



A jornada até ao Professor que quero ser: Um jogo de Soma diferente de zero

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente do 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 nº74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº65/2018, de 16 de agosto e o Decreto-Lei nº79/2014 de 14 de maio.

Orientadora: Professora Doutora Paula Maria Leite Queirós

João Pedro Oliveira Leite

Porto, setembro de 2022

Ficha de catalogação

Leite, J. P.O. (2021). A jornada até ao Professor que quero ser: Um jogo de Soma diferente de zero. Porto: J. Leite. 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.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO, COMPORTAMENTO, PROXIMIDADE, COOPERAÇÃO.

Dedicatória

A quem sempre me cativou e mostrou que não há nada que não consiga fazer.

Ao meu núcleo próximo de família de amigos,

Por terem tornado este percurso um motivo de orgulho e um sinónimo de sucesso no meu dicionário.

Agradecimentos

Aos meus pais por serem terem sido exemplo de perseverança e dedicação e por me mostrarem que a Família é o mais importante nesta vida e que devemos preservá-la ao máximo. Obrigado por sempre me proporcionarem o possível e o impossível para eu alcançar o que desejei!

Ao meu irmão Tiago por ser um exemplo na escolha de caminho profissional e por ser sempre alguém de quem posso esperar uma opinião sincera.

À Inês, por ser o motor que me impulsionou a querer ser sempre mais e melhor em tudo o que me disponibilizava a fazer. Por nunca desistir de mim mesmo quando nem eu acreditava. Obrigado por me tornares quem sou hoje.

Ao Rafa e à Helena por sempre me acompanharem e se tornarem família verdadeira.

Ao Artur por se tornar uma pequena luz que muito me iluminou em caminhos mais difíceis.

À Joana e ao Tomás por se tornarem o prolongamento da família pelo qual sempre esperei.

Ao meu Grupo de Jovens RAC por me dar lugar para crescer e desenvolver os meus valores.

Aos amigos da BW, que estiveram lá nos bons e maus momentos ao longo deste percurso acadêmico.

Ao Ivo, ao Xaloza e ao Taborda, por marcarem este Mestrado através das horas passadas em momentos de ajuda e discussão, que diariamente alimentaram esta amizade.

Aos amigos que já eram família antes da Faculdade por nunca me deixarem ausentar demasiado e por me puxarem sempre que precisei.

Aos amigos que se tornaram família com a Faculdade pois ajudaram a cimentar um caminho que nunca poderia fazer sozinho e que não faria sentido sem eles!

À minha família praxística FCDEF, que tanto se alargou até hoje, porque me mostraram muitos valores e me ensinaram tanta coisa que não vem nos livros!

À Professora Cooperante, Júlia Sequeira Gomes, por se ter tornado uma amiga e um exemplo vivo de docência.

À Professora Doutora Orientadora, Paula Queirós, por todos os conselhos, motivação e paciência mesmo quando nem sempre a mereci.

Ao Núcleo de Estágio, por serem sempre apoios importantes neste ano de tanta descoberta.

Ao meu 10º TD, por terem sido os meus primeiros alunos e por me mostrarem que a vida é diferente para todos, mas com vontade e perseverança todos podemos alcançar os objetivos.

A todo o corpo docente da FADEUP por me terem tornado um profissional formado e guiado pelos melhores valores.

Ao corpo docente da ESAN, por me terem acompanhado e me ajudarem a crescer neste mundo profissional.

Ao S.C. Salgueiros por me ter dado espaço e ferramentas para evoluir e trabalhar com crianças nos últimos anos.

Obrigado a todos do fundo do meu coração!

Índice Geral

Dedicatória.....	V
Agradecimentos	VII
ÍNDICE DE FIGURAS	XV
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XVI
ÍNDICE DE QUADROS	XVII
ÍNDICE DE ANEXOS	XVIII
Resumo	XIX
Abstract.....	XX
Lista de Abreviaturas.....	XXI
1- Introdução	22
2 - Enquadramento Pessoal	24
2.1. - A vocação para o Ensino	26
2.2. - Estágio Profissional - Expetativas Iniciais	28
2.3. - Diferenças entre Treinador e Professor	30
3. Enquadramento da Prática	32
3.1.- Enquadramento legal e institucional do Estágio Profissional	32
3.2. - A escola como instituição.....	33
3.3. - Caracterização da Escola de realização do Estágio Profissional	35
3.4. - O contraste entre o “eu” estudante e o “eu” Docente.....	36
3.5. - Professora Cooperante	38
3.6. - Professora Orientadora.....	39
3.7. - Núcleo de Estágio	40
3.8. - Cursos Profissionais	41
3.9. - Dicotomia entre Ensino Regular e Ensino Profissional	43
3.10. - Curso Profissional de Técnico de Desporto	45
3.11. - Turma 10º TD	48
3.12. - O papel do Professor Estagiário enquanto elo de ligação entre o Professor Cooperante e os alunos	51
3.13. - Disciplina Desportos Coletivos.....	54
3.14. - Disciplina Desportos Individuais	56

3.15. - Choque com a realidade.....	59
3.16. - Conceitos.....	61
3.16.1.- Educação Física	61
3.16.2. - Professor competente e a atividade do Professor	63
3.16.3. - Características individuais que considero úteis para o Estágio	
Profissional.....	64
4 - Planeamento.....	67
4.1.- Portefólio Reflexivo	75
4.2. - Diário De Bordo	76
4.2.1.- Importância da Reflexão	77
4.3. - Comportamento da Turma.....	78
4.4. - Momentos de Avaliação.....	81
4.5. - Questionamento.....	87
4.6. - A instrução	88
4.7. - Ensino Básico	90
5 - A interação com a Escola e a Comunidade Escolar.....	91
5.1. - Visitas de Estudo	93
5.2. - ERASMUS PLUS.....	98
5.3. - Reuniões.....	100
6 – Estudo: Qual a importância da competição nas aulas de desportos	
individuais no curso profissional de técnico de Desporto?.....	102
6.1. Resumo.....	102
6.2. - Abstract.....	103
6.3. - Introdução	104
6.4. - Objetivo do estudo	105
6.5. - Caracterização da Escola	106
6.6. - Caracterização do Curso Profissional de Técnico de Desporto	106
6.7. - Justificação	108
6.8. - Metodologia	109
6.9. - Questionários.....	110
6.10. - Grupo de estudo	111
6.11. - Apresentação e interpretação de resultados.....	114
6.12. - Conclusão.....	125
6.13. - Referências bibliográfica.....	127

7 - Conclusões e Perspetivas futuras.....	129
8 - Referências Bibliográficas	131
Anexos	CXXXVI

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Escola Secundária António Nobre.....	36
Figura 2 - Portefólio Reflexivo	75
Figura 3 - Cartaz elaborado no âmbito de promoção de um evento de Remo Indoor.....	93
Figura 4 - Cartaz elaborado para a promoção da Equipa Juvenil Feminina de Voleibol.	93
Figura 5 - Visita de Estudo à Fenda da Calcedónia.....	98
Figura 6 - Atividade realizada com alunos no âmbito do "ERASMUS PLUS".	100

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Distribuição, em percentagem, das idades dos alunos da turma de 10ºTD	48
Gráfico 2 - Distribuição, em percentagem, da prática Desportiva dos alunos da turma de 10ºTD	49
Gráfico 3 - Distribuição, em percentagem, das modalidades de eleição dos alunos da turma de 10ºTD.....	49
Gráfico 4 - Distribuição, em percentagem, das características de eleição num Professor mencionadas pelos alunos da turma de 10ºTD.....	52
Gráfico 5 - Distribuição, em percentagem, das expetativas dos alunos da turma de 10ºTD relativamente às aulas de Educação Física	68
Gráfico 6 - Caracterização da amostra de estudo em relação à idade	112
Gráfico 7 - Caracterização da amostra de estudo em relação ao género.....	112
Gráfico 8 - Distribuição da amostra em relação à sua prática Desportiva	113
Gráfico 9 - Distribuição da amostra em relação às modalidades praticadas.	113
Gráfico 10 - Distribuição da amostra tendo por base as características que estes consideram essenciais numa aula de Desportos Individuais.....	115
Gráfico 11 - Distribuição da amostra em relação à pergunta "Consideras-te uma pessoa competitiva?"	117
Gráfico 12 - Distribuição da amostra em relação à pergunta "Achas possível conciliar competir e aprender?"	118
Gráfico 13 - Distribuição da amostra em relação à questão "Consideras a competição uma vertente importante nas aulas de Desportos Individuais?"	121

