Universidade da Maia - ISMAI
Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Pedro Miguel Ramos Pinto

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador Institucional
Professora Doutora Maria Fátima Gomes Sarmento Chaves

Outubro, 2021

Pedro Miguel Ramos Pinto

Nº31006

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

Trabalho realizado sob a orientação da Doutora Maria Fátima Gomes Sarmento Chaves da Universidade da Maia e do Professor Ruben Carola do Colégio da Trofa

Outubro, 2021

Ficha de catalogação

Pinto, P. (2021). Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

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

Agradecimentos

Chegando ao final de mais uma etapa do meu percurso académico, concluo que a realização deste ano de Prática de Ensino Supervisionada e a elaboração do relatório, exigiram a colaboração, o esforço e o trabalho de diversas pessoas, sem as quais este percurso teria sido bem mais atribulado. Quero, apresentar a minha profunda gratidão, a todos os que direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste sonho. Assim, os meus agradecimentos vão para:

O Instituto Universitário da Maia (ISMAI), pela vivência académica e por me ter acolhido nestes cinco anos, dos quais tenho muito orgulho ter feito parte.

A Professora Doutora Fátima Sarmento, pela entrega, disponibilidade e pelo auxílio prestado em qualquer circunstância no decorrer desta etapa. Especial agradecimento pelos ensinamentos transmitidos e pelo rigor exigido.

Ao Mestre Ruben Carola, pela constante partilha de conhecimento sustentado nas experiências vivenciadas como docente. Pela solicitude e disponibilidade expressas todos os dias de prática pedagógica. Foi uma honra contar com a sua orientação.

O Colégio da Trofa, pelo acolhimento saudável e pela preocupação demonstrada por todos os seus intervenientes ao longo do ano.

As minhas colegas da PES, Ana Barros e Joana Claro, pelo espírito de entreajuda, partilha de conhecimentos e por todas as memórias e experiências vividas durante o ano letivo.

Os meus alunos, pela experiência que me forneceram, pelo ótimo clima de trabalho que me proporcionaram e por terem sido os meus primeiros discentes. Espero que se recordem deste ano como um ano de muitas reisadas e divertimento, mas também de muito crescimento e aprendizagem.

Os meus pais, pelos valores de honra e educação que me transmitiram e por todos os sacrifícios que realizaram ao longo destes cinco anos.

A minha família, pelo apoio incondicional, incentivo, amizade, paciência demonstrada e total ajuda na superação dos obstáculos que foram surgindo ao longo desta caminhada.

O meu mais sincero agradecimento a todos!

Resumo

A Prática de Ensino Supervisionada, desempenha um papel fundamental para a formação do estudante estagiário e para a sua transformação num futuro profissional docente. O presente documento surge como a atividade final da Prática de Ensino Supervisionada, de modo a completar o Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, lecionado no Instituto Universitário da Maia. Pretende-se no presente relatório, desenvolver uma reflexão e descrição pormenorizada de toda a atividade, bem como de todos os procedimentos inerentes à experiência vivida ao longo do ano letivo 2020/2021 no Colégio da Trofa. O exercício da atividade profissional, desempenhado por um núcleo composto por três elementos, teve o acompanhamento de um professor orientador cooperante e a supervisão de um professor da instituição. Relativamente ao relatório este divide-se em diferentes capítulos, sendo eles: (1) Introdução, onde se insere todo o conteúdo deste relatório de forma sintetizada; (2) Enquadramento pessoal e profissional, diz respeito às decisões pelas quais escolhi esta profissão assim como as minhas expetativas iniciais no início desta prática de ensino supervisionada; (3) Enquadramento institucional, refere à importância desta prática e como tudo decorre segundo as regras do Instituto Universitário da Maia, caracterização da escola cooperante, das turmas e do núcleo de estágio; (4) Prática profissional: da análise ao plano de intervenção, onde são realizadas partilhas e reflexões de experiências do processo de ensino e da aprendizagem, desde a conceção de ensino, planeamento, realização e até a avaliação; (5) Participação na escola e relação com a comunidade, onde se relata a importância da socialização da participação nas atividades realizadas na escola e da componente ético-profissional; (6) Desenvolvimento profissional, revela a importância de uma formação contínua, do seminário e da reflexão de iniciação à investigação científica, bem como uma reflexão sobre os aspetos menos conseguidos na prática; (7) Ensino à distancia, onde se apresente uma descrição de todo o processo; (8) Reflexões finais, realização de uma autoanálise de todo o percurso e o contributo desta experiência para o meu desenvolvimento pessoal e profissional; (9) Referências Bibliográficas, toda a literatura e evidências científicas que atribuem fundamento e autenticidade ao meu ponto de vista. O percurso realizado durante o ano letivo contribuiu para o desenvolvimento profissional e pessoal do futuro docente.

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

Abstract

The Supervised Teaching Course, plays a fundamental role in the training of the trainee student, and for their transformation into a future teaching professional. This document appears as the final activity of the Supervised Teaching Course, in order to complete the Master's Degree in Teaching of Physical Education in Basic and High School Education, taught at the Instituto Universitário da Maia. The purpose of this report is to develop a reflection and detailed description of the entire activity, as well as all the procedures inherent to the experience lived during the academic year 2020/2021 at the Colégio da Trofa. The exercise of professional activity, performed by a nucleus composed by three elements, was monitored by a cooperating supervising teacher, and supervised by a supervising teacher at the aforementioned institution. Regarding the report, it is divided into different chapters, among them: 1) Introduction, presenting the content of this report; 2) Personal and professional framework, wich concerns the decisions on why I choose this profession, as well as the expectations I had in the beginning of this Supervised Teaching Course; 3) Institutional framework, regarding the importance of this practice and how everything goes according to the rules of the University Institute of Maia, characterization of the cooperating school, classes and internship nucleus; 4) Work experience, from the analysis to the intervention plans, in which the organization and the management of the teaching and learning process are acknowledge, from the tutorship conception, planning, execution, to the evaluation; 5) School participation and community relations, which reports the importance of socialization, participation in activities carried out at school and the ethical-professional component; 6) Professional development, which reveals the importance of the continuous training, seminar and reflection to initiate scientific research, as well as a reflection on the least achieved aspects in practice; 7) Distance learning, a short description of how remote teaching functions is cited; 8) Final conclusions, conducting a self-analysis of the entire course and the contribution of this experience to my personal and professional development; 9) Bibliographical references, all the literature and scientific evidence that give foundation and authenticity from my point of view. The path taken during the school year contributed to the professional and personal development of the future teacher.

Key words: Supervised Teaching Practice Report; Physical Education; Pre-Service Teacher

Índice de Siglas e Acrónimos

CT – Colégio da Trofa

COVID-19 – Síndrome Respiratória Aguda Grave – Sars-coV-2 E@D – Ensino à Distância

MEEFEBS – Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário EC – Escola Cooperante

EE/ EEs – Estudante(s) Estagiário(s) EF- Educação Física

ISMAI – Universidade da Maia

MED – Modelo de Educação Desportiva MID – Modelo de Instrução Direta

RPES – Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

NPES – Núcleo de Prática Ensino Supervisionada

OC – Orientador Cooperante

PA – Plano de Aula

PES – Prática de Ensino Supervisionada

RPES – Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

SV – Professora Supervisora

UC – Unidade Curricular

UD – Unidade Didática

Índice Geral

Agradecimentos ..... *iv*

Resumo ..... *v*

Abstract ..... *vi*

Índice de Siglas e Acrónimos ..... *vii*

1. Introdução *1*

2. Enquadramento pessoal e profissional *2*

2.1. Uma decisão a partir de um percurso **2**

2.2. Expectativas iniciais **2**

3. Enquadramento Institucional *3*

3.1. A importância da PES **3**

3.2. A PES no ISMAI **5**

3.3. A escola cooperante: lugar de prática **5**

3.4. O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional **8**

3.5. Caracterização das turmas **9**

3.5.1. Turma Partilhada 5ºA **9**

3.5.2. Turma do 9ºB **10**

3.5.3. Turma do 12ºA4B **11**

4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção *11*

4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem **11**

4.1.1. Conceção de ensino 11

4.1.1.1. Modelos de Ensino 12

4.2. Planeamento (Anual, Período, Unidades Didáticas e Plano de Aula) **15**

4.3. Realização **17**

4.4. Avaliação **19**

5. Participação na escola e Relação com a comunidade *22*

5.1. Atividades realizadas **22**

5.2. Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação **26**

5.3. A Componente ético-profissional **28**

5.4. Profissional e Institucional **29**

6. Desenvolvimento profissional *30*

6.1. Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão **30**

7. Reflexões finais *31*

8. Referências bibliográficas *33*

1. Introdução

A elaboração do documento, Relatório de Prática de Ensino Supervisionada (RPES) surge no âmbito da Unidade Curricular (UC) de Prática de Ensino Supervisionada (PES), do 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto Universitário da Maia (ISMAI).

Enquanto Estudante Estagiário (EE), na elaboração deste documento orientador, refleti sobre as minhas competências a nível pessoal e profissional e aquelas que necessitavam de ser desenvolvidas e aperfeiçoadas, de forma a alcançar as expectativas consignadas a este ano que foi repleto de aprendizagens, de desenvolvimento pessoal e de desempenho profissional. Esta reflexão tem como foco a perceção atual das minhas competências, assim como os documentos/ referenciais que enquadram a Educação Física no o Colégio da Trofa, escola cooperante, tendo por base as características que estabelecem o contexto em que participei pedagogicamente.

Este documento envolve o reconhecimento das proficiências nas três dimensões de desempenho por parte do EE, possibilitando uma autoanálise acerca do planeamento, realização e avaliação elaborados pelo Núcleo da PES. Este processo teve em vista a evolução em vários domínios, referentes à organização e gestão do processo de ensino aprendizagem, a relação estabelecida com a comunidade escolar e as dificuldades e necessidades reconhecidas relativamente ao desenvolvimento profissional.

Segundo Bonafé (2004) o estágio é uma etapa crucial na profissão docente por vários motivos. Nesta fase, são formadas certas competências essenciais para enfrentar o ensino com coerência e garantia de eficácia.

Tanto no estudo de Doecke (2004) como Luehmenn e Tinelli (2008) é referida a importância da reflexão e da escrita. Ambos os estudos defendem que o facto dos professores "narrarem" os seus acontecimentos, refletirem sobre os mesmos e partilharem ideias uns com os outros, promove a resolução de problemas em comum. A cooperação, a troca de conhecimentos e estratégias, conduz a uma contínua atualização de conhecimentos científico-didáticos e consequentemente ao desenvolvimento profissional.

