

# Universidade da Maia

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



## Relatório de Prática de Ensino Supervisionada

Adriano Ribeiro Santos Pereira | 37438

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

### Orientador Institucional

Professora Doutora Patrícia Gomes

outubro, 2024



**Adriano Ribeiro Santos Pereira**

**N.º 37438**

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

Trabalho realizado sob a orientação do(a) Professor(a) Doutor(a) Patrícia Gomes – Universidade da Maia e Orientação do Professor Pedro Gregório – Escola Secundária Rocha Peixoto.

outubro, 2024

Pereira, A. (2024), 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:** Prática de Ensino Supervisionada; Estudante Estagiário; Educação Física.

## **AGRADECIMENTOS**

Após todos estes anos chego finalmente a uma das fases culminantes da minha vida. Uma fase que se esculpiu acompanhada de uma paixão enorme, uma grande dedicação e pela vontade de uma procura incessante pela superação e evolução nos vários espectros da vida.

Apreendi que na nossa vida nós somos os principais atores e que devemos, intrinsecamente, lutar contra as adversidades que nos vão surgindo ao longo do caminho. Porém, é com um brilho nos olhos e com um orgulho tremendo que ao longo de todo o processo tive a oportunidade de lidar com pessoas que não somente me ajudaram, mas que tiveram um papel fundamental para que eu fosse capaz de chegar a este ponto da minha vida.

O maior agradecimento só poderia ser para a minha família. Aos meus pais por me proporcionarem sempre as melhores condições para ser melhor, por todo o apoio e suporte, por todos os conselhos e aprendizagens e por todo o carinho que sempre demonstraram. À minha irmã por ser a minha segunda mãe, por me entender, por me dar sempre uma perspectiva positiva e igualmente realista. Aos meus sobrinhos por me levarem a ser mais maduro, responsável e por tornarem a minha vida mais colorida e alegre. Ao meu tio por me ajudar a levar a vida, e esta fase em particular, sempre com boa disposição e sentido de humor apurado.

Aos meus amigos André, David, Diogo, João e Hélder por toda as experiências que vivemos e partilhamos, pelos horizontes que me abriram nas mais diversas áreas e por tornarem sempre com a vossa amizade o caminho que percorri mais iluminado.

Ao meu grupo de licenciatura que tão importante foi na minha entrada para esta área bem como no sucesso que obtive na mesma, por todos os momentos de partilha, de entajuda, cooperação sem nunca descurar todos os momentos divertidos que levarei nostalgicamente comigo para a vida.

Ao meu núcleo da PES que o destino maravilhosamente uniu. Obrigado por todas as experiências partilhadas, por todas as vivências marcantes ao longo desta etapa e por poder dizer que para mim se tornaram muito para além de meros colegas. Nunca encontrarei outra palavra para definir a nossa relação que não seja o verdadeiro sentido da amizade.

Ao meu Orientador Cooperante Professor Pedro Gregório deixar um profundo agradecimento por toda a sua experiência, conhecimentos e estratégias partilhadas, por todo o impacto que teve nesta fase da minha vida demonstrando a vital importância que um grande professor tem na vida dos alunos.

À Supervisora, Doutora Patrícia Gomes agradeço todas as críticas construtivas, toda a preocupação com a minha evolução profissional e pessoal, todas as partilhas de conhecimento e pelo exemplo positivo que sempre me direcionou para o melhor das minhas capacidades.

## **RESUMO**

O presente Relatório da Prática de Ensino Supervisionada marca a fase final do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, realizado na Universidade da Maia. Este relatório tem como objetivo uma análise reflexiva da prática pedagógica supervisionada na disciplina de Educação Física. Esta prática ocorreu na Escola Secundária Rocha Peixoto juntamente com uma breve passagem pela Escola Básica Dr. Flávio Gonçalves, com turmas do 11º, 12º e 8º e 5º ao longo do ano letivo de 2023/2024. O documento está dividido em oito capítulos, nos quais descrevo e reflito sobre temas diretamente relacionados com todo o processo prático realizado durante o ano letivo. A Introdução refere-se aos principais objetivos da prática e deste mesmo documento. O Enquadramento pessoal e profissional tem uma breve análise ao meu passado demonstrando de que forma esse percurso guiou o caminho que hoje percorro, para além de uma breve consideração acerca das minhas expectativas para o futuro. O Enquadramento institucional apresenta uma reflexão relativa à relevância desta prática, bem como uma caracterização tanto do núcleo como da escola que me foram atribuídos. A Prática Profissional foca-se nas metodologias e abordagens relativas a todo o processo de ensino e aprendizagem desde a conceção, passando pelo planeamento e respetiva realização na prática, terminando com a avaliação. A Participação e Relação com a Comunidade explica como, além da realização prática das aulas, me fui integrando e criando laços com os diferentes membros da comunidade escolar, destacando a importância dessas interações. Também reflete sobre as atividades desenvolvidas em prol da escola e o seu impacto no meu crescimento enquanto professor. O Desenvolvimento profissional aborda as necessidades mais evidentes do contínuo processo da minha formação, para além das estratégias utilizadas, e que no futuro poderei utilizar de forma a perseguir constantemente o meu potencial. As Reflexões finais expõem o meu parecer final relativamente à minha atividade, ao longo do ano letivo, tentando focar os aspetos que, pela positiva ou pela negativa, acabaram por ser, na minha perspetiva, os mais significativos. As Referências bibliográficas creditam as fontes utilizadas e suportam as informações apresentadas no relatório.

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

## **ABSTRACT**

This Supervised Teaching Practice Report marks the final phase of the Master's Degree in Physical Education Teaching for Basic and Secondary Education at the University of Maia. The report aims to provide a reflective analysis of the supervised pedagogical practice in Physical Education. This practice was carried out at Escola Secundária Rocha Peixoto, with a brief experience at Escola Básica Dr. Flávio Gonçalves, working with 11th, 12th, 8th, and 5th-grade classes during the 2023/2024 academic year. The document is organized into eight chapters, where I describe and reflect on various topics directly related to the practical process conducted throughout the school year. The introduction outlines the primary goals of the practice and the document itself. The personal and professional framework presents an overview of my background, explaining how it shaped the path I follow today, along with a brief consideration of my future expectations. The institutional framework offers a reflection on the significance of this practice and characterizes both the teaching staff and the school environment. The professional practice chapter focuses on the methodologies and approaches to the teaching and learning process, from conception to planning, implementation, and evaluation. The community engagement section highlights how I integrated into the school community, building connections with its members, and reflecting on the activities undertaken for the school's benefit and their impact on my development as a teacher. The professional development chapter addresses the key aspects of my ongoing formation, discussing the strategies employed and those that can be used in the future to reach my full potential. The final reflections chapter provides my overall perspective on my teaching experience, focusing on the most significant aspects, both positive and negative, throughout the academic year. Bibliographic references credit the sources used and support the information presented in the report.

**Keywords:** Supervised Teaching Practice; Pre-Service Teacher; Physical Education.

# ÍNDICE

<b>1.</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL.....</b>	<b>3</b>
2.1	Uma decisão a partir de um percurso.....	3
2.2	Expectativas iniciais.....	5
<b>3.</b>	<b>ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL.....</b>	<b>7</b>
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.</b>	<b>PRÁTICA PROFISSIONAL: DO PLANO DA ANÁLISE AO DA INTERVENÇÃO.....</b>	<b>13</b>
4.1	Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	13
4.1.1	Conceção de ensino.....	13
4.1.2	Planeamento.....	16
4.1.3	Realização.....	19
4.1.4	Avaliação.....	24
<b>5.</b>	<b>PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE.....</b>	<b>28</b>
5.1	Atividades realizadas.....	28
5.2	Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação..	32
5.3	Socialização profissional e institucional.....	33
5.4	A Componente ético-profissional.....	34
<b>6.</b>	<b>DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL.....</b>	<b>36</b>
6.1	Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão.....	36
<b>7.</b>	<b>REFLEXÕES FINAIS.....</b>	<b>38</b>
<b>8.</b>	<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>39</b>

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

EE - Estudante Estagiário

EF - Educação Física

ESRP - Escola Secundária Rocha Peixoto

MED – Modelo de Educação Desportiva

MID – Modelo de Instrução Direta

NPES – Núcleo da Prática de Ensino Supervisionada

OC - Orientador Cooperante

PA - Planeamento Anual

PES - Prática de Ensino Supervisionada

RPES – Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

UD – Unidade Didática

UMAIA – Universidade da Maia

# 1. INTRODUÇÃO

Este relatório, fruto de uma jornada intensa e enriquecedora, representa não apenas um registo formal das atividades desenvolvidas ao longo da PES, mas também uma coleção das experiências, aprendizagens e reflexões que por base da sustentação científica moldaram o meu percurso académico e profissional. Ao longo deste documento, espero transmitir não apenas os desafios enfrentados e as conquistas alcançadas, mas também o meu comprometimento com a educação e o constante processo de evolução que a PES me proporcionou. Este relatório não é apenas o fim de uma etapa, mas sim o início de uma nova fase na minha jornada como profissional, impulsionada pelo conhecimento adquirido e pela determinação em continuar a aprimorar as minhas capacidades e contribuir positivamente para a formação das futuras gerações.

O documento que aqui apresento, denominado de Relatório de Prática de Ensino Supervisionada (RPES) é parte integrante da Unidade Curricular (UC) de Prática de Ensino Supervisionada (PES) que, por sua vez, se inclui no plano de estudos do 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física para o Ensino Básico e Secundário (MEEFEBS), da Universidade da Maia (UMAIA). Constitui-se como um segmento essencial de complemento a todo o trabalho teórico-prático que fui realizando ao longo do ano letivo que, naturalmente, terá o propósito de estimular o meu desenvolvimento numa outra perspetiva. Significa para mim o mesmo que para um artista poderá significar uma tela, onde poderei pintar as minhas realizações, reflexões, críticas, todo o tipo de experiências pessoais e profissionais, bem como considerações que possam ser relevantes para a minha evolução.

Ao longo desta jornada tive a oportunidade e o prazer de trabalhar com o Núcleo da PES (NPES) que se fez constituir de vários elementos valiosos, como o Orientador Cooperante (OC) que é um professor da Escola Secundária Rocha Peixoto (ESRP) atribuído pelo acordo entre a Universidade e a respetiva escola, uma supervisora, que corresponde a uma professora da UMAIA e três Estudantes Estagiários (EE), também eles estudantes da UMAIA. Numa relação de constante partilha e cooperação desenvolvemos todo o processo na ESRP, na Póvoa de Varzim durante o ano letivo 2023/2024. Cada EE teve a oportunidade de lecionar a três diferentes turmas, uma era do 8º ano de escolaridade e as duas restantes entre o 11º e 12º anos de escolaridade, com rotação entre elas em cada período escolar. Como complemento ao trabalho realizado com as turmas indicadas, tivemos também a oportunidade de lecionar uma Unidade Didática a duas turmas de 2º ciclo, na escola EB23 Flávio Gonçalves.

O relatório que aqui apresento encontra-se dividido em vários capítulos que numa cronologia temporal lógica se vão conjugando e, dessa forma, atribuindo cada vez mais significado ao desenrolar de todo o processo. No enquadramento pessoal e profissional explico de que maneira as experiências que vivi se transformaram em motivos que me fizeram optar por esta decisão. Ofereço ainda uma perspetiva altamente pessoal acerca das minhas expectativas iniciais para com todo o ano letivo que se avizinhava. No enquadramento institucional procuro explicar a importância da PES em toda a sua amplitude, a sua relação com a UMAIA, bem como com a escola cooperante onde realizei todo o meu trabalho prático, e caracterizo o núcleo da PES. No capítulo seguinte, prática profissional: do plano da análise ao da intervenção, procuro explicar as estratégias, modelos e metodologias que utilizei devidamente traduzidas pela explicação do planeamento, formas de realização e aplicação na prática de conteúdos e da avaliação. Seguidamente, no capítulo da participação na escola e relação com a comunidade ilustro as atividades realizadas e sua importância, os impactos da minha atuação para lá da aula propriamente dita, ao mesmo tempo que relaciono tudo isso com a socialização, cooperação e partilha inerente a esse tipo de atividades não só entre o núcleo da PES, mas também e, até principalmente, com toda a comunidade escolar. No capítulo do desenvolvimento profissional retrato as dificuldades a que fui sendo sujeito e paralelamente as necessidades de formação que serão necessárias para as colmatar. Por fim, no capítulo referente às reflexões finais tive a oportunidade de refletir acerca de toda a minha experiência inerente ao processo, destacando o efeito que teve no meu crescimento pessoal e profissional.