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 - Fatores de influência na elaboração do questionário e respetiva questão	111
Quadro 2 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a sua conceção de "Competição"	116
Quadro 3 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a possibilidade de conciliar competição e aprendizagem.....	119
Quadro 4 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a impossibilidade de conciliar competição e aprendizagem	120
Quadro 5 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a elevada importância da competição nas aulas de Desportos Individuais.	121
Quadro 6 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a reduzida importância da competição nas aulas de Desportos Individuais.	122
Quadro 7 - Exemplo de respostas à questão, "Consideras que aprendes mais em contexto jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)? elegendo o Jogo".....	123
Quadro 8 - Exemplo de respostas à questão, "Consideras que aprendes mais em contexto jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)? elegendo elementos mais simples"	124

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 - Plano de Aula	CXXXVII
Anexo 2 - Relatório de Aula.....	CXXXVIII
Anexo 3 - Registo de Assiduidade.....	CXXXIX
Anexo 4 - Questionário de Caracterização do Aluno	CXL
Anexo 5 - Critérios de avaliação e descritores de Desempenho de Desportos Coletivos	CXLIV
Anexo 6 - Critérios de avaliação e descritores de Desempenho de Desportos Individuais	CXLVIII
Anexo 7 - Calendarização Desportos Coletivos.....	CLV
Anexo 8 - Calendarização Desportos Individuais	CLVII
Anexo 9 - Exemplo de Avaliação Diagnóstica	CLIX
Anexo 10 - Exemplo de Avaliação Sumativa	CLX
Anexo 11 - Quiz Atletismo	CLXI
Anexo 12 - Classificação Individual em Ginástica	CLXIII
Anexo 13 - Autorização para realização das aulas de Ténis	CLXIV
Anexo 14 - Autorização Encarregados de Educação para Visitas de Estudo	CLXV
Anexo 15 - Diploma Comité Olímpico Português.....	CLXVI

Resumo

O seguinte documento aborda todo o processo envolvido no Ensino Supervisionado no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Profissional inserida no plano de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Os Estágios Profissionais representam uma fase significativa na formação profissional de qualquer estagiário, no caso do Ensino é um momento que ocorre ao longo de um ano letivo, facilita um impacto inicial na realidade do Professor, e dá ao estagiário a oportunidade de colocar em ação todos os conhecimentos adquiridos após anos de formação inicial. Dito isto, este documento, denominado Relatório de Estágio Profissional, é a imagem da experiência de um Professor Estagiário colocado num contexto específico e representado por variadas reflexões, dúvidas e aprendizagens para o futuro. É dividido em seis partes, passando pelo Enquadramento Pessoal, o Enquadramento da Prática, o Planeamento, a Interação com a Escola e a Comunidade Escolar, um estudo de investigação e culmina em conclusões e perspetivas futuras. Retrata um EP vivido num contexto de Curso Profissional numa turma de 10º ano com a lecionação de duas disciplinas, Desportos Coletivos e Desportos Individuais. Descreve o despontar de um Docente dotado de novos saberes, num processo de formação que nunca será concluído, destinado a acompanhar toda a carreira Docente que se inicia após este ano. Perceciona um processo reflexivo e pedagógico de crescimento e aprendizagem focado numa mentalidade de simbiose entre Professor e aluno, sempre que o Professor ganha, o aluno ganha também, fazendo com que a evolução seja mútua e abrangente.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO, COMPORTAMENTO, PROXIMIDADE, COOPERAÇÃO.

Abstract

The following document addresses the entire process involved in Supervised Teaching within the Professional Internship Curricular Unit included in the study plan of the Master's in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education. Professional Internships represent a significant phase in the professional training of any intern, in the case of Teaching, it is a moment that takes place over the course of a school year, facilitates an initial impact on the reality of the teacher, and gives the intern the opportunity to put into action all knowledge acquired after years of initial training. That said, this document, called Professional Internship Report, is the image of the experience of a trainee teacher placed in a specific context and represented by various reflections, doubts and learning for the future. It is divided into six parts, going through the Personal Framework, the Practice Framework, Planning, Interaction with the School and the School Community, a research study and culminates in conclusions and future perspectives. It portrays an EP lived in the context of a professional course in a 10th grade class with the teaching of two subjects, team sports and individual sports. It describes the emergence of a teacher endowed with new knowledge, in a training process that will never be completed, destined to accompany the entire teaching career that begins after this year. It perceives a reflective and pedagogical process of growth and learning focused on a mentality of symbiosis between teacher and student, whenever the teacher wins, the student also wins, making evolution mutual and comprehensive.

KEYWORDS: PROFESSIONAL INTERNSHIP, PROFESSIONAL COURSE OF SPORTS TECHNICIAN, BEHAVIOR, PROXIMITY, COOPERATION

Lista de Abreviaturas

AD – Avaliação Diagnóstica

AF – Avaliação Formativa

AS – Avaliação Sumativa

DC – Desportos Coletivos

DI – Desportos Individuais

EE – Estudante Estagiário

EP – Estágio Profissional

ESAN – Escola Secundária António Nobre

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

MEEFEBS – Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

NE – Núcleo de Estágio

PA – Plano de Aula

PC – Professor Cooperante

PES – Prática de Ensino Supervisionada

PO – Professor Orientador

RE – Relatório de Estágio

TD – Técnico de Desporto

1- Introdução

A parte fulcral deste 2º ano no Mestrado de Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto (MEEFEBS) da Universidade do Porto é a realização do Estágio Profissional que assenta fundamentalmente numa Prática de Ensino Supervisionada (PES) e resulta neste documento, o Relatório de Estágio (RE).

Este processo permite-nos encontrar a nossa identidade profissional, colocando desafios e situações práticas que nos obrigam a refletir e a desenvolver cada vez mais as nossas competências enquanto Professores. A elaboração do Relatório de Estágio é um momento para parar e refletir, fazendo um “ponto de situação” do nosso percurso enquanto futuros Docentes.

Desta feita, devemos dissertar sobre as nossas capacidades, dificuldades e modo como atuamos em contexto de estágio contemplando certas questões. Que características possuo para ser um Docente de excelência? Que tipo de Professor quero ser? Qual a melhor maneira de agir e de me adaptar aos alunos? Como posso potenciar mais as minhas competências na Docência?

De modo a responder a estas questões de forma pessoal, pensada e adequada às minhas circunstâncias (escola, turma, pais, comunidade educativa, etc.) estruturei este Relatório em cinco grandes áreas de atuação.

Na primeira parte, o Enquadramento Pessoal, há uma contextualização pessoal, um contexto em que discorro sobre quem sou, o meu percurso académico e desportivo, até então, e as minhas expectativas no Estágio Profissional. Abordarei também algumas noções pessoais em relação à diferença entre Treinador e Professor, que é uma temática muito presente no meu dia-a-dia.