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1. Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é Pedro Pinto, tenho vinte e quatro anos e vivo em Ermesinde. A minha formação académica, desde a escola primária, passando pelo ensino básico até ao secundário, foi realizada respetivamente no Colégio Santa Joana, na Escola da Costa e por fim no Colégio de Ermesinde.

Desde muito cedo que demonstrei o meu interesse pelo desporto e pela atividade física. Passando muito pelas vivências do meu pai que sempre foi desportista de alto rendimento no Karaté tendo neste momento o 7º Dan do cinturão preto.

Assim, desde cedo, percebi pelas práticas mais ou menos estruturadas, que o desporto teria um papel fulcral na minha identidade. Tive a oportunidade de praticar vários desportos coletivos, como o futebol, futsal e vivenciar modalidades individuais, como o karaté e a natação, durante alguns anos.

A minha experiência ao nível federado começou em dois mil e quatro, ano em que iniciei o meu percurso na modalidade de futebol. O futebol para mim trouxe-me a base e a identidade que hoje aprecio como também valores éticos e morais. Foi através desta modalidade que aprendi qualidades humanas como a resiliência, a disciplina e o espírito de sacrifício. Valores que me permitem, hoje, ser ainda muito exigente comigo próprio e certamente atingir os meus objetivos pessoais e profissionais.

Após a conclusão do ensino secundário, ingressei no ensino superior no curso de Educação Física e Desporto no ISMAI e o meu percurso como treinador de futebol ao qual já exerço há 6 anos. A licenciatura foi um momento marcante na minha vida. Estimulou o meu gosto por mais modalidades e fez com que vivenciasse cada uma delas de forma diferente, contribuindo para o meu crescimento pessoal e profissional.

A escolha pelo MEEFEBS surgiu pelo facto de, desde cedo, o meu sonho ser professor de Educação Física (EF) e por ter tido um professor que marcou toda a minha juventude, com o seu gosto pelo ensino e exigência depositada nos seus alunos.

2.2. Expectativas iniciais

No âmbito do mestrado de Ensino que estava a realizar proporcionou-se o momento crucial do meu percurso como futuro Docente de Educação Física, onde toda a parte teórica

e prática trabalhada iria ser testada no contexto real de ensino. Objetivava uma exigência máxima pelo contexto que o Colégio da Trofa me ia proporcionar. Naturalmente, na escolha da Escola cooperante à qual me devia candidatar e, sendo esta, a minha primeira escolha realizei um trabalho prévio de "pesquisa" para perceber o contexto em que a escola se inseria. Depois de verificar que era uma escola em que a qualidade do trabalho era o seu principal objetivo, esse feedback foi importante para abraçar este projeto e ai realizar a minha PES.

A pouco menos de uma semana do inicio da prática onde o receio era imenso, mas a vontade de triunfar ainda era maior. Seria uma caminhada com bastantes dificuldades e talvez com poucos momentos positivos, numa fase inicial onde o foco estaria na melhoria constante sem oportunidades de distração.

O conhecimento teórico que trago das aprendizagens educativas que desenvolvi anteriores, têm produzido em mim uma constante evolução da qual não me sinto realizado apenas com essa mesma "sabedoria" adquirida, procurando assim mais oportunidades de crescimento, identificando aqui um grande oportunidade para evolução.

Neste ano pandémico onde tudo se tornou mais complexo e pouco flexível, vejo um oportunidade de sermos melhores, diferentes e mostrarmos as nossas qualidades como profissionais.

A aulas de EF e todas as vivências desportivas trouxeram-me princípios para a construção do meu perfil e é essa realidade que também quero passar para os meus alunos.

Em suma, acredito que o grupo de trabalho do Colégio sempre prezou por manter aos mais altos patamares de excelência vão fazer que o nosso NPES, sejam bastante valorizados e quando acabarem este percurso estejam preparados para o desafio de uma vida enquanto docente.

3. Enquadramento Institucional

3.1. A importância da PES

Após um longo percurso académico, a PES surge como a etapa final, o culminar de uma caminhada que leva à docência. A importância desta jornada é inquestionável. A PES ao EE instrumentos teóricos e práticos, imprescindíveis para a execução das suas funções como futuro docente. Nóvoa (2004) refere que a universidade tem um importante papel na formação de professores, mas que a bagagem mais importante é adquirida na escola, através

da experiência e da reflexão sobre a experiência. Assim sendo, é no contexto prático, que o EE passa a conhecer a profissão, fazendo com que aos poucos este se integre cada vez mais na comunidade escolar e faça da PES um instrumento fundamental de socialização com a profissão.

Neste processo que é a PES, é de salientar a importância do OC e da supervisora pedagógica (SP), uma vez que cabe a estes agentes assegurar a inclusão do EE a nível profissional na comunidade (Alarcão & Tavares, 2003). O OC contacta diariamente com o EE, interage e ajuda-o a refletir sobre as práticas, é desta forma fundamental para o desenvolvimento e correção de ações menos conseguidas ao longo do processo.

Marcelo (2009), define o ano de estágio, aqui designado de PES, como sendo o caminho para aprender a ensinar, onde o EE passa da teoria à prática. Para o autor, o desenvolvimento profissional docente é uma área de vastos conhecimentos, que para ser investigada requer um nível de análise muito meticuloso nos mais variados conteúdos que guiam o docente até ao designado "aprender a ensinar".

Toda a euforia criada em torno da PES tem, como é obvio, importância não só por aperfeiçoar a formação e construção do ato de lecionar, como também, consolida e leva em consideração o interesse de se colocar em prática uma autorreflexão continua. A reflexão encaminha para a perceção e análise de conhecimentos erráticos adquiridos, podendo dessa maneira corrigir os mesmos de forma rápida e eficiente, fugindo assim à sua repetição e consequentemente originando uma evolução para práticas e maneiras de atuar mais apropriadas e construtivas.

Por tudo o que foi referenciado em cima, é percetível que a PES tem um papel fulcral na inserção do EE na vida profissional, onde o estudante quer estar preparado para todos os desafios que lhe irão surgir e planeia ter as ferramentas necessárias para enfrentar as contingências diárias impostas pela profissão, para que no final o desejo de obter a promoção da aprendizagem seja atingido. Para Queirós (2014), a entrada na profissão docente é uma fase muito importante do desenvolvimento do conhecimento e identidade dos professores, o estágio curricular pode ser visto como a fase de estruturação da profissão.

Para finalizar, é essencial referir a importância da supervisão pedagógica, mas acima de tudo realçar os conceitos de ajuda, o trabalho de equipa entre o EE, SP e o OC, que ao longo da PES vão criando laços de confiança e afetividade, pois só dessa forma este processo pode culminar com um enorme sucesso.

3.2. A PES no ISMAI

A PES no ISMAI concretizada no segundo ano de Mestrado, é um momento que possibilita aos estudantes colocar em prática os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da sua formação académica. O ISMAI garante a existência da PES, "reconhecendo o valor e o impacto da docência na qualidade da educação, sublinha-se que a preparação de educadores e professores deve ser feita da forma mais rigorosa e que melhor valorize a função docente" (Decreto-Lei n.º 79/2014, de 14 de maio).

Cabe ao EE desenvolver de uma forma responsável e ética a sua intervenção na Escola, de acordo com os objetivos definidos e respeitando o projeto educativo da escola. Elaborar e redigir o seu RPES, sob a orientação do orientador cooperante e da equipa de supervisão do ISMAI; Participar na planificação, organização e realização das atividades do seu núcleo.

Para além de querer fazer referência e destacar o ano da PES no ISMAI, considero que o primeiro ano deste Mestrado de Ensino foi muito proveitoso no que diz respeito à aquisição de aprendizagens teóricas, experiências práticas, partilha de conhecimento e experiências com diversos docentes, o que contribuiu para fortalecer e edificar a construção de uma identidade profissional. Claramente que as vivências únicas e proveitosas, foram captadas e interpretadas de forma distinta por parte de nós como alunos, esse entendimento é que permitiu uma aplicação diferenciada e muito pessoal.

Todo este sentimento de companheirismo criado ao longo deste primeiro ano, consentiu em estabelecer uma conexão bastante positiva e o ambiente salutar entre a PES, o CT e o ISMAI.

3.3. A escola cooperante: lugar de prática

A escola cooperante é o local onde afluem as culturas dos estagiários, alunos e demais professores (Lima, Castro, Cardoso, & Resende, 2014).

O Colégio da Trofa é um colégio conhecido pelo seu "ensino de excelência", pertencente ao distrito do Porto, na região norte do país, localizado na cidade da Trofa, freguesia do S. Martinho do Bougado. A sua localização é privilegiada, sendo que se encontra próximo da estação de comboios e de algumas paragens de autocarros, permitindo

uma aglomeração de alunos não só da Trofa, como de algumas cidades periféricas em virtude do acesso privilegiado. O próprio colégio encarrega-se do transporte do percurso da estação de comboios à escola. Caso os alunos pretendam ter transporte de casa até ao colégio, também é possível, apesar de ter um custo adicional. Esta é uma escola com um projeto educativo que abrange do ensino Pré-Escolar ao 12o ano, uma instituição privada que insere e cumpre com normas estabelecidas no regulamento interno e está aberta ao público a todos os interessados, independentemente da sua etnia, raça, crença ideológica ou condição social.

Foi no dia 7 de outubro de 1963 que iniciou a sua atividade com a designação de Externato de Nossa Senhora das Dores. Em 2008, com uma nova entidade proprietária, o Externato de Nossa Senhora das Dores passou a designar-se CT, introduzindo nesse mesmo ano profundas alterações nas infraestruturas físicas para oferecer a possibilidade do ensino secundário, nos cursos de ciências e tecnologias e ciências-económicas. Mais recentemente, o colégio expandiu as suas instalações aumentando o número de salas, o que possibilitou aumentar a oferta do ensino secundário ao acrescentar o curso de línguas e humanidades. O colégio apenas apresenta um horário disponível, sendo este um horário diurno que vai desde as 8:20h às 18:35h.

O ambiente proporcionado no CT permite que a comunidade escolar esteja envolta num contexto educativo seguro, familiar e adaptado às características de cada aluno. Para além disto, tem também algumas parcerias com associações com um papel fundamental no conforto e segurança dos alunos como o Aquaplace, Hospital da Trofa, Clitrofa e Jorge Oculista.

O propósito preponderante do CT é proporcionar aos seus alunos excelentes condições de aprendizagem, promovendo um crescimento harmonioso a par de uma formação civilizada. O sucesso dos alunos é a preocupação mais valorizada. É um projeto com critérios de eficácia, rigor e exigência centrados no aluno, tendo como objetivo a sua valorização pessoal, social e realização profissional. A maior parte dos alunos pretende ingressar no ensino superior, assim sendo, os seus percursos individuais são devidamente acompanhados nesse sentido.

