

Universidade da Maia - ISMAI

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Nuno Ricardo Fernandes Martins Lopes

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos  
Básico e Secundário

Orientador Institucional

Doutora Maria de Fátima Gomes Sarmento Chaves

Julho de 2022



Nuno Ricardo Fernandes Martins Lopes

Nº 38820

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, nos termos do Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a supervisão da Professora Doutora Maria de Fátima Gomes Sarmiento Chaves, da Universidade da Maia – ISMAI, e orientação da Professora Celeste Maria Teixeira Pereira, da Escola Sá de Miranda.

Julho de 2022

### **Ficha de catalogação**

Lopes, N. (2022), Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2.º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Universidade da Maia – ISMAI.

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

## **Agradecimentos**

“Não é no silêncio que os homens se fazem, mas na palavra, no trabalho, na ação-reflexão.”

**Paulo Freire**

A Prática de Ensino Supervisionada representa o culminar de uma longa caminhada académica. É, para mim, um orgulho ter chegado até aqui porque foi, desde muito cedo, o que sempre almejei. Em cada momento de todo o percurso da minha aprendizagem, tive a oportunidade de errar, solucionar e partilhar. Por perto, estiveram sempre presentes pessoas que me ampararam nos momentos mais difíceis e que me motivaram para chegar ao fim.

Felizmente, ao longo da vida, não caminhamos isolados. Uma boa base de apoio como os nossos familiares, amigos ou colegas é fundamental para que se ultrapassem as dificuldades com que nos vamos deparando, deste modo o trabalho, as contrariedades e os esforços efetuados durante todo este progresso tornam-se mais fáceis de realizar e ultrapassar,

Estas são as razões que me levam a reconhecer a necessidade de dedicar um agradecimento muito especial a todos aqueles que me orientaram e apoiaram, nomeadamente:

- Aos meus pais que sempre foram os meus pilares durante esta longa caminhada e a quem devo muito pelo apoio incondicional.

- Ao meu irmão e à minha irmã, que estiveram sempre presentes, apesar das suas vidas pessoais.

- À minha namorada, pois, sem ela ao meu lado, tudo teria sido bem mais difícil;

- Aos meus amigos, aqueles que já me acompanhavam e aqueles que ganhei neste percurso, por estarem sempre do meu lado momentos mais difíceis;

- Aos alunos, que são o centro de todo este processo, a quem tive a oportunidade de lecionar as aulas de Educação Física. Desde o primeiro momento, houve uma boa relação de amizade e carinho entre professor e alunos;

- Aos professores da Universidade da Maia, pela partilha e entrega de conhecimentos;

- Aos meus colegas de núcleo da PES, Paulo Bravo e Tiago Airosa que foram excecionais. Um obrigado muito especial pelo apoio e pela união demonstrada nesta bela viagem ao longo do ano letivo.

- Um agradecimento especial à orientadora professora Celeste Pereira, por toda a compreensão, incentivo e suporte dado ao longo de todo este processo. Foi uma pessoa incansável. Transmitiu sempre, ao longo do ano letivo, uma forte energia, uma grande preocupação em partilhar a sua paixão por esta bela profissão, em partilhar os seus conhecimentos e ensinamentos na orientação do processo assim como demonstrou sempre a sua disponibilidade no esclarecimento de dúvidas.

- À professora Supervisora, Maria de Fátima Sarmiento, pela simplicidade e toda a disponibilidade demonstrada ao longo deste percurso.

A todos os intervenientes que de alguma forma influenciaram o meu caminho até aqui, o meu sincero obrigado!

## Índice

<b>1. Introdução</b> .....	1
<b>2. Enquadramento pessoal e profissional</b> .....	3
2.1 Uma decisão a partir de um percurso.....	3
2.2 Expectativas Iniciais .....	6
<b>3 Enquadramento Institucional</b> .....	8
3.1 A importância da PES.....	8
3.2 A PES no ISMAI.....	8
3.3 A escola cooperante: lugar de prática.....	9
3.3.1 Caraterização meio envolvente .....	10
3.3.2 Departamento e grupo de Educação Física.....	14
3.3.3 Espaços desportivos e materiais.....	15
3.3.4 Caraterização das Turmas .....	16
3.4 Caracterização do núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional.....	19
<b>4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção</b> .....	21
4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	21
4.1.1 Planeamento.....	24
4.1.2 Realização .....	31
4.1.3 Avaliação .....	37
<b>5. Participação na escola e Relação com a comunidade</b> .....	41
5.1 Atividades Realizadas .....	41
5.2 Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação ...	44
5.3 Socialização profissional e institucional .....	45
5.4 A Componente ético-profissional .....	47
<b>6. Desenvolvimento profissional</b> .....	48
6.1 Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão .....	48
<b>7. Reflexões Finais</b> .....	52

<b>8. Referências Bibliográficas .....</b>	<b>54</b>
--	-----------

## **Resumo**

No resultado do processo Prática de Ensino Supervisionada realizado na Escola Sá de Miranda, no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Maia no ano letivo 2021/2022 a uma turma de ensino secundário regular (12º ano) através da orientação de uma professora da escola cooperante e a supervisão de uma professora da instituição de ensino superior, surge este documento que refere todo o processo.

Através da Prática de Ensino Supervisionada é dada a oportunidade ao estudante estagiário, de vivenciar, pela primeira vez, sob forma orientada, a integração e atuação num contexto real do que é ser um professor de Educação Física no ensino básico e secundário. O documento apresenta-se dividido em sete capítulos, que abordam as áreas que caracterizam o processo da Prática de Ensino Supervisionada, sendo eles: a Introdução, o Enquadramento pessoal e profissional, o Enquadramento institucional: do plano da análise ao da intervenção, o Plano da análise ao da intervenção, a Participação na escola e Relação com a comunidade, o Desenvolvimento Profissional e as Reflexões finais.

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

## **Abstract**

As a result of the Supervised Teaching Practice conducted at Escola Sá de Miranda, as part of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary Education at the University of Maia in the academic year 2021/2022 in a class of regular secondary education (12th grade) under the guidance of a teacher of the cooperating school and the supervision of a teacher from the higher education institution, this document describes the whole process.

Through the Supervised Teaching Practice, the student trainee is given the opportunity to experience for the first time, in a guided way, the integration and performance in a real context of what it is to be a teacher of Physical Education in primary and secondary education. The document is divided into seven chapters, which address the areas that characterize the process of the Supervised Teaching Practice: Introduction, Personal and Professional Framework, Institutional Framework: from the analysis to the intervention, Plan of analysis to the intervention, Participation at school and Relationship with the community, Professional Development and Final Reflections.

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

## **Lista de Abreviaturas**

AF - Aptidão Física

DGS - Direção Geral de Saúde

EE - Estudante Estagiário

EEs - Estudantes Estagiários

EEFEBS - Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

OC – Orientador/a Cooperante

OMS - Organização Mundial de Saúde

PASEO - Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

PES - Prática de Ensino Supervisionada

PNEF - Plano Nacional de Educação Física

PEE - Plano Educativo da Escola

RPES - Relatório da Prática do Ensino Supervisionada

NPES - Núcleo da Prática do Ensino Supervisionada

UC - Unidade Curricular

UCs - Unidades Curriculares

UD - Unidade Didática

## 1. Introdução

Através deste relatório pretende-se descrever de uma forma reflexiva, o percurso desenvolvido no âmbito da Unidade Curricular da Prática de Ensino Supervisionada (PES) em Educação Física, sendo, uma das atividades propostas do Mestrado de Ensino da Educação Física, nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Maia. Este documento apresenta, como objetivo principal, uma reflexão pessoal sobre as vivências do EE, tendo em conta as suas variadas capacidades e dificuldades sentidas durante o ano letivo.

Este relatório está elaborado de acordo com as normas da instituição universitária e a legislação em vigor referente à habilitação profissional para a docência (Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro).

Este documento expõe-se em sete capítulos toda a atividade realizada durante o PES. O primeiro capítulo é uma breve introdução ao documento apresentado, o segundo, faz o enquadramento pessoal do percurso académico e profissional do EE, revelando as expectativas iniciais, relativamente ao ano de PES. No terceiro capítulo é feita uma caracterização das instituições envolvidas, do núcleo da PES e das turmas atribuídas. No quarto capítulo salientam-se as experiências vivenciadas, ao longo da PES, e apresentados os pontos chave e as suas formas de atuação. O quinto capítulo trata da participação do EE na escola, evidenciando as suas atividades realizadas na comunidade educativa ao longo do ano, assim como a relação com a comunidade docente. O sexto capítulo contempla temas influentes em conformidade com o “Desenvolvimento Profissional” e de todas as dificuldades encontradas durante esse processo. No último capítulo apresenta-se uma reflexão que pretende espelhar as vivências pessoais de todo este ano letivo.

A PES decorreu, ao longo do ano letivo 2021/2022, no Agrupamento de Escolas Sá de Miranda (AESM), com a lecionação de uma turma do 12º ano de escolaridade, ao longo dos três períodos pertencentes ao calendário escolar. Além disso, foi partilhada, entre os EE do núcleo da PES, uma turma do 6º ano, do 2º ciclo da Escola Básica de Palmeira, pertencente ao mesmo agrupamento. A Orientadora Cooperante (OC) esteve sempre presente, de forma afincada e dedicada, na sua função de docente, através do seu acompanhamento diário.

Durante todo o momento de PES, procurou-se sempre tirar o máximo de ensinamentos, conhecimentos e vivências, tanto a nível profissional como a nível pessoal.

A PES é concebida como um processo de extrema importância, devido à oportunidade que o EE tem de obter uma nova visão do contexto escolar, mas desta vez, no papel do professor e não no de aluno, podendo essa ideia ser totalmente remodelada, sendo indispensável na formação docente (David & Gusmão, 2019).

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

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

Desde muito cedo que o desporto está presente na minha vida e com fortes alicerces para aqui se manter por muitos mais anos. Estes alicerces representam, para mim, os verdadeiros pilares da vida pessoal e profissional, nomeadamente a paixão, alegria, companheirismo, entre outros.

De tenra idade, os meus pais inscreveram-me em aulas de natação nas piscinas municipais da Póvoa de Lanhoso com a finalidade de me adaptar, o mais rápido possível, ao meio aquático e ao mesmo tempo para despertar, em mim, o interesse pela modalidade. Contudo, nunca cheguei a participar em momentos de competição.

Mais tarde, por indicação de um amigo do meu pai, iniciei aos seis anos a prática do futebol na escola “Os Fintas”. Este clube estava sediado na Póvoa de Lanhoso, mas naquela época a minha adaptação não correu da melhor forma, pois não conhecia nenhum jogador e então o meu tempo foi curto no clube. Regressei, passados três anos, para ingressar no escalão de Benjamin, mas aí, como era um pouco mais velho, a minha adaptação foi bem mais fácil. Competimos no campeonato de federados da Associação de Futebol de Braga onde fomos campeões de série. No ano seguinte, fui contratado para jogar no Vitória Sport Clube. Fiquei lá apenas um ano, mas mesmo assim ajudou a fazer evoluir a minha capacidade de interação, pois, mais uma vez, não conhecia ninguém no clube. No ano seguinte, ingressei no Bragafut, mais um clube onde não tinha qualquer conhecimento pessoal com os jogadores que lá praticavam a modalidade. No fim do ano fomos campeões de série.

No escalão de iniciados, já com doze anos, ingressei no clube da minha terra, Sport Clube Maria da Fonte, onde joguei até à idade de Júnior. Ali, era como se jogasse em “família”, pois os meus colegas de escola eram também os meus colegas de equipa. Este fator era importante pois acabávamos por passar muito tempo juntos entre a escola e o futebol até mais do que com os nossos familiares. Considero que essa época da minha vida foi das melhores etapas desportivas que vivi.

Ainda na idade júnior, treinei, ao longo de um ano inteiro, com uma equipa sénior, mas a ida para a universidade fez com que a possibilidade de representar esta equipa fosse difícil apesar da grande vontade de ambas as partes. Infelizmente, não houve de disponibilidade de horário só se desistisse de um destes caminhos é que seria possível. A

Educação Física sempre foi um dos objetivos bem definidos na minha vida pessoal, por essa razão escolhi o Pedralva (Braga) no meu primeiro ano de sénior. Esta escolha permitiu-me estudar e jogar ao mesmo tempo. Permaneci neste clube durante dois anos. No terceiro ano de licenciatura fui jogar para o Guilhofrei (Vieira do Minho), mas, mais uma vez, por causa da incompatibilidade dos horários de treinos com os do estágio, tive de optar por ir jogar para um clube mais perto de casa, clube esse, onde jogo até aos dias de hoje, o Emilianos Futebol Clube (Póvoa de Lanhoso).

O desporto trouxe-me alegrias e tristezas, quer individuais, quer coletivas. Teve sempre um papel muito importante na minha vida, pois, fortaleceu o meu espírito de liderança, entreadajuda, companheirismo e ajudou-me a ser mais racional nas tomadas de decisão, pensando muitas mais vezes com a cabeça do que com o coração. Também as inúmeras amizades, que adicionei ao longo da minha vida, foram feitas ao longo destas épocas desportivas.

Relativamente ao meu percurso académico, frequentei as escolas da minha área de residência, na Póvoa de Lanhoso, local onde participei no Desporto Escolar, no grupo de badminton e, ao mesmo tempo, fui sempre muito ativo envolvendo-me nas atividades desportivas realizadas pela escola (corta-mato, torneios escolares).

De todas as vezes em que eu participava em alguma atividade desportiva, a paixão pelo desporto ia aumentando gradualmente, chegando a estar totalmente consumido por uma vida desportiva. Dividia-me entre o ser aluno, ser treinador e jogador. Tudo ia acontecendo num caminho de sensações e emoções ligadas ao quotidiano, mas, mesmo assim, ainda houve tempo para praticar algumas modalidades diferentes, como o surf ou o ciclismo, modalidades que pratico sempre que posso.

Fora das quatro linhas, desempenhei também o papel de treinador da escola de futebol “Os Fintas” (Póvoa de Lanhoso) e ao mesmo tempo, fui treinador adjunto estagiário no Sporting Club de Braga na equipa dos sub 10 (Benjamins). Graças ao protocolo com a universidade onde tirei a licenciatura de Desporto e Lazer, na Escola Superior de Desporto e Lazer (Melgaço) pertencente ao Instituto Superior de Viana de Castelo (IPVC), depois do meu ano de estágio, consegui um papel de treinador na equipa sub 6 (Petizes) do SC Braga, clube que treino até hoje. Aqui exerço a função de treinador principal dos sub 8 (Traquinas). Considero-me totalmente apaixonado por treinar crianças. É verdadeiramente motivante acompanhar a evolução de cada uma delas, vendo-os tornarem-se a cada dia melhores, não só como jogadores, mas também,

como pessoas. Vendo-os melhorar os seus comportamentos até no modo de conviver em grupo, o que é um bom contributo para a sociedade.

Entre outras ocupações, faço parte da Associação de Jovens de S. Martinho do Campo, onde realizamos algumas atividades culturais, entre elas jogos tradicionais, mas também desportivas. Participo também numa lista independente concorrente à junta de freguesia de S. Martinho do Campo, em que, estou ligado à área desportiva. Com um projeto jovem, faço parte da comissão de festas, também ela pertencente a S. Martinho do Campo, em que infelizmente por causa do Covid 19, ainda não nos foi possível a realização de algum evento. Mas, garantidamente, logo que seja que possível será feito.

Outro projeto, que eu considero um hobby, é a minha atuação de *Stand Up Comedy*, onde já realizei alguns espetáculos, o que me permite também ter o “à vontade” para falar em público sem quaisquer constrangimentos.

Em suma, considero-me uma pessoa ativa, dinâmica, confiante e sempre com vontade de aprender cada vez mais no dia-a-dia.

Ainda do ponto de vista profissional, trabalhei, durante o verão, num programa chamado “Férias Ativas” realizado pela câmara municipal da Póvoa de Lanhoso. Nesta atividade, a idade dos participantes ia desde os seis até aos doze anos. Foi uma experiência em que adorei participar porque me permitiu mais uma vez experiências inesquecíveis e onde aprendi ainda mais a lidar com crianças.

Falando agora do meu trajeto escolar, comecei na primária de S. Martinho do Campo (Póvoa de Lanhoso). onde andei desde o quinto até ao sétimo ano.

Posteriormente, estudei no Agrupamento de Escolas Gonçalo Sampaio (Póvoa de Lanhoso) desde o quinto até ao sétimo ano. Do sétimo ano até ao décimo segundo ano de escolaridade estudei na Escola Secundária da Póvoa de Lanhoso. Realizei os meus três anos de licenciatura em Desporto e Lazer, na Escola Superior de Desporto e Lazer (Melgaço), pertencente ao Instituto Superior de Viana de Castelo (IPVC), já referido anteriormente. De momento realizo o meu segundo ano de mestrado no Instituto Superior da Maia.