Na área seguinte irei focar-me no Enquadramento da Prática, onde abordarei o enquadramento legal do EP, a escola enquanto instituição, caracterização da escola, do núcleo de estágio (NE), dos Cursos Profissionais, do Curso de Técnico de Desporto (TD), onde realizo o Estágio, e da turma com a qual trabalho. Abordo também o acompanhamento desempenhado pela Professora Cooperante (PC) e pela Professora Orientadora (PO), o contraste entre a minha personalidade de estudante e a minha personalidade de Docente, bem como o choque com a realidade. Aproveitando também para discorrer sobre

as disciplinas pelas quais me incumbiram, Desportos Coletivos (DC) e Desportos Individuais (DI) e sobre alguns conceitos que achei pertinentes, abordando a Educação Física, o Professor competente e algumas características que considere úteis para este processo de EP.

De seguida há uma descrição detalhada de todo o procedimento de planeamento para a docência, abordando as ferramentas do portefólio reflexivo e o diário de bordo. Discorrendo sobre o comportamento da turma, a experiência de lecionação no Ensino Básico, e descrevendo os momentos de avaliação, questionamento e instrução vivenciados.

Um dos segmentos é focado na interação com a escola e comunidade escolar onde descrevo os momentos em que tal foi promovido, tal como visitas de estudo, o projeto ERASMUS PLUS e as reuniões em que pude ter e ser parte ativa.

Por fim, há lugar para um estudo de investigação sobre a importância da competição nas aulas de Desportos Individuais no Curso Profissional de Técnico de Desporto, tema escolhido e desenvolvido para mim devido à sua elevada pertinência na minha vivência no meu EP.

Um “jogo de soma diferente de zero” é, segundo a teoria matemática dos jogos, um jogo em que nenhuma das partes perde. Trata-se de uma designação adotada pelos países anglo-saxónicos, uma *win-win situation*, um contexto em que as duas partes lucram com o processo. E é assim que vejo o processo de Ensino e espero que se reflita no meu percurso e neste documento, um processo em que o Professor ganha experiência e satisfação na sua profissão e o aluno ganha conhecimento e valores que o orientem na sua vida, uma simbiose saudável em que as duas partes ganham e crescem em conjunto.

2 - Enquadramento Pessoal

Nascido a 19 de novembro de 1996 fui criado numa família numerosa onde nunca me faltou acompanhamento, companhia para brincar e me foram transmitidos os valores necessários para me desenvolver com sucesso. Apesar de ter apenas um irmão e ele ser mais velho 8 anos, o que dificultava a concordância para jogos e brincadeiras, excetuando videojogos e futebol, sempre tive primos e amigos da minha idade ou semelhante que me fizeram ter uma infância vivida na rua e onde pude aproveitar o melhor que aqueles tempos têm para oferecer.

Sempre consegui conciliar tardes infindáveis a jogar, principalmente futebol, com o estudo, o que fez com que acabasse o primeiro ciclo como um dos melhores alunos do ano na minha escola. A minha disciplina preferida era sem dúvida a de Educação Física e lembro-me que me fascinava como o Professor nos ensinava variados elementos da ginástica e como tinha sempre um jogo para praticarmos nas aulas. Durante esse período iniciei também a prática da natação que durou bastantes anos, apesar de sempre ter vontade de praticar Futebol, na altura, os meus pais não entenderam que fosse o melhor para mim.

No entanto, no segundo ciclo, conciliei os estudos com a Natação e uma breve experiência no futsal que não correu nada bem pois entrei já a época tinha começado, ou seja, só treinava e não competia o que fez com que desmotivasse e desistisse. A nível académico continuei a ser um aluno de excelência apesar de às vezes me colocar em apuros por ser o brincalhão da turma.

Na passagem para o terceiro ciclo aconteceu algo que veio mudar a minha vida para sempre. O meu irmão na altura frequentava a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), instituição que agora faz parte do meu quotidiano, e encontrava-se no segundo ano da licenciatura na metodologia de Futebol, ou seja, iria estagiar num clube de futebol, o Desportivo de Leça do Balio. Por coincidência, ou não, acabou por ficar no escalão onde eu poderia jogar, então com a ajuda do meu irmão convencemos os meus pais e ingressei finalmente no futebol. Apesar de não jogar muito nesse ano e de ter de deixar a natação por incompatibilidade de horários senti que finalmente estava onde

queria, fazia parte de um grupo onde treinávamos, aprendíamos e nos divertíamos todos juntos.

Acabado o terceiro ciclo segue-se a temida passagem para o Ensino Secundário, aí a minha vida académica começou a “tremar” um pouco. Ingressei no curso de Línguas e Humanidades pois tinha mais apetência para essas disciplinas, mas acabei por mudar passado um mês pois não tinha nenhum dos meus amigos que já me acompanhavam desde o primeiro ano. Transitei para a turma que queria no curso de Ciências e Tecnologias, mas já tinha perdido muita coisa e, naquela altura, infelizmente, fui me deixando distrair por outras coisas, focando-me mais em amizades do que nos estudos o que fez com que demorasse mais tempo a acabar o Ensino Secundário.

Ao longo destes anos fui cimentando o sonho de entrar na FADEUP tanto pela minha ambição em seguir o caminho do Desporto, como em seguir o exemplo do meu irmão que se licenciou em Desporto e concluiu o Mestrado em Ensino. A isto também se juntou a motivação da minha Professora de Educação Física que sempre me ajudou e motivou tornando ainda maior a minha admiração por Professores desta disciplina. Mas nem tudo foi mau, fiz amizades para a vida, o meu percurso no Futebol ia muito bem tornando-me titular e um dos capitães na minha equipa e alarguei o leque de modalidades praticadas através do Desporto Escolar em que fiz parte da Equipa de Futsal e de Atletismo durante três anos.

Não conseguindo acabar o 12º Ano devido a notas insuficientes a Matemática e Físico-Química tive de ficar mais um ano na Escola Secundária, mas aí tudo se complicou, a meio do ano letivo tive uma lesão grave num jogo de futebol em que fraturei a minha perna e tive de ser operado em duas ocasiões diferentes. Tal episódio fez com que não conseguisse assistir às aulas durante um grande período de tempo perdendo matéria importantíssima para concluir este ciclo e também fez com que não conseguisse passar do Futebol de formação para o Futebol Sénior. O sonho acabara aí.

Com tudo isto, mais um ano se passou e decidi que se era isto que queria tinha de lutar por este objetivo, estudei e trabalhei durante um ano para suportar os custos das explicações que precisava e acabei por conseguir acabar nesse ano e ingressar na instituição que tanto ambicionava a FADEUP.

Aí começou um sonho que ainda não acabou, aprendi imenso, conheci pessoas, mundos e maneiras de pensar que nem fazia ideia de que existiam.

Especifiquei-me em Exercício e Saúde e paralelamente tive a oportunidade de dar um novo ânimo ao sonho do futebol e ao de lecionar (que na altura ainda não sabia que tinha), tornando-me treinador no Sport Comércio e Salgueiros. Comecei como treinador-adjunto, mas depois tive um convite para ser treinador principal do escalão de Sub 7, que aceitei sem hesitar. Aí descobri que adoro trabalhar com crianças e acima de tudo adoro ensinar, tanto que, findados quatro anos, ainda continuo e ambiciono tirar o curso de Treinador. Após este recomeço, comecei também a trabalhar como monitor de campos de férias onde pude alimentar ainda mais esta vontade de ensinar e ganhar experiência nesta área que tanto gosto.

Terminada a Licenciatura surge o Mestrado em Ensino no qual ingressei cheio de vontade e ambições e do qual espero sair um Professor competente e seguro de mim.

2.1. - A vocação para o Ensino

Considero, que a cada Profissão é uma vocação para a qual uma pessoa está direcionada, com base nas suas experiências/vivências ao longo da vida, no caso do Ensino a vocação requer algumas características específicas.

Carrolo (1997, p.30) afirma: “Ao contrário do que vulgarmente se pensa, que ser Professor é fácil e qualquer um o pode fazer, eu, sustento que esta profissão é altamente complexa e especializada, não só quanto ao seu saber profissional específico e à forma como é avaliada a sua legitimação, como quanto ao seu processo de formação/socialização inicial”.