Além destas características e das condições que o CT fornece aos alunos, existem inúmeras atividades extracurriculares que despertam a sensibilidade para as diversas áreas educacionais como por exemplo Educação Musical, Dança, atelier de Informática e atelier de Artes. Devido às reduzidas dimensões do CT, o número de pessoal docente,

colaboradores/auxiliares e discentes não é muito elevado. Ainda assim, a instituição conta com um grupo de docentes e não docentes responsáveis pela evolução dos alunos, sendo que o CT é constituído por 650 alunos, 56 docentes e 29 não docente.

Quanto à estrutura física, o CT é composto por 19 salas de aula, 2 salas de desenho, 2 laboratórios, 1 auditório e 2 salas de informática. O espaço desportivo exterior é constituído por dois campos de futsal e 3 tabelas de basquetebol. O pavilhão gimnodesportivo é um espaço de 25x15m, com vários tipos de marcações, 1 campo de voleibol, 2 de basquetebol, 1 de andebol e 1 de futebol de 5. Esta organização de espaços pedagógicos (*roulement*), possibilitava uma flexibilidade de organização, caso os professores estivessem de acordo em realizar permutas de espaços.

O colégio é composto por 4 blocos (I, II, III, IV) e o pavilhão desportivo. O bloco II corresponde a uma zona de socialização, onde os alunos num contexto normal passam os seus intervalos, neste espaço encontramos o bar, o polivalente, a secretaria e reprografia, sanitários, auditório e algumas zonas de convívio. Atualmente os alunos podem usufruir do espaço no horário correspondente à sua turma, de forma a que todos pudessem usufruir dos espaços nos intervalos de forma intercalada, criando bolhas entre turmas para a utilização segura das instalações da escola. O bloco III, encontra-se na zona das salas de aula. O CT tem 4 pisos, o último piso era maioritariamente usado por alunos do ensino secundário. O espaço foi alargado, foram criadas mais salas de aula, sendo uma de informática. O bloco IV, é designado pela zona do Pré-Escolar e está organizado em salas de aula e uma zona de lazer exterior. Estes alunos não entram em contacto com os outros blocos, que são designados para o 1o ciclo até ao secundário. Esta medida implementada pelo colégio, permite que os alunos estejam divididos pelos espaços direcionados para o seu nível de ensino, e cumpram as medidas de propostas para minimizar os riscos associados à Covid-19. O bloco I é referente à zona desportiva, englobando assim o pavilhão desportivo e o campo exterior, onde decorrem todas as aulas de educação física e atividades ligadas à área do desporto. No pavilhão desportivo a comunidade escolar tem ao seu dispor o espaço de aula com marcações para campos de futsal, voleibol, basquetebol, *badminton* e andebol, podendo também ser adaptado para outras modalidades como dança, ginástica, *corfebol*, entre outras. Neste espaço existem 4 balneários perfeitamente equipados, dois deles para o sexo feminino e outros dois para o masculino. Além destes espaços, temos ainda a zona da arrecadação, onde são guardados todos os materiais desportivos necessários para as aulas de EF. O campo exterior é um sintético de futsal, atrás de uma das balizas tem uma tabela de

basquetebol. Neste campo, para além do futsal podem ser abordadas outras modalidades, como por exemplo, *tag-rugby*. Em relação aos espaços desportivos, estes estavam disponíveis para os alunos o utilizarem da maneira que pretendiam durante os intervalos das aulas. No entanto, este ano devido ao contexto pandémico, este espaço deixou de ser utilizado nos tempos livres pela comunidade escolar.

Dito isto, o CT reúne todas as condições para cumprir todas as necessidades da comunidade escolar e desenvolver um trabalho organizado e criterioso com todos os seus elementos.

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

O NPES, veio assumir um papel fundamental ao longo deste ano. Este era constituído por três EE, eu, a Ana Barros e a Joana Claro, grupo de trabalho que se fez acompanhar desde o primeiro dia de mestrado, fator que me fez sentir um maior conforto na hora de tomar decisões, na fase inicial de adaptação a esta nova aventura que foi o ano da PES.

Para além das minhas duas colegas, o OC, como elemento integrante do NPES toda a jornada de forma contínua e teve um papel muito importante na integração do núcleo na comunidade escolar. Desde o início que fomos tratados com o maior dos profissionalismos, para que o nosso sucesso e o objetivo, que é oferecer a melhor aprendizagem às nossas turmas, fossem alcançados.

Durante o ano letivo, todas as semanas era realizada uma reunião com o NPES e o OC, para serem discutidas e analisadas as aulas e os planeamentos. Entre o núcleo e o OC, sempre existiu honestidade e simplicidade para criticar e ser criticado de forma construtiva, pois só assim e de forma gradual acontece o desenvolvimento profissional e pessoal do futuro docente. Segundo Melser (2004), para os professores em formação, a supervisão e o feedback são de extrema importância para a sua preparação como futuros professores.

A experiência e vivências do OC, aliadas à inovação que nós EE trazemos da faculdade e, que foram sempre bem aceites, transformou-nos numa equipa. Com as diferentes ideias e conhecimentos, a tarefa de ser professor tornou-se simplificada, a partilha e a constante reflexão ajudou a enriquecer o meu conhecimento de futuro docente.

No que refere ao SP, este assume um papel muito relevante para a validação das competências do EE. Sempre orientando e alertando com vista à melhoria e potencialização

do EE, o SP tem um lugar de destaque, pois proporcionou excelentes momentos de aprendizagem que foram e serão bastante úteis no futuro. O seu auxílio na concretização de documentos obrigatórios para a realização da PES e através da supervisão das aulas, o SP fomentou o crescimento do EE e ensinou-o a ensinar. Na perspetiva de Freire (2003), quem ensina aprende a ensinar e quem aprende ensina a ensinar.

Todos os intervenientes neste percurso e que foi a PES, tiveram um papel fundamental e indispensável. Foi através destas relações e da procura constante da eficiência nas mais variadas situações, que fez com que a cada dia, o EE, se encontra-se mais próximo de alcançar o seu desejo, ou seja, obter uma carreira de sucesso e proporcionar aos seus alunos um ensino de excelência.

3.5. Caracterização das turmas

Numa reunião inicial com o OC Ruben Carola, foram atribuídas as turmas, e apresentadas as particularidades dos alunos que as integram à qual fomos alertados para algumas dificuldades que podiam surgir no nosso ano com os diferentes alunos. As turmas que me foram atribuídas eram uma de 9º e outra de 12º ano. A turma de 9º ano era a B, constituída 24 alunos, a turma de 12º era a A4B e apresentava 27 alunos. Além destas, a turma de 5º ano iria ser partilhada pelo NPES, em cada período um dos EE ficaria encarregue de lecionar as aulas desta turma. Sendo que por decisão unânime, fiquei com a turma no 1º período. Além destas turmas, foi lançado o desafio de lecionar turmas do pré-escolar e 1º ciclo, para maior contacto com as diferentes faixas etárias e também para a realização do projeto de intervenção.

3.5.1. Turma Partilhada 5ºA

A turma do 5ºA foi partilhada e dividida em cada período pelos EE, sendo que no primeiro período foi lecionada por mim, segundo período pela Ana Barros e o terceiro período pela Joana Claro. Era constituída por 22 alunos, sendo que 9 eram raparigas e 13 rapazes. A média de idades dos alunos estava compreendida entre os 10 e 11 anos.

Contribuíram para a caracterização desta turma os dados recolhidos através do questionário realizado no início do ano, assim como os testes FITescola realizados ao longo do ano.

Após a recolha e análise de todos os dados disponíveis, foi possível ao NPES, obter informações mais precisas de modo a conceberem o seu trabalho pedagógico para a turma e de aumentar a sua eficiência.

Esta análise foi um dado que permitiu aos professores organizarem a planificação, a partir de um contexto mais específicos das características e necessidades dos alunos para que a sua atuação fosse ao encontro das suas necessidades. O objetivo foi o de estabelecer um equilíbrio com a experiência escolar anterior, aproximar os alunos do próprio processo de ensino e aprendizagem, para que a escola e o ensino se integrem mais no processo de formação individual e coletivo dos alunos.

3.5.2. Turma do 9ºB

A turma do 9º B não era tão harmoniosa como as outras turmas. Uma vez que estavam numa faixa etária entre os 14 e os 15 anos, compreendia-se o seu comportamento mais extrovertido que dificultou um pouco mais a ordem da turma. É preciso ter em consideração que a fase da adolescência é um período de descoberta pessoal e que as atitudes por parte de uma turma que a nível pessoal se encontra naturalmente confusa e curiosa em relação à vida, podem ser imprevisíveis. É, por isso essencial que o professor conheça o aluno não só no contexto escola/aula, mas também fora dele, quer no seu ambiente familiar, quer nos tempos livres, contribuindo estes dados para a melhoria do ensino. O desafio que surgiu nesta turma ajudou a melhorar a intervenção em determinadas situações, acabando por ir ao encontro das necessidades de cada um.

Em relação aos hábitos desportivos da turma, foi retratado que apenas 45% praticava atividade física desportiva regular e estruturada. A disciplina de EF, a par da de Inglês e Português eram as favoritas destes alunos. Com toda a informação recolhida, foi percetível que esta turma apresentava uma heterogeneidade na prática desportiva e, por si só, seriam um grande desafio motivar todos os alunos para a prática da aula de EF.

Apesar de todas as dificuldades evidenciadas a turma revelou um percurso e evolução de aprendizagem extraordinários. Cada semana, uma superação. Implementaram-se estratégias inovadoras de forma a motivar todos os alunos para a prática desportiva. O trabalho estruturado e persistente levou a que todos atingissem o sucesso.

3.5.3. Turma do 12ºA4B

A turma do 12º A4B, no início do ano, tal como as restantes turmas, os alunos preencheram um questionário de forma a serem recolhidos alguns dados biográficos e ficarmos a conhecer um pouco mais sobre o seu ambiente familiar, assim como a existência de algum problema de saúde que pudesse implicar de forma direta ou indireta a sua participação prática ou a necessidade de ter alguma atenção especial ou adaptação, no decorrer das aulas. Felizmente, quanto à saúde, todos eles estavam aptos para se empenharem em todas as aulas sem qualquer tipo de restrição ou dificuldade. A turma era bastante unida e todos os elementos que nela participavam tinham um ótimo relacionamento quer pessoal, quer escolar.

Com efeito, ao longo deste ano, foi realizado um processo de crescimento tanto meu como também por parte dos alunos. Esta foi uma turma fantástica para se trabalhar e que todos os professores adorariam ter alunos com as características e valores que irei enunciar exibindo uma perspetiva do que é o desporto exemplar.

Os testes FITescola, tornaram ainda possível a concretização de uma reflexão e consciencialização sobre os resultados obtidos, uma vez que esta bateria de testes nos permite situar o aluno dentro ou fora da zona saudável da aptidão física. Foi através destes resultados que foram definidos os exercícios específicos que deviam ser trabalhos para que todos os alunos atingissem os objetivos.

Relativamente à ligação interpessoal com a turma, destacou-se o bom funcionamento e a facilidade de trabalhar com a mesma. Todos os elementos trabalharam conscientemente não deixando de parte a competitividade saudável, a superação e a vontade de aprender, colocando questões pertinentes a quem os lecionava. Realça-se ainda o espírito de entreajuda que havia entre a turma. Individualmente todos tinham capacidade de estabelecer relações interpessoais positivas, sentido de responsabilidade e autonomia, assim como respeito entre eles e o EE.

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

4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

4.1.1. Conceção de ensino

A EF é uma disciplina que, entre outras aprendizagens, possibilita ao aluno a utilização de aptidões práticas que ao longo da vida beneficiam a sua saúde e ao mesmo tempo promovem a condição física. É importante que desde cedo, os alunos tenham a noção

da importância e das características ímpares que a EF lhes pode fornecer. Cada vez mais, nos dias que correm é notório nos alunos uma desmotivação enorme para a sua prática, desta forma, é importante a utilização de métodos de ensino diferentes, inovadores, com os quais os alunos não estejam habituados a lidar.

No início do ano a letivo, o ISMAI forneceu algumas informações orientadoras e mais tarde em reunião com o OC, foram analisados documentos importantes como: o projeto educativo, o plano anual de atividades, o roulement interno; o Programa Nacional de Educação Física; Aprendizagens Essências entre outros com igual importância. Através desta análise, planeamos a forma como os conhecimentos iriam ser transmitidos e as competências desenvolvidas, junto dos nossos alunos, pois a conceção de ensino pode variar de instituição para instituição e de professor para professor, contudo será sempre o pilar mais importante do processo de ensino e de aprendizagem.

Com a análise dos documentos em cima referidos e o planeamento estruturado da melhor forma, podemos proporcionar um ensino adequado e estimular o gosto pela disciplina. É importante que o EE, adapte as suas formas de ensinar aos seus alunos, de modo a potenciar as qualidades dos mesmos e a diminuir cada vez mais as suas dificuldades. Segundo Bento (2003), o processo de ensino é elaborado duas vezes: como ponto de partida a conceção e depois à realidade.

4.1.1.1. Modelos de Ensino

Tal como afirma Tavares (2015), os modelos surgem como um avanço em coerência e intencionalidade relativas às ideias fragmentárias de estilos, estratégias, procedimentos e habilidades de ensino. Desta forma o EE deve definir quais os modelos instrucionais a serem mobilizados para a prática no decurso das várias UD. Estes são definidos por Metzler (2000) como um plano compreensivo e coerente para o ensino que inclui sustentação teórica, pretensão em obter resultados de aprendizagem, conhecimento aprofundado por parte do professor, atividades de aprendizagem adequadas e sequenciadas, expectativas para o comportamento de professores e alunos, estruturas de tarefas únicas, avaliação do processo de aprendizagem e formas de identificar a implementação exata do modelo.

Desta forma, os modelos são uma ferramenta essencial para o professor. Perante diferentes contextos, ele seleciona e aplica os instrumentos que considera adequados, para promover e maximizar a aprendizagem dos alunos (Metzler, 2000).

Ao longo da prática de ensino, surgiu a necessidade de implementar alguns modelos

de ensino. Inicialmente a intervenção pedagógica recaiu na utilização do Modelo de Instrução Direta (MID), implementado pela primeira vez em 1968 (Engelmann, Becker, Carnine & Gersten, 1988). Este, foi utilizado no início do 1º período. Caracteriza-se por "centrar no professor a tomada de praticamente todas as decisões do processo de ensino e aprendizagem, nomeadamente a prescrição do padrão do envolvimento dos alunos nas tarefas de aprendizagem" (Rosado & Mesquita, 2011, p.48). Neste sentido, o professor tem a responsabilidade de traçar limites pelos quais define as suas aulas em todos os aspetos que a comportam, desde as regras comportamentais, dinâmicas de grupo ou até mesmo o estabelecimento das situações de aprendizagem, com expressão nas habilidades motoras consequentes. Tal como enuncia Rink (2014, p. 160) "em educação física, a instrução direta geralmente implica que o professor está no controlo total do que os alunos estão a aprender e como eles estão a aprender".

O Modelo de Educação Desportiva (MED) preconizado por Siedentop (1994), foi utilizado a meio do 1º período, 2ºperíodo e 3ºperíodo na turma residente, tendo sido aplicado nas modalidades de andebol, voleibol, dança e badminton. O MED baseia-se em seis características: a época desportiva, a filiação, a competição formal, o registo estatístico, a festividade e o evento culminante (Siedentop, 1994). Este modelo, tem o objetivo de tornar os alunos mais competentes, entusiastas e cultos, e concomitantemente, impulsionadores e responsáveis pelas suas aprendizagens e experiências desportivas (Siedentop, 1994).

A formação das equipas visaram proporcionar um equilíbrio competitivo, assim como o desenvolvimento das relações de cooperação e entreajuda na aprendizagem (Siedentop, 1998).

Cada elemento da equipa tinha uma função em cada aula, os capitães, registadores e preparadores físicos foram os mesmos ao longo da época desportiva. Através da atribuição das funções a desempenhar ao longo das aulas, promoveu-se a autonomia e valorizou-se essencialmente o papel do aluno na aula, sendo que estes tiveram a oportunidade de gerir o seu aquecimento e os conteúdos a trabalhar de forma a melhorar a performance na competição formal. Este trabalho beneficiou o desenvolvimento pessoal e social da turma, potenciando características que com o modelo dito "tradicional" não teriam sido tão visíveis ao longo das aulas.

Ao longo das aulas os alunos, aprenderam a jogar, a arbitrar, a realizar o registo estatístico assumindo diferentes papéis, tais como: treinador/ capitão, árbitro, atleta e

jornalista. Num momento inicial foi fornecido um boletim de registo para que fossem anotados todos os resultados e pontuação dos jogos. De forma a valorizar o desempenho dos alunos ao longo da competição, foram realizados os registos estatísticos das aulas (melhor marcador, desempenho dos árbitros, *fair play* e performance do treinador/ capitão). Os resultados desses registos foram sempre divulgados de forma a motivar os alunos, incutindo-lhes um espírito competitivo e de superação, sendo percetível aula após aula um empenho notável de todas as equipas.

O MED apresenta características estruturais e organizativas que promovem um ambiente de inclusão durante a aula, dando oportunidade a todos os elementos de assumirem um papel ativo e significativo durante a mesma, potenciando os alunos menos dotados para a prática (Hastie, 1998). Toda a intervenção ao longo do ano alinhou-se com o enunciado por este autor, sendo que se pretendia promover uma maior iniciativa e valorização dos alunos no seu desempenho, independentemente do seu nível de habilidade, fazendo-os sentir confiantes durante as atividades e que, consequentemente ganhassem o gosto pela prática.

Na modalidade de ginástica, lecionada no 2º Período, o modelo utilizado foi o Sistema Personalizado para a Instrução (PSI) onde é necessária pouca ação do professor. Este modelo foi desenvolvido por Keller e Sherman (1974) e coloca o aluno no centro do processo, sendo individualizado e personalizado de acordo com os objetivos de cada um, tendo em consideração o seu nível.

Todos os alunos aprendem a ritmos diferentes e este modelo permite que atinjam as metas estabelecidas com tempo e tentativas, pois alunos motivados e responsáveis são alunos independentes. Metzler (2000) resume numa expressão a base do modelo em questão: "*Students progress as fast as they can or as slowly as they need*".

Deste modo, o PSI permite ao professor trabalhar de forma mais individual com os alunos que apresentam mais dificuldade.

Considerando que a ginástica de solo, requer um trabalho mais individual, considerou-se ser uma boa opção a aplicação deste modelo.

Assim, foram disponibilizados aos alunos todos os conteúdos, nomeadamente uma sebenta onde constavam explicitamente os exercícios que deveriam ser feitos e de que forma. Pretendia-se que sempre que os alunos tivessem dúvidas, antes de questionarem o professor, consultassem a sebenta procurando a resposta e caso não encontrassem ou não tivessem percebido, aí sim, o professor retiraria as dúvidas existentes.

4.2. Planeamento (Anual, Período, Unidades Didáticas e Plano de Aula)

Num mundo em constante mudança e a ultrapassar um momento difícil como o de pandemia, a escola depara-se com diversos desafios e alterações. A educação e a formação ganham um novo sentido que reforça o seu valor de inovação, progresso e excelência. Para dar respostas aos desafios da sociedade atual, a escola, assim como os professores sentiram a necessidade de adaptar e planear o ano letivo considerando inúmeros aspetos relevantes desta nova fase pelo qual vivemos.

O ato de ensinar, deve ser planeado e mobilizado tendo em consideração as características específicas de cada indivíduo. O reconhecimento das potencialidades e limitações de cada um, é fundamental para conseguirmos corresponder de forma geral e abrangente às necessidades dos nossos alunos, ao nível do desenvolvimento físico, afetivo, social e moral de cada um.

Através de toda a dinâmica cooperativa, competitiva, motivacional, de entreajuda, os alunos superam-se e desenvolvem-se moralmente. Transversalmente às situações de aprendizagem mais lúdicas ou até mesmo na obtenção dos conteúdos próprios e estipulados na disciplina, ampliam as aprendizagens sociais e aumentam o nível de raciocínio moral.

Uma base estável e um planeamento bem estruturado que envolve não só a educação física, mas também todas as outras disciplinas, docentes e comunidade escolar no geral, auxilia os alunos para que sintam que conseguem alcançar o sucesso. Este deve resultar num guia para que a evolução individual dos alunos seja delineada para concretização de objetivos pessoais.

Primeiramente, e antes do professor pensar em planear, deve ter em consideração vários aspetos que se alteram consoante o tipo de planeamento que estamos a estruturar. Quando iniciamos este ano letivo, foi necessário planear e adaptar uma série de documentos que se interligavam para estruturamos o nosso trabalho da melhor forma.

Os planeamentos anuais, do período, das unidades didáticas, ou até da própria aula, devem ter um seguimento lógico e estarem todos em conformidade, pois cada vez que um deles é alterado, os restantes terão de ser readaptados de forma que os objetivos propostos sejam cumpridos. Portanto para o professor fazer um bom planeamento, deve saber qual a importância do ato de planear em si e as suas funções em concreto. A modificação e transfiguração de um processo, tendo em conta a adaptação da situação de ensino vivida,

assim como as circunstâncias únicas de cada realidade é considerada a função mais relevante do planeamento (Anacleto, 2008).

Tal como já enunciei, no início deste ano letivo, na primeira semana de contacto com a PES e especificamente uma semana antes de iniciarem as aulas propriamente ditas, realizei assim como os meus colegas do Núcleo da PES algumas reuniões com o grupo de EF. Foi nesta semana inicial que conhecemos toda a dinâmica do colégio e em específico o modo como a disciplina era planeada ao longo do ano. No colégio da Trofa, por decisão do grupo de EF já há alguns anos é defendido que sejam abordadas diversas modalidades por período, com número mais reduzido de aulas, de forma que os alunos possam experienciar, conhecer e adquirir um vasto vocabulário quer em termos psico-motores, cognitivos e até mesmo de psicossociais ligados a cada uma.

Em conjunto, definimos o planeamento anual, assim com as modalidades a serem implementadas em cada período, considerando as características gerais, as diretrizes enunciadas tanto no Programa Nacional, assim como nas Aprendizagens Essenciais e o contexto presente das turmas.

O departamento de EF com a ajuda do núcleo da PES elaborou o planeamento prévio de vários documentos estruturantes e relevantes à ação docente e ao próprio ato de lecionar, tal como a planificação anual, de período e das unidades didáticas gerais de cada ciclo de ensino, onde constam as grelhas de Vickers e aspetos relevantes a serem abordados em cada aula. De forma mais individualizada, consoante cada turma e todas as especificidades inerentes a esta, realizamos as unidades didáticas ajustadas e as devidas justificações e adaptações feitas aos alunos em específico, assim como os planos de aula, que ao longo do tempo, foram sendo formulados de modo que os alunos atingissem as aprendizagens pretendidas e colmatassem as suas dificuldades.

Relativamente a este período, foi efetuado um Modelo da Estrutura do Conhecimento (MEC) proposto por Vickers (1990), seguindo as orientações do Programa Nacional de Educação Física e as Aprendizagens Essenciais.

O CT possui um roulement de instalações o que permite uma melhor organização e planeamento das UD, podendo realizar um planeamento ajustado a cada turma conforme definido no documento pois os espaços poderão ser alterados conforme as condições climatéricas.

A UD é uma ferramenta chave para a ação do professor, funcionando como uma linha orientadora do processo de ensino e aprendizagem, capaz de promover o desenvolvimento global do aluno (Quina, 2009).

Este ano devido à pandemia do covid-19, foi necessária uma restruturação dos documentos já existentes. A escolha das modalidades foi selecionada atendendo as diretrizes da Direção Geral da Saúde (DGS) no momento, por este motivo a escolha da dança e do badminton, para o primeiro período, a aptidão física seria abordada em todos os períodos, o futsal foi selecionado, sendo este adaptado às circunstâncias. No segundo período abordamos a ginástica, voleibol e atletismo as quais foram todas realizadas, quase na totalidade em registo E@D. Por fim, no terceiro período foi abordado o atletismo, andebol e basquetebol. Os conteúdos que não fossem possíveis de executar devido à proximidade que poderia causar entre alunos, foram removidos dos conteúdos a serem lecionados e desta forma avaliados.

4.3. Realização

A comunicação assume um papel preponderante para que todos no processo de ensino e aprendizagem seja bem-sucedidos. O modo como o professor realiza a sua instrução tem um impacto direto na forma como os seus alunos interpretam e retêm a informação e, posteriormente, realizam as tarefas solicitadas (Graça & Mesquita, 2006).

Deste modo, as reflexões em conjunto com o orientador cooperante e os meus colegas referentes à minha intervenção, foram alvo de reflexão constante no meu dia a dia, tendo a consciência que tinha aspetos a melhorar na minha tarefa.

A minha instrução foi melhorando ao longo das aulas e incidiu-se em contrariar o panorama nacional da EF, com o objetivo de motivar e incentivar os alunos para a prática de atividade física desportiva. Também, procurei que os alunos tivessem uma visão diferente da aula de EF, de forma a proporcionar momentos de ensino e aprendizagem positivos e assim ganharem o gosto pela prática da aula de EF. Com isto, mostrei quais os benefícios e os objetivos que a EF contempla no decurso das minhas aulas.

Procurei ser interventivo durante a aula, priorizando o recurso a feedbacks verbais, imediatamente após as execuções dos alunos e, apesar de haver momentos em que aula foi interrompida para se transmitir um feedback geral ou em pequenos grupos, procurou-se, sempre que possível utilizar os feedbacks geridos a cada aluno de forma individual, para poder fazer face às suas necessidades específicas.

As rotinas são impulsionadoras de uma boa gestão da aula, que segundo Siedentop e Tannehill (2000), representam um modo para executar tarefas especificas na aula, devendo ser implementadas desde início, de forma a serem consolidadas e assimiladas como hábitos. Desta forma, optei por continuar com as rotinas e regras, pois no meu ver resultou muito bem nas minhas turmas, acabando sempre por cumprirem e conseguia manter a exigência e atenção dos alunos. Tentei ser rigoroso nos atrasos e falta de material, pois é contabilizado para a pontuação das atitudes e valores na nota final de cada período.

No 2º período continuo a lecionar a turma de 9º e 12º ano, irei passar o testemunho da turma de 5ºano para a minha colega de estágio sendo essa turma partilhada entre todos.

Ambas as turmas que fiquei a lecionar no segundo e terceiro período são turmas muito aplicadas pela prática ao qual torna-se um fator facilitador na lecionação das aulas, por outro lado, tenho que ter uma meta bem delineada dos objetivos para os motivar para a prática e em todos os exercícios coloquei desafios e níveis para que todos os alunos se sentissem sempre estimulados para estarem sempre a evoluir.

Existem fatores comuns em ambas as turmas das quais a forma de abordar, a relação aluno/professor, os comportamentos, a empatia e autoridade, num sentido de criar regras.

Em relação à gestão da aula, tempo e espaço, o facto de chegar sempre antes da aula permiti-me não atrasar mais o tempo de aula, visto que com as condições que estamos a atravessar, houve uma redução do tempo prático pois nos balneários apenas podem estar 6 alunos de cada vez. O facto de já colocar à parte o material que vou necessitar para as minhas aulas faz com que consiga ganhar mais tempo de prática e caso haja imprevistos há sempre forma de adaptar.

O que difere a minha instrução é na parte da exemplificação onde reforçava mais no 9º ano pois o contacto visual facilita a compreensão destes alunos enquanto no 12º fazer uma rápida exemplificação ou até mesmo pedir aos alunos para o fazer e ir dando feedbacks utilizando também o questionamento para manter a atenção de todos.

Decidi definir alguns modelos a serem mobilizados para a prática no decurso das várias UD. Desta forma, os modelos são uma ferramenta essencial para o professor, na qual escolhe e utiliza perante os diferentes contextos, com o intuito de promover a aprendizagem do aluno (Metzler, 2000).

4.4. Avaliação

No meu ponto de vista, o processo de avaliação é algo bastante exigente e de extrema responsabilidade. Ao analisar os meus alunos individualmente, percebo que a sua forma, método e ritmo de aprendizagem, assim como gosto pelas diversas modalidades, pode condicionar a sua avaliação, de maneira que cada aluno tem as suas particularidades. Penso que durante o processo de avaliação devo ter em consideração esses aspetos, assim como tentar ser o mais imparcial possível, de modo a não ser injusto ou incoerente. Assim, os critérios de avaliação devem ser ajustados às suas potencialidades, considerando as dificuldades dos avaliados.

A primeira avaliação que realizei enquanto EE foi a avaliação diagnóstica e foi concretizada no primeiro dia de abordagem de cada modalidade. Contudo, no CT não se atribui uma classificação inicial quantitativa, mas sim qualitativa, tal como acontece em muitas escolas. Pretendia-se apenas perceber o nível em que se encontrava a turma ou alunos, para conseguirmos planear as aulas seguintes, tendo por base as aprendizagens e a realidade dos discentes. Desta forma, a análise realizada passou por observar o nível de prestação inicial dos alunos, o nível global da turma, o conhecimento e a aplicação das regras do jogo. Esta observação inicial ajuda a verificar se os alunos possuíam as condições mínimas para acompanharem a progressão das novas aprendizagens.

No que concerne aos tipos de avaliação estes contêm a avaliação criterial,normativa e mista (Gonçalves et al., 2010).

A avaliação criterial é realizada através da determinação de um ou mais critérios, sendo avaliada de forma individual em função dos objetivos previamente definidos, ou seja, o aluno é colocado de acordo com o nível apresentado, sem que existam comparações com os seus pares. Através das reuniões com o OC e os meus colegas EE, este tipo de avaliação pareceu-nos a mais correta de aplicar. Assim sendo, os critérios eram semelhantes e assim a avaliação seria o mais justa entre todos os alunos do ano letivo.

A avaliação normativa, tem como padrão de referência a norma. Abrange a comparação entre pares, possibilitando colocar o aluno num nível em relação à turma. Karpicke, Sousa e Almeida (2012), patenteiam as lacunas da avaliação normativa, afirmando que a mesma não apresenta quaisquer critérios de desempenho, o que não permite avaliar o nível de desempenho real dos alunos, nem a sua progressão. Deste modo, torna-se essencial que exista uma avaliação que contemple critérios, como refere Bento

(2003) um padrão que torne possível compreender se o processo de ensino e aprendizagem é bom ou mau.

Por último, surge a avaliação mista. Esta contempla as duas anteriores, permitindo ao professor ter indicações importantes relativamente aos critérios, mas também à semelhança entre os seus pares.

Desta forma, existem as modalidades de avaliação que compreendem a Avaliação Diagnóstica, a Avaliação Formativa e por último a Avaliação Sumativa. (Gonçalves et al., 2010).

A meu ver avaliação formativa é a mais relevante para o aluno e aquela à qual o professor mais deve atentar, trata-se de uma valiação sistemática que resulta da observação dos alunos e da forma que eles estão a evoluir.

De acordo com Yambi (2018), a avaliação formativa é um processo regular e contínuo, acontece durante o processo de aprendizagem e visa melhorar o desempenho dos alunos durante o processo.

Esta avaliação ajuda-nos a entender a evolução do aluno e a identificar as suas potencialidades e fragilidades. A adaptação das metodologias a adotar, da progressão dos conteúdos, das estratégias e recursos, sendo geridas de acordo com a informação que vamos adquirindo ao longo da avaliação formativa e da própria realidade de ensino, de forma que cada turma e aluno obtenha as melhores condições de aprendizagem.

O objetivo primordial com este tipo de avaliação é facilitar e aperfeiçoar as decisões relativas à aprendizagem e à progressão de cada aluno, assim como a qualidade do ensino. Neste início de ano fui tentando dar a conhecer o nível em que cada aluno se situava, propondo atividades que possibilitassem a superação das dificuldades. Os alunos com um bom desempenho, usufruíam de tarefas mais complexas designadas para o seu nível. Os dados recolhidos ao longo do tempo permitiram-me reajustar objetivos, planear atividades distintas por níveis e pesquisar recursos para acompanhar todos os alunos.

Contudo, há um momento em que os alunos são avaliados em determinada modalidade, tendo por base os conteúdos abordados no decorrer das aulas e os objetivos a serem atingidos no final da UD.

Segundo Yambi (2018), a avaliação sumativa é realizada no final de determinada unidade, indica se o aluno atingiu a aprendizagem e é considerada uma "avaliação do produto".

A motivação dos alunos para a superação das suas debilidades, passa pela forma como o professor acompanha o aluno e lhe fornece as orientações necessárias para que este prossiga a sua aprendizagem.

Sendo este um ano atípico, devido à pandemia, o CT assim como as restantes escolas foram forçados a reformular os critérios de avaliação, posto isto, nas reuniões de início do ano letivo, após reunidas as informações da DGS, analisamos os conteúdos de cada modalidade a abordar e selecionamos aqueles que pudessem ser abordados e posteriormente avaliados seguindo as normas de segurança impostas. Após designados os conteúdos, adaptamos as grelhas de avaliação e os respetivos valores, de forma que os alunos pudessem ser avaliados, tendo em consideração as tarefas que iriam realizar no decorrer do período. Depois da análise e das normas que foram implementadas, tivemos que reformular o documento formulado pelo NPES 2019/2020 de forma que cumprisse as diretrizes da DGS.

Os domínios avaliados são cognitivo, motor e sócio afetivo. Para simplificar a avaliação, os parâmetros foram distribuídos em 1- conhecimentos e capacidades e 2- atitudes, estes foram subdivididos em quatro critérios:

Relativamente aos conhecimentos e capacidades contabilizados com 60% da nota final, constam:

A) Atividades Físicas- 35%
   Aptidão Física- 15%
B) Conhecimentos-10%

A atitude foi contabilizada com 40% da nota final, e abarcou os parâmetros da:

C) Responsabilidade:
   1 - Assiduidade / Pontualidade (10%);
   2 - Material (5%);
   3- Empenho (5%).
D) Cooperação (20%):
   1 - Respeito/Cooperação (10%);
   2 - Soluções (5%);
   3 - Sentido Crítico (5%).

A reformulação do referencial de avaliação, foi necessária para organizar e orientar a avaliação dos alunos.

O processo de avaliar foi uma novidade no desenvolvimento da PES, sendo que esta tarefa do professor se tornou num dos maiores desafios que encontramos. A avaliação foi uma tarefa extremamente complexa, uma responsabilidade que a meu ver deve ser clara, justa e transparente, revelando o real desempenho dos alunos nos diversos domínios. Na minha opinião, a avaliação jamais deve ser vista como um ato único, esta deve ser contínua e realizada considerando os diversos fatores que podem interferir na mesma.

Através da avaliação contínua, não só conseguia avaliar as competências e dificuldades sentidas ao longo da aprendizagem dos alunos, como também, a motivação, empenho, comportamento, assiduidade e pontualidade nas aulas. Tal como afirma Rosado e Colaço (2002), esta não deve contemplar apenas um momento, deve ser sim entendida como uma forma de identificar a realidade, para que se possa efetuar ajustes futuros, tendo como objetivo a melhoria do processo de ensino e aprendizagem.

O núcleo da PES em conjunto com o OC estipulou duas aulas de cada modalidade para avaliação sumativa. No final de cada período, com o término das diversas UD tivemos de atribuir a avaliação final de cada aluno, considerando o trabalho desenvolvido.

De referir que alunos que por apresentaram atestado médico e não realizaram as aulas práticas, concretizaram um conjunto de trabalhos que através de uma grelha alternativa nos permitiu atribuir a avaliação referente ao desempenho dos mesmos nas tarefas propostas. Além deste fator, também foi sempre transmitido que a avaliação era feita em todas as aulas e que independentemente de o aluno ter determinado desempenho no dia, o professor considerava o conjunto de todas as sessões.

Relativamente às grelhas de avaliação, estas foram definidas por todo o grupo de EF, no entanto, devido à impossibilidade de abordar alguns conteúdos, tiveram de ser reajustadas para que fossem condizentes com as aulas e com todas as normas estipuladas.

5. Participação na escola e Relação com a comunidade

5.1. Atividades realizadas

As atividades realizadas ao longo do ano na escola proporcionaram aos alunos momentos únicos e de relevância nas suas vidas, contribuindo assim para um melhor desenvolvimento social e um ambiente escolar extremamente positivo.

No que diz respeito às atividades desenvolvidas pelo NPES tentamos ser o mais profissionais e pró-ativos, sendo nestes momentos demonstrada toda a nossa

disponibilidade, empenho e contributo ativo no desenrolar das atividades, quer fossem ou não dinamizadas por nós.

Este ano devido à pandemia, não foi possível manter as atividades que eram realizadas em anos anteriores, pelas restrições impostas pela DGS. No entanto, o CT em conjunto com o NPES e o grupo de EF, elaborou um conjunto de atividades muito interessantes e dinâmicas, para manter a celebração de eventos marcantes para os alunos, presente no plano anual de atividades.

As atividades dinamizadas no primeiro período foram as atividades de celebração do "Halloween", "Jogos Tradicionais-São Martinho", Evento Culminante com apresentações de dança das turmas de 10ºano à comunidade escolar e por último as "Danças Tradicionais pela escola".

Além de ser uma surpresa para toda a comunidade escolar, a atividade foi direcionada e implementada em alunos do 1º Ciclo. A proposta foi introduzida no início da semana, de forma a dar tempo para concluir as atividades programadas no dia de "Halloween". Nos quatro dias que antecederam o dia da atividade, em conjunto com a coordenadora do 1º ciclo, a professora Cláudia, escolhemos a música que iria ser a base da atividade e elaboramos uma coreografia para a mesma. Esta música era em inglês e os termos existentes remetiam aos passos, enquanto os alunos dançavam também exercitavam palavras no âmbito da aprendizagem da língua. A coreografia foi transmitida por nós aos alunos do 1º ciclo, após a aprendizagem, as turmas ensaiaram pelos diversos espaços da escola.

No dia 30 de outubro, selecionamos um local da escola para cada uma das quatro turmas realizaram a atuação, enquanto a comunidade escolar dispersa pela escola assistia. Os alunos todos disfarçados e ligados à magia deste dia, estavam muito felizes a usufruir das decorações e cenários espalhados pela escola. Também foram produzidas gravações das atuações, para mais tarde ser realizado um vídeo, de forma a todos os pais pudessem assistir a esta magnifica performance dos seus filhos. Todos os alunos do colégio que assistiram ficaram com vontade de realizar a atividade, de forma que mais alunos pudessem experienciar, demos uma aula ao quinto ano com esta temática.

Foi muito gratificante perceber a motivação e cooperação dos alunos durante toda a semana e em específico no próprio dia. A atividade foi realmente bem-sucedida e ficamos muito orgulhosos do desempenho de todos os intervenientes.

Do mesmo modo que a atividade anterior, para celebrar o São Martinho, nas aulas de EF da semana do dia 11 de novembro, implementamos um conjunto de jogos tradicionais nas várias turmas. Esta atividade permitiu transmitir a importância da preservação e valorização dos jogos tradicionais como património cultural e como forma de conhecerem e experimentarem os jogos que geralmente, famílias e amigos realizavam nos seus magustos. Os jogos tradicionais realizados foram a corrida de sacos, jogo da malha, jogo da corda, acerta no alvo e as andas. Os alunos estavam motivados, pois esta era uma atividade diferente com materiais que geralmente não eram utilizados, deste modo as turmas estavam muito empenhadas na realização da atividade.

O evento culminante da UD atividades rítmicas expressivas e, a respetiva apresentação do trabalho desenvolvido pelas turmas de 12ºano, à comunidade escolar foi realizada no dia 26 de outubro, no auditório do CT, na aula de término da UD. Nas aulas anteriores foram elaboradas construções coreográficas pelos alunos com os seus grupos, considerando aspetos como a sequência de movimentos, ritmo, expressividade, cooperação e criatividade.

Nesta atividade promovemos o evento culminante com as festividades próprias do modelo de instrução MED, implementado deste do início da UD, onde os alunos realizaram as suas coreografias e apresentaram à turma, ao corpo docente e à direção do colégio as suas criações.

Na segunda parte da atividade, as quatro equipas existentes votaram através de um boletim nas diferentes categorias apresentadas para a atribuição dos diplomas a cada grupo, tais como melhor tema, melhor bailarino, melhor bailarina, melhor guarda-roupa, melhor coreografia, mais criativos, mais divertidos e empenho. Depois de anunciar as classificações votadas pela turma, todos os alunos subiram ao palco do auditório para receberem o diploma que lhes foi atribuído.

A atividade teve um cariz muito divertido, incentivando o espírito de equipa, a união e a partilha, tanto que os estudantes conseguiram refletir sobre o trabalho desenvolvido ao longo do conjunto de aulas. As turmas estavam entusiasmadas e num ambiente de festa. Tenho a certeza de que vão guardar lembranças únicas deste dia no seu percurso. Estou muito orgulhosa e satisfeita com a concretização da atividade, espero desenvolver mais vezes este tipo de dinâmicas.

A última atividade realizada no 1º período, foi alusiva às Danças Tradicionais "O Regadinho" e "Erva Cidreira", sendo destinada aos alunos de 7º e 8º ano, no dia da

avaliação, a demonstração da dança para a comunidade escolar, visto que o empenho e foco que mantiveram durante avaliação foi muito positivo. Além da execução coreográfica, os alunos vestiram-se a rigor com roupas e acessórios típicos destas danças.

A atividade teve como propósito transmitir e dar a conhecer um pouco da cultura portuguesa que aos poucos se vai esquecendo, principalmente com alunos mais velhos e por este motivo é que se mantém no planeamento as danças tradicionais, para que tenham conhecimento e continue a dar-se importância às danças tradicionais no nosso país.

No 3º período, foi realizada uma atividade, no âmbito da PES, e funcionou como Evento Anual, decorreu no dia 29 de abril de 2021, Dia Mundial da Dança, como forma de comemorar este dia em consonância com a promoção da prática de atividade física. A atividade permitiu-nos realizar um conjunto de aulas com vários estilos de dança para toda a comunidade escolar, alunos, professores e funcionários.

Na parte final da atividade, promovemos um momento de partilha, onde todos os participantes apresentaram aos restantes elementos da comunidade escolar as suas aprendizagens, através de uma coreografia conjunta nos vários espaços da escola. O tema desta apresentação foi o "Multiculturalismo", para tal, os alunos utilizaram bandeiras dos vários países e homenagearam a dança como forma de expressão e de união dos vários povos e culturas.

A última atividade realizada foi o Seminário este surgiu como uma atividade enquadrada no âmbito das atividades não letivas e da PES, teve como objetivo o desenvolvimento de competências assentes nos princípios da iniciação à investigação científica.

Nesta atividade o NPES apresentou à comunidade escolar e a todos os convidados o projeto implementado no CT ao longo do 2º período, no âmbito da UC Projetos de Intervenção I e II, o *Skills4Genius*.

Esta atividade decorreu no dia 18 de maio, pelas 11:15h no auditório do CT, devido ao contexto pandémico, foi necessário restringir o número de convidados para assistir ao mesmo. No seminário estiveram presentes 27 convidados, a turma do 8ºA, a investigadora responsável pelo projeto, coordenadora e fundadora das Academias *Skills4Genius*, Doutora Sara Santos, a nossa supervisora, Doutora Fátima Sarmento, um elemento da Direção do CT, o nosso orientador cooperante, Professor Ruben Carola e um elemento do Grupo de EF.

Tal como já foi referido, o tema desta atividade foi o projeto *Skills4Genius*, tinha por a utilização da prática desportiva como forma de promover o pensamento criativo, a

adaptabilidade e a capacidade das crianças e jovens resolverem problemas, podendo este ser implementado nas aulas de EF. O *Skills4Genius* permite que os alunos tomem decisões, organizem tarefas, resolvam problemas e criem respostas criativas na busca pelas soluções, fomentando atitudes de superação e compromisso. O programa desportivo insere-se nas Academias Gulbenkian do Conhecimento 2018, mas já foi premiado pela *Creative Education Foundation*, sediada nos EUA.

Os professores têm uma das maiores tarefas, têm a capacidade e função de tocar os corações dos seus alunos e enaltecer o que de melhor eles têm para mostrar. Se pensarmos nos modelos subjacentes ao programa *Skills4Genius*, student design games (SDG), teaching games for understanding (TGfU) e o MED, como enunciamos em cima, podemos perceber a importância da implementação de todos eles para a estimulação da autonomia e das abordagens construtivas dos alunos, passando eles, a ser o centro do processo de ensino e aprendizagem. Estes momentos, promoveram a partilha de conhecimentos, valorização de todos enquanto aprendizes e pessoas, intensificando as relações e aumentando a curiosidade pela novidade.

O Futuro são os estudantes de hoje, com a inovação nas aulas de EF teremos melhorias significativas na motivação e predisposição dos alunos. Para um futuro mais eficiente e uma maior obtenção de aprendizagem pelos alunos, a educação tem de estar em constante evolução.

Sendo o seminário uma atividade tão importante, o NPES superou as suas expectativas. Todos os professores e elementos da comunidade escolar que estiveram presentes demonstraram muito interesse pela temática, assim sendo, obtivemos feedbacks muito positivos, foi um dia memorável no nosso percurso.

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

É sabido que a escola assume nos dias de hoje um papel preponderante na formação e educação dos jovens. Assim sendo, o professor contacta com os alunos um largo número de horas por dia, assim, assume um papel importante no desenvolvimento dos jovens transmitindo valores. Desde o início da PES percebi a importância do papel do professor, ficando elucidado que, vai muito além da lecionação de aulas. Desta forma, uma das minhas preocupações foi promover a atividade e o exercício físico nos alunos. Tal como afirmam Lima, Resende e Albuquerque (2012), a EF funciona como uma base que remete

para diversos benefícios que vão para além da atividade física, tais como, a saúde, prazer, competição, e isto faz com que exista um grande espectro de valores e competências a serem trabalhadas dentro e fora das aulas com os alunos.

Durante o ano letivo, além de assumir o papel de professor, tentei ser amigo, prestável, ter uma relação positiva com a restante comunidade escolar. No entanto, o principal foco na intervenção foram os alunos. Era sabido que, para que o processo de ensino e aprendizagem corresse de forma positiva, teria de estabelecer uma relação e um ambiente favorável de aprendizagem nas aulas. Achei importante analisar o contexto onde iria estar inserido, dando evidência à individualidade dos alunos.

Desta forma, enquanto EE a integração nas atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo no colégio, tornaram-se fulcrais neste processo inicial de formação. Isto levou a que obtivesse um crescimento pessoal e profissional. As reuniões com os meus colegas EEs e com o OC, durante as aulas e reuniões semanais foram significativas, uma vez que proporcionavam constante reflexão do processo de ensino, assim como, reuniões do conselho de turma e de avaliação. O contacto muito próximo com o grupo de EF na participação das atividades realizadas e a constante troca de experiências, acrescentaram valor à minha intervenção. O relacionamento com os restantes professores da comunidade escolar, estabelecendo conversas informais na cantina e intervalos. Os assistentes operacionais foram elementos que se mostraram sempres disponíveis a ajudar desde o primeiro dia.

Os alunos foram o elemento principal de toda a aprendizagem. Além do contacto nas aulas, procurei estar muito próximo fora do contexto de sala de aula, tanto em intervalos em que debatia alguns temas que suscitavam curiosidade como também na cantina, dando sempre uma palavra de apreço a todos eles. Assim, este trabalho para lá da sala de aula, contribuiu muito para o meu crescimento enquanto professor.

Penso que uma das minhas maiores vitórias foi conseguida com a turma do 9.º ano, numa fase inicial estes apresentavam-se desmotivados e por vezes desinteressados em alguns casos. No final do ano saíram com uma ideia totalmente diferente, durante todo este ano, procurei incentivar e influenciar positivamente os alunos, tornando as aulas num espaço de ambiente positivo, que para além de promover a aprendizagem das matérias de ensino, foi promovido o desenvolvimento de valores e estabelecimento de relações interpessoais, competências estas que são essenciais para o dia a dia.

No final, percebi que pouco ou nada sabia, no início da PES, apesar de possuir um

bom suporte teórico, só através do impacto com a prática, o contexto real de ensino é que se começa verdadeiramente o desenvolvimento da profissão docente.

5.3. A Componente ético-profissional

A identidade de um professor, é um processo que é moldado pelos mais variados fatores pessoais e contextuais que se relacionam de maneira mútua e dinâmica entre si. É um fenómeno multifacetado que vai evoluindo ao longo da vida e da experiência profissional. Cunha et al. (2014), considera o desenvolvimento do professor e a construção da sua identidade como um processo dinâmico, contínuo e social de interpretação e reinterpretação de experiências.

A minha identidade profissional, começou a ser criada baseada nos meus valores pessoais, nos conhecimentos que fui adquirindo ao longo da minha formação académica e a meu ver umas das mais importantes, no ano da PES. Neste ano, foram-me transmitidos valores pelo grupo de EF, pelos alunos e principalmente pelo OC, que considero de extrema importância para a construção da minha identidade profissional. O conhecimento ético, pode ser considerado uma das maiores ferramentas para o professor e mais uma vez, o EE deve procurar nas relações com outros docentes testemunhos como forma de aprendizagem sobre a ética na educação e no meio escolar.

Ao longo do ano, percebi que o ensino apresenta uma variabilidade de situações e uma diversidade enorme de cenários, que faz com que esta área seja bastante complexa e haja diversas formas de atingir o mesmo objetivo. Por diversas vezes, durante o ano da PES, o NPES apresentou opiniões diferentes, porém, achamos sempre correto demonstrar o nosso ponto de vista, de maneira a chegar à melhor opção, com vista a proporcionar o melhor aos nossos alunos. Como EE, fui responsável por cada um dos meus alunos e como tal, tive a obrigação de respeitar os seus direitos e proporcionar o melhor ensino.

No trabalho realizado junto dos alunos, tentava transmitir os conteúdos que tinha de abordar, tendo sempre em consideração as caracteristicas pessoais dos alunos. Na lecionação das aulas, através da competição, da formação de equipas, tentei transmitir os valores do trabalho em equipa, da cooperação, da entreajuda para com os colegas. Nas aulas teóricas e na proposta de tarefas para casa, implementava prazos, para dessa forma transmitir valores de responsabilidade. Através dessas mesmas tarefas, tentava passar aos alunos o gosto pela prática de atividade física e consequentemente um estilo de vida saudável.

Em suma, devemos orientar a educação dos nossos alunos no sentido que desejamos e que achamos mais correto, tendo sempre presente que todos os alunos são diferentes e cada um exige um bocadinho de nós. O professor vai ser cada vez melhor, quanto melhor for a sua adaptação às turmas, quanto melhor forem as suas ideias e estratégias, por isso, deve estar sempre em reconstrução do seu perfil profissional.

5.4. Profissional e Institucional

No meu ponto de vista a escola é a principal responsável por educar e preparar os alunos para as exigências de uma sociedade que está constantemente em mudança. Contudo, o professor não funciona apenas como mero transmissor de conhecimento. Este, desenvolve competências e valores que servirão de base e suporte para situações futuras e desta forma estes sejam capazes de desenvolver a autonomia e tomar as decisões mais acertadas.

Deste modo, a comunidade escolar tem um papel de extrema importância, influenciando e promovendo o sucesso e o insucesso de uma determinada organização. Assim sendo, a realização do estágio no colégio, foi sem qualquer sombra de dúvida, a oportunidade de participar e intervir de forma ativa na comunidade escolar, sentindo-me útil. Desde o primeiro momento que pisei as instalações do colégio, a receção de toda a comunidade escolar foi tida de igual forma pelos professores, sendo atribuídas responsabilidades nas diversas atividades desenvolvidas, o que me fez tanto a nível pessoal como profissional.

Em relação às atividades desenvolvidas, a socialização profissional tornou-se como uma oportunidade para nós EE assumirmos um papel na escola e assim percebermos a organização e o seu funcionamento.

A participação da comunidade escolar em todas as atividades permite estabelecer relações interpessoais que favorecem o sucesso dos alunos e a melhoria do processo de ensino e aprendizagem. Ainda que as atividades sejam realizadas quer no contexto ou não de aula, elas possibilitassem que os alunos se sintam mais valorizados.

Ainda que a zona desportiva do colégio e o local onde o NPES costumava trabalhar seja distante da sala dos professores e dos espaços polivalentes, sempre que possível costumamos passar algum tempo em conjunto com os professores de outros departamentos. Tivemos também a oportunidade de contactar com os diretores de turma, das turmas que nos foram atribuídos e perceber um bocadinho do desenvolvimento das suas funções. Estes momentos foram fundamentais para troca de ideias, sugestões e como forma de darmos a conhecer um pouco do nosso trabalho. Neste seguimento, também nos prontificamos a realizar algumas

funções que foram necessárias no colégio, como por exemplo, leitura de testes para alunos com NEE, substituições de professores, auxílio na realização de atividades, a gestão de intervalos das turmas na troca de docentes, transição de turmas para espaços distintos, entre outros.

A disponibilidade demonstrada por mim e pelos meus colegas do núcleo da PES perante a comunidade escolar foi sempre bastante apreciada.

6. Desenvolvimento profissional

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

No início da PES o primeiro grande obstáculo e, que se tornou nas minhas maior dificuldade foi, e em conformidade com Lima et al (2014), foi a transição do "ser aluno" para o "ser professor". Desta forma, existiu um misto de emoções, exigindo uma capacidade de adaptação às responsabilidades inerentes do estágio, suscitando momentos de dúvidas e incertezas da forma de como deveria atuar enquanto EE. A perceção destas dificuldades foi fundamental para a minha evolução. Deste modo, permitiu definir quais as melhores estratégias para contornar estas dificuldades e assim melhorar o processo de ensino e aprendizagem.

Em relação à organização e gestão de ensino, no que concerne aos planeamentos, o trabalho era consideravelmente extenso numa fase inicial, apesar disso, a minha capacidade de organização e de método, rapidamente se adaptaram num curto espaço de tempo.

Relativamente às minhas maiores dificuldades ao longo do tempo, foram em relação aos momentos de instrução, nomeadamente na colocação da voz, na assertividade do meu discurso e por vezes no posicionamento e ajustes necessários em função dos momentos de aula. Uma das lacunas também se deveu à construção de progressões pedagógicas que não me eram tão familiares. De forma a contornar estas lacunas foi fundamental o diálogo com o OC, NPES e professores experientes de forma a combater essas minhas debilidades. Desta forma, também recorri a documentos de suporte que já me eram conhecidos dos anos anteriores da formação académica e por vezes também recorri a pesquisa mais fundamentada em algumas modalidades que senti uma maior necessidade de aprofundar o meu conhecimento teórico e prático. Assim sendo, este tipo de dificuldades dever ser colmatado, com recurso a informação e formação contínua.

Deste modo, é importante o EE estar envolvido com toda a comunidade escolar, colaborando nas atividades extracurriculares, reuniões do departamento, como também, em ações de formação externas. Por fim, o docente deve apresentar uma postura de procura constante de informação de forma a renovar e explorar os seus conhecimentos teóricos e práticos da sua carreira docente e assim melhorar o seu processo de ensino e aprendizagem.

7. Reflexões finais

Volvidos 10 meses chega ao fim esta etapa, considerando esta experiência única e marcante para o resto da minha vida. Tenho um orgulho enorme no percurso que percorri ao longo deste ano no colégio, sinto que cresci de uma forma inigualável tanto a nível pessoal e profissional, sentindo-me mais adulto e sobretudo mais ponderado e reflexivo. Assim sendo, esta "aventura" chega ao fim com sentimento de dever cumprido, e um sentimento de satisfação no impacto positivo que posso ter na vida dos outros ao exercer esta profissão.

Apesar de todos os contratempos vividos ao longo deste ano da PES, o tempo passado na escola com os meus alunos e companheiros de prática foi bastante positivo e enriquecedor. As dificuldades existiram, mas com bastante trabalho e esforço foram solucionadas. Na minha perspetiva, são os problemas que nos dão a motivação necessária para acabar este percurso e nos fazem crescer/evoluir como futuros professores. Muito ficou por dizer, refletir e contar, contudo nestas páginas estão escritos os momentos mais marcantes, pois esses são os que ficam e os que relembramos.

A oportunidade de poder contactar com várias turmas de diferentes faixas etárias, fez com a minha experiência tivesse sido vasta e rica. Tive consciência que consegui deixar uma marca pessoal em cada um dos alunos durante todo este processo, foi de extrema responsabilidade, mas, ao mesmo tempo bastante gratificante, ajudando-me a evoluir enquanto profissional.

Como futuro profissional de ensino, tenho a perfeita noção de que ainda não sei tudo, todos os dias vou aprender com os meus alunos e crescer com os colegas de trabalho mais sábios que já são, inquestionavelmente, mais experientes do que eu. Ser professor proporciona-nos uma vida de estudo constante, é necessário que tenhamos a habilidade e a competência para lidar com as adversidades no percurso escolar, saber quando temos de alterar os nossos métodos para que toda a turma compreenda, tendo ainda de manter presente em nós que os alunos não estão todos ao mesmo nível, não aprendem todos à mesma velocidade, assim, devemos trabalhar para

que eles se sintam motivados, possam interagir e desenvolver as suas capacidades, caso contrário vamos ser apenas mais um docente no percurso escolar de cada um.

Este foi um ano bastante complicado, um ano de muito trabalho, onde fomos constantemente postos à prova pelas mais variadas razões. Ao longo da PES, foram muitos os prazos a cumprir, muitos os momentos desafiadores que constantemente colocavam à prova as nossas capacidades muito além do que é ser professor. Porém, agradeço todos esses instantes, pois é com eles que crescemos e aprendemos, para que numa próxima oportunidade possamos fazer mais e melhor.

Devo realçar todas as pessoas que fizeram parte deste meu percurso, que me ajudaram a cumprir esta etapa da minha vida e que fizeram com que este ano fosse inesquecível. Termino este percurso com uma vontade imensa, um desejo de conseguir viver estes momentos e experienciar novamente a vida de docente, poder voltar a fazer parte de uma comunidade escolar e do percurso educativo dos alunos, porque aí sim, sinto-me realizado.

8. Referências bibliográficas

Alarcão, I., & Tavares, J. (2003). *Supervisão da prática pedagógica. Uma perspectiva de desenvolvimento e aprendizagem*. Livraria Almedina.

Anacleto, F. (2008). *DO PENSAR AO PLANEAR: Análise das Decisões Pré-Interativas de Planeamento de Professores de Educação Física em Estágio Curricular Supervisionado.* Dissertação de Mestrado apresentada a Universidade Técnica de Lisboa – Faculdade de Motricidade Humana

Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física* (3.ª ed.). Livros Horizonte.

Bonafé, J. M. (2004). La formación del profesorado y el discurso de las competencias. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (51), 127-144.

Cunha, M. A., Batista, P., & Graça, A. (2014). Pre-service physical education teachers' discourses on learning how to become a teacher: [Re] constructing a professional identity based on visual evidence. *The open Sports Sciences Journal, 7*(1), 141-171.

Doecke, B. (2004). Professional identity and educational reform: confronting my habitual practices as a teacher educator. *Teaching Teachar Educacition*. 20.203-15.

Engelmann, S., Becker, W. C., Carnine, D., & Gersten, R. (1988). The direct instruction follow through model: design and outcomes. *Education and Treatment of Children*, 11(4), 303–317.

Graça, A., & Mesquita, I. (2006). Ensino do Desporto. In G. Tani, J. O. Bento & R. D. d.S. Petersen (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 207-216). Rio de Janeiro Guanabara Koogan.

Gomes, P. (2014). Aprender a ser professor: Uma análise situacional de percursos e experiências formativas de estudantes de educação física. *Aprender a ser professor: uma análise situacional de percursos e experiências formativas de estudantes de Educação Física*, *129*

Hastie, P. (1998). Skill and tactical development during a sport education season.*Research Quarterly for Exercise and Sport*, 69, 368-379

Karpicke, J., Sousa, H. D. d., & Almeida, L. (2012). A avaliação dos alunos. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

Freire, P. (2003). *Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa.* Paz e Terra. (25ªed.). Coleção Leitura.

Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2010). *Avaliação: um caminho para o sucesso no processo de ensino e aprendizagem.* Maia: Edições ISMAI - Centro de Publicações do Instituto Superior da Maia.

Keller, F., & Sherman, J. (1974). *PSI, the Keller Plan Handbook: Essays on a personalized system of instruction*. Addison Wesley Longman.

Knowles, M. S., Holton III, E. F., & Swanson, R. A. (2014). *The adult learner: The definitive classic in adult education and human resource development*. Routledge.

Nóvoa, A. (2004). Novas disposições dos professores. *Correio da educação*, 47, 1-4.

Melser, N. (2004). The shared supervision of student teachers: Leadership, listening, and lessons learned. *Professional Educator*, *26*(2), 31–37.

Metzler, M. (2000). *Instructional Models for Physical Education* (3rd ed.). Georgia State University: Routledge Taylor & Francis Group.

Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, R. (2014). *A prática de ensino supervisionada: As dificuldades dos estudantes estagiários. Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*. *1*(5), 68–74.

Lima, R., Resende, R., & Albuquerque, A. (2012). O Processo de Bolonha: Alterações e adaptações curriculares no curso de educação física e desporto no ensino universitário em Portugal. In C. Leite & M.

Luehmann AL, Tinelli L. (2014). Teacher professional identity development with social networking technologies: learning reform through blogging. Educ Media Int. 2008;45:323-33. Minist, A. M. T.

Pimenta, S., & Anastasiou, L. (2002). *Docência no ensino superior.* São Paulo: Cortez;

Quina, J. N. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Bragança: Edição do Instituto Politécnico de Bragança.

Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física* (pp. 67–81). Porto: FADEUP.

Rink, J. E. (2014). *Teaching physical education for learning* (7.ª ed.). New York: McGraw-Hill.

Rosado, A. & Colaço, C. (2002). *Avaliação das Aprendizagens*. Lisboa: Omniserviços.

Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Schepens A, Aelterman A, Vlerick P.(2009) Student teachers' professional identity formation: between being born as a teacher and becoming one. Educ Stud. 2009;35:361-78.

Siedentop, D. (1994). *Sport Education: Quality PE through positive sport experiences.* Champaign, IL: Human Kinetics.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educacion fisica.* Barcelona: INDE.

Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). Developing Cooperation and Community Among Learners. In *Developing teaching skills in physical education* (pp. 59–128). Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.

Tavares, F. (2015). *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a Jogar* (2.a ed.). Porto: FADEUP

Vickers, J. (1990). Instructional design for teaching physical activities a knowledge structures approach. Champaign: Human Kinetics.

Yambi, T. (2018). Assessment and evaluation in education.

Legislação Consultada:

Decreto-Lei, n.º 79/2014 de 14 de maio - Regime jurídico da habilitação profissional para a docência na educação pré-escolar e no ensino básico e secundário. Disponível em www.dre.pt.

Decreto Lei, n.º 74/2006, de 24 de março aprova o regime jurídico dos graus e diplomas do ensino superior, em desenvolvimento do disposto nos artigos 13º a 15º da Lei n.º 46/86, de 14 de outubro (Lei de Bases do Sistema Educativo), bem como o disposto no n.º 4 do artigo 16.o da Lei n.º 37/2003, de 22 de agosto (estabelece as bases do financiamento do ensino superior.