Durante o meu percurso escolar sempre me identifiquei com alguns professores de Educação Física e desde muito cedo estava decidido que um dia iria estar no papel deles. Nunca duvidei do que realmente pretendia para o meu futuro nem da minha formação académica. Espero, muito em breve, conseguir esse objetivo, e mais tarde, poder também inspirar e inculcar nos jovens a mesma paixão e dedicação que eu sinto pelo desporto

Falando agora do primeiro ano de mestrado, este foi sem dúvida, um ano recheado de aprendizagens, mesmo tendo acontecido num ano atípico devido à pandemia que se vivia. Considero-o como sendo um ano fundamental na nossa formação enquanto professores, pois aprendemos conteúdos fundamentais para podermos exercer esse papel, não só devido aos trabalhos realizados como também por ser um curso muito prático. Na minha opinião, a prática é muito melhor do que a teoria para nos preparar para o mercado de trabalho, contudo não podemos deixar de reconhecer que uma suporta a outra. Graças a esses trabalhos, o meu conhecimento das novas tecnologias também foi enriquecido dado que trabalhei com aplicações e/ou programas dos quais nunca tinha ouvido falar neles. Na verdade, tornam as tarefas muito mais fáceis de se realizar tais como o *Padlet*, o *Microsoft Teams*, o *Mindmaster*, o *Google Forms* e os questionários *Kahoot*, os programas *Microsoft Word*, *PowerPoint* e o *Excel*.

A realização de trabalhos de grupo também foi um fator muito enriquecedor por causa da partilha de ideias entre o grupo de trabalho. O debate e a organização das tarefas e estratégias ajudaram-nos a tirar dúvidas sobre algumas matérias e também a enraizar melhor os métodos mais adequados nos vários obstáculos encontrados na nossa vida pessoal e académica.

Penso que esse processo de aprendizagem foi importante para nos preparar para o futuro das nossas tão desejadas vidas como docentes e, mais propriamente, no momento como EEs. Desta forma iríamos colocar em prática os ensinamentos e as dinâmicas assimiladas ao longo do nosso percurso escolar.

Nesta fase, eu tinha a nítida noção que ser professor não se limitava apenas à prática enquanto docente, era algo que ia muito para além disso. Todo o processo de preparação de uma unidade didática tinha de ser preparado, ao mais ínfimo pormenor, para que o caminho traçado fosse percorrido da melhor maneira, conseguindo, deste modo, ultrapassar com critério e êxito os obstáculos encontrados.

## **2.2 Expectativas Iniciais**

Desde muito cedo, que me sentia vocacionado para ser um professor de Educação Física, não só pelo facto de poder partilhar conhecimentos, mas também por poder ajudar a fazer o outro crescer e a formar homens e mulheres do futuro.

Aprendi que ser professor, não é tão fácil quanto parece, existe efetivamente, todo um processo de preparação de aulas, que exigem conhecimentos, pesquisa e muita dedicação. Que é necessário estar sempre atualizado com as novas realidades da

sociedade, dos dias de hoje, o que requer muito envolvimento e dedicação para com o ensino da Educação Física, que vai se traduzindo, na maioria das vezes, positivamente no futuro dos alunos.

Temos de admitir que o caminho na área do ensino é longo e complexo, mas considero que “já faltou mais”. Por essa razão, tentei sempre estar ao mais alto nível para poder terminar este capítulo académico com mérito. Deparei-me com um ano letivo repleto de inúmeras adversidades e experiências novas, que irão, indubitavelmente, fortalecer a minha vida académica e certamente a minha vida pessoal.

Com a ajuda da minha orientadora e dos meus colegas do PES, espero ter colocado os meus conhecimentos em prática, ter aprendido com os erros e que através de críticas construtivas ter minimizado os aspetos menos bons.

O facto de me considerar uma pessoa alegre e apaixonada por trabalhar com os jovens, levou-me a encarar este desafio com muita motivação, mas também com algum receio dos obstáculos que iria encontrar pelo caminho.

Assim sendo, termino com enorme expectativa a PES, esperando lecionar num futuro muito próximo, para assim, crescer ainda mais enquanto docente.

Tinha uma grande expectativa relativamente à OC, a professora Celeste Pereira, pois desde cedo demonstrou dedicação e profissionalismo sobre a melhor forma e qual o melhor caminho a seguir nesta tarefa tão gratificante que é o ensino. Foi corrigindo sempre e acertando connosco a melhor forma de agir e proceder através de reflexões positivas e motivadoras.

Relativamente ao grupo da PES, já conhecia minimamente os meus colegas e, como somos três pessoas com diferentes capacidades, esta situação proporcionou-nos desenvolver diferentes valências através do trabalho colaborativo que decorreu durante todo o ano, tais como, ao nível da tecnologia, da planificação, da comunicação, do trabalho de equipa e da inovação sem nunca perder o rumo que devíamos seguir.

Tentei sempre tirar o máximo de proveito dos ensinamentos e experiências pois estou consciente que este foi um dos momentos mais importantes para a construção dos meus ideais de um professor de Educação Física. Através da minha postura e forma de atuação, procurei exponenciar ao máximo as cinco dimensões, que Mesquita (2018) defende, e que compõem o trabalho docente – o conhecimento, a estratégia, estado relacional, motivacional e profissional.

### **3 Enquadramento Institucional**

#### **3.1 A importância da PES**

A PES demonstra ser de uma grande importância na vida académica pois promove a junção da teoria e da prática no mesmo momento, completando-se uma a outra. A PES é um processo essencial na formação profissional do EE e representam a última etapa da sua formação académica, possuindo um caráter obrigatório na conclusão do mestrado em ensino.

Todos os EE chegam à PES com uma série de questões e expectativas acerca do que irão encontrar na escola onde iriam realizar a sua prática. Alguns encontram cenários completamente diferentes do que esperavam e que tinham idealizado o que não aconteceu comigo.

A relação com a restante comunidade docente também é um aspeto muito importante durante todo este processo, contribuindo para a construção da identidade profissional do EE, que individualmente iria adaptar-se às situações distintas encontradas.

O EE teve, neste ano, a oportunidade de vivenciar todo o processo de ensino e aprendizagem, e de tirar o máximo proveito da experiência, para aprender e evoluir sempre em função da sua profissão futura, aprendendo que, ao longo do caminho os ajustamentos são essenciais, de modo a atingir os objetivos traçados.

Este foi um ano verdadeiramente atípico para o EE, pois acabou por desempenhar dois papéis em simultâneo- o de aluno e o de professor (estagiário), o que implicou responsabilidades inerentes aos dois papéis, tal como defende Maur e Silva (2018). Observou-se que, na fase inicial do estágio, o EE ainda estava na fase de transição de estudante para o papel de profissional responsável que teve de adotar, tomando decisões responsáveis, concluindo-se que, nos primeiros momentos ainda se considerava mais no papel de estudante do que no de docente.

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

A PES do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Maia é agora designada de Prática de Ensino Supervisionada, correspondente ao anteriormente designado Estágio Profissional e inclui o respetivo relatório da PES (RPES), cuja regulamentação se encontra substanciada de

acordo com normas da instituição regente e pela legislação específica, nomeadamente, pelo artigo n.º 11 do Decreto-Lei n.º 79/2014, de 14 de maio.

A PES na Universidade da Maia, apresenta como papel principal a adaptação do EE em contexto de docência, através da forma orientada e progressiva. Visa o aprender e o desenvolver as competências profissionais, no âmbito do ensino da Educação Física, exponenciando as distintas áreas necessárias para realizar um bom trabalho como docente. Destacam-se as áreas ligadas à organização e gestão do processo de ensino e aprendizagem, à participação na escola, nas suas diversas atividades decorrentes no ano letivo, podendo também o EE sugerir alguma atividade nova. São vivenciadas as relações com a comunidade e o desenvolvimento profissional, processo este, que no passado, era totalmente diferente devido à barreira que existia na relação professor-aluno. Na PES participam, segundo o seu regulamento, a instituição em que o EE está inscrito, a Escola Cooperante com o protocolo para a realização da PES, o EE, a equipa de supervisão e o orientador cooperante.

As atividades da PES iniciaram no dia 1 de setembro, em que, aguardamos a comunicação formal da Universidade da Maia da nossa colocação no AESM e, nesse mesmo dia, comunicamos com a OC para que fosse agendada a primeira reunião de NPES onde nos iríamos apresentar, ficar a conhecer a escola e também para que nos fossem entregues todos os documentos estruturantes da PES.

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

No final do 1.º ciclo de estudos do MEEFEBS, foi-nos disponibilizada uma lista de escolas cooperantes, com o objetivo de o aluno escolher a sua opção para a PES, no meu caso fui aceite na minha primeira opção, sendo a minha PES destinada no AESM.

A meu ver, a escola é um dos marcos históricos na vida de qualquer pessoa, pois todos passamos pela escola e, todos temos uma história caricata e marcante que tenha decorrido na mesma. É neste local que se fazem amizades para a vida, que se experiencia o primeiro contacto com os outros, que se poe em prática o saber estar e o saber lidar com várias pessoas, que se aprende a partilhar e são estas vivências que nos enriquecem, por vezes, mais do que a teoria dos manuais de ensino.

A escola, também ela, tem como função o desenvolvimento do indivíduo, seja na área da cultura, do saber ou do conhecimento, seja nas suas diversas áreas dispostas (Dessen & Polonia, 2007).

A escola, em conjunto com os seus agentes de ação e, de forma organizada, de acordo com os meios e os instrumentos disponíveis a utilizar, reúne um processo com finalidades a alcançar.

De acordo com Dessen e Polonia (2007) é na escola que, de acordo com vários aspetos, os indivíduos se desenvolvem globalmente, sempre em função das várias atividades programadas.

A escola é um espaço social, é um direito e um dever para todos. Todos os jovens têm acesso ao ensino, sendo este, um aspeto muito importante, pois, é aqui que desenvolvem aspetos para uma melhor cidadania, tais como, saber adaptar-se, agir, e saber estar socialmente com outras pessoas e acima de tudo formar cidadãos com competências, para terem um papel ativo na sociedade.

A escola pública assume um papel de grande importância na educação para a cidadania, pois, acolhe todos de igual forma e, por isso, é uma parte integrante da vida de cada um (Vasconcelos, 2007).

Esta instituição é um pequeno mundo, repleto de diversidade e diferenças entre os agentes envolvidos. Essas diferenças devem ser valorizadas de forma positiva dando a ideia de que é possível que haja um bom funcionamento entre pessoas tão diferentes e tão iguais.

Reconhece-se como um grande desafio no seio escolar, partilhar e conviver com as mais variadas diferenças presentes nas nossas escolas, olhando para isso como um aspeto positivo (Fernandes et al., 2022).

### **3.3.1 Caraterização meio envolvente**

O Agrupamento de Escolas Sá de Miranda (AESM) encontra-se na cidade de Braga, situada a norte de Portugal, na região central da província do Minho.

A cidade de Braga cria um dos cenários mais atrativos do país, com o contraste entre o antigo e o novo. Fundada pelos romanos, a “Bracara Augusta” exhibe em igrejas, como a sé de braga e o santuário do Bom Jesus do Monte e construções uma grande parte da sua história, para preservar a cidade medieval.

Sendo uma cidade bimilenária, Braga, ao mesmo tempo apresenta juventude, com a sede da Universidade do Minho, onde grande parte da população é formada por jovens. Desta forma, ajuda a impulsionar o empreendedorismo e cultura local, o que contribuiu para que fosse eleita a Capital Europeia da Juventude em 2012.

Cidade jovem, multicultural e cosmopolita exibe uma grande variedade de cenários de sucesso e prosperidade. Tem um programa turístico-cultural diversificado, com um percurso civilizacional e documentado desde a pré-história até aos dias de hoje, gravado no vasto território, nas festas, grupos etnográficos, romarias e feiras.

A sua centralidade permite oferecer aos bracarenses uma excelente qualidade de vida a nível da saúde, no emprego, na educação, na segurança e na cultura.

O poder político aposta na promoção do desenvolvimento com base no transfere de conhecimento, tecnologia e na eco sustentabilidade potenciando a visão da cidade como “closer” de indústrias tecnológicas, tornando-a um pólo atrativo ao investimento.

Braga procura desenvolver políticas de coesão e igualdade social, de apoio às famílias como núcleo primário da comunidade, promovendo a criatividade e inovação.

Há alguns eventos regulares que decorrem no nosso município e que são a Meia Maratona, a Corrida de S. João, a Gala do Desporto de Braga, a Rampa da Falperra, o Encontro de Futebol de Páscoa, a III Prova Nacional de Escalada Adaptada e o Campeonato Universitário Europeu de Futsal.

O AESM assume um papel de impulsionador para estabelecer as relações entre as entidades formadoras do município e as atividades providenciadas à comunidade.

O município de Braga reconhece o desporto como um meio privilegiado para a adoção de hábitos de vida saudáveis, individuais e coletivos, o município aposta na promoção das condições físicas e na criação de oportunidades, para desta forma incentivar a população para a prática regular, contribuindo para o bem-estar físico e emocional. Criou em 2019 um Projeto Educativo local, com o objetivo de promover os projetos educativos municipais e contribuir para a concretização dos objetivos dos projetos educativos de cada escola. Posto isto, o município tem como principais objetivos aumentar a qualidade das práticas desportivas e diversificar a oferta desportiva.

Braga faz parte da rede de cidades Educadoras desde 2000, tem como objetivo de alcançar uma educação para todos a equidade no acesso à educação, a construção de uma escola inclusiva, a integração e cooperação entre toda a comunidade educativa, o apoio ao aluno, ao educador e ao encarregado de educação, a criação de uma consciência e pertença à comunidade.

O Concelho de Braga apresenta cerca de 872 infraestruturas das quais as mais representativas são os pequenos campos e os parques infantis, respetivamente, sendo predominante de base recreativa. Maioritariamente as infraestruturas são de âmbito público, o estado de conservação das infraestruturas varia essencialmente entre muito

bom e regular. Ao nível das acessibilidades a maioria das infraestruturas são acessíveis a indivíduos portadores de deficiência motora. A grande maioria das infraestruturas é também ao ar livre. O Parque desportivo da rodovia deve ser destacado por ser um espaço multifacetado e moderno, acessível a toda a população de todas as faixas etárias. Contém equipamentos e infraestruturas para estilos de vida ativos e saudáveis. Conta com seis campos de futebol, dois campos de basquetebol, um parque infantil, um parque geriátrico, um parque de street workout, uma parede de escalada, um skate park e um extensa via pedonal ciclável, ao longo do rio Este e tem acesso gratuito á população.

Braga contém ainda o Estádio Municipal de Braga (estádio do clube de futebol mais representativo da cidade – S.C. Braga), onde joga apenas a equipa principal do S.C.Braga, o Estádio 1º de Maio (antigo estádio do S.C. Braga), onde joga a equipa feminina do S.C.Braga e é composto por uma pista de Atletismo com as respetivas dimensões olímpicas. No mesmo sítio está situado o Pavilhão Flávio Sá Leite (pavilhão da equipa de andebol mais emblemática da cidade – ABC/UMinho). A cidade tem disponível ainda o Clube de Ténis de Braga (composto por 6 campos de ténis e um de Miniténis) e as Piscinas Municipais de Maximinos e da Rodovia (ambas contemplam o serviço de Escola de Natação, que engloba a adaptação ao meio aquático e, posteriormente, o ensino e aperfeiçoamento da modalidade).

### **Agrupamento de Escolas Sá de Miranda (AESM)**

O AESM é composto pela Escola Sá de Miranda (ESM) (onde está integrado um Centro de Formação), pela Escola EB 2,3 de Palmeira e por um conjunto de escolas do Primeiro Ciclo do Ensino Básico e Educação Pré-escolar das freguesias de Palmeira, Dume, Adaúfe, Crespos/Pousada, Navarra /Stª Lucrécia. Foi constituído em abril de 2013, com a agregação da ESM com a Escola de Ensino Básico de Palmeira. Resultou da agregação da ESM e do Agrupamento de Escolas de Palmeira que concluíram, formalmente, este processo em abril de 2014.

A escola sede é a ESM, uma instituição de ensino público, situada na freguesia de São Vicente, em Braga.