O Professor é alguém com a arte de ensinar e de transmitir conhecimentos aos alunos, tendo o dever de educar e instruir os mesmos na área que ele próprio domina e, para além disso, tem o dever de transmitir valores aos seus alunos, de modo a que se formem, não só de um ponto de vista académico, mas também como cidadãos, que sirvam a sua comunidade e respeitem as diversas culturas sobre a qual esta se assenta.

Desde muito novo que sinto esta vocação para o Ensino pois, desde que me lembro, que estou ligado ao Desporto, motivado pelo meu irmão mais velho que

é Professor de Educação Física. Tanto ele como a grande maioria dos Professores que lecionaram esta disciplina ao longo do meu percurso escolar, sempre me cativaram e mostraram uma forma “divertida” de ser Professor.

Acrescento também que, ao longo do meu, ainda que curto, percurso profissional, as atividades que mais me alegraram de exercer, foram ser Monitor de Campo de Férias e Treinador de Futebol, ou seja, sempre trabalhei com gerações mais novas e em funções onde o Ensino tem um papel preponderante.

Noutras atividades, tal como a de Treinador, sinto que tenho o dever de, para além de formar atletas, formar pessoas. No entanto, é um contexto completamente diferente da escola, pois, na sua maioria, as crianças ingressam num Clube porque querem e gostam. Na escola, o leque de crianças e alunos é de todo o tipo, e todos têm de frequentar a escola de forma obrigatória, por essa razão, penso ser um desafio incrível e aliciante ser Professor, na medida em que nos é dada a oportunidade de mostrar às crianças que o exercício é bom, é divertido e lhes traz muitos benefícios físicos e psicossociais para além de toda a aprendizagem. Temos a oportunidade de abrir horizontes e formar cidadãos, com valores como desportivismo, respeito pelos pares e amizade. Tudo isto através do Desporto, o melhor campo para alimentar estas competências. A

Educação deve ser encarada como algo contínuo que segue e marca o desenvolvimento dos alunos (Carvalho, 2006).

Ao longo deste percurso no 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pude modificar o meu entendimento da elevada importância que um Docente pode ter. Através de várias reflexões, percebi que vários Professores tiveram a capacidade de me moldar e me tornar alguém que vê a necessidade de continuar o caminho deles, que vê a necessidade de passar o testemunho que me passaram a mim.

Como exemplo disso posso referir o meu professor de EF na Escola Primária que foi alguém que sempre me fascinou pela maneira como dirigia as aulas e pela forma como criava desafios e momentos na aula para que todos os alunos pudessem e tivessem de interagir com o intuito de desenvolver capacidades necessárias para que retivessem os conteúdos da aula e ao mesmo tempo se sentissem cativados e envolvidos.

Outro Professor que me motivou imenso nesta decisão de enveredar pelo Ensino foi a minha Professora na Escola Secundária pois foi alguém que sempre conseguiu orientar uma turma difícil e conseguiu trazer cada um dos alunos para “o seu lado”, ou seja, para que estivessem interessados no rumo da aula. Consequia também incutir uma vontade de aprender e de estar efetivamente interessado nas aulas sem as tornar maçadoras ou aborrecidas, isto numa altura em que a Educação Física não contava para a média. É sem dúvida um dos meus maiores exemplos pois, mesmo falando para a turma no geral, sempre conseguiu ter momentos mais pessoais com os alunos e estreitava a ligação professor-aluno tornando-a mais próxima e mais forte.

Claro que pensando em Treinadores também me recorde de um. O meu treinador quando tinha cerca de 12 anos, que vejo como um excelente Professor pois estruturava o treino de forma extremamente didática e procurava sempre exercícios desafiantes que proporcionavam momentos para os atletas se desenvolverem sem revelar qual o caminho mais fácil, através de um género de descoberta guiada que, para mim, na altura, era algo diferente de todos os outros treinadores.

Por fim, tenho claramente de referir o meu irmão, pois foi alguém que acompanhei enquanto procurava concluir o seu Mestrado em Ensino e que sempre vi em funções pedagógicas, sendo sempre um exemplo para mim pela maneira de estar, pela maneira de ensinar e pela maneira com que criava uma ligação com os alunos e atletas de forma a que confiassem nele, da forma que eu espero que os “meus” confiem em mim.

Todos estes exemplos passaram-me a “tocha” da importância da Educação Física e de um Professor que tem os valores certos bem presentes, que se importa com o bem-estar dos alunos, com a sua apreensão dos conteúdos e com a passagem de valores importantes.

2.2. - Estágio Profissional - Expetativas Iniciais

Após um primeiro ano de mestrado num cenário atípico devido à pandemia provocada pelo Vírus SARS-CoV-2 surge a altura de finalmente assumir uma turma e lecionar, vivenciar profissionalmente aquela que pretendo que seja minha Profissão!

Chega o tão esperado momento de viver a dualidade de ser Professor e Estudante, de poder conhecer por dentro aquele panorama que só conheci como aluno e que sempre me intrigou e impressionou. Tinha presente que esta função me traria novas responsabilidades e exigências fazendo com que me tornasse num ser reflexivo que procura aprender todos os dias com as suas atitudes e com o meio envolvente. Faria tudo ao meu alcance para educar e formar pessoas, fazendo dos sucessos deles o meu sucesso, pois não há nada que me possa trazer mais motivação.

Esperava conseguir ser o que os alunos precisavam ou pelo menos o que uma parte deles precisava, ser um degrau na escada formativa deles. Aliado a estas expectativas tinha também o objetivo de me tornar um melhor comunicador, conseguindo ser mais claro e objetivo nos meus feedbacks.

Como este Estágio tem uma grande vertente prática, esperava conseguir munir-me de grandes ferramentas que me ajudassem no futuro, como a capacidade de adaptação para colmatar qualquer dificuldade ou entrave que surja no meu percurso. O EP dá espaço ao EE para incorporar a função de professor em quase todas as suas facetas, excetuando o vínculo contratual. (Batista & Queirós, 2013, p. 43).

Quanto ao Núcleo de Estágio estava confiante de que nos iríamos ajudar e apoiar bastante uns aos outros, pois pude perceber que os meus três colegas eram prestáveis e estavam disponíveis para aprender comigo nesta caminhada que fizemos juntos.

Neste novo capítulo da minha formação académica entendi que também era fundamental para a minha confiança ter uma Professora Cooperante tão acessível e competente como a Professora Júlia. Que se mostrou disponível desde o primeiro dia para atender as nossas preocupações, dúvidas e hesitações, que no início eram tantas e tão variadas.

Assim, esperava essencialmente desenvolver a minha competência profissional a nível pedagógico, didático, científico e humano, transformar e usar as minhas motivações e conhecimentos para me transformar num Professor, procurando a cada aula lecionada ser mais eficaz, confiante e seguro do que na aula anterior.

2.3. - Diferenças entre Treinador e Professor

Ao longo de todo o meu percurso académico, várias foram as experiências, que pude, felizmente, vivenciar. A par de tudo o que o Ensino Superior traz inerentemente para a nossa vida, há outras oportunidades que temos de ser nós a procurar e usar para o complemento do nosso crescimento enquanto pessoas e profissionais.

Como referi anteriormente, fui jogador de futebol durante alguns anos e sou, ainda hoje, seguidor e espetador assíduo da modalidade que move multidões e tantos apaixonados. Por essa razão, foi muito claro para mim, que o meu futuro passaria também pelo treino e ensino aos mais jovens nesta modalidade. A oportunidade de partilhar conhecimento e educar jogando sempre foi algo que me pareceu muito natural e óbvio quando falamos de Desporto.

Assim, na época desportiva de 2017/2018, quando me encontrava a frequentar o 2º ano da Licenciatura em Ciências do Desporto fui procurar um Clube onde pudesse exercer a função de Treinador. Tudo começou no Sport Comércio e Salgueiros no escalão de Sub 13 onde assumi a posição de Treinador-Adjunto, tive a oportunidade de trabalhar com profissionais mais experientes o que me fez perceber que devemos ter sempre uma postura atenta e observadora, que me foi tão útil neste ano de EP. Findado este primeiro ano, vários outros se seguiram estando eu, até à data de hoje, a exercer funções de Treinador nos escalões de formação.

Mas então de que forma é que estes conceitos podem estar ligados? E qual são afinal as principais distinções entre estas tarefas?

Na minha perspetiva, o Professor é, de forma geral, alguém que transmite conhecimento teórico acerca de uma determinada temática. Para além disso, é alguém que se serve do quotidiano e do decorrer das aulas, para educar e abordar ou conduzir determinados valores éticos, morais e culturais. Já um Treinador, é alguém responsável pelo treino prático e pela construção de uma equipa com o fim de esta atingir resultados positivos.

Analisando desta forma, as disparidades destas funções parecem óbvias, o Professor abarca uma responsabilidade mais teórica com base na transmissão de conteúdos e o Treinador centra o seu foco na parte mais prática e na evolução física dos atletas para a obtenção das conquistas estabelecidas no início da

época. O Professor adota uma postura mais próxima do aluno, por vezes associando a vida escolar com a vida pessoal, e o Treinador opta por uma postura mais estrita e centrada no objetivo do treino.

Com a minha vivência diária e com o passar destes 5 anos a frequentar um curso ligado à área do Ensino e a treinar vários escalões de formação no futebol, pude perceber que o Treinador, em semelhança com o Professor, atua também como agente influenciador na formação pedagógica de uma criança ou jovem. As diferenças associadas a estas duas condições existem apenas naquele que é o estereótipo criado pela sociedade pois, a meu ver, todos os bons profissionais que trabalham com faixas etárias mais jovens têm a responsabilidade de educar e instruir os seus alunos ou atletas para além daquilo que é o óbvio.

Em ambos os contextos o objetivo principal é a obtenção do sucesso, seja com resultados escolares e aprendizagens significativas, seja com vitórias sucessivas. E para a obtenção do sucesso qualquer profissional tem de conhecer bem o coletivo com que está a lidar, para que isso aconteça, tem de existir um envolvimento superior aquele que é o básico. Devemos saber como agir com cada um deles e perceber qual a abordagem que melhor funciona de forma individualizada.

Em suma, este ano de EP, aliado ao meu curto percurso como Treinador, fez-me refletir e perceber que o aliar destas duas facetas me faz ser melhor em ambas, ou seja, a parte pedagógica que adquirimos com a vida de Professor vem complementar toda a rigidez do treino, e a praticidade vivida no dia-a-dia de um Treinador vem complementar a necessidade de improvisação que é muitas vezes necessária e recorrente no momento formal de aula. Assim sendo, ainda que as diferenças existam e a literatura as evidencie, é responsabilidade do indivíduo promover uma associação de conhecimentos e perceber que o profissional mais competente será sempre aquele que conseguir abastecer-se do maior número de ferramentas e perceber que não é uma fragilidade o aproximar dos alunos ou atletas, mas sim um bom aliado para o sucesso.

3. Enquadramento da Prática

3.1.- Enquadramento legal e institucional do Estágio Profissional

O estágio profissional é a unidade curricular principal cujo objetivo fundamental é formar e dotar o professor estagiário de ferramentas que o ajudem a desenvolver as suas competências com base na reflexão e na experiência significativa (Batista & Queirós, 2013). No âmbito deste estágio, na FADEUP, a unidade curricular segue a sua estrutura organizativa e integra o espírito do ordenamento jurídico da formação de professores do ensino básico e secundário - Decreto n.º 344/89 de 11 de Outubro e alterado pelo n.º 344/ 89 de 14 de maio Introduzido pelo Decreto n.º 79/2014 - A prática docente é parte essencial dos cursos de formação de professores que oferecem qualificação profissional.

No programa de estudos, os estágios estão inseridos no segundo ano do segundo ciclo de Educação Física do Ensino Básico e Secundário. Este encontra-se dividido em duas partes, uma prática de ensino supervisionada realizada em escolas parceiras, de acordo com o Regulamento do Estágio Profissional (2018/2019), que procura integrar de forma gradual e direcionada na vida profissional um contexto autêntico que fomente o pensamento crítico nos futuros docentes e no desempenho reflexivo das competências profissionais, a capacidade de enfrentar os desafios e exigências da profissão, e a elaboração do relatório de estágio, que deve ser orientado por um Docente da Faculdade que acompanha o Professor Estagiário na prática docente que supervisionar.

O Estágio marca o começo da vida profissional na docência, é o primeiro ano letivo completo, o primeiro ciclo da vida profissional de um Professor, coloca-nos no mundo real em contacto com a comunidade escolar e é, portanto, uma meta de elevada importância na carreira docente.

Os Estudantes Estagiários são integrados no dia-a-dia da escola e passam a desempenhar funções como “observar, descrever, registar, interpretar e problematizar e, conseqüentemente, propor alternativas de intervenção” (Pimenta, 2001, p. 76). Estas vivências são para serem interpretadas e refletidas. É-nos proporcionada a oportunidade de estar inseridos num contexto e de conhecer professores muito experientes, pelo que, sendo que estamos em

constante formação, tudo o que observarmos e registarmos contribuirá fortemente para a nossa formação profissional.

Concluindo, tal como defendem Rodrigues & Ferreira (1998), o Estágio Profissional é um momento verdadeiramente sublime de formação e reflexão, correspondente a uma etapa fundamental na formação profissional de professores. As expectativas dos futuros professores, são geralmente demasiado ambiciosas e quase conseqüentemente bastante desenquadradas. Por isso, Piéron (1996, cit. por Rodrigues & Ferreira, 1998) afirma que o estágio profissional “assume particular interesse na formação dos professores por ser uma etapa de convergência, de confrontação entre os saberes “teóricos” da formação inicial e os saberes “práticos” da experiência profissional e da realidade social do ensino”.

3.2. - A escola como instituição

A escola aparece na vida de cada ser humano nos primórdios do nosso crescimento. Surge desde cedo, e através dos nossos entes mais próximos, é-nos inculcado que a escola é a nossa grande responsabilidade, quase como se do nosso trabalho se tratasse e por isso é a grande parte integrante da vida de umacriança, sendo o espaço físico onde estas passam mais tempo.

Nesta instituição, vivemos uma comunidade heterogênea com alunos vindos de contextos culturais, sociais, económicos ou familiares distintos o que proporciona uma constante descoberta, quer de nós próprios, quer de quem nos rodeia. Esta descoberta acontece dentro e fora do ambiente de aula, e, portanto, devem ser fornecidas todas e quaisquer oportunidades para que os alunos evoluam de forma intra e interpessoal. A escola é a projeção de um livro escolar cheio de conhecimentos que apenas pede que busquem saber dele e dominem todo o seu conteúdo (Bento, 2014).

Todos estes fatores fazem com que a escola viva na necessidade permanente de se adaptar à realidade que a sociedade vive naquele momento, moldando o seu currículo aos temas mais atuais. Por essa razão, podemos considerar que a instituição assume realmente dois papéis fundamentais, o da

socialização, e consequente formação pessoal, e o de preparação para o mundo do trabalho, através da formação académica.

“As escolas de hoje tendem a configurar-se para muitos adolescentes e jovens, como um local de passagem, um longo ritual de iniciação, sem alma, sem fontes de motivação, sem projeto, um tem-de-ser porque nada mais relevante há para fazer.”, Azevedo (2000).

De facto, esta instituição, e como o conceito indica, é organizada de forma a ter uma elevada utilidade pública, o dever é encontrar as melhores competências, identificar carências e sobretudo munir os alunos dos melhores conhecimentos para que possam usar para aliar aos talentos ou para contrariar as fragilidades. Mas todas estas tarefas só podem ser cumpridas tendo por base uma comunidade escolar unida e direcionada para os mesmos valores morais. Assim, os variados Docentes, funcionários e Encarregados de Educação, têm nos seus braços o elevado encargo que é direccionar os seus esforços para acompanhar as suas crianças ou adolescentes. Neste sentido, são várias as iniciativas que a Escola Secundária António Nobre (ESAN) desenvolve de forma a promover este trabalho coletivo e que serão abordadas mais à frente neste documento. A ESAN procura diariamente estabelecer um trabalho multidisciplinar, aliando o que de melhor cada disciplina tem e procurando abordar as mesmas temáticas em simultâneo para que o ensino seja mais eficaz, profícuo e em torno de um objetivo final comum. A Escola é uma “fábrica de cidadãos”, que tem na sua função, uma panóplia enorme de valores intrínsecos que fazem com que a integração social aconteça neste complexo mundo (Canário, 2005).

Em suma, a escola pode ser definida como um espaço de encontro diário de crianças e jovens que vivem em comunidade onde se procura instruir e formar adultos e cidadãos conscientes e cada vez mais conhecedores. Os deveres da escola são muitos e por isso o valor que esta tem é elevado e deve ser reconhecido, o objetivo é comum a todos e a palavra-chave é “comunidade”.

3.3. - Caracterização da Escola de realização do Estágio Profissional

A Escola Secundária António Nobre, situa-se na freguesia de Paranhos localizada no centro da cidade do Porto.

É uma das sete escolas pertencentes ao Agrupamento de Escolas António Nobre (AEAN), do qual é sede. Este Agrupamento surgiu na sequência de dois processos de reordenamento/agregação de Agrupamento de escolas, sendo que o primeiro aconteceu em agosto de 2010 e o segundo ocorreu em julho de 2012.

As várias escolas que integram este Agrupamento distribuem-se pelas freguesias de Paranhos e Campanhã e apresentam uma oferta formativa que inclui o Ensino Básico e Secundário, regular e profissional. Estas escolas são frequentadas por uma população estudantil bastante heterogénea que torna o Agrupamento num espaço multicultural e promove o espírito de escola inclusiva.

No que concerne à Escola Secundária António Nobre, esta foi construída no meio de vários campos agrícolas e inaugurada no ano de 1972. Hoje em dia esta caracteriza-se por possuir uma forte acessibilidade de vias de comunicação, como a VCI, Circunvalação, A3, A4, etc., e também de meios de transporte públicos, destacando-se a proximidade de duas estações do Metro do Porto, Salgueiros e Combatentes. Na área onde a escola está incluída, situa-se o Pólo Universitário da cidade do Porto, com várias instituições de Ensino Superior públicas e privadas, e também o Hospital de S. João e o Instituto Português de Oncologia (IPO) do Porto.

A Escola é composta por quatro blocos, com ligações através de alpendres, que asseguram o contacto permanente dos alunos com a zona exterior. Por esta razão designa-se de “escola aberta”. Dentro destes quatro blocos, existe um mais central, onde estão Órgãos de Gestão, os Serviços Administrativos e Académicos, a sala de Atendimento aos Pais e Encarregados de Educação, o Bufete, a Cantina, a Reprografia/Papelaria, a Biblioteca e o Centro de recursos. Também neste bloco central, pode-se encontrar o Polivalente que funciona como espaço de convívio dos alunos e onde se realizam os Saraus e inúmeros eventos da escola. Neste ano letivo, e devido à situação pandémica em que vivemos, o Polivalente esteve interdito aos alunos, tendo sido aberto há pouco tempo.

No que diz respeito aos três blocos restantes, bloco A, bloco B e bloco C, estes contêm dois pisos e no caso do bloco C, este ainda se subdivide em C1 e

C2. Os blocos incluem salas de aulas convencionais e também alguns laboratórios de Ciências, Física e Química, salas de Informática, de Educação Visual e Tecnológica e o Auditório da escola. Existe ainda um pavilhão Gimnodesportivo capacitado para várias modalidades, sendo que o exterior do pavilhão se encontra rodeado por três campos de jogos.

No meu presente, e ainda recente, percurso nesta escola, estive responsável por acompanhar uma turma de 10º Ano do curso de Técnico de Desporto constituída por 22 rapazes e 3 raparigas na qual lecionei as disciplinas de Desportos Coletivos e Desportos Individuais.



Figura 1 - Escola Secundária António Nobre

3.4. - O contraste entre o “eu” estudante e o “eu” Docente

No decorrer deste ano de Estágio Profissional, são vários os estímulos a que nos propomos diariamente. As dúvidas e incertezas são uma constante e é precisamente nesta estrada, por vezes um pouco sinuosa, que vamos construindo a nossa personalidade de futuro Docente e recolhendo a bagagem que mais tarde será chamada a agir.

Num ciclo cheio de diversidades, somos ainda desafiados a desempenhar a mais estranha das tarefas, ser estudante na Faculdade e Docente na escola onde vivemos esta nossa prática pedagógica. Como poderão estas duas funções escolares ser desempenhadas pela mesma pessoa quase em simultâneo? A meu ver, e tendo por base a minha experiência, o segredo está em termos

presente a importância que a relação aluno-Professor tem no processo pedagógico. Encarar esta questão assim, fez-me perceber que talvez esta posição em que me encontrava fosse uma vantagem para a minha aproximação aos alunos enquanto Docente, pois, ao longo dos últimos anos estive ali mesmo, na situação em que todos eles se encontravam.

Em simultâneo, estar nesta posição de estudante e Docente, faz-nos ter a certeza de que não somos detentores da verdade e estamos em contante aprendizagem. Num dia ajo como um gestor de aula, um transmissor de conhecimento, mas, no momento imediatamente a seguir, estou a refletir no porquê de ter agido assim, pois sou também um estudante em busca de melhorias e aprendizagens.

Acredito que um aluno deve querer saber sempre mais para que, com o decorrer do tempo, possa ser detentor de tanto conhecimento como o “Mestre”, para que possa alcançar aquele que tudo lhe ensinou, o Professor. Paralelamente, um Docente deve procurar sempre ser exímio em tudo o que transmite a todos aqueles que diariamente o ouvem. Esta dicotomia vivida ao longo do ano de Estágio faz-nos refletir exatamente nestes aspetos, vivemos a querer absorver tudo aquilo que nos é ensinado na Faculdade e a transferi-lo para a realidade com que nos confrontamos na escola, e somos afortunados em poder fazê-lo quase de forma imediata, percebendo o que funciona e onde ainda devemos melhorar.

A meu ver, a principal dificuldade tem que ver com a distinção dos momentos e da postura a adotar em cada um deles. Enquanto estudantes somos responsáveis por nós próprios, pelo nosso sucesso e compromisso constante. Seremos bem-sucedidos se trabalharmos para que assim seja, se nos munirmos das melhores ferramentas e se soubermos ter a capacidade de absorver e aplicar o conhecimento adquirido ao longo do percurso académico.

Enquanto Docentes, a nossa principal preocupação passa a ser o outro, o aluno. Aquilo que lhe podemos ensinar, o quê, como e quando, tudo depende das nossas crenças, concepções e conhecimentos adquiridos previamente ou, no caso deste ano, em paralelo. Os conteúdos e os valores que são transmitidos no decorrer do momento de aula irão ser parte integrante da formação académica e pessoal do aluno, por essa razão, a nossa postura enquanto do docente exige

uma responsabilidade e um compromisso maior, onde o foco é, não só, mas essencialmente, a evolução de terceiros.

Em suma, esta dicotomia no qual somos envolvidos no Estágio Profissional, é mais uma particularidade que torna este ano tão diferenciado de todos os outros. A flexibilidade que nos é inculcada desde o primeiro dia, torna-nos estudantes e Docentes mais ativos e envolvidos na tarefa que é lecionar, sem medo de agir, refletir e corrigir.

3.5. - Professora Cooperante

É impossível não começar este tópico sem referir o receio e ansiedade que senti na primeira reunião com o NE e a nossa Professora Cooperante na Escola Secundária António Nobre. Confesso que parti para a reunião com medo, pois, e apesar de saber que certamente iria encontrar uma pessoa que estaria ali para me guiar e de certa forma facilitar o meu trabalho, tinha receio de não me rever na forma de trabalhar ou sequer na forma de estar dessa pessoa.

Findado este ano, é com uma grande felicidade que escrevo que aconteceu exatamente o apostro. A Professora Júlia Sequeira Gomes desde o primeiro dia deixou-nos completamente à vontade e motivou-nos para atingir o máximo em vários planos. Desde logo mostrou-nos que o caminho não seria simples, mas que estaria lá para nós, guiou-me ao longo dos caminhos mais sinuosos e foi alguém que esteve sempre presente quando de certa forma duvidei das minhas capacidades. “Empurrou-me” para que eu pudesse atingir o meu maior e melhor potencial, auxiliou-me a encontrar o meu lugar nas aulas, conseguindo estar pleno e confiante das minhas capacidades.

Proporcionou-me todas as ferramentas teóricas para poder ser bem-sucedido e deu-me inúmeros conselhos que não estão em nenhum livro nem manual escolar. Conselhos que me auxiliaram a lidar com alunos que neste contexto não são os mais acessíveis, nem sempre são os mais educados, mas que têm um potencial incrível se forem bem motivados.

A PC vê nestes alunos, jovens com grandes capacidades e acredita neles como pouca gente acredita, foi um exemplo na forma como consegue tirar o máximo deles, o que nem sempre acontece. A verdade é que, nestes contextos de Cursos Profissionais e com contextos familiares pouco favoráveis, muitas

vezes os jovens não almejam grandes objetivos, isto porque os Professores, funcionários e as pessoas relevantes na sua vida também não lhes incutem essa ambição. Fazem falta pessoas como a Professora Júlia no Ensino, pessoas que confiem nos alunos e os levem a atingir patamares superior como eles merecem.

3.6. - Professora Orientadora

Falar da Professora Orientadora Paula Queirós é falar de alguém que leva os seus alunos a serem melhores a cada dia, na procura teórica e na reflexão inerente ao Ensino. Tem uma capacidade de “provocar” a procura intelectual nos alunos, deixando-me por vezes a debater interiormente sobre qual o melhor caminho a seguir, o que me levou a melhorar as minhas capacidades e a progredir no meu percurso enquanto Professor. A PO tornou-me o meu maior incentivador e ao mesmo tempo o meu maior crítico através dos seus conselhos que fomentam sempre reflexão e discussão interna saudável para o meu desenvolvimento.

Claro que o papel da PO é de certa forma mais distante que o da PC, mas a Professora Paula efetua-o de forma a que se torna extremamente importante na maneira como incute confiança e na maneira como guia através das correções a planos de aula e nos momentos nas aulas observadas.

Foi uma pessoa que esteve sempre disponível, capaz de me esclarecer toda e qualquer dúvida que tivesse, disponibilizando-se para atender os seus alunos a qualquer momento, fosse presencialmente ou à distância, deixando sempre a porta do seu gabinete aberta para nós.

A PO foi uma ajuda extremamente importante entrando num contexto difícil como o que encontrei na Escola Secundária António Nobre, proporcionando momentos de desabafo em momentos de conversa que me ajudaram a confiar em mim e a sentir-me capaz de superar o desafio. Fez-me crer que tinha as capacidades necessárias e motivou-me para ambicionar cada vez mais na procura de atingir um maior nível de competência.

3.7. - Núcleo de Estágio

Tendo praticado, durante grande parte da minha vida, um desporto coletivo como o futebol, sempre dei muito valor ao trabalho em equipa e sempre considerei que no meu estágio, o NE teria um papel extremamente importante para mim. Inicialmente não posso negar que foi uma notícia menos boa quando descobri que estaria a estagiar com pessoas que praticamente não conhecia. O núcleo foi constituído por mim, pela Mariana Almeida, o Ricardo Mesquita e o João Santos, sendo que conhecia ligeiramente a Mariana do ano anterior e os restantes dois colegas eram perfeitos estranhos para mim.

O mais importante aqui é que rapidamente nos tornamos uma equipa, a nossa relação rapidamente se desenvolveu e os quatro formamos um grupo funcional e que se desenvolveu para além do que era necessário em termos de trabalho e tarefas, tendo vindo a tornar-se numa amizade também.

Algo muito relevante é o facto de ter tido a oportunidade de conhecer pessoas diferentes, com maneiras distintas de pensar e com formações académicas diferentes. Eu sou licenciado na FADEUP, a Mariana na FCDEF-UC, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física de Coimbra, o Ricardo na ESE, Escola Superior de Educação do Porto, e o João Santos na ESEV, Escola Superior de Educação de Viseu. Todos fomos formados em sítios diferentes o que nos fez chegar a este ponto com um conjunto de ferramentas diferentes, e metodologias distintas, e que, aliados, nos tornaram um núcleo mais forte e mais seguro de si próprio.

Demoramos algum tempo até nos entrosarmos uns com os outros, o normal para pessoas que pouco se conheciam, mas rapidamente nos tornamos amigos, o que facilitou o nosso trabalho.

Criamos logo um grupo no WhatsApp para estamos em permanente contacto e não houve tarefa para o Núcleo de Estágio que não resolvêssemos com a máxima rapidez e com a máxima prontidão. Sempre nos protegemos uns aos outros e procuramos fazer o melhor para o grupo tentando constantemente que cada um de nós atingisse o seu potencial.

Ao longo do ano discutimos planos de aulas, unidades didáticas, métodos de ensino, formas de lidar com os alunos de modo a que conseguíssemos todos levar a cabo boas aulas. Todos tivemos turmas diferentes e todos tivemos alunos

mais ou menos problemáticos, algo que sempre nos deixou um pouco reticentes sobre a melhor maneira de lidar com determinadas situações, mas no fim tentamos sempre encontrar o melhor para a turma em causa.

A certo momento do ano, eu e a Mariana partilhamos a turma de 10º TD na disciplina de Desportos Coletivos, o que reforçou o nosso trabalho coletivo pois tivemos mais momentos de discussão saudável sobre exercícios, alunos e classificações.

Sinto que não teria completado este percurso de forma tão bem-sucedida e leve se não tivesse a acompanhar-me estas três pessoas que sempre se mostraram disponíveis para mim nos momentos mais difíceis e sempre me congratularam nos melhores momentos.

3.8. - Cursos Profissionais

Tendo por base a informação que consta na ANQEP, a Agência Nacional para a qualificação e o Ensino Profissional, os Cursos Profissionais entendem-se como um percurso de Ensino Secundário com dupla certificação, isto é, procura-se que os alunos possam desenvolver competências sociais, científicas e profissionais, essenciais ao exercício de uma determinada atividade profissional, e, concomitantemente, pretende-se fornecer o nível secundário de educação. Estes cursos preparam essencialmente os jovens para uma inserção mais qualificada no mercado de trabalho e permitem a realização de estudos ao nível pós-secundário e Ensino Superior.

Os Cursos Profissionais integrados no Catálogo Nacional de Qualificações têm duração de três anos, com uma carga horária que varia entre as 3100 e as 3440 horas, e estão organizados em quatro componentes de formação (Portaria n.º 235-A / 2018, de 23 de agosto): Formação Sociocultural, Formação Científica, Formação Tecnológica e Formação em Contexto de Trabalho.

Estes cursos culminam com uma apresentação e defesa, perante um júri, de uma PAP, Prova de Aptidão Profissional, na qual são demonstrados as competências e os conhecimentos que estes desenvolveram ao longo da formação. Esta opção pode de facto ser a solução mais indicada para quem concluiu o 9º ano, ou formação equivalente, e procura uma formação mais

prática e orientada para o mercado de trabalho, podendo no final prosseguir estudos superiores.

No final do curso, os alunos obtêm uma dupla certificação - o ensino secundário e uma certificação profissional - conferindo o nível 4 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações - Portaria n.º 782/2009, 23 de julho.

A conclusão do Ensino Secundário nos Cursos Profissionais está dependente da aprovação em todas as disciplinas e UFCD, na formação em contexto de trabalho e na Prova de Aptidão Profissional.

Os cursos profissionais têm uma elevada importância no futuro dos jovens do nosso país. As crianças não são todas iguais e nem todas as crianças gostam de estudar ou pretendem, no futuro, ingressar no Ensino Superior, apenas querem terminar o ensino obrigatório ou começar a trabalhar logo após o término do Ensino Secundário. Tendo isso em conta, encaro os cursos profissionais como uma oportunidade de preparar jovens para o mundo do trabalho de forma mais específica e mais concreta.

Durante o curso os alunos têm a oportunidade de estagiar num contexto profissional e aprender diretamente com quem já tem experiência na área em questão. Estes estágios são uma porta de entrada para o mundo do trabalho, uma oportunidade no mercado tão abrangente como o profissional.

A verdade é que, esta tipologia de cursos, providencia bastantes vantagens para os alunos pois permite-lhes “aprender” uma profissão. Neste contexto os alunos têm disciplinas científicas e outras práticas específicas da profissão principalmente através de Estágios contextualizados na área específica.

Os alunos percebem também desde logo como funciona o mercado de trabalho através do estágio, conseguem entender desde cedo como é que se podem enquadrar e o que precisam de mudar nas atitudes e maneirismos para facilitar esse processo. A partir do Ensino Secundário, começam a criar uma lista de contactos empresariais e pessoais na área, o que facilita o processo de procura de emprego, isto devido ao grande número de horas dedicadas ao estágio que acaba por incentivar ao contacto com outras pessoas dedicadas à área específica. Todos estes fatores facilitam a entrada no mercado de trabalho num momento em que vivemos e em que é tão difícil para os jovens encontrarem emprego.

Este tipo de curso atrai alunos dos mais variados contextos, sendo que na ESAN, é notória a escolha deste percurso por alunos que não veem no ensino regular uma solução pertinente para o seu futuro. Este tipo de jovens, geralmente, procura um caminho mais prático e que fuja um pouco ao tradicional, ou seja, uma opção onde o tempo de sala de aula e de estudo de disciplinas que não são do interesse deles seja reduzido. É também possível verificar que muitos alunos com problemas comportamentais procuram estes cursos como forma de, e segundo a sua conceção, reduzir o tempo de estudo e cumprir o ensino obrigatório de forma mais fácil e adequada.

Os cursos profissionais permitem aos alunos obter melhores classificações pois terão disciplinas mais específicas da área onde, na teoria, estão mais à vontade e que pretendem que seja o seu futuro.

Indo ao encontro de todas as vantagens enumeradas anteriormente, os cursos profissionais dão, de facto, a oportunidade a jovens que não possuem tanta apetência para as áreas grandes, como as áreas humanísticas, por exemplo, de entrar no mundo da Faculdade. Pessoalmente penso que estes alunos ingressam na Faculdade com uma vantagem pois passaram os anos do Secundário a especificar o seu conhecimento na área em que efetivamente se pretendem formar.

Na área do Desporto em que me encontro inserido, sinto que os alunos com que estagiei se conseguirem o objetivo de entrar na Faculdade de Desporto, estarão mais bem colocados para ter sucesso pois já tiveram disciplinas que irão ser abordadas na Licenciatura.

3.9. - Dicotomia entre Ensino Regular e Ensino Profissional

No início do meu Estágio Profissional informaram-me que este ia ser realizado com turmas de Cursos Profissionais, algo que não me assustou, mas que me deixou mais alerta, isto pois nunca tive contacto com esse tipo de Ensino. Durante todo o meu percurso escolar frequentei o Ensino Regular, por isso tinha algumas dúvidas referente ao funcionamento do Ensino Profissional. Como funciona o ensino por módulos? Como é que se avalia neste tipo de ensino? Os alunos são mais desinteressados? Ou são mais interessados visto que estão numa área mais específica e que, teoricamente, mais apreciam?

Com o tempo, muita pesquisa e o acompanhamento paciente da Professora Cooperante todas estas dúvidas se dissiparam e rapidamente percebi como navegar estas águas que, à priori, pareciam tão turvas. Foi necessária a consulta de vários documentos, tais como o Referencial de Formação de Técnico de Desporto – Nível 4, o Manual de Ténis na Escola, entre outros. Esta consulta rapidamente me elucidou com o que, considerei na altura, as bases fundamentais para iniciar este processo de lecionação. A duração dos módulos e o número de aulas que existem para cada temática, elucidou o meu planeamento e fez-me organizar as aulas e os conteúdos a abordar tendo em conta aquele que era o meu principal objetivo, a aprendizagem dos alunos de forma séria e comprometida.

Penso que a grande dicotomia entre Ensino Regular e Ensino Profissional se prende com o preconceito que existe para com estes alunos, presume-se que são preguiçosos e inaptos, que rumam para estes cursos com o intuito de findar o Ensino Secundário e não com o foco na aprendizagem mais prática que esta modalidade de ensino confere.

Após pouco tempo de lecionação, rodeado destes alunos “preguiçosos e inaptos”, concluí que esta é uma conceção que está errada. Estes jovens eram tão ou mais aptos do que qualquer aluno do Ensino Regular, mas por vezes vivenciavam questões no seu dia-a-dia mais profundas que lhes complicam o caminho.

Havia, de facto, alunos mais complicados do ponto de vista comportamental, mas também existiam alunos que estavam focados em fazer o seu percurso na área do Desporto e em efetivamente seguir um rumo ligado a esta área que tantos apaixona. Ao longo deste ano letivo, percebi que, muitas vezes, mesmo os alunos mais problemáticos só precisavam de alguém que depositasse alguma confiança neles e dispensasse algum de tempo a mostrar-lhes que eles conseguem fazer tudo a que se propuserem.

Algo que me auxiliou nesta questão, foi a proximidade de idade que eu e os alunos tínhamos. Com alguns momentos de conversa consegui que eles se aproximassem emocionalmente de mim, pude estabelecer elos e interesses em comum, todos estes fatores foram essenciais para o esclarecimento de situações menos agradáveis e fulcrais para a resolução de problemas. Posso inclusive

referir dois exemplos, um em que se tratava de um aluno que não tem uma família muito presente e que quando percebeu que eu estava inserido no contexto do futebol várias vezes me pediu para que fosse assistir a um jogo dele. O outro era de um aluno que, por razões externas às aulas que eu lecionei, teve de mudar de estabelecimento de ensino. Na nova Escola, tinha de estagiar logo desde o primeiro período, e, assim sendo, perguntou-me se conseguiria colocá-lo no clube onde trabalho, algo que fiz após várias conversas mais sérias sobre o compromisso e dedicação dele. Posso ainda acrescentar que este aluno se mantém no clube e é tido como exemplo de dedicação e vontade de aprender, servindo como referência para os seus jovens atletas.

Apesar de todas as disparidades burocráticas entre Ensino Regular e Profissional os alunos serão sempre alunos, jovens com sonhos e ambições que devem ser tratados da mesma forma. E foi com este aspeto que me comprometi ao longo de todo o ano, a confiar neles e a mostrar-lhes que podem seguir o caminho correto para concretizarem os seus objetivos.

3.10. - Curso Profissional de Técnico de Desporto

Consultando a oferta formativa da ESAN podemos constatar que um Técnico de Desporto é responsável por variadíssimas funções, tais como:

