



**“APOSTAR NO CAVALO ERRADO”: Influência do
Professor no Desenvolvimento Integral do
Aluno e do Sucesso Escolar**

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional,
apresentado com vista à obtenção do 2º
Ciclo de Estudos conducente ao Grau de
Mestre em Ensino da Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário, da
Faculdade de Desporto da Universidade
do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº
74/2006, de 24 de março, na redação
dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018, de 16
de agosto e do Decreto-Lei nº 43/2007,
de 22 de fevereiro.

Professor Orientador: Professora Doutora Luísa Estriga

Inês Nogueira Alves

Porto, setembro de 2022

FICHA DE CATALOGAÇÃO

Alves, I. (2022). *“APOSTAR NO CAVALO ERRADO”*: *Influência do Professor no Desenvolvimento Integral do Aluno e do Sucesso Escolar*. Porto: Alves, I. Relatório de estágio profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; ENSINO; DESPORTO; CURSO PROFISSIONAL; METODOLOGIA DO DESPORTO.

DEDICATÓRIA

Aos **sete** pilares da minha vida que de alguma forma
contribuíram para a pessoa que sou hoje e que me ensinaram
o que é amar e apoiar incondicionalmente: **Pais, Irmão,**
Avós, Namorado, Doggy.

AGRADECIMENTOS

Ao meu Professor Cooperante Eduardo Santos,

pelo carinho, pela preocupação e disponibilidade que sempre teve para comigo desde o primeiro ao último dia. Obrigado ainda, por todo o conhecimento e experiência transmitido, que fizeram (sem dúvida alguma) diferença na minha formação.

Ao meu Núcleo de Estagiários, Pedro e Ricardo,

por terem caminhado lado a lado comigo e por terem tornado este percurso muito mais especial e distinto de qualquer outro.

À minha querida turma do 1º ano do Curso Profissional de Técnico de Desporto da Escola Secundária da Senhora da Hora,

por me mostrarem que o preconceito é uma barreira humana perigosa e que com respeito, vontade, amor e amizade, qualquer obstáculo é ultrapassado e todos os sonhos são possíveis. Serão para sempre os meus "pintarolas".

À Professora Orientadora Luísa Estriga,

pela referência de trabalho árduo, dedicação e por toda a paixão que transmite pelo desporto e em especial pela modalidade de andebol.

À Escola Secundária da Senhora da Hora,

por me ter recebido de braços abertos e por me ter feito sentir verdadeiramente Professora.

A todos o meu mais sincero OBRIGADO!

ÍNDICE GERAL

DEDICATÓRIA	III
AGRADECIMENTOS	V
ABREVIATURAS E SÍMBOLOS	XXIII
PRÓLOGO	XXV
1. INTRODUÇÃO	1
2. ENQUADRAMENTO PESSOAL	3
2.1. Autobiografia: Viagem No Tempo- Quem Fui, Quem Sou	5
2.2. Desporto: Uma Relação Desde o Berço	8
2.3. Educação Física: A Miragem no Caminho	11
2.4. Expetativas Iniciais: O Ponto de Partida	13
3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL	15
3.1. Educação Física na Escola: Verdadeira Aprendizagem	17
3.2. A Minha Escola Cooperante: Caracterização do Palco Principal	20
3.3. O Professor Cooperante: A Ponte que Todos Necessitamos	27
3.4. O Núcleo de Estágio: Os Três Vértices do Triângulo	29
3.5. O Grupo de Educação Física: Os Resistentes	30
3.6. A Minha Turma: Primeiro Ano do CPTD (Pê de "Primeirinhos" e "Pintarolas")	32
3.7. A Minha Turma: Divide and Conquer Strategy	35
3.8. Caracterização do Curso Profissional	37
3.9. Turma Partilhada	39
4. ENQUADRAMENTO OPERACIONAL	40
4.1. ÁREA I: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	43

A Conceção, o Planeamento, a Realização e a Avaliação	43
4.1.1. Conceção.....	44
4.1.2. Planeamento.....	45
4.1.2.1. Diário de Bordo.....	46
4.1.3. Realização.....	48
4.1.3.1. Estilos e Modelos de Ensino utilizados.....	50
4.1.4. Avaliação.....	54
4.1.5. Planeamento Anual.....	56
4.1.6. Disciplina de Metodologia do Desporto.....	58
Elenco Modelar da Disciplina Metodologia do Desporto (1º Ano).....	58
4.1.7. Módulo Pedagogia do Desporto.....	60
4.1.8. Módulo Didática do Desporto.....	65
4.1.9. Módulo Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	68
4.1.10. Módulo Coaching e Comunicação.....	71
4.1.11. Ginástica de Solo.....	73
4.1.12. Ginástica de Solo: Exposição do Trabalho Realizado.....	77
4.1.12.1. Avaliação de Diagnóstico da TP do 5º ano...	77
Unidade Didática da TP do 5º ano.....	77
Planos de Aula do 5º ano.....	78
Avaliação Formativa do 5ºF.....	79
Avaliação Sumativa do 5ºF.....	79
4.2. ÁREA II: Participação na Escola e Relações com a Comunidade	81
4.2.1. Organização do Dia Europeu do Desporto na Escola	81
4.2.2. Organização do Corta-Mato Escolar.....	83
4.2.3. Participação no Corta-Mato Distrital.....	85
4.2.4. Organização do Dia do Agrupamento.....	86
4.2.5. Receção aos Jogadores de Futebol Profissional.	88
4.2.6. Organização da Atividade de Boccia.....	91

4.2.7. Participação nos Torneios Interescolas.....	93
4.2.8. Organização do Interescolas Atletismo.....	96
4.2.9. Referencial para a Saúde: Construção de Ferramenta de Apoio.....	98
4.2.10. Visita de Estudo ao Estádio do Mar.....	99
4.2.11. Sessões de Tutoria.....	101
4.2.12. Reuniões.....	104
4.3. ÁREA III: Desenvolvimento Profissional	106
METODOLOGIAS E ESTRATÉGIAS DE ENSINO APLICADAS AOS CURSOS PROFISSIONAIS DE TÉCNICO DE DESPORTO NA ESCOLA SECUNDÁRIA DA SENHORA DA HORA: ANÁLISE E SUGESTÕES DE MELHORIA ..	107
RESUMO	107
ABSTRACT	108
1. INTRODUÇÃO	109
2. OBJETIVO GERAL	111
2.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	111
3. JUSTIFICAÇÃO	112
4. METODOLOGIA DO ESTUDO	114
4.1. Instrumento de Recolha de Dados	114
4.2. Procedimentos de Recolha de Dados	115
4.3. Participantes	115
5. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS	118
6. CONCLUSÃO	139
7. CONTRIBUIÇÃO	141
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	142
5. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS FUTURAS	143
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	147
ANEXOS	XXVI

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1- Símbolo do Agrupamento de Escolas da Senhora da Hora	21
Figura 2- Entrada da ESSH (2)	22
Figura 3- Entrada da ESSH	22
Figura 4- Sala de Aula da ESSH	23
Figura 5- Sala de Aula (2) da ESSH	23
Figura 6- Pavilhão Multidesportivo da ESSH	24
Figura 7- Campo Exterior da ESSH	24
Figura 8- Pista de Atletismo Exterior da ESSH	25
Figura 9- Pista de Atletismo Exterior da ESSH (2)	25
Figura 10- Entrada do Pavilhão Municipal da Senhora da Hora	26
Figura 11- Pavilhão Municipal da Senhora da Hora	26
Figura 12- Receção dos jogadores do LSC na ESSH (17.11.2021) Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"	90
Figura 13- Receção dos jogadores do LSC na ESSH (11.05.2022) Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"	90
Figura 14- Visita da Escola Secundária da Senhora da Hora ao Estádio do Mar Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"	100
Figura 15- Resposta dos alunos à questão "O que pensas que poderia melhorar o teu empenho, a tua motivação e a tua aprendizagem no curso profissional que estás a frequentar?"	138

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1- Caracterização do grupo de estudo do 10º ano segundo o género.....	116
Gráfico 2- Caracterização do grupo de estudo do 12º ano segundo o género.....	117
Gráfico 3- Resposta do 10º ano à questão "Gostas do curso profissional de frequentas?".....	119
Gráfico 4- Resposta do 12º ano à questão "Gostas do curso profissional de frequentas?".....	120
Gráfico 5- Resposta do 10º ano à questão "O que te levou a escolher esta escola?".....	121
Gráfico 6- Resposta do 12º ano à questão "O que te levou a escolher esta escola?".....	122
Gráfico 7- Resposta do 10º ano à questão "Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?".....	123
Gráfico 8- Resposta do 12º ano à questão "Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?".....	124
Gráfico 9- Resposta do 10º ano à questão "Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)".....	125
Gráfico 10- Resposta do 12º ano à questão "Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)".....	126
Gráfico 11- Resposta dos alunos à questão "Qual o grau de satisfação com o curso profissional que frequentas?".....	127
Gráfico 12- Resposta do 10º ano à questão "O que mais gostas no curso profissional que frequentas?".....	129
Gráfico 13- Resposta do 12º ano à questão "O que mais gostas no curso profissional que frequentas?".....	129

Gráfico 14- Resposta dos alunos à questão “Numa escala de 1 a 5, classifica o quanto gostas de cada tipologia de aula”.....	130
Gráfico 15- Resposta do 10º ano à questão “Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de:”.....	131
Gráfico 16- Resposta do 12º ano à questão “Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de:”.....	132
Gráfico 17- Resposta dos alunos à questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor avalia o teu conhecimento?”.....	133
Gráfico 18- Resposta dos alunos à questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor desenvolve a tua aprendizagem?”.....	134
Gráfico 19- Resposta dos alunos à questão “Nas disciplinas teóricas que modelo de ensino preferes?”.....	135
Gráfico 20- Resposta dos alunos à questão “Que tipo de ferramentas e estratégias gostarias que fossem mais utilizadas nas aulas teóricas?”.....	136
Gráfico 21- Resposta dos alunos à questão “O que consideras que deveria ser melhorado no curso?”.....	137

ÍNDICE DE TABELA

Tabela 1- Análise SWOT Dinâmica do EE	7
Tabela 2- Elenco Modelar da Disciplina de Metodologia do Desporto do primeiro ano do CPTD	59
Tabela 3- Categorias de respostas à questão "O que te levou a escolher esta escola?"	121
Tabela 4- Categorias de respostas à questão "Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?"	122
Tabela 5- Categorias de respostas à questão "O que mais gostas no curso profissional que frequentas?"	128

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1- Ficha de Relatório de Aula.....	XXVI
ANEXO 2- Autorização aos Encarregados de Educação para elaboração do trabalho final do módulo <i>Coaching</i> e Comunicação.....	XXVII
Anexo 3- Ficha de Avaliação Diagnóstica Ginástica de Solo.....	XXVIII
ANEXO 4- Unidade Didática de Ginástica de Solo.....	XXIX
ANEXO 5- Cartazes Corta-Mato Escolar.....	XXX
ANEXO 6- Cartaz Atividade Dia do Agrupamento.....	XXXI
ANEXO 7- Cartaz Atividade de Boccia.....	XXXII
ANEXO 8- Questionário <i>Online</i> do Projeto de Investigação.....	XXXIII

RESUMO

O presente documento denomina-se de Relatório de Estágio Profissional, elaborado no âmbito de Prática de Ensino Supervisionado e está inserido no segundo ciclo de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A Prática de Ensino Supervisionado é uma etapa marcante na formação profissional do Estudante Estagiário, cheia de momentos marcantes e aprendizagens significativas. Por esse motivo, este documento apresenta na sua íntegra uma perspetiva muito realista, genuína e autêntica daqueles que foram os momentos vividos pelo Estudante Estagiário. Este Relatório de Estágio Profissional encontra-se dividido por capítulos que vão desde a uma parte mais descritiva a uma parte mais reflexiva, expondo as várias experiências de formação pessoal, profissional e social. Além de toda a descrição experiencial e reflexiva, também foi realizado um projeto de investigação onde o objetivo consiste em melhorar a qualidade do ensino nos Cursos Profissionais, nomeadamente na Escola onde foi realizada a Prática de Ensino Supervisionado, através da busca de melhores metodologias e estratégias de ensino para o conseqüente aumento de envolvimento e motivação por parte dos alunos. Em suma este Relatório representa o trabalho e a experiência desenvolvidos ao longo de um ano intenso, trabalhoso, mas muito recompensador.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; ENSINO; DESPORTO; CURSO PROFISSIONAL; METODOLOGIA DO DESPORTO.

ABSTRACT

The present document is called Professional Internship Report, developed within the scope of the Supervised Teaching Practice and is part of the second cycle of studies of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary Schools. The Supervised Teaching Practice is an important stage in the professional training of the student trainee, full of remarkable and significant moments. For this reason, this document presents in its entirety a very realistic, genuine, and authentic perspective of the moments lived by the Probationary Student. This Professional Internship Report is divided into chapters ranging from a more descriptive part to a more reflective part, exposing the several experiences of the personal, professional, and social formation. In addition to all the experiential and reflective description, a research project was also conducted where the main goal was to improve the quality of teaching practices in Professional Courses, namely in the School where the Supervised Teaching Practice was conducted, through the search for better approaches and teaching strategies for the consequent increase of student engagement and motivation. In short, this report represents the work and experience developed over an intense, hard-working, but very rewarding year.

KEYWORDS: PROFESSIONAL INTERNSHIP; TEACHING; SPORTS; PROFESSIONAL COURSE; SPORT METHODOLOGY.

ABREVIATURAS E SÍMBOLOS

AESH- Agrupamento de Escolas da Senhora da Hora
CC- *Coaching* e Comunicação
CP- Curso Profissional
CPTD- Curso Profissional de Técnico de Desporto
DB- Diário de Bordo
DD- Didática do Desporto
EA- Ensino/Aprendizagem
EE- Estudante Estagiário
EF- Educação Física
EP- Estágio Profissional
EBSH- Escola Básica da Senhora da Hora
ESSH- Escola Secundária da Senhora da Hora
FADEUP- Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
GEF- Grupo de Educação Física
IPDJ- Instituto Português do Desporto e Juventude
NE- Núcleo de Estágio
PC- Professor Cooperante
PD- Pedagogia do Desporto
PES- Prática de Ensino Supervisionado
PO- Professor Orientador
RE- Relatório de Estágio Profissional
TMTD- Teoria e Metodologia do Treino Desportivo
TP- Turma Partilhada
TR- Turma Residente

PRÓLOGO

"Apostar no Cavalo Errado" do autor Eric Barker é um livro que rompe com várias ideias e crenças do cotidiano e que transformou a minha forma de ver o mundo. A ideia de trazer o título desta obra para o meu relatório de estágio espelha na sua totalidade aquilo que foi este ano de prática, assim como, a mensagem que eu levo e quero transmitir para todos aqueles que lerem este documento e que não vivenciaram o mesmo que eu.

Apostar no não favorito/menos favorecido é algo que parece contraditório, no entanto, tentarei demonstrar através das minha experiências e vivências que é tudo uma questão de perspectiva.

Neste livro o autor questiona várias óticas e crenças da população referentes ao sucesso. A escola é uma etapa importantíssima e marcante na vida de qualquer criança e adolescente, como tal, é um tema muito estudado e também relacionado com o sucesso ou insucesso na vida. Por esse motivo destaquei um pequeno excerto da obra que realça o atual panorama escolar e a interpretação do autor face ao mesmo.

"Qual o motivo para os melhores do secundário raramente serem os melhores na vida real?" (pág. 19/20)

Primeira razão: "as escolas recompensam os estudantes que consistentemente fazem o que lhes é dito. Os graus acadêmicos não são necessariamente sinónimos de inteligência (...)"

Segunda razão: "as escolas recompensam os generalistas. Não se dá grande reconhecimento à paixão ou à especialidade de um estudante(...)"

1. INTRODUÇÃO

O presente documento denominado de Relatório de Estágio Profissional (RE) assim como, a Prática de Ensino Supervisionado (PES), encontram-se inseridos na unidade curricular de Estágio Profissional (EP), no plano de estudos do 2º Ciclo de Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP).

Este documento apresenta um cariz muito pessoal e o principal objetivo da sua elaboração foi criar um testemunho que retratou uma longa caminhada concretizada pelo estudante estagiário (EE), abordando as suas expectativas, vivências, preocupações e acima de tudo, reflexões acerca do seu grande desafio, a PES. Além da perspetiva pessoal e narrada na primeira pessoa, será também apresentado um confronto entre aquilo que foi aplicado e realizado e o que nos diz a literatura sobre os diversos temas.

Segundo Cunha *et al.* (2014), o estágio é a fase final da formação inicial, havendo uma ligação fundamental entre a teoria e a prática. Para que esta etapa de transição seja concluída com sucesso, existem alguns elementos fulcrais neste processo, tais como, o Professor Cooperante (PC) e o Professor Orientador (PO). Estas duas figuras, apesar de não serem muito mencionadas ao longo do RE, foram cruciais ao longo de todo este tempo e formação. Tanto naquilo que à PES diz respeito, como à parte teórica de redação do mesmo. O PC como alguém sempre muito presente e com um acompanhamento diário de todo o trabalho e atividades realizadas. Já a PO com uma posição mais distante, com um acompanhamento periódico, contudo, igualmente importante.

Como nos assegura Queirós (2014), esta fase de EP trata-se de uma fase decisiva, onde não são desenvolvidos apenas

os conhecimentos do EE como docente, mas também a sua identidade como profissional. Esta experiência prática permite que o EE construa e consolide uma panóplia de saberes, imprescindíveis no bom desempenho da docência.

Relativamente à estrutura deste RE, a composição deste segue uma divisão por três partes. Três grandes campos que apresentam e enquadram este RE e a PES sobre as suas categorias principais (eu- docente, escola, intervenção).

Os dois primeiros campos apresentam uma natureza de enquadramento e descrição, ao qual denomino de "Enquadramento Pessoal" e "Enquadramento Institucional", para que fique claro ao leitor a pessoa que sou e todo o contexto em que estive integrada. Seguidamente, passamos para o terceiro campo, o "Enquadramento Operacional" onde é exposto todo o meu trabalho desenvolvido ao longo do ano, desde os módulos de ensino que lecionei, às metodologias e estratégias de ensino utilizadas. É também neste campo que apresento o meu "pequeno" estudo de investigação como proposta de melhoramento para o futuro da escola e em particular do meio onde estive inserida.

Termino esta redação com uma percepção e expectativa de futuro (incerto, com certeza) que retrata o ponto de chegada desta experiência, todavia apenas o ponto de partida desta carreira desafiante, mas poderosa, de docência.

2. ENQUADRAMENTO PESSOAL

No Enquadramento Pessoal pretendo que o leitor conheça um pouco de mim e da minha história, assim como, compreenda de que forma surgiu esta escolha e no fundo paixão pelo desporto. Também irei expor as minhas expectativas iniciais face a esta nova etapa de formação.

Tal como o nome indica, o objetivo deste capítulo passa por realizar um enquadramento inicial em relação à minha pessoa, por si só, e a tudo a que ela diz respeito.

2.1. Autobiografia: Viagem No Tempo- Quem Fui, Quem Sou

*"Quanto fui, quanto não fui, tudo isso sou.
Quanto quis, quanto não quis, tudo isso me forma.
Quanto amei ou deixei de amar é a mesma saudade em mim."
(Álvaro de Campos, heterónimo de Fernando Pessoa)*

Somos feitos de escolhas e decisões que vamos tomando ao longo da nossa vida. Não devemos ser definidos pelo nosso passado, mas necessitamos procurar no presente ser cada vez melhor, para que possamos sempre preparar o nosso futuro, embora às vezes sejamos apanhados desprevenidos.

Esta ideia de tempo, de jogo "gato e rato" sempre me intrigou. Esta sou eu, um ser humano quase insignificante no meio de 7.753 biliões a tentar fazer da vida algo significativo, na busca da felicidade eterna e da realização.

Nasci e cresci no seio de uma família desportista e durante a minha infância tive o privilégio de crescer entre várias cidades, todavia, sempre tive um porto de abrigo chamado cidade de Matosinhos. Terra de horizonte e mar, assim é conhecida, representada pelas comunidades piscatórias e atualmente um destino turístico atrativo mundialmente. Posso afirmar que a minha ligação ao mar e à praia é algo que me caracteriza, fruto das minhas raízes e da terra que tanto amo.

*"Perfection is not attainable, but if we chase
perfection, we can catch excellence."
(Vince Lombardi)*

Sendo a palavra "perfeição" uma utopia, mas algo que todos nós buscamos, mais uma vez entra aqui a ideia contraditória de "vou em busca de algo que sei que nunca terei!?". Ora, como nos diz o autor em cima, se os meus

objetivos não forem altos o suficiente para eu lutar por eles, nunca estarei sequer perto da dita “perfeição” ao qual chamamos “excelência”. Esta é a minha perspectiva para tudo aquilo que faço na vida (desde vida académica, à vida desportiva até mesmo à vida pessoal).

Recorrendo a registos efetuados no primeiro ano deste ciclo de estudos, pude resgatar uma retrospeção da minha autoanálise, através do modelo SWOT Dinâmica. Este modelo largamente utilizado em diferentes contextos, tanto empresarial, como pessoal, é focado em quatro campos que interagem entre si: forças, fraquezas, oportunidades e ameaças. Cada um desses campos apresentam características, adquiridas, tais como, os traços de personalidade ou então desenvolvidas com o decorrer do tempo e por influência de fatores externos, como por exemplo, fatores sociais, culturais e económicos. Todos os campos são igualmente importantes e todos eles podem de alguma forma potenciar ou prejudicar o meu desenvolvimento profissional.

Passando a uma breve explicação de cada campo: o campo das forças que tem origem interna, ou seja, está intrínseco à pessoa em si, são características ou fatores fortes que potenciam a minha qualidade de professora. Seguidamente e em oposição ao primeiro campo, encontram-se as fraquezas que limitam em certa medida ou são uma barreira à minha prestação como professora. Posteriormente e passando agora para os campos de origem externa, temos as oportunidades, que são condições criadas por elementos externos (como por exemplo o Ministério da Educação) e que eu como professora aproveito e reforço a minha qualidade de ensino e o meu eu profissional. Já o campo das ameaças, à semelhança das fraquezas, são condições e fatores externos que podem interferir com a minha qualidade de ensino ou com a minha versão profissional.

Como este modelo se designa de SWOT Dinâmica, e como já foi referido anteriormente, não podemos dissociar uns campos dos outros, por isso, os quatro espaços do meio da tabela representam a influência de uns sobre os outros.

O objetivo deste modelo é, por exemplo, através das minhas forças promover as oportunidades. Através das oportunidades suprimir as minhas fraquezas. Novamente através das minhas forças superar as ameaças e, por fim, criar uma estratégia defensiva onde as fraquezas sejam minimizadas de forma a evitar as ameaças.

No quadro em baixo apresento a minha SWOT Dinâmica com as propostas de resolução para cada situação. É de enaltecer que após esta reflexão inicial, fui em busca de propostas de modelos e estilos de ensino e também tentei criar alguns modelos próprios. Claro que só aplicando na prática é que obteria a resposta que investigava.

SWOT DINÂMICA		FORÇAS (S)	FRAQUEZAS (W)
		S1. Experiência em ensino; S2. Experiência em treino; S3. Capacidade de adaptação; S4. Empatia e Paciência.	W1. Inexperiência no ensino de cursos profissionais; W2. Maior “predisposição” para faixas etárias mais novas.
OPORTUNIDADES (O) O1. Globalização tecnológica; O2. Escola “virtual”; O3. Maior utilização de canais digitais; O4. Especialização no ensino desportivo.	S2 X O4: A minha experiência em treino permite-me transmitir maior conhecimento prático a uma turma de curso com especialização desportiva.	S3 X O3: A minha capacidade de adaptação permite-me criar aulas e lecionar matéria indo ao encontro de uma maior utilização dos canais digitais, tão familiarizados para os alunos.	W1 X O3: A minha facilidade e familiarização com os canais digitais auxilia-me na ausente experiência no ensino de cursos profissionais que disponho, pois através dos mesmos, consigo lecionar os conteúdos.
	AMEAÇAS (T) T1. Programas Nacionais generalistas; T2. Professores numa faixa etária muito avançada; T3. Barreiras à entrada da profissão.	S3 X T1: A minha capacidade de adaptação permite-me olhar para os Programas Nacionais e conseguir adaptá-los às necessidades e características dos meus alunos. S1 X S2 X T2 X T3: A minha experiência no ensino e no treino minimiza a barreira à entrada da profissão, com um consequente aumento de professores em faixas etárias mais avançadas.	W1 X T1: A minha inexperiência no ensino de cursos profissionais aliado a programas nacionais muito generalistas constituem um problema. Para isso apelo ao meu lado mais flexível e criativo, de forma a poder adaptar e criar novos modelos de ensino.

Tabela 1- Análise SWOT Dinâmica do EE

2.2. Desporto: Uma Relação Desde o Berço

*"Sport is something that is very
inspirational for young people"*

(Pele)

O desporto é um valor muito presente e apreciado pela minha família desde sempre. Qualquer memória de infância minha, é recordada com muita energia, muito movimento, enfim, muito desporto. O meu primeiro presente de aniversário, desde que tenho memória, foi uma bola, um objeto que me acompanhou sempre ao longo da vida, em diferentes palcos. Sempre senti que o desporto estava no meu ADN e nunca precisei de grande influência, apesar de a ter tido, para me mexer ou realizar qualquer tipo de atividade física ou desporto, simplesmente adorava não estar quieta.

Os meus primeiros anos de vida foram fortemente marcados pelo futebol, a minha primeira paixão, fruto de acompanhar a carreira profissional do meu pai e de ouvir as histórias do meu avô materno, que outrora também foi jogador. Recordo a minha infância com muita alegria, um sentimento de prazer e liberdade, sempre que tinha a bola comigo, nos meus pés. Infelizmente, nunca consegui perseguir o sonho do futebol, pois por proteção e porque há uns anos atrás a modalidade não era tão bem vista, nem tão pouco aberta às meninas, os meus pais não o permitiram. No entanto, sem nunca largar a bola, surgiu o voleibol.

O voleibol apareceu na minha vida aos doze anos, por influência das minhas colegas de turma, que já o praticavam. Comecei a minha grande caminhada nesta modalidade, no clube da minha terra e tão acarinhado pela minha família, o Leixões Sport Clube. Realizei por lá toda a minha formação, tive a oportunidade de representar a seleção nacional e ainda

defendi as cores do meu clube de coração pelo escalão sénior, onde também ganhei títulos.

Ainda no Leixões iniciei também a minha carreira como treinadora, pelos escalões mais novos de Minis e Infantis, no qual também tive o privilégio de ganhar mais títulos desportivos. Atualmente, atuo num contexto diferente, menos competitivo, mas exerço na mesma a função.

Também ligado ao voleibol, pude representar a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, tanto no pavilhão como na praia, participando nos campeonatos regionais e nacionais.

O desporto na minha vida sempre foi algo que nunca mereceu qualquer tipo de questionamento da minha parte. Como costumo dizer está no meu ADN e por esse motivo, quando tive de escolher um caminho para o meu futuro, o mesmo teve que estar lá presente. Assim sendo, e dado que a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto é a grande referência nacional e até uma das maiores internacionais, ao candidatar-me ao ensino superior, foi a minha única escolha no papel.

Apesar do meu contacto e a minha experiência desportiva estar por maioria ligado às modalidades coletivas desportivas, sempre fui aficionada em experimentar modalidades novas e diferentes, e por isso, o meu conhecimento no desporto e nas diferentes modalidades é alargado. Destaco a modalidade de Crossfit, algo que pratiquei por três anos, as modalidades Fitness que sempre gostei de frequentar e ainda com menor prática, o Surf, o Ténis e o Padel.

Um valor que me foi transmitido, desde pequena, foi o de retirar sempre o melhor de cada situação, olhando sempre para o lado positivo, para as vantagens, mesmo de um fracasso. Isso permitiu-me em particular no desporto colher frutos valiosos, neste caso, princípios e valores essenciais na vida. O facto de ter contactado com várias modalidades,

com muita gente, em muitos contextos, permitiu-me desenvolver algumas competências que ainda hoje em dia são fulcrais para mim, tais como, o espírito de sacrifício, a persistência, o trabalho/espírito de equipa, a aceitação pela diferença, a resiliência, a entreaajuda, a liderança e a comunicação.

2.3. Educação Física: A Miragem no Caminho

"Ensinar não é transferir conhecimentos. É criar as possibilidades para a sua produção, para a sua construção."

(Paulo Freire)

Nunca fui uma grande admiradora do ensino tradicional, embora gostasse da escola e de algumas disciplinas em particular, tais como, Línguas, Ciências e claro, a minha favorita, Educação Física (EF). Ao longo do meu extenso percurso escolar, frequentei várias escolas e pude experienciar muitos desportos diferentes, assim como, também tive vários professores.

No global diria que a minha experiência com a EF e o seu ensino foram bastante positivas, sempre tive bastante facilidade em praticar qualquer modalidade ou qualquer atividade física, o que sempre foi um fator motivador para mim, no entanto, não foram essas experiências positivas as grandes impulsionadoras da minha escolha de carreira. Penso que isso estará mais ligado à forma como o desporto sempre fez parte de mim e por gostar muito do contacto com crianças, e muito possivelmente por vir de uma família numerosa, com um irmão mais novo e muitos primos. Por esse motivo, desde nova que sempre tive muita vontade de ser professora de EF, a meu ver, um desejo de cuidar, educar e ensinar algo a alguém, como se se tratasse de uma passagem de testemunho.

"Being a teacher involves a special blend of personal dimensions combined with technical and instructional expertise. What you do is certainly important, but so is who you are" (White, E. 2014). Para mim este excerto diz tudo aquilo que eu penso que um professor deve ser e tudo aquilo que eu quero ser como professora. Ser professor, implica conhecemo-nos a nós mesmos e às nossas capacidades através

de uma constante autorreflexão da nossa pessoa e do nosso trabalho.

É engraçada a forma como, sem darmos conta, somos puxados por algo que não vemos, para os lugares onde queremos ou devemos estar. Foi o que me aconteceu, quando no final da licenciatura, por força das circunstâncias externas (panorama nacional), decidi não enveredar pela via do ensino, mas sim da saúde, uma área que me conquistou durante o meu primeiro ciclo de estudos na faculdade. Segui o mestrado em Exercício Físico e Saúde noutra instituição, onde me formei em dois anos. Mas, mais uma vez, porque a vida tem destas partidas, por motivos externos (pandemia e situação profissional), fez todo o sentido, voltar a estudar e seguir o meu sonho. E aqui estou eu, uma trabalhadora-estudante, a terminar mais um ciclo de estudos, com muitos sonhos, muita ambição e com vontade de fazer a diferença.

2.4. Expetativas Iniciais: O Ponto de Partida

*"High achievement always takes place
in the framework of high expectation."*

(Charles Kettering)

Apesar de já exercer funções de docente no primeiro ciclo e de treinadora há alguns anos, tinha a perfeita noção de que esta PES seria uma experiência completamente nova.

Considero que levava bastante conhecimento teórico-prático lecionado no primeiro ano deste segundo ciclo de estudos, contudo, devido à pandemia, principalmente a parte experimental/aplicativa, ficou ligeiramente comprometida. Todavia, por já conter um *background* prático passado, isso não me apoquentou de todo.

Inicialmente, a carga horária e de trabalho foi algo que me preocupou bastante, por não dispor de tanta disponibilidade quantos os outros colegas, pois sou trabalhadora-estudante e exerço funções de docência numa outra instituição educativa. Porém, se há coisa que aprendi, desde muito nova, foi a rentabilizar o meu tempo de forma eficiente e estruturada. Assim sendo, acreditava conseguir manter a organização e a harmonia no trabalho e nas diversas tarefas associadas à PES.

Depois de saber que teria uma turma do Ensino Profissional ao meu encargo e que a minha disciplina seria maioritariamente teórica, tive logo a preocupação de organizar o máximo de informação e material possível sobre a matéria a lecionar, assim como, definir várias estratégias de dinamização da aula. Esperava que ao longo do ano conseguisse impactar os meus alunos, possuindo uma boa relação com eles e cativando-os para a minha disciplina. Desejava que eles terminassem este ano com maior sabedoria,

conhecimento, aproveitamento acadêmico e que reconhecessem esse trabalho.

Confesso que numa das reuniões de início de ano, uma das que diz respeito às turmas do Cursos Profissionais (CP) e o feedback que fui tendo do meu PC em relação às turmas dos anos anteriores, fiquei ligeiramente alarmada pois a escola tinha casos de alunos referenciados nas Comissões de Proteção de Crianças e Jovens e com um vasto currículo disciplinar. Todavia, sabia que o meu PC não me deixaria exposta a nenhuma situação perigosa ou desconfortável e, também, queria mesmo ser capaz de lhes mostrar que a escola pode ser benéfica para eles, que me teriam do seu lado, e dar-lhe todo o carinho e apoio que necessitavam, pois acima de serem meus alunos, são jovens com necessidades (muitas das vezes emocionais).

Não contava que corresse sempre tudo bem, mas considerava estar à altura dos desafios que me iriam (com certeza) aparecer. Através da minha capacidade de empatia, resiliência e espírito de sacrifício, que adquiri com os muitos anos de desporto federado, almejava conseguir dar resposta aos problemas, crescer e superar-me enquanto profissional.

Previa aprender muito com o meu PC, nomeadamente com a sua vasta experiência no ensino básico e secundário, e ainda com a minha PO, principalmente com as suas ideologias muito próprias do processo ensino/aprendizagem (EA) e treino desportivo.

Resumidamente, sabia que iria ser um ano árduo, de muito trabalho, mas que certamente seria um ano de grandes experiências, vivências e aprendizagens.

3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

Relativamente ao separador do Enquadramento Institucional, este abrange a descrição pormenorizada da escola cooperante e das suas instalações, a apresentação dos elementos fulcrais na minha formação, tais como o meu PC e o meu Núcleo de Estágio (NE). Também é feita referência ao grupo de trabalho e de convívio diário o Grupo de EF (GEF). Englobo ainda a descrição pormenorizada da minha turma, das suas particularidades, assim como, da turma com quem dividi funções de docente, juntamente com os restantes elementos do NE, por determinado tempo de formação.

Novamente, o objetivo deste capítulo passa por enquadrar o leitor, mas neste caso, acerca do contexto onde estive inserida sob um ponto de vista primeiramente macro e posteriormente micro.

3.1. Educação Física na Escola: Verdadeira Aprendizagem

Segundo Matos (2012b, p. 158) a atual legitimação da EF está relacionada com a “compreensão de Homem como uma totalidade, no sentido de “ter-corpo” e “ser-corpo””. Mas esta perspectiva nem sempre foi a mais imponente, tendo por vários anos a questão da promoção de saúde sido a mais prevalente. Como nos refere a mesma autora (*op. cit.*, p. 171) “o desporto pode promover a saúde e o fitness” e realmente pode, pois a EF consiste na prática constante de exercício físico num determinado período de tempo, o que está diretamente relacionado com melhores níveis de aptidão física, menores níveis de obesidade e sedentarismo e consequentemente, melhores indicadores de saúde e bem-estar.

Como sabemos, atualmente, a EF como disciplina curricular de todos os anos escolares é muito mais do que a aquisição de competências físicas. Infelizmente, a sua desvalorização na escola e na comunidade ainda é frequente, contudo cabe-nos a nós, profissionais da área, continuar com a luta pela mudança de paradigma e afirmarmo-nos perante os pares, a escola e toda a comunidade.

Batista e Queirós (2015) referem que a falta de reconhecimento pela disciplina de EF e dos seus ensinamentos contribuiu, ainda mais, para a ideia de que se trata apenas do físico, aliada ao conceito da promoção da saúde, mais uma vez. As mesmas autoras reforçam ainda o parecer de que existe “uma acentuação da formação baseada na aquisição e reprodução de conhecimentos, que carece de espaços flexíveis, que contemplem a criatividade e a inovação, isto é, a pessoa que mora em cada aluno”, o que nos demonstra que até mesmo os docentes se focam mais na promoção de hábitos saudáveis nos alunos e menos nas verdadeiras aprendizagens da disciplina.

Coligada a esta ideia, está também a desvalorização social que esta disciplina foi sofrendo ao longo dos anos,

tendo perdido aos poucos o seu prestígio, quando comparada a outras disciplinas convencionais, que acompanham de igual forma o currículo escolar, como o caso por exemplo, da disciplina de Português. A diminuição da carga horária foi algo igualmente marcante pela negativa, quando sabemos os benefícios que se pode obter da sua prática, olhando ainda assim, apenas para uma conceção da mesma. Também a fase em que a mesma deixou de contar para a média de entrada no Ensino Superior (o que felizmente já foi revertido) foi algo fortemente negativo para a disciplina, para o currículo escolar e para a formação integral dos alunos.

Para conclusão desta ideia, a EF é muito mais do que um momento recreativo ou de desenvolvimento somente de componentes físicas. Como já defendia Crum (1993), a EF detém três papéis principais: a obtenção de condição física, a estruturação do comportamento motor e a formação pessoal, cultural e social. Como nos refere ainda Matos (2012b, p. 172), a EF deve ser assim referida como um “meio privilegiado da formação corporal, cujas aprendizagens se inscrevem no círculo da cultura motora e são úteis para a formação integral da pessoa, para os cuidados do corpo e como fator integrador da pessoa no mundo”.

Paralelamente à EF, se existe algo que o Desporto nos ensina é a sermos pessoas íntegras, exemplares, honradas, disciplinadas, a par das habilidades que vamos ganhando com a sua prática regular, como por exemplo uma boa gestão de tempo e sentido de responsabilidade. O Desporto é algo de muito rico e valioso, que nasceu na nossa sociedade e que se tem vindo a desenvolver com a mesma. Os seus objetivos, os seus princípios e valores são aprendizagens essenciais a qualquer criança que cresça e se desenvolva como pessoa.

A meu ver, cabe-nos a nós professores de EF e Desporto conseguir sempre educar e entregar um legado forte aos nossos

alunos e atletas. Antes de excelentes atletas queremos que sejam excelentes pessoas.

3.2. A Minha Escola Cooperante: Caracterização do Palco Principal

“A Escola não pode continuar a ser apenas um local de instrução, mas tem de ser também um local onde se personaliza, socializa e educa. Este papel não pertence somente à família. A Escola tem de ser um local de diálogo, onde os jovens possam participar de uma forma empenhada e alegre no seu projeto educativo. Deste modo, deixaremos de formar jovens passivos, conformados e sem opinião, para formarmos jovens participativos, ativos, com iniciativa e criatividade, com autonomia, dinâmicos e críticos” (Sampaio, 1996). Esta citação de Sampaio, apesar de já ter 26 anos, nunca fez tanto sentido nos dias que correm. É cada vez mais urgente que os jovens se integrem na escola não só com o propósito de assistir a aulas ou absorver matéria, mas sim, no sentido de pertencer a uma comunidade, que se adapta às suas necessidades e acima de tudo que os forma integralmente, desenvolvendo mais competências além do essencial à vista: o rendimento académico.

No final do primeiro ano do mestrado, os alunos têm de selecionar várias escolas, simulando uma candidatura de trabalho, com o objetivo de no ano seguinte estagiar o ano inteiro numa das várias selecionadas. No meu caso, a Escola Secundária da Senhora da Hora (ESSH), foi a minha primeira opção, e esse mesmo desejo, concretizou-se. Apesar de conhecer a escola minimamente, por pertencer à zona onde passei a minha infância e adolescência, não tinha a menor ideia daquilo que iria encontrar, a partir do momento que desse o primeiro passo dentro da mesma.

“Hoje foi o primeiro dia que entrei mesmo na escola. Não tinha grandes expectativas, pois só necessitava de me dirigir à secretaria, por meras burocracias, mas fiquei

bastante surpreendida com o que encontrei... fui tão bem recebida, senti-me tão bem, mal podia esperar pelos próximos meses..."

DB, 27 de julho de 2021

A ESSH é uma instituição presente no concelho de Matosinhos, distrito do Porto, com uma localização muito favorável a qualquer elemento da comunidade escolar, pelo seu excelente posicionamento junto de vários recursos, como por exemplo, transportes públicos (metro e autocarro), hospital (Hospital Pedro Hispano), shopping (Norteshopping), supermercados, recintos desportivos, parques naturais, entre outros.

Esta escola pertence ao Agrupamento de Escolas da Senhora da Hora (AESH), como escola sede, juntamente com mais quatro escolas: Escola Básica da Senhora da Hora, com ensino de 2º e 3º ciclo; Escola Básica da Barranha, com ensino pré-escolar, 1º ciclo e 2º ciclo; Escola Básica de Quatro Caminhos, com ensino pré-escolar e 1º ciclo; Escola Básica da Quinta de São Gens, com ensino pré-escolar e 1º ciclo igualmente.

No presente ano letivo, o AESH tinha 101 turmas, cada turma com uma média de 23 alunos, sendo composto por 7 Departamentos de Ensino (1º CEB e Pré-escolar; Ciências Experimentais; Ciências Humanas e Sociais; Expressões e Tecnologias; Línguas Estrangeiras; Matemática e Informática e Português) e 25 Grupos de Docência (do 100- Pré-escolar ao 910- Educação Especial).



Figura 1- Símbolo do Agrupamento de Escolas da Senhora da Hora

A ESSH (figura 2 e 3) é a escola sede do agrupamento (como foi referido anteriormente), contém cerca de 700 alunos, correspondentes aos seguintes ciclos de ensino: 3º ciclo e secundário. No ensino secundário, neste momento, existe uma oferta de duas vias de curso: curso Científico-Humanístico e CP. Na escola o curso Científico-Humanístico reparte-se nas seguintes áreas: Ciências e Tecnologias, e Línguas e Humanidades, podendo os alunos optar pela via científico-tecnológica ou humanística. Já na via profissional, a escola oferece quatro cursos: o Curso Profissional de Técnico de Desporto (CPTD), o Curso Profissional de Técnico de Ação Educativa, Curso Profissional de Técnico de Multimédia e o Curso Profissional de Programador informático.



Figura 3- Entrada da ESSH



Figura 2- Entrada da ESSH (2)

Relativamente às instalações, a ESSH possui cinco pavilhões, onde estão presentes as salas de aulas, os serviços administrativos da escola, o auditório, refeitório e bar e a sala de professores.

As salas de aula foram o meu principal palco de atuação (mais concretamente a sala 53 do bloco A5; figuras 4 e 5), contendo várias cadeiras e mesas para os alunos, assim como equipamento informático de auxílio ao professor tais como, computador, projetor e dois quadros.



Figura 4- Sala de Aula da ESSH



Figura 5- Sala de Aula (2) da ESSH

Para a EF e para os CP, a escola inclui um pavilhão desportivo com um campo multidesportivo (marcações e material para as modalidades de basquetebol, andebol, voleibol, futsal, badminton, ténis de mesa, patinagem, ténis, ...) e um ginásio pequeno (para as modalidades de fitness, ginástica e aptidão física; figura 6).



Figura 6- Pavilhão Multidesportivo da ESSH

No espaço exterior, existe um campo de betão multidesportivo (figura 7), que é utilizado nas aulas de EF e nas aulas práticas dos CP.



Figura 7- Campo Exterior da ESSH

Além do campo exterior, a escola dispõe de uma pista de atletismo (figura 9) e uma caixa de areia para mesma modalidade, assim como, mesas de ténis de mesa para a prática desportiva ou lazer durante os intervalos.



Figura 8- Pista de Atletismo Exterior da ESSH



Figura 9- Pista de Atletismo Exterior da ESSH (2)

Como temos várias turmas a necessitar de espaço específico, nomeadamente para prática desportiva, e como os nossos recursos são limitados tendo em conta as nossas necessidades, a escola conta ainda com o Pavilhão Municipal da Senhora da Hora, gerida pela empresa municipal Matosinhos Sport, para a lecionação de aulas de EF e modalidades específicas dos cursos profissionais.



Figura 10- Entrada do Pavilhão Municipal da Senhora da Hora
Fonte: <https://www.matosinhosport.com>



Figura 11- Pavilhão Municipal da Senhora da Hora
Fonte: <https://www.matosinhosport.com>

3.3. O Professor Cooperante: A Ponte que Todos Necessitamos

“Logo no primeiro contacto fiquei surpreendida com o meu PC, tive logo a sensação de que iria ser o apoio que necessitávamos. Por um lado, alguém que nos passou uma imagem calma e tranquila, por outro alguém muito assertivo...”

DB, 07 de setembro de 2021

Com um currículo bastante longo e apreciável, o meu PC detém um doutoramento como habilitação académica, exerce a profissão de professor dos ensinos básico e secundário há trinta anos e encontra-se há dezoito anos no mesmo agrupamento de escolas- o AESH. Atualmente executa funções como Professor de EF e de CP, delegado do Grupo 620 (EF 3º ciclo e secundário), Coordenador do Departamento de Expressões e Tecnologias, Coordenador da Equipa de Cidadania e Desenvolvimento, membro do Conselho Pedagógico do AESH, elemento da Secção de Avaliação de Desempenho Docente, membro do Secretariado de Exames da ESSH e recentemente cessou as suas funções como Professor Universitário. É um profissional com uma vasta experiência no ensino e no alto rendimento na modalidade de basquetebol, tendo pertencido também a clubes desportivos como treinador e coordenador.

“...naturalmente quando falava com colegas de outros núcleos de estágio e perguntava como estava a ser a experiência deles, as respostas eram diversas...ouvi alguns colegas a referir que não tinham grande liberdade de escolha ou de opção por parte dos PC, só pensei para mim mesma (“que sorte a minha”)

DB, 17 de janeiro de 2022

O meu PC foi sem dúvida a minha ponte durante todo o estágio. Embora tenhamos tido sempre toda a liberdade necessária, tanto a lecionar as aulas, como a tomar decisões (relacionadas com as aulas, com a gestão da turma, com avaliações finais) o meu PC nunca deixou de me acompanhar e de se interessar pelo meu trabalho.

“Estas reuniões fora do horário escolar com o PC são muito importantes para mim. Poderia achar pouco conveniente, mas eu gosto do apoio e disponibilidade que recebo a qualquer momento que necessito de ajuda.”

DB, 13 de novembro de 2021

Apesar de se tratar de um professor com uma vasta experiência e anos de ensino, sempre procurou informar-se acerca de conhecimento fresco e novo que poderíamos trazer na nossa formação académica mais recente. Embora a diferença de idades fosse grande, o meu PC é alguém bastante moderno e aberto a novas ideias. Sempre muito disponível e preocupado com o nosso bem-estar, procurava sempre esclarecer-nos qualquer dúvida ou questão que surgisse, procurava reunir todas as semanas com o NE e em horas “extraordinárias” no caso do surgimento de assuntos pontuais. Resumidamente, foi alguém sempre muito presente em todo o processo de formação do EP.

3.4. O Núcleo de Estágio: Os Três Vértices do Triângulo

O meu NE foi constituído por mim e mais dois EE, o Pedro e o Ricardo. Não os conhecia e tão pouco alguma vez os tinha visto na faculdade, pois éramos os três de diferentes turmas no primeiro ano.

Apesar de sermos os três distintos e de termos perspetivas um pouco diferentes uns dos outros, sempre funcionamos em equipa e posso considerar que toda essa diferença nos tornou mais completos ao longo do ano.

O Pedro foi com quem mais me identifiquei, apesar de ter um temperamento muito díspar do meu, sendo alguém mais impaciente e explosivo, por outro lado, sempre admirei a sua sinceridade e transparência em cada palavra e observação que fazia. É alguém também muito ligado ao treino e à alta competição e por esse motivo, partilhávamos muitos conhecimentos, ideias e interesses.

O Ricardo claramente mais observador, era alguém que ia ao pormenor das situações. Apresentava uma personalidade mais semelhante à minha, no sentido de ser mais calmo e tranquilo.

Ao longo deste ano houve momentos de certa tensão e discussão entre nós, sobretudo em relação a perspetivas de lecionação, modelos e estilos de ensino, contudo, todos esses momentos se transformaram em ocasiões de grande aprendizagem. O PC deixava-nos expressar as nossas ideias livremente e seguidamente discutíamos e refletíamos sobre as mesmas em conjunto. Todo esse processo se transformou em algo muito positivo e produtivo.

Sem dúvida que o Pedro e o Ricardo foram essenciais nesta minha caminhada e contribuíram para o meu desenvolvimento como professora.

3.5. O Grupo de Educação Física: Os Resistentes

“Nem menos, nem mais...Sinto-me parte do grupo.”

DB, 13 de janeiro de 2022

No que concerne ao GEF na escola, este é constituído por treze professores, sete do sexo feminino e seis do sexo masculino, numa faixa etária na média dos 50 anos. Já o GEF do AESH é constituído por dezanove professores. Além dos profissionais acima referidos, também integraram o grupo, este ano, três professores estagiários da FADEUP.

O GEF, tal como no desporto coletivo de competição, funciona como uma equipa para atingir vários objetivos, muitos deles propostos nas reuniões de início de ano. Desde o planeamento anual, à seleção das modalidades a serem lecionados ao longo do ano, até ao plano de atividades curriculares e extracurriculares. Algo que fui aprendendo ao longo do ano é que numa escola para haver sucesso, principalmente nas atividades de dimensão extracurricular, necessitamos da ajuda e participação de todos.

Em particular, o GEF do AESH é um grupo bastante dinâmico, que se importa com o desporto, a EF e os valores que são transmitidos aos alunos. Procuram promover várias atividades, dentro e fora do horário escolar, envolvendo a toda a comunidade, desde alunos, professores, funcionários e até mesmo pais. Uma vantagem grande que a minha escola dispõe peculiarmente é a existência de cursos profissionais que permitem que sejam criadas dinâmicas e atividades ainda mais dissemelhantes para todos.

Eu, em particular, trabalhei muito diretamente com grande parte dos professores do GEF da minha escola, pois a maioria leciona pelo menos um módulo nos CP. Toda essa dinâmica permitiu-se não só ter uma relação mais próxima com os meus pares, como também, percecionar diferentes formas de

trabalho, diferentes tipos de abordagem perante este grupo tão especial de alunos. Desenvolvi e criei dinâmicas de grupo de trabalho que certamente me fizeram amadurecer e me obrigaram a adaptar-me consoante o contexto ou a pessoa que estava à minha frente. Para mim tornou-se uma vantagem pois aumentei o meu leque de competências.

3.6. A Minha Turma: Primeiro Ano do CPTD (Pê de "Primeirinhos" e "Pintarolas")

A minha turma, designada de turma residente (TR), foi a turma pela qual fui totalmente responsável pelo processo de EA, aquela com quem passei todo o tempo e a qual fui reconhecida como "professora titular".

De todas as expectativas possíveis que eu poderia ter em relação a este estágio e à turma que me poderia calhar, sem dúvida que, esta turma superou todas e mais algumas expectativas.

Os meus alunos frequentam o ensino profissional, mais concretamente o CPTD e são uma turma de ensino secundário, do 10º ano, que na escola se designa de "1º ano" do CPTD. É constituída por vinte e seis alunos, vinte e dois do sexo masculino e quatro do sexo feminino, com idades compreendidas entre os quinze e os dezoito anos. Mais de metade da turma formou-se com alunos externos, oriundos de outras escolas e agrupamentos, havendo alunos com residência fora da Senhora da Hora.

A grande parte deles eram atletas federados, sendo o futebol a modalidade predominante, contudo, existem praticantes de outras modalidades como o andebol, as artes marciais (*boxe, kickboxing* e MMA), atletismo, BTT, *badminton* e *skate*.

Numa apreciação global, diria que os alunos com quem trabalhei não gostam do ensino tradicional, isto é, das aulas teóricas e mais expositivas. São pouco interventivos em contexto de sala de aula, optando por ser mais passivos no que toca ao processo de EA. Revelavam interesse em relação à matéria desportiva e ao processo de treino e alto rendimento, embora ainda se identifiquem muito como atletas e menos como futuros técnicos de desporto. A maior parte deles reconhecia importância do ensino superior, existindo

alguns que afirmavam pretender dar continuidade aos seus estudos ao nível do Ensino Superior.

No início do ano quando soube que teria uma turma do ensino profissional, tive um misto de emoções. Se por um lado fiquei entusiasmada, porque sabia que tinha muita coisa para lhes dar, nomeadamente com base na minha experiência desportiva, mas também formação académica, por outro lado, fiquei receosa de não conseguir construir alguma ligação com eles e não poder fazer a diferença, num ano que antevia de grande aprendizagem para todos.

“Penso que é normal e depois de tudo o que fui ouvindo nas reuniões de equipas educativas e conselhos de turma, ir com um certo preconceito para a primeira aula (“porque eles são desinteressados, pouco trabalhadores, temos alguns casos especiais que devem ter especial atenção e cuidado”). No entanto, quando soube que umas das turmas a serem lecionadas por nós, estagiários, seria do ensino profissional, fiquei com “a pulga atrás da orelha” e decidi abraçar esse mesmo desafio.”

DB, 22 de setembro de 2021

Algo que também me intrigou e ao qual fui refletindo e aprendendo com eles ao longo do ano, foi o facto de existir uma pré conceção, inclusive em mim, em relação às turmas do ensino profissional. Fui-me apercebendo que esse preconceito é bem real e extensivo a quase todas as escolas, contudo a conclusão a que cheguei também, foi que a escola (no seu ponto de vista institucional e generalista) não tem contribuído muito para essa desmistificação.

Ainda que este seja um problema nacional, as minhas vivências tanto académicas, como profissionais agora no AESH, foram-me mostrando que essa conceção deve ser rompida e que futuramente certamente será. Devo congratular, nesse

sentido, um grupo de professores, com quem tive o privilégio de trabalhar e me juntar nesta caminhada, remando contra a maré. Por esse motivo, abracei o desafio com tudo o que tinha, entreguei-me de corpo e alma à causa e estabeleci grandes metas para a minha turma.

Numa das primeiras aulas, entreguei aos meus alunos uma ficha de caracterização para que pudesse conhecê-los melhor, e compreender algumas situações que numa situação “normal” (em conversa ou em contexto de aula) não conseguiria compreender. Pude realmente constatar que tinha vários casos de monoparentalidade, estatutos socioeconómicos baixos e dificuldades na comunicação (interpretação e escrita-gramaticais e vocabulário). Mas nem tudo era negativo, pois através deles pude conhecer um novo estilo de música que, por sinal, a grande parte deles aponta como sendo o seu favorito. Também fiquei feliz por a maior parte ponderar ingressar no Ensino Superior após o término do Ensino Secundário, embora muitos deles ainda ambicionassem uma carreira desportiva à frente da académica.

A meu ver, a recolha deste tipo de informação é crucial, pois além de me ter dado pistas acerca de traços de personalidade e gostos dos alunos, indicam-me alguns temas mais sensíveis e possíveis “*red flags*” que podem de alguma forma comprometer o processo EA ou até mesmo a forma como me relaciono com eles. Na minha ótica, um professor antes de ser bom a lecionar conteúdos programáticos, deve ser um bom gestor de grupo e de pessoas.

3.7. A Minha Turma: *Divide and Conquer Strategy*

Logo após a primeira reunião de conselho de turma, onde reuni as várias características dos alunos, descritas pela Diretora do Curso, e após as ter constatado nas primeiras aulas com eles, tive que rapidamente estabelecer uma estratégia. Para isso, baseei-me na estratégia "*Divide and Conquer*" de uma forma adaptada. A essência desta estratégia está em dividir um problema grande em vários problemas pequenos e procurar a solução para cada. Solucionar cada pequeno problema, resulta na resolução do problema grande.

O meu primeiro e principal objetivo de toda esta estratégia e para o meu ano de lecionação foi "conquistá-los". A justificação a esta escolha é fácil, pois sem conquistá-los/despertar-lhes o interesse, dificilmente iria conseguir progredir nos restantes objetivos.

O grande problema que identifiquei na minha turma foi o perfil deles (alunos completamente passivos, sem hábitos de trabalho, pouco motivados na escola, com rendimento académico fraco).

Então, pegando no grande problema: o perfil, decidi dividir em problemas menores e classificá-los por categorias e trabalhá-los um a um de forma a melhorar ou resolver (numa ótica bastante otimista) o problema maior. A divisão dos microproblemas resultou no seguinte: passividade, preguiça, parca motivação, comunicação verbal, comunicação não-verbal.

Defini logo desde início algumas estratégias e metodologias que iria aplicar ao longo das aulas e tentei priorizar cada microproblema. Comecei logo por tentar criar laços e ganhar a confiança dos meus alunos. A questão da comunicação e da passividade foram as minhas prioridades de trabalho com eles.

Para tentar melhorar estas duas características, os meus alunos em todas as aulas tinham de participar de forma

ativa na aula, ou através do questionamento constante da minha parte, jogos interativos e/ou através de momentos de participação ativa, como referi anteriormente. É exemplo disso, terem de se direcionar ao quadro e falar ou expor algum conteúdo à turma. Também tentei sempre promover trabalho autónomo, mas em sala de aula, para que pudessem ter o meu auxílio, caso necessitassem, e para que eu pudesse ir controlando todo o processo. Também as aulas práticas foram uma preocupação minha, de forma que eles pudessem colocar em prática a teoria e elevar os seus níveis de motivação, além claro, da questão da passividade e a promoção da comunicação.

Os próprios trabalhos para fins de avaliação foram pensados e selecionados, de forma a serem promovidas essas mesmas características, para que os alunos sentissem que eram valorizados e que poderiam evoluir ao longo do ano.

Numa apreciação global, penso que houve uma evolução notória na turma, o rendimento académico aumentou em certa medida e os alunos terminaram o ano melhores comparativamente ao início do mesmo. Considero que o perfil da turma progrediu no bom sentido, embora ainda haja um caminho a percorrer, isto é, o problema melhorou, mas não foi resolvido e, nesse sentido, tenho pena de não conseguir dar continuidade ao trabalho. Contudo, estou muito orgulhosa da minha turma e do trabalho que foi desenvolvido.

3.8. Caracterização do Curso Profissional

A Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional, I.P. (ANQEP, I.P.) é uma entidade pública (aprovada na Portaria n.º 168/2019, de 30 de maio) responsável pelos CP existentes nos estabelecimentos de ensino. Tem como objetivo “contribuir para a melhoria dos níveis de qualificação dos jovens e dos adultos em Portugal, promovendo quer uma procura crescente por qualificações, escolares e profissionais (dupla certificação), ao nível não superior, quer uma oferta de formação inicial e ao longo de vida, que seja amplamente atrativa, de qualidade e relevante para o mercado de trabalho (Decreto-Lei n.º 36/2012, de 15 de fevereiro)”(ANQEP, 2021).

O Catálogo Nacional de Qualificações que apresenta todo o Referencial de Formação, declara que os CP concedem uma apreciação final profissional correspondente ao nível quatro (de oito existentes) e um diploma do nível secundário de educação, equivalente ao 12ºano de escolaridade. Após o término deste ciclo de estudos, os alunos podem ainda optar por aceder a Cursos de Especialização Tecnológica ou ingressar no Ensino Superior. Elegendo a segunda opção, têm de cumprir mais requisitos regulamentares correspondentes ao acesso do mesmo.

Os CP têm a duração de três anos letivos e uma carga horária entre as 3100 e as 3440 horas. A sua organização abrange quatro grandes elementos de formação: a Formação Sociocultural, a Formação Tecnológica, a Formação Científica e a Formação em Contexto de Trabalho (Portaria n.º 235-A / 2018, de 23 de agosto). Existe uma variedade enorme de CP pelas diversas áreas de formação e educação.

Existe uma oferta dos mesmos em escolas públicas agrupadas ou não agrupadas, em escolas privadas e escolas de ensino particular e cooperativo ou profissionais.

Este tipo de formação inclui, no último ano de escolaridade, a elaboração de um documento, denominado de Prova de Aptidão Profissional. Este documento implica a composição de um relatório de projeto e defesa do mesmo perante um júri. A realização desse documento implica que o aluno consiga expor todos os conhecimentos e competências, adquiridos ao longo dos três anos de frequência do CP.

Na nossa escola existem quatro opções de CP: Técnico de Desporto, Técnico de Multimédia, Técnico de Ação Educativa e Programador Informático. Além das candidaturas ao CP, os alunos têm de se apresentar, normalmente juntamente com os Encarregados de Educação, a uma entrevista. Essa entrevista faz parte do processo de admissão ao curso e permite criar uma seleção, tendo em conta um perfil de aluno que a ESSH quer ter a formar. Na entrevista são feitas algumas questões aos alunos de carácter mais pessoal, tentando compreender os gostos do aluno, a sua forma de trabalho, a sua motivação e de que forma será uma mais-valia para os CP e para a escola.

3.9. Turma Partilhada

No segundo período, e conforme as Normas e Orientações do EP, os EE do NE além de possuírem uma TR, teriam também de lecionar, de forma repartida, a uma turma designada de “turma partilhada” (TP) num ciclo de ensino diferente (de que??). Nesse âmbito, o NE da ESSH lecionou, por um determinado período de tempo (segundo período letivo inteiro), a modalidade de Ginástica de Solo na Escola Básica da Senhora da Hora (EBSH) a uma turma do segundo ciclo, mais precisamente a um quinto ano de escolaridade.

A turma era constituída por vinte alunos (oito do sexo masculino e doze do sexo feminino) e tinha um número menor de estudantes em comparação com outras turmas, porque integrava um menino com medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão, embora o aluno em questão não frequentasse as aulas de EF.

Numa perspetiva geral a turma era bem-comportada, empenhada nas tarefas e com um nível médio de aptidão física.

Como apenas estivemos um período letivo com eles e a turma foi partilhada pelos três EE, não foi possível criar ligações profundas com os alunos, porém sentimos que no final os alunos já estavam acostumados aos nossos métodos de ensino, gostavam das aulas e identificavam-nos como professores.

Em suma a experiência foi bastante positiva e muito diferenciada daquilo que estava a vivenciar até ao momento, que era o ensino secundário (particularmente ensino profissional).

4 . ENQUADRAMENTO OPERACIONAL

O separador do Enquadramento Operacional contempla três grandes áreas de desempenho, que estão descritas no documento das Normas Orientadoras e Regulamento de Estágio Profissional (Matos, 2012a) e que foram desenvolvidas ao longo de todo o EP.

Essas três áreas correspondem à Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, à Participação na Escola e Relações com a Comunidade e ao Desenvolvimento Profissional.

A área da Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem engloba quatro tópicos: a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação do ensino. O grande objetivo aqui passa por construir uma estratégia de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, que respeite o conhecimento válido no ensino da Educação Física e conduza com eficácia pedagógica o processo de educação e formação do aluno na aula de Educação Física (Matos, 2012a).

Nesta área desenvolvi todo o trabalho que às aulas e à sua preparação diz respeito, desde a identificação e análise dos documentos da PES, Regulamento Interno da Escola e Aprendizagens Essenciais e Planos Curriculares, a todo o planeamento (anual e por período letivo ou no meu caso em concreto, por módulos). Também se refere à recolha de diverso material para a lecionação dos conteúdos e à definição de estratégias de ensino, do mesmo modo que inclui os critérios e os momentos de avaliação, por períodos.

A área da Participação na Escola e Relações com a Comunidade engloba a conceção e o planeamento de atividades não letivas, tendo em vista a integração do EE na comunidade escolar, como também, a exploração da ligação entre a escola e o meio. O objetivo é contribuir para a promoção do sucesso educativo, no reforço do papel do professor de Educação Física na escola e na comunidade local, bem como da disciplina de Educação Física, através de uma intervenção

contextualizada, cooperativa, responsável e inovadora (Matos, 2012a).

Nesta área irão constar todas as atividades não letivas, quer na escola, quer na comunidade, tal como, toda a sua preparação, desde o planeamento, à descrição da atividade.

Por fim, a área do Desenvolvimento Profissional abrange atividades e vivências importantes na construção da competência profissional, numa perspetiva do seu desenvolvimento ao longo da vida profissional, promovendo o sentido de pertença e identidade profissionais, a colaboração e a abertura à inovação. O objetivo é refletir acerca do exercício da atividade, da experiência, da investigação e de outros recursos de desenvolvimento profissional. No fundo, criar um espaço reflexivo de crescimento e desenvolvimento pessoal e profissional (Matos, 2012a).

Nesta área foram elaborados vários momentos reflexivos e de pesquisa para o desenvolvimento pessoal e profissional ao longo do ano, assim como, o Portfólio Digital e a construção progressiva do RE. Também a preparação e elaboração do Projeto de Investigação foi desenvolvido e apresentado neste campo.

Note-se que na descrição de cada campo, a grande referência é a EF e o professor de EF. Embora a minha experiência tenha sido um pouco distinta e num contexto diferente, os objetivos e o todo o trabalho desenvolvido teve por base e como inspiração, o desporto, as competências físicas, cognitivas e sociais também trabalhadas e desenvolvidas na EF. Além do mais, tentei aplicar o conhecimento que adquiri no primeiro ano deste ciclo de estudos, conhecimento recente e “fresco” (como por exemplo modelos de ensino, metodologias de ensino e conteúdo programático), ao mesmo tempo, que tentei inovar e adaptar ao meu contexto escolar (disciplina teórica).

4.1. ÁREA I: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

A Conceção, o Planeamento, a Realização e a Avaliação

Estes quatro tópicos trabalham em conjunto para uma forte, robusta construção e desenvolvimento do processo EA de cada turma e consequentemente de cada aluno.

O trabalho do professor desenvolvido ao longo do ano está centrado nestas quatro ações acima enumeradas, que interagem continuamente entre si e que não se podem dissociar umas das outras.

Nas próximas páginas irei falar de cada um dos quatro tópicos, explicando a sua funcionalidade, a sua importância e que influência tiveram em mim e no meu processo de formação como professora, ao longo deste ano de PES.

4.1.1. Conceção

Na minha ótica, as concepções de um professor advêm de diversas origens, podendo ser: pessoais, culturais, académicas, experienciais e podem ainda ser o conjunto das mesmas, interagindo entre si. A concepção é algo intrínseco ao docente e à sua pessoa, algo que não pode ser posto de parte, na hora da organização, gestão e aplicação do processo EA.

O conhecimento e a construção do “eu” profissional são a chave fundamental para o professor.

“O professor profissional – como o médico ou o engenheiro nos seus campos específicos – é aquele que ensina não apenas porque sabe, mas porque sabe ensinar” (Roldão, 2007 p. 101). Este excerto refere-nos, na perfeição, o que é o ato de ensinar, ou seja, o professor não só tem de possuir conhecimento, como também tem de ser capaz de o ajustar e adaptar face a cada turma/aluno e a cada contexto. Este conhecimento é desenvolvido através de um conceito referido pela mesma autora (*op. cit.*, p. 102) de “prática informada”, onde tudo aquilo que é aplicado é devidamente fundamentado e refletido, não só por si mesmo, mas por uma boa base de formação e atualização e através da partilha de conteúdos com os seus pares e superiores.

Para mim esta ideia sempre foi muito clara, no sentido em que é necessária uma constante atualização de conhecimento. As concepções no e de ensino estão em constante mudança, devido à forte investigação que vai surgindo ao longo dos anos. Por esse motivo os professores devem investir sempre na sua formação e ir atualizando os seus conhecimentos e métodos de ensino. Na minha ótica, esta questão da atualização faz bastante sentido, visto que acompanhamos ao longo dos anos muitas gerações de alunos, cada vez mais dissemelhantes entre si e com diversas necessidades.

4.1.2. Planeamento

Chegando à minha parte preferida -o planeamento-, que se revelou bem mais complexa do que aquilo que eu imaginava.

Sempre gostei de planear tudo na minha vida, pelo que sempre fui muito metódica e organizada em termos de planeamento das várias atividades nas quais me envolvia, contudo, a minha vivência diária na escola foi-me demonstrando que o planeamento é importantíssimo (sim!), mas também a adaptabilidade e flexibilidade o são.

Não podemos olhar para a escola e para as aulas como algo estrutural e fixo, pois a escola é feita de pessoas, em particular de alunos. Esses mesmos alunos acarretam uma grande dose de imprevisibilidade (sendo os alunos dos CP com quem trabalhei especialmente peculiares), o que a meu ver até tem a sua graça, para que não sejamos “vítimas” de uma certa monotonia e da rotina.

Este ano letivo foi um ano cheio de imprevistos e adaptações face ao meu planeamento inicial. Desde atividades não letivas que foram surgindo, a participações inesperadas em eventos escolares. Também algumas necessidades que foram aparecendo em contexto micro de sala de aula, que foram provocando alterações nas planificações realizadas. Cheguei a uma altura em que dei por mim a realizar alterações ao plano anual quase todas as semanas. Lembro-me de na altura questionar o meu PC se estaria a fazer algo de errado, ao qual ele me tranquilizou dizendo que a escola era feita de momentos inesperados, mas que isso não seria algo tão negativo quanto eu achava que estava a ser.

A partir daí comecei a encarar todo o processo mais tranquilamente. Porém os CP têm uma particularidade em relação ao ensino regular que pode beneficiar ou afetar o processo de EA e ao qual aprendi que devemos ter muita atenção, que são as horas de lecionação por módulo. Este

planeamento e gestão tem de ser muito bem feito por parte do professor, para que o processo de EA não seja comprometido e para que os alunos retirem o máximo de benefício de cada aula (quer em contexto de sala de aula, quer em contexto prático ou até mesmo em contexto de visita de estudo).

4.1.2.1. Diário de Bordo

O DB foi uma ferramenta que fez parte de todo este meu percurso, desde o primeiro dia em que entrei na escola, tendo-se revelado fulcral no que ao planeamento diz respeito.

Apesar do DB ser uma tarefa de carácter obrigatório no decurso do processo de formação do segundo ano deste ciclo de estudos, tentei que este fosse um espaço de crescimento e desenvolvimento pessoal e profissional.

Recordo-me de ser pequena e gostar de escrever no meu diário trancado por um aloquete. Esses momentos permitiam-me desabafar e refletir, por vezes sobre coisas que eram mais difíceis de proferir em voz alta. Por outro lado, também sempre tive a perspetiva de que por sentir muita coisa ao mesmo tempo, nem sempre sou capaz de transpor e exprimir para o papel tudo aquilo que sinto.

Chegando ao final desta caminhada reconheço, de facto, a vantagem e a importância que o conceito de DB e reflexão têm na nossa formação. Como nos enunciam Oliveira & Serrazina (2002), uma prática reflexiva concede poder aos docentes e oferece oportunidades para o seu crescimento na profissão.

Schön (1992) criou uma teoria de prática reflexiva que engloba três momentos: reflexão na ação, reflexão sobre a ação e reflexão sobre a reflexão na ação. Para Alarcão (1996) estes três momentos permitem que o profissional docente tenha uma intervenção prática racional e consciente.

Apesar de estes autores já possuírem esta visão há bastantes anos, hoje reconheço que este é o caminho. Contudo

por aquilo que vi e vivi não só neste ano de PES, mas também, na minha formação como professora sinto que ainda falta um bom pedaço de percurso a percorrer até o ensino ganhar realmente qualidade. Pois este tipo de intervenção e ideologia não se deve cingir apenas a um professor, mas sim a um departamento, a uma escola, e a meu ver ainda estamos um pouco distantes dessa visão, por diversos fatores (internos e externos à escola).

4.1.3. Realização

Como reconhecem Mesquita e Graça (2015), não existe um modelo perfeito nem adequado a todos os contextos de aprendizagem. Por esse motivo, a eficácia do ensino está sujeita à interpretação e experimentação de modelos de ensino e instrução coerentes e adequados ao ensino em si.

No meu caso em particular, sempre procurei promover um ambiente de EA positivo, onde os alunos se sentissem confortáveis e à vontade de expor as suas ideias e as suas dúvidas. Onde a intervenção deles importa e tem impacto na sua aprendizagem. Rosado & Ferreira (2009, p.194), ancorados na ideia de Maurice Pièron, enfatizam essa ideia referindo que “quaisquer que sejam os objetivos propostos, ter-se-ão sempre mais possibilidades de os alcançar quando se implementa um ambiente afetivo positivo no qual a tonalidade emocional seja significativa”.

Proporcionando climas positivos de aprendizagem, naturalmente a motivação dos alunos aumenta, sendo um fator determinante do rendimento escolar e do sucesso do aluno na sua íntegra. Alunos motivados são pró-ativos, dinâmicos, manifestam curiosidade e interesse, predispostos a enfrentar desafios a resolvê-los, aprendendo mais na sua generalidade e com maior profundidade (Lemos, 2005).

Santos (2007) declara, com base em outros estudos, que os sentimentos e as emoções, associados às interações em aula, são fundamentais no envolvimento e motivação dos alunos. Afirma ainda que essa construção de clima positivo parece exigir uma constante reflexão por parte do professor, em relação às suas estratégias e métodos de ensino, e até mesmo questões comportamentais e comunicativas (exemplo, comunicação verbal e não verbal).

Em jeito de conclusão desta ideia, para que o processo de EA seja eficaz e verdadeiro, é importante que se crie um

clima de aula positivo, promovendo comportamentos de autorregulação, proatividade, no fundo, comportamentos que elevem o nível de motivação dos alunos e que os torne cada vez mais independentes e promotores da sua própria aprendizagem, atribuindo assim maior significado a todos os conteúdos adquiridos.

Ainda dentro do plano da realização, foram muitas as vezes em que me deparei com o seguinte dilema: cumprir o planeamento da aula e “cortar”, limitar as intervenções dos alunos ou deixar que sejam eles a guiar a aula e ir ajustando o planeamento. Inicialmente preocupei-me muito com o cumprimento do plano de aula, embora tenha sempre optado pela segunda opção. Como um dos meus maiores problemas da turma era a passividade, quando havia intervenção dos alunos eu preferia mostrar-lhes que isso me importava, mais do que lecionar matéria sem interação de ambas as partes. Contudo, tive de adotar estratégias que não me permitissem perder o controlo da aula e da turma, como por exemplo, intervir mudando de assunto ou direcionando melhor o estudo, no caso de sentir que a qualidade da intervenção estaria a ficar comprometida.

“Por outro lado, por a atividade ter tido tanta adesão e empenho por parte dos alunos, não consegui terminar o tema em questão, a nível de apresentação dos conteúdos programados. Ainda assim, isso não aconteceu porque tomei a decisão de não interromper o debate e as participações, querendo dar voz às ideias deles e compreendê-los melhor, tentando sempre relacionar os conteúdos programados, com aquilo que era referido em sala de aula.

Se por um lado poderia ter feito uma gestão melhor do tempo de aula, por outro, penso que existem momentos em que é preferível aproveitar ao máximo o que está a ser feito ou tratado, desde que o empenho dos alunos se mantenha, como

foi o caso. Também conhecendo minimamente o perfil da turma, isto é, uma turma pouco interessada, que não aceita grandes informações expositivas, não ia “ganhar” em nada interromper a vontade deles em se expressarem e falarem e passar a expor matéria, só para cumprir o planeamento.”

DB, 29 de setembro de 2021

4.1.3.1. Estilos e Modelos de Ensino utilizados

No primeiro ano do ciclo de estudos fomos expostos a várias concepções e orientações que, de alguma forma, nos prepararam para a PES no segundo ano. Apesar de (como já fui referindo ao longo do RE) ter tido um contexto, uma disciplina e uma turma diferente da maioria dos meus colegas EE, agarrei nas minhas aprendizagens, conhecimento e experiência adquiridas ao longo dos meus anos de vida e anos de formação e tentei aplicar da melhor e mais adequada forma ao meu contexto educativo. Por esse motivo, tendo por base alguns estilos e modelos de ensino que fui aprendendo e refletindo ao longo destes dois anos de formação profissional, lecionei as minhas aulas consoante a necessidade e características da turma.

Foram vários os modelos que utilizei ao longo deste ano de PES, e embora estes estilos e modelos tenham sido ensinados no contexto desportivo e da EF, vi neles flexibilidade e adaptabilidade suficiente para que fizessem sentido no meu contexto desportivo, mas maioritariamente teórico.

Começando por falar nos diferentes estilos em que me baseei ao longo do ano, o objetivo da sua utilização não foi de todo desvirtuar a pessoa/docente que sou, mas sim auxiliar a minha intervenção perante as necessidades da turma e de cada aluno. Utilizei o conhecimento que adquiri na minha formação académica, nomeadamente em estilos e modelos de

ensino, nomeadamente no espectro de Mosston (Mosston & Ashworth, 2008) e tentei adaptar à minha realidade. Inicialmente dadas as características da TR necessitei de optar por um estilo de ensino denominado de "comando", muito centrado em mim, com tudo previamente predefinido e organizado por mim e onde os alunos se limitavam a receber e assimilar conhecimento, a replicar ou a responder aos meus pedidos. Como este estilo não dá margem de liberdade aos alunos nem explora campos como a autonomia e a criatividade, sabia que não poderia, nem queria, utilizá-lo por muito tempo, apenas o necessário para me ambientar à turma e perceber que caminho percorrer com eles. A partir daí comecei a abordar diferentes estilos, seguindo a lógica de Muska Mosston (*op. cit.*), "tarefa", "recíproco", "autoavaliação", "inclusivo", que apesar de ainda terem a presença do professor muito próxima no processo, a aprendizagem começa a ter mais significado para os alunos pois, eles têm cada vez mais intervenção direta nesse processo. Até chegar ao meu objetivo final, designado de "descoberta guiada", onde a tomada de decisão começa a partir mais do aluno e o professor adota um papel de facilitador do processo de EA. Note-se que estes estilos foram desenvolvidos por Muska Mosston na área da EF, mas que, como pude comprovar, facilmente podem ser adaptados a diferentes contextos, como foi o meu caso.

Fazendo agora referência aos modelos de ensino, o Modelo de Instrução Direta (paralelamente associado ao estilo de "comando"), foi utilizado com alguma frequência, principalmente nas aulas somente teóricas. Este modelo de ensino permitiu-me, numa fase inicial, ter maior controlo sobre a turma e sobre o processo de EA. Todavia, à semelhança dos estilos, quis experimentar outros modelos de ensino, mais centrados no aluno, que lhes permitisse ter uma experiência mais agradável de aprendizagem e para que

pudessem atribuir maior significado ao novo conhecimento adquirido. Refiro-me aos modelos de "Aprendizagem Cooperativa", "Ensino por Pares" e "Questionamento". Estes modelos colocam novamente o aluno no centro de todo o processo de EA, o que eleva a sua motivação, aquisição de conhecimento e desenvolve outras competências (como por exemplo cognitivas e sociais - trabalho em equipa, respeito, criatividade).

Após o término das aulas e a visualização da evolução dos alunos, refleti muito acerca do que poderia ter feito de diferente e, além disso, dei por mim a projetar o que faria no caso de ter a oportunidade de dar seguimento à minha TR. Por momentos pensei no Modelo de Educação Desportiva e a sua essência competitiva, motivacional e espírito de equipa. Se pudesse tentaria implementar algumas ideias deste modelo, tais como, a afiliação, a competição entre equipas, a distribuição de diversas funções e responsabilidades, a existência de momentos de competição (quadro competitivo). Penso que estas ideias iriam aumentar o compromisso, a motivação e o rendimento da minha turma, uma vez que muitas das capacidades associadas a este modelo, foram desenvolvidas ao longo deste ano, como por exemplo, a autonomia. Com efeito, a ideia de assemelhar as aulas e os períodos de avaliação a uma época desportiva e a tudo aquilo que à mesma diz respeito, estou certa de que faria com que os alunos se sentissem mais integrados dentro do processo de EA e, possivelmente, se relacionassem mais com este tipo de disciplinas (teóricas).

A meu ver, este tipo de estilos e modelos de ensino são cada vez mais urgentes no nosso ensino, que se encontra de momento muito desgastado e desvirtuado dos nossos atuais alunos, dos seus gostos, interesses e, acima de tudo, das suas necessidades. É verdade que também não podemos tornar a escola numa anarquia, onde toda a gente faz o que quiser,

sem qualquer justificação ou significado, mas ao mesmo tempo, não pode ser normal os métodos e os meios serem praticamente os mesmos ao longo de vários anos.

A maior dificuldade está em encontrar um equilíbrio entre aquilo que sabemos ser essencial no processo de EA e a adaptação à atualidade (recursos humanos, tecnologia, entre outros).

4.1.4. Avaliação

A avaliação sempre foi um tópico sensível para mim, que me suscitou sempre alguma reticência e até um certo desconforto. Recordo-me de andar na escola e pensar no porquê de termos de ter atribuída uma nota e a pressão que pairava entre todos os alunos. Na verdade, sempre tentei dar o meu melhor, desvalorizando o significado que um número poderia ter na minha vida, mas vi sempre de perto o que esta questão pode fazer a alguns alunos.

Uma vez que ainda está por surgir uma alternativa à conotação e valorização da performance do aluno e porque os alunos têm obrigatoriamente de ser classificados através de um número para transitar de ano, ingressar na faculdade, ou terminar o ciclo de estudos, deparei-me com uma certa preocupação da minha parte em relação à questão da avaliação. Esse desassossego debruçava-se no quão justa ou injusta poderia ser perante algo tão objetivamente preparado, mas ainda assim subjetivo.

Não terminei o ano com respostas, aliás penso que nunca terei uma solução/um esclarecimento definitivo, mas experienciei e refleti muito acerca desta questão.

Embora a avaliação seja um momento informativo, onde tanto o professor como o aluno deveriam de entender como uma reunião de ideias, uma reflexão, identificando as dificuldades e as potencialidades e determinar novos objetivos associados ao processo EA. A verdade é que todos os intervenientes neste processo pensam sempre mais no seu valor numérico.

Roldão (2019) refere que é impreterível transformar este conceito e entendimento de avaliação para uma conceção que aponte para a aprendizagem dos alunos (de forma individualizada) e o seu desenvolvimento de maneira formativa e contínua. Batista, Moura, & Graça, (2019) aludem

ao conceito de uma avaliação em prol das aprendizagens dos alunos, onde se privilegia a (re)construção do conhecimento e a aprendizagem tem uma atribuição de significado maior.

4.1.5. Planeamento Anual

Das primeiras tarefas que realizei no início do ano, dias após a minha estreia na escola, foi o planeamento anual. Eu que me considero uma pessoa organizada e que adora planear tudo, mas plenamente consciente que vida é cheia de imprevistos e mudanças de planos, esperava que a vida na escola e a organização de um professor não fosse cheia de contratempos. Contudo, é sempre melhor alterar um plano do que não o possuir.

Dentro da imensidão de tarefas e planos que um professor deve realizar antes de iniciar a sua prática letiva, considero que até tive sorte, quando comparada com os meus dois colegas de NE. Digo isto porque sabia de antemão o que teria de lecionar, durante quanto tempo, uma vez que, a minha turma se tratava de um CP e o número de horas por módulo tem de ser cumprido, quer leve um mês, quer leve um ano. Este aspeto poderia jogar muito a meu favor, ou muito contra. Quero com isto dizer que no final do ano, pude constatar essa questão, comparando a minha situação e a de outros professores, por exemplo: alguns já haviam terminado a sua prática há três meses, eu no meu caso terminei uma semana após o meu primeiro planeamento, e outros ainda estavam a lecionar.

Como referi anteriormente, uma das minhas primeiras preocupações no início do ano foi ter um mapa (planeamento) onde eu pudesse olhar e orientar-me. Com a ajuda do meu PC criei esse quadro e distribuí o tempo dos módulos pelos dias em que iria lecionar as aulas. Além da identificação dos módulos, discriminei os conteúdos que pretendia lecionar em cada aula (que também já estavam previamente estabelecidos), assim como, as atividades letivas e não letivas que já estavam igualmente marcadas e identificadas ou no AESH ou na ESSH.

Obviamente ao longo de todo o tempo letivo, alterei o planeamento milhentas vezes, quer pelo surgimento de contratempos ou novas atividades, quer por necessidade e aqui refiro-me mais concretamente aos conteúdos específicos de lecionação (por exemplo, devido a atrasos na matéria ou mudança de estruturação de aula). Todavia, como já mencionei precedentemente, estava totalmente consciente de que isso iria acontecer e na maior parte dos casos essas alterações foram por bons motivos. Acima de tudo, o mais importante para mim era que o meu quadro fosse sempre uma ferramenta, um apoio, uma orientação verdadeiramente útil ao longo de todo o ano.

4.1.6. Disciplina de Metodologia do Desporto

Elenco Modelar da Disciplina Metodologia do Desporto (1º Ano)

No quadro abaixo representado (quadro 2), estão discriminados os módulos correspondentes à disciplina que lectionei este ano de Metodologia do Desporto, assim como, a sua distribuição em relação ao número de horas que deve ser cumprido por lei (ANQEP, 2015).

Estes módulos são considerados unidades de formação de curta duração, pois possuem um limite de tempo e ao longo do ano letivo (cerca de dez meses) os alunos passam por diferentes módulos de ensino.

No caso em particular de MD, no primeiro ano é constituído por três módulos, sendo o primeiro módulo denominado de Pedagogia do Desporto (PD) e composto por vinte e cinco horas de formação, o que equivale a trinta aulas de cinquenta minutos, no caso da nossa escola; o segundo módulo é designado de Didática do Desporto (DD) e composto igualmente por vinte e cinco horas de formação e trinta horas de aulas; por fim, o último módulo nomeado Teoria e Metodologia do Treino Desportivo (TMTD) que é composto por cinquenta horas de formação, o que equivale a sessenta horas de leção. Cabe aqui notar que nos anos seguintes a composição da disciplina de MD, que é transversal aos três anos de CP, pode alterar. Podendo o número de horas e de módulos ser distinto deste.

Ao contrário das disciplinas no ensino regular, nos CP as horas de leção têm de obrigatoriamente ser cumpridas e sumariadas, caso contrário os módulos não são dados como terminados. Esta medida pode, por vezes, jogar a favor da turma e do professor, onde existe uma liberdade maior para o planeamento e realização das aulas em diferentes contextos

(como por exemplo, atividades ou visitas de estudo). Mas também pode complicar, se não houver um controlo e rigor por parte do professor, principalmente no seu planeamento (podendo as aulas prolongarem-se muito mais do que no período regular letivo de aulas).

Módulo	Referência	Unidades de Formação de Curta Duração	Horas	Aulas (50 min)
1	9434	Pedagogia do Desporto	25	30
2	9435	Didática do Desporto	25	30
3	9438	Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	50	60

Tabela 2- Elenco Modelar da Disciplina de Metodologia do Desporto do primeiro ano do CPTD

4.1.7. Módulo Pedagogia do Desporto

O primeiro módulo que lecionei dentro da disciplina de Metodologia do Desporto foi o de PD com trinta aulas de lecionação no total.

Este módulo continha os objetivos de: compreender a interdependência entre a parte pedagógica e a parte didática inerentes ao treino, reconhecer o treino desportivo como um processo pedagógico cheio de preocupações educativas e formativas, identificar a importância do estabelecimento de objetivos, regras e organização nas atividades e identificar estratégias para lidar com os pais (Coelho, O. (2016a)).

Os conteúdos que foram tratados neste módulo de PD foram os seguintes: A intervenção pedagógica do treinador de grau I; Treinador de grau I no contexto da pedagogia aplicada ao desporto; Pais na prática desportiva de crianças e jovens.

Pessoalmente, senti-me confiante em lecionar este tema pois vinha do primeiro ano deste ciclo de estudos com informação “fresca” e bom conhecimento, no fundo preparada para falar sobre as várias temáticas.

Para a construção do material de apoio e suporte para as aulas, baseei-me nos *powerpoints* do meu PC, no Manual de PD, do Curso de Treinadores de Desporto, do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e em alguma pesquisa autónoma (por exemplo, material do primeiro ano do presente ciclo de estudos, artigos, vídeos, etc.). É importante referir que em todos os meus *powerpoints* e outro material que levei para as aulas tiveram revisão e aprovação do meu PC. O meu grande objetivo aqui, além de passar por realizar trabalho autónomo e próprio, era também sentir a verdadeira experiência de preparar aulas (ainda que, de forma pouco ortodoxa, por as aulas serem teóricas, tendo em conta a minha formação-EF) e trazer novidades e inovação às minhas aulas.

Uma vez que a disciplina PD, apesar de aliada à prática, é fortemente teórica, tive a preocupação de dinamizar ao máximo as aulas para que os meus alunos não se desinteressassem e mantivessem bons níveis de atenção e concentração. Para isso adotei estratégias interativas, diversificadas e atrativas para lhes lecionar os conteúdos programáticos. Tentei que nunca uma aula fosse igual à uma outra e que os meus alunos fossem “o centro das atenções”, dando-lhes voz, momentos de expressão e uma participação ativa no processo de EA.

Dado que inicialmente o perfil da turma era de muita passividade, não pude centrar a aprendizagem totalmente no aluno, pois a turma não tinha autonomia e maturidade para isso, além de que eu não os conhecia bem o suficiente para “abrir logo mão” disso. Uma coisa era certa, eu queria terminar o ano com a minha turma e tinha traçado como um objetivo pessoal conseguir ter alunos mais autónomos, dinâmicos, capazes de aprender não só através do professor, mas por si mesmos e pelos pares.

Tive sempre presente na minha cabeça a referência dos modelos e estilos de ensino que tínhamos aprendido no ano anterior. Apesar de não poder aplicar diretamente esses modelos e estilos, pois aquilo que tinha aprendido aplicava-se ao contexto prático da EF, decidi alargar os meus horizontes e tentar com base no meu conhecimento, trazer isso para o contexto de sala de aula (que ainda assim não era totalmente tradicional).

Assim sendo, utilizei muito os seguintes modelos: Modelo da Aprendizagem Cooperativa (sendo eu -professora- a ponte de auxílio dos meus alunos), Ensino por Pares (onde realizava atividades e tarefas onde tinham de trabalhar em grupo para obter conclusões/respostas) e Questionamento guiado (este modelo utilizei com muita frequência, acima de tudo para apelar à participação, compreensão e seguimento de

raciocínio por parte dos meus alunos), por vezes, e numa fase mais inicial, também recorri ao Modelo de Instrução Direta (como uma das principais características dos meus alunos era a passividade, inicialmente todo o processo de EA partiu de mim-professora). Por conseguinte, adotei aulas com o estilo de “comando” (à semelhança das condições do Modelo de Instrução Direta), recíproco (onde a minha intervenção não era tão centrada e já havia reciprocidade nos processos de EA), autoavaliação (começou a existir uma maior autorregulação por parte dos meus alunos nas suas tarefas e atividades), inclusivo (os alunos com menos dificuldade ajudavam os alunos com mais dificuldades, criando um clima de inclusão pela turma) e por fim, de descoberta guiada (o estilo mais independente que consegui desenvolver com a turma, onde eles próprios eram os construtores das suas próprias atividades).

Das várias atividades realizadas ao longo de PD destaco as avaliações antropométricas realizadas a turmas de EF de outros anos e a visualização do filme “Coach Carter”. Estas atividades foram criadas e desenvolvidas ao mesmo tempo que era lecionada matéria teórica, para que a teoria nunca ficasse desconetada ou desligada da prática.

Dando seguimento ao trabalho realizado diariamente, a minha proposta de avaliação final de PD e aceite pelo meu PC foi: a construção de um dossiê denominado de “Dossiê do Treinador” onde os alunos prepararam uma série de documentos (exigidos por mim e outros à sua escolha) para mais tarde poderem utilizar num contexto profissional. Além do dossiê também tiveram de realizar uma reflexão acerca do filme que visualizaram, seguindo uma estrutura feita por mim e desenvolvendo as ideias a partir daí. No geral, todos os alunos cumpriram com o que lhes foi solicitado, porém a reflexão veio a comprovar a minha ideia inicial -os alunos em questão tinham problemas sérios de composição, ortografia

e reflexão. Por um lado, não me sinto espantada pois as crianças são cada vez mais estimuladas para o que é fácil, rápido e pouco trabalhoso. A sua capacidade criativa, reflexiva é cada vez mais castrada e por isso, quando surge alguém “fora da caixa” destaca-se logo. Esta ideia não me desanimou de todo, só me demonstrou o caminho a partir dali e as necessidades dos meus alunos.

Além da avaliação sumativa ou final e porque procurei sempre valorizar o processo e evolução dos meus alunos, realizava com frequência uma avaliação formativa e informal, tomando notas de acontecimentos importantes, no decorrer das aulas e evoluções significativas por parte dos alunos.

No caso dos alunos que excediam o número possível de faltas (correspondente a dez por cento do número total de horas de cada módulo) realizavam uma prova de recuperação, que consistia na elaboração de um trabalho extra acerca da matéria do módulo. Juntamente com o meu PC redigi o enunciado da prova (neste caso trabalho) tendo por base exemplares de anos anteriores, já realizados pelo mesmo.

No final do módulo de PD decidi realizar um inquérito informal de satisfação, aplicado aos alunos, onde procurava saber se estavam satisfeitos com a disciplina e com os conteúdos lecionados, com as estratégias e metodologias do professor, se estavam de acordo com os métodos de avaliação do módulo e, por fim, se gostariam que tivesse sido lecionado algo que não foi possível. Esta informação foi-me bastante útil, pois permitiu-me introduzir alguns ajustes nos módulos seguintes. Tornando todo o processo mais personalizado e adequado à turma, aos seus gostos e necessidades.

Em suma o módulo de PD correu bastante bem, penso que os alunos retiraram um bom rendimento da sua aprendizagem, senti que consegui transmitir os conhecimentos necessários e, a par disso, fui capaz de estabelecer uma boa relação com

a turma ao mesmo tempo que emergiu um ambiente favorável à aprendizagem fora e, essencialmente, dentro da sala de aula.

4.1.8. Módulo Didática do Desporto

O segundo módulo que lecionei dentro da disciplina de MD foi o de DD com trinta aulas de lecionação no total.

Este módulo abarcava os seguintes objetivos: identificar as singularidades e condutas das metodologias no treino, aplicar diferentes modelos de intervenção, descrever e observar os elementos básicos das várias habilidades desportivas, organizar o registo da unidade de treino e competição para a monitorização da performance (Coelho, O. (2016b)).

Os conteúdos programáticos lecionados neste módulo de DD foram os seguintes: Didática aplicada ao contexto desportivo; Unidade de treino; Observação como ferramenta do processo de treino.

À semelhança do primeiro módulo, DD também foi uma matéria onde me senti confortável lecionar, uma vez mais fruto da minha recente formação académica.

Na construção do material de apoio e suporte para as aulas, como em PD, baseei-me nos *powerpoints* do meu PC, no Manual de Didática do Desporto, do Curso de Treinadores de Desporto, do IPDJ e em alguma pesquisa autónoma (por exemplo, material do primeiro ano do presente ciclo de estudos, artigos, vídeos, etc). Novamente todo o material apresentado nas aulas e utilizado com os alunos recebeu aprovação do meu PC.

Seguindo a lógica de PD e dando continuidade ao trabalho em sala de aula, continuei com as aulas interativas, englobando sempre atividades alternando e relacionando a matéria teórica com situações práticas. À medida que fui conhecendo a turma e o seu perfil, fui apelando a tarefas de maior autonomia, pesquisa, organização (por exemplo, organizei debates com a turma).

Em relação às estratégias e modelos de ensino, mantive-me fiel às minhas ideias e objetivos, sendo que em cada aula, adaptava-me consoante as necessidades dos meus alunos (umas vezes mais entusiasmados, outras vezes mais aborrecidos). O importante era sentir que o processo de EA estava a ser eficiente e eficaz.

Neste módulo, tentei tornar a aprendizagem mais prática, por sentir essa necessidade nos meus alunos, consequentemente, e aliada a essa questão, a minha proposta de avaliação final de DD foi a elaboração e aplicação de um plano de treino, com duração de vinte minutos por cada aluno, com a possibilidade de escolha entre as modalidades de voleibol e futebol (modalidades que estavam a ser lecionadas pela disciplina que eram trabalhadas em paralelo por outros professores). Neste trabalho final, os alunos poderiam aplicar de forma prática, não só os conteúdos aprendidos em DD, como também, conteúdos aprendidos em PD. Enfatizando assim o processo de EA como algo holístico e não segmentado, ou compartimentado por gavetas do conhecimento.

Para os alunos que, por motivos justificados, não poderiam realizar a aula prática (tanto a executar o seu treino, como a participar nos treinos dos colegas) construí um relatório de aula (anexo 1), com o objetivo dos alunos o preencherem, ao mesmo tempo que acompanhavam a aula. Dessa forma, apesar de não conseguirem vivenciar a parte prática e retirar informação através da mesma, poderiam contribuir de outra forma, observando e experienciando a atividade letiva de uma perspetiva diferente.

Como em PD voltei a realizar o inquérito de satisfação aos meus alunos, para compreender melhor a perspetiva deles em relação a este módulo, confirmar se tinham sido corrigidas algumas questões mencionadas, aquando do preenchimento do primeiro questionário (nomeadamente a questão de haver mais horas práticas), e também identificar mais sugestões de

melhoria. Uma vez mais, este inquérito tornou-se numa referência para compreender e ir ao encontro das necessidades dos meus alunos, o que era crucial para mim.

Numa apreciação global DD correu bastante bem, senti que os alunos apreciaram o facto de os ter ouvido e os ter levado para a prática e isso realmente aumentou a sua motivação, em contexto de sala de aula e em contexto prático. Claramente já era identificada como professora da turma e senti que em DD já tinha praticamente todo o controlo da disciplina e da turma (obviamente sempre acompanhada pelo meu PC).

4.1.9. Módulo Teoria e Metodologia do Treino Desportivo

O terceiro, e último, módulo da disciplina de MD foi o de TMTD, com sessenta aulas de lecionação no total.

Os objetivos inerentes a este módulo eram os seguintes: conhecer os processos de treino e adaptação de cargas, saber planificar sessões de treino tendo em conta as necessidades e os objetivos dos atletas, realizar primeiros socorros, e adotar o desporto como algo inclusivo para todos (Rama, L. (2016)) (Cunha, P. (2016)).

Quanto aos conteúdos programáticos, estes foram os seguintes: Cargas de treino e processos adaptativos; Treino desportivo como um sistema integrado; Treino das qualidades físicas; Sessão de treino; Rendimento desportivo; Planeamento da formação desportiva; Estilos de vida saudáveis, lesões desportivas e aplicação; Introdução ao suporte básico de vida; Deficiência em Portugal; Desporto para todos.

Ao contrário de PD e DD, apesar de ter tido igualmente formação académica nesta área (especificamente na licenciatura), senti uma maior responsabilidade para lecionar este módulo, por conter matéria um pouco mais complexa, extensiva e densa. Por esse motivo, estudei e revi com especial atenção cada conteúdo que lectionei.

Em relação à construção do material de apoio e suporte para as aulas, em conformidade com os módulos anteriores, baseei-me nos *powerpoints* do meu PC, no Manual de Teoria e Metodologia do Treino -Modalidades Coletivas e Modalidades Individuais, do Curso de Treinadores de Desporto, do IPDJ e novamente, em alguma pesquisa autónoma (por exemplo, material académico, artigos, vídeos, etc.).

Dando seguimento ao trabalho até então realizado, e tendo em conta o caminho que eu tinha traçado (por outras palavras objetivos definidos) para os meus alunos, a proposta

de avaliação final de TMTD foi a elaboração e concretização de um plano de treino de uma modalidade à escolha, com a duração de quarenta minutos. Esta minha decisão teve por base, como disse anteriormente, o seguimento de uma lógica evolutiva, assim como, permitir uma maior diversidade de experiências desportivas, tanto para os alunos praticantes, como para os "treinadores". Isto permitiu trazer uma maior riqueza de conhecimento e vivências e, também, que cada aluno pudesse "brilhar" na sua modalidade, ao mesmo tempo que teria à partida maior conforto na sua lecionação. Além do treino de quarenta minutos, os alunos tiveram de realizar um trabalho e respetiva apresentação oral, acerca de um tema sorteado por mim, relacionado com a matéria de TMTD.

Relativamente àqueles que por algum motivo (justificável) não poderiam participar de forma ativa na aula, à semelhança de DD, preenchiam um relatório de aula, contribuindo assim para a formação dos seus colegas, num ponto de vista diferente, ou seja, através da observação e reflexão sobre a aula do colega. Neste módulo de TMTD, especificamente, comecei a notar uma evolução na perceção e no olhar crítico dos meus alunos quando preenchiam o documento. Alguns deles revelaram reflexões bastante interessantes e até mesmo sugestões de melhoria bastante pertinentes, o que me fez crer que estava a ser feito um bom trabalho da minha parte.

Como já era habitual, no final de cada módulo era entregue um questionário de controlo de qualidade da disciplina. O que me revelava alguma informação sobre os alunos, o meu método de ensino, a minha postura, etc... Para mim o questionário foi um bom indicador do meu trabalho ao longo do ano.

Resumindo o módulo de TMTD, por breves palavras, considero que este teve duas fases bastantes distintas: começamos bem e terminamos menos bem (a perspetiva do copo

meio-cheio). A turma iniciou este módulo com um bom ritmo (o habitual até então), contudo, após a pausa letiva das férias da Páscoa e, apesar da minha constante tentativa de diversificação das aulas, os alunos começaram a revelar pouco empenho nas tarefas que lhes eram atribuídas, comecei a ter um aumento na falta de assiduidade e desleixo nas entregas dos trabalhos. A par disso, ouvi as mesmas queixas em reuniões pontuais e em cruzamentos diários por parte de outros professores da turma. Lembro-me perfeitamente do meu primeiro pensamento: "o calor vem aí e já lhes está a fazer mal". Realmente essa foi uma fase bastante marcante para mim, pois reunia e refletia constantemente com o meu PC e até mesmo com outros professores, nomeadamente a professora Carla que trabalhava a par connosco e não conseguia encontrar grandes respostas, tão pouco estratégias que os mantivessem pelo menos focados. Todavia, nunca desisti da ideia de os trazer "de volta". Foram sem dúvida semanas/meses difíceis, mas isso nunca me desmotivou, nem me fez gostar menos deles por isso. Simplesmente, foi uma luta quase diária que fui tendo e tentando ultrapassar, uns dias com maior sucesso do que outros. Em jeito de conclusão, e resumindo este módulo a uma conclusão, com uma grande dose de paciência, compaixão e muita flexibilidade, consegui que os meus alunos chegassem a bom porto.

4.1.10. Módulo *Coaching* e Comunicação

Já perto de terminar o ano, lecionei uma outra disciplina, designada de Animação e Lazer, através do módulo de *Coaching* e Comunicação (CC). Este módulo teve a duração de trinta horas, divididas por três professores, ou seja, no total só lecionei dez aulas. A disciplina de Animação e Lazer e o respetivo módulo de CC, surgem de uma seleção do referencial de formação, dentro de um grande elemento de formação dos CP -a Formação em Contexto de Trabalho.

Os objetivos referentes a este módulo eram os seguintes: identificar os fundamentos do processo de *coaching*, reconhecer a relevância da comunicação para a eficácia do processo de *coaching*, aclarar as distintas etapas do processo de *coaching*, nomear e aplicar um conjunto de práticas e modelos de *coaching*.

Os conteúdos programáticos referentes a CC, foram os seguintes: Escuta ativa; "Perguntas Poderosas"; *Feedback*; Sistemas de representação; Estabelecimento de *rapport*; Comunicação humana integrada (verbal e não-verbal).

Este módulo foi, sem dúvida alguma, o mais desafiante e complicado de todos que lecionei durante o ano, pois tratou-se de uma matéria da qual nunca havia tido formação e nunca tinha sido lecionada até então pela escola. Ou seja, além do meu conhecimento ser bastante leigo na matéria, não tinha material de outros anos onde me pudesse debruçar.

Para a construção do material de apoio e suporte às aulas, sustentei-me em pesquisa autónoma através da internet (por sites referenciados no tema e visualização de muitos vídeos), também procurei alguma informação em pessoas da área, através de pessoas conhecidas, e materiais de formações e, assim, construí do zero o meu *powerpoint*. Ter-me deparado com este desafio ao terminar o ano letivo, onde a bateria já

vai a menos de metade, foi quase como levar um “abanão”. Mas como sempre, fui à luta e procurei novamente superar-me.

Se em todos os módulos até então lecionados, tive sempre o cuidado e preocupação em diversificar e inovar, neste de CC era quase imperativo que o fizesse. Por esse motivo, e seguindo novamente a lógica da sequencialidade e prosseguimento da aprendizagem, estabeleci como elemento de avaliação final a criação de um *pitch*, mais precisamente um “*elevator pitch*” (atividade muito conhecida, dinâmica e utilizada com frequência no meio empresarial). Este trabalho priorizou o aspecto da comunicação, muito presente neste módulo, e revelou-se uma ferramenta útil para o futuro dos meus alunos (relacionado a uma apresentação pessoal e profissional -currículo). Uma vez que nos encontramos num período muito sensível em termos de imagem e proteção de dados, redigi uma autorização dirigida aos Encarregados de Educação no sentido de autorizarem (ou não) a gravação dos seus educandos, para fins de trabalho académico (anexo 2).

Ainda referente a CC, tive de realizar um exame final para os alunos que não conseguiram completar o módulo na época regular de aulas. Então, juntamente com o meu PC, elaboramos uma questão correspondente à matéria que lecionei durante o tempo estabelecido, para posteriormente ser integrada no exame final, juntamente com as questões dos outros dois professores, uma vez que, como já havia referido, esta disciplina foi repartida por três docentes.

Este módulo, apesar de muito curto, revelou-se muito interessante e distinto de todos os outros. A meu ver, os professores devem continuar a lecionar este módulo, pois verifiquei que poderá ser uma boa ferramenta de trabalho para aquisição de competências paralelas àquelas que os alunos desenvolvem com a leção da matéria, tais como, a comunicação, a expressividade, a exposição, a criatividade, entre outras.

4.1.11. Ginástica de Solo

A modalidade de ginástica de solo foi a única experiência na PES que tive para vivenciar a lecionação tradicional e regular das aulas de EF. Como já referi anteriormente, o NE durante um período letivo teve a oportunidade de trabalhar com uma TP, diferente do ciclo de ensino que se encontrava a lecionar (no nosso caso, uma turma do segundo ciclo, mais precisamente um quinto ano).

Durante o segundo período letivo, lecionamos a modalidade de ginástica de solo, durante cerca de três meses e meio (mais precisamente doze aulas). As nossas aulas tinham a frequência de uma vez por semana, durante cinquenta minutos. As aulas eram lecionadas de forma rotativa pelos três EE, salvo exceção nos dois momentos de avaliação formal: avaliação de diagnóstico e avaliação sumativa.

Todo o trabalho desenvolvido neste contexto particular foi realizado em grupo. Isso fez com que nos colocássemos muitas vezes à prova, pois nem sempre tínhamos as mesmas perspetivas e tão pouco tínhamos a mesma experiência ou perfil. Como até à data cada um tinha a sua turma e planeava aquilo que achava melhor (embora reuníssemos muito, numa ótica reflexiva e construtiva), ao início não foi muito fácil conciliar tantas ideias e opiniões (algumas em comum, outras nem tanto). Porém, rapidamente, entramos em sintonia e apontamos o foco para o objetivo final -a turma e a sua evolução.

Relativamente às características da turma, esta apresentava bom comportamento e bom nível de desempenho motor na sua generalidade.

Logo na primeira aula, foi realizada a avaliação de diagnóstico, que, como nos indica Gonçalves *et al.*, (2010), tem o objetivo de colher informação para instituir prioridades e adaptar a atividade dos alunos ao seu

desenvolvimento. Após a conclusão da mesma, percebemos que temos uma turma heterogênea, no que se refere a competências e conhecimentos da modalidade de ginástica. Dois elementos da turma eram atletas de ginástica, tínhamos alguns alunos com bom desempenho, ainda que com a existência de alguns erros técnicos e, por outro lado, tínhamos três alunos com muitas dificuldades na modalidade.

Tendo por base a nossa formação no primeiro ano de ciclo de estudos, a nossa maior preocupação foi desenvolver o máximo de capacidades motoras e coordenativas e só depois incidir mais na técnica. Todas as nossas aulas iniciavam com jogos lúdicos para aquecimento e envolvimento de toda a turma na aula, dado a idade dos alunos e a necessidade de trabalhadas algumas habilidades motoras fundamentais (como por exemplo, corrida, saltos, força dos membros inferiores e superiores, agarrar, puxar, etc.). Seguidamente, trabalhámos em circuito, onde haviam estações mais técnicas e outras mais motoras-físicas.

Uma vez que a turma era bastante heterogênea, quanto às suas competências nesta modalidade, decidimos organizar as aulas de duas formas: umas vezes juntávamos os alunos mais capacitados uns com os outros, outras vezes juntávamos os mais capacitados com os menos capacitados. Esta estratégia permitiu que as aulas fossem dinâmicas e ao mesmo tempo, criámos um clima bastante positivo, onde existiram momentos de aprendizagem cooperativa entre os alunos e, onde por vezes, conseguíamos dar uma atenção mais diferenciada, por exemplo aos alunos com mais dificuldades. Outra preocupação que tivemos sempre, nos planeamentos das aulas, foi o de criar exercícios com diferentes dificuldades e complexidades dentro da mesma estação, para que o exercício estivesse sempre adaptado aquele que o realizava e de forma que ninguém se sentisse frustrado (ou por ser muito difícil ou demasiado fácil).

Uma das lutas e reflexões que fomos tendo em NE e ao longo das aulas, foi a questão referente aos alunos que apresentaram maior dificuldade. Isto porque questionamo-nos muitas vezes se esses mesmos alunos deveriam passar mais tempo acompanhados pelo professor durante a aula (o que nem sempre é possível e em idades como estas, ainda mais difícil se torna, por questões associadas à gestão e organização da aula por exemplo) ou então, se deveríamos promover esse acompanhamento juntamente com outras estratégias (por exemplo utilizar o modelo de Ensino por Pares). Também surgiu em conversação a necessidade de se criar uma disciplina de apoio à EF, como já existe para outras disciplinas. Esta última ideia era uma proposta interessantíssima e bastante pertinente, a meu ver, para ser implementada na escola. Os alunos, realmente, só teriam a beneficiar com esse tempo de aula extra e isso permitiria haver uma maior atenção, um maior reforço positivo e no fundo contribuir para um maior sucesso na nossa disciplina. Sinto que, por vezes, os alunos que demonstram um desgosto ou desconforto com a EF, são alunos que se sentem menos capazes e, conseqüentemente, a forma de defesa dos mesmos, é a manifestação de desinteresse e desmotivação pelas aulas.

Outra questão, em particular, decorrente do nosso contexto e que nos fomos debatendo ao longo da lecionação, foi a de não conseguir dar a devida atenção aos alunos que revelavam maiores dificuldades na ginástica. Isto porque, se o professor se mantivesse muito tempo na mesma estação ou acompanhasse sempre os mesmos alunos, dada a pouca maturidade da turma, os comportamentos desviantes aumentavam e naturalmente o rendimento da aula diminuía.

Dado por concluído o nosso percurso neste ciclo de estudos, foi realizada a AS que, como nos refere novamente o autor Gonçalves *et al.* (2010), é a ocasião de realizar um juízo global e de síntese, permitindo averiguar a retenção

e progresso do aluno, perante todos os conteúdos que lhes foram transmitidos. Identificámos uma evolução na turma, não só nos domínios práticos como pudemos concluir na AS, mas também nos domínios psicossociais (por exemplo, responsabilidades associadas à organização da aula, como sejam a montagem e arrumação de material, cooperação entre os pares, etc.). A turma sempre apresentou boas referências e boas condutas de comportamento, o que contribuiu também, na minha opinião, para o seu bom rendimento desportivo.

4.1.12. Ginástica de Solo: Exposição do Trabalho Realizado

4.1.12.1. Avaliação de Diagnóstico da TP do 5º ano

Para entendermos o nosso ponto de partida e apontarmos um ponto de chegada, o NE elaborou em conjunto uma ficha de AD (anexo 3) onde continha os conteúdos programáticos de ginástica de solo, correspondentes ao ciclo de ensino em questão.

A aula de AD foi logo a primeira aula do período e foi realizada pelos três EE à turma inteira.

Para facilitar a nossa avaliação e tornar o processo rápido, mas eficaz, decidimos fazer a AD por *checklist* (realiza/não realiza) e colocar um campo de observações em casos particulares observáveis.

Para uma boa organização da aula e para uma avaliação equitativa, os alunos foram divididos em igual número pelos três EE e acompanhados sempre pelo mesmo.

Unidade Didática da TP do 5º ano

Após o reconhecimento do ponto de partida, delineamos o percurso até ao ponto de chegada, através da elaboração da Unidade Didática (UD). Nesta disciplina em particular decidimos, por aconselhamento do nosso PC, adotar um modelo de UD diferente daqueles que aprendemos no primeiro ano. Inicialmente ficamos um pouco reticentes quanto à mudança, mas decidimos confiar no nosso PC e também arriscar em novos conhecimentos.

O modelo de UD utilizado (anexo 4) revelou ser mais prático, mais intuitivo e até, certa parte, mais completo, pois continha toda a informação necessária ao planeamento

das aulas. O que nos facilitou muito na hora de criar os planos de aula.

Planos de Aula do 5º ano

Como referi anteriormente, o planeamento das aulas tornou-se bastante facilitado devido ao modelo de UD que utilizámos. Em todas as aulas, conciliávamos o desenvolvimento das capacidades condicionais e coordenativas muito presentes na ginástica, com o trabalho técnico indissociável à modalidade em questão. Procuramos, ainda, desenvolver alguns hábitos de gestão e organização, que beneficiaram as nossas aulas e tornaram a turma mais responsável e organizada, como por exemplo, a montagem e desmontagem do material e subsequente arrumação. Também pretendemos desenvolver competências psicossociais (tais como, a cooperação, entreajuda e empatia), quando por vezes juntávamos os alunos com diferentes níveis de competência, fazendo-os perceber que além do sucesso individual, pode-se contribuir para o sucesso do colega e da turma no geral.

Achamos que teria sido interessante trazer o Modelo de Educação Desportiva, com os seus vários papéis diferenciadores, e todo o espírito e dinâmica desportiva, contudo, dadas as condições que tínhamos (uma aula por semana, de cinquenta minutos, e alunos novos) poderia não ser uma boa opção. Dada a nossa pouca experiência com esse modelo, poderíamos rapidamente perder o controlo da situação e comprometer a aprendizagem dos alunos.

Optámos, então, por utilizar outro tipo de modelos de ensino, como o Modelo de Instrução Direta, o Modelo de Aprendizagem Cooperativa e o Modelo de Ensino por Pares, promovendo situações de aprendizagem centrada no aluno, mas por vezes com intervenção direta do professor.

Avaliação Formativa do 5ºF

Relativamente à AF, senti que esta não teve um grande impacto neste período de lecionação, provavelmente porque o nosso contacto com a turma era muito reduzido. Contudo, principalmente nos alunos que revelaram muita dificuldade na modalidade, esta foi útil, pois pudemos objetivar a evolução desses mesmos alunos.

No final de cada aula, o NE reunia com o PC refletindo sobre a aula no seu imediato e realizávamos anotações sobre os alunos, que por algum motivo se tinham destacado na aula. No nosso caso, foram alvo dessas anotações uma aluna que inicialmente não realizava o rolamento à frente, por medo, e que a meio do período, com a ajuda do professor, já o executava com fluidez. Também as duas alunas ginastas, revelaram sempre bastante vontade e colaboração em ajudar os colegas.

Avaliação Sumativa do 5ºF

Por fim, mas não menos importante, na última aula em que os alunos estiveram connosco e na penúltima do término do período, realizámos a AS. Para a realização da AS utilizamos novamente a nossa ficha de AD, de modo que fossem comparadas as mesmas competências dos alunos, no início e no final. Desta vez, estivemos os três EE juntos a avaliar os alunos individualmente. Embora o momento de AS seja importante, a perspetiva com que fiquei foi que se o professor estiver consciente do seu trabalho e atento à turma no decorrer das aulas, quase que sabe, de antemão, quanto terá o aluno em termos quantitativos. Numa escala de um a cinco que, é o caso do segundo ciclo, ainda mais fácil é de situar o aluno, embora haja muito pouca margem para distinguir os extremos (por exemplo, dentro do valor quatro

existem os que estão mais próximos do valor três e os que estão mais próximos do valor cinco).

Voltando à questão do método da AS, o método foi semelhante à AD conquanto, desta vez, em reunião de NE atribuímos pontuação a cada elemento gímico presente na ficha e valorizámos com maior pontuação, aqueles que trabalhamos com maior afinco e persistência no decorrer da UD.

4.2. ÁREA II: Participação na Escola e Relações com a Comunidade

4.2.1. Organização do Dia Europeu do Desporto na Escola

No dia 24 de setembro de 2021 celebrou-se o Dia Europeu do Desporto na Escola em todas as escolas do AESH.

Este dia é referenciado a nível europeu, integrado na Semana Europeia do Desporto e em Portugal promovido pela Direção Geral da Educação. O seu objetivo passa por promover o desporto e a atividade física, dando a oportunidade a toda a população e comunidade escolar em praticar atividades, independentemente da sua idade ou aptidão física.

Para a organização deste dia, nomeadamente das várias atividades, o GEF dividiu-se pelas diferentes escolas e dessa forma trabalhou por núcleos. O meu núcleo, em particular, ficou responsável por organizar todas as atividades na Escola Básica Quinta de São Gens, que incorpora o ensino de pré-escolar e 1º ciclo. Uma vez que a escola contém várias faixas etárias, com diferentes desempenhos motores e cognitivos, foi necessário criar diferentes atividades. Assim sendo, a divisão ficou feita da seguinte forma: pré-escolar e 1ºano com atividades de destreza motora; 2ºano com atividades de destreza motora e precisão; 3º e 4ºano com atividades de destreza motora e modalidades desportivas.

As atividades foram um sucesso e as crianças ficaram muito satisfeitas. Em termos organizacionais e de gestão, a atividade correu dentro daquilo que seria esperado e não existiu nenhum contratempo.

Para mim esta atividade foi bastante positiva, porque permitiu-me ter um contacto mais próximo com o meu núcleo de estágio (EE e PC) e com outros professores do GEF. Isso fez com que eu pudesse demonstrar, desde logo, algumas das minhas

capacidades e, particularmente, alguma da minha experiência com faixas etárias mais novas.

“Para primeiro dia de ação este dia correu ainda melhor do que esperava. Apesar de já ter à vontade em realizar este tipo de atividades, nunca tinha conhecido os meninos e meninas desta escola, o que era algo que me deixava um pouco inquieta..... Ganhei o dia quando vi a cara de felicidade e satisfação dos alunos ao saírem das atividades. Não há nada neste mundo que pague isso.”

DB, 24 de setembro de 2021

4.2.2. Organização do Corta-Mato Escolar

No dia 28 de janeiro realizou-se o Corta-Mato Escolar do AESH. Esta atividade foi organizada e dinamizada pelo GEF da ESSH, com a coadjuvação das quatro turmas dos CPTD. Por motivos associados à pandemia (ainda nos encontrávamos numa altura pandémica complicada) e para que o Corta-Mato não fosse um fator desencadeador de um surto, decidiu-se dividir a prova, realizando-a em dois locais distintos, com diferentes faixas etárias. Um dos locais foi a EBSH (para alunos da EBSH e 4º ano da Escola Básica Quinta de São Gens) o outro local foi o Parque do Carriçal, situado no coração da Senhora da Hora (para alunos da ESSH e Escola Básica da Barranha).

Além da organização e dinamização do Corta-Mato na EBSH, eu, especificamente, fiquei responsável por criar os cartazes da competição (anexo 5). Na preparação da atividade, foram distribuídas várias tarefas pelos vários professores de EF, que ficaram com funções específicas em nosso auxílio, assim como, foram repartidos alguns alunos pelas diferentes estações, com o objetivo de auxiliarem os diversos professores.

Não hesitei em colocar os meus alunos (minha TR) a ajudar-nos, pois além de ser uma ótima oportunidade para eles vivenciarem como se pode organizar um evento e toda a logística a ele associado, também, foi uma boa oportunidade para me aproximar deles e conhecê-los fora do contexto de sala de aula.

A minha função, especificamente, passou por coordenar as mesas de registo, ao entregar os dorsais, e verificar as presenças e registar as classificações. Para isso, tive alguns elementos da minha TR nos computadores e eu assegurava-me de que tudo corria bem, prestando auxílio caso fosse necessário.

Na minha opinião, a atividade correu muito bem, claro que existem sempre pontos ou aspetos que podem ser melhorados e nesse sentido o meu PC, como coordenador do GEF, teve sempre a preocupação de reunir com todo os envolvidos e fazer um balanço final. Conseguimos ter um bom ambiente de trabalho, divertido, mas responsável e nesse aspeto devo congratular os alunos dos CPTD, que conseguiram trazer a energia necessária para transformar este evento numa festa (no bom sentido, claro). Fiquei muito orgulhosa do empenho e foco dos meus alunos, em particular em cada tarefa que lhes foi atribuída, e dei-lhes logo os parabéns por tal desempenho.

Mais uma vez, considero que o Corta-Mato foi muito positivo, pois não só pude, novamente, ter um contacto próximo com os meus pares, como também conheci e dei-me a conhecer aos alunos dos CPTD, das outras turmas, que a partir daí passaram a ver-me como professora e me identificaram como tal. Nesse dia, senti que foi a minha primeira conquista como professora dos CPTD.

"Fiquei surpreendida com a adesão que o Corta-Mato teve aqui na escola. O ambiente de festa contribuiu ainda mais para o momento espetacular que se vivenciou. Já estávamos todos com saudades disto. Precisamos tanto do desporto na nossa vida..."

DB, 29 de janeiro de 2022

4.2.3. Participação no Corta-Mato Distrital

No dia 4 de março realizou-se o Corta-Mato Distrital, organizado pela Coordenação Local do Desporto Escolar do Porto, no Parque da Ribeira de Picoutos na freguesia de Leça do Balio, pertencente ao concelho de Matosinhos.

A nossa escola levou vinte e cinco alunos, apurados previamente na prova do Corta-Mato Escolar e, para acompanhar estes alunos, foram necessários seis professores, onde estavam incluídos os três EE.

A prova correu muito bem, os alunos ficaram felizes com a sua participação. Inclusive tivemos uma aluna, por coincidência da minha TR, que conseguiu um brilhante sexto lugar.

A minha participação nesta atividade, ainda que quase de forma passiva, uma vez que estive maioritariamente a dar apoio e vigiar os alunos, permitiu-me observar e refletir acerca da gestão e organização de um evento desportivo relativamente grande, como foi o caso. Podendo sonhar com o meu ingresso, quiçá um dia, numa equipa desta dimensão, que é o Desporto Escolar Distrital.

Acho que, e acima de tudo, esta atividade permitiu que toda a comunidade escolar pudesse viver e respirar novamente o desporto, como ele deve ser vivido e experienciado. Era importante, não só para a escola, mas para todos os intervenientes, demonstrar que fomos capazes de ultrapassar todos os obstáculos que esta pandemia nos trouxe e que a normalidade estava próxima.

4.2.4. Organização do Dia do Agrupamento

Nos dias 8 e 9 de março foi celebrado o Dia do AESH. Este dia é um dia muito celebrado e importante para todo o agrupamento. São desenvolvidas diversas atividades, das várias áreas formativas, para os alunos, professores, auxiliares da ação educativa, pais, familiares, ou seja, toda a comunidade educativa.

O NE (EE e PC) comprometeu-se a organizar uma atividade para o AESH, de forma a deixar alguma marca, e dar-se a conhecer a toda a comunidade. Foram feitas reuniões de NE para discutir algumas propostas de atividades e verificar o que seria mais viável, mas ao mesmo tempo inovador e abrangente. Depois de múltiplas ideias debatidas e como o nosso foco estaria em englobar essencialmente os docentes e não docentes, pois eram aqueles que não tinham atividades direcionadas, decidimos realizar aulas de fitness de dança. E mais uma vez, por uma questão de proatividade e gosto, fiquei responsável pela criação do cartaz da atividade (anexo 6). Esta proposta de atividade visava atrair faixas etárias maiores, proporcionando um momento divertido, descontraído, fácil, prático e com muita boa energia. Outra vantagem que encontramos nesta atividade foi não ter de negar a participação a ninguém no caso de haver uma adesão maior do que a que na altura estaria planeada (inicialmente a atividade seria para docentes e não docentes). Não tendo também de realizar nenhuma alteração à organização, apenas, se necessário, mudar o espaço.

Como nenhum de nós (EE) era da área da dança, solicitamos a colaboração de duas alunas do CPTD para a criação e orientação da coreografia no dia. Sendo que nós NE também participamos ativamente na atividade.

Posso afirmar que estes dois dias foram dos mais divertidos que passei na escola. Criou-se um clima de festa,

de celebração maravilhoso. Toda a gente esteve bem-disposta, a nossa atividade correu muito bem (apesar de não ter corrido tal e qual idealizáramos e quem aderiu mais foram os alunos) e também tive a oportunidade de participar em outras atividades e conhecer mais alunos, mais professores e mais auxiliares.

"Estou extremamente feliz. Estes dois dias fizeram-me sentir uma professora da casa..."

A nossa atividade de dança correu bastante bem, foi muito divertida. A comunidade participou de forma bastante ativa e bem-disposta. Foi pena os docentes não terem participado tanto quanto desejaríamos, mas agora refletindo um pouco, penso que numa próxima, devamos tentar encontrar estratégias para "chamar" as pessoas..."

DB, 11 de março de 2022

4.2.5. Receção aos Jogadores de Futebol Profissional

No dia 17 de novembro e, posteriormente, no dia 11 de maio, a ESSH recebeu nas suas instalações elementos do Departamento de Marketing e Comunicação do Leixões Sport Clube, assim como, jogadores de futebol profissionais do clube. Inicialmente esta atividade já tinha sido pensada por nós NE, uma vez que sabíamos que a escola tem muitos jogadores e adeptos de futebol e, segundo, porque no caso dos CPTD, esta seria a modalidade que lhes despertaria mais interesse, pelos mesmos motivos, e porque muitos dos alunos ainda ambicionam um futuro na modalidade do futebol. O primeiro contacto surgiu por parte do Leixões, mais precisamente pelo Diretor do Departamento de Marketing e Comunicação, numa tentativa de apelar a mais apoio ao clube, dinamizar a imagem do clube e envolver mais a comunidade nas atividades do clube. Na atividade os jogadores apresentaram-se, responderam a questões feitas pelos alunos, deram autógrafos e tiraram fotografias.

“Este convite veio mesmo a calhar. As turmas a quem a atividade será dirigida e a altura do ano em que será realizada não poderiam estar mais alinhadas. Acho que os meus alunos vão adorar, pois quase todos se identificam como jogadores”

DB, 8 de novembro de 2021

A primeira receção foi feita para todas as turmas dos CPTD e correu bem, contudo penso que os alunos não retiraram o máximo partido deste momento e desta interação. Os meus alunos em particular, penso que se sentiram retraídos e intimidados por encontrar-se tanta gente no mesmo espaço, nomeadamente alunos mais velhos.

Os professores, incluído nós NE, fomos quem foi guiando a atividade, tentando fazer perguntas que sabíamos que ia ao encontro dos interesses dos alunos.

Já na segunda receção, e tendo por base a experiência da primeira, decidimos levar apenas a minha TR e permanecer num ambiente mais confortável e descontraído para todos -o pavilhão desportivo. Desta vez, considero que a experiência foi muito mais positiva e mais bem aproveitada. Os alunos sentiram-se mais à vontade e interagiram muito mais com os jogadores. No final da atividade, os jogadores do Leixões disponibilizaram-se para jogar um pouco de futebol com os meus alunos, o que aumentou a motivação e o interesse deles.

Em suma, considero que este tipo de atividades é sempre muito positivo para a escola, e ainda mais para turmas, particularmente dos CPTD, dadas características típicas das mesmas. Embora o meu *feedback* seja muito bom, considero que seja importante os professores das turmas prepararem este tipo de atividades previamente e conjuntamente com os alunos. Com isso quero dizer, preparar por exemplo um guião de perguntas, preparar uma dinâmica em que os alunos participam ativamente na atividade, entre outras ideias. Se fosse possível permanecer na escola no próximo ano, com certeza procuraria proporcionar novamente dias assim, porém, como mencionei anteriormente, organizaria melhor a intervenção dos alunos.



Figura 12- Receção dos jogadores do LSC na ESSH (17.11.2021)
Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"



Figura 13- Receção dos jogadores do LSC na ESSH (11.05.2022)
Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"

4.2.6. Organização da Atividade de Boccia

No dia 29 de abril, o NE organizou na ESSH uma atividade para os alunos com o objetivo de oferecer algo mais à comunidade e contribuir para uma formação e conhecimento mais alargado.

Mais uma vez, e por gosto pessoal, fiquei responsável por construir o cartaz da atividade (anexo 7).

Em reunião de NE, juntamente com o nosso PC, debruçamo-nos sobre o que fazer, como fazer e para quem fazer. Uma vez que este ano letivo, além da PES, tivemos igualmente formação, decidimos aproveitar o conhecimento que adquirimos e transmiti-lo à nossa comunidade escolar. Por esse motivo, resolvemos lecionar uma aula da modalidade de Boccia na escola para os nossos alunos. A modalidade de Boccia, além de promover a inclusão na escola e de ser uma modalidade muito divertida de se jogar, em termos de organização, não exigia muito material nem espaço, podendo facilmente ser adaptada, em caso de necessidade.

Posto isto, achamos que seria o momento e a modalidade ideal para aplicar ao nosso contexto escolar.

Para a organização da atividade, o NE dividiu tarefas, sendo que não foi necessária grande logística. Apenas tivemos de requisitar os kits de Boccia à nossa faculdade, criar o cartaz e construir os campos.

Para que a atividade fosse dinâmica ao longo do tempo, decidimos criar vários jogos antes de realizar o jogo formal. Esses jogos apelavam a algumas características, como a precisão e a estratégia, implícitas ao jogo do Boccia.

“Queríamos oferecer algo à escola que fosse útil e educacional. Estávamos indecisos entre as modalidades de voleibol sentado e de Boccia, que tínhamos tido no seminário de desporto adaptado... Chegamos à conclusão que

o boccia seria mais apropriado por ser de fácil gestão e organização, não requerendo grande espaço ou material, além de ser completamente diferente daquilo que os alunos estão habitualmente acostumados...”

DB, 30 de março de 2022

A atividade correu bastante bem, tivemos uma boa adesão por parte dos alunos e para surpresa nossa, alguns já tinham tido outras experiências com a modalidade. Iniciativas deste tipo são importantes no decorrer do ano letivo, pois além de contribuírem para uma formação alargada de conhecimento e experiência para os alunos, também servem para quebrar uma certa rotina, o que leva normalmente a um aumento de interesse e motivação por parte dos mesmos.

Pessoalmente, gostei muito de organizar a atividade do Boccia e senti que com a formação paralela que tive na faculdade, fui capaz de constituir e orientar uma aula dessa mesma modalidade.

4.2.7. Participação nos Torneios Interescolas

Na primeira semana, de maio entre os dias 02 e 06, realizaram-se os XXII Torneios Desportivos Interescolas Secundárias do Concelho de Matosinhos. Todos os anos, as escolas pertencentes ao concelho de Matosinhos organizam uma massiva competição desportiva, nas várias modalidades desportivas, entre todas as instituições educativas que possuem 3º ciclo e ensino secundário. Cada escola fica responsável por organizar e gerir uma determinada modalidade. Este ano a distribuição foi feita da seguinte forma: ESSH -modalidade de atletismo; Escola Secundária João Gonçalves Zarco -modalidade basquetebol; Escola Secundária Augusto Gomes -modalidade voleibol; Escola Secundária da Boa Nova -modalidade futsal; Escola Secundária Abel Salazar -modalidade andebol; Escola Secundária do Padrão da Légua -modalidade badminton; Finais -organizadas pelos GEF de todas as escolas no Complexo Desportivo da Bateria em Leça da Palmeira.

Além da responsabilidade pela organização, no nosso caso da modalidade de atletismo, cada professor do nosso GEF ficou responsável por uma equipa da escola. Quanto a mim, uma vez que era da modalidade do voleibol, fiquei responsável por uma das equipas de voleibol da escola. Juntamente com mais dois professores, acompanhámos as equipas feminina e masculina da nossa escola à Escola Secundária Augusto Gomes.

Inicialmente não estava definido quem ficaria com quem, e por esse motivo trabalhamos todos juntos com os alunos, tendo existido treinos de preparação para a competição, onde estivemos presentes os três professores.

Por ter sido atleta muitos anos e desempenhar funções de treinadora já há algum tempo também, fiquei responsável pelo recrutamento e seleção dos doze alunos para a equipa masculina e feminina. Embora se tenha realizado essa seleção,

alguns alunos facilitaram esse processo não tendo comparecido aos treinos de captação e ficando logo excluídos a partir daí. Na equipa feminina, praticamente todas as alunas praticavam ou tinham praticado a modalidade, o que por um lado era bom, porque tínhamos alguma qualidade, mas por outro, tornou a triagem mais difícil. Já na equipa masculina, tivemos pouca adesão o que me levou a encontrar outras opções e recursos e, por esse motivo, levei mais de metade da minha TR que, por sinal, pratica relativamente bem qualquer modalidade.

Com os vinte e quatro alunos selecionados, chegou o dia da competição. Sem grande expectativa em relação a resultados, decidimos entre o grupo de professores/treinadores que eu ficaria com a equipa feminina, que estava mais organizada, e o outro professor ficaria com a equipa masculina, sendo que o terceiro professor nos estaria a dar apoio, caso necessário.

Os jogos correram bastante bem, as nossas equipas portaram-se lindamente e, surpreendentemente, conseguimos conquistar um terceiro lugar no feminino e um segundo lugar no masculino. Dadas todas as circunstâncias e adversidades que enfrentamos, penso que as nossas equipas estiveram à altura dos desafios e a equipa masculina, particularmente, superou-se (mais de metade da equipa eram atletas federados de outras modalidades, nomeadamente futebol), o que me encheu de orgulho por serem “os meus meninos” e por eu mesma ter sido responsável pela sua seleção.

Concluída esta semana, considero que foi um dos momentos auge do meu ano na escola, não só por ter corrido bem em termos de resultados, mas por toda a relação que criei com os alunos, que alguns nunca tinha visto até então na escola. Pela primeira vez, também, estive sem “a alçada” do meu PC o que me permitiu provar que, apesar do acompanhamento importantíssimo dele, eu podia ser independente e

competente. Também, pude fortalecer laços, mais uma vez, com os meus pares, neste caso, aqueles professores do GEF que estiveram comigo no voleibol.

Como aluna já adorava os interescolas, tendo participado todos os anos em que frequentei a escola. Porém obtive agora uma perspetiva diferente, como professora, mas a ótica continua muito positiva. Reconheço que esta semana é muito importante para a dinamização das escolas, para a formação dos alunos e para a divulgação do desporto e da atividade física.

“Estou muito feliz. Ainda bem que tive esta oportunidade.

Estou com um orgulho que quase não me cabe no peito.

Nunca senti nenhuma pressão em apresentar resultados, mas tê-los no único ano em que possivelmente estarei na escola deixa-me com uma certa vaidade. Quando era aluna adorava os interescolas, pensei que como professora o entusiasmo pudesse diminuir, mas para surpresa minha, isso não aconteceu.”

DB, 07 de maio de 2022

4.2.8. Organização do Interescolas Atletismo

No dia 5 de maio, o GEF do AESH ficou responsável por organizar o Interescolas da modalidade de Atletismo. Para tal, foi necessário a participação de todos os professores do GEF, alguns alunos dos CPTD, auxiliares de ação educativa “desportiva” (a “nossa” Dona Paula) e alguns funcionários do espaço onde foi organizado o evento –Complexo Desportivo da Bateria. Uma vez que o nosso AESH já organizou por várias vezes esta atividade, já tinham todo o processo muito automatizado, o que facilitou a gestão de tarefas e todo sistema de organização.

Inicialmente, foram atribuídas as várias tarefas e modalidades dentro do atletismo a todos os professores e, a partir daí, tudo se tornou mais fácil. Também temos no nosso AESH uma treinadora da modalidade que também levou um familiar e com isso ganhamos dois elementos importantíssimos na organização.

No dia do evento, na parte da manhã, todos os intervenientes da organização tiveram que se apresentar bem cedo para dar início às montagens e preparação de todo o material que seria necessário. Este momento para mim foi muito elucidativo da importância do trabalho em equipa e do quão essencial é ter um GEF coeso e trabalhador, por outras palavras “que reme sempre para o mesmo lado”.

Na parte da tarde começaram a chegar as escolas e respetivos professores e aí pude compreender a relevância e o impacto de uma boa gestão e organização de evento. Claramente, toda a gente à minha volta já sabia com o que contar e notava-se bem a estaleca que já tinham de outros anos. O que para mim foi um alívio, pois só tive de praticamente seguir ordens.

Aos meus olhos penso que a organização do Interescolas Atletismo foi bastante bem conseguida. Claro que existiram

algumas falhas, mas que facilmente foram contornadas e resolvidas e a influência sobre as provas foi mínima.

Pela segunda vez, pude também conviver com professores de outras escolas e observar diferentes “culturas escolares” dentro do Concelho de Matosinhos, o que torna cada escola única.

“Mais uma vez pude demonstrar o meu trabalho e empenho fora da rotina habitual das aulas e consegui novamente dar resposta às necessidades da minha comunidade escolar...

Gostei particularmente de ter convivido com outros professores, de outras escolas, e compreender que cada escola tem a sua forma de ser e estar, dentro da grande área que é o desporto...

Pude também fortalecer repetidamente os laços de companheirismo e trabalho com os meus pares, o que me permite a cada dia que passa ser ainda melhor profissional e pessoa.”

DB, 05 de maio de 2022

4.2.9. Referencial para a Saúde: Construção de Ferramenta de Apoio

Durante este ano escolar, mais do que exercer funções práticas de docência, importava deixar a marca na escola e na sua comunidade e contribuir de forma positiva para as mesmas.

Uma vez que o nosso PC, além de ser o professor titular de cada TR de cada EE, desempenha outras funções na escola, nomeadamente dentro da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, ao qual exercia as funções de coordenador da equipa responsável pela Estratégia de Educação para a Cidadania da Escola. Foi-nos proposto, pelo mesmo, um contributo para esta disciplina e para os professores que a lecionam.

Assim sendo, cada EE do NE ficou responsável por desenvolver uma apresentação relativa ao tema “Educação para a Saúde”, inerente ao “currículo” desta disciplina. Os temas tratados dentro do principal foram: alimentação saudável, atividade física e atividade desportiva para crianças e jovens.

O tema que ficou ao meu encargo foi da atividade física em crianças e jovens para o 2º ciclo. Para isso realizei uma apresentação muito simples, com pouca informação, mas pertinente. Baseei-me nas recomendações da Organização Mundial da Saúde e dei alguns exemplos de práticas que devem ser cumpridas.

Este trabalho permitiu-me, mais uma vez, colaborar com e para a escola, deixando o meu nome “gravado” numa passagem temporária pela mesma. Esse era o meu desejo desde o início.

4.2.10. Visita de Estudo ao Estádio do Mar

No dia 18 de maio, a minha TR dirigiu-se, juntamente com os respetivos professores, ao Estádio do Mar em Matosinhos, a convite do Departamento de Marketing e Comunicação do Leixões Sport Clube, que outrora já tinha realizado outras atividades com a ESSH.

O objetivo desta visita passou por, além de conhecer melhor as instalações e o funcionamento do clube mais emblemático da terra, compreender melhor de que forma é desenvolvido o trabalho do marketing e comunicação num clube (neste caso de segunda divisão nacional). Este convite fez todo o sentido uma vez que iríamos mais tarde lecionar um módulo de "Coaching e Comunicação".

Esta visita de estudo foi a primeira e única que realizei tanto com a minha TR como na escola, pois ainda apanhámos parte das restrições pandémicas e os orçamentos/apoios financeiros para as mesmas também não são grandes. Todavia, esta saída além de só ter durado meio-dia, o que para os alunos e os pais por vezes é um alívio, também não foi necessário qualquer tipo de transporte, o que facilitou bastante toda a logística.

A visita foi muito interessante e eu, que até fui uma atleta da casa, pude conhecer zonas que até então não conhecia. Os alunos, em particular, entusiasmaram-se muito no que à parte futebolística diz respeito (ex. balneário, enfermaria, ginásio...), por ainda se reverem muito no papel de jogador. Só foi pena termos visitado as instalações numa altura de férias para os trabalhadores, pois a época tinha terminado há uma semana. Porém também não sei se teria sido possível fazer a visita numa altura de trabalho diário.

Gostei, particularmente, da parte da apresentação do marketing do clube e do seu funcionamento, antes, durante e

após a época desportiva, embora ache que os alunos não deram o devido valor e essa parte da visita.

Pude ainda verificar que uma saída com uma turma requer bastante burocracia e, ao mesmo tempo, bastante responsabilidade, pois se algo de mal acontecer, o professor fica com esse registo no seu currículo, além claro, do peso de consciência. Daí a maior parte dos professores não ser grande adepto de visitas de estudo, a meu ver.

Numa apreciação global, penso que a visita correu bem, os alunos retiraram algum partido da mesma, mesmo que não tenha ido propriamente ao encontro dos objetivos da mesma e mais uma vez serviu para fortalecer a minha relação com a turma.



*Figura 14- Visita da Escola Secundária da Senhora da Hora ao Estádio do Mar
Fonte: Instagram "Leixões Sport Clube- Futebol, SAD"*

4.2.11. Sessões de Tutoria

Com o aproximar do término das aulas, alguns alunos mais velhos e das turmas do segundo e terceiro ano do CPTD vieram à minha procura, pedir-me auxílio para concluírem alguns módulos que tinham em atraso, nomeadamente da disciplina na qual me encontrava a lecionar ao primeiro ano (relembro que para terminarem o curso profissional e ficar com a habilitação do 12º ano concluída, os alunos necessitam de ter uma classificação igual ou superior a dez valores, em todos os módulos, durante os três anos).

Não hesitei em dizer que sim, pois além de ter apenas uma turma à minha responsabilidade, era professora da escola e sentia-me no direito de assistir, apoiar, qualquer aluno que necessitasse. Obviamente, tenho todo o gosto em fazê-lo.

Realizei sessões de tutoria no sentido de compreender, em primeiro lugar, o que estava em falta para a conclusão do módulo e, de seguida, organizar um plano de tarefas para a concretização dos trabalhos e, por fim, orientar os trabalhos com esses mesmos alunos. Se corresse tudo bem, finalizariam o módulo com sucesso e no caso dos alunos do terceiro ano, que só tinham a minha disciplina para trás, concluiriam o ensino secundário.

Este tipo de sessão deixou-me extremamente satisfeita e ao mesmo tempo realizada, por um lado ser alguém que os alunos reconheceram e recorreram como auxílio, por outro, por conseguir ajudá-los a chegar um bocadinho mais próximo do sucesso e da conclusão de módulo, no caso de alguns, e de ciclo de estudos (Ensino Secundário), no caso de outros.

“Fiquei bastante surpreendida quando o aluno R me abordou pedindo-me auxílio para a conclusão da minha disciplina. “Arregacei logo as mangas” e demonstrei-lhe a

confiança e motivação que ele necessitava para fechar mais um capítulo."

DB, 23 de março de 2022

"Não contava voltar a ter alunos a pedir-me ajuda, mas parece que a primeira vez teve resultado.

O caso deste aluno é mais complicado pois existem desentendimentos passados entre ele e o meu PC..."

DB, 01 de junho de 2022

"Dado o historial que existe por trás do aluno L, decidi em primeiro lugar falar com o meu PC para que não pensasse que estou a agir nas suas costas.

Posteriormente encontrei-me com o aluno L e convenci-o (embora me tivesse oferecido uma certa resistência) a ir falar com o meu PC, esclarecer a situação, pedindo desculpas pelas situações passadas e demonstrando vontade em começar de novo.

Fiquei feliz por ter resultado. Agora é "pôr mãos à obra" e organizar trabalho..."

DB, 08 de junho de 2022

Após o suposto término do meu trabalho na escola, dando já eu como adquirida a finalização do meu percurso na mesma, deparo-me com uma chamada de emergência. Há alunos do terceiro ano que necessitam de realizar um exame final para a conclusão do ensino secundário.

Foi aí que entrei novamente em ação ao dar aulas de preparação para o exame a estes alunos. Como esta matéria eles já a tinham dado há dois anos atrás e dado o perfil de alunos que tinha à frente, sabia que sozinhos não teriam hipótese de o conseguir, até porque um exame final implica um nível de exigência e dificuldade maior.

Além dessa questão, ainda contribuí para a elaboração do exame final deste ano e, por esse motivo, penso que era a pessoa certa para a tarefa em questão. De frisar que o meu PC também pediu a minha colaboração para a correção dos mesmos, tarefa para a qual me disponibilizei de imediato também.

"Mais um aluno a pedir-me apoio. Obviamente não poderia dizer que não. O meu PC está preocupado pois teoricamente já terminei o estágio, mas isso pouco me importa. Não posso virar as costas à escola e à sua comunidade quando me deram tudo durante o ano. Disse ao meu PC: Claro que o W terá a minha ajuda! Não faria sentido de outra forma. O meu trabalho aqui ainda não terminou."

DB, 19 de julho de 2022

4.2.12. Reuniões

Foram várias as reuniões das quais fiz parte ao longo do ano. Todas elas me demonstraram diversas perspectivas dentro da escola, desde questões referentes à sua organização até ao seu conteúdo. Partindo de uma perspectiva macro para micro, estive presente nas seguintes tipologias de reunião: Departamento de Expressões e Tecnologias (que envolvia os diferentes grupos disciplinares); Grupo Disciplinar (onde estavam presentes todos os professores de EF do AESH); CP (onde participavam todos os professores que possuíam turmas dos CP); Conselho de Turma (todos os professores de uma turma em específico reuniam); por fim Núcleo de Estágio (composta pelos três EE e o PC), sendo esta algo não formal em termos de regulamento escolar, mas que acontecia todas as semanas, no mínimo uma vez.

Umas das tarefas importantes, associadas às reuniões, são as atas, que no fundo são um registo físico que contém os aspetos fundamentais tratados em cada reunião. Este registo, apesar de ser uma tarefa burocrática maçadora, é muito importante para que fique assinalado todo o conteúdo tratado e para que se possa ter uma prova sólida, em caso de necessidade. Nas nossas reuniões de NE era atribuída de forma rotativa a responsabilidade de redigir a ata da reunião pelos EE. Esta tarefa foi-nos atribuída pelo nosso PC, para que de forma menos exigente, pudéssemos ir praticando a realização deste tipo de tarefas e tivéssemos margem/espço de errar, sem colocar em causa outros professores que à PES nada dizem respeito.

Destaco, ainda, neste campo das reuniões, um episódio pessoal que se passou comigo e com o meu PC, quando nos dirigimos à direção da escola, por causa de um aluno da minha TR. O aluno em questão começou desde cedo a revelar comportamentos estranhos e a sua assiduidade nunca foi muito

boa, no fundo alguns sinais de alerta. Falei dessa situação em particular com o meu PC, quando esse meu aluno apareceu na escola com marcas de agressão física e de aparência pouco cuidada (higiene principalmente). O meu PC foi extremamente atencioso e levou-me a tratar da situação. A primeira atuação que realizámos foi consultar o Processo Individual do Aluno, no sentido de encontrar alguma resposta a esta situação. De facto, além de este aluno ter uma família desestruturada, já ter vivido em vários países e apresentava um historial de vida um pouco confuso, estava identificado nas Comissões de Proteção de Crianças e Jovens. Logo, e após o reconhecimento de toda esta informação, dirigimo-nos à Direção da escola no sentido de chamar a atenção para este aluno e no fundo saber se poderíamos fazer algo por ele.

Este caso ficou nas mãos da Direção e nunca mais soube nada a respeito desta situação, contudo este aluno continuou a manifestar os sinais de alerta que eu havia identificado no início (pouca assiduidade, muita dificuldade na escola, escassos cuidados pessoais...).

"Queria muito ajudar o K sem ao mesmo tempo me intrometer muito na vida dele. Fiquei preocupada com a informação que encontrei no PIA, ao mesmo tempo batia tudo certo. Ele não revela um temperamento perigoso, apenas necessita de apoio e orientação. Na direção disseram-me que como ele já ia para a maioridade, dificilmente a CPCJ iria fazer algo. Espero que alguém consiga."

DB, 08 de novembro de 2021

4.3. ÁREA III: Desenvolvimento Profissional

Após quase um ano letivo completo de vivências e experiências, fui-me deparando com algumas situações que me provocaram em certa parte dúvidas e vontade de saber mais. Assim nasceu um projeto, primeiramente apenas na minha cabeça, que viria a auxiliar os presentes e futuros professores dos CP. Se para mim os meus alunos foram tão especiais e me deram tanto, eu não poderia vir embora sem lhes deixar algo que pudesse beneficiá-los a eles e a futuras gerações de CP (espero eu). Assim sendo, surgiu a oportunidade de pegar numa questão/ problema proveniente da prática e tentar perceber a sua causa e que soluções podem ser apontadas para o mesmo.

Para tal tentei identificar e situar a problemática, perceber a sua causa e por fim tentar chegar a uma conclusão e sugestão de melhoria.

**METODOLOGIAS E ESTRATÉGIAS DE ENSINO APLICADAS AOS CURSOS
PROFISSIONAIS DE TÉCNICO DE DESPORTO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
DA SENHORA DA HORA: ANÁLISE E SUGESTÕES DE MELHORIA**

RESUMO

O presente projeto de investigação tem como objetivo compreender a perspetiva do aluno em relação às abordagens e às metodologias utilizadas no ensino dos Cursos Profissionais de Técnico de Desporto (CPTD) da Escola Secundária da Senhora da Hora (ESSH). Neste estudo participaram duas turmas do ensino secundário da via profissional, uma de décimo ano, constituída por vinte e três alunos, três de sexo feminino (13%) e vinte de sexo masculino (87%), e a outra de décimo segundo ano, formada por treze alunos, dois do sexo feminino (15,4%) e onze do sexo masculino (84,6%). A média de idades dos alunos era 17 anos. A recolha dos dados foi realizada em apenas um momento, no final do ano letivo, através da aplicação de um questionário *online*, pela ferramenta *Google Forms*, que permitiu a obtenção de resultados de forma simples e objetiva. O questionário foi composto por vinte e três perguntas de diferentes formatos, onde primeiramente visavam a construção e interpretação de um perfil de uma turma do CPTD da ESSH e, seguidamente, uma aprofundação acerca do tema a ser estudado. A apresentação dos resultados demonstramos que os alunos se encontram relativamente satisfeitos com o CPTD, contudo existem aspetos a serem melhorados, nomeadamente a nível de estratégias e metodologias de ensino.

PALAVRAS-CHAVE: ENSINO PROFISSIONAL; DESPORTO; MÉTODOS DE ENSINO; OPERACIONALIZAÇÃO DE ENSINO.

ABSTRACT

The present research project aims to understand the student's perspective on the approaches and methodologies used in the teaching of the Professional Sports Technician Courses (PSTC) at Senhora da Hora High School (ESSH). Two secondary vocational classes participated in this study, a tenth-grade class consisting of twenty-three students, three of them female (13%) and twenty male (87%), and a twelfth-grade class consisting of thirteen students, two of them female (15.4%) and eleven male (84.6). the average age of the students was 17 years old. Data collection was carried out in a single moment, at the end of the school year, through the application of an online survey, by the Google Forms tool, which allowed obtaining results in a simple yet objective way. The survey was constituted by twenty-three questions of different formats, which first aimed at building and interpreting a profile of a CPTD class at ESSH and then a deeper understanding of the subject to be studied. The presentation of the results shows us that the students are relatively satisfied with CPTD, however there are aspects that need to be improved, particularly in terms of teaching strategies and methodologies.

KEYWORDS: PROFESSIONAL EDUCATION; SPORT; TEACHING METHODS; TEACHING OPERATIONALIZATION.

1. INTRODUÇÃO

No âmbito da PES e de toda a sua organização e aplicação ao contexto escolar, surge uma vertente associada à investigação que atende a outras preocupações e necessidades do docente, da sua construção de identidade profissional e desenvolvimento da sua prática pedagógica.

No seguimento das Normas Orientadoras da Unidade Curricular Estágio segue-se a última área, designada de área de desenvolvimento profissional, onde o EE desenvolve um trabalho paralelo à sua prática pedagógica diária, em que identifica uma problemática associada ao seu contexto profissional e vai em busca de soluções para a resolução das mesmas.

Neste caso em particular, a problemática encontrada diz respeito aos CPTD e à questão da motivação, envolvência dos alunos nestes CP.

O panorama nacional mostra-nos que os CP ainda são alvo de muito preconceito e desacreditação por parte da sociedade e até mesmo da comunidade escolar. Não são vistos como uma via futura viável no desenvolvimento íntegro do aluno e por esse motivo está marcado como uma via menos apta de formação (uma espécie de alternativa para os que não conseguem ter sucesso na via "normal"). Como descreve Azevedo (2010, p. 27) "Há muitas escolas secundárias que estão a fazer um bom aproveitamento desta oportunidade de ampliação das suas ofertas educativas. Mas uma grande parte está, com os cursos profissionais que lhes impuseram, a criar "caixotes do lixo" para onde empurra os adolescentes e jovens com maiores dificuldades de aproveitamento escolar até ao 9º ano".

A minha experiência ao longo deste ano letivo, demonstrou-me que existe potencial nestes alunos e nas escolas e que esta perspetiva de "despejo de alunos" é completamente errada, entendi ser importante aprofundar mais

esta problemática inquirindo aqueles diretamente beneficiam desta via. Mais concretamente pretendia perceber como os CPTD são vistos pelos que os escolhem, frequentam e como pensam que se poderia melhorar esta formação, por forma a aumentar níveis de motivação e envolvimento dos alunos, auxiliando a assim os docentes na busca dos métodos de ensino mais adequados a estes contextos.

2. OBJETIVO GERAL

Este projeto de investigação tem como objetivo compreender a perspetiva do aluno em relação às abordagens e às metodologias utilizadas no ensino dos CPTD da ESSH, e assim fornecer à escola e ao grupo de docentes que lecionam estes CP algumas sugestões de melhoria e/ou introduzir novas estratégias e alguma inovação na planificação e conteúdos de ensino a privilegiar.

2.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Neste estudo pretendo primeiramente caracterizar os estudantes do CPTD, seguidamente procuro aprofundar temáticas como a avaliação e as estratégias, estilos e modelos de ensino associados às aulas, de forma a aumentar os níveis de motivação, envolvência e aprendizagem dos alunos e, assim, conseguir encontrar alguma informação pertinente que me permita deixar conhecimento útil aos professores que lecionam os CPTD. Analiso, ainda, algumas sugestões de melhoria que os alunos identificam, para que futuramente possam existir alguns ajustes nas planificações do curso.

O motivo pelo qual seleciono apenas duas turmas e de patamares completamente diferentes, passa por percecionar diferentes perspetivas (uma à entrada do curso e outra à saída) e compreender se existem diferenças significativas entre as mesmas.

Basicamente espero conseguir informação pertinente e suficiente, que possibilite mudanças futuras benéficas para os alunos desta escola.

3. JUSTIFICAÇÃO

Dado que a existência dos CP no AESH (particularmente dos CPTD) é recente, e com base nas minhas vivências durante o este ano letivo, contemplei na problemática aqui em análise uma oportunidade de oferecer algo mais à escola. Por esse motivo, abracei a ideia de tentar melhorar o funcionamento e estrutura dos CPTD, mais concretamente ao que às aulas diz respeito, desde metodologias a estratégias de ensino à questão da avaliação.

Esta ideia/problemática surgiu a partir da minha PES e do meu dia a dia com os alunos e com o CPTD, em particular da disciplina teórica que lecionei.

Este estudo surge como uma oportunidade que permitirá que no futuro os alunos possam aumentar os seus níveis de envolvimento e motivação nas aulas (especialmente nas aulas teóricas), contribuindo assim para uma formação mais eficaz e com maior qualidade dos CP, particularmente do CPTD na ESSH. Também possibilitará auxiliar os atuais professores e futuros professores dos CP com algumas sugestões de métodos e estratégias que resultam melhor com este padrão de alunos.

O ideal seria encontrar um equilíbrio entre aquilo que os alunos mais gostam e o que mais os motiva e aquilo que eles necessitam para se formarem e adquirirem o melhor conhecimento possível.

Os CP surgiram no ano de 1989 quando foi publicado um decreto de lei que deu início à existência dos CP em Portugal (D.L 26/89 de 21/1). O grande objetivo desta via de ensino é qualificar profissionalmente os alunos para que estes possam facilmente integrar o mercado de trabalho com as mínimas qualificações. Segundo Moreira & Santos (2016, p. 4) “o que leva um jovem a inscrever-se num Curso Profissional é o facto de considerar que facilita a sua entrada no mercado de trabalho, considerando que esta modalidade de formação o

prepara adequadamente para a sua vida profissional”, o que para mim tornou este projeto de investigação ainda mais pertinente. Pacheco (2014, p. 117) reforça esta ideia, retratando a realidade atual, ao referir que os estudantes identificam a “importância na obtenção de uma maior certificação e qualificação face às crescentes mutações do mercado de trabalho”. Azevedo (2010, p. 26) acrescenta que os CP “contribuem para a motivação e para a realização pessoal de muitos milhares de jovens portugueses”.

Partindo de todas estas ideias como referências e consolidando com as minhas vivências durante todo o ano letivo, resolvi contribuir para o desenvolvimento e afirmação destes cursos e dar-lhes um pouco mais de legitimidade, principalmente perante a comunidade escolar.

4. METODOLOGIA DO ESTUDO

Este projeto de investigação designa-se de “Estudo de Caso” caracterizado como uma ferramenta de investigação que permite compreender o modo de funcionamento das escolas, com o objetivo de justificar decisões que visam a sua melhoria, através da recolha de informação (Morgado, 2012). Para Duarte (2008, p. 114), “o Estudo de Caso pode constituir um interessante modo de pesquisa para a prática Docente, incluindo investigação de cada Professor nas suas aulas”.

Neste modelo de investigação não deve ser seguida uma abordagem somente descritiva. É igualmente importante analisar e refletir os maiores e variados aspetos e contextos da realidade, relacionados com o grande objetivo da investigação, indo ao verdadeiro encontro das respostas às problemáticas da escola, dos alunos e neste caso dos CPTD e das suas estratégias, estilos e modelos de ensino (Teixeira, 2021).

Yin (2005) salienta a importância dos Estudos de Caso, alegando que os mesmos devem ser utilizados quando se trabalha com condições específicas num contexto (exemplo: a escola), crendo que essas mesmas condições podem ser relevantes na investigação e consequentemente na prática pedagógica.

4.1. Instrumento de Recolha de Dados

Para a elaboração deste projeto de investigação analisei outros estudos semelhantes e fui retirando algumas ideias de cada um deles (Mendes, 2009; Neves, 2012; Pacheco, 2014; Teixeira, 2021). Além do mais, contei com o apoio do meu PC e PO que me auxiliaram na elaboração do questionário e na aplicação do mesmo.

Inicialmente elaborei várias questões que entendia pertinentes para estudar a problemática em questão, reunindo

assim o maior número de perguntas possível. Seguidamente passei para uma fase de “filtragem”, onde contei com o apoio do meu PC e PO, e onde foram analisadas algumas características, tais como, a questão do português, a forma da pergunta (tipo de pergunta, tipo de respostas) e a interpretação das mesmas. Após a seleção das perguntas, análise completa do questionário, e da autorização de ambos os Professores, avancei para o próximo passo: construção do questionário na plataforma oficial de resposta.

Para este estudo a ferramenta utilizada para a recolha de dados foi o questionário, via *online* através da plataforma *Google Forms* (anexo 8) em apenas um momento. Dessa forma consegui que todo este processo fosse mais simples, organizado e acima de tudo ecológico.

4.2. Procedimentos de Recolha de Dados

Foi elaborado um pré-teste a 10 alunos do CPTD do décimo primeiro ano, que não entraram neste estudo, com o intuito de compreender se existiam lacunas no questionário, se alguma questão suscitava dúvidas ou não estava tão clara ou se acrescentariam algo pertinente em função do objetivo do estudo. Para este fim, no final do preenchimento do questionário, foi pedido a estes alunos realizarem uma reflexão oral acerca das questões anteriormente mencionadas. Não obstante, não foi acrescentada qualquer informação ou correção ao questionário após a realização do pré-teste.

4.3. Participantes

Todos os alunos que fizeram parte do Grupo de Estudo frequentaram o CPTD da ESSH no ano letivo 2021/2022.

O questionário foi aplicado às turmas de décimo e décimo segundo ano do CPTD, em contexto presencial por forma a

prestar todos os esclarecimentos necessários, no caso do surgimento de dúvidas por parte dos alunos.

No total foram selecionados e convidados a responder ao questionário quarenta alunos, vinte e quatro do décimo ano e dezasseis do décimo segundo ano. Apenas trinta e seis responderam efetivamente ao questionário, participando assim no estudo vinte e três do décimo ano e treze do décimo segundo ano.

Relativamente às informações básicas de cada turma da amostra, a turma do décimo ano era constituída por um total de vinte e três alunos, três do sexo feminino (correspondente a 13% do total do grupo estudado) e vinte do sexo masculino (correspondente a 87%). Já a turma do décimo segundo ano era constituída por um total de treze alunos, dois do sexo feminino (correspondente a 15.4%) e onze do sexo masculino (correspondente a 84.6%).

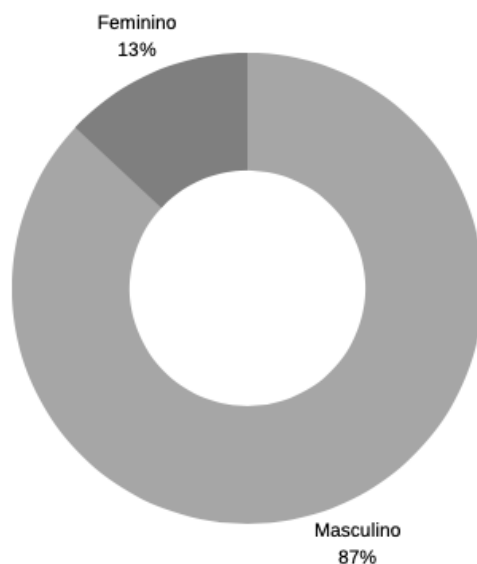


Gráfico 1- Caracterização do grupo de estudo do 10º ano segundo o género

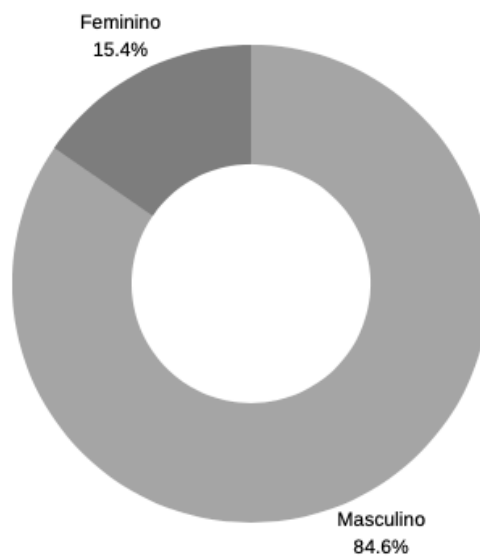


Gráfico 2- Caracterização do grupo de estudo do 12º ano segundo o gênero

Relativamente às idades, a turma do décimo ano do CPTD apresentava idades compreendidas entre os quinze e os dezassete anos (correspondente a uma média de 16 anos). A turma de décimo segundo ano apresentava idades entre os dezassete e os vinte anos (correspondente a uma média de 18.5 anos).

5. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Após a aplicação do questionário foi feita análise e a interpretação dos dados recolhidos. Nas perguntas de resposta aberta foram criadas categorias que permitiram uma análise mais simples e clara dos resultados. Seguidamente irão ser apresentados os resultados para cada questão realizada aos alunos do CPTD. Embora a finalidade deste estudo seja para os CP na sua generalidade, na apresentação dos resultados decidi separar as respostas por turma, pois poderia encontrar alguns resultados díspares e que justificassem melhor algumas conclusões.

No final da exibição dos resultados irei realizar uma síntese que permitirá reunir as ideias principais e conclusões do estudo.

Dando início à apresentação das respostas ao questionário além da exposição de cada questão, irei revelar uma análise estatística simples em formato gráfico que possibilitará compreender facilmente os resultados obtidos.

Em resposta à primeira questão "Gostas do curso profissional que frequentas?", onde procurava compreender o gosto dos alunos pelo curso que frequentavam, obtive uma apreciação global bastante positiva, embora comparando os diferentes níveis de ensino, visualizamos uma manifestação fortemente marcante pela positiva na turma mais nova. Também a existência de uma resposta fortemente negativa na turma do décimo ano é legítima, uma vez que são alunos que estão a iniciar a sua via académica no ensino secundário e que por vezes nem sempre têm uma ideia clara daquilo que querem e gostam. Relativamente à análise estatística, a resposta com maior atribuição de valor (correspondente à avaliação "gosto bastante") manifestou-se de 78.3% do décimo ano para 30.8% do décimo segundo ano. Também na turma do décimo segundo ano existe uma maior variabilidade de resposta, quando comparada

com o décimo ano, o que revela uma maior diversidade de opinião dentro de cada turma. Isso poderá ser explicado pelo facto de terem uma maior vivência do curso e também, por nos seus primeiros dois anos de formação terem sido privados de muitas experiências devido à situação pandémica vivida na altura. Em baixo encontram-se apresentados os gráficos correspondentes a esta análise.

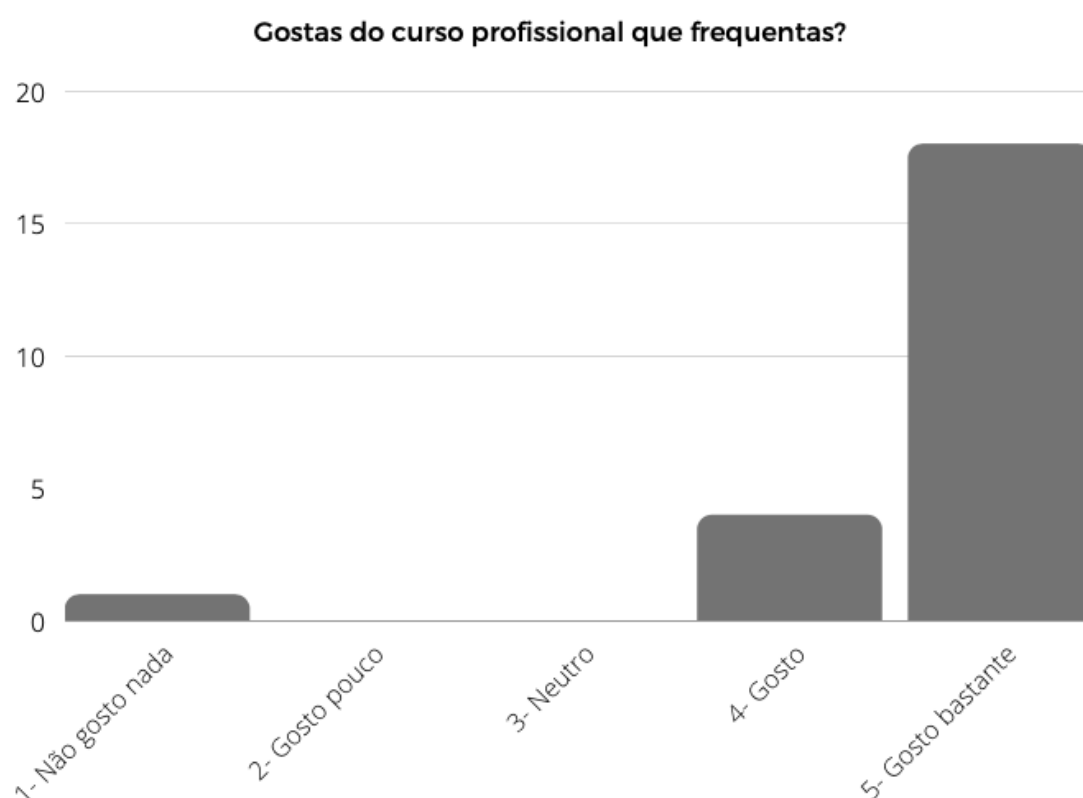


Gráfico 3- Resposta do 10º ano à questão "Gostas do curso profissional de frequentas?"



Gráfico 4- Resposta do 12º ano à questão “Gostas do curso profissional de frequentas?”

Na questão seguinte “O que te levou a escolher esta escola?” procurei obter algumas respostas em relação à escolha da escola para a frequência no CP. Para tornar a análise e respetiva interpretação dos dados mais clara, debrucei-me na criação de um quadro de categorias que me permitiu agrupar as repostas e assim dividir as opções por diferentes razões.

Categorias	Descrição	Exemplos
Localização	A escola encontra-se perto da zona de residência.	“Era perto de casa”
Curso Profissional	Especificidade do curso.	“Tinha desporto”
Influência	Influência de terceiros na escolha do curso.	“Onde iam os meus colegas”

Continuação de Ensino	Por uma questão de facilidade, permaneceu no agrupamento.	"Andava na escola desde o 7º ano"
------------------------------	---	-----------------------------------

Tabela 3- Categorias de respostas à questão "O que te levou a escolher esta escola?"

Após a elaboração da categorização das respostas, foi possível criar um gráfico que representasse as respostas dos alunos a esta questão. Como podemos observar em baixo, existe uma ligeira diferença entre as duas turmas, sendo que o décimo segundo ano na sua maioria elegeu a escola por uma questão de "conforto" associado à localização da mesma (equivalente a 46.2%), já a turma de décimo ano elegeu por uma questão de especialização (47.8%), o que faz sentido uma vez que esta turma possui quase metade dos alunos provenientes de escolas de diferentes concelhos.

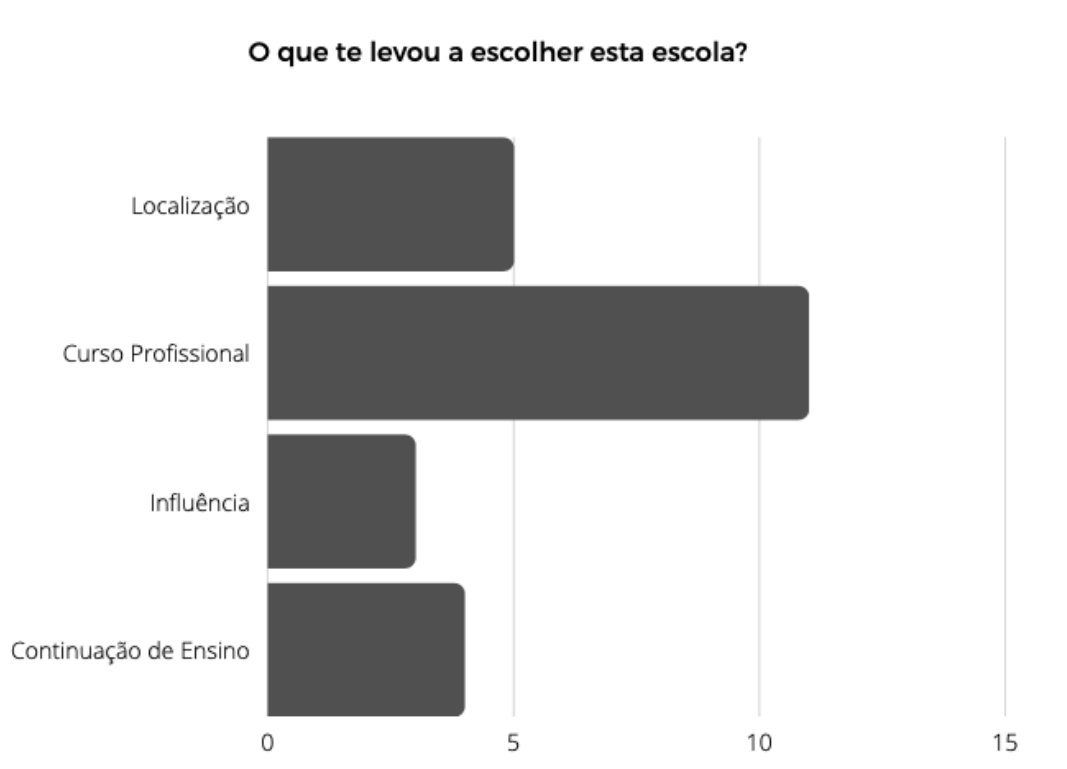


Gráfico 5- Resposta do 10º ano à questão "O que te levou a escolher esta escola?"



Gráfico 6- Resposta do 12º ano à questão “O que te levou a escolher esta escola?”

Na análise e interpretação da terceira questão “Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?” recorri ao mesmo método que na segunda, utilizando novamente um quadro de categorias.

Categorias	Descrição	Exemplos
Completar Ensino Secundário	Alunos que pretendem apenas terminar o ensino secundário.	“Para fazer o décimo segundo”
Gosto pela Área	Especificidade da área em questão.	“Gostar de desporto”
Perspetivas profissionais	Alunos com perspetivas futuras ligadas à área em questão.	“Porque gosto da área do desporto e pretendo trabalhar no mundo de desporto.”

Tabela 4- Categorias de respostas à questão “Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?”

Aqui podemos observar claras semelhanças entre ambas as turmas, onde a predominância de resposta está no gosto pela área de desporto representando 73.9% das respostas no décimo ano e 53,8% no décimo segundo ano. Já a resposta correspondente ao “completar o ensino secundário” é díspar comparando as turmas, sendo que na turma do décimo segundo ano existe uma percentagem maior de alunos com esse objetivo (23.1%).

Qual/ quais o(s) motivo(s) que te levou/ (levaram) a escolher este curso profissional?

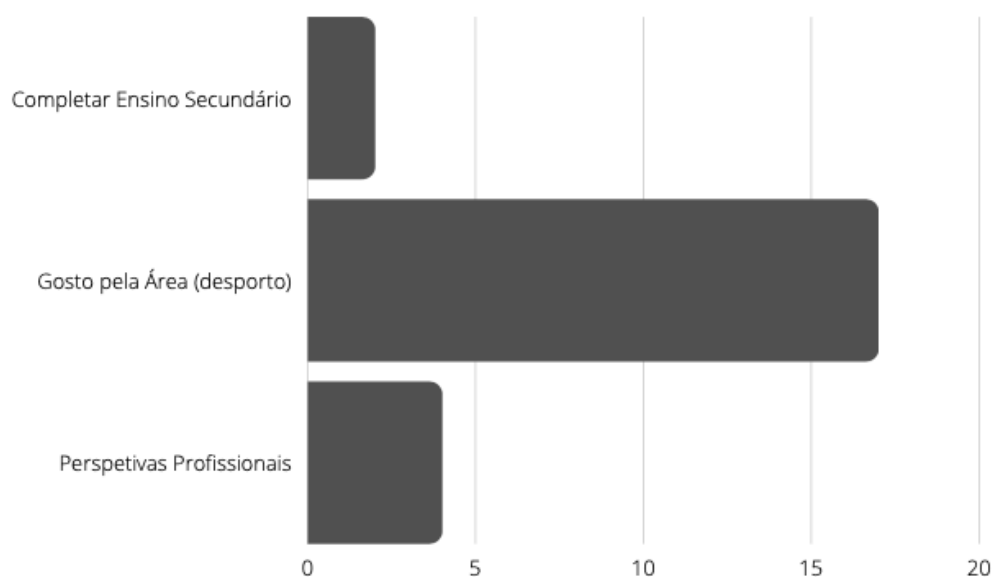


Gráfico 7- Resposta do 10º ano à questão “Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?”

Qual/ quais o(s) motivo(s) que te levou/ (levaram) a escolher este curso profissional?

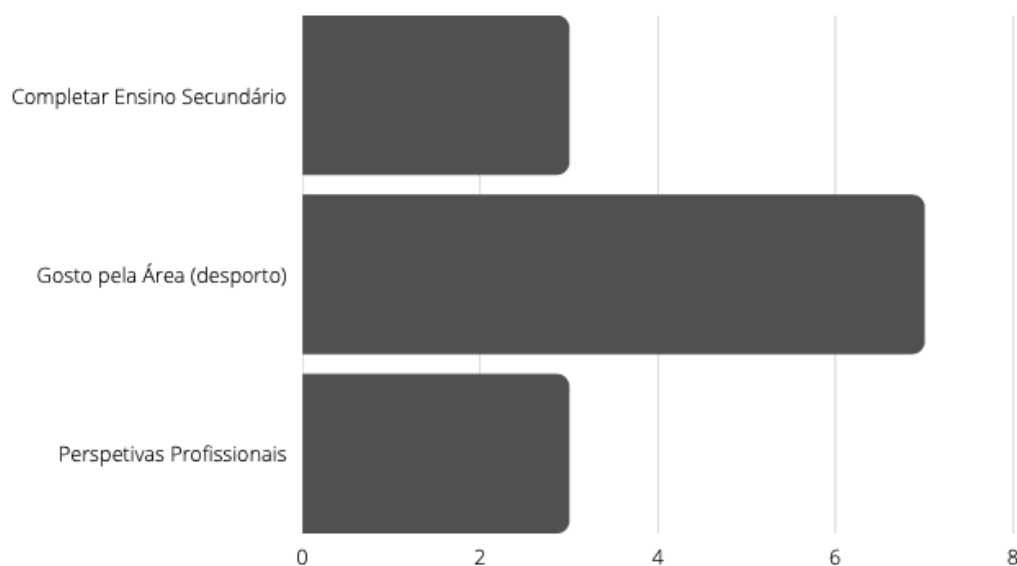


Gráfico 8- Resposta do 12º ano à questão “Qual/quais o(s) motivo(s) que te levou (levaram) escolher este curso profissional?”

Passando à seguinte questão “Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro?” pretendi observar as aspirações futuras dos alunos e comparar esses dados entre as duas turmas.

Como podemos observar no primeiro gráfico relativo à turma do décimo ano, temos uma variedade grande de respostas embora a mais frequente corresponda à questão de “ser atleta profissional” com 34.5% de predominância.

Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)

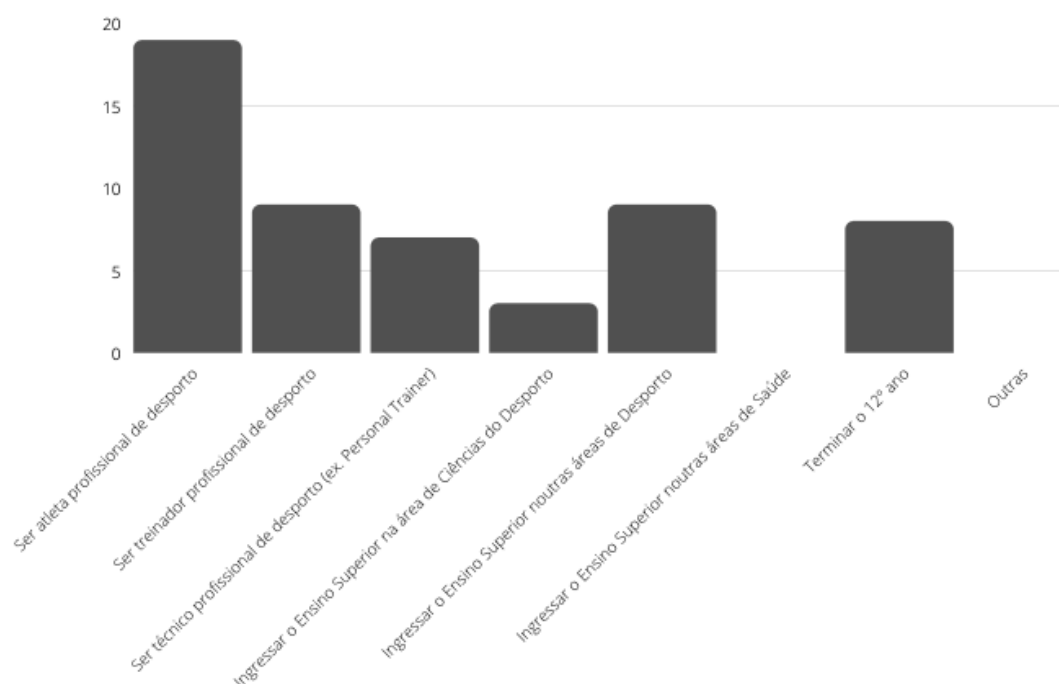


Gráfico 9– Resposta do 10º ano à questão “Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)”

À semelhança da turma mais nova, também o décimo segundo ano tem como maior número de resposta o “ser atleta profissional” correspondente a 32% da amostra. A resposta de “ser técnico profissional de desporto” também teve alguma seleção, correspondente a 20%, possivelmente por estes alunos já terem vivenciado através da disciplina de estágio curricular parte dessa profissão. O que torna interessante esta questão.

Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)

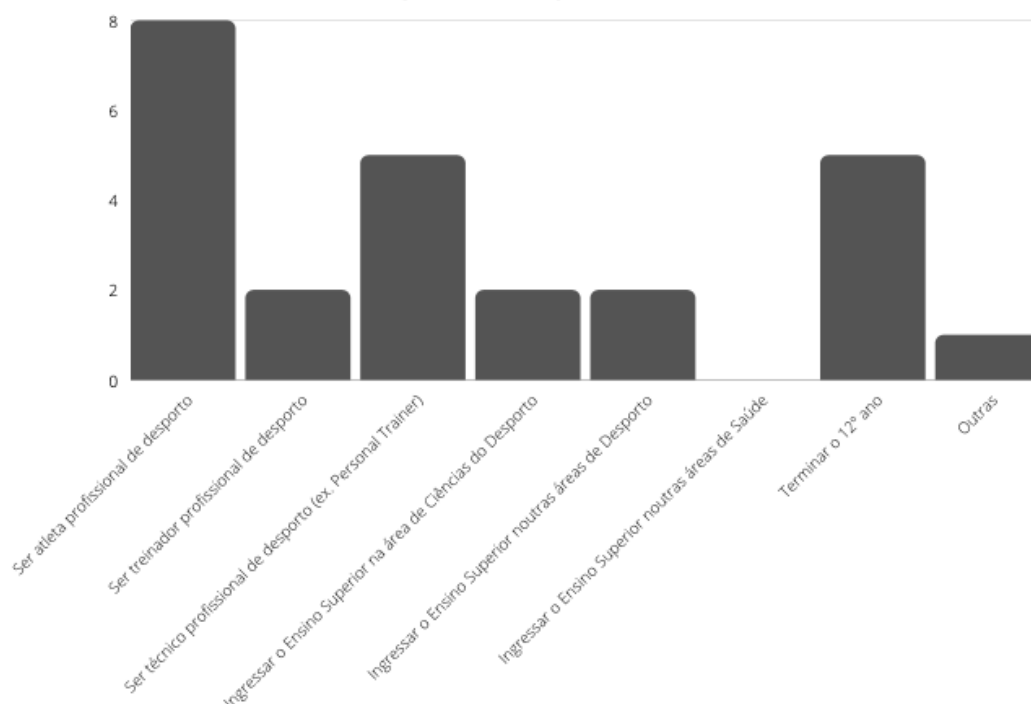


Gráfico 10- Resposta do 12º ano à questão “Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta)”

Na questão seguinte “Qual o grau de satisfação com o curso profissional que frequentas?” pretendi avaliar de forma exata o quão satisfeitos se encontravam com o CP que frequentavam. E a partir desta questão, procurei aprofundar mais o objetivo principal deste estudo.

Como é possível verificar no gráfico acima representado a maioria dos alunos de ambas as turmas encontra-se na categoria de “satisfeito” (correspondente a 47.8% no décimo ano e 69.2% no décimo segundo). Existe ainda, uma expressividade claramente positiva na turma de décimo ano correspondente à categoria de “totalmente satisfeito” (correspondente a 47.8% da amostra).

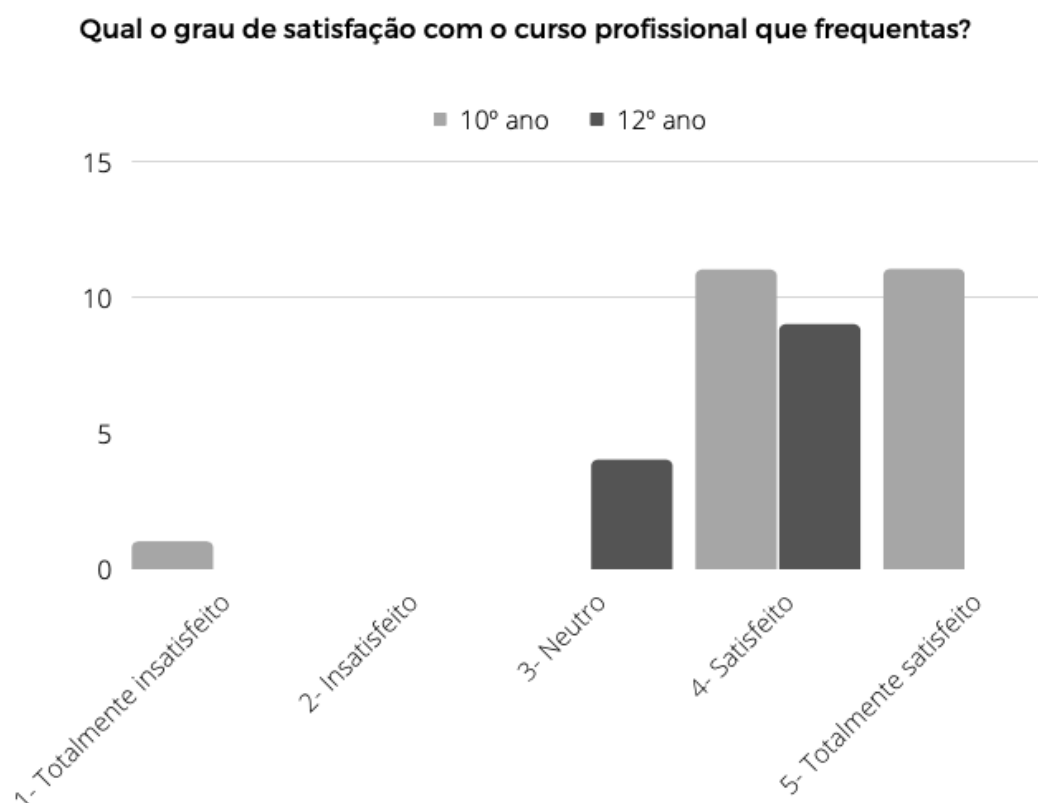


Gráfico 11- Resposta dos alunos à questão “Qual o grau de satisfação com o curso profissional que frequentas?”

Posteriormente foi questionado aos alunos “O que mais gostas no curso profissional que frequentas?”. Para a análise e apresentação dos resultados à semelhança de questões anteriores, utilizei primeiramente o quadro de categorização para agrupar as respostas dadas pelos alunos e só depois passei para a construção dos gráficos de interpretação.

Categorias	Descrição	Exemplos
Aulas práticas	As aulas práticas inerentes ao curso.	"Aulas práticas"
Conteúdos programáticos	As disciplinas específicas do curso.	"As matérias que o diferenciam"
Estágio	Estágio curricular.	"Estágio"
Turma	Os colegas do curso.	"Os meus colegas"
Docentes	Os professores do curso.	"Professores"
Tudo	Não especificaram nada em concreto revelando um gosto por inteiro.	"Tudo"

Tabela 5- Categorias de respostas à questão "O que mais gostas no curso profissional que frequentas?"

Como podemos observar nos gráficos em baixo apresentados, temos mais uma vez uma visão muito mais positiva da turma do décimo ano, onde 13% da amostra revela gostar de "tudo" e por isso manifestam uma grande satisfação pelo curso. Embora exista uma certa diversidade nas respostas das duas turmas, ambas revelam a categoria de "aulas práticas" como a mais predominante (correspondente a 60.9% de respostas no décimo ano e 69.2% no décimo segundo).

O que mais gostas no curso profissional que frequentas?

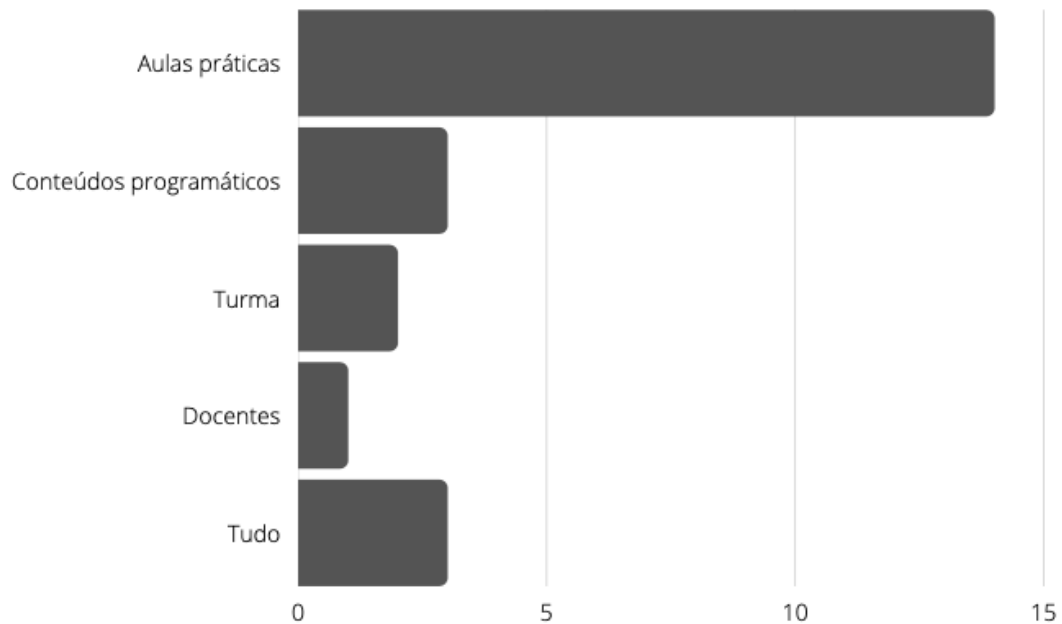


Gráfico 12– Resposta do 10º ano à questão “O que mais gostas no curso profissional que frequentas?”

O que mais gostas no curso profissional que frequentas?

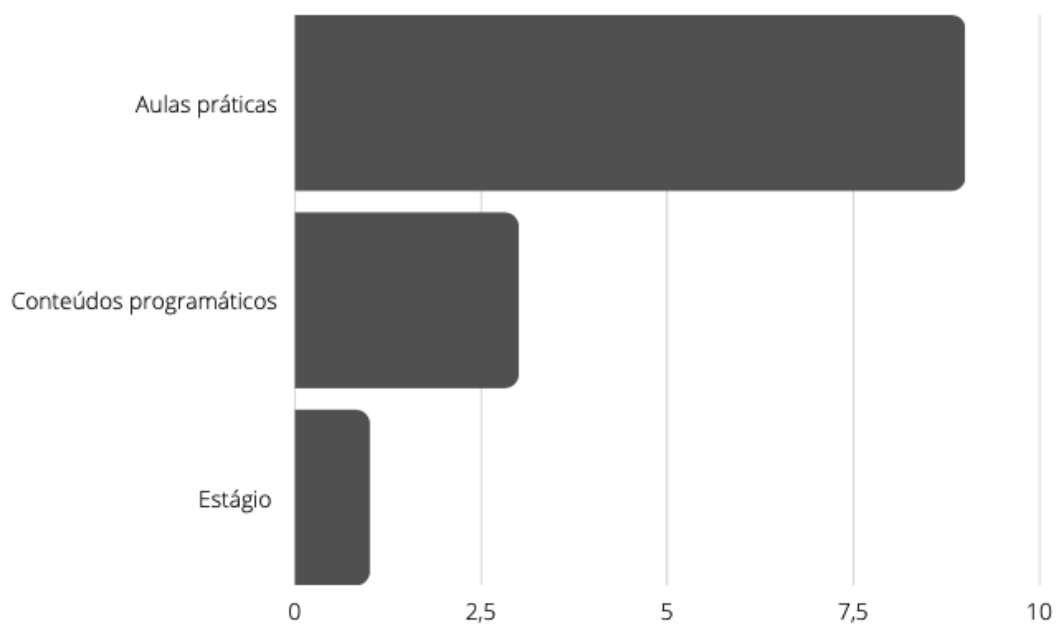


Gráfico 13– Resposta do 12º ano à questão “O que mais gostas no curso profissional que frequentas?”

Na seguinte questão tentava compreender o quanto cada aluno gostava das diferentes tipologias de aula através da questão “Numa escala de 1 a 5, classifica o quanto gostas de cada tipologia de aula”. Nesta pergunta os alunos tinham de classificar cada tipologia, pois o próprio curso é constituído pelas três (prática, teórica e teórico-prática).

Como podemos analisar no gráfico em baixo e como seria expetável as tipologias com maior pontuação são as práticas e teórico-práticas. Para esta análise foi feita a média por tipologia e por turma, resultando nos seguintes valores para o décimo e décimo segundo ano respetivamente: aulas práticas 4.7 e 4.3; aulas teóricas 3.8 e 3; aulas teórico-práticas 4.3 e 3.5.

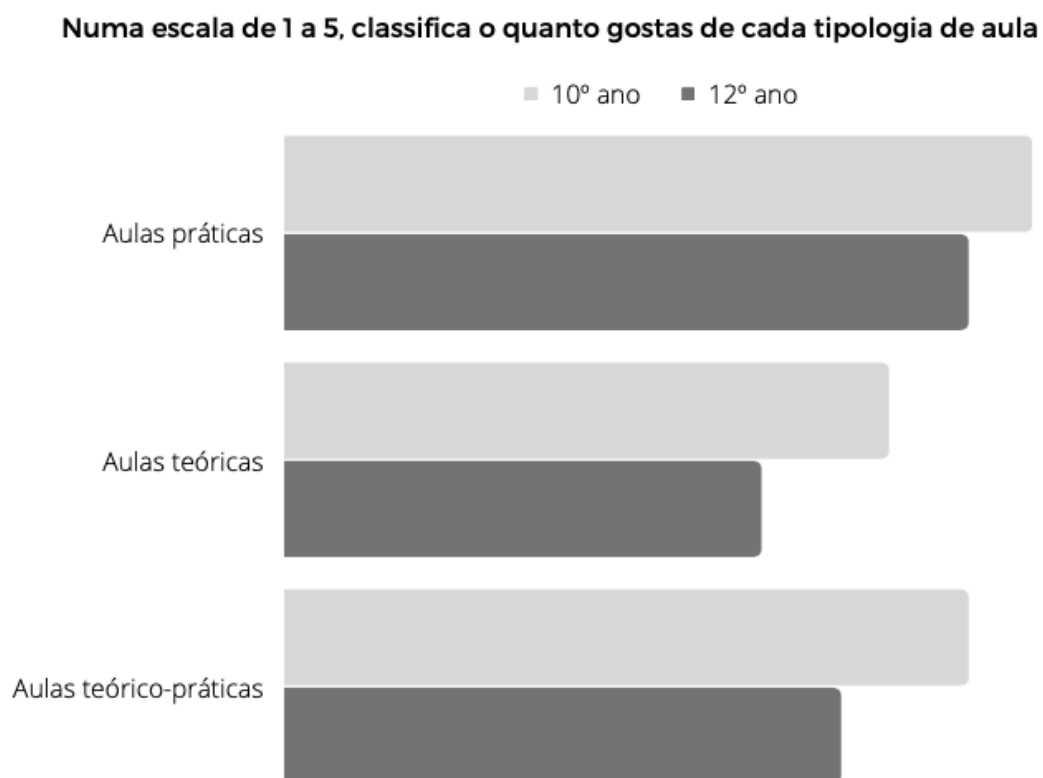


Gráfico 14- Resposta dos alunos à questão “Numa escala de 1 a 5, classifica o quanto gostas de cada tipologia de aula”.

Partindo agora para um foco maior na avaliação e nas formas da sua realização, nomeadamente no que às disciplinas teóricas dizem respeito, decidi elaborar a seguinte questão: “Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de: (podes assinalar mais do que uma resposta)”.

Os resultados obtidos foram semelhantes para ambas as turmas onde cerca de 66.7% da amostra do décimo e 64.3% do décimo segundo ano declaram que preferem que seja feita através de trabalhos práticos e 29.6% e 21.4% respetivamente, por intermédio de trabalhos teóricos. Apenas no que diz respeito à categoria dos testes escritos é que existe alguma diferença nas percentagens, sendo que apenas 3.7% do décimo ano prefere os testes e o número aumenta no décimo segundo para 14.3%. Esta questão poderia ser algo a ser aprofundado no futuro, tentando compreender melhor qual a perspetiva real do aluno em relação à avaliação teórica através de uma prova escrita.

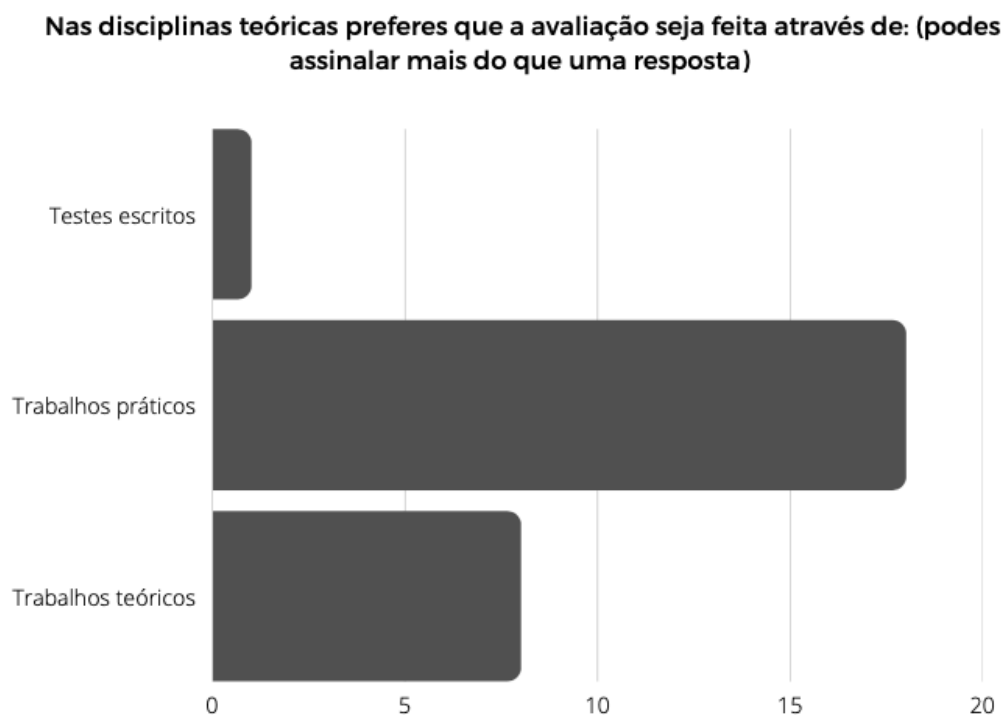


Gráfico 15- Resposta do 10º ano à questão “Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de:”

Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de: (podes assinalar mais do que uma resposta)

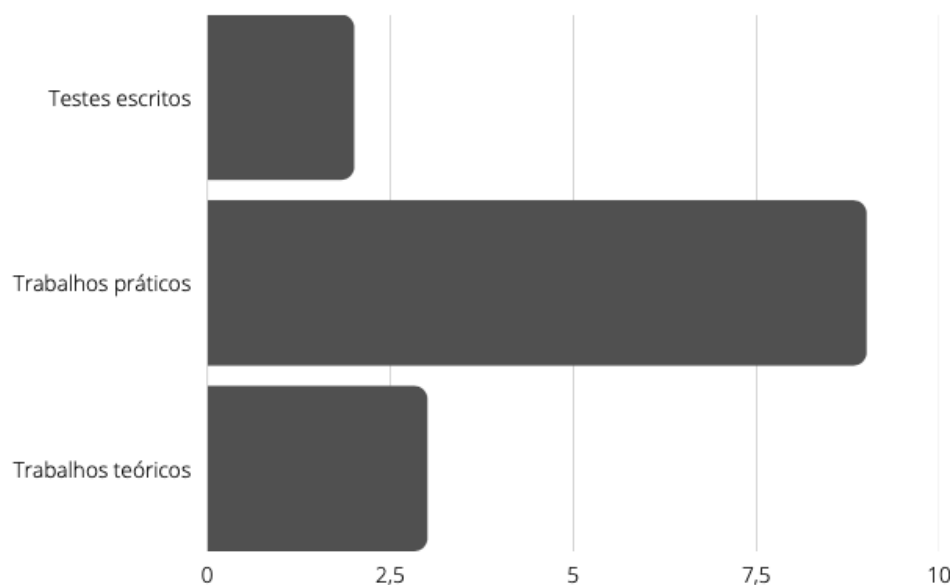


Gráfico 16– Resposta do 12º ano à questão “Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de:”

Aliado à questão anterior, tentei corroborar os dados obtidos realizando a seguinte questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor avalia o teu conhecimento?”. Nesta questão os resultados foram praticamente unânimes entre ambas as turmas. Sendo que a maior prevalência de respostas está na avaliação prática. Como mencionei anteriormente, estes resultados robustecem a resposta da pergunta anterior, sendo que é notório o gosto dos alunos pela metodologia prática e a tudo a que esta diz respeito.

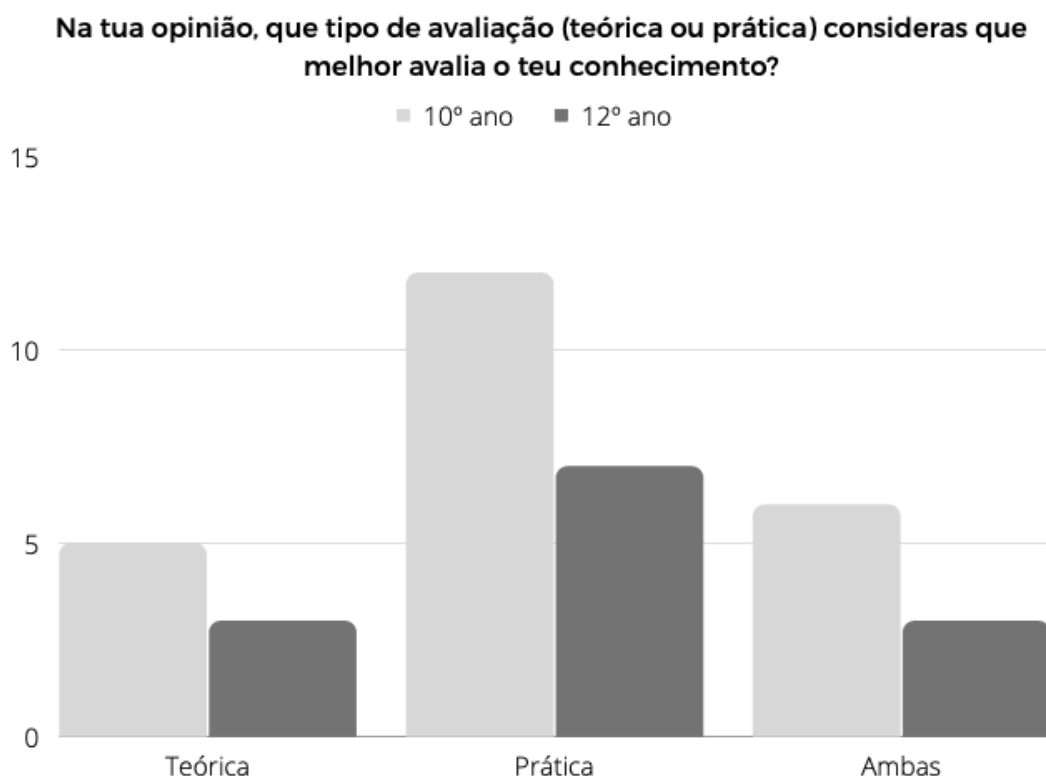


Gráfico 17- Resposta dos alunos à questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor avalia o teu conhecimento?”.

E porque a questão da avaliação sempre foi uma preocupação pessoal, importava-me também saber e fazer com que os alunos refletissem de que forma a avaliação contribuía para o seu crescimento e para o aumento do seu conhecimento, nomeadamente o tipo de avaliação. Por esse razão e dando continuidade ao tópico elaborei a seguinte questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor desenvolve a tua aprendizagem?”.

Como nos apresenta o gráfico a seguir o maior número de respostas está mais uma vez na componente prática. O que novamente faz sentido dado as repostas anteriormente expostas.

Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor desenvolve a tua aprendizagem?

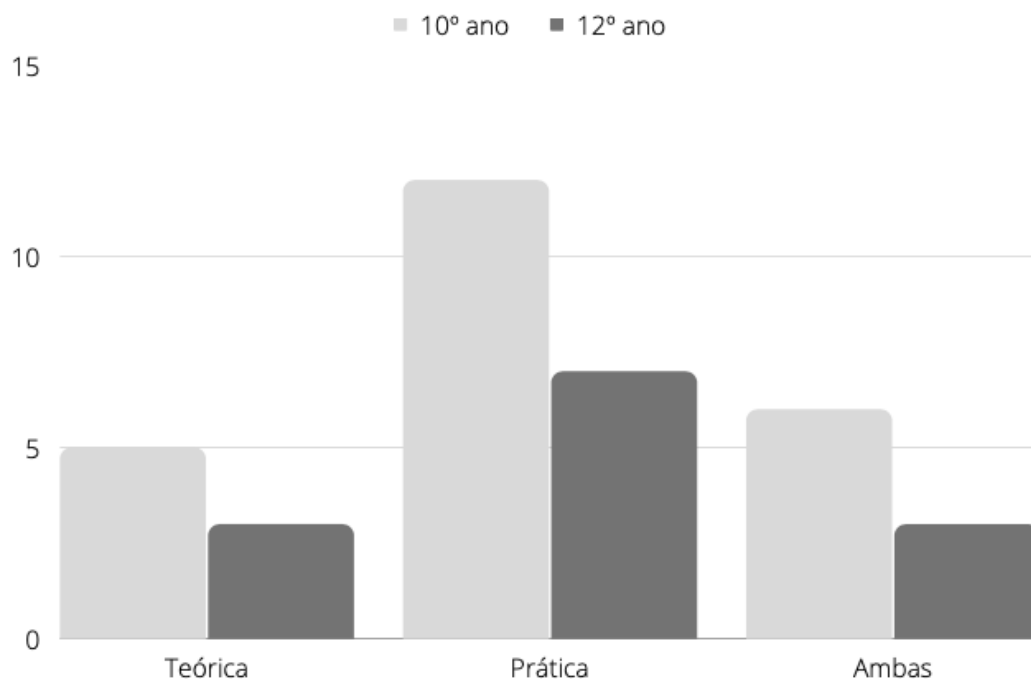


Gráfico 18- Resposta dos alunos à questão “Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor desenvolve a tua aprendizagem?”.

Avançamos para um outro tópico, igualmente importante que faz referência às estratégias e metodologias de ensino aplicadas pelos professores. Para aprofundar essa questão realizei a seguinte pergunta “Nas disciplinas teóricas que modelo de ensino preferes?”.

Na análise desta questão retiro logo duas conclusões imediatas. A maioria dos alunos de ambas as turmas preferem um modelo de ensino interativo, onde o professor é quem guia a aula, mas proporciona espaço aos alunos para intervir e participar na mesma. Contudo, um dado interessante é a diferença entre as turmas nas duas outras opções. Por um lado, o décimo ano elege sempre mais um modelo onde o aluno é mais participativo e chega até ser o construtor da sua aprendizagem (o que diz respeito ao modelo interativo e

socio-construtivista). Já o décimo segundo ano, opta por um modelo mais expositivo, onde o professor é o principal e quase único interveniente no processo de EA em detrimento de ter mais voz e espaço para as suas próprias aprendizagens.

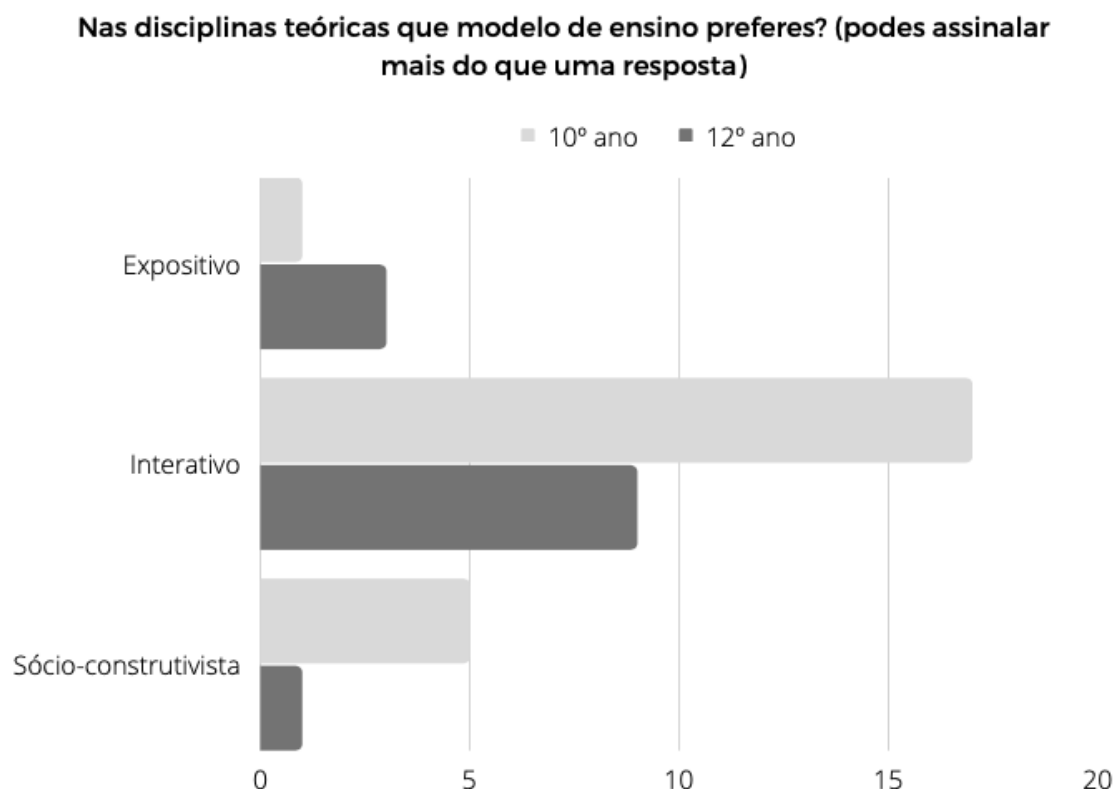


Gráfico 19– Resposta dos alunos à questão “Nas disciplinas teóricas que modelo de ensino preferes?”.

No seguimento da questão anterior, importou-me também saber melhor que tipo de ferramentas associadas a diversas estratégias os alunos gostam mais e por esse motivo foi realizada a seguinte questão “Que tipo de ferramentas e estratégias gostarias que fossem mais utilizadas nas aulas teóricas?”.

Mais uma vez as repostas a esta pergunta foram coincidentes com as respostas à pergunta anterior. A categoria mais selecionada por ambas as turmas foi “jogos digitais interativos” uma estratégia que tem sido muito

utilizada desde a altura pandémica pelos professores. Em contrapartida a segunda resposta mais selecionada já foi díspar entre as turmas, sendo que para o décimo ano foi a categoria “Visualização de documentários, entrevistas e filmes” e para o décimo segundo “powerpoints” o que corrobora igualmente a questão anterior.

Que tipo de ferramentas e estratégias gostarias que fossem mais utilizadas nas aulas teóricas? (podes assinalar mais do que uma resposta)

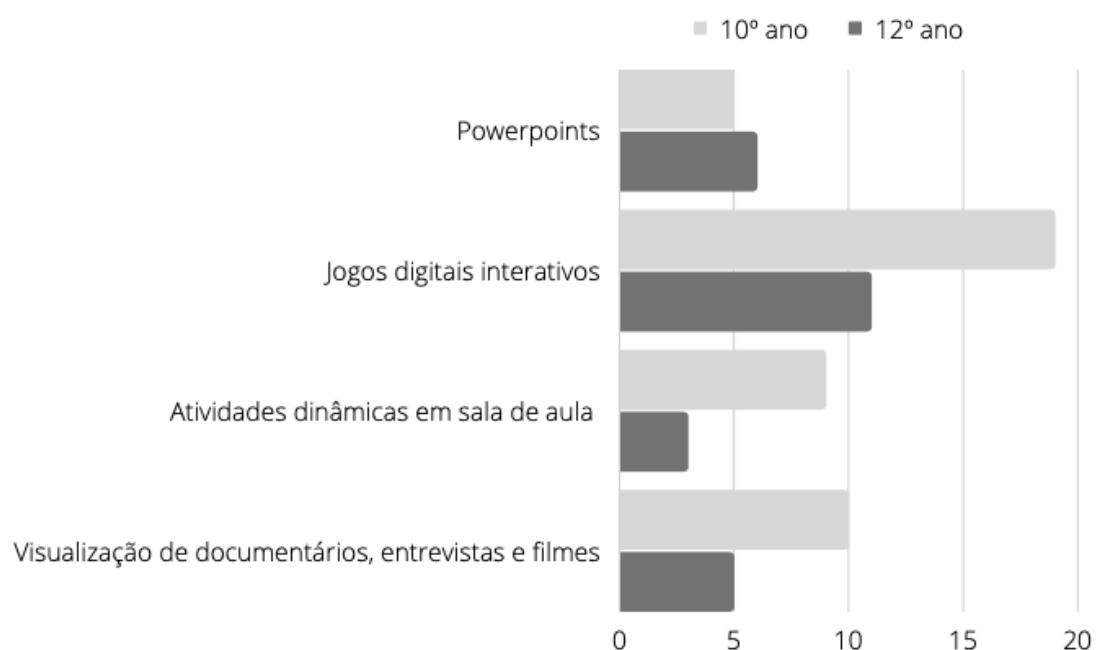


Gráfico 20- Resposta dos alunos à questão “Que tipo de ferramentas e estratégias gostarias que fossem mais utilizadas nas aulas teóricas?”.

Como tópico final pretendi aprofundar de que forma o curso poderia ser melhorado sob o ponto de vista dos alunos realizando a seguinte questão “O que consideras que deveria ser melhorado no curso?”.

As duas categorias claramente mais selecionadas foram “diminuição do horário” pois os CPTD são dos CP com maior carga horária e “mais visitas de estudo” esta questão poderá ter sido levantada por virmos de um período pós-pandémico,

o que poderá facilmente ser revertido. Também a categoria do “aumento da componente prática” é das mais selecionadas, o que faz sentido dado todas as repostas anteriormente apresentadas.

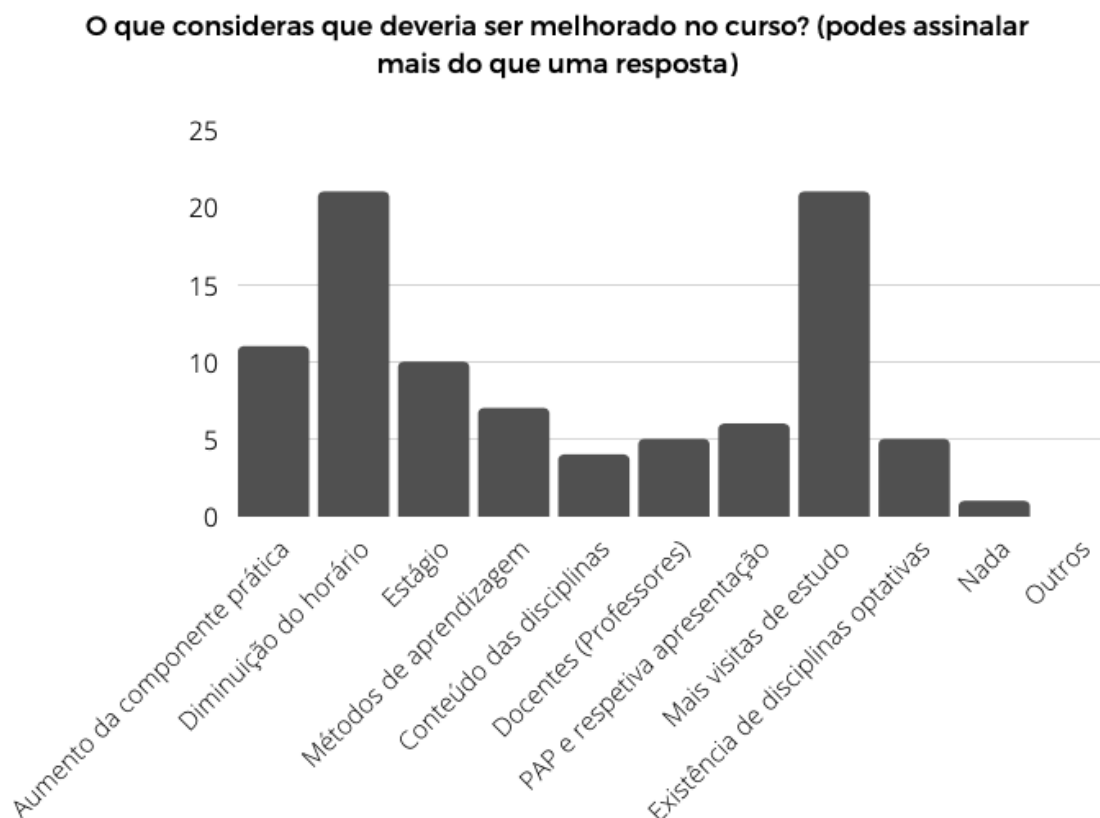


Gráfico 21- Resposta dos alunos à questão “O que consideras que deveria ser melhorado no curso?”.

Por fim, mas não menos importante, decidi elaborar uma questão onde os alunos pudessem deixar a sua opinião e apresentar novas ideias sugestões que poderiam ser aplicadas no futuro. Dessa forma foi construída a seguinte questão “O que pensas que poderia melhorar o teu empenho, a tua motivação e a tua aprendizagem no curso profissional que estás a frequentar?”. A resposta a esta pergunta não foi

surpresa e só reforçou a ideia principal transmitida pelos alunos ao longo do questionário “querem mais aulas práticas”.

O que pensas que poderia melhorar o teu empenho, a tua motivação e a tua aprendizagem no curso profissional que estás a frequentar?

AULAS PRÁTICAS

FOI A RESPOSTA MAIS COMUM

Figura 15- Resposta dos alunos à questão “O que pensas que poderia melhorar o teu empenho, a tua motivação e a tua aprendizagem no curso profissional que estás a frequentar?”

6. CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu-se compreender que existem aspetos a melhorar nos CPTD e que podem ser feitas alterações nas estratégias e metodologias de ensino, sem comprometer o processo de EA.

O aspeto mais fortemente marcado e enaltecido pelos alunos passa por introduzir uma componente prática maior no currículo. A meu ver esta questão poderá ser viável, contudo terá de ser um compromisso coletivo de todos os professores dos CPTD. Também me parece que é através da componente prática que os alunos retêm melhor informação e conhecimento, o que neste grupo de alunos em particular, poderá resultar em grandes benefícios a nível de rendimento académico.

Uma sugestão que deixaria a futuros professores seria incluir o mais possível nas suas planificações componentes práticas mesmo que as suas disciplinas sejam totalmente teóricas pois fará com que os alunos se mantenham motivados e possivelmente até aprendam mais depressa. Outra sugestão que deixaria aos professores das disciplinas práticas desportivas, seria não só lecionar aulas em que os alunos são totalmente praticantes, mas também começar a colocá-los o mais rapidamente possível em contexto prático mas onde eles são os animadores/ orientadores da prática, pois isso fará com que a perceção do curso seja mais realista (tendo em conta a finalidade da sua formação) e creio que isso dará uma maior responsabilidade à escola e aos seus alunos, o que, quem sabe tornará a escola numa referência de formação. Particularmente o AESH dispõe de vários recursos para que esta prática tenha sucesso.

No que diz respeito à aplicação do questionário *online*, penso que seja das ferramentas mais simples de aplicação e posterior análise para este tipo de estudos. Contudo, poderá ser uma barreira quando preenchido de forma totalmente

autónoma, pois no surgimento de alguma dúvida ou para efeitos de controlo de respostas poderão existir alguns erros ou lacunas, possibilitando assim o comprometimento na obtenção de respostas. No caso particular da criação de perguntas de resposta aberta e com justificação, estas podem ficar comprometidas dado as características destes alunos e possivelmente não será fácil para o investigador controlar e obter informação pertinente dessa fonte. Esta situação verificou-se precisamente neste projeto de investigação e por isso em termos de investigação profunda, tenha ficado um pouco aquém do potencial deste tipo de estudos.

Na minha ótica este estudo conseguiu obter algumas questões interessantes, o que me leva a crer que é possível serem realizadas quase no imediato algumas sugestões de melhoria.

No futuro devem continuar a ser procuradas problemáticas semelhantes, de forma a que os alunos possam ter cada vez mais voz no que ao seu processo de EA diz respeito. Só assim poderemos ter aprendizagens significativas e níveis de motivação e de envolvimento maiores.

7. CONTRIBUIÇÃO

Este estudo em particular permitiu-me deixar à escola primeiramente uma análise das suas turmas com diferentes tempos de formação, sendo relevante ouvir a opinião dos alunos. Em segundo lugar possibilitou-me elaborar algumas ideias e propostas de melhoria para futuros anos e futuros professores.

Na minha ótica a escola irá beneficiar com algumas sugestões e propostas de metodologias de ensino, assim como, algumas questões alusivas à gestão do curso e da sua funcionalidade.

Espero que num futuro próximo a escola já obtenha resultados positivos com as minhas observações e acima de tudo aguardo que os novos alunos revelem aproveitamento e rendimento académico.

Desejo que o AESH, e em particular a ESSH, seja reconhecido pelo excelente trabalho desenvolvido a nível dos CP, especialmente nos CPTD, e que um dia mais tarde até se torne uma referência a nível distrital e quem sabe até nacional.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Azevedo, J. (2010). Escolas Profissionais: uma história de sucesso escrita por todos. *Revista Formar*, 72, 25–29.

Mendes, P. (2009). *Estudantes do ensino secundário profissional: Origem social, escolhas escolares e expectativas*. 58.

Moreira, D. & Santos, M. (2016). *O Ensino profissional: Motivações e expectativas dos alunos de uma escola profissional*. 1–10.

Morgado, J. (2012). *O Estudo de Caso na Investigação em Educação*. Santo Tirso: De Facto Editores.

Neves, P. (2012). *Ensino profissional: Expectativas de carreira e projeto de vida*. Dissertação de mestrado em ciências da educação – Área de Especialização em Análise e Intervenção em Educação. Agosto, 2012.

Pacheco, T. (2014). *A opção dos jovens pelo ensino profissional: Contextos e decisões*. Um Estudo De Caso. 1–140.

Teixeira, I. (2021). *Ensinar com sentido: Um Estágio Profissional movido a empatia e sensibilidade*. Porto: I. Teixeira. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Yin, R. (2005). *Estudo de Caso. Planejamento e Métodos*. Porto Alegre: Bookman.

5. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS FUTURAS

*"The future belongs to those who believe in
the beauty of their dreams"*

(Eleanor Roosevelt)

Iniciei a redação do meu RE mencionando que a vida dá muitas voltas e sem darmos conta acabamos por ser levados para os lugares certos. Uma vez por caminhos mais atribulados, que acabam por nos ensinar algo, outras vezes por caminhos mais tranquilos. No final, acredito que tudo aquilo pelo que passamos e fazemos tem sempre algum significado e em certa parte nada é por acaso. Pensei que o meu futuro no ensino e como docente tinha sido uma miragem, mas aparentemente uma força invisível acabou por me puxar para aquela que eu acho que é a minha vocação.

Esta experiência contribuiu para a minha formação como professora, adquirindo novos conhecimentos, novas metodologias, novas estratégias de ensino, novas formas de planificação e até mesmo de adaptação da mesma, mas também contribuiu para a minha formação como pessoa, fazendo-me ver que existem aspetos/ características a melhorar e a explorar, assim como, alguns a conquistar.

Tentei estabelecer logo desde início uma relação de equilíbrio e confiança com os meus alunos, proporcionando-lhes momentos de aprendizagem baseados nos três domínios do "SABER" – saber/saber (domínio cognitivo), saber/fazer (domínio psicomotor) e saber/ser, saber/estar (domínio sócio afetivo). A palavra "pedagogia" foi a que melhor definiu todo o meu processo de EA durante o ano inteiro, pois sempre procurei ir ao encontro das necessidades dos meus alunos, pretendendo acima de tudo o seu bem-estar. Pretendi estabelecer um clima de aprendizagem lúdica e interativa nas

minhas aulas, para que a intervenção por parte dos meus alunos fosse mais cativante e para que a aprendizagem fosse algo natural e não algo forçado. O meu grande objetivo sempre foi que os meus alunos tivessem vontade em voltar à minha próxima aula, vendo como um bom momento de partilha e aprendizagem e não como uma obrigação de horário. A empatia e a sensibilidade foram características que também tiveram uma grande ênfase em mim durante este ano letivo e penso que também foram determinantes no sucesso dos meus alunos.

Também a experiência da lecionação de EF no quinto ano tornou o meu EP ainda mais completo, pois pude vivenciar quase o melhor dos dois mundos que o AESH oferece de formação (a EF na sua convencionalidade e os CP com as suas particularidades).

Considero ainda que toda a minha participação na escola, em particular no AESH, foi muito positiva, tendo participado ativamente nas diferentes atividades que foram surgindo não só na minha escola cooperante- ESSH, mas também nas restantes escolas. Como já referi anteriormente, a escola recebeu-me de braços abertos e senti-me reconhecida como professora por toda a comunidade escolar. Senti acima de tudo que fui uma mais-valia e um acrescento à escola.

Concluo esta experiência de PES com a opinião de que o ensino necessita de uma reforma urgente. Mudança essa que a meu ver tem de partir daqueles que pertencem à escola e que têm o poder nas mãos (o ensino). Claro que os programas e os currículos terão de acompanhar essa renovação, todavia o esforço tem de partir daqueles que trabalham dia após dia e necessitam das ferramentas para tal. Na minha ótica os professores serão os pioneiros desta transformação e cabe-nos a nós, geração recém-formada, incutir essa mentalidade e manifestá-la na escola.

Por fim, termino este ano de PES com um misto de emoções. Por um lado, uma alegria imensa por ter vivido umas

das melhores experiências profissionais da minha vida, por outro lado, triste por ter passado a voar, por já ter terminado e por saber que não poderei dar continuidade ao trabalho que desenvolvi no decorrer deste ano letivo e passar mais tempo na escola e com os meus alunos.

Estou orgulhosa por ter terminado mais um ciclo de estudos, ao qual me autopropus. Definitivamente voltei a desafiar-me a superar mais umas barreiras na minha vida. Não foi fácil toda a gestão e organização do trabalho/ faculdade, mas agora que terminou e olhando para trás, repetiria tudo de novo.

Guardo no meu coração todas as pessoas que tive a oportunidade de conhecer e conviver, não só neste ano de PES, mas também nestes dois anos de ciclo de estudos. Foram dois anos bastante marcantes, mas também muito gratificantes.

Como menciona Bento (2013), esquecer os momentos vividos no EP seria comprometer o presente e resignar um futuro melhor.

Quanto ao futuro (incerto), uma coisa é certa! Sei que estou preparada para aquilo que vier, para qualquer desafio que venha por aí. Considero que hoje sou uma profissional e uma pessoa mais rica, mais confiante e acima de tudo MELHOR.

Refletindo em todo o processo até chegar onde estou, levo comigo uma grande lição de vida: o medo de arriscar é o que muitas vezes nos impede de viver coisas incríveis na vida.

Há uns tempos estava a ver as notícias com o meu irmão e de repente, ele diz-me o seguinte: “Tudo começa e termina na educação”. Na altura não proferi nenhum comentário acerca dessa afirmação e limitei-me a concordar em silêncio, mas essa citação marcou-me e deixou-me a refletir... Hoje transcrevendo essa afirmação para aqui, não poderia fazer mais sentido... realmente a educação é a chave da nossa sociedade.

Não poderia terminar o meu RE sem deixar bem clara a minha convicção e por esse motivo, deixo aqui uma citação de autor desconhecido que encontrei há muitos anos na internet:

Ignorância + religião = terrorismo

Ignorância + poder = tirania

Ignorância + liberdade = caos

Ignorância + dinheiro = corrupção

Ignorância + pobreza = crime

A ignorância é a raiz de todo o mal. A educação é a solução.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alarcão, I. (1996). *Formação Reflexiva de Professores – Estratégias de Supervisão*. Porto: Porto Editora, 1996.

ANQEP. (2021). A ANQEP. Acesso a 22 Julho 2022, disponível em <https://anqep.gov.pt/np4/anqep/>

ANQEP. (2015). *Catálogo Nacional de Qualificações*. Acesso a 22 Julho 2022, disponível em <https://catalogo.anqep.gov.pt/qualificacoesDetalhe/7341>

Bart J. Crum (1993) *Conventional Thought and Practice in Physical Education: Problems of Teaching and Implications for Change*, *Quest*, 45:3, 339 356.

Batista, P., Moura, A., & Graça, A. (2019). Avaliação como ponte entre o ensinar e o aprender: estratégias e exemplos para uma reconfiguração da avaliação em educação física. In S. P. d. E. Física (Ed.), *Avaliação em Educação Física: Perspetivas e desenvolvimento* (pp. 99-114). Lisboa: SPEF (Omniserviços).

Batista, P., & Queirós, P. (2015). (Re)colocar a aprendizagem no centro de educação física. In Rolim Marques, R., Batista, P., & Leite Queirós, P., *Desafios renovados para a aprendizagem em educação física*. (pp. 29-43). Porto: Editora FADEUP.

Bento, J. O. (2013). Prefácio. In I. Mesquita & A. Graça (Eds.), *Investigação qualitativa em desporto* (Vol. 1, pp. 5-7). Porto: Centro de Investigação Formação Inovação e

Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Coelho, O. (2016a). Pedagogia do Desporto. Plano Nacional de Formação de Treinadores. *Manuais de Formação- Grau I*. Instituto Português de Desporto e Juventude, I.P.

Coelho, O. (2016b). Didática do Desporto. Plano Nacional de Formação de Treinadores. *Manuais de Formação- Grau I*. Instituto Português de Desporto e Juventude, I.P.

Cunha, M. A. d., Batista, P., & Graça, A. (2014). Um olhar sobre o estágio profissional em Educação Física: Representações de estagiários do ensino superior público português. In P. Batista, P. Queirós & A. Graça (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física* (pp. 143-180). Porto: Editora FADEUP.

Cunha, P. (2016). Teoria e Metodologia do Treino- Modalidades Coletivas. Plano Nacional de Formação de Treinadores. *Manuais de Formação- Grau I*. Instituto Português de Desporto e Juventude, I.P.

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.

Lemos, M. S. (2005). Motivação. In G. Miranda & S. Bahia, (Orgs.) *Psicologia da educação: Temas de*

desenvolvimento, aprendizagem e ensino. Lisboa: Relógio d'Água Editores.

Matos, Z. (2012a). *Normas orientadoras do Estágio Profissional do Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Matos, Z. (2012b). Educação Física na Escola: da necessidade da formação aos objetivos e conteúdos formativos. In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 143-175).

Mesquita, I., & Graça, A. (2015). Modelos instrucionais no ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 39-68). Lisboa: FMH edições.

Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In P. Batista, P. Queirós & A. Graça (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física* (pp. 67-83). Porto: Editora FADEUP.

Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching Physical Education: First on-line edition*. Copyright 2012 Spectrum of Teaching Styles, 32.

Oliveira, I., & Serrazina, L. (2002). A reflexão e o professor como investigador. *Refletir e Investigar Sobre a Prática Profissional*, January 2002, 29–42.

Rama, L. (2016). Teoria e Metodologia do Treino-Modalidades Individuais. Plano Nacional de Formação de Treinadores. *Manuais de Formação- Grau I*. Instituto Português de Desporto e Juventude, I.P.

Roldão, M. do C. (2007). Função docente: natureza e construção do conhecimento profissional. *Revista Brasileira de Educação*, 12(34), 94–103.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2009). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem (pp. 185–206).

Santos, F. M. T. dos. (2007). As Emoções Nas Interações E a Aprendizagem Significativa. *Ensaio Pesquisa Em Educação Em Ciências* (Belo Horizonte), 9(2), 173–187.
<https://doi.org/10.1590/1983-21172007090202>

Schön, A. (1992). Formar professores como profissionais reflexivos. In: NÓVOA, António (Coord.). *Os professores e sua formação*. Lisboa: Dom Quixote, 1992.

ANEXOS

ANEXO 1- Ficha de Relatório de Aula

Relatório de Aula

Nome: _____

Ano: _____ Turma: _____ Nº: _____ Data: _____

Motivo pelo qual não realiza a aula: _____

Modalidades lecionadas na aula/ Nome dos treinadores
Material utilizado na aula
Refere qual foi o treinador que apresentou melhor postura e indica as suas características
Refere qual o melhor e o pior exercício da aula e indica o motivo da tua escolha

ANEXO 2- Autorização aos Encarregados de Educação para
elaboração do trabalho final do módulo Coaching e
Comunicação

MÓDULO DE COACHING E COMUNICAÇÃO

AUTORIZAÇÃO

Eu, ..., portador(a) do
C.C./B.I. nº residente na qualidade
de Encarregado(a) de Educação do(a) menor,
aluno (a) nº, do ano – turma, na Escola Secundária da Senhora da Hora, declaro
que, para todos os devidos e legais efeitos, autorizo a utilização da imagem do(a) menor acima
identificado(a).

Esta autorização respeita à realização de um vídeo a ser elaborado pelo(a) aluno(a), para o
cumprimento da avaliação final do módulo de Coaching e Comunicação da disciplina de
Animação e Lazer, englobada ao nível de Formação em Contexto de Trabalho.

[Local e data]

ANEXO 3- Ficha de Avaliação Diagnóstica Ginástica de Solo

Ano letivo: 2021/2022

GINÁSTICA								
ELEMENTOS GIMNICOS								
Nº	NOME	Rolamento à frente	Rolamento à retaguarda	Apoio Facial Invertido	Roda	Avião	Ponte	Observações
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

LEGENDA: R – Realiza
 NR – Não Realiza
 NO- Não Observável

ANEXO 4- Unidade Didática de Ginástica de Solo (exemplo)

UNIDADE DIDÁTICA DE GINÁSTICA DE SOLO					
TURMA: 5º					
MODALIDADE: Ginástica Solo			Nº AULAS DA UNIDADE DIDÁTICA: 13	DURAÇÃO DA AULA: 50'	
PROFESSOR: Inês Alves, Pedro Alves, José Ricardo Silva			LOCAL: Ginásio	Nº ALUNOS: 18	
OBJETIVO GERAL		Melhorar e aperfeiçoar a execução do rolamento à frente, rolamento atrás e ponte. Introduzir a roda e o apoio facial invertido.			
PLANEAMENTO					
Nº AULA	CONTEÚDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATÉGIAS	FUNÇÃO DIDÁTICA	RECURSOS MATERIAIS
AD	Rolamento à frente Rolamento atrás Roda Apoio Facial Invertido Avião Ponte	Conhecer o nível inicial dos alunos	Trabalho individual	Avaliação Diagnóstica	Colchões Espaldares Ficha de Avaliação Diagnóstica
1	Rolamento à frente Rolamento atrás Roda Apoio Facial Invertido	Melhorar a execução do rolamento à frente e rolamento atrás. Introduzir o movimento alternado de pernas na execução da roda; a elevação da bacia na execução do apoio facial invertido.	Trabalho individual Trabalho por estações	Exercitação Introdução	Bolas Colchões Espaldares
2	Rolamento à frente Rolamento atrás Roda Apoio Facial Invertido	Melhorar a execução do rolamento à frente e rolamento atrás. Introduzir o movimento alternado de pernas na execução da roda; a elevação da bacia na execução do apoio facial invertido.	Trabalho por pares Trabalho por estações	Exercitação	Bolas Cordas Arcos Trampolim Colchões Espaldar
3	Rolamento à frente Rolamento atrás Roda Ponte Apoio facial Invertido	Melhorar a execução do rolamento à frente, rolamento atrás, da roda, do apoio facial invertido e da ponte.	Trabalho Individual Trabalho por estações	Exercitação	Trampolins Banco sueco Colchões Espaldares
4	Rolamento à frente Rolamento atrás Roda Ponte	Melhorar a execução do rolamento à frente e rolamento atrás. Melhorar o posicionamento das mãos e o movimento alternado de pernas na execução da roda. Aumentar a força e flexibilidade na	Trabalho individual Trabalho por estações	Exercitação	Colchões Plinto Trampolins Cordas

ANEXO 5- Cartazes Corta-Mato Escolar



ANEXO 6- Cartaz Atividade Dia do Agrupamento



ANEXO 7- Cartaz Atividade de Boccia



Metodologias e Estratégias de Ensino nos Cursos Profissionais de Desporto

No âmbito de um trabalho de investigação, subordinado à temática de Metodologias e estratégias de Ensino no Curso Profissional de Técnico de Desporto na dimensão curricular, a Professora Estagiária Inês Alves da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, solicita a tua colaboração para caracterizar as turmas dos Curso Profissional de Desporto na dimensão referida. Este questionário terá anonimato.

...

* Obrigatório

1. Género: *

- ☐ Feminino
- ☐ Masculino

2. Idade: *

Introduza a sua resposta

3. Ano de escolaridade: *

Introduza a sua resposta

4. Gostas do curso profissional que frequentas?

Legenda: 1- não gosto nada; 2- gosto pouco; 3- neutro; 4- gosto; 5- gosto bastante *

1 2 3 4 5
☐ ☐ ☐ ☐ ☐

5. O que te levou a escolher esta escola? *

Introduza a sua resposta

6. Qual/ quais o(s) motivo(s) que te levou/ (levaram) a escolher este curso profissional? *

Introduza a sua resposta

7. Quais são os teus objetivos e as tuas aspirações no futuro? (podes assinalar mais do que uma resposta) *

- ☐ Ser atleta profissional de desporto
- ☐ Ser treinador profissional de desporto
- ☐ Ser técnico profissional de desporto (ex. Personal Trainer)
- ☐ Ingressar o Ensino Superior na área de Ciências do Desporto
- ☐ Ingressar o Ensino Superior noutras áreas de Desporto
- ☐ Ingressar o Ensino Superior noutras áreas de Saúde
- ☐ Terminar o 12º ano
- ☐ Outras

8. Se respondeste "Outras" na questão anterior, identifica quais:

Introduza a sua resposta

9. Qual o grau de satisfação com o curso profissional que frequentas?

Legenda: 1- totalmente insatisfeito; 2- insatisfeito; 3- neutro; 4- satisfeito; 5- totalmente satisfeito *

- 1 2 3 4 5
- ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

10. O que mais gostas no curso profissional que frequentas? *

Introduza a sua resposta

11. Numa escala de 1 a 5, classifica o quanto gostas de cada tipologia de aula:

Legenda: 1- não gosto nada; 2- gosto pouco; 3- neutro; 4- gosto; 5- gosto bastante

*

	1	2	3	4	5
Aulas práticas	☐	☐	☐	☐	☐
Aulas teóricas	☐	☐	☐	☐	☐
Aulas teórico-práticas	☐	☐	☐	☐	☐

12. Que grau de importância atribuis às diferentes tipologias de aula (teóricas, práticas e teórico-práticas) para o teu futuro profissional? Justifica a tua resposta. * 

Introduza a sua resposta

13. Nas disciplinas teóricas preferes que a avaliação seja feita através de: (podes assinalar mais do que uma resposta) *

- ☐ Testes escritos
- ☐ Trabalhos práticos
- ☐ Trabalhos teóricos

14. Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor avalia o teu conhecimento? *

Introduza a sua resposta

15. Na tua opinião, que tipo de avaliação (teórica ou prática) consideras que melhor desenvolve a tua aprendizagem? * 

Introduza a sua resposta

16. Nas disciplinas teóricas que modelo de ensino preferes? (podes assinalar mais do que uma resposta) *

- ☐ **Expositivo** (onde o professor leciona e aborda os conteúdos, sem grande intervenção do aluno)
- ☐ **Interativo** (onde o professor leciona e aborda os conteúdos, mas com grande intervenção do aluno)
- ☐ **Sócio-construtivista** (onde o aluno é o principal construtor das suas aprendizagens e ele mesmo guia a aula através do seu trabalho e pesquisa autónomo)

17. Que tipo de ferramentas e estratégias gostarias que fossem mais utilizadas nas aulas teóricas? (podes assinalar mais do que uma resposta) *

- ☐ Powerpoints
- ☐ Jogos digitais interativos (kahoots, mentimeter...)
- ☐ Atividades dinâmicas em sala de aula (ex. debates, teatros, dinâmicas de grupo...)
- ☐ Visualização de documentários, entrevistas e filmes relacionados com a matéria
- ☐ Outras

18. Se respondeste "Outras" na questão anterior, refere quais:

Introduza a sua resposta

19. O que consideras que deveria ser melhorado no curso? (podes assinalar mais do que uma resposta) *

- ☐ Aumento da componente prática
- ☐ Diminuição do horário
- ☐ Estágio
- ☐ Métodos de aprendizagem
- ☐ Conteúdo das disciplinas
- ☐ Docentes (Professores)
- ☐ PAP e respetiva apresentação
- ☐ Mais visitas de estudo
- ☐ Existência de disciplinas optativas
- ☐ Nada
- ☐ Outros

20. Se respondeste "Outros" na questão anterior, refere o quê:

Introduza a sua resposta

21. O que pensas que poderia melhorar o teu empenho, a tua motivação e a tua aprendizagem no curso profissional que estás a frequentar? *

Introduza a sua resposta

22. Em apenas uma palavra, descreve a tua vivência e experiência, até à data, neste curso profissional. *

Introduza a sua resposta

23. Se quiseres acrescentar mais alguma observação ou escrever mais algum comentário pertinente, por favor, escreve aqui em baixo: 

Introduza a sua resposta

Submeter