A ESM dispõe de material didático-pedagógico das várias áreas do conhecimento, das quais, biologia, etnografia, eletrotecnia, geografia, física, química e história, com uma grande exposição na biblioteca antiga e no museu da escola. A coleção é proveniente dos gabinetes de história natural, de físico-química e da geografia do liceu. É também constituído por uma quinta pedagógica, que funciona como espaço educativo de

divulgação de espécies arbóreas e arbustivas autóctones, de plantas aromáticas e medicinais e de algumas espécies animais (gamos, pavões e outras aves de pequeno e médio porte), aberto aos alunos de todas as escolas e à população da cidade de Braga. O projeto "Horta Bio" desenvolve-se na Quinta da ESM, num determinado patamar de terreno que irá ser disponibilizado, a docentes e pessoal não docente, para uma horta comunitária e tem como público alvo os alunos com necessidades educativas específicas.

O AESM integra o Centro de Formação Sá de Miranda, de que é sede, e abrange vários Agrupamentos de Escolas dos concelhos de Braga, Póvoa de Lanhoso e Vieira do Minho.

A ESM é uma escola secundária, pública, que se situa na freguesia de São Vicente, em Braga. Até 1975, era designada de Liceu Nacional de Sá de Miranda.

## **Organização**

No ano letivo 2021/22 estavam em funcionamento no AESM todos os níveis de ensino, desde o pré-escolar até ao secundário.

O agrupamento é constituído pelas escolas Jardim de Infância de Santa Lucrécia, Jardim de Infância de Adaúfe, Eb1 de Crespos, Eb1 de Pousada, Eb1 de Presa, Eb1 de Coucinheiro, Eb1 de Eira Velha, Eb1 de Bracara Augusta, Eb1 de Dume, Eb1 de Ortigueira, Escola Básica de Palmeira e Escola Secundária Sá de Miranda.

Relativamente à distribuição das turmas, o 3º ciclo está concentrado na Escola de Palmeira, havendo turmas em funcionamento na Escola Sá de Miranda, sendo que haviam turmas que funcionavam em projeto CLIL (Content and Language Integrated Learning), que promovia uma educação multicultural e multilinguística, com vista à obtenção de um ensino diferenciado, de qualidade, indo de encontro das necessidades da sociedade, perspetivando uma visão mais alargada do sentido da educação do século XXI.

A oferta educativa e formativa do ensino secundário no AESM era a seguinte:

- Cursos Científico-Humanísticos: Ciências e Tecnologias; Ciências Socioeconómicas; Línguas e Humanidades; Artes visuais.

- Curso Profissionais, nível secundário: Técnico (a) de Receção (Hoteleira), Técnico(a) de Informação e Animação Turística, Técnico(a) de Multimédia, Técnico(a) de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, Técnico(a) de Ação Educativa, Animador(a) Sociocultural.

- Curso EFA escolar – oferece a possibilidade de aumentar o nível das qualificações na população adulta da cidade de Braga, melhorando as suas condições de

empregabilidade. Com este curso os alunos conseguem obter o nível Secundário Tipo A, permitindo obter o 12º de escolaridade.

### **Projeto/Clubes**

O agrupamento apresenta vários projetos/clubes disponíveis à comunidade discente, como: o Clube de Robótica; o Clube de Desporto Escolar; o Programa Educação para a Saúde; o Erasmus +; o eTwinning; o Inov@Sá; o Museu da Escola Sá de Miranda; o Projeto Pedagogia Para a Autonomia E Sucesso Educativo; o Plano Cultural De Escola; o Quadro Eqavet; Oficina De Percussão.

Relativamente ao clube de desporto escolar, o agrupamento possuía dez grupos equipa, distribuídos pelas atividades rítmicas e expressivas, canoagem, badminton, basquetebol, desporto adaptado, golfe, natação, ténis de mesa e voleibol que abrangiam todo o agrupamento de escolas.

### **3.3.2 Departamento e grupo de Educação Física**

O Departamento de Expressões era constituído pela área disciplinar de artes, de Educação Física e desporto e também pela educação especial. A coordenação do departamento era exercida pela professora OC Celeste Pereira e implicou competências no âmbito da gestão pedagógica e educativa.

Relativamente à área disciplinar de Educação Física, esta era composta por dezoito professores que lecionavam a disciplina e o papel de coordenador era exercido pelo professor Jorge Marques.

A área disciplinar de Educação Física caracterizava-se por um grupo muito cordial desde o primeiro dia, para com os EE's e com os novos docentes. O grupo disciplinar procurou sempre, ao longo das reuniões e das atividades, fazer com que todos os intervenientes da área disciplinar colaborassem e participassem com a sua opinião, evidenciando ser um grupo muito dinâmico e cooperativo, em que a opinião de todos era respeitada e considerada.

A área disciplinar desempenhou um papel muito significativo no desenvolvimento de todos os EE's, através dos momentos de partilha de conhecimentos, momentos esses, muito enriquecedores para ambas as partes.

### 3.3.3 Espaços desportivos e materiais

A ESM dispõe de uma multiplicidade de espaços verdes para socialização e preservação.

Relativamente aos espaços desportivos é dividida em três espaços. O ginásio, que é incorporado por um sistema de som. É um espaço com 24 metros de comprimento, que permite a prática de várias modalidades, como as atividades rítmicas expressivas, voleibol, badminton, ginástica acrobática e desportiva. Neste local podemos encontrar vários materiais para lecionação das modalidades, como o plinto de seis caixas, bock, uma trave de iniciação, colchões de queda e individuais, minitrampolim e espaldares. Com a divisão das turmas pelos espaços desportivos, organizado no *roulement*, este ginásio é partilhado, quase sempre, com outra turma, dividindo-se em Ginásio 1 (G1) e Ginásio 2 (G2).

A ESM tem à disposição ainda a campo exterior (C1), com cobertura superior e com rede a toda a volta do campo. Esta instalação contém seis tabelas de basquetebol e duas balizas de futsal/andebol, com as respetivas marcações em tamanho oficial. Este campo em situações climáticas adversas também é dividido por duas turmas.

O último espaço desportivo exterior é o C2, com duas balizas de andebol/futsal e marcações para jogos reduzidos. Este espaço possui um corredor de aceleração com duas pistas para a caixa de areia, para realização de salto em comprimento e triplo salto e, zona para o lançamento do peso. Toda a comunidade educativa reconhece este espaço desportivo como “quinta” por se situar na quinta pedagógica da escola.

A rotação dos espaços desportivos era feita de duas em duas semanas de acordo com o *roulement* fornecido. Com a situação pandémica, a utilização dos balneários era restrita, por isso, as turmas em atividades escolares, no C1 e C2, tinham direito a um balneário, as turmas em atividades no ginásio não tinham esse direito.

A ESM dispunha de um leque variado de material didático para a lecionação das modalidades. Para além do referido anteriormente situado dentro do ginásio, a escola haviam ainda várias bolas para as diferentes modalidades (basquetebol, rugby, futsal, andebol, voleibol), cintos de tag rugby, discos de frisbee, cordas para ropeskiipping, sinalizadores, cones, arcos, coletes e barreiras.

Os equipamentos/espaços do agrupamento desempenham um papel importante no favorecimento da participação da comunidade no agrupamento, na valorização cultural desses equipamentos e enriquecimento cultural dos alunos, pois deve fazer com que a

família enquanto base formadora se sinta motivada e valorizada no acompanhamento escolar.

### **3.3.4 Caraterização das Turmas**

Urge reconhecer que para que ocorra um planeamento das atividades docentes e para uma boa organização de propostas metodológicas, que tenham significado para os estudantes, é essencial ter um perfeito conhecimento das turmas, pois só assim, conseguimos encontrar estratégias para exponenciar que sejam do seu interesse e abranjam as diferentes áreas do conhecimento, bem como a interpretação dos conteúdos abordados (Batista et al., 2019).

Tendo em vista este aspeto, foram realizados pelo NPES dois formulários online através da plataforma do *Google Forms*, com a finalidade de traçar estratégias para conceção do processo de ensino e aprendizagem, assim como, realçar as particularidades e características dos alunos

Com o nome de “Ponto de Partida”, o primeiro formulário apresentava como objetivo principal, o conhecimento geral da turma, pois, as questões estavam relacionadas com os dados biográficos dos alunos.

No segundo formulário, intitulado de “Área das Atividades Físicas”, eram expostas todas as modalidades e os seus critérios a seguir para a sua escolha, concedendo assim a possibilidade dos alunos de selecionarem quais as matérias a abordar, bem como as suas aspirações para a disciplina.

#### **12.º04**

Ao longo dos três períodos deste ano letivo, lecionei a turma 12.º 04 do curso Científico-Humanísticos de Ciências e Tecnologias. Tratava-se de uma turma heterogénea com três alunos do sexo feminino e os restantes dezasseis do sexo masculino. Destes alunos, registavam-se duas nacionalidades presentes no seio da turma, sendo que quatro alunos eram de nacionalidade brasileira e os restantes de nacionalidade portuguesa. É de reparar que, no ano transato, as notas da turma foram boas e as informações recebidas foram de que se tratava de uma turma pró-ativa e muito motivada para a prática da Educação Física.

No que diz respeito ao local de residência, apurou-se que dezoito destes alunos eram do concelho de Braga e apenas um residia no concelho de Barcelos.

Em relação aos impedimentos para a prática, um aluno iniciou o ano apresentando um atestado médico por causa de uma rutura do tornozelo, apresentando-se de muletas. Também se apurou que cinco alunos tinham dificuldades visuais.

Visto que cada vez mais vivemos na era tecnológica, tentámos perceber a facilidade dos nossos alunos na utilização das ferramentas digitais. Constatou-se que todos os alunos possuíam telemóvel e computador, apesar de este último ser de um instrumento de partilha.

Quanto à utilização de aplicações, com o objetivo de melhorar o processo de ensino e aprendizagem, o *Google Meet*, *Quizizz* e o *Kahoot* foram as aplicações mais conhecidas entre os alunos, seguindo-se o *Microsoft Classroom* e o *Padlet*.

Quando inquiridos sobre os desportos que os alunos tinham praticado até ao momento, referiram o futebol, o futsal, o voleibol, o basquetebol e a natação. As outras modalidades abordadas foram o badminton, a orientação, o atletismo e o ténis de mesa. As modalidades menos escolhidas foram a dança, a patinagem, o ténis, o frisbee, o rope skipping e os desportos de combate.

Deste universo de alunos, dez praticavam algum desporto federado, sendo seis na modalidade de Futebol, e quatro no Basquetebol. Relativamente ao Desporto Escolar sete alunos nunca tinham participado e doze já tinham participado. No que diz respeito à atividade física diária registaram-se nove alunos que não praticavam qualquer tipo de atividade física e dez que praticavam, nomeadamente dois praticavam entre duas a quatro vezes por semana.

A grande maioria dos alunos referiu querer alcançar uma classificação de excelência, no final do ano letivo, na disciplina de Educação Física, com a famosa expressão “rumo ao 20”.

Não pensando apenas na classificação, os alunos, maioritariamente, procuraram melhorar a aptidão física e a saúde e o bem-estar, surgindo na sequência da elevação das capacidades motoras.

## **9.º 01**

A turma do 9.º01 da ESM foi a turma onde os EE realizaram as aulas do Projeto CLIL. Era constituída por vinte e um alunos, dos quais onze do sexo masculino e dez do sexo feminino. Destes alunos, dezoito eram de nacionalidade portuguesa, dois de nacionalidade brasileira e um de nacionalidade polaca. A turma apresentava uma média de catorze anos de idade.

Não se registavam retenções em anos anteriores e a turma não apresentava alunos com necessidades educativas específicas. Relativamente ao aproveitamento escolar, a maior parte dos discentes apresentaram indicadores de aprendizagem positivos, havendo unicamente um aluno com uma negativa no ano anterior.

Relativamente ao nível de capacidades e habilidade motoras, a turma apresentava alguma heterogeneidade. Na sua constituição, registaram-se discentes com algumas competências e alguma predisposição para a prática da atividade física e, também, por alunos com alguma dificuldade motora e pouco predispostos para a mesma.

A turma tinha como características o debate e o entendimento lógico, exigindo dos EE alguma racionalidade no planeamento e execução de tarefas.

## **6.º D**

A turma D do 6.ºano era constituída por vinte alunos (doze raparigas e oito rapazes), com idades compreendidas entre os dez e os doze anos.

No ano letivo transato, todos os discentes frequentaram a turma D do quinto ano na E.B. 2, 3 de Palmeira, à exceção de um aluno, que frequentou a E.B. 2, 3 General Humberto Delgado, em Santo António dos Cavaleiros, concelho de Loures.

Apurou-se que a formação académica dos pais variava entre o 4º ano e a licenciatura. A maioria não terminou o 3ºciclo e apenas quatro concluíram o Ensino Secundário. As profissões, não considerando as situações desconhecidas e as de desemprego, variaram entre empregada de limpeza; empregado de armazém; empregado de balcão; motorista; pedreiro; electricista; cabeleireiro; empilhador; polidor de metais, agente da PSP, entre outras.

Dois alunos beneficiavam de Apoio Social Escolar no escalão A, três escalão B e cinco escalão C.

O grupo – turma caracterizava-se por alguma homogeneidade, tanto a nível comportamental como do ponto de vista cognitivo. No que concerne ao aproveitamento, a maior parte dos discentes evidenciava indicadores de aprendizagem positivos, mas um grupo mais restrito apresentava alguma falta de estudo e de empenho pelas atividades escolares.

De acordo com as classificações atribuídas no final do segundo período, o aproveitamento global e assim como o comportamento da turma eram satisfatórios.

Nesta turma estava inserido um aluno, com necessidades educativas específicas, que beneficiava de RTP (relatório técnico pedagógico) desde o 1ºciclo.

## **Outras turmas**

Na turma do 11.º 11 em que o EE designado para a sua orientação tinha sido o Tiago e, para o 12.º 09 era o Paulo, tentei sempre auxiliar os colegas do NPES de forma simples e não interventiva durante as aulas, sempre que necessário. Nas restantes turmas da nossa OC, Celeste Pereira, sendo elas, 11.º05, 12.º 10 e 1P4, fui sempre um elemento com uma resposta de presente, em que, num grande número de aulas juntamente com os restantes colegas do NPES, assumimos o papel de orientadores principais da turma.

### **3.4 Caracterização do núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional**

O núcleo da prática de ensino supervisionada era constituído por três estudantes estagiários, nomeadamente Nuno Lopes, Paulo Bravo e Tiago Airosa e pela OC, a professora Celeste Pereira, que é uma professora com enorme impacto e importância no seio da escola, sendo bem visível o profundo respeito que os restantes docentes sentem pela mesma. A OC tem já, no seu vasto currículo, uma larga experiência, tanto na lecionação como na participação ativa na vida e nas atividades da comunidade escolar. Segundo Batista e Borges (2015) o OC apresenta um papel crítico na preparação do EE, apresentando-se como um modelo de boas práticas profissionais. A professora Celeste contribuiu sempre de forma positiva para a nossa formação, procurando estimular e desenvolver em nós, as competências de conhecimento do docente e que servirão de alicerce para o nosso futuro profissional, enquanto professores de Educação Física.

O caminho para o sucesso certamente não é uma tarefa fácil, por isso, apenas trabalhando em equipa, com base na cooperação, ajuda, partilha e tendo sempre como tema principal a palavra equipa é que alcançámos todos juntos o fim desta etapa da nossa vida escolar da forma desejada.

No nosso caso, o grupo foi sempre heterogéneo uma vez que cada um de nós possuía características bem distintas. O colega Paulo Bravo tinha já uma experiência prévia na área do ensino da Educação Física, ocorrida durante o estágio curricular da licenciatura, no Colégio do Ave. Apresentava ainda experiência como treinador de formação no Vitória Sport Clube e como coordenador de atividades de aventura, no complexo de Rilhadas. O colega Tiago Airosa, desde o ano transato e até ao momento, lecionou atividades de enriquecimento curricular, sendo de nós os três, aquele que apresentava maior experiência de trabalho, nesta área. No meu caso, apesar de não ter

nenhuma vivência na área do ensino, apresentei experiência de alguns anos, como treinador de formação no Sporting Clube de Braga, uma vez que estive envolvido num projeto da câmara municipal da Póvoa de Lanhoso, designado por “Férias Ativas”, projeto esse em que apenas participavam, crianças desde os seis até aos doze anos.

Fazendo uma autoanálise, eu era o mais prático e hábil na oralidade e na atuação, apresentava um discurso mais fluído, pelo que o meu conhecimento da gestão da aula e o clima que se gerou foram uma mais-valia. O Paulo, o mais reflexivo, procurava ler muito e de modo a sustentar a sua atuação na bibliografia científica de referência na nossa área. O Tiago, o mais criativo, muito devido à sua frequência da turma de artes no seu 12.º ano, o que o tornou mais criativo e dinâmico nas suas atividades, apresentando sempre soluções inovadoras.

Cada um de nós, com as suas vivências, habilitações e experiência, conseguimos transpor para o contexto da prática de ensino supervisionada, ideias distintas que se foram refletindo nas nossas aulas. As ideias foram sempre partilhadas e analisadas em grupo, no qual todos aprendemos em conjunto e onde existiu sempre uma grande cooperação e uma atitude muito positiva no modo como nos encarávamos enquanto colegas de núcleo.

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

### **4.1 Organização e gestão do ensino e da aprendizagem**

A organização e gestão do ensino e da aprendizagem, são processos que credibilizam a estruturação, execução e conclusão na prática, pois, possibilita uma reflexão previamente realizada, idealizando os vários aspetos necessários para atingir o processo de ensino e aprendizagem com êxito.

Todo este processo apresenta como finalidade, o desenvolvimento de estratégias de intervenção, seguindo as diretrizes pedagógicas indo de encontro à evolução e formação dos alunos.

Os alunos reconhecem como fundamental o processo de organização e gestão de aula, promovendo assim, a capacidade de autonomia nesse processo (Costa et al., 2018).

#### **Conceção de ensino**

Os saberes de um professor são o resultado da uma formação inicial que se pretende que seja continua, que contemple aspetos como o currículo e a socialização escolar, o conhecimento das disciplinas a abordar, a experiência na profissão e a aprendizagem com os colegas (Borges, 2018).

Para que o processo de ensino e aprendizagem se desenvolva da melhor forma, deverá existir um conhecimento prévio do meio onde se vai realizar. Deverá ser feito um diagnóstico, de modo, a aferir os aspetos necessários para a lecionação e, colocar em prática as diferentes áreas de conhecimento, assim como, as modalidades a ensinar de um modo mais eficaz.

É necessário realizar uma reflexão inicial muito minuciosa, para apurar dados que permitam tornar o processo de ensino e aprendizagem rigoroso e bem-sucedido e, nesse sentido, é fundamental efetuar uma recolha de informação clara e objetiva.

Um longo e aliciante caminho iniciava com a apresentação da escola, das instalações e da comunidade escolar por parte da OC. Prontamente participamos em todas as reuniões que decorreram no início do ano letivo, juntamente com os restantes órgãos da escola, em que nos foi possível, perceber melhor o processo de arranque do ano letivo e toda a sua burocracia envolvida.

A nossa primeira intervenção, com os restantes professores, decorreu na reunião geral da área disciplinar de Educação Física onde nos foram explicados os procedimentos

da escola, a calendarização anual assim como todas as informações pertinentes para iniciar o ano letivo.

Um dos assuntos que mereceu maior destaque foi a implementação do novo projeto, designado, “Todos a ler”, cujo objetivo seria levar os alunos a realizarem breves momentos de leitura, no início das aulas. Esses momentos estariam definidos num calendário elaborado para o efeito e cuja finalidade seria estimular a leitura nos alunos, visto que, hoje em dia, tudo se realiza através das novas tecnologias. Outro assunto também de grande importância foi a análise dos procedimentos a ter em atenção devido à pandemia e, quais os cuidados a adotar em relação ao protocolo elaborado para a proteção de todos.

De acordo com Lavoura (2020), a conceção educacional da Educação Física é sustentada na teoria pedagógica, pois, é centrada no relacionamento entre a escola e a sociedade, ou seja, na relação entre os processos educativos e os processos sociais.

Na reunião geral dos professores, realizada no início do ano letivo, foi disponibilizado a todos os docentes o “Guia do Docente 2021/2022”, onde também se abordaram os projetos desenvolvidos ao longo do ano, também se ficaram a conhecer todas as atividades delineadas para a sua realização, em que, houve um bom desenvolvimento na proposta de atividades para o PAA, tendo em vista a operacionalização do Projeto Educativo.

Nas reuniões do Departamento de Expressões, foi proposto a implementação de metodologias tendo em vista uma melhoria na aprendizagem dos alunos. Durante estas reuniões, houve também, um bom desenvolvimento do Projeto Educativo e do PAA.

Foram no decorrer das reuniões da área disciplinar de Educação Física e Desporto que, foram concebidos o referencial para avaliação da área disciplinar e as planificações globais para o ensino presencial e misto, inclusive para o regime não presencial da disciplina de Educação Física.

Durante estas reuniões ficou bem claro que o trabalho colaborativo foi fulcral, através da troca de experiências, de práticas educativas e da aprendizagem de novos conhecimentos, tendo sempre em vista, o êxito do processo de ensino e aprendizagem.

Na reunião inicial do conselho de turma, ficou-se a conhecer melhor a turma, mediante a sua caracterização apresentada pelo diretor de turma. Nas reuniões posteriores realizou-se uma análise dos comportamentos da turma e definiram-se quais as melhores estratégias para se atingir um maior sucesso escolar da turma.

Segundo Duarte (2019), o Diretor de Turma exerce um papel multifacetado, pois, para além de desempenhar um papel de coordenação pedagógica, acompanha o aluno e os seus comportamentos, é um cargo considerado que estabelece uma relação de colaboração com as famílias, cujo o objetivo é o êxito do aluno, não apenas a nível académico, mas também educativo.

A conceção de ensino parte da análise de um conjunto de documentos que são fulcrais para todo o trabalho desenvolvido na escola. Sendo eles o Projeto Educativo, o Regulamento Interno, as Aprendizagens Essenciais de Educação Física do ensino secundário, em articulação com as competências descritas no perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória (PASEO), o *roulement* de instalações e o inventário do material.

O Projeto Educativo (PE) é um documento de cariz pedagógico, que estabelece a canalização educativa do agrupamento consoante a missão, a visão, os princípios, os valores e as prioridades educativas. O Regulamento Interno contribui como suporte à execução do PE, assegurando assim, que as regras de bom comportamento social fossem cumpridas.

O PASEO constitui-se como um documento com o objetivo organizacional do sistema educativo, sendo um documento generalizado para todas as escolas e ofertas educativas no domínio da escolaridade obrigatória, proporcionando uma interligação das decisões relativas ao desenvolvimento curricular (Bonito, 2022).

As Aprendizagens Essenciais são documentos de orientação curricular, que apresentam um papel determinante para o processo de ensino e aprendizagem. No caso da turma que fui responsável por orientar, frequentavam o 12.º ano, segundo as AE, os alunos devem conceber competências essenciais de nível introdução, em três matérias, e de nível elementar, em outras três matérias.

Um documento importante foi o “*roulement*” de instalações que permite selecionar, as diferentes modalidades a serem abordadas, de acordo com o espaço designado. Este documento apresentava uma rotação dos espaços, de duas em duas semanas. As características específicas dos espaços, influenciaram diretamente a elaboração do planeamento anual.

Outro documento de grande importância foi o que faz a relação do inventário do material permitindo ao EE ter a noção do material disponível para cada aula.

Foram desenvolvidos e apresentados à turma dois formulários, através do *Google Forms*, com o objetivo de recolher dados para a caracterização da turma e, ao mesmo

tempo, perceber quais as suas preferências, acerca das matérias que posteriormente iriam ser lecionadas.

Depois de realizada a revisão dos documentos estruturantes e considerando as características e as preferências da turma, delineou-se o planeamento anual e a distribuição a serem abordadas por parte dos EE's, em conformidade com a OC, tendo em vista, a concretização dos objetivos traçados.

#### **4.1.1 Planeamento**

O planeamento anual da disciplina, para cada ano de escolaridade, foi definido pelo grupo de disciplinar de Educação Física (seguindo as diretrizes dos Programa Nacional de Educação Física) e teve por objetivo orientar de modo consensual as matérias lecionadas e adaptá-las à realidade.

Segundo Patias et al. (2018), um planeamento, antes de ser elaborado, deve ser pensado tendo em conta alguns fatores, tais como, os objetivos propostos, os conteúdos a abordar, os métodos a utilizar e a avaliação, só assim será, um instrumento eficiente.

O programa de Educação Física foi sempre o foco da planificação anual e das unidades didáticas elaboradas para o ano letivo apresentando inúmeras variáveis para a sua realização e planeamento, tais como: as aprendizagens essenciais, o perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória, as instalações desportivas, o material disponível, as preferências dos alunos e sua avaliação diagnóstica.

Em todo este processo esteve presente a negociação entre o professor e a turma na organização das aulas, em que, os alunos tinham um papel importante na troca de ideias e apresentação de sugestões para uma boa prática na disciplina, participando também nas tomadas de decisão.

É fundamental tornar o aluno num agente ativo no processo do planeamento. Este modelo de negociação torna-os mais ativos no conhecimento e na escolha dos conteúdos a serem abordados, naturalmente este fator irá provocar um aumento na sua responsabilidade e motivação, visto que, foram os próprios alunos a tomarem tal decisão (Farias et al., 2019).

“Através da negociação com os alunos, que se realizou a organização e gestão do  
planeamento.”

(Reflexão da aula 10 de janeiro de 2022)

Na primeira aula do ano letivo, os discentes realizaram uma ficha biográfica de vocação e expectativas em formulário online. Esta ficha tinha como propósito servir de documento orientador para o professor de modo a conhecer melhor as características da sua turma. Para complementar esta ficha biográfica, foi utilizado outro formulário online, mas este acerca da área das atividades físicas, em que, os alunos demonstraram as suas preferências nas mais variadas modalidades disponibilizadas. A partir destes questionários foi possível apurar quais as modalidades escolhidas pelos alunos para abordar na disciplina.

Através das escolhas dos inquiridos, a criação da planificação anual tornou-se mais simples, pois, foi construída com base nas suas respostas, de modo a agradar à turma e conseqüentemente aumentar o empenho geral dos alunos, pois, a planificação anual foi de encontro às suas características e das matérias que mais gostavam.

Graças ao trabalho colaborativo do NPES, foram criados documentos orientadores, assim como, foi definido o formato do plano anual da disciplina. Estes documentos, de grande importância, foram usados por todos os estudantes do NPES com a mesma estrutura e, continham todos os temas/matérias a abordar ao longo do ano letivo, a respetiva instalação desportiva, o número da aula, o mês e o dia em que se encontra. No entanto, coube a cada EE traçar e definir o seu plano de trabalho com a sua turma, com base nas avaliações diagnósticas e as características da mesma.

Um planeamento nunca é algo definitivo, bem pelo contrário, deve ser bastante flexível, pois, deve pressupor o aparecimento de situações não previstas o que poderá tornar necessário a realização de ajustes, quer no modo como se desenvolverão os conteúdos, quer nas datas da sua realização, tendo sempre em conta, a dinâmica do contexto educacional (Patias et al., 2018).

No que se refere às unidades didáticas, estas foram elaboradas num documento em formato de grelha, onde constava os conteúdos a abordar em cada aula, a função didática (introdução, exercitação ou consolidação), as estratégias, o número de aulas da unidade didática, a data da aula e as metas a atingir.

Uma unidade didática é uma proposta de trabalho que pretende abordar um processo de ensino e aprendizagem completo, desde o estabelecimento do objetivo inicial até à verificação das realizações relacionadas com o referido processo. Para isso, as unidades de didáticas são constituídas por uma lista de objetivos, que abrangem, todo o processo, desde a abordagem educacional, até ao seu desenvolvimento e conclusão. Para que o desenvolvimento da unidade de ensino seja satisfatório, vários elementos devem de

ser levados em consideração ao estabelecer as metas ou objetivos. Alguns dos aspetos a serem considerados, são a diversidade dos alunos – as diferentes opções que cada um tem para abordar o conhecimento – o ambiente sociocultural, os recursos disponíveis etc. Ao considerar esses elementos, é possível construir efetivamente uma UD, uma vez que essas variações são essenciais na organização dos conteúdos e no discernimento dos objetivos e nas metodologias a serem utilizados.

No momento inicial de cada UD, foi realizada uma avaliação diagnóstica, possibilitando a avaliação do nível inicial de execução e dos conhecimentos dos diferentes conteúdos das modalidades. Após a recolha da informação, foi estabelecido o nível da turma e posteriormente a distribuição dos conteúdos a serem abordados em cada aula.

O NPES optou, como método de trabalho, pela prática diversificada das modalidades, ou seja, a prática de várias modalidades numa mesma aula. Deste modo, as habilidades técnicas apresentam algo em comum, favorecendo assim a possibilidade do *transfer* das aprendizagens, possibilitando ao aluno, uma maior compreensão das mesmas e, ao mesmo tempo, combater assim o surgimento de monotonia na prática da aula. A Educação Física deve impulsionar a experimentação e vivência de uma prática diversificada, de modo a que, favoreça o aluno, no despertar do prazer na prática de alguma modalidade específica, podendo assim, o gosto da sua prática manter-se durante toda a vida (Santos et al., 2018).

Estas práticas fazem com que os alunos se mantenham empenhados, abrindo novos caminhos para a criatividade e permite, deste modo, conjugar diferentes modalidades numa só, proporcionando aos alunos variadas aprendizagens.

Relativamente à organização das aulas, o papel do aluno sempre foi valorizado e considerado, com base na negociação entre o professor-aluno. Deste modo, motivaram-se os alunos para a prática das diferentes modalidades. Os discentes foram responsabilizados pela gestão e pela participação ativa nas aulas, quer na organização como na prática das mesmas. Considerou-se também o perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória com a inclusão do desenvolvimento de competências do foro cognitivo, afetivo, social e físico em que o trabalho de equipa era um lema quase sempre obrigatório nas aulas.

A definição de aptidão física esteve sempre presente em todas as aulas de Educação Física e o seu melhoramento foi um dos princípios obrigatórios e definidos para serem trabalhados durante o ano letivo. Para que isto fosse possível, os alunos construíram um plano de treino em grupo e posteriormente fizeram a sua respetiva apresentação. Estes

princípios serviram também para avaliar os conhecimentos dos alunos nas diferentes áreas. A aptidão física é um dos domínios da Educação Física, que deve ser trabalhado com os alunos, tendo em vista a elevação das suas principais componentes: a aptidão aeróbica e a aptidão muscular. No caso da composição corporal, raramente é avaliada nas escolas na sua totalidade, por falta de instrumentos para realizar a sua mediação. Contudo, calculou-se o índice de massa corporal. No início do ano letivo, foram avaliadas as prestações dos alunos nas várias componentes e ao longo das aulas foram trabalhadas de forma específica e também inseridas na prática. Para uma melhor avaliação, controlo da evolução dos alunos e com o objetivo de os estimular, a bateria de testes foi aplicada todos os períodos.

O desenvolvimento das capacidades, da aptidão física, do conhecimento e da habilidade do aluno são a base de todo o planeamento da Educação Física. Estes aspetos estão sempre presentes na planificação da UD e, conseqüentemente, em todos os planos de aula e, são considerados como objetivos gerais.

O plano de aula é um guia que tem como função auxiliar quer o professor quer o aluno, mas é necessário definir as matérias a ensinar para que a aprendizagem seja realmente eficaz e não se perca muito tempo com abordagens um pouco óbvias — fazendo o aluno perder o foco e o interesse. O plano de aula permite refletir sobre todos os detalhes de uma aula e mostrar qual o melhor caminho que deve ser estrategicamente percorrido para se atingir o objetivo principal da mesma.

É preciso ter em conta, na realização do plano de aula, alguns documentos orientadores, tais como, o recurso da avaliação formativa inicial e contínua e também as reflexões realizadas, no final de cada aula, tendo em vista a preparação das próximas. Este processo permite ao professor colmatar e corrigir alguns aspetos menos bons ocorridos na aula transata.

O NPES optou por construir um modelo de plano de aula, com a divisão do mesmo em três partes – a parte inicial, a parte fundamental e a parte final – cada uma com objetivos diferentes. A parte inicial da aula destinava-se à ativação geral do organismo, sempre coerente com os conteúdos a abordar. Na parte fundamental, os exercícios eram dirigidos para as metas e para os conteúdos da aula, assim como, para as funções didáticas associadas à mesma. Na parte final da aula assistia-se a um retorno progressivo à calma e realizavam-se fichas de observação ou questionários, tanto em formato de papel como em formato digital. Esta parte final teve um papel muito importante, principalmente na planificação da aula seguinte, pois, não só decorria a autorregulação dos alunos, mas

também, a análise da aula. Ouviam-se as opiniões sinceras dos discentes acerca do que correu bem ou menos bem e analisavam-se as estratégias propostas para o melhoramento das mesmas.

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

Existiu desde o primeiro momento a vontade de criar ambientes positivos de aprendizagem, através de estratégias e métodos, tendo em vista, um constante desenvolvimento dos alunos. A procura de cenários inovadores e criativos por parte dos EE foi sempre incansável, tentando sempre contornar o método tradicional de ensino. Após vários momentos de pesquisa e de reflexão, concluímos que, a alternativa seria utilizar novos modelos instrucionais, baseados em metodologias de ensino ativas e dinâmicas, sempre direcionados para o aluno. De acordo com Matsinhe e Pessula (2018), um bom clima educativo reflete-se num melhor desempenho, numa maior motivação e satisfação pessoal de todos os envolvidos, o que naturalmente se espelha num clima cordial e de entreajuda, resultando numa boa dinâmica de grupo.

“Através da comemoração do carnaval, a aula tornou-se mais divertida e os alunos mais motivados.”

(Reflexão de um aluno da aula 28 de fevereiro de 2022)

Os novos modelos instrucionais, direcionados para o aluno, possuem uma perspectiva mais construtivista, devido ao facto de serem mais abertos e dinâmicos. Esta prática relaciona o contexto, os objetivos de aprendizagem, atividades de aprendizagem, gestão da aula e avaliação ajustando-os ao modelo recorrente para cada unidade, tornando assim, todo o processo de ensino e aprendizagem rigoroso e assertivo.

Numa fase inicial da nossa intervenção pedagógica, optamos por recorrer ao modelo de Instrução Direta, pois era com esse, que estávamos mais familiarizados, onde o professor apresenta o papel principal na tomada de decisões acerca de qualquer tema e o aluno limita-se a ser um mero executante. Neste modelo avaliávamos os objetivos das aulas, seleccionávamos as atividades a executar e fornecíamos indicações ao aluno acerca do seu desempenho.

Depois de realizado um momento de reflexão acerca desta abordagem inicial, concluímos que o melhor seria ajustar a nossa atuação, por isso, decidimos adequar a nossa pedagogia e, desta forma, tornar o aluno como o centro deste processo, pois, o nosso

objetivo seria exponenciar o aluno como um agente ativo, não só na comunidade escolar, como também, na comunidade social.

“Com esta alteração no método de ensino, os alunos demonstraram-se mais empenhados.”

(Reflexão da aula 1 de outubro de 2021)

Seguindo a ideia de Gouveia et al. (2021), urge a ideia de formar alunos providos de capacidade, de pensamento reflexivo, de adaptabilidade em função dos contextos, de arranjar soluções, quando confrontados com problemas e, capazes de tomada de decisão em função do sucesso individual ou do grupo. Tornou-se fundamental garantir experiências vivenciadas que promovessem o desenvolvimento destas capacidades nos alunos.

Segundo Theocharopoulos (2022), cada vez mais é possível viajar e adquirir conhecimentos através de um simples toque nos aparelhos eletrônicos, sem que seja necessário sair de casa, indo de acordo com essa ideia, a promoção de ambientes virtuais de aprendizagem são oportunidades para as instituições de ensino.

Durante a nossa PES, procuramos implementar modelos de ensino híbridos, com o objetivo de estabelecer um ensino mais inclusivo e adaptativo, tendo sempre em mente, as características dos alunos e das modalidades praticadas. Com a implementação do ensino híbrido, a teoria nas aulas de Educação Física tornam-se mais apelativas e engraçadas para os alunos, desta forma, é fomentada a autonomia nos alunos, pois, eles escolhem qual o momento em que estudam os conceitos (Theocharopoulos, 2022).

“Com a implementação das novas tecnologias na modalidade de orientação, fiquei a conhecer capacidades de alguns alunos desconhecidas por mim até então.”

(Reflexão da aula 18 de março de 2022)

Nas aulas em que foi aplicado o modelo de Aprendizagem Cooperativa os alunos cooperaram em pequenos grupos, nos quais, era dada a função de líder a um dos elementos. Este trabalho em grupo foi cuidadosamente pensado, de modo a fomentar a interação, partilha de informações e que os alunos demonstrassem envolvimento e responsabilidade no seu processo de aprendizagem (Conceição & Moraes, 2018).

“Ficou comprovado que a turma apresenta um bom trabalho colaborativo”

(Reflexão da aula 30 de novembro de 2021)

“A responsabilidade dada pelo professor, tornou-se num fator positivo.”

(Reflexão de um aluno da aula 30 de novembro de 2021)

“Espero ter estado à altura da responsabilidade imposta em mim.”

(Reflexão de um aluno da aula 30 de novembro de 2021)

Na adoção do modelo de Educação Desportiva, os EEs recorreram a uma grande responsabilidade, pois, implicou um trabalho cuidadosamente pensado, um planeamento de todos os passos, pensamento estratégico, antecipação e muito trabalho de preparação prévio dos alunos. Seguindo as ideias principais do modelo, e principalmente na lecionação das aulas dos jogos desportivos coletivos, ajustamos as unidades, numa época desportiva. Partiu-se para a criação de uma competição formal, que se seguiu da seguinte forma, a divisão dos alunos por equipas, apuraram-se as estatísticas, foi conhecido o objetivo de melhoria e competitividade, sublinhou-se a obrigatoriedade de inclusão e a diversidade de funções. Com este modelo promovemos a cooperação e a autonomia. Seguindo a ideia de Gouveia et al. (2020), a inclusão contribui significativamente de forma a aumentar os índices motivacionais dos alunos, através da atribuição das variadas funções dentro da equipa e da necessidade de alcançar o mesmo objetivo.

“Para mim esta foi a aula que mais gostei.”

(Reflexão de um aluno da aula 19 de novembro de 2021)

Relativamente ao Ensino de Jogos para a Compreensão ou *Teaching Games for Understanding*, confirmou-se que, é o modelo mais recorrido nos jogos desportivos coletivos, apresentando como objetivos, a maximização do empenho motor dos alunos e, promover a capacidade de adaptação nas diferentes situações, resultando numa maior compreensão do jogo.

Este modelo baseia-se em quatro princípios pedagógicos, sendo eles, a escolha do tipo de jogo (*game sampling*), visto que, os jogos apresentam semelhanças e diferenças entre si, é um aspeto facilitador de uma maior compreensão dos conteúdos a aprender; a alteração do jogo por representação (jogos reduzidos); a alteração por exagero, ou seja, existe neste caso uma modificação das características do jogo, alterando-se as regras, o espaço utilizado e o tempo despendido, de modo a focalizar os jogadores com o encontro de problemas táticos; a adaptação da complexidade tática. Tendo em vista as capacidades dos alunos devemos fornecer estímulos diferenciados para uma melhor compreensão do jogo (Barba-Martín et al., 2020).

“A maneira de realização da aula foi muito boa.”  
(Reflexão de um aluno da aula 21 de janeiro de 2022)

O surgimento do modelo de Sala de Aula Invertida proporcionou o recurso às novas tecnologias, em que, previamente o professor publicava a matéria de estudo na plataforma digital em utilização e, posteriormente, os alunos estudavam o conteúdo proporcionando um debate de ideias na realização das aulas.

De acordo com Nascimento e Rosa (2020), através deste modelo, o aluno assume o papel central do processo de ensino e aprendizagem, tornando o professor apenas como facilitador e orientador da sua elaboração de conhecimento.

Através da Aprendizagem Baseada em Projetos é possível a transmissão da ideia que, a aprendizagem consiste na resolução de problemas. Este modelo apresenta como característica principal, a procura de soluções baseada no problema previamente exposto, anteriormente o professor expõe também os objetivos para base da pesquisa.

Traduz-se como um método de ensino, em que, através do recurso a cenários reais e significativos aos alunos, fomenta o trabalho cooperativo, resultando num produto final após os estudos realizados, tendo em vista, a procura de soluções depois de encontrado o problema (Oliveira et al., 2020).

O modelo de plano de aula foi constantemente analisado e alterado no decorrer do ano, pois, através do debate e discussão de ideias entre o NPES, ideias inovadoras e perspectivas diferentes foram surgindo, resultado também da experiência adquirida com o passar do tempo. Ainda assim, nunca nos desviamos do projeto base que continha todos os fundamentos necessários para a realização de uma aula.

Durante a PES procurou-se sempre implementar a utilização das ferramentas digitais, em prol da Educação Física, através do *Classroom*, *Padlet*, *Mentimeter*, *Kahoot*, *Genially*, *Google Forms*, *EDpuzzle*, entre outros. Para uma melhor compreensão destas ferramentas, os momentos de trabalho colaborativo do NPES juntamente com o dinamizador digital da área disciplinar foram fulcrais, aliando a pesquisa autónoma, e a formação constante através de webinares para uma melhor formação na área.

#### **4.1.2 Realização**

De acordo com Brehm (2021), o professor deve oferecer a oportunidade aos alunos de, juntamente com ele, desenvolverem os conhecimentos da aula, ou seja, estimular os alunos a desempenharem um papel ativo e reflexivo durante a prática. Não

sendo a prática o aspeto mais importante, é necessário também promover situações em que os alunos sejam capazes de resolver cenários problemáticos de forma argumentativa, reflexiva e crítica. Através dessa forma de atuação, a Educação Física escolar desenvolverá nos alunos uma maior autonomia na tomada de decisões, apurando neles o espírito crítico e reflexivo não só para as aulas, mas também, para a sua vida pessoal.

#### **4.1.2.1 Intervenção Pedagógica**

No que concerne à realização, houve sempre uma enorme preocupação em garantir que as atividades propostas fossem:

- inclusivas, pois nenhum aluno pode ser excluído por dificuldade ou aptidão insuficiente;
- significativas, correspondendo às perspetivas de aperfeiçoamento pessoal de cada aluno;
- agradáveis, conciliando gostos, motivações e interesses;
- variadas, colocando exigências diversificadas e adequadas ao nível dos alunos.

As atividades deverão igualmente ser realizadas num ambiente pedagógico que promova a coerência, a autonomia, a ajuda mútua, a cooperação e a automotivação (Pedagogia para a Autonomia e Sucesso Educativo).

De acordo com Batista e Moura (2019), durante a lecionação dos conteúdos a abordar numa aula, os professores devem possibilitar a participação ativa dos alunos na construção da mesma.

A realização é o processo de transitar da explicação para a aplicação, ou seja, da teoria para a prática. Durante este processo, o professor deve ser capaz de instruir, gerir a aula, monitorizar os comportamentos e ao mesmo tempo adequar as suas estratégias. As nossas aulas centraram-se sempre nas quatro dimensões: Instrução, Gestão, Clima e Disciplina para uma melhor atuação pedagógica.

Devido à existência destas variáveis, o plano de aula ou a realização do mesmo está sempre sujeito a receber qualquer tipo de alteração ou improvisação, pois, o objetivo principal será sempre permitir que as aulas decorram da maneira mais dinâmica possível, onde exista um máximo de empenho motor por parte dos alunos.

Os planos de aula apresentaram sempre duas, ou mais, modalidades diferentes, mesmo que, em alguns casos, existissem nelas características em comum. A vantagem da implementação deste método foi de que, desta forma, os níveis de motivação e

concentração dos alunos mantiveram-se elevados, devido à variedade de estímulos e situações a que estão sujeitos, dessa forma, possibilitou a contrariedade de que a aula se tornasse monótona.

O diálogo entre o professor e a turma é fundamental no sucesso do processo de ensino e aprendizagem. Uma das formas de interação, entre professor e alunos, ocorre através da negociação e assume um papel importantíssimo neste processo com uma intencionalidade educativa e pedagógica. A instrução é um dos pontos chave para a negociação entre o professor e os alunos, recorrendo à partilha de informações e conhecimentos entre ambas as partes, tais como, ideias, sugestões de melhoria, questões, entre outros (Ricardo, 2020).

Segundo Silva et al. (2021), para que se realize uma melhor instrução, deve se ter em conta a diversificação dos conteúdos expostos aos alunos.

Através da instrução, o professor procura motivar e transmitir ao aluno os conhecimentos acerca das atividades e, quais os seus objetivos de aprendizagem. Este processo realizou-se, ao longo do ano letivo, e ocorreu também, através de reflexões sobre as aulas, questionamentos, diferentes tipos de feedback e quando necessário, a demonstração da atividade pretendida.

Durante as aulas tentamos sempre utilizar um discurso de fácil e rápida compreensão, de modo que a transmissão das ideias fosse simples e clara contribuindo para uma boa dinâmica das aulas, não havendo paragens extras para a explicação do mesmo exercício, aumentando, deste modo, o empenho motor dos alunos. Um dos métodos adotados foi, portanto, a metodologia ativa, que permitiu a participação dos alunos na organização da aula e constatamos que as dúvidas se tornam menores.

Para que a linguagem, utilizada nas aulas, fosse explícita e de fácil compreensão procuramos enriquecer os nossos conhecimentos através de vídeos e com a leitura de documentos de apoio de modo a melhorar a nossa atuação no seio da turma. Segundo Torres (2019), quando se realiza a instrução, o professor deve ter em atenção o seu posicionamento e o dos alunos, uma vez que todos os pormenores são importantes e, de alguma forma, vamos aprendendo e assimilando conhecimentos ao longo das aulas.

Durante as nossas intervenções e/ou movimentações pelo espaço, tivemos sempre em atenção, a melhor forma de comunicar com a turma. Reparávamos em todos os pormenores, circulando por fora da zona de ação dos alunos, durante as explicações, para que estivessem todos no nosso campo de visão e também para não estarmos de costas enquanto praticavam as atividades.

Quanto ao questionamento, era majoritariamente utilizado durante a instrução para ter uma ideia mais concreta dos conhecimentos dos alunos, acerca das matérias ou modalidades, e consolidar essas aprendizagens e também em questões de atenção para manter os alunos atentos esclarecendo as suas dúvidas, caso surgissem.

De acordo com Batista e Moura (2019), o questionamento no processo de ensino, estimula a construção do conhecimento dos alunos, sendo que, as questões podem ser propostas oralmente ou em resoluções na prática.

Em relação ao *timing*, o questionamento é sempre utilizado no início da aula e no fim da mesma. Também pode acontecer quando um exercício não está a correr da forma correta, então, o exercício é interrompido e, rapidamente, colocam-se umas questões aos intervenientes para que eles consigam compreender o que está a correr mal e quais as estratégias a utilizar para que a dinâmica do exercício ocorra da melhor forma. Durante o questionamento apenas se forneceu a resposta final, se realmente, os alunos não conseguiam responder à altura, de outra forma, fomos dando algumas pistas até que eles, autonomamente, encontrassem a resposta desejada. A utilização do questionamento não serviu apenas para a avaliação dos conhecimentos dos alunos, mas também, para a consolidação dos mesmos.

Em relação à demonstração, esta é utilizada frequentemente como complemento da instrução e explicação dos exercícios/tarefas. Dependendo dos conhecimentos dos alunos, acerca dos gestos técnicos e das modalidades, utilizámos os discentes como agentes de ensino. Eram eles que demonstravam, através da nossa orientação, ou então eramos nós enquanto agentes de ensino, que realizávamos as demonstrações, dependendo da modalidade. Procurávamos sempre realizar a demonstração no centro da área de ação, para que, todos conseguissem observar com critério.

Segundo Ricardo (2020), o momento de demonstração deve ser executado pelos alunos, apresentando assim algumas vantagens, pois, permite ao professor centrar a atenção dos seus alunos nos aspetos mais importantes a compreender e, ao mesmo tempo, fomentar a visualização do que é pretendido, sendo este momento de aula considerado importante, devido ao seu efeito de modelação comportamental.

Em relação aos feedbacks, percebemos que são um fator de grande importância no processo de ensino e aprendizagem. Os feedbacks devem ser utilizados frequentemente durante a aula, tornando-se assim, um aliado considerável para o processo de ensino e aprendizagem (Pita, 2019).

O feedback pode ser proveniente de duas fontes, sendo elas, fontes internas (feedback intrínseco) ou externas (extrínseco).

De acordo com Adelino (2020), o feedback extrínseco compreende-se como uma informação sobre a ação, vinda de uma fonte externa. Esta informação caracteriza-se em dois tipos: conhecimento dos resultados, que se refere a informações facultadas ao sujeito acerca do resultado da sua ação em relação ao resultado pretendido; e o conhecimento de desempenho, que se realça as informações fornecidas ao sujeito sobre o padrão de execução do movimento realizado, tendo em vista, a concretização até ao desfecho pretendido, transmitindo informações do erro, alterando a ação em função desse fator.

Os alunos progredem quando recebem feedbacks, mas param de progredir ou regridem quando deixam de os receber, deste modo, constantemente foi utilizado o feedback corretivo e positivo.

O feedback corretivo nada mais é do que oferecer ao aluno informações sobre como ele realizou a tarefa, para que pudesse realizar, da próxima vez, de modo mais eficiente. Através do feedback corretivo, fosse verbal e/ou visual, é dada a possibilidade ao aluno de desenvolver o pensamento crítico e reflexivo e ajustar a sua ação, tendo em vista, o êxito individual ou do grupo (Fiorini & Manzini, 2018).

De acordo com Adelino (2020), o feedback positivo apresenta um papel de elevar a noção de competência e incentivo após a tarefa, potenciando assim, uma melhor aquisição de habilidades motoras por parte do aluno, por isso, esse tipo de feedback reflete-se diretamente em melhores resultados após a sua transmissão.

De modo a elucidar o que os alunos devem aprender, utiliza-se o feedup, para enquadrar os estudantes no processo de ensino e aprendizagem recorre-se ao feedback e finalmente aplica-se o feedforward para estabelecer o que os discentes necessitam de conhecer.

Relativamente à dimensão da gestão e organização tentamos sempre ser o mais eficientes possíveis e, procuramos sempre que os alunos estivessem em máximo empenho motor, iniciando a aula de uma forma rápida e eficaz e também que a explicação dos exercícios se efetuasse da mesma forma.

O professor de Educação Física deve ser capaz de encontrar estratégias que proporcionem aos alunos a envolvimento nas diferentes tarefas necessárias para o decorrer da aula. Essa gestão deve ser eficaz, pois, é um elemento determinante para que o processo de ensino e aprendizagem se realize da melhor forma (Ricardo, 2020).

Enquanto agentes de ensino, temos de estar cientes que nem todas as escolas apresentam os materiais necessários para toda a diversidade exigida na Educação Física, por isso, nem sempre as modalidades devem ser elaboradas com materiais específicos.

Dessa forma, o professor de Educação Física deve ser um agente ativo, sempre disponível para improvisar e ultrapassar qualquer adversidade, por essa razão, foi proposta uma atividade para que professores e alunos, construíssem os materiais pedagógicos necessários para a disciplina utilizando materiais alternativos e/ou recicláveis. Por outro lado, entendeu-se que os objetos que, porventura, não apresentassem qualquer tipo de funcionalidade, pudessem ser transformados e adequados ao processo de ensino e aprendizagem.

Depois de apresentada a problemática à turma, apurou-se a sua capacidade de detecção de problemas e através de uma análise crítica, passou-se ao passo seguinte - a resolução dos problemas encontrados. Procedeu-se à construção dos materiais necessários, em que, os alunos realizaram o trabalho de concepção e transformação dos instrumentos necessários para as aulas.

De acordo com Scapin et al. (2020), o trabalho colaborativo e a criatividade são elementos essenciais para uma melhor realização da atividade, mas sempre mantendo o foco na importância das ações e relações entre os alunos, permitindo aumentar o número e a diversidade de objetos trazidos, com o objetivo de lhes dar uma nova funcionalidade.

Procuramos sempre ir atempadamente para o espaço de aula para poder preparar todo o material e quando possível montar os exercícios e estruturas necessárias para o decorrer da aula, fazendo com que a sua dinâmica fosse fluente e que não fosse necessário que os alunos esperassem pelo professor.

Segundo Torres (2019), os momentos de organização e transição entre exercícios devem ser curtos, para que, não se altere a dinâmica e o foco da aula, mantendo assim os alunos empenhados e motivados na sua prática.

Desde a primeira aula foram consideradas as regras de segurança, do material, da disciplina e do espaço, para que as aulas pudessem decorrer da melhor forma.

É de realçar que o comportamento dos alunos depende bastante da nossa intervenção enquanto docentes, pois é necessário termos a noção do momento e do modo em que devemos atuar nas diversas situações. É imprescindível que o docente trate todos os alunos da mesma forma, que seja justo com todos e que nunca se esqueça que, apesar de serem uma turma, cada caso é um caso. Os alunos devem estar quase sempre em atividade pois apresentam, quase sempre, comportamentos menos bons quando estão

parados à espera da sua vez de atuar, seja numa fila de um exercício ou na transição dos exercícios.

Desde os primeiros dias, tentou-se ganhar o respeito da turma, não sendo demasiado autoritário com eles, de modo a promover um bom ambiente de aula e também procurando que os alunos se esforçassem em troca. O maior feedback que um docente pode ter sobre as suas aulas de Educação Física, e se os alunos gostaram da mesma, é quando, mesmo depois da aula terminar, pedem para continuar a praticar alguma modalidade.

No que concerne às questões de ajustamento, concluímos que, um docente deve ser flexível no planeamento das atividades e, ao mesmo tempo, ter uma boa capacidade de improvisação e criatividade, pois, a qualquer momento poderá ter de ajustar a sua aula previamente planeada.

O ensino dos diferentes conteúdos de aula está sempre sujeito a alterações, tendo em conta a experiência do aluno, por isso, os professores devem fomentar a sua participação ativa no processo de ensino e aprendizagem (Batista & Moura, 2019).

### **4.1.3 Avaliação**

Segundo Melo (2019), para iniciarmos o processo de avaliação é fundamental entender primeiro, qual a razão da avaliação e o que implica esse método, para depois sim, analisar de forma mais clara o processo avaliativo.

A avaliação tem como principal objetivo de melhorar o processo ensino e aprendizagem, sendo importante que os alunos tenham conhecimento dos critérios de avaliação.

O processo de avaliação proporciona o aperfeiçoamento do processo de ensino e aprendizagem, exponenciando o aluno na tentativa do êxito na disciplina de Educação Física, ao mesmo tempo que, promove a vivência de atividades e experiências, tornado assim marcante o seu período de educação (Albuquerque, 2018).

Para a avaliação são seguidos os critérios de avaliação estabelecidos pela área disciplinar, que tiveram por base as aprendizagens essenciais e o PASEO.

De acordo com Albuquerque (2018), o aluno é parte integrante no processo de avaliação, pois é essencial que este seja consciencializado, acerca do foco da avaliação e saiba quais os critérios estabelecidos, adequando assim o seu comportamento em função dos mesmos.

A avaliação é um procedimento anual que está organizado em três momentos: avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.

A avaliação diagnóstica é uma ferramenta que fornece informações sobre o domínio de determinados conhecimentos e habilidades por parte dos discentes e cujo objetivo é verificar quais os aspectos a melhorar. Após a sua realização, é possível ter uma visão sobre as necessidades dos alunos e, a partir desses elementos, estabelecer estratégias pedagógicas adequadas e trabalhar afincadamente para as desenvolver. Podemos afirmar que a avaliação diagnóstica possui três objetivos principais:

- Identificar a realidade de cada turma e especificamente de cada aluno;
- Observar se os alunos desenvolvem ou não as habilidades definidas para os processos de ensino e aprendizagem;
- Refletir sobre as causas das dificuldades, definindo assim as ações necessárias para trabalhar as adversidades encontradas. Durante o processo de avaliação diagnóstica, o NPES criou instrumentos de apoio baseados nas aprendizagens essenciais para a realização desta fase inicial, sendo esses instrumentos, grelhas, fichas de observação e fichas de autorregulação. Foram utilizados três níveis para avaliar o nível inicial dos alunos, das quais, o nível 1 (não executa), nível 2 (executa com dificuldade) e nível 3 (executa).

De acordo com Melo (2019), quanto à avaliação formativa, podemos concluir que esta apresenta como principal ideia, a aprendizagem do aluno e, não a classificação qualitativa dos seus conhecimentos, apresentando como objetivo, a promoção de uma aprendizagem em que os alunos percecionem os processos vivenciados, assim como, permitir aos professores o desenvolvimento dos processos de análise, reflexão e intervenção pormenorizados do seu trabalho e, conseqüentemente da aprendizagem dos alunos, tendo em vista o desenvolvimento de uma pedagogia diferenciada.

Foram abordadas outras estratégias que possibilitaram aos alunos, a compreensão das suas maiores dificuldades e, ao mesmo tempo, propor estratégias com o objetivo do seu melhoramento, fazendo com que os alunos percebessem qual o ponto de situação em que se encontravam, através de fichas de observação de aula, relatórios de aula e fichas de autorregulação. Dessa forma a Educação Física desenvolverá nos alunos o espírito crítico e reflexivo, capacitando-os com uma maior competência de autonomia nas suas tomada de decisões acerca da prática e, conseqüentemente, situações do seu quotidiano (Brehm, 2021).

A avaliação sumativa, é o resultado do somatório de todos os momentos observados anteriormente, refletindo-se na atuação e evolução do aluno (Ferreira, 2021). Para uma melhor avaliação, é crucial realizar a observação do desempenho dos alunos, permitindo assim uma reflexão criteriosa e justa.

Assim, tal como refere Albuquerque (2018), a avaliação deve ser realizada de forma adequadamente estruturada e planeada com o propósito de salientar a evolução do aluno, conseguindo, ao mesmo tempo, atender aos requisitos individuais de cada um, durante o seu processo de ensino e aprendizagem, tendo em vista o cumprimento dos seus objetivos.

#### **4.1.3.1 A reflexão como chave para o desenvolvimento**

De acordo com Benites et al. (2019), a reflexão de aula faculto o professor na construção do seu desenvolvimento profissional, pois através deste processo, é capaz de analisar cuidadosamente as suas tomada de decisão, os seus desafios e, ao mesmo tempo, proporciona o desenvolvimento do processo de construção do conhecimento

Desde o primeiro momento de lecionação que foram concebidas análises reflexivas, cujo objetivo foi apurar os conhecimentos obtidos durante as aulas. Tornou-se possível, através deste documento, realizar uma análise minuciosa sobre as opiniões dos alunos, acerca dos aspetos positivos, das principais dificuldades encontradas e também dos seus interesses.

Através deste método, possibilitou uma maior envolvimento dos alunos, tornando-os agentes ativos, na procura de soluções e estratégias para o atingir do sucesso individual e de grupo. Estes momentos foram implementados como avaliação formativa, destacando aspetos como a estruturação, organização e realização das aulas e, também, o espírito crítico e reflexivo dos alunos.

Após a realização de cada aula, existiu sempre um momento crítico e reflexivo entre o NPES com o objetivo de debater os aspetos positivos e menos bons de cada aula, tendo sempre em vista, a procura de estratégias de melhoria. Estes momentos representaram uma grande importância no desenvolvimento pedagógico de cada EE, pois, através da partilha de ideias e conhecimentos, conseqüentemente, resultou num aumento da competência do pensamento crítico e reflexivo.

Defendendo a ideia de Benites et al. (2019), a reflexão da aula é um processo crucial durante a PES, pois, este apresenta-se como um momento de construção de

identidade pedagógica, tal é, o primeiro momento em que o EE entra em contato com a realidade escolar, desenvolvendo debates e reflexões acerca da sua atuação.

Todos os planos de aula seguintes foram construídos, tendo em atenção, os detalhes das reflexões provenientes da aula anterior e, claro, também das conclusões apuradas após a reunião reflexiva do NPES.

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

### **5.1 Atividades Realizadas**

É notória a ideia de que, o AESM é um agrupamento que concede uma enorme importância ao desporto e à prática da atividade física, promovendo estilos de vida saudável e envolvendo naturalmente toda a comunidade escolar nas atividades realizadas.

Sendo a disciplina de Educação Física direcionada, não apenas para a parte prática do “saber fazer”, mas também a parte teórica e pessoal, isto é, a parte do “saber pensar” tendo sempre em vista, o perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória. Inculcar e promover nos alunos o pensamento crítico e reflexivo, desenvolver a sua criatividade, ajudá-los na resolução de problemas e na tomada de decisões. Deste modo, apurou-se e promoveu-se uma melhor perceção das matérias a lecionar, de situações para o desenvolvimento das suas competências, tendo sempre em vista, os requisitos de uma sociedade em constante remodelação.

A missão dos EE foi de fomentar nos alunos o papel de agentes ativos no seu processo de ensino e aprendizagem, não só na escola, mas também para com a sociedade.

De acordo com Pinheiro Filho e Fávaro (2021), o processo de ensino e aprendizagem deve considerar as características específicas dos alunos, desenvolvendo assim, a compreensão dos limites do seu corpo, fomentando o papel de sujeito ativo na escola e na sociedade.

Com a aplicação das metodologias ativas nas suas aulas, o NPES procurou implementar no aluno noções fundamentais de como saber viver em sociedade, promovendo competências como, os valores da amizade, o respeito pelo próximo, o trabalho em equipa e os momentos de partilha.

Segundo Saviczki (2019), com a implementação das Metodologias Ativas, transforma-se o processo de ensino e aprendizagem de forma mais atrativa e motivadora, desenvolvendo a criatividade, a procura de respostas para as questões que se vão colocando, reconhecendo no erro hipóteses para um melhoramento.

Tendo em vista o desenvolvimento de capacidades como a autonomia, a inovação e a criatividade, foi negociada, com os alunos, uma participação ativa na organização e realização das atividades escolares, tais como, a Comemoração da Época Natalícia, a Comemoração do outubro Rosa, o Dia Nacional da Pessoa com Deficiência. Ao inculcar e distribuir responsabilidades pelos alunos como na elaboração de materiais

autoconstruídos, na criação de coreografias, do trabalho colaborativo, foi possível fomentar a importância dessas capacidades num futuro próximo.

No dia 23 de setembro, comemorou-se o “Dia Europeu do Desporto”, a função dos EE’s foi de ajudar na preparação do percurso e das restantes atividades que decorreram no dia seguinte. Com esta atividade pretendeu-se elevar o número de participantes de práticas desportivas, direcionando-as, a toda a comunidade.

Como valorizamos uma data importante, não queríamos deixar passar em branco o alerta dado para esta problemática que encontramos nos dias de hoje, por isso, no dia 23 de outubro, assinalou-se o “outubro rosa”. Esta iniciativa apresentou um cariz de alerta para a necessidade de adequar os seus comportamentos, promovendo comportamentos saudáveis e a criação de hábitos de prática de atividade física na prevenção do cancro da mama, vigiando sempre a nossa saúde. Nesta atividade os alunos apresentaram-se com uma camisola rosa (os que não tinham, foi lhes disponibilizada uma pela escola), e realizaram a prática de atividades aos seus gostos, tendo sempre em vista, a prática de atividade física.

Como data especial, surgiu o centésimo aniversário da ESM, celebrado no dia 17 de novembro. Durante o dia de comemoração, realizou-se uma atividade com o tema de recriar o ensino da Educação Física lecionado há cem anos atrás, após uma pesquisa por parte dos alunos, replicou-se uma demonstração de uma aula alusiva à época.

Segundo Santos et al. (2019), a inclusão entende-se não somente ocupar o mesmo espaço, mas sim, a mesma possibilidade de todos usufruírem da escola, dos mesmos conhecimentos.

Indo ao encontro desta ideia, o NPES, participou no “Dia Nacional da Pessoa com Deficiência”, que se realizou no dia 9 de dezembro de 2021. Pois considerando a disciplina de Educação Física direcionada não apenas para a prática, também abordando o “saber pensar”, esta atividade apresentou-se como um aliado ao desenvolvimento da criatividade, devido às problemáticas encontradas; fomentou também o assunto da inclusão, demonstrando assim, que a Educação Física é partilhada entre todos; exponenciar o trabalho de equipa, em que na maioria das atividades foram criados cenários que era obrigatório trabalhar dessa forma. Com esta atividade demonstrou-se que a Educação Física é disponibilizada para qualquer tipo de pessoa e, sempre impulsionando atividades promotoras de bem-estar e saúde.

A pandemia teve um impacto bastante negativo socialmente em todo o mundo, em consequência, refletiu-se um aumento do número de casos de depressão e solidão social (Pacheco, 2021). De modo a combater essa problemática imposta pela pandemia, o NPES tentou contornar esse tema, desenvolvendo práticas promotoras da socialização escolar, como tal, a última de aulas do primeiro período destinou-se à celebração da época natalícia.

“Para mim o natal é a época mais feliz do ano, é uma época de amor, família e amigos.”

(Reflexão de um aluno, do dia 18 de dezembro, de 2021)

Através desta atividade, pretendemos consciencializar toda a comunidade educativa para a importância de um espírito de solidariedade, de partilha, de carinho, de amor, promovendo ao mesmo tempo, práticas pedagógicas de autonomia.

Foram realizadas atividades tendo em vista a celebração da época, sugestões como, trazer roupa de cor alusiva à época, criar uma playlist com temas natalícios e construir algo relacionado com o Natal, sempre com o tema da Educação Física em mente.

Todas estas atividades apresentaram como objetivo o aumento do processo de socialização, através do trabalho colaborativo e de relacionamentos interpessoais.

Para vivenciar todo o espírito na comunidade da ESM, participamos, ainda, no coro musical. Atividade que se realizou no dia 21 de dezembro, em que, foi filmada e posteriormente, reproduzida no encontro de Natal virtual do AESM. Uma atividade não dominada por nenhum elemento do NPES, mas que foi encarada com o rigor e responsabilidade que a tarefa exigiu, no fim, acabou por se tornar bastante divertida, foi nos possível também, estabelecer novos laços com outros professores.

Para a continuação da promoção de ambientes positivos de aprendizagem, comemorou-se o Carnaval, em que, desafiamos os alunos a trazerem alguma peça de roupa alusiva ao tema, e os mesmos, deram uma resposta bastante positiva, ao trazerem todos qualquer tipo de adereço para a celebração da data. Com esta atitude percebeu-se que, os alunos envolveram-se bastante no processo de ensino e aprendizagem e que, foi possível aprender com alegria.

“Fiquei bastante surpreendido pela positiva com a adesão de toda a turma.”

(Reflexão do dia 28 de fevereiro, de 2022)

No dia 7 de abril comemorou-se o dia do agrupamento, onde foi organizada uma pequena exposição alusiva às comemorações dos “48 X 48”, lembrando os 48 anos

antes da ditadura e os 48 anos decorridos após a implementação da democracia, ilustrando as diferenças no modo que, as modalidades eram lecionadas antes e depois do 25 de abril.

Foi, ainda, realizado um momento de atividade física, na escadaria principal, com o objetivo de retratar marcos importantes da história de Portugal e do ensino, neste caso, da Educação Física. Em simultâneo, neste dia também, o grupo de estagiários vigentes na ESM, incluídos neste grupo estão, os EE de Educação Física, de História e de Língua Portuguesa, que em conjunto elaboramos uma prova de orientação, sob a forma de caça ao tesouro, juntamente com jogos tradicionais, distribuída por toda a escola. Dessa forma, os alunos vivenciaram várias experiências, aumentando assim, o conhecimento geral do espaço escolar, pois, alguns alunos através da caça ao tesouro conheceram locais outrora conhecidos pelos próprios; divertiram-se à medida que realizavam os jogos tradicionais e promoveu-se também, a prática da atividade física. Através desta atividade, os alunos relembrou a importância da liberdade, que por vezes, é bastante esquecida e, até desvalorizada.

Ao longo do ano letivo, o NPES procurou aumentar o número de participantes no Desporto Escolar, fomentando o gosto pelas modalidades já existentes, e até para clubes que ofereciam a participação numa competição federada.

Toda a nossa atuação e socialização insurgiu na ideia de criar e vivenciar experiências inovadoras, de sucesso e de valorização individual e coletiva.

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

É notória a ideia de que, o AESM é um agrupamento que concede uma enorme importância ao desporto e à prática da atividade física, promovendo estilos de vida saudáveis e envolvendo naturalmente toda a comunidade escolar nas atividades realizadas.

Sendo a disciplina de Educação Física direcionada, não apenas para a parte prática do “saber fazer”, mas também a parte teórica e pessoal, isto é, a parte do “saber pensar” tendo sempre em vista, o perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória. Inculcar e promover nos alunos o pensamento crítico e reflexivo, desenvolver a sua criatividade, ajudá-los na resolução de problemas e na tomada de decisões. Deste modo, apurou-se e promoveu-se uma melhor perceção das matérias a lecionar, de situações para o desenvolvimento das suas competências, tendo sempre em vista, os requisitos de uma sociedade em constante remodelação.

A missão dos EE foi de fomentar nos alunos o papel de agente ativo no seu processo de ensino e aprendizagem, não só na escola, mas também para com a sociedade.

De acordo com Filho e Fávoro (2021), os processos de ensino e aprendizagem devem considerar as características específicas dos alunos, desenvolvendo assim, a compreensão dos limites do seu corpo, fomentando o papel de sujeito ativo na escola e na sociedade.

Com a aplicação das metodologias ativas nas suas aulas, o NPES procurou implementar no aluno noções fundamentais de como saber viver em sociedade, promovendo competências como, os valores da amizade, o respeito pelo próximo, o trabalho em equipa e os momentos de partilha.

Segundo Saviczki (2019), com a implementação das Metodologias Ativas, transforma-se o processo de ensino e aprendizagem de forma mais atrativa e motivadora, desenvolvendo a criatividade, a procura de respostas para as questões que se vão colocando, reconhecendo no erro hipóteses para um melhoramento.

Tendo em vista o desenvolvimento de capacidades como a autonomia, a inovação e a criatividade, foi negociada, com os alunos, uma participação ativa na organização e realização das atividades escolares, tais como, a Comemoração da Época Natalícia, a Comemoração do outubro Rosa, o Dia Nacional da Pessoa com Deficiência. Ao inculcar e distribuir responsabilidades pelos alunos como na elaboração de materiais autoconstruídos, na criação de coreografias, do trabalho colaborativo, foi possível fomentar a importância dessas capacidades num futuro próximo.

Ao longo do ano letivo, o NPES procurou aumentar o número de participantes no Desporto Escolar, fomentando o gosto pelas modalidades já existentes, e até para clubes que ofereciam a participação numa competição federada.

Por fim, convém referir que o processo de ensino e aprendizagem, é um processo gradual e mútuo, pois os agentes envolvidos, professores e alunos foram evoluindo em conjunto. Tal como defende Santos (2017), durante o processo de ensino e aprendizagem, o professor não é somente o detentor e transmissor do saber e do conhecimento, pois também ele aprende durante este caminho de partilha de saberes, recebendo de volta o feedback do que o aluno assimilou.

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

No início da sua vida profissional, o professor analisa os saberes e conhecimentos que desenvolveu durante as vivências do seu estágio curricular, tendo em conta, os

aspectos que considerou mais relevantes para uma melhor atuação, sendo assim, um maior suporte para a sua prática profissional. Deste modo o professor depara-se com situações desconhecidas e, que ao mesmo tempo, promovem a aquisição iminente de competências profissionais (Farias et al., 2018).

Tendo em vista uma boa integração no seio da comunidade escolar o NPES adotou, desde o início, uma postura participativa marcando presença em todas as reuniões de conselhos de turma, da área disciplinar, de direção de turma e em outras atividades já referidas.

Desde cedo reparamos que as nossas opiniões e os nossos testemunhos eram levados em consideração pelo restante corpo docente, e que, por vezes, até havia uma grande insistência para que as nossas conclusões fossem ouvidas. Este comportamento foi extremamente importante para o NPES e para a construção de laços interpessoais com os restantes membros da comunidade escolar.

Com a participação nas atividades, anteriormente referidas, foi possível ao NPES impulsionar uma melhor integração na escola e no seio dos professores, pois, desde cedo, houve um trabalho colaborativo e, ao mesmo tempo, demonstrou-se uma grande disponibilidade de ajuda de ambas as partes.

Para um maior fortalecimento de todo o processo de socialização surgiu a possibilidade de partilhar conhecimentos digitais, com o auxílio do dinamizador digital responsável da área disciplinar de Educação Física. O NPES encarou, desde logo, este processo como sendo de extrema importância, pois, reconheceu que através do trabalho colaborativo estariam a contribuir para impulsionar as dinâmicas de aula dos restantes professores da área disciplinar. Foi notória a constante evolução tecnológica, quer da nossa parte quer da parte do dinamizador digital, pois observou-se que a busca e a partilha constante de materiais digitais resultou na exploração de novos campos, desconhecidos para ambas as partes.

Tentamos retirar o máximo de proveito de todas as experiências vivenciadas com o restante corpo docente que exerce na ESM. Esses momentos contribuíram bastante para a nossa integração na comunidade escolar aumentando ainda mais o sentido de responsabilidade e o gosto por esta bela profissão.

Com a participação nas várias atividades escolares, oferecidas pela comunidade escolar, e no desempenho das várias funções, o EE desenvolve um maior conhecimento acerca da realidade da escola e do processo de ensino-aprendizagem, promovendo a elaboração da sua própria identidade (Ferreira, 2021).

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

Com a realização do RPES foi possível refletir sobre as expectativas iniciais e acerca da realidade que encontramos.

Durante o todo o processo de atuação, fomos ao encontro das necessidades individuais dos alunos, tendo sempre como tema principal o PASEO, em que fomentamos nos nossos alunos o conceito de cidadãos ativos e responsáveis na comunidade escolar, Este processo tornou-se muito mais fácil devido à missão que o AESM apresenta, de fomentar constantemente a formação dos seus alunos.

Deste modo, tentamos promover um clima de aprendizagem positivo, com o objetivo de extrair o melhor de cada um, através de contribuições para um melhor processo de ensino e aprendizagem e, ao mesmo tempo, que se desenvolvessem valores como o empenho, a autonomia, a liderança, a solidariedade e o espírito crítico e reflexivo, tornando, deste modo, os alunos como cidadão ativos.

As palavras “criatividade e inovação” estiveram sempre presentes na nossa ação pedagógica e através da promoção das competências digitais com base no exercício físico o que despertou ainda mais o interesse dos alunos pela disciplina e, ao mesmo tempo, desenvolveu a busca pelos conhecimentos e por propostas para uma melhor dinâmica.

Um aspeto que se destacou foi que a diferença de idades entre os alunos e os EE não era significativa. Este facto proporcionou uma fácil comunicação entre ambas as partes e, ao mesmo tempo, foi necessário fomentar o respeito mútuo, de modo a que a orientação da turma fosse facilitada.

Por fim, convém referir que o processo de ensino e aprendizagem, é um processo gradual e mútuo, pois os agentes envolvidos, professores e alunos foram evoluindo em conjunto. Tal como defende Santos (2017), durante o processo de ensino e aprendizagem, o professor não é somente o detentor e transmissor do saber e do conhecimento, pois também ele aprende durante este caminho de partilha de saberes, recebendo de volta o feedback do que o aluno assimilou.

## **6. Desenvolvimento profissional**

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

Nos dias de hoje a sociedade surge em constante remodelação, e surgem constantemente novas adversidades e desafios, emergindo também a importância de que o professor tem de se reinventar através de uma formação permanente (Albuquerque & Castro, 2015; Silva, Santos, et al., 2021)

Na minha opinião, o ano da PES tem um papel fundamental na vida de qualquer estudante que aspire a ser professor, pois, é um caminho repleto de experiências tanto a nível pessoal como profissional, dando-se uma metamorfose entre a passagem do “ser aluno” para o de ser “professor”.

O início do ano trouxe algumas incertezas, medos e dúvidas, mas havia uma grande certeza: ao assumir a função de professor estaríamos a aceitar a responsabilidade de educar seres humanos, através de práticas desportivas.

O supervisor escolar, neste caso, a professora Fátima Sarmento, tem a atuação voltada para a qualidade da educação cujo resultado se manifesta no processo de ensino e aprendizagem do aluno. O papel deste profissional visa assessorar, coordenar, planejar, de modo que seja eficiente e eficaz o papel da escola na comunidade. Foram estes os pilares que serviram de alicerces para o meu desenvolvimento neste percurso tão agradável e para a minha vida profissional.

Com este RPES, pretendi organizar o meu trabalho em função do papel formativo da disciplina, em que o ajuste constante da planificação foi feito de acordo com as necessidades dos alunos. Este ajuste inicialmente causou alguma dificuldade, mas com o decorrer das aulas foi se tornando mais fácil e mais natural.

A avaliação formativa, de um modo geral, no nosso NPES, foi um dos processos que mais adaptamos devido às dificuldades sentidas, pois era difícil para nós observar a aula e o que nela decorria e dar feedbacks constantes, tanto na correção como na motivação dos alunos e ao mesmo tempo e registar, em simultâneo, as componentes mais oportunas da aula.

Procurei sempre melhorar os meus conhecimentos e atualizar os mais recentes materiais de apoio, mas sempre com os olhos postos no futuro para aprender cada vez mais, como por exemplo, explorar ainda mais o mundo digital. Hoje em dia, a tecnologia

está cada vez mais presente no cotidiano das pessoas e, conseqüentemente, dos nossos alunos. Procurei também atingir uma meta de grande importância: uma maior familiarização com as metodologias de ensino ativas, método este que desconhecíamos, pois nunca tínhamos abordado o mesmo.

De acordo com Cardoso et al. (2016), o objetivo do trabalho colaborativo passa por, promover momentos de partilha, favorecer a iniciativa e fomentar a vontade de evoluir.

O NPES procurou, desde cedo, alargar os seus conhecimentos sobre a realização docente e através da partilha de vivências com outros colegas. Desta forma, foi adotada, da nossa parte, uma postura séria e responsável pelo trabalho realizado. Mostramo-nos sempre disponíveis para ajudar e partilhar experiências, em todos os momentos, com os restantes professores da escola.

Durantes os vários encontros informais e em conversa com o restante grupo de trabalho foram apresentadas diversas estratégias cujo objetivo era exponenciar o desenvolvimento das capacidades dos alunos.

Tendo em conta a nossa finalidade de promover um constante desenvolvimento de competências, o NPES assistiu a alguns webinars intitulados: “Que papel para o feedback, para as rubricas e para os alunos na Avaliação Pedagógica?”, “Dar ao pedal”, “O digital na formação de professores (inicial e contínua)”, “A nova geração de Manuais e a Escola Virtual como ecossistema digital” e “A Escola depois das eleições – os desafios que esperam o próximo ministro da Educação”.

O NPES participou ainda no “Seminário: Revisão Sistemática de Literatura”, promovido pela Gades Solutions. Nesta formação foram demonstradas as vantagens do uso de um gestor de referência e foi apresentada a relevância de efetuar uma revisão sistemática, durante o processo da escolha de artigos e da seleção do seu conteúdo.

Tendo sempre em vista um aumento do nosso conhecimento estivemos presentes na formação promovida pela Universidade da Maia, “Desafios para um professor em início de carreira”. Nesta formação evidenciou-se o que pode esperar o EE quando integrar o mercado de trabalho, apresentaram-se os procedimentos a realizar para o concurso nas escolas e informou-se acerca da forma como funcionam as Atividades de Enriquecimento Curricular.

Na sociedade atual, a tecnologia desempenha cada vez mais um papel de grande importância, provocando cada vez mais mudanças no pensamento da socialização humana, assumindo papéis importantes na criação e manutenção das relações pessoais (Freitas et al., 2019).

Defendendo essa ideia, o NPES promoveu um momento de partilha semanal, com o dinamizador digital da área disciplinar, procurando impulsionar o lado tecnológico de todos os envolvidos, como tal, apresentou-se um conjunto de aplicações e ferramentas digitais, tais como, o *Classroom*, o *Genially*, o *Educolorir* e o *Edpuzzle* com o objetivo da sua aplicação na prática.

Através do *Classroom* foi possível a criação de salas de aula virtuais, onde foram facultados os materiais de apoio, apresentadas as tarefas pedidas, os desafios e as avaliações com os alunos. Esta ferramenta foi de grande auxílio no nosso processo educativo.

Para a produção de conteúdos interativos e inovadores, foi facultado o *Genially*, que nos permitiu construir imagens, mapas, apresentações e gráficos repletos de animações atrativas para os alunos.

Em relação às ferramentas *Educolorir* e *EDpuzzle*, estas foram utilizadas como método de verificação, numa dimensão lúdica e descontraída, dos conhecimentos dos alunos sobre diversos conteúdos.

O *Padlet* apresentou um papel importante na PES porque era utilizado como um mural para a entrega e avaliação das tarefas desenvolvidas. Enquanto EE, participei numa formação online designada de “44 Ideias para utilizar o Padlet na escola”, com o objetivo de aumentar o meu conhecimento acerca desta ferramenta e deste modo, auxiliou-me na aquisição de técnicas para a sua utilização.

Através de pesquisas em livros e artigos científicos procurei sempre alargar o meu conhecimento sobre os diversos conteúdos lecionados, sobre as estratégias a utilizar e sobre as ferramentas que aperfeiçoassem todo o processo de ensino e aprendizagem. Um fator de grande importância a ter em conta neste processo diz respeito aos momentos de comunicação e troca de ideias com os docentes da disciplina e restante NPES.

A realização do projeto de intervenção, realizado pelos EE, em colaboração com o doutor Gustavo Silva, no âmbito da UC de Projetos de Intervenção, permitiu desenvolver as nossas competências de estudo e de investigação. Denominado por “Atividade Física, sedentarismo, hábitos de sono e marcadores de hipertensão, rigidez arterial e função autónoma em crianças e adolescentes”, este projeto tinha como objetivo principal, gerar uma influência positiva na sociedade escolar, alterando a mentalidade sedentária dos nossos alunos, promovendo um estilo de vida ativo, através do desporto e da prática da atividade física

Com a realização deste seminário foi possível promover a nossa capacidade de argumentação e comunicação, o trabalho de equipa e o espírito crítico e reflexivo.

De acordo com Ristow et al. (2020), a constante formação acontece através de trocas de experiências profissionais e de relações pessoais informais. O autor apoia a ideia de que as futuras comunidades de prática de professores de Educação Física devem ser formadas em diferentes contextos.

## 7. Reflexões Finais

A PES foi uma caminhada que inicialmente se avistava um pouco complicada, devido aos vários fatores que nela estavam envolvidos, mas com o passar do tempo e o maior conhecimento do EE, revelou-se num processo prazeroso, na procura das várias estratégias para um processo de ensino e aprendizagem com sucesso.

Encarei sempre os desafios sem medos, sempre com muita vontade de ultrapassar as barreiras e de adquirir novos conhecimentos para a minha vida profissional.

Durante o processo de PES, refleti inúmeras vezes acerca desta etapa da minha vida e da sua fórmula enriquecedora de aprendizagens, estes momentos ficarão certamente marcados para o resto da minha vida.

O processo de formação continuada deve ser idealizado a longo prazo, valorizando a prática docente como um espaço para o desenvolvimento da formação e reflexão sobre os métodos ensino e aprendizagem (Bueno, 2018).

Enquanto estudante, senti uma enorme evolução no meu conhecimento e na minha forma de pensar quanto à educação. Constatei que a construção da identidade profissional como professor de Educação Física se caracteriza por um desenvolvimento constante, de forma contínua e consistente.

Partimos da premissa de que a construção da identidade profissional do professor de Educação Física se fundamenta na escolha e na participação profissional, pois constrói-se de acordo com as vivências experienciadas por parte do EE, reconstruindo conhecimentos, tendo em vista, uma melhoria no seu processo de ensino e aprendizagem.

O professor deve ser visto como um exemplo, refletindo sobre as suas práticas e procurando estar sempre atualizado quanto às novas tendências. A formação deve ser constante, durante a sua vida profissional e social. Urge a necessidade de ser autónomo, criativo, inovador, responsável, de apresentar um espírito crítico e reflexivo acerca do seu desempenho e de desenvolver a capacidade do trabalho colaborativo entre pares.

O PASEO exige que os professores se adaptem ao contexto, tendo em conta o mundo tecnológico, tornando o ensino mais atrativo e inovador, o que conseqüentemente aumenta a motivação dos alunos. É fundamental a forma como se promove a capacidade de autonomia e o pensamento crítico e reflexivo nos alunos que não podem ser apenas uns executantes. Os discentes devem também saber qual a razão do método ou da matéria que estão a abordar nas aulas.

Portanto, é necessário recorrer a novos modelos, novas estratégias e novas ferramentas, para agilizar a teoria e a prática. Deste modo, permite-se uma maior interatividade e adaptabilidade ao conceito tecnológico. A implementação de novas metodologias enquadra-se na conceção de escolas inovadoras e nas habilidades do futuro, previstas pelo mercado de trabalho.

Tentei sempre corresponder à altura dos desafios, encontrados durante a PES, com um sorriso no rosto. Procurei motivar os que me rodeavam, ajudando-os a enfrentar os obstáculos encontrados e promovendo a atividade física regular. Durante a PES, enquanto EE, deparei-me com várias dificuldades que, ao longo do tempo, após momentos de reflexão, sozinho e/ou em conjunto com o núcleo da PES, permitiram-me descobrir estratégias positivas para atender às necessidades.

Termino esta etapa com um profundo sentimento de dever cumprido, com a sensação de ter alcançado o objetivo pretendido e acima de tudo com a certeza de estar preparado e repleto de vontade para iniciar uma nova viagem, mas desta vez sozinho, voando pelas minhas próprias asas, tendo a possibilidade de colocar os meus ensinamentos em prática, ensinando e aprendendo.

De acordo com Favatto e Both (2019), é de ressaltar que o início da carreira representa um momento repleto de vontade de atuação profissional e que também é composto por desafios inconvenientes e atípicos.

## 8. Referências Bibliográficas

- Adelino, R., & Matos, P. (2020). *Frequência de feedback nos esportes coletivos: revisão sistemática*. Universidade do Sul de Santa Catarina.
- Albuquerque. (2018). *Relatório da Prática de Ensino Supervisionada em Educação Física: Estratégias de motivação para as aulas de Educação Física* [Universidade de Évora]. <http://hdl.handle.net/10174/23336>
- Albuquerque, A., & Castro, J. (2015). Formação do Professor de Educação Física: No Poliedro da Profissionalidade Docente. In R. Resende, A. Albuquerque, & R. Gomes (Eds.), *Formação e saberes em desporto, educação física e lazer* (1st ed., pp. 243–272). Visão e Contextos.
- Barba-Martín, R. A., Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., & González-Calvo, G. (2020). The application of the teaching games for understanding in physical education. Systematic review of the last six years. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph17093330>
- Batista, & Moura, D. L. (2019). Methodological principles for teaching of physical education: The beginning of a consensus. *Journal of Physical Education (Maringá)*, 30(1), 1–11. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3041>
- Batista, N. L., Feltrin, A. P., Castilho, A. M., Dal Ongaro, F., Altermann, F. A., Preuss, H. D. R., Herber, M. D., Leite, M. P., Simões, M. V., & Binder, T. G. (2019). Caracterização Das Turmas De Atuação Do Pibid Geografia Ufsm: Conhecer Para Planejar a Prática Pedagógica. *Vivências*, 15(29), 27–42. <https://doi.org/10.31512/vivencias.v15i29.59>
- Batista, P., & Borges, C. (2015). Professor cooperante: papel e desafios no contexto Português e Quebequese. In R. Resende, A. Albuquerque, & A. R. Gomes (Eds.), *Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer* (pp. 421–451). Visão e Contextos, Edições e Representações, Lda.

- Benites, L. C., Almeida, S. R., Custódio, N. G., De Souza, S., Maciel, L. F. P., & Poulsen, F. F. (2019). O processo de reflexão sobre a própria prática, de futuros professores Educação Física. *Educação: Teoria e Prática*, 29(60), 98–120. <https://doi.org/10.18675/1981-8106.vol29.n60.p98-120>
- Bonito, J. (2022). Cidadania e socorrismo. *Revista Contexto & Educação*, 37(117), 63–84. <https://doi.org/10.21527/2179-1309.2022.117.12887>
- Borges, R. M. (2018). Estudar com professores: a formação continuada e o processo de mudança de concepção de ensino na educação física escolar. In *Estudar com professores: a formação continuada e o processo de mudança de concepção de ensino na educação física escolar*. <https://doi.org/10.24824/978854443206.8>
- Brehm, E. (2021). *O papel do professor de educação física na escolha profissional dos alunos: reflexões acerca das práticas esportivas*. 6.
- Bueno, J. (2018). Função social da escola e organização do trabalho pedagógico. *Educar Em Revista*, 21(17), 101–110. <https://doi.org/10.1590/0104-4060.222>
- Cardoso, I., Batista, P., & Graça, A. (2016). A Identidade Do Professor De Educação Física: Um Processo Simultaneamente Biográfico E Relacional. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 22(2), 523. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.54129>
- Conceição, C. V. da, & Moraes, M. A. A. de. (2018). Aprendizagem Cooperativa e a Formação do Médico Inserido em Metodologias Ativas: um Olhar de Estudantes e Docentes. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 115–122. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180013>
- Costa, Mesquita, I., Oliveira, A., Souza, V., Passos, P., & Vieira, L. (2018). O esporte na educação física escolar: um conteúdo com potencial emancipador. *Movimento*, 24, 1077–1096. <https://doi.org/https://doi.org/10.22456/1982-8918.77060>
- David, A., & Gusmão, F. (2019). A importância do estágio na formação docente: uma experiência no colégio estadual Abdias Menezes. In *Seminário Nacional e Seminário Internacional Políticas Públicas, Gestão e Práxis Educacional*, 7 (7), 874–886.

- Dessen, M. A., & Polonia, A. da C. (2007). A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 17(36), 21–32. <https://doi.org/10.1590/s0103-863x2007000100003>
- Duarte, V. (2019). *O Papel do Diretor de Turma no Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular* [Universidade de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10451/38451>
- Farias, G. O., Batista, P. M. F., Graça, A., & Nascimento, J. V. do. (2018). Ciclos da Trajetória Profissional na Carreira Docente em Educação Física. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 24(2), 441. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.75045>
- Farias, Nogueira, V. A., Sousa, C. A. de, & Maldonado, D. T. (2019). Educação Física escolar no ensino fundamental: o planejamento participativo na organização didático-pedagógica. *Motrivivência*, 31(58), 1–24. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2019e55270>
- Favatto, N. C., & Both, J. (2019). Preocupações dos professores de Educação Física no início da carreira docente. *Motrivivência*, 31(58), 1–17. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2019e56655>
- Fernandes, Y. S., Maria, V., & Candau, F. (2022). Direitos Humanos, Diferenças e Educação: desafios para o cotidiano escolar - Human Rights, Differences and Education: challenges for the school routine de la escuela. *Revista Momento – Diálogos Em Educação*, 31, 40–56.
- Ferreira, R. (2021). *Relatório final de estágio pedagógico desenvolvido na escola EB 2, 3 Dr<sup>a</sup> Maria Alice Gouveia com a turma 8<sup>o</sup> B no ano letivo 2011/2012* [Universidade de Coimbra]. <https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/21251>
- Filho, & Fávaro, L. (2021). Importância da educação física escolar: considerações a partir das legislações. *Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas a FAIT*.
- Fiorini, M. L. S., & Manzini, E. J. (2018). Estratégias de Professores de Educação Física para Promover a Participação de Alunos com Deficiência Auditiva nas Aulas. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 24(2), 183–198. <https://doi.org/10.1590/s1413-65382418000200003>

- Freitas, G. da S., Silva, V. B. da, & Vaghetti, C. A. O. (2019). “Agora é minha vez de jogar”? Percepção de estudantes sobre a utilização dos Exergames na educação física escolar. *Conexões*, 17. <https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8655366>
- Gouveia, É. R., Lopes, H., Rodrigues, A., & Gouveia, B. (2021). *O ensino da educação física: contributos da investigação sobre os modelos de ensino centrados no aluno*. 110–117. <https://doi.org/10.34640/universidademadeira2021gouveialopesrodrigues>
- Gouveia, É. R., Lopes, H., Rodrigues, A., Quintal, T., Pestana, M., Alves, R., Correia, A., Gouveia, B., Marques, A., & Ihle, A. (2020). O modelo de educação desportiva: uma alternativa a considerar no ensino da educação física. *Educação, Artes, Cultura: Discursos e Práticas*, 203–216.
- Lavoura, T. N. (2020). Natureza e especificidade da Educação Física na escola. *Poiésis - Revista Do Programa de Pós-Graduação Em Educação*, 14(25), 99. <https://doi.org/10.19177/prppge.v14e25202099-119>
- Matsinhe, C. A., & Pessula, P. A. (2018). Clima Docente na Percepção dos Discentes do Curso de Educação Física da Universidade Pedagógica: Um Aspecto Chave na Melhoria da Qualidade de Formação Profissional. *PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review*, 7(1), 127–144. <https://doi.org/10.5585/podium.v7i1.250>
- Maur, S., & Silva, C. (2018). A experiência de estágio: o impacto e as primeiras vivências do estudante estagiário de Educação Física. *Revista Brasileira Do Estudo Da Pedagogia*, 605–632. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24109/2176-6681.rbep.99i253.3774>
- Melo, R. (2019). *Avaliação Formativa na Educação Física Escolar: possibilidades e aproximações apresentadas no Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte (CONBRACE) 2017*. Universidade Federal de Uberlândia.
- Mesquita, S. S. de A. (2018). Benchmarks of the “good high school teacher”: Theoretical discussion exercise. *Cadernos de Pesquisa*, 48(168), 506–531. <https://doi.org/10.1590/198053144820>
- Nascimento, F. G. M., & Rosa, J. V. A. (2020). Princípio da sala de aula invertida: uma ferramenta para o ensino de química em tempos de pandemia. *Brazilian Journal of Development*, 6(6), 38513–38525. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n6-409>

- Oliveira, S. L., Siqueira, A. F., & Romão, E. C. (2020). Project-based learning in math teaching: Comparative study between teaching methods. *Bolema - Mathematics Education Bulletin*, 764–785. <https://doi.org/10.1590/1980-4415v34n67a20>
- Pacheco, A. (2021). *O impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental da população idosa utilizadora dos serviços de Centro de Dia do concelho de Paços de Ferreira*.
- Patias, B. C., Ivo, A. A., Da Costa, L. C., & Marin, E. C. (2018). Planejamento Para a Atuação Com a Educação Física Escolar: Reflexões a Partir Do Programa Institucional De Bolsa De Iniciação a Docência- Pibid- Cefd/Ufsm. *Holos*, 3, 228–239. <https://doi.org/10.15628/holos.2018.4834>
- Pita, D. (2019). *Relatório de estágio pedagógico de educação física realizado na Escola Secundária Jaime Moniz*. Universidade da Madeira.
- Ricardo, S. (2020). *Conhecer o professor através dos seus alunos: O desenvolvimento profissional de um futuro professor de Educação Física* [Faculdade de Desporto da Universidade do Porto]. <https://hdl.handle.net/10216/131441>
- Ristow, L., Backes, A. F., Bianchessi, D., Brasil, V. Z., Da Rosa, R. S., Cardoso, J., & Ramos, V. (2020). Comunidade de prática na formação e desenvolvimento profissional na educação física: uma metassíntese. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 18(3), 117–123. <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2020.v18.n3.p117>
- Santos, Â. M. dos, Carvalho Simeão, P., & Alecrim, J. L. (2019). O ensino de física para jovens com deficiência intelectual: uma proposta para facilitar a inclusão na Escola Regular The teaching of physics for young people with intellectual disabilities: a proposal to facilitate inclusion in the Regular School La enseñ. *Revista Educação Especial*, 32, 1–19.
- Santos, Fernandes, M., & Ferreira, H. (2018). *A disciplina de educação física no ensino médio: reflexões sobre a prática docente*. 1113–1123. <https://doi.org/10.22633/rpge.v22i3.11293>
- Santos, R. (2017). *O ensino de educação física na educação de jovens e adultos: desafios e perspectivas no contexto da educação do Centro de Ensino Professor Newton Neves de Vargem Grande - MA*. (Vol. 549). Faculdade do Médio Parnaíba.
- Saviczki, S. C. (2019). *Prática pedagógica de professores em cursos técnicos de nível*

*médio: aplicação de metodologias ativas* (Vol. 8) [Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul]. <http://tede2.pucrs.br/tede2/handle/tede/8589>

Scapin, G. J., Camargo, M. C. D. S., Souza, M. D. S., Costa, L. C. da, & Charão, C. M. (2020). A construção de material pedagógico para o ensino do jogo e o processo educativo na Educação Física crítico-superadora. *Motrivivência*, 32(61), 01–20. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e61616>

Silva, D. O. da, Santos, R. B. O., & Queiróz, N. R. de. (2021). Perfil ideal do professor do século XXI. *Research, Society and Development*, 10(7). <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16356>

Silva, K. S., Bandeira, A. da S., Ravagnani, F. C. de P., Camargo, E. M. de, Tenório, M. C., Oliveira, V. J. M. de, Santos, P. C. dos, Ramires, V. V., Sandreschi, P. F., Hallal, P. C., & Barbosa Filho, V. C. (2021). Educação física escolar: Guia de Atividade Física para a População Brasileira. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 26, 1–18. <https://doi.org/10.12820/rbafs.26e0219>

Theocharopoulos, P. (2022). *Ensino híbrido nas aulas de educação física do 9º ano no distrito de Balbina*. v.32.

Torres, M. Â. M. (2019). *Relatório de estágio pedagógico desenvolvido na escola básica 2.º e 3.º ciclos com secundário José Falcão, em Miranda do Corvo, junto da turma do 7.º ano*. 82.

Vasconcelos, T. (2007). A importância da educação na construção da cidadania. *Saber (e) Educar*, 12(2001), 109–117.

## **Legislação consultada**

Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março. Aprova o regime jurídico dos graus e diplomas do ensino superior.

Decreto-Lei n.º 79/2014, de 14 de maio. Aprova o regime jurídico da habilitação profissional.

Decreto-Lei n.º 63/2016, de 13 de setembro. D.R. n.º 176, Série I de 2016-09-13, do ministério da ciência, tecnologia e ensino superior. Cria o diploma de técnico superior profissional e procede à segunda alteração ao Decreto-Lei n.º 64/2006, de 21 de março, à quarta alteração do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, e à primeira alteração ao Decreto-Lei n.º 113/2014, de 16 de julho.