## **2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL**

### **2.1 Uma decisão a partir de um percurso**

Quando pensamos no porquê de termos tomado as decisões que tomamos ao longo da vida, aliadas naturalmente às nossas paixões e gostos pessoais, é impossível não fazer uma viagem no tempo até às nossas origens. Constantemente o faço e relembro como tudo se processou até ao ponto atual.

O meu percurso marcou-me profundamente por todas as pessoas que surgiram na minha vida, desde amigos, colegas, professores, treinadores, funcionários, entre outras pessoas, que sem dúvida moldaram a minha identidade e conhecimento.

Naturalmente terei que começar esta viagem pelo momento que considero ter sido o mais importante na fase em que deliberava e pensava sobre o caminho que deveria seguir em relação ao futuro que se avizinhava. Desde muito cedo que pelo meu pai me foi incutido o futebol na minha vida e rapidamente tudo nessa modalidade me fascinou. Os festejos, o ambiente dos estádios, os craques, as cadernetas e o jogo em toda a sua dimensão. Recordo-me de não ter canais desportivos em casa e aproveitar todos os momentos num café, ou outro local com esse tipo de canais, para ver futebol, reportagens, entrevistas. Era um mundo mágico e fascinante para mim. Com todo esse meu fascínio, foi com toda a naturalidade que pedi para ser inscrito na Escola de Futebol do Rio Ave FC. Tive também nessa fase inicial da minha formação a oportunidade de experienciar algumas diferentes modalidades, ainda que ao longo de um período mais reduzido, como são exemplo o karaté e a natação. Com a necessidade de o futebol começar a exigir um maior investimento a nível de tempo, por via da passagem para um escalão superior e mais exigente, naquilo que era o meu horário, a minha concentração e rotinas a ter em conta, optei por manter-me nessa modalidade sendo logisticamente obrigado a desistir das restantes. Foi, portanto, no futebol que aprendi muitos dos valores e aprendizagens que carrego comigo. Foi o futebol que por via de tudo o que passei, vi e refleti me fez compreender vários aspetos que posso facilmente transportar para a vida.

Aprendi que o trabalho, rigor e disciplina têm a força de, em determinadas circunstâncias, baterem o talento isolado. No caso dos jogadores que jogaram comigo e estão a ter sucesso em clubes de primeira liga e até em certos casos de renome mundial nunca imaginei que por via do seu talento (inferior a muitos outros) pudessem atingir esse tipo de patamares. Fez-me refletir e pensar que é precisamente como em muitas outras áreas da nossa vida. Outro exemplo que o futebol me ensinou é que não devemos nunca colocar rótulos nas pessoas. Por vezes, caía na

tentação de rotular um atleta de fraco ou mediano por via das suas dificuldades, sendo essa a ideia que se mantinha sempre na minha cabeça. Seguia-se muitas vezes um jogo contra ele e, como por magia e contra toda a minha expectativa, estava muito melhor ou muito diferente daquilo que havia visto no passado. As pessoas mudam, crescem, evoluem, moldam-se. Eu próprio sou muito diferente de há um, dois e três anos. Não devemos nunca criar rótulos.

Ainda que não tenha conseguido atingir o patamar que pretendia, orgulho-me muito daquilo que fiz, no que ao desporto diz respeito. Foi uma época absolutamente marcante da minha vida em que vivenciei a maioria das experiências que me fizeram apaixonar não só pelo futebol, mas sim pela autenticidade e pureza do desporto de uma forma geral.

A partir do momento em que tomei a decisão de me licenciar em Educação Física e Desporto já partia com a ideia de no futuro poder exercer a função de Professor de Educação Física. Essa era desde esses primórdios uma profissão que aparentava ir ao encontro dos meus interesses pessoais, das características que revia na minha personalidade e acima de tudo nos meus gostos. A licenciatura veio dotar-me de mais conhecimentos inerentes à área da Educação Física e, portanto, trouxe-me uma maior consciencialização daquilo que seria efetivamente ser professor. Não tenho especial apreço pelo uso de frases ou expressões “clichês”, porém fui compreendendo que ser professor é sem dúvida muito mais do que ser um mero transmissor de conhecimentos associados à nossa disciplina. No caso da Educação Física parece-me ser um caso ainda mais evidente onde é necessária uma grande sensibilidade do professor para questões alheias ao ensino da prática das modalidades. Questões como o *bullying*, *fair play*, ética, saúde física e psicológica, entre outros, são altamente visados no contexto da Educação Física, cabendo ao professor ter uma grande capacidade de gestão a nível emocional e humano para conseguir desenvolver nos seus alunos comportamentos que se coadunem com o perfil pretendido do aluno à saída da escolaridade obrigatória. Esta mesma complexidade associada à tarefa trouxe-me uma ainda maior ligação com a profissão, levando-me a não ter dúvidas na escolha do Mestrado.

O primeiro ano de mestrado só veio reforçar este meu interesse. Foi um ano logicamente orientado de forma mais direta para o exercício das funções que um professor deverá possuir conhecimento. Nesta perspetiva, foram-nos colocados outro tipo de problemas e estímulos mais reais e condizentes com o ano seguinte, em que a PES seria a nova realidade. Considerei, portanto, todas as experiências a nível de planeamento, execução, avaliação e reflexão de planos de aula e unidades didáticas, bem como as restantes de cariz mais teórico bastante positivas e relevantes que só me fizeram garantir ainda mais as certezas de que o rumo estava corretamente traçado e que a rota futura iria ser bastante trabalhosa, mas igualmente prazerosa. Neste segundo

ano, com a nossa introdução ao contexto real de escola fui capaz por fim, de sentir verdadeiramente aquilo que é ser professor de Educação Física e nesse sentido as expectativas eram várias.

## **2.2. Expectativas iniciais**

Do meu Orientador Cooperante (OC) perspectivava uma relação de grande respeito, comunicação aberta e essencialmente de uma grande aprendizagem. Esperava que fosse alguém que me ajudasse a melhorar os pontos menos positivos da minha prática pedagógica sem nunca deixar de valorizar e fomentar as valências que trazia do meu percurso anterior. Foi indubitavelmente uma fonte de conhecimento pela qual obtive muitas informações, dicas e experiências que foram indispensáveis ao longo não só do meu ano da PES, mas para o meu futuro enquanto professor de Educação Física.

Em relação aos meus colegas do núcleo PES éramos um grupo de quatro dos quais apenas conhecia um por ter partilhado comigo os anos da licenciatura. Esperava que o grupo fosse uma fonte de partilha e aprendizagem mútua, onde prevalecesse a cooperação, entreajuda e um elevado sentido de responsabilidade.

Quanto ao grupo de EF da escola, as minhas expectativas eram de fossem elementos de suporte, sempre disponíveis quando surgisse alguma dúvida ou problema. Também, que fosse possível mais uma vez um intercâmbio de ideias, perspectivas, conhecimentos e experiências. Que existisse uma relação saudável entre todos os constituintes do grupo e que durante o ano fossemos todos capazes de contribuir para o crescimento mútuo ao longo do ano.

As turmas representavam a tela de todo o trabalho e empenho que planeava investir. Foi junto deles que procurei transmitir todo o conhecimento que tinha vindo a adquirir ao longo de todo o meu percurso académico e de vida. Tinha a pretensão de conseguir ter uma relação de respeito mútuo e de ser capaz de criar as condições ideais para as aulas decorrerem de forma fluída, com o mínimo de comportamentos desviantes. e que, por via dessa boa relação, fosse possível ensinar tudo aquilo a que me propunha.

Adicionalmente pretendia também perceber toda a dinâmica de um professor de EF na escola, na amplitude de todas as suas funções, como é exemplo o planejar, lecionar, avaliar, lidar com crianças e adolescentes, participar no desporto escolar, entender os processos de direção de turma, burocracias, entre outras funções. Pretendia entender como lidar com todas as questões inerentes às funções mais macro de ser professor, que acima referi, como estratégias para combater o *bullying* e valorizar o *fair play*. Queria também tornar-me um profissional mais

independente e que fosse capaz, dentro da medida do possível, procurar as suas informações, e que conseguisse ser autónomo na pesquisa de recursos inerentes à profissão, sem nunca descurar a grande importância da comunicação, partilha de ideias e reflexões conjuntas, tanto com os meus colegas, como com os professores e até outro tipo de indivíduos por dentro do seio escolar.

Contava ainda aumentar o meu conhecimento teórico-prático das modalidades a ensinar e desenvolver estratégias que me permitissem garantir um ambiente seguro e propício à aprendizagem tentando sempre garantir um bom comportamento dos alunos; continuar a obter valências que me fizessem ser um professor capaz de motivar os alunos para que aumentassem o seu gosto e apreço pelas modalidades e pela atividade física em geral; motivar os alunos para que participassem em atividades da escola fora do contexto das aulas, que estivessem direta ou indiretamente ligadas à educação física, garantindo um maior aporte de experiências para os alunos e para mim, que poderão ser pertinentes num futuro profissional.

Desde o início, sabia que este seria um ano desafiante, repleto de questões, problemas e dificuldades. Estava consciente de que um único ano não seria, de forma alguma, suficiente para responder e resolver todos os desafios. Encarei este período como o primeiro passo de um processo contínuo de evolução, com o objetivo de me tornar o melhor profissional possível. Assim, tinha uma grande expectativa de que este ano fosse marcado por uma evolução pessoal e profissional significativa, sempre guiado pela paixão que, há muito tempo, me acompanha.

Ao longo do ano, percebi que as expectativas iniciais desempenharam um papel essencial para abordar cada situação com uma mente aberta. Mantive-me recetivo a novas ideias, críticas e sugestões de melhoria, sempre disposto a refletir sobre elas. Esta atitude permitiu-me crescer como professor e adquirir conhecimento valioso ao longo de todo o processo.

De modo geral, o ano foi extremamente desafiante, mas também muito gratificante. Consegui atingir muitas das expectativas que tinha estabelecido, e as dificuldades com que me deparei foram, na verdade, catalisadores do meu crescimento. Embora não tenha conseguido resolver todas as questões e desafios que previ inicialmente, este ano proporcionou-me uma base sólida para continuar a desenvolver-me como professor. A evolução, tanto a nível pessoal como profissional, foi uma constante, e a paixão que me move enquanto educador saiu ainda mais reforçada deste percurso.

### 3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

#### 3.1 A importância da PES

A PES é uma componente fundamental na formação de professores que se constitui como o finalizar de um processo formativo. É nela que construímos, passo a passo, uma ponte vital entre a teoria adquirida durante as aulas em contexto de universidade e a prática efetiva e real vivida em situação de aula na escola. É durante este período que temos a oportunidade de realizar uma sequência de tarefas relacionadas com a profissão a que nos propomos de uma forma muito mais imersiva e complexa.

Durante o mestrado, fomos expostos a uma ampla gama de conhecimentos, teorias e metodologias didáticas e pedagógicas. A PES oferece, portanto, conforme aponta Resende et al. (2020), a oportunidade de vivenciarmos uma componente de cariz prático onde se pretende o progresso de um conhecimento especializado e a habilidade de aplicá-lo na prática, proporcionando a interação com cenários reais de ensino e de atuação profissional. Assim, de acordo com o mesmo autor, a PES reduz a distância entre as teorias sobre o processo de ensino e aprendizagem aprendidas durante a formação inicial e a aplicação dessas práticas na escola ao iniciar a carreira docente.

Através da PES, é possível desenvolver habilidades essenciais para a docência enquadrados no âmbito do ensino da EF nas seguintes áreas (Decreto-Lei nº 79/2014, de 14 de maio): a) Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; b) Participação na Escola e Relações com a Comunidade; e c) Desenvolvimento Profissional. Também toda a supervisão realizada por parte do OC fornece um feedback valioso, que facilita a reflexão sobre vários aspetos do papel de professor, ajudando a identificar pontos fortes e, mais importante ainda, áreas a desenvolver. Além disso, a PES é um momento crucial para a formação da identidade profissional do futuro professor. É neste momento que ocorre a interseção entre a formação e a identidade, ou seja, existe a construção simultânea de um conhecimento prático e do processo de se tornar professor (Luehmann, 2007). Durante a PES, existe a oportunidade de desenvolver o nosso próprio estilo de ensino, influenciados pelas observações de práticas de colegas e pelo *feedback* do OC, da supervisora e dos colegas do núcleo da PES.

A PES possibilita ainda uma interação com diversos membros da comunidade educacional, sendo por meio desta interação, especialmente com os alunos e outros professores em comunidades de prática que se alcança uma compreensão mais profunda da profissão docente (Nóvoa, 2009). A PES tece grande importância também por fortalecer características como a

comunicação, a empatia, a resolução de conflitos e o trabalho em grupo, enquadrado num sistema organizado, habilidades essenciais para criar um ambiente de ensino eficiente.

### **3.2A PES na UMAIA**

O mestrado em EEFEBs procura, como foi dito anteriormente, dotar os EE de uma grande amplitude de competências de forma a que sejamos capazes de conseguir lidar com todas as exigências inerentes ao nosso futuro profissional, nomeadamente em contexto escolar.<sup>1</sup> Assim, a UMAIA, por meio da PES, oferece a oportunidade de vivenciar, durante um ano letivo, a experiência prática de lecionar Educação Física em contexto escolar, o que permite desenvolver e aplicar as competências profissionais. Isto significa que existem outras funções e obrigações que naturalmente exigem de nós mais estudo, mais preparação, uma maior procura por informações e um enfoque pedagógico mais aprofundado devido às necessidades e personalidades distintas dos alunos. Estas exigências são claramente diferentes do contexto das aulas com os nossos colegas de turma.

A UMAIA possui protocolo com uma grande rede de escolas cooperantes, que têm a gentileza de receber um ou dois núcleos da PES, com 2 a 4 EE. Estas escolas possuem, naturalmente, professores que por todo o seu conhecimento e experiência adquirida, têm a capacidade de ajudarem os EE em ano de PES, de uma forma mais individualizada, para irem ao encontro dos objetivos a que se propõe ao longo do ano letivo. Desta forma, recomenda-se que o EE dedique, pelo menos, 14 horas mínimas semanais à lecionação e observação das turmas atribuídas ao NE, ao trabalho desenvolvido dentro do NPES e a outro tipo de atividades na escola.

Para além de toda a atividade a realizar no sentido mais prático, na vida da escola, deverá também ser contruído numa fase mais inicial e, posteriormente, intermédia, da PES, um Plano de Intervenção e Formação na Escola (PFIE). Este tem como objetivo examinar as dificuldades encontradas na prática, realizar uma autoavaliação das competências pessoais e profissionais nas três dimensões de desempenho e apresentar propostas de intervenção com o intuito de aprimorar essas mesmas competências. É também solicitado ao EE um dossiê em formato digital na plataforma OneDrive, atribuído pela UMAIA, que contenha todo o trabalho de forma atualizada que seja referente às tarefas realizadas durante todo este nosso percurso.

O RPES é a tarefa final deste processo e espelha tudo o que foi a nossa vivência durante todo o ano letivo. Este deverá refletir a experiência adquirida durante essa mesma prática, destacando

---

<sup>1</sup> Regulamento da Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da UMAIA

o desenvolvimento profissional como um processo contínuo que visa aprimorar competências essenciais para atender às demandas da profissão docente. Após a sua conclusão, o RPES deverá ser apresentado e defendido publicamente perante um júri, de forma a darmos formalmente por concluído todo o processo.

### **3.3 A escola cooperante: lugar de prática**

O conhecimento acerca do contexto físico, social e cultural permite um planeamento mais preciso, considerando as infraestruturas desportivos e os materiais disponíveis e as características dos estudantes (Seabra et al., 2016).

É, portanto, importante conhecer e analisar previamente o contexto da escola cooperante de forma a podermos iniciar o nosso planeamento. A Escola Secundária Rocha Peixoto (ESRP), localizada na Praça Luís de Camões, Póvoa de Varzim, é um exemplo de uma instituição integrada numa comunidade reconhecida pelo seu apoio ao desporto e à atividade física. O município é conhecido pelo seu compromisso com boas práticas na área do desporto, incluindo a organização de programas de atividade física e a promoção de sustentabilidade ecológica.<sup>2</sup> Fazendo justiça ao que foi dito anteriormente, de referir ainda que o município beneficia de um leque alargado de entidades desportivas e infraestruturas, como o Estádio do Varzim Sport Clube e o Pavilhão Municipal.

Desta maneira, na ESRP existe um impulso pedagógico pela conexão que se estabelece entre a escola e as entidades formadoras do município e os recursos desportivos à disposição da sua população. Isto significa que a própria escola procurou ao longo do tempo munir-se de infraestruturas e de equipamento desportivo necessário que fossem de encontro à oferta e cultura desportiva do município, incentivando essas práticas desportivas aos alunos, para além de ativamente estabelecer protocolos com outro tipo de organizações para que os seus alunos pudessem ter acesso a outro tipo de experiências desportivas ainda inviáveis na escola.

A ESRP foi fundada em 1924<sup>3</sup> e oferece uma ampla gama de cursos desde o 7º ano até ao 12º ano, incluindo opções Científico-Humanísticas e Cursos Profissionais. Esta tem a missão de promover o sucesso escolar dos alunos através de processos de ensino rigorosos e de qualidade, focando no desenvolvimento integral do aluno.<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> <https://www.cm-pvarzim.pt/municipio/distincoes-municipio/municipio-amigo-do-desporto/>

<sup>3</sup> <https://www.esrpeixoto.edu.pt/escola/resenha-historica>

<sup>4</sup> <https://www.esrpeixoto.edu.pt/oferta-formativa>

A escola tem a missão de desenvolver processos de ensino e aprendizagem pautados pelo rigor, eficiência e qualidade, com o objetivo de otimizar o sucesso escolar dos alunos, promovendo o desenvolvimento integral de cada indivíduo nas suas várias dimensões: psicológica, social e académica. A ESRP propõe-se, assim, a oferecer uma formação diversificada e a implementar atividades de enriquecimento curricular e pessoal que atraiam, envolvam e satisfaçam toda a comunidade educativa. Possui também a visão de ser uma escola de referência como uma comunidade ativa para o sucesso educativo, académico, cultural e desportivo dos seus alunos, destacando-se pela inovação nas propostas e práticas pedagógicas, e na formação de cidadãos críticos, conscientes e empreendedores.<sup>5</sup>

A nível das suas infraestruturas desportivas e materiais, a ESRP dispõe de cinco espaços, a Piscina, o Pavilhão, o Campo Sintético, o Campo Preto e o Norte Verde.

A Piscina possui 20 metros de comprimento com uma altura de 1,70m e permite a prática da natação ou polo aquático. Nesse local, devidamente enquadrados com a modalidade, pode-se encontrar vários materiais como os pullbuoys, placas de diferentes tamanhos, tubos de esponja, argolas, balizas, entre outros.

O Pavilhão é normalmente dividido em dois espaços, em que um deles possui um terço e do outro lado naturalmente dois terços. O espaço contempla seis tabelas de basquetebol, duas balizas de futsal, bem como linhas que delimitam o espaço de diferentes cores conforme as várias modalidades, como são exemplo o andebol, basquetebol, voleibol, badminton ou futsal. É no ginásio onde se situam as arrecadações que contemplam os mais variados materiais para a realização das modalidades desportivas. É realmente muito significativa toda a quantidade de material que a escola tem capacidade de disponibilizar para os seus alunos, como são exemplo as bolas de todas as modalidades já mencionadas, raquetes e volantes de badminton, fitas de diferentes cores, e uma grande quantidade de sinalizadores, cones e marcadores todos eles com diferentes cores, balizas de futebol de cinco transportáveis, arcos, barreiras, cintos de tag rugby, mini trampolim entre muitos outros exemplos que poderia descrever.

O campo sintético possui dimensões e duas balizas de um campo de futebol de sete com linhas que delimitam naturalmente o normal funcionamento de um jogo de futebol. É ainda assim um espaço onde é possível, com as devidas adaptações, lecionar outras modalidades como o rugby ou o atletismo. Contempla também uma pista reta de atletismo com caixa de areia onde os alunos podem realizar salto em comprimento.

---

<sup>5</sup> <https://www.esrpeixoto.edu.pt/escola/documentos-estruturantes-da-escola>

O Campo Preto num espaço onde o solo é alcatrão, possui uma área equivalente à do pavilhão com quatro tabelas de basquetebol e seis balizas de andebol/futsal onde na esmagadora maioria das situações se praticam essas mesmas modalidades.

O Norte Verde também com o solo alcatroado, mas num espaço reduzido a cerca de metade, possui igualmente quatro tabelas de basquetebol e duas balizas de futsal/andebol onde se dá primazia ao ensino de basquetebol. É dotado ainda de um conjunto de equipamentos que visam o fortalecimento muscular.

### **3.4 Caracterização do núcleo da PES**

Em qualquer meio profissional ou até pessoal revela-se importantíssima a existência de uma relação de constante comunicação, cooperação e entreaajuda com os elementos que lidamos diariamente, nomeadamente aqueles com que o fazemos com uma inevitável proximidade. Foi neste enquadramento que o nosso núcleo constituído por quatro EE, Daniel Rodrigues, José Pereira, Carlos Vasconcelos, eu, Adriano Pereira, um OC, professor Pedro Gregório, e uma SV, professora Patrícia Gomes, nos fomos relacionando com o passar do ano letivo.

Relativamente aos meus colegas EE, existia a curiosa particular de termos grandes semelhanças no que à nossa experiência desportiva dizia respeito. Todos tínhamos uma grande experiência relacionada com o futebol, sem ter uma quantidade significativa de experiência prática em outras modalidades, com a exceção do Daniel que teve uma breve passagem pelo atletismo. Seria, portanto, de esperar uma grande homogeneidade de opiniões e ideias que facilmente se pudessem convergir, colocando-nos de acordo na grande maioria das situações. Não sendo isto, na minha opinião, necessariamente algo positivo numa perspetiva de aprendizagem de longo prazo. Porém, revelaram ser bastante prestáveis no sentido de procurarem sempre dar a sua ajuda e opinião nas mais variadas tarefas a que fui sujeito, tanto em contexto de reflexão grupal, onde felizmente, existiu em muitas situações um confronto saudável e necessário de ideias diferentemente válidas, quer em contexto específico, quer em diferentes momentos, pelos vários elementos, que participavam com a sua valiosa contribuição. Pertinente referir que os meus colegas se destacaram claramente para mim, muito para além da vertente profissional, pela forma como me ajudaram e apoiaram em vários momentos delicados durante o percurso. Foram uma grande mais valia e estou plenamente convicto de que formei uma excelente e valiosa relação profissional e pessoal com todos eles, na mesma medida. O OC destacou-se pela sua vasta experiência e pelo forte suporte que ofereceu desde o início. Demonstrou confiança nas minhas capacidades, o que me ajudou a adquirir, especialmente no início, a segurança

necessária para realizar o meu trabalho. Ao mesmo tempo, soube manter-me constantemente estimulado, incentivando-me a identificar e a trabalhar as minhas áreas de melhoria. Caracterizou-se também pela sua recetividade a novas ideias, dando-nos total liberdade para implementarmos unidades didáticas, aulas ou exercícios que contemplassem modelos, metodologias ou estratégias de ensino inovadores. Foi também alguém que sempre me escutou, tentou compreender os meus pontos de vista e sempre procurou por via da partilha e confronto de ideias alavancar o meu crescimento enquanto profissional. Esta foi, portanto, uma relação que me permitiu ter uma evolução aberta aquilo que foram sendo as minhas perceções ao longo do ano, mas sempre com algum foco naquilo que eram as prioridades de aprendizagem que o professor atribuía por toda a sua experiência. Tanto ao nível do controlo das turmas e das diferentes estratégias para o efeito, como ao nível do conhecimento mais específico das modalidades, entre outros aspetos. A professora SV teve, naturalmente, também um papel preponderante no meu processo evolutivo. Ainda que a sua participação tenha sido momentânea, em especial nos seus três momentos de intervenção e avaliação das nossas aulas, foram momentos que intitulo como muito preciosos. Valorizo muito toda a frontalidade que teve para comigo revelando erros e situações a melhorar que nem eu próprio pela minha reflexão, naqueles momentos, ainda teria sido capaz de identificar. Foi também mais um elemento que me permitiu ter resposta a dúvidas pertinentes que surgiram no âmbito do trabalho que foi sendo desenvolvido.

Durante o ano de PES, o NPES revelou-se, portanto, essencial para o meu desenvolvimento contínuo. O núcleo no qual participei sempre funcionou de maneira eficaz, com colaboração e cooperação crítica e construtiva, no que diz respeito ao planeamento, às ações e às decisões necessárias para um crescimento constante.

## **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**

De forma a ser possível planear todos os procedimentos necessários a adotar para ser capaz de cumprir a minha função de professor, com a maior competência e rigor possível, foi imperativo procurar entender e reunir todas as informações importantes pelas quais tive que me reger durante o ano letivo. Significa isto que ser professor não é ensinar por ensinar, mas sim ensinar consoante normas, procedimentos e consensos que já estão previamente estabelecidos e que se coincidem na missão de proporcionar aos alunos uma experiência inteiramente rica, no que à sua evolução pessoal e profissional diz respeito.

Logo de início, enquanto núcleo, fizemos uma pequena visita à escola em que o nosso OC nos deu as primeiras noções em relação ao seu funcionamento. Destacaram-se aqui as informações em relação à organização do núcleo perante as turmas em que tinha ficado encarregue de dar aulas, além de algumas informações mais específicas e práticas sobre essas turmas, informações sobre as infraestruturas e materiais, sobre a dinâmica quotidiana dos professores de EF. Também nos deu a conhecer qual a verdadeira missão e visão que a escola tinha para os seus alunos.

Na reunião inicial, de preparação do ano letivo, foram debatidas as modalidades que as turmas de cada ano deveriam ter para além da definição dos períodos onde se iriam inserir, bem como as atividades extracurriculares que poderíamos realizar ao longo do ano que se organizavam no Plano Anual de Atividades (PAA). De salientar que sempre me proporcionaram um papel ativo nestes debates, onde apesar da minha pouca experiência e estranheza para com o meio em que me envolvia, pude participar na definição de alguns exercícios critério, que eram determinados pelo grupo de EF para os contextos de avaliação. Mais concretamente, colaborei na definição de exercícios de futebol que pudessem ser utilizados pelos professores nas turmas de 8º e 9º anos com o objetivo de procederem à sua avaliação. Fomos solicitados para esta tarefa pela nossa experiência no futebol, tentando com esse conhecimento garantir exercícios adequados ao nível que entendemos provável nesses anos de escolaridade bem como algumas adaptações caso o patamar da turma fosse superior ou inferior.

À medida que a nossa adaptação inicial seguia o seu ritmo e eu começava a ter cada vez mais informações em relação ao ano letivo, fui atribuindo a devida importância aos documentos orientadores que devem ser seguidos. Destaco evidentemente as Aprendizagens Essenciais (AE), que se constituíram um documento imensamente importante, e que foi um verdadeiro pilar na conceção do meu conhecimento. Isto na medida em que possuía uma base de informações simples e de fácil acesso para uma melhor planificação das Unidades Didáticas. O Projeto Educativo e o Regulamento Interno foram igualmente relevantes com o intuito de compreender as verdadeiros objetivos e modos de proceder que a escola possuía, mostrando as informações necessárias para que me pudesse adaptar ao ambiente institucional. Também mencionar o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO) que define os valores e princípios na qual o professor deve orientar todo o seu processo de ensino.

#### ***4.1.1.1 Modelos de Ensino***

Os modelos de ensino podem ser entendidos como uma estrutura abrangente que organiza o processo de ensino e aprendizagem, ligando estratégias pedagógicas a determinadas orientações educativas, baseadas em princípios teóricos de intervenção pedagógica (Metzler, 2017). Assim, funcionam como uma ferramenta de apoio, promovendo a aprendizagem dos alunos de maneira mais eficaz (Metzler & Colquitt, 2021). Por conseguinte, de forma a atingir com maior facilidade os objetivos a que nos propusemos tendo em conta as diferentes realidades decidi utilizar o Modelo de Instrução Direta (MID) e o Modelo de Educação Desportiva (MED).

Ao longo do ano anterior em que tivemos várias unidades curriculares como preparação para este ano da PES, fomos, enquanto turma, estudando, refletindo e experimentando vários modelos de ensino. Entre todos os que tivemos a oportunidade de conhecer e aprofundar aquele que me suscitou uma maior curiosidade foi o MED, essencialmente por ser um modelo centrado no aluno, pela vertente competitiva estruturada, pela valorização do Fair Play e pela possibilidade de poder ser combinado com outros modelos também bastante interessantes do ponto de vista da aprendizagem dos alunos. Foi, além disso, o modelo que tive a oportunidade de lecionar na prática aos meus colegas da UMAIA no ano anterior e, portanto, sentia um maior conforto na sua aplicação em detrimento de outros modelos.

O MED é um modelo de ensino criado de forma a poder providenciar aos alunos uma experiência desportiva em contexto de escola que seja autêntico e educacionalmente rico (Metzler, 2017). Não se constitui como um modelo apenas para ensinar desporto na perspetiva de ensinar a praticá-los, tendo que ser visto de uma maneira muito mais ampla onde os vários

valores associados ao desporto têm grande importância. Isto inclui trabalho de equipa, cooperação, tradições, ética associados logicamente às modalidades que lecionei ao longo do ano. De acordo com Siedentop (1994) os três grandes objetivos do modelo passam por criar pessoas desportivamente competentes com qualidade suficiente para participar em jogos de forma satisfatória com algum conhecimento do jogo, que tem literacia desportiva e que entende as regras, rituais, tradições do desporto conseguindo distinguir as boas práticas desportivas das más e serem entusiásticos no que diz respeito ao desporto, comportando-se de forma a servir, proteger e melhorar a cultura desportiva. Segundo o mesmo autor determinadas características como sendo uma época desportiva, afiliação em equipas, quadro competitivo, registo de resultados, festividade e evento culminante. Os alunos têm neste modelo a oportunidade de realizarem outro tipo de funções como treinadores, diretores da equipa, árbitros, analistas entre outros exemplos.

Nas UD's em que apenas tive 8 aulas no total senti que não existiam condições em termos temporais para a execução deste modelo. Aliado a isso eram modalidades em que a técnica acabava por ser o principal domínio motor que os alunos teriam que utilizar de forma a serem bem-sucedidos na sua aplicação. Com isto, atendendo às dificuldades que as turmas demonstraram nas avaliações diagnósticas decidi avançar para a implementação do MID. A dança, por exemplo, foi uma modalidade em que praticamente nenhum aluno tinha vivenciado experiências no passado e com o curto espaço de tempo disponível todas as aulas tinham que ser de grande aproveitamento e aprendizagem pelo que pretendia ser eu a controlar esses momentos de forma a garantir que os alunos chegassem devidamente preparados ao momento de avaliação sumativa na última aula.

O MID é um modelo onde o professor desempenha um papel central conferindo ao aluno um grau reduzido de autonomia (Hastie, 2012). A dinâmica que o envolve coloca o professor a instruir diretamente, guiando os alunos através de etapas muito bem definidas, com feedback contínuo até que sejam capazes de realizar a tarefa apresentada. Nas suas principais vantagens encontrava exatamente aquilo que necessitava naquele contexto muito específico. Assim, essa estrutura permite proporcionar um tempo de prática suficiente, além de garantir um melhor controlo e gestão tanto da aula quanto da turma (Metzler, 2017). Essa estrutura clara e organizada da aula ajudava-me a garantir que todos os alunos compreendessem o que precisavam de aprender, aumentando a eficiência no ensino de conteúdos que exigiam a memorização de determinadas ações, como na dança ou na ginástica acrobática. Além disso, permitia um melhor controlo do ritmo da aula, o que acabou por ser benéfico, pois aumentava

a probabilidade de todos compreenderem o conteúdo que eu pretendia transmitir naquele curto espaço de tempo disponível.

#### **4.1.2 Planeamento**

O planeamento constitui-se como um dos principais pilares para uma correta organização e gestão do ensino e aprendizagem. É nesta fase que pensamos e refletimos sobre quais os procedimentos a adotar para a prática a diferentes níveis. Bento (2003) destaca que o planeamento ocorre em diferentes níveis, nomeadamente o plano anual, a unidade didática (UD) e o plano de aula. O planeamento é essencial para direcionar o processo de ensino, permitindo que os alunos tenham acesso a aprendizagens significativas e adequadas às suas necessidades (Inácio, Graça, Lopes, Lino, Teles, Lima, & Marques, 2014). Dado que a educação é uma área repleta de imprevisibilidades, o professor deve esforçar-se para planear tudo o que estiver ao seu alcance, de modo a minimizar a probabilidade de imprevistos. Assim, o planeamento é um elemento indispensável em qualquer processo de ensino e aprendizagem.

##### ***Plano Anual***

Em relação ao primeiro nível de planeamento Bento (2003, p.59) afirma que “um plano anual é um plano de perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas.” A nível anual, a escola facultou-nos, desde o início, as modalidades a serem lecionadas para cada ano de escolaridade, assim como o respetivo local, naturalmente, relacionado com a gestão e acessibilidade dos espaços. Também nos foi fornecida uma lista com todos os dias importantes, durante os quais seriam realizadas certas atividades relacionadas com a EF. Nessas, teríamos igualmente um papel relevante, seja ajudando no planeamento ou na execução das atividades. Assim, o nosso protagonismo no que diz respeito ao planeamento anual foi reduzido.

Ficou definido que, na escola, as matérias seriam organizadas por blocos, os quais colocam o ensino em segmentos específicos e contínuos ao longo de um período de tempo definido, permitindo uma progressão gradual e estruturada das aprendizagens. Os espaços atribuídos às aulas seriam mantidos de forma consecutiva durante o período em que cada modalidade estivesse a ser lecionada. Com esta organização de planeamento, quando diferentes turmas ocupavam diferentes espaços e modalidades, assegurava-se a utilização e disponibilidade do material específico necessário para cada modalidade.

Na reunião inicial, estipulou-se ainda que, em caso de mau tempo que inviabilizasse as aulas nos espaços exteriores, haveria uma prioridade na utilização dos espaços interiores. Desta forma, saberíamos que em certas situações poderíamos acionar o plano B, contemplando uma aula num espaço alternativo ou, eventualmente, uma aula teórica numa sala de aula.

Relativamente ao 11º ano, a primeira turma atribuída para o primeiro período, foi decidido que seriam realizados os testes FITescola, juntamente com Voleibol e Dança - Aeróbica e Merengue. No segundo período, já com o 12º ano, os alunos realizavam os testes FITescola e de seguida, era lecionada a Ginástica Acrobática, juntamente com a Dança - Chácháchá. No terceiro período, com o 8º ano, ficaram definidas as modalidades de Natação e Futebol.

### ***Planeamento de UD***

Tendo então o planeamento anual devidamente estruturado passamos a direccionar a nossa atenção para as Unidades Didáticas, das modalidades que iríamos lecionar às nossas turmas. A UD pode ser entendida como um agrupamento de aulas dedicadas a uma modalidade específica, abrangendo toda a organização pedagógica necessária para o seu ensino (Bento, 2003). No caso das minhas modalidades procurei reunir toda a sua informação pertinente, como as principais regras da modalidade, principais elementos técnicos, informação tática associada ao jogo, informação em relação à pedagogia da modalidade em contexto escolar, de forma a preparar-me o melhor possível para as aulas que iria lecionar. De ressaltar nessa estruturação a importância da avaliação diagnóstica com o intuito de compreender o nível de turma. A UD deve ser elaborada considerando o nível da turma e os objetivos a serem alcançados (Quina, 2009). A partir dessa compreensão poderia delinear o rumo mais enquadrado, definindo claramente quais os objetivos para a respetiva turma, juntamente com os planos de ação e metodologias a considerar. Para a definição desses objetivos, realizamos a AD tendo por base as diretrizes da escola juntamente com os documentos das aprendizagens essenciais. Com o propósito de garantir uma estrutura de planeamento mais aberta e centrada nos alunos procurei utilizar o modelo de *backward design* (Wiggins et al., 2005). Assim, tive em conta para além do *Big Picture Goal* e restantes objetivos de aprendizagem pertinentes, a caracterização do contexto e o plano de avaliação a realizar ao longo da unidade. Na caracterização era crucial compreender claramente o número de alunos e restantes características, número de aulas disponíveis, espaços a utilizar, materiais à disposição. Na vertente da avaliação procurei enquadrar todos os momentos de avaliação na UD, referindo alguns objetivos que pretendia visualizar em cada um dos momentos e diferenciando as dimensões cognitiva, socio afetiva e motora. Por fim reservava se necessário um espaço de observações, para outro tipo de questões

específicas da turma que pudessem surgir, como por exemplo alunos com Necessidades Especiais, que não foi o caso nas minhas turmas. Este trabalho permitiu-me elaborar a UD, no sentido de alocar as aulas à respetiva matéria a lecionar consoante os registos e reflexões conseguidas na AD. Para cada aula era definido com clareza os conteúdos a abordar, para atingir os objetivos de aprendizagem expectáveis, a função didática, as situações de aprendizagem e a avaliação a considerar, bem como os recursos necessários para a aula. Foi difícil, principalmente numa fase inicial do ano letivo, ter a capacidade para considerar todos estes aspetos e ao mesmo tempo conseguir enquadrá-los com lógica e organização na UD. Com o avançar do ano letivo trazendo um maior aporte de experiência na realização de UDs e respetiva reflexão, juntamente com as visitas da SV que nos iam transmitindo os seus conhecimentos, fui capaz de desenvolver UDs mais completas e com conteúdo mais pertinente. De referir a importância de não considerar uma UD um produto finalizado, mas sim algo sempre sujeito a ajustes. Procurei garantir sempre momentos de reflexão com a perspetiva de poder adaptar as minhas UDs consoante os sinais e comportamentos que os alunos iam trazendo para as aulas. Nem tudo acontece mediante a expectativa inicial e o professor deverá constantemente questionar que tipo de alterações poderá fazer de forma a adaptar o processo de ensino às necessidades atualizadas dos seus alunos.

### ***Planeamento de Plano de Aula***

Uma das tarefas que me proporcionou excelentes momentos de aprendizagem e reflexão foram sem dúvida a elaboração dos planos de aula. O modelo utilizado foi o tripartido, conforme sugerido por Quina (2009), que organiza o plano de aula em três fases: a parte inicial, a parte principal e a parte final.

O cabeçalho incluía informações gerais sobre o plano, como o número da aula enquadrado na UD, a data, hora, tempo útil da aula, a turma, o material necessário, o local, a função didática e os objetivos gerais da aula. O plano estruturava-se normalmente em cinco colunas das quais pertencia a parte fundamental da aula, duração de cada atividade, objetivos de aprendizagem, situação de aprendizagem com explicação e esquema dos exercícios a realizar e os critérios de êxito.

Numa fase inicial, senti uma certa dificuldade na delimitação de objetivos. Não tinha, até ao momento, experiência para adaptar os objetivos às necessidades de determinados alunos e os meus objetivos, em certos momentos, não se centravam na aprendizagem dos alunos. A juntar ao referido, as modalidades que me foram atribuídas eram relativamente novas para mim e, numa fase prematura, ainda não tinha a bagagem de conhecimento necessária. Tive que ser

bastante rigoroso na pesquisa e procura de informação, na tentativa de proporcionar aos alunos atividades de aula que fossem ao encontro das suas necessidades, mantendo uma boa gestão de aula e a turma motivada e alegre.

Conforme fui adquirindo mais experiência, a qualidade dos planos foi igualmente melhorando. Conseguia, a partir de certo momento, considerar o plano de aula como uma base bem estruturada com um plano inicial, mas também já com possíveis soluções para determinadas ações que ocorressem na aula, fosse a falta de alunos e a respectiva modificação da estrutura dos exercícios, fosse a percepção de que um determinado exercício era demasiado fácil ou difícil para a turma ou para um conjunto de alunos. Nestas situações, estava devidamente preparado com outras soluções. Estes são pontos importantes, tendo em conta a natural falta de experiência dos estagiários, que ainda não possuem a capacidade de adaptar o plano de aula com fluidez e eficácia.

Após a aula, efetuava uma reflexão por escrito de forma a analisar e avaliar o impacto da aula na aprendizagem dos alunos. após a sua aplicação. Este foi um processo que me permitiu identificar o que funcionou bem, o que podia ser melhorado e que estratégias pedagógicas seriam eficazes ou ineficazes. Além disso, ajudou-me a entender como os alunos responderam às atividades, podendo, com estas conclusões, ajustar a aula seguinte às suas necessidades.

### **4.1.3 Realização**

#### ***4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica***

O processo natural de correlação entre ensino e aprendizagem pressupõe a transição da teoria, desenvolvida durante o planeamento, para a prática. Um bom planeamento é um excelente arranque nesse processo, mas necessita de complementos adicionais para ser plenamente eficaz. São exatamente esses complementos que na intervenção dão um seguimento natural, mas muitas vezes adaptado a todo o trabalho realizado de antemão. Dessa forma, as dimensões da intervenção pedagógica podem ser classificadas em quatro categorias principais: instrução, gestão, clima e disciplina (Siedentop, 1994).

## ***Instrução***

A instrução desempenha um papel crucial no desenvolvimento do conhecimento dos alunos, tornando esses momentos de grande relevância no processo de ensino e -aprendizagem. Como destaca Quina (2009), é por meio da instrução que o professor não só motiva, mas também orienta os alunos quanto às atividades que irão realizar. Nesse sentido, o docente deve considerar a importância dessa dimensão na aprendizagem, garantindo explicações claras sobre o que será feito, justificando a sua importância, e mostrando aos alunos como poderão alcançar o sucesso nas tarefas propostas.

Rosado e Mesquita (2009) descrevem a instrução como o processo de comunicação do conteúdo, o que inclui geralmente explicações, demonstrações, questionamento e fornecimento de *feedback*. Para qualquer um destes segmentos de intervenção fica clara a importância que o comunicar, seja de forma verbal ou não verbal, tem na nossa profissão. É, portanto, uma fase do processo de ensino e aprendizagem em que o professor deverá sentir-se confortável nos seus conhecimentos além de confiante. O meu passado com alguma experiência na vertente do treino garantiu-me inicialmente este conforto e foi sempre com bastante naturalidade que abordei todos os momentos da instrução, com tendência evolutiva durante o ano letivo.

Desde a minha primeira aula procurei garantir breves momentos para uma instrução inicial onde explicava que exercícios os alunos iriam fazer ao longo da aula, dando predominância aos objetivos que pretendia observar. Inicialmente, acabava por me perder nas meras descrições dos exercícios, tornando estes momentos extensos desnecessariamente, porque no início de cada atividade voltava a repetir a informação. Mas rapidamente compreendi que teria que ser muito mais célere e eficaz neste momento, abordando só alguns aspetos chave que pretendia ver para o sucesso dos alunos. Com o menor tempo de instrução inicial, a atenção dos alunos aumentava consideravelmente e ganhava tempo para um maior tempo de prática durante a aula. Desde cedo compreendi que uma explicação pouco clara levantava dúvidas, muitas vezes, até superficiais, e de fácil entendimento, o que me obrigava a ter que repetir novamente a informação, perdendo o dobro ou até o triplo do tempo expectável. Portanto, pormenores como a minha posição perante os alunos para garantir que todos me escutavam, a utilização de palavras chave, a clareza e confiança na informação resumida, bem como uma boa colocação de voz, foram fatores absolutamente determinantes para o meu sucesso nesta dimensão.

Uma boa explicação de um exercício deverá sempre andar de mãos dadas com uma igualmente competente demonstração. Segundo Quina (2009), a demonstração é uma maneira eficaz de apresentar tarefas, pois proporciona uma visão geral da atividade a ser realizada, permitindo observar as diferentes fases da tarefa e destacar os detalhes mais relevantes. Ficou, então, desde

muito cedo, perceptível a maior facilidade que os alunos tinham em realizar as tarefas propostas após uma demonstração. Após essa conclusão procurei aliar a explicação com a demonstração, uma estratégia que se tem mostrado eficaz, especialmente em tarefas de natureza motora (Rosado & Mesquita, 2009). Enquanto explicava o exercício, já tinha o material preparado e pelo menos alguns alunos posicionados corretamente, de modo que pudessem realizar as instruções que eu ia dando de forma gradual.

Outro ponto incontornável associado aos momentos da instrução diz respeito à qualidade e pertinência dos *feedbacks*. Os alunos ao realizarem os mais variados exercícios não têm na grande maioria das vezes a consciência de como estão exatamente a realizá-lo. Seja pela incapacidade de conseguirem observar os seus movimentos, pela sua falta de conhecimento, entre outro tipo de justificações que se possam encontrar, é imperativo que o processo de ensino e aprendizagem seja de constante interação entre professores e alunos.

### ***Organização e Gestão da Aula***

A gestão envolve a criação de um plano de ação pelo professor, abrangendo várias tarefas, como a organização dos materiais, o controle dos alunos e a administração do tempo (Vassiliadou et al., 2009). Uma das minhas grandes preocupações nos momentos que antecediam as aulas era garantir que tinha tudo programado de forma a ter uma aula dinâmica e fluída, que tivesse o mínimo de paragens desnecessárias. De maneira a poder cumprir com este objetivo foi primordial a minha tentativa de gerir o melhor possível o tempo de tudo o que se associava à minha aula. Neste sentido, as minhas grandes prioridades basearam-se na tentativa de colocar exercícios que, ainda que fossem diferentes, tivessem estruturas semelhantes, para além de manter os grupos definidos. Estas estratégias asseguravam que a transição entre atividades fosse mais simples, onde os alunos não tinham que sair das suas posições, nem efetuar trocas de coletes. A principal dificuldade nesta dimensão foi garantir que a aula começava dentro do horário que estava delineado. Os alunos atrasavam-se e, na maioria das vezes, chegavam em pequenos grupos, uns atrás dos outros, com alguns ou vários minutos de atraso. No início pela minha inexperiência, por não estar habituado a esta situação, e pretender que todos os alunos iniciassem a aula em simultâneo, procurava aguardar o máximo de tempo possível tentando que todos estivessem presentes no momento inicial da aula. À medida que fui refletindo juntamente com o meu OC e colegas do NPES compreendi que deveria iniciar a aula logo que uma quantidade de alunos razoável estivesse presente, procurando introduzir os restantes da melhor maneira possível, considerando o que previa no planeamento. Caso a parte inicial fosse a meu

ver completamente indispensável, garantia que os alunos que já tivessem chegado iniciassem com alguma outra atividade relacionada com a aula.

A gestão do material não se resume apenas à escolha dos materiais a serem usados durante a aula. Além de garantir que todo o material necessário esteja disponível para evitar idas à arrecadação no decorrer da aula, é essencial que, sempre que possível, os materiais já estejam posicionados nos locais adequados, ou próximos deles para facilitar as transições entre exercícios. A disposição prévia dos materiais no espaço não só evita aglomerações, mas também poupa tempo com o seu transporte. Para tal, é necessário um planejamento meticuloso, idealizando a aula com antecedência. Uma das estratégias que se mostrou eficaz foi a criação de um esquema da aula, indicando onde cada material deveria ser colocado. Também recorri ao uso de sinalizadores de diferentes cores para tarefas distintas, o que ajudou os alunos a orientarem-se no espaço de forma mais eficiente.

A nível da gestão dos alunos procurei maioritariamente dividi-los por grupos heterogêneos na tentativa de que, em primeira instância, fossem equilibrados e houvesse uma saudável competitividade em situações de jogos, ou exercícios em que os vários grupos pudessem competir. Num segundo ponto de vista, era minha intenção que os alunos com maiores conhecimentos e capacidades fossem estimulados a participar ativamente na melhoria da qualidade individual e dos colegas, oferecendo ideias, pontos de vista e estratégias que pudessem ser aplicados em exercícios de aula, ou em jogos para ajudar o grupo ou equipa a tornar-se mais forte. De referir que a diferença entre os alunos que tinham mais capacidades e a média geral da turma, não era muito significativa, o que tornou bastante mais fácil este modelo de organizar os grupos de forma heterogênea.

### ***Clima***

O clima da aula desempenha um papel crucial na motivação dos alunos, havendo uma ligação positiva entre esse ambiente e a disposição dos alunos para aprenderem durante as aulas de EF (Todorovich & Model, 2005). Cabe, portanto, ao professor criar um ambiente favorável que promova o envolvimento dos alunos e a cooperação mútua, favorecendo o sucesso da aprendizagem. Como afirmam Mayer e Costa (2017), uma relação saudável entre professor e alunos é essencial para prevenir o surgimento de sinais de desinteresse por parte dos alunos em relação à aprendizagem. Nesta lógica, procurei sempre compreender o ponto de vista dos alunos e ajustar as minhas ações de acordo com as suas necessidades. A disponibilidade demonstrada para conversar com eles, tanto antes como após as aulas, assim como o interesse em acompanhar as suas atividades extracurriculares, foi fundamental para estabelecer uma relação

de proximidade. Aos poucos, os alunos perceberam que me interessava pelo que acontecia nas suas vidas, fora do ambiente restrito da aula, o que contribuiu para um clima de aula cada vez mais positivo. Situações de conflito entre alunos foram extremamente raras e quando era o caso acabavam por ser também algo superficial e de fácil resolução, fosse através de alguma penalização em termos de pontuação, uma conversa ou uma chamada de atenção mais assertiva. Importante também para um clima positivo, que as aulas sejam dinâmicas e essencialmente prazerosas para os alunos. De acordo com Quina (2009), para garantir um ambiente positivo durante as atividades, é essencial que os alunos as vivenciem com alegria, satisfação e diversão. Portanto, a escolha dos exercícios procurava seguir uma lógica competitiva associada, sempre que possível, a exercícios em formas jogadas, ou no caso das modalidades mais estruturadas colocar uma grande variedade de exercícios, evitando assim ao máximo a monotonia e o desinteresse.

### ***Disciplina***

A disciplina abrange as ações e estratégias adotadas pelo professor para incentivar ou modificar comportamentos de forma a promover condutas apropriadas (Aranha, 2004). Ainda antes do início da PES, pensava regularmente sobre como conseguir manter os alunos com bom comportamento, mas, principalmente, como reagir em situações de comportamentos desviantes, faltas de respeito, ou até situações que pudessem ser consideradas muito graves. No caso da primeira turma, com o 11º ano rapidamente cheguei à conclusão que era uma turma com alunos muito bem-educados, com gosto e motivação pela atividade desportiva, com objetivos claros de procurarem obter a melhor classificação possível para os seus objetivos pessoais. Foi, portanto, uma turma acessível nesse aspeto em que praticamente não existiram comportamentos desviantes, com apenas alguns excessos de euforia por via do modelo de ensino privilegiar a competição. Tinha desde logo a estratégia de retirar pontos às equipas que tivessem comportamentos que não se coadunassem com o pretendido, o que foi suficiente para manter a ordem e a fluidez na aula. No caso do 12º ano, era uma turma claramente com outro tipo de características, com alunos menos motivados para com a própria avaliação, e com um historial de comportamentos desviantes. Mas, desde logo, compreendi que os alunos tinham gosto pelas modalidades e pela prática de atividade física no geral. Percebi que uma postura mais autoritária para com esta turma não daria grandes resultados. Optei por restringir ao máximo situações que pudessem levar a conflitos, tentando aumentar ao máximo o tempo de prática de aula, e dialogando com eles constantemente, de forma a procurar associar os objetivos da UD aos seus gostos e opiniões. Procurei desta forma, manter uma relação próxima, mas, ao mesmo tempo,

de respeito e comprometimento da parte dos alunos. No 8º ano, já pelo que vinha a observar e refletir com os meus colegas e OC, senti novamente necessidade de alterar por completo a minha postura em aula. Uma turma muito enérgica, muito faladora, que originava, por estas características, um funcionamento de aula diferente. Nesse caso, optei por uma postura mais assertiva, com regras claras e bem definidas, como a perda de pontos para equipas com comportamentos inadequados. Usei um tom de voz firme, que os alunos reconheciam como um sinal de que precisavam mudar a sua atitude. Além disso, defini as equipas de modo estratégico, considerando as relações entre os alunos, evitando conflitos e formando grupos que incentivassem o melhor de cada um, especialmente no que diz respeito à responsabilidade para com a equipa. Os alunos compreenderam todos o seu papel na aula, tendo a perceção de que as equipas contavam com eles para em cooperação atravessarem juntos o caminho do sucesso.

#### **4.1.4 Avaliação**

Olhar para a avaliação significa visualizarmos um dos sustentáculos da educação. Ela ajuda a perceber o quanto os alunos se desenvolveram perante os objetivos estabelecidos, ajuda na atribuição de *feedbacks* mais relevantes e específicos, nas várias tomadas de decisão em relação às aulas seguintes, entre outros pontos positivos que poderiam ser referidos.

Conforme refere Ferro (2019), a avaliação tem vindo a ser reconhecida como fulcral no processo de ensino e aprendizagem, manifestando um papel regulador e qualificador das aprendizagens e práticas de intervenção. Não deve, portanto, ser definida apenas como um quantificador das capacidades atuais dos alunos, mas sim um dos meios a utilizar para procurar que os alunos consigam atingir os objetivos que definimos. É, assim sendo, um processo contínuo no tempo que contempla ao seu lado uma constante reflexão acerca das dificuldades dos alunos, das suas condições motoras e psicológicas, daquilo que poderão atingir, entre outros pontos pertinentes, que se repercutirá no planeamento das aulas seguintes.

De forma a permitir que a avaliação cumpra com os pressupostos falados anteriormente, Simões et al. (2014) atribuíram três modalidades à avaliação: avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.

Durante todos os momentos de avaliação tivemos por base documentos consagrados como as aprendizagens essenciais e o PASEO bem como as documentações específicas das modalidades previamente enquadradas na escola.

#### ***4.1.4.1 Avaliação Diagnóstica***

Neste primeiro momento de avaliação tinha como principal objetivo compreender o real nível da turma para cada modalidade, para planear e estabelecer objetivos de aprendizagem para cada conteúdo ensinado (Gonçalves et al., 2016). Isso forneceu-me as ferramentas necessárias para definir com mais precisão e segurança uma Unidade Didática mais específica, que atendesse melhor às necessidades dessa turma. Naturalmente, realizava este momento de avaliação na primeira aula de cada modalidade. Nesse enquadramento, procurava que fosse uma aula, essencialmente, com exercícios em que o jogo estava inserido de alguma forma, e no caso das modalidades mais analíticas como as danças ou a ginástica utilizava os elementos gímnicos ou coreográficos mais simples de forma a poder ter uma perspetiva válida daquilo que os alunos conseguiriam fazer e com que qualidade, garantindo sempre a máxima segurança em especial no caso da ginástica acrobática. De forma a levar avante o meu objetivo com as aulas para além da minha observação fazia alguns registos de forma a ter toda a informação organizada e pronta a consultar no momento de refletir os moldes em que a restante UD seria feita. Focava-me essencialmente na técnica de execução das habilidades técnicas das modalidades, se cumpriam ou não com os requisitos táticos fundamentais para os jogos enquadrados nas modalidades das aulas e no caso da turma que nunca tinha visto anteriormente também tentava observar a sua personalidade e compreender de que forma os poderia juntar em grupos se fosse o caso e que possíveis estratégias eram possíveis de colocar em aula para produzir o máximo do potencial de aprendizagem dos alunos. No caso da primeira aula senti algumas dificuldades essencialmente pelo facto de não conhecer nenhum aluno da turma. Não senti grandes dificuldades na aplicação deste momento de avaliação com exceção da primeira aula que lecionei na PES. Ainda não tinha a experiência e a organização mental para me focar num determinado grupo de alunos sem perder de vista os restantes. Ainda me sentia um pouco perdido, com várias coisas a acontecerem ao mesmo tempo, demasiadas informações e pouca preparação para lidar com as mesmas. Com o tempo, consegui superar as dificuldades iniciais e melhorar a minha gestão em aula. Este processo de adaptação permitiu-me planear de forma mais eficaz, garantindo uma evolução contínua tanto minha quanto dos alunos.

#### ***4.1.4.2 Avaliação Formativa***

A AF é um processo contínuo que permite um melhor acompanhamento e monitorização da evolução e desenvolvimento dos alunos. Fui utilizando esta modalidade de avaliação ao longo

da UD procurando com ela comunicar o máximo possível com os discentes direcionando-os para o caminho de uma melhor e mais completa aprendizagem. É um momento que se caracteriza pelo uso de um feedback constante, tentando de forma clara orientar os alunos para que entendam o seu ponto atual, o que se pretende que aprendam e o que necessitam de fazer de forma a conseguirem alcançar o objetivo definido. Esta é uma avaliação que desempenha um papel crucial na adaptação ou modificação das estratégias utilizadas (Ferreira, 2018). Com isso em mente ao longo das aulas utilizei o feedback interrogativo promovendo a sua análise individual às ações que realizavam nos exercícios, fossem direcionadas para questões técnicas ou táticas. Além disso organizava as minhas aulas de forma a promover o trabalho de grupo ou em algumas situações a pares e procurava que ao invés de se avaliarem somente a sua prestação e comportamentos, também o conseguissem fazer perante o que os colegas iam realizando. Para além do questionamento mais comum procurei também colocar em aula atividades que promovessem de forma saudável e alegre uma classificação entre os grupos oferecendo à posteriori as respetivas justificações em momentos de debate e reflexão que certamente contribuíssem para o seu aumento de conhecimento. Uma principal dificuldade encontrada foi de facto, conseguir que alguns alunos associassem de forma evidente os seus comportamentos a uma determinada pontuação ou a um determinado feedback. Nesses casos há que ser muito claro e eventualmente trazer material de apoio que contenha o conteúdo de aula descrito com as respetivas pontuações ou até ter permissão de forma a obter vídeo dos alunos a realizarem determinados jogos os exercícios de forma a ser possível mostrar com mais clareza os erros cometidos e o que se deverá trabalhar a partir desse momento.

#### ***4.1.4.3 Avaliação Sumativa***

De modo a chegarmos a uma conclusão relativamente à evolução final dos alunos foi necessário realizarmos a avaliação sumativa. Esta tem como principal objetivo compreendermos se todo o conteúdo e conhecimento que transmitimos aos alunos é assimilado. Realizei este momento de avaliação sempre na antepenúltima e/ou penúltima aula de cada UD. Acabava por significar o resultado final de todo o trabalho realizado, permitindo a partir daí tirar as devidas ilações para a minha evolução. Para tal tinha a indicação por parte dos documentos facultados pela escola dos exercícios critério utilizados para avaliação em todas as turmas bem como a situação de jogo se fosse o caso de ser uma modalidade coletiva. Naturalmente que a situação de jogo deveria ser adaptada consoante o nível e habilidade dos alunos podendo até, numa eventualidade, acrescentar algum outro exercício que achasse pertinente de forma a ser mais

um suporte na avaliação dos alunos. Para tal utilizava uma ficha de registos com todos os conceitos técnico táticos que pretendia estar particularmente atento no momento da avaliação. Mediante a minha observação ia atribuindo uma classificação consoante os critérios que tinha para cada uma das habilidades ou ações estipuladas.

#### ***4.1.4.4 Autoavaliação***

Durante o processo de autoavaliação que realizámos ao longo das UD, houve momentos em que questionei os alunos sobre as suas ações, dificuldades, estratégias adotadas e pontos de melhoria. Ainda que estas reflexões informais tenham sido essenciais para acompanhar o desenvolvimento dos alunos decidimos também garantir uma análise mais aprofundada e estruturada num momento formal de autoavaliação. Este tinha o intuito de proporcionar um momento de autoanálise tentando refletir acerca do seu mérito consoante o seu desenvolvimento, desempenho nas aulas e comportamento.

## **5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE**

### **5.1 Atividades realizadas**

Abordando agora as atividades realizadas no âmbito da comunidade escolar, é importante referir que estes momentos nos permitem expandir a nossa prática para além do simples planeamento e execução de planos de aula. A diversidade dessas atividades contribui para o desenvolvimento de várias competências, como a comunicação e a capacidade de planeamento e organização de diferentes tipos de eventos. Além disso, proporcionam oportunidades para aumentar a nossa rede de contactos, o que pode ser útil tanto a nível profissional quanto pessoal, permitindo-nos interagir mais com a comunidade escolar e, assim, expandir as nossas experiências fora da sala de aula.

#### **Dia Europeu do Desporto na Escola – *Ultimate Frisbee***

No Dia Europeu do Desporto na Escola o nosso núcleo juntamente com outros professores da escola dirigiu-se ao Parque da Cidade da Póvoa de Varzim, de forma a podermos realizar uma pequena iniciação ao Ultimate Frisbee. Tínhamos como funções a gestão do material, a explicação e o acompanhamento da execução do lançamento do frisbee, bem como o controlo e a monitorização de toda a atividade. Esta teve o objetivo de proporcionar aos alunos uma experiência diferente associada ao desporto que foi recebida com muito agrado e satisfação. A mim deu-me a oportunidade de compreender um pouco mais sobre uma modalidade nova que poderei no futuro lecionar. Como aspetos positivos, destaco o facto de os alunos aprenderem e experimentarem uma nova modalidade, assim como, a oportunidade de socialização entre várias turmas.

#### **Dia Europeu da Pessoa com Deficiência**

No Dia Europeu da Pessoa com Deficiência tivemos a oportunidade de explicar, arbitrar e monitorizar os jogos estipulados. Foi benéfico termos trabalhado num contexto um pouco diferente e ter aprendido um pouco mais sobre modalidades como Goalball, Boccia e Voleibol sentado. O objetivo da atividade era sensibilizar os alunos para a temática da inclusão demonstrando algumas formas divertidas e plausíveis de serem realizadas em contexto de aula entre todos os alunos. Estes foram divididos em vários grupos e cada grupo participava na respetiva estação que representava um jogo ou modalidade diferente. Foi notória a envolvimento de todos os alunos nas várias estações ficando claro os vários momentos de diversão e acima

de tudo de compreensão do desporto numa outra perspetiva também ela bastante importante. Esta foi uma atividade pertinente para nós na medida em que em qualquer momento, durante o nosso caminho profissional, poderemos ter de utilizar este tipo de modalidades, estratégias e ensinamentos em aula de forma a promover a inclusão.

### **Caminhada Pedagógica**

Foi-nos proposta a elaboração de um aquecimento direcionado a um grupo da Escola de Música da Póvoa de Varzim, que iriam participar numa caminhada, envolvendo adultos e crianças, todos ligados à instituição de diferentes formas. Em grupo, seleccionámos exercícios simples e de fácil execução motora, como alongamentos dinâmicos, rotações articulares e movimentos de ativação muscular, focados em zonas do corpo como ombros e pernas na sua generalidade. Além de preparar fisicamente os participantes, propusemos atividades que incentivassem a interação entre eles, como danças acessíveis em grupo, com o objetivo de criar um ambiente positivo e manter as crianças alinhadas e motivadas durante todo o aquecimento. Decidimos então levar uma *playlist* de músicas e uma coluna alinhando os exercícios com o ritmo da mesma garantindo um melhor ambiente e alegria durante a atividade. No local tivemos um pequeno palco para facilitar a visualização da explicação e demonstração dos exercícios a realizar.

### **Atividade de Stand Up Padel**

Outra oportunidade que surgiu foi monitorizar uma atividade de Stand Up Paddle durante um evento de Educação Moral e Religiosa Católica. Várias escolas do distrito de Braga participaram no evento, que ocorreu no Parque da Cidade da Póvoa de Varzim, onde os alunos puderam usufruir de diversas atividades, incluindo a nossa. Ficámos responsáveis por gerir a dinâmica da atividade, assegurando que todos os participantes recebiam e utilizavam corretamente o material de Stand Up Paddle. Explicávamos sempre as principais regras de segurança e garantíamos, de forma constante, que todos os participantes seguiam as normas e respeitavam o tempo estipulado para a atividade. Esta tinha como objetivo proporcionar aos alunos uma experiência desportiva diferente do que normalmente encontram nas escolas, enquanto aprendiam sobre as principais características e técnicas da modalidade.

### **Atividade dia da escola**

No dia designado como Dia da Escola, fomos convidados a organizar uma atividade lúdica relacionada com a Educação Física, com o objetivo de proporcionar aos alunos um momento de diversão. Definimos que a atividade seria baseada em algumas habilidades técnicas de futebol, uma modalidade que verificámos ser muito apreciada no contexto escolar. Numa primeira fase, os alunos teriam que realizar o máximo número de toques na bola possível, sem deixar que a mesma caísse ao chão, podendo usar qualquer parte do corpo, exceto as mãos e os braços. Num segundo momento, teriam a oportunidade de rematar três vezes para uma baliza com uma manta perfurada, onde cada buraco correspondia a uma pontuação diferente, de acordo com o grau de dificuldade em acertar. Todas as pontuações foram registadas em Excel, para posteriormente apurarmos os vencedores da atividade. Ficámos encarregues de controlar os pontos, explicar a atividade e monitorizar o seu desenvolvimento.

### **Lecionar em diferentes ciclos de ensino**

Ainda durante este período fomos designados para lecionar, durante o período de um mês, algumas aulas a duas turmas do 5º ano de escolaridade da Escola Básica Flávio Gonçalves, também da Póvoa de Varzim. Foi, na minha visão, a atividade mais rica a nível do nosso desenvolvimento. Essa experiência permitiu-nos lidar com uma realidade bastante diferente, enfrentando novas dificuldades, exigências variadas e realizando reflexões distintas. Até ao momento nunca tinha lecionado aulas a alunos abaixo do 2º ciclo e foi com grande motivação que abracei a nova oportunidade de evolução. A principal dificuldade apresentada foi o controlo de turma. No ensino secundário sempre tive facilidade em garantir a atenção de todos os alunos. Contudo, os alunos do 5ºano revelaram-se muito mais irrequietos, com um comportamento completamente diferente, muito mais energia, muito mais descontrolo emocional e em alguns casos, com completa falta de motivação e interesse para com a disciplina. Rapidamente compreendemos que aplicar as mesmas estratégias usadas com turmas do 3º ciclo e secundário originaria efeitos totalmente diferentes. Por isso, foi necessário adaptarmos a nossa abordagem às necessidades específicas desses alunos e alcançar melhores resultados. Com isso em mente, tentamos sempre imprimir um grande dinamismo nas aulas para minimizar as interrupções, tanto para feedbacks quanto para a explicação dos exercícios. Optamos por utilizar exercícios bastante simples, para uma demonstração mais clara e direta, garantindo assim a melhor compreensão e participação dos alunos. Procuramos também um aumento de situações jogadas, lúdicas e competitivas que aumentavam os índices de motivação de uma forma geral. Outro

ponto chave foi a introdução de alguns materiais diferentes em determinados exercícios como foi, por exemplo, o caso dos balões para dar toques na bola de forma a dar mais tempo para se posicionarem devidamente. Nesta experiência, desenvolvi características como a paciência, a capacidade de resposta a situações imprevisíveis, a criatividade e a sensibilidade para lidar com as emoções dos alunos.

### **Seminário – Desporto Escolar “Uma visão Plural”**

A PES incluía a necessidade de realização de um seminário que contribuísse de maneira positiva para a comunidade educativa onde estávamos inseridos. Nessa perspetiva, decidimos realizar várias entrevistas a professores ligados ao DE. O teor dessas entrevistas foi definido por nós juntamente com os restantes grupos da UMAIA que também realizaram este estudo e ainda do docente que nos orientou ao longo de toda esta experiência. O propósito era criar um conjunto de perguntas abrangentes que nos permitissem obter respostas sobre diversos aspetos do DE. Pretendíamos identificar as dificuldades existentes e explorar possíveis melhorias a serem adotadas. Portanto, procuramos estimular uma reflexão mais profunda sobre a importância de um complemento curricular que, idealmente, deveria receber mais valorização por parte das instituições educativas, dos responsáveis pela elaboração dos currículos e naturalmente dos próprios alunos e encarregados de educação. Após as entrevistas, procedemos à sua análise, a partir da qual identificamos várias dificuldades e sugestões de melhorias relevantes. Com os resultados desta pesquisa, realizamos uma apresentação PowerPoint para a comunidade, particularmente para todos os professores de EF e outros responsáveis envolvidos nas atividades de DE.

### **Evento Anual – RP Indoor Bike Race**

Realizamos também o evento anual "RP Indoor Bike Race", no qual graças ao patrocínio da Biciadus Bike Store, foram disponibilizadas duas bicicletas estáticas conectadas a um aplicativo de contagem de quilómetros. O objetivo dos alunos era percorrer a maior distância possível em dois minutos. A competição foi dividida em categorias de ensino básico e secundário, assim como em masculino e feminino. O evento contou com um clima de festividade e espírito desportivo entre todos os participantes. Aqueles que não competiram mostraram grande curiosidade pelo que estava a acontecer, o que aumentou a adesão e a audiência do evento. No final, foram entregues medalhas de ouro, prata e bronze para todas as categorias (Ensino Básico Masculino, Ensino Básico Feminino, Ensino Secundário Masculino e Ensino Secundário

Feminino), além de brindes fornecidos pela Biciadus Bike Store. Foi novamente excelente oportunidade de desenvolvimento.

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

Após breves momentos refletindo sobre a realidade escolar, facilmente se chega à conclusão de que este é um ambiente que abarca diferentes formas e abordagens de aprendizagem. Atualmente, o professor tem uma grande responsabilidade por transmitir e ensinar os conteúdos programáticos previamente estipulados.

Além disso, o professor deve desenvolver nos alunos um conjunto de competências que os capacitem a serem futuros cidadãos com consciência, responsabilidade e autonomia, preparados para cumprir com as suas responsabilidades perante a sociedade ou comunidade onde se inserem.

Considerando que a disciplina de Educação Física é orientada para os alunos serem capazes de pensar, refletir e, por consequência, conseguirem transformar essas valências em ações práticas, é do interesse dos professores estimular também a criatividade. Trabalhei com o intuito de promover uma maior compreensão das matérias abordadas e de criar contextos que permitissem o desenvolvimento destas competências.

Tentei sempre assumir uma postura exemplar, especialmente perante os alunos, pois as nossas ações são vistas e interpretadas de uma maneira que impacta quem nos observa e ouve. Com isso em mente, desde o início procurei adotar uma atitude positiva, concentrando-me mais nas soluções do que nos problemas, com o objetivo de incentivar os alunos a adotarem uma mentalidade semelhante. Além disso, procurei, na medida do possível, interiorizar nos alunos o bom senso, tratando os colegas, professores e funcionários com cordialidade. Essas condutas são essenciais para uma convivência harmoniosa numa sociedade em constante transformação. Parece-me correto afirmar que muitos alunos passam uma parte significativa do seu tempo na escola, frequentemente mais tempo do que com suas próprias famílias. Isso, por si só, demonstra a grande importância que o papel do professor pode ter na vida dos alunos.

Seguramente, esta minha experiência para lá da aula não gerou apenas evolução nos meus alunos ou nas pessoas com quem trabalhei de alguma forma. Fui também um grande beneficiado. Atuar fora do contexto de aula proporciona uma experiência bastante distinta, pois envolve a interação com uma variedade de pessoas além dos alunos. Isso inclui professores de outras disciplinas, funcionários, pais, membros da comunidade local e até profissionais ligados ao desporto, como treinadores e organizadores de eventos.

Cada um deles traz diferentes experiências e perspectivas, contribuindo para uma troca de conhecimentos que enriquece a nossa visão profissional. Com essa experiência, consegui desenvolver as minhas capacidades de comunicação, ao interagir com vários membros da comunidade escolar, e também melhorar a minha capacidade de resolução de problemas.

Um exemplo claro foi o evento anual que organizámos para a escola. Fora do ambiente habitual, a organização e o planeamento também falham, o que exige grande capacidade de adaptação. Além disso, ampliei o meu conhecimento não só em várias modalidades, mas também em áreas mais gerais, importantes para alargar o meu repertório cultural enquanto profissional da educação.

Acabo o ano sentindo que, além de transmitir as mensagens pretendidas, estabeleci uma excelente relação com praticamente todos os alunos. Sempre que tenho o prazer de os encontrar fora do contexto de aula, sou recebido com grande carinho e simpatia. Acredito que essa reciprocidade seja o resultado de toda a envolvência positiva que consegui promover e partilhar ao longo do ano, sendo esse vínculo um reflexo do ambiente que construímos juntos.

### **5.3 Socialização profissional e institucional**

O começo da vida profissional é um universo repleto de oportunidades e descobertas sobre a dinâmica, a inovação e a prática do ensino. Segundo Almeida (2019), apesar de ser uma fase de transição de estudante para profissional, é um período crucial, pois adotamos atitudes e comportamentos fundamentais que irão sustentar a nossa prática futura.

A PES é uma das primeiras oportunidades que os EE têm para aprender não apenas com a sua própria perspectiva ou com as pessoas com quem interage na universidade, mas também com outros profissionais ligados ao contexto escolar. Todos esses profissionais ligados à vida escolar acumulam uma grande sabedoria, e como EE, procurei ter a curiosidade de procurar e aprender com as suas experiências. Esses conhecimentos revelaram-se extremamente úteis, especialmente numa fase inicial em que aprendíamos as regras, a missão e o funcionamento da escola. Posteriormente, a visão e as dicas desses profissionais acabaram por ser valiosas para enfrentar situações inesperadas que, sem a experiência necessária, dificilmente previa. Com o começo da PES, uma das primeiras atitudes a adotar foi então prontamente a integração na comunidade escolar. Desde o primeiro dia, procuramos apresentar-nos a toda essa comunidade, sendo recebidos de maneira muito positiva, tanto do ponto de vista institucional quanto profissional. Todos se revelaram disponíveis para nos ajudarem na integração explicando-nos na grande parte das situações a dinâmica com que cada setor da escola fluía.

Durante a PES, além do trabalho realizado em sala de aula, participamos em algumas reuniões de professores. Esse contacto direto com uma realidade nova foi capaz de nos providenciar um entendimento mais aprofundado das turmas, bem como do funcionamento de uma direção de turma ou até do processo de atribuição de notas que são aspetos a analisar e debater em conjunto, entre outras situações importantes, que apenas podem ser vistas participando no terreno.

A participação nas reuniões mencionadas anteriormente foi extremamente valiosa para a nossa plena integração na escola, nomeadamente, para aumentar o nosso contacto com os restantes professores. Eles demonstraram-se sempre dispostos para nos darem conselhos, para conversarem e partilharem connosco experiências, e sempre nos deixaram extremamente à vontade para que os pudéssemos solicitar para qualquer dúvida que tivéssemos. Ao longo desse processo, encontrei outros elementos da comunidade escolar que por outro tipo de vias contribuíram significativamente para o sucesso de todo o processo. Refiro-me aos funcionários da escola, que sempre se mostraram disponíveis para ajudar no que fosse necessário e para partilharem também as suas experiências no que concerne ao ambiente escolar.

Entre todos os elementos pelos quais criamos uma relação de sociabilização profissional, é justo atribuir uma referência especial ao papel que o OC. Sempre procurou extrair ao máximo as nossas potencialidades lançando constantemente desafios e questões que nos induziam à procura de outro tipo de respostas, que em alguns casos nem procurávamos em primeira instância. Revelou-se um ano em que todo este clima propenso à comunicação resultou em grandes ganhos de conhecimento e de outro tipo de perspetivas e visões em relação a vários temas relacionados com a comunidade escolar. É esta variabilidade de ideias aliadas à sua partilha e respetiva discussão que nos dá mais valências para continuar o nosso desenvolvimento.

#### **5.4 A Componente ético-profissional**

A formação do ser humano, especialmente no que diz respeito ao seu perfil e ao carácter, está profundamente ligada à ética, demonstrando a nossa identidade, maneira de pensar e de atuar (Macedo & Queiros, 2019).

Um dos objetivos fundamentais de todo o processo educativo passa por garantir que os alunos entendam e transportem para a sua vida pessoal e, futuramente, profissional determinados princípios que se coadunem com uma dimensão ética positiva, cujos valores representem uma boa e saudável relação com os restantes intervenientes da sociedade. O professor desempenha

um papel essencial na transmissão da responsabilidade e da consciencialização de normas e valores aos alunos, devendo procurar desenvolver um conjunto de competências que favoreçam uma inclusão favorável na sociedade (Resende & Lima, 2016). Assim sendo, é de enfatizar a importância do papel do professor, não apenas como instrutor, mas também como educador e transmissor de valores para os alunos. Desta forma, ao longo do ano letivo, fui à procura de ensinar aos alunos, além dos aspetos mais específicos das modalidades abordadas nas aulas, valores éticos e morais, através da comunicação e até da própria natureza das aulas em muitos momentos.

De forma a conseguir cumprir com estes objetivos basilares da educação, fazia sentido para além da utilização de toda a experiência acumulada dentro da área, tomar como referência o PASEO que tem como um dos seus propósitos assegurar “que independentemente dos percursos escolares realizados, todos os saberes são orientados por princípios, por valores e por uma visão explícita, resultantes de consenso social” (p.8).

Por conseguinte, procurei no decurso da minha atividade durante a PES proporcionar aos meus alunos aulas e atividades que fomentassem valores como a solidariedade, inclusão, pensamento crítico, responsabilidade, liderança, autonomia, entre outros.

Ao longo da minha vida académica ouvi não raras vezes a expressão “a ensinar é que se aprende”. Esta é uma expressão que define um pouco daquilo que foi o meu sentimento ao envolver-me com os meus alunos na tentativa de transmitir estes valores. Valores aos quais procurei desenvolver, compreender e refletir de forma a poder enquadrá-los nas minhas aulas. Esta minha atuação fez-me ganhar ao longo do tempo maturidade perante os valores e princípios que se pretendem ver, relembrando-me constantemente que transportá-los para a comunidade educativa é e será sempre, a meu ver, um dos verdadeiros papéis de ser professor.

## **6. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL**

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

A importância de termos a oportunidade de lecionar um ano letivo em contexto de escola permite-nos compreender realisticamente quais as nossas verdadeiras dificuldades e necessidades de formação em prol de uma melhoria da nossa atividade.

Ao longo deste pequeno período foi-me possível compreender algumas das minhas necessidades para evoluir enquanto professor de Educação Física. Primeiramente o aumento do conhecimento teórico-prático das modalidades parece-me ser um dos pilares fundamentais. Estando no início da minha carreira parece-me normal existirem ainda debilidades no conhecimento específico de várias modalidades. É, portanto, uma das principais áreas a investir o meu tempo e dedicação no futuro, com o propósito de garantir uma melhor correção e transmissão de conhecimentos aos meus alunos.

Parece também pertinente continuar a refletir sobre a forma como reajo a comportamentos desviantes dos alunos em situação de aula. Notei uma melhoria significativa ao manter os alunos embrenhados nas tarefas e ao ajustar a minha abordagem conforme o comportamento deles, o que resultou numa gestão mais eficaz da aula. No entanto, compreendo que, em outras turmas, as medidas que adotei ao longo da PES poderiam não ser suficientes. Como tal, será importante continuar a refletir sobre este tema, ao mesmo tempo que a experiência como professor poderá ser a chave para continuar a ter sucesso no tratamento de comportamentos, que não se coadunam com uma correta postura e bem-estar em espaço de aula.

A avaliação constitui-se como mais uma área na qual senti imensas dificuldades. Não tive no passado a experiência de avaliar um grupo de alunos consoante um conjunto tão amplo de critérios, o que me levou a ter algumas dúvidas e dificuldades a processar todo este procedimento na última avaliação que realizei. Parece-me óbvia a necessidade de procurar mais informações sobre como realizar avaliações representativas e justas pela via da comunicação com professores com experiência, por pesquisas autónomas levadas a cabo por mim e pela participação em ações de formação contínua.

Destacar também a necessidade de procurar um maior conhecimento relativamente aos modelos de ensino a aplicar. Continuar a pesquisar, ler e questionar mais sobre os modelos deverá ser um comportamento constante de forma a poder sempre adaptar as minhas aulas ao melhor modelo para a turma em questão. Não possuir esse conhecimento poderá limitar-me e

possivelmente levar-me a descartar aquele que seria o modelo mais apropriado ao contexto, por via de ausência do conhecimento necessário para a sua colocação na prática.

Durante o ano da PES, procurei reduzir ao máximo minhas debilidades por meio da observação de aulas de DE, da análise das aulas dos meus colegas, com a valiosa contribuição do OC, e de várias conversas com outros professores da escola. Nessas conversas, fui discutindo as principais dificuldades que enfrentei ao longo do período e as estratégias para as superar. Importante ainda destacar a necessidade de sermos professores-investigadores, pois essa abordagem é fundamental para um desenvolvimento profissional mais aprofundado e fundamentado. Exemplo desta necessidade foi exatamente o nosso trabalho de investigação direcionado para a vertente de DE que procurava incidir sobre as reais necessidades e potencialidades que o DE tem na escola e até numa abrangência mais nacional.

Em jeito de conclusão afirmo que ser professor leva-nos à necessidade da procura incessante por novos conhecimentos e atualizações. Ser professor é nunca deixar de ser aluno.

## **7. REFLEXÕES FINAIS**

O RPES acaba por, inevitavelmente, ser o momento ideal para se fazer uma introspeção e reflexão pessoal em relação às vivências que fui tendo ao longo do meu percurso na PES. Um momento que me remete às minhas incertezas, às minhas conquistas, aos meus erros, às minhas descobertas, ao meu passado e que paradoxalmente me remete também para o futuro.

Embarcar nesta aventura foi a descoberta de um mundo diferente. Um mundo para o qual me tinha vindo a preparar ao longo da minha formação académica e para o qual possuía várias ferramentas, de forma a conseguir alcançar os objetivos que pretendia. Aprendi que a melhor ferramenta é a capacidade de arranjar mais e melhores ferramentas constantemente, ou seja, sermos profissionais que a todo o momento procuram o conhecimento necessário e atualizado, de forma a dar resposta às necessidades da comunidade escolar, com especial ênfase aos alunos. Cheguei à conclusão de que se professor exige muito mais do que ter um bom aporte de conhecimentos. Compreendi que alunos diferentes exigem, para além de aulas adaptadas ao respetivo nível, uma forma de estar diferente e mais adequada às suas características como turma. Relembrei de forma bem vincada a importância que o erro tem para a minha evolução, como devemos aceitá-lo com naturalidade, compreender que faz parte do processo e que diferentes tipos de erros vão surgindo ao longo da carreira, tendo sempre a abertura emocional e intelectual para refletir sobre eles em busca de uma ou mais soluções. Fez-me compreender na prática a tão real importância de um professor, as suas funções, as suas responsabilidades e as consequências que as suas ações podem ter na vida dos alunos.

Esta foi uma jornada em que senti todo um misto de sentimentos, desde o alto de uma grande alegria e sentimento de realização, até ao desgosto por em alguns momentos sentir que poderia ter feito melhor.

Finalizo ao referir que saio desta etapa com o sentimento de dever cumprido, com mente aberta para crescer ainda mais como pessoa e como profissional e com a humildade de compreender que o caminho é longo e trabalhoso. Concluo esta etapa, essencialmente, com uma alegria imensa em ter usufruído da oportunidade de lidar diariamente com a minha paixão.

## 8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, M. I. de, Pimenta, S. G., & Fusari, J. C. (2019). *Socialização, profissionalização e trabalho de professores iniciantes*. *Educar em Revista*, 35(78), 187–206. <https://doi.org/10.1590/0104-4060.66134>
- Aranha, Á. (2004). *Organização, planeamento e avaliação em educação física: definição de objectivos: planeamento, organização e análise da actividade pedagógica: técnicas de intervenção pedagógica: avaliação*.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte.
- Ferreira, C. A. (2018). *Percepções de estagiários sobre as suas práticas de avaliação das aprendizagens*. *Educar Em Revista*, 34(70), 231–254.
- Flores, A. M. (2009). *O Feedback Como Recurso Para a Motivação E Avaliação Da Aprendizagem Na Educação a Distância*. Associação Brasileira de Ensino a Distância, 1–10. <http://www.abed.org.br/congresso2009/CD/trabalhos/1552009182855.pdf>
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2016). *Avaliação: um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem* (2nd ed.). Instituto Universitário da Maia.
- Hastie, P. (2012). *The nature and purpose of Sport Education as an educational experience*. In *Sport Education: international perspectives* (Routledge Studies in Physical Education and Youth Sport (pp. 1–12). USA: Routledge.
- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2014). *Planeamento na ótica dos professores estagiários de Educação Física: dificuldades e limitações*. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 48(1), 55–67.
- Luehmann, A. L. (2007). *Identity development as a lens to science teacher preparation*. *Science Education*, 91(5), 822–839. <https://doi.org/10.1002/sce.20209>
- Macedo, S. M. F., & Queiros, J. F. de. (2019). *A ética profissional docente: dimensão interdisciplinar na inclusão de educandos (as) com déficit auditivo*. *Interação - Revista de Ensino, Pesquisa e Extensão*, 21(1), 6–21. <https://doi.org/10.33836/interacao.v21i1.196>
- Mayer, C., & Costa, D. (2017). *A relação professor e aluno*. *Revista Maiêutica, Indaial*, v. 5 (1), 35-41.
- Metzler, M. (2017). *Instructional Models in Physical Education* (3rd ed.). Routledge.
- Metzler, M., & Colquitt, G. T. (2021). *Instructional Models for Physical Education*. Routledge.
- Nóvoa, A. (2009). *Professores: Imagens do futuro presente*. EDUCA.

- Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em educação física. Instituto Politécnico de Bragança*. ISBN 978-972-745-101-2.
- Resende, R., Aires, L., Araújo, R., Gomes, P., Sarmiento, F., & Cunha, M. (2020). *Confinamento Covid-19: Um olhar dos estudantes- estagiários de Educação Física [Covid-19 Confinement: A glimpse of Physical Education pre-service teachers]*. *Journal of Sport Pedagogy & Research*, 7(2), 52–60. <https://doi.org/10.47863/vryu8806>
- Resende, R., & Lima, R. (2016). *Relação professor de educação física e alunos: Teoria, investigação e intervenção*. D.Bartholomeu, JM Montiel, A.A.Machado, AR Gomes, G.Couto & V.Cassep-Borges (Eds), *Relações interpessoais concepções e contextos de intervenção e avaliação*, 133–153.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). *Pedagogia do Desporto* (Edições FM).
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). *A prática de Ensino Supervisionada em Educação Física*. Em *Journal of Sport Pedagogy and Research* (Vol. 2, Número 3).
- Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE through positive sport experiences*. *Human Kinetics*.
- Simões, J., Fernando, C., Lopes, H., da Madeira, U., & Resumo, C. (2014). *Avaliar em Educação Física-A Necessidade de um Quadro Conceptual*.
- Todorovich, J., & Model, E. (2005). *The TARGET Approach to Motivating Students: An Introduction. Teaching Elementary Physical Education*, 8–10.
- Vassiliadou, O., Derri, V., Galanis, N., & Emmanouilidou, K. (2009). *Training in-service physical educators to improve class time management*. *Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 5(17), 33–43.
- Wiggins, G., P., W. G., & McTighe, J. (2005). *Understanding by Design*. Ascd