhã no parque da devesa, em Vila Nova de Famalicão. Contou com a participação de aproximadamente mil alunos, desde os escalões de infantis até juniores. O corta mato foi constituído por todas as escolas do agrupamento, tendo a participação de alunos desde o quinto ao décimo segundo ano de escolaridade. A atividade teve a colaboração de todos os professores do grupo de EF, alguns professores que acompanharam as turmas até ao parque, funcionários da escola, bombeiros, delegação de desporto escolar de Braga e apoio da associação de atletismo de Braga. O propósito da atividade, era a promoção do desporto aos alunos.

Nesta grande atividade, o núcleo de PES, foi um colaborador muito pertinente no que respeita a gestão e organização da prova. Inicialmente ambos estávamos na meta a retirar os dorsais e a organizá-los, depois passamos pelo secretariado, à vez, para conhecer e perceber a dinâmica deste evento e, na parte final, a desmontagem de todo o percurso da prova, o que incluía recolher as fitas, retirar estacas, recolher grades.

A atividade foi realizada com uma dinâmica muito boa, onde foi de salientar o fabuloso esforço de todos os envolvidos na organização e o esforço também de todos os alunos que mostraram interesse em participar, de se desafiarem saindo da sua zona de conforto, fazendo valorizar, assim, todo o empenho e dedicação para que a prova se realizasse. Esta atividade é uma atividade de referência do agrupamento de escolas.

A “Semana europeia do desporto escolar” tem o objetivo de dinamizar atividades ao longo da semana, de forma a incentivar os alunos a praticar as modalidades propostas.

A semana teve atividades diferentes todos os dias, segunda-feira iniciou-se a semana com o dia da caminhada e treino funcional. A caminhada foi feita até à escola Nuno Simões nos primeiros dois tempos da manhã, nas seguintes aulas os professores poderiam optar por fazer uma caminhada com as turmas aos diferentes parques e espaços verdes da cidade.

Na terça-feira, as atividades programadas foram relacionadas com o desporto escolar da escola, realizaram-se atividades de basquetebol, futsal e rugby em simultâneo, de forma que, os

alunos pudessem escolher a atividade de mais interesse, ou mesmo experimentar as várias atividades.

Quinta-feira era o dia do desporto inclusivo, as modalidades apresentadas foram o badminton e ténis adaptado. Estas atividades eram realizadas em simultâneo, em espaços diferentes, não impossibilitando que os alunos realizassem as duas atividades. Teve a presença de uma atleta de badminton de alto rendimento, podendo assim dar o seu testemunho e incentivar todos os alunos à prática da modalidade, nunca esquecendo de ressaltar que, o badminton, também pode ser praticado por alunos com dificuldades motoras. A atividade de ténis teve a presença de um treinador de ténis, podendo também dar o seu contributo no incentivo para que os alunos praticassem e conhecessem a modalidade.

## 2º Período

A atividade “Street Basket 3x3” foi dinamizada pelo grupo de EF da escola D. Sancho I, no dia um de fevereiro de dois mil e vinte e três pela parte da manhã. O objetivo da atividade, foi promover o gosto pela prática da modalidade de basquetebol, envolver os alunos no espírito competitivo e criar um momento de diversão para todos.

Nesta atividade, participaram todos os alunos, desde o sétimo ao decimo segundo ano, jogando sempre no respetivo escalão. O formato do torneio foi por eliminatórias na maioria dos escalões, tirando o escalão juniores feminino pois tinha apenas duas equipas. Neste escalão optou-se por fazer dois jogos em que vencia quem obtivesse mais vitórias, em caso de empate a diferença era feita consoante os pontos dos dois jogos. Todos os alunos, no final da sua participação do torneio tinham direito a lanche e um diploma de participação.

O meu papel nesta atividade, passou pela organização do espaço do torneio, desde a enumeração de todas as tabelas, organizar as mesas para os elementos responsáveis por apontar os pontos durante os jogos e delimitar os espaços para ninguém transpor enquanto os jogos estão a ser realizados. Depois, também fiquei num dos campos a arbitrar os jogos das equipas juvenis e juniores femininas e juniores masculinos. Todos os jogos tinham a duração de oito minutos sem paragens, a menos que houvesse uma paragem prolongada, na grande parte do tempo, tive sempre a colaboração de um aluno na arbitragem e uma aluna responsável pela contagem dos pontos. Todos os jogos correram da melhor forma, os alunos respeitaram todas as decisões da arbitragem não havendo desentendimentos. A turma que leciono apenas teve uma equipa inscrita, mas tiveram uma ótima prestação chegando longe no torneio e com um empenho notório.

Penso que o meu papel/desempenho nesta atividade foi muito bom, o ambiente com os alunos foi muito positivo, pois senti que os alunos se esforçaram e que todos estavam empenhados, mas principalmente, a divertir-se.

A atividade “Projeto Mega” decorreu no dia dezasseis de março, pelo período da tarde nas instalações da escola D. Sancho I. Contou com a participação de aproximadamente cem alunos, desde o sétimo ano até ao décimo segundo ano. Esta atividade contou com o apoio e participação do grupo de Educação Física e de um professor da escola D. Maria II.

Esta atividade foi organizada pelo núcleo da PES. O núcleo foi responsável por realizar cartazes para promover a atividade, desenvolver as fichas de inscrição, organizar os horários das provas pelos diferentes escalões, realizar os registos dos resultados das provas de todos os alunos, comprar e entregar os prémios aos alunos e, por fim, enviar para os diretores de turma a lista de presenças de todos os alunos que participaram na atividade.

A organização das provas foi a seguinte, no salto em comprimento, cada aluno tinha dois saltos sendo apenas contabilizado o melhor salto; na prova de velocidade, nos escalões com mais alunos/ participantes, em grupos, corriam cinco alunos em simultâneo e os dois primeiros apuravam-se para a fase seguinte até chegarmos ao vencedor, nos escalões com poucos alunos, realizavam a prova em simultâneo e vencia o que chegasse à meta mais rápido.

Com esta atividade, senti que o núcleo conseguiu demonstrar que é capaz de dinamizar uma atividade de raiz, claro que o apoio de todo o grupo de Educação Física foi imprescindível no dia da realização do evento, mas todo o nosso envolvimento foi com muito rigor e empenho para que tudo corresse dentro do planeado.

Posto isto, e mais numa perspetiva reflexiva, a atividade decorreu dentro do previsto e de forma muito satisfatória e otimista, sentiu-se que todos os alunos que participaram estavam felizes e entusiasmados com o formato e organização das provas e no final, na entrega de prémios, sentiu-se uma energia positiva por parte não só de quem ganhou, mas também dos restantes participantes, trabalhando assim várias competências, como o trabalho de equipa, o companheirismo, responsabilidade, respeito, ambição, entre outros.

O “Torneio Futsal 2º Ciclo” foi organizado pelo grupo de EF, mais especificamente pelos professores de Educação Física da escola Nuno Simões e o núcleo da PES. Esta atividade realizou-se no dia vinte e nove de março, da parte da manhã e atraiu muitos alunos, contando com a participação da grande parte das turmas do segundo ciclo. As regras do torneio seguiam o regulamento do desporto escolar. Todas as equipas tinham que jogar com pelo menos um elemento feminino, os jogos tinham a duração de duas partes de cinco minutos e o formato do

torneio foi por fase de grupos, dando a oportunidade de todas as equipas jogarem pelo menos três jogos. Após a fase de grupos, realizou-se eliminatórias até à final. Sendo anos diferentes, as turmas de quinto ano apenas jogaram contra as de quinto ano e as de sexto com as de sexto, no final, os “campeões” de cada ano jogaram a “finalíssima” para se apurar o vencedor. O torneio foi realizado sem nenhum precalço, todos os alunos demonstraram *fairplay*, respeito pelos adversários e pelas decisões de arbitragem. Quem ficou encarregue pela arbitragem, foi o núcleo de PES, havendo sempre dois árbitros no jogo, auxiliando-se sempre um ao outro para que houvesse o maior acerto nas decisões tomadas. A entrega de prémios não se realizou no final do torneio, pois a direção optou por fazer a entrega de prémios numa cerimónia de aniversário da escola poucos dias depois do torneio, contudo os alunos festejaram muito no final.

O núcleo deu também apoio à mesa em alguns momentos e na gestão da chamada das equipas, tentando sempre apaziguar os alunos mais eufóricos.

Num modo geral, a atividade foi realizada com muito sucesso, no sentido em que não houve nenhum aluno que se tenha ferido, todos tiveram a oportunidade de jogar e participar da atividade. Para além dos alunos que estavam a jogar, havia muitos alunos a apoiar as suas turmas fazendo com que o ambiente dentro do pavilhão ficasse mais apelativo para quem estava a jogar, e por fim, demos a oportunidade dos alunos se sentirem felizes e úteis a fazer algo que gostam.

O “Dia da Atividade Física” foi organizada pelo grupo de cidadania, o grupo de ED e o núcleo de PES. Foi dinamizado um passeio de bicicleta ou trotinete pela ciclovia em famalicão. Esta atividade tem sido realizada nos últimos anos, com a participação da escola vizinha Camilo Castelo Branco. A atividade realizou-se no dia trinta e um de março, no último dia de aulas do segundo período pela manhã.

O papel desempenhado pelo núcleo de PES foi a divulgação da atividade, elaborando um cartaz apelativo com um *QRcode* para se inscreverem, a data e horas da atividade e as condições para que pudessem participar. Com o objetivo de uma melhor organização da atividade foi solicitado a todos os professores de Educação Física que informassem os alunos nas suas aulas e os ajudasse nas inscrições, fazendo com que garantíssemos que comunidade estava notificada do evento e os elementos da organização tivessem acesso ao número de alunos que iriam participar.

A adesão a esta atividade foi mais acentuada pelos mais novos, a grande parte dos alunos foram do sétimo e oitavo ano, tendo assim cerca de vinte e cinco alunos da D.Sancho I. Os

participantes da escola Camilo Castelo Branco foram um número muito mais significativo, pois participaram alunos desde o quinto ano, tendo assim um número bastante elevado de alunos, e também por a escola conseguir facultar bicicletas aos alunos. O percurso iniciou-se no portão da escola Camilo Castelo Branco e seguiu pela ciclovia sentido Famalicão-Póvoa de Varzim, teve a duração de aproximadamente uma hora e meia, com muitas paragens para hidratar, conviver, registar momentos através de fotografias e apreciar as paisagens. Como é obvio, esta atividade teve ajuda da Polícia Municipal e PSP para fazer cortes de estrada e garantir a segurança de todos os alunos. Juntamente com os alunos, dois professores da Camilo Castelo Branco, dois professores da D.Sancho I, dois polícias e o núcleo de PES participou na atividade monitorizando toda a prova.

Como esperado, vários percalços foram acontecendo, desde quedas, problemas com os equipamentos e fadiga de alguns alunos, mas tudo foi resolvido e concertado rapidamente por todos os professores que se encontravam a acompanhar e supervisionar o passeio.

Esta atividade foi importante no sentido de interagir com novos alunos, conhecer melhor a comunidade educativa em que estivemos envolvidos e também nos relacionarmos com alunos mais novos.

### 3º Período

Para celebrar o “Dia Mundial da Dança”, o grupo de EF e o núcleo da PES dinamizou uma atividade durante toda a manhã, com o apoio de uma escola de dança. Participaram cerca de duzentos alunos na atividade ao longo da manhã.

A atividade dividiu-se em três partes, sendo que se iniciou com um workshop de danças contemporâneas, em que a escola de dança convidada geriu os alunos e ensinou uma coreografia passo a passo, no final, todos os alunos, juntamente com os elementos da escola de dança convidada, realizaram a coreografia de início ao fim apresentando o resultado. Na segunda parte da atividade, foi espaço para os alunos da escola apresentarem uma coreografia à comunidade e a escola de dança convidada apresentar também algumas amostras coreográficas. A parte final, seguiu-se com mais um workshop, desta vez de danças urbanas, tendo um maior número de alunos a participar. Mais uma vez a escola de dança convidada organizou os alunos e desenvolveu uma coreografia passo a passo para no final apresentar o “produto final”.

A participação do núcleo da PES nesta atividade, baseou-se na divulgação da atividade às turmas e no dia da atividade em si, a organização e gestão da atividade. Foi também da total

responsabilidade do núcleo da PES o controlo das presenças na atividade para que depois fossem justificadas as faltas dos alunos.

O “Seminário” realizou-se no dia seis de junho pela parte da tarde, contando com a presença dos professores de Educação Física da escola. O tema do seminário foi sobre o bem-estar e satisfação dos professores de EF em relação a tudo o que envolve a profissão, desde o seu salário, progressões de carreira, satisfação com os colegas e ambiente de trabalho, e as questões demográficas que influenciam o seu bem-estar. O tema foi desenvolvido pelo núcleo de PES na UC de Projeto de Investigação e consideramos pertinente rentabilizar os dados para o seminário, que se baseou numa apresentação de todo o estudo feito sobre o bem-estar e satisfação dos professores de EF. Na parte final da apresentação foram apresentados os resultados do projeto, sendo esta parte a mais interessante para todos os professores que assistiram, pois, puderam visualizar o resultado do estudo. Para finalizar a apresentação, demos algum tempo para dúvidas e sugestões/propostas dos professores, de forma a melhorar o bem-estar e satisfação de todos.

Esta atividade teve grande importância na PES, demonstrou a grande empatia que o núcleo criou com o grupo de EF. Este foi um momento de partilha de opiniões e sentimentos em relação à profissão de professor de EF, sendo algo que nos é comum a todos.

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

A escola tem um papel muito importante na vida de todos os alunos que por ela passam. Todos os alunos vivem uma grande parte do seu dia na escola, portanto cabe também à escola para além de transmitir conteúdos, formar pessoas para o futuro. O papel do professor atualmente não pode ser visto como uma mera fonte de transmissão de conteúdos. O papel do professor é também transmitir ensinamentos para a vida, ajudar os alunos a tomar boas decisões e auxiliar na formação da identidade dos mesmos. Segundo Seabra, Silva e Resende (2016) as atividades desportivas, culturais e de lazer constituem meios poderosos de fomentar a socialização interpares. O papel do professor passa por transmitir valores, atitudes e crenças, tendo em vista a formação de cidadãos cultos e responsáveis.

Como indica Gage, Scott, Hirn e MacSuga-Gage (2018), uma relação positiva entre alunos e professores, torna os resultados dos alunos cada vez mais evidentes. Durante todo o ano letivo tentei sempre ser compreensivo, bem-disposto e extrovertido nos momentos em que senti que o podia ser, tentando criar uma boa relação com os alunos desde cedo. Desde o início

que tentei sempre que as aulas não fossem apenas transmissão de conteúdos da minha parte, procurei sempre dialogar e perceber a opinião dos alunos para alterar aspetos na forma que poderia trazer melhorias para o processo de ensino e aprendizagem. Tudo o que foi referido anteriormente é fundamental para estabelecer uma boa relação com os alunos e facilitar não só a transmissão dos conteúdos, mas também o aconselhamento, para a promoção de uma vida saudável, associada à prática de desporto e à boa alimentação, para os malefícios do tabaco e álcool, entre outros temas abordados, muitas das vezes, em conversas extra-aula que foram surgindo durante todo o ano letivo.

Adicionalmente, todas as atividades descritas anteriormente também assumiram um papel importante na conquista das boas relações com toda a comunidade educativa. Nestes contextos, é potencializada a socialização entre os alunos, que aprendem, simultaneamente, a serem competitivos e a demonstrarem *fairplay*, criam também laços de amizade mais fortes. Estas experiências desportivas, fora do âmbito da aula, podem ainda potenciar o início da prática de certas e variadas modalidades. A disciplina de EF tem também esse papel na vida dos alunos, sendo o professor, neste caso eu, um agente importante para esta consciencialização dos alunos.

Concluído, foi evidente o cunho deixado tanto na escola como nos alunos. Senti que deixei a minha marca ao longo que o ano foi decorrendo, o que me fez perceber que um professor não tem só um papel, mas sim vários, sendo um muito importante o desenvolvimento social dos alunos.

### 5.3 Socialização profissional e institucional

Tendo sido o meu ano primordial numa escola, ainda como estudante estagiário, foi a primeira vez que tive de me relacionar e trabalhar em parceria com outros professores. A socialização profissional foi imprescindível neste processo, pois, através da relação, interajuda e da experiência profissional de todos os docentes envolvidos, todos se tornaram uma referência no contexto da prática e me proporcionaram conhecimentos e múltiplas ferramentas fulcrais para o meu futuro. Foi neste contexto que reconheci o verdadeiro valor da socialização profissional dos docentes, que se inicia durante o processo de formação formal, mas continua ao longo da carreira profissional, quando o docente se envolve em um processo complexo,

interativo, negociado e provisório no qual as pessoas são uma força criativa enquanto buscam soluções aos problemas e enquanto possuem um considerável potencial para modelar a sociedade em que vivem (Staton e Hunt, (1992); Zeichner e Gore (1990, p.109–137)).

Como já referi anteriormente, uma vez que fui aluno na escola onde realizei a PES, e conhecia já alguns professores e funcionários da escola, senti que isso facilitou não só a fase inicial da PES, mas também o decorrer do ano letivo. Desde o primeiro dia todos os docentes e não docentes me fizeram sentir “em casa” e senti sempre que tentaram proporcionar o melhor para o meu percurso durante todo o ano letivo. A disponibilidade demonstrada por parte de todos facilitou muito a integração nesta PES.

Conforme refere Lima, Benites, Resende e Cardoso (2018), a socialização profissional configura-se como uma oportunidade para o EE, através da inserção na escola, descobrir a organização da mesma, o seu funcionamento e o trabalho dos professores que nela atuam. Uma das formas para me conseguir integrar na escola foi a participação nas atividades da mesma, a minha participação em reuniões de departamento, reuniões de grupo disciplinar, e ainda reuniões intercalares e finais do conselho de turma. Estes momentos foram imprescindíveis para compreender e ter oportunidade de participar nos processos resolutivos, de organização, de construção e de avaliação.

Naturalmente que a relação de maior proximidade foi com os professores de EF, com os quais houve sempre uma boa comunicação, que favorecia a gestão de todo o material e espaços para lecionar as aulas consoante as UD a lecionar. Tentei absorver o melhor de todos os professores de EF, observando, muitas das vezes, as aulas e depois discutindo com os mesmos em relação ao que foi feito. Estes momentos de partilha de conhecimentos, enriqueceu muito a minha formação como futuro professor de EF, podendo assim criar uma maior bagagem de conhecimentos diversificados.

Seria injusto não referir a forma como os auxiliares do pavilhão desportivo me receberam. A disponibilidade para ajudar em tudo, a boa disposição contagiante logo pela manhã e as simples conversas entre aulas tornaram este ano letivo muito mais prazeroso.

Para finalizar o ponto da socialização profissional e institucional, encontrei pela frente uma instituição com um bom ambiente, que simplificou e promoveu um bom ambiente na realização do meu trabalho. Não tenho dúvida alguma, de que o balanço da minha passagem pela escola D. Sancho I foi positivo a todos os níveis. Todas as experiências que fui arrecadando

ao longo do ano letivo, desde a criação de laços de amizade, a aquisição de contactos futuros e conhecimentos importantes, vão ter um impacto peculiar nos meus projetos futuros.

#### 5.4 A Componente ético-profissional

Segundo Caetano e de Lurdes Silva (2016) os professores consideram maioritariamente que a ética profissional é de algum modo um prolongamento de uma ética pessoal, dando ênfase a uma perspetiva em que a identidade profissional e pessoal se integram num todo. Durante todo este ano de PES mantive sempre uma boa ética no trabalho, demonstrando sempre respeito com todas as pessoas que me rodearam, tentando sempre agir da forma mais correta e justa possível para com os alunos e estabelecendo sempre um limite na relação que tinha com eles. Todos estes aspetos referidos fizeram de mim um EE com uma boa ética profissional.

A assiduidade e pontualidade são dois fatores primordiais na minha ética pessoal. Ao longo do ano, a pontualidade e assiduidade foram aspetos que tive sempre muita consideração, por exemplo na entrega de trabalhos para a faculdade, na realização com antecedência de planos de aula, a realização das reflexões de aula na mesma semana da aula, e em todos os outros compromissos que foram surgindo.

Um professor exige que os alunos sejam assíduos, pontuais, que tenham uma boa conduta durante as aulas, entre outros aspetos em relação a manter uma boa ética nas aulas, portanto, cabe ao professor dar o exemplo e demonstrar sempre profissionalismo e ética no trabalho.

Todo este ano de PES foi fundamental para melhorar e apurar tudo o que foi referido anteriormente. O sentido de responsabilidade foi um dos parâmetros em que mais evolui, muito pela pressão sentida no início da PES, que foi diminuindo progressivamente, e pela responsabilidade acrescida que foi aumentando ao longo da PES. Posto isto, acredito que, na componente ético-profissional, apresentei uma postura correta, sendo assim uma base e ponto de partida para o sucesso de todo este ano letivo.

## **6. Desenvolvimento profissional**

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

Para Marcelo (2009), o desenvolvimento profissional é considerado como um processo a longo prazo, no qual existem diferentes tipos de oportunidades e experiências, instigando ao crescimento e desenvolvimento do docente.

Após um ano letivo de PES, consigo perceber que este ano foi fulcral para a minha formação inicial como docente, uma vez que me foi possibilitado transferir todos os meus conhecimentos e ensinamentos adquiridos em todo o meu percurso académico para um contexto real. A oportunidade de estar a par de todo o processo de planeamento, realização e avaliação contribuiu para a uma grande evolução no decorrer do ano. Desde o início da PES que me foi dada uma grande autonomia, que me fez despertar para muitos momentos de reflexão face às adversidades que foram aparecendo. Senti que todos esses momentos de reflexão, tanto individuais como com o núcleo de PES, foram indispensáveis para ultrapassar todas as adversidades e problemas que foram surgindo durante todo o ano.

Uma dificuldade acrescida que enfrentei neste ano de PES foi a gestão do meu tempo. Sendo trabalhador-estudante tive de aprender a gerir o meu tempo de uma forma que não prejudicasse a minha PES. O primeiro período foi indubitavelmente importante para ultrapassar esta dificuldade, onde tive que me auto regerar e realizar um grande esforço para conseguir cumprir todos os prazos de entrega e, principalmente, conseguir ter algumas horas de descanso para no dia seguinte regressar à rotina.

Por fim, posso afirmar que com o final da PES, sou uma pessoa diferente daquela que iniciou em setembro. No final deste ano, após lecionar toda as aulas, participar de todas as atividades, assistir e participar de todas as reuniões e todos os outros momentos vivenciados, sinto-me, como futuro professor de EF, uma pessoa muito mais completa e com ferramentas reforçadas e distintas para as adversidades que me possam aparecer pela frente.

## **7. Reflexões finais**

Passado todo este ano letivo, sinto que a PES foi um ano importantíssimo não só para a minha formação como futuro professor de EF, mas também como pessoa. Neste ano, aprimorei as minhas potencialidades, como a minha interação com os alunos, a capacidade de contagiar os alunos com a minha energia positiva, mas também precisei de aferir soluções para combater as minhas fragilidades, como a insegurança, o nervosismo em lecionar certas modalidades e a capacidade de planejar as UD. Fragilidades estas que foram ultrapassadas com a ajuda do núcleo de PES.

Todos os dias desta PES foram uma aprendizagem, fazendo despertar em mim um maior interesse e aproximação à futura profissão que me espera. Desenvolvi competências para além do esperado, muito graças à ajuda da OC, que foi uma das principais responsáveis pela minha evolução a cada dia que passou.

No que concerne à minha relação com os alunos, fazendo uma breve reflexão sobre o assunto, procurei sempre transmitir uma mensagem positiva para todos, ajudando-os a criar um estilo de vida saudável, mantendo-os motivados para a prática das aulas, através de exercícios novos e dinâmicos por exemplo, indo de encontro também às expectativas deles, e principalmente ser compreensivo, ouvi-los e aconselhá-los nas diversas temáticas que foram surgindo no decorrer do ano letivo.

Apesar da UMAIA ter tido o papel de fornecer bases teóricas sobre o que é fundamental para ser um professor de EF, com o decorrer das semanas fui me apercebendo que ser professor não passa só por desempenhar o papel de transmissor de conteúdos. Para além de um professor ser o principal transmissor de conhecimentos, é também um elemento-chave para a formação de futuras pessoas sendo muito impactante na vida dos alunos.

Refletindo sobre todo este ano, marcado por altos e baixos, muitos momentos de alegria, momentos de maior tensão e nervosismos, momentos de lazer e sobretudo momentos de aprendizagem, termino este ano com um sentimento de dever cumprido sabendo que ainda tenho muito a evoluir. Para além de perceber que nem tudo foi positivo durante a PES, percebi que efetivamente marquei o caminho de várias pessoas ao longo do ano, e elas marcaram o meu, pois, por muito que o futuro a lecionar seja longo, serão sempre a minha primeira turma.

## Referências bibliográficas

Allan, S. L. (2017). Borderlands of Possibility: Exploring the Construction of Professional Identity with Intern Teachers. In *Education*, 23(1), 2-25.

Aranha, Á. C. M. (2004). Organização, planeamento e avaliação em educação física: definição de objectivos: planeamento, organização e análise da actividade pedagógica: técnicas de intervenção pedagógica: avaliação.

Araújo, F., & Diniz, J. (2015). Hoje, de que falamos quando falamos de avaliação formativa? *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 39, 41-52.

Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Bessa, C., Silva, R., Rosado, A., & Mesquita, I. (2017). Impacto dos modelos de Educação Desportiva e Instrução Direta no desenvolvimento da responsabilidade pessoal e social em jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*.

Caetano, A. P., & de Lurdes Silva, M. (2016). Ética profissional e Formação de Professores. *Sísifo*, (8), 49-60.

Cardoso, I., Batista, P., & Graça, A. (2016). A identidade do professor de Educação Física: um processo simultaneamente biográfico e relacional. *Movimento*, 22(2), 523-538.

Claro, R., & Filgueiras, I. (2009). Dificuldades de gestão de aula de professores de educação física em início de carreira na escola. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 8(2), 9-24.

Dubar, C. *A socialização: construção das identidades sociais e profissionais*. Porto Editora: Porto, 1997.

Gage, N. A., Scott, T., Hirn, R., & MacSuga-Gage, A. S. (2018). The relationship between teachers' implementation of classroom management practices and student behavior in elementary school. *Behavioral disorders*, 43(2), 302-315.

Lima, R. J. F., Benites, L. C., Resende, R. M. C., & Cardoso, S. M. C. F. (2018). Reflexões dos futuros professores de educação física sobre o seu processo de formação académica. *Kinesis*, 36(1).

Lopes, M. R. S., Neto, A. R. M., Parente, M. L. C., Araújo, J. G. E., Sousa, C. B., & Moura, D. L. (2016, p.1). A prática do planejamento educacional em professores de educação física: construindo uma cultura do planejamento. *Journal of Physical Education*, 27 (1), 2-9.

Marcelo, C. (2009). Desenvolvimento Profissional Docente: passado e futuro. *Sísifo/revista de ciências da educação* (8), 7-22.

Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education*. Routledge

Moretto, V. (2007). Planejamento: planejando a educação para o desenvolvimento de competências. Petrópolis, RJ: Vozes.

Oliveira, M. (2001). A indisciplina em aulas de Educação Física: Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de Educação Física do 2º e 3º Ciclo do ensino básico. Dissertação de Doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto Universidade do Porto, Portugal.

Pelozo, R. D. C. B. (2007). Prática de Ensino e o Estágio Supervisionado enquanto mediação entre ensino, pesquisa e extensão. *Revista Científica Eletrônica de Pedagogia*, ano V, (10), 1-7.

Pimenta, S. G., Lima, M. S. L. (2004). *Estágio e docência*. São Paulo: Cortes.

Resende, R., & Lima, R. (2016). Relação professor de educação física e alunos: Teoria, investigação e intervenção. In D. Bartholomeu, J. M. Montiel, A. A. Machado, A. R. Gomes, G. Couto, & V. Cassep-Borges (Eds.), *Relações interpessoais concepções e contextos de intervenção e avaliação* (pp. 133-153). São Paulo, Brasil: Vetor Editora.

Resende, R., Carvalho, M., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., & Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 145-164). Porto, Portugal: Editora FADEUP.

Rink, J. (1993). *Teaching Physical Education for Learning* (2.a ed.). t. Louis: Mosby.

Rolim, R. (2013). Revisitar o baú de orientador de estágio indagações, reflexões e retalhos sobre a supervisão do estágio profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Ramiro (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em Educação Física*, pp. 53-83. Porto: Editora FADEUP.

Rosado, A., & Colaço, C. (2002). Avaliação das Aprendizagens, p.263-272.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2011). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem.

Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32–47.

Siedentop, D. (1994). Sport Education: quality PE through positive sport experiences. Champaign: Human Kinetics, p.139.

Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la educación física (2a). Barcelona: INDE Publicaciones.

Staton, A. Q., Hunt, S. L. (1992). *Teacher socialization: Review and conceptualization. Communication Education*, 41(2), 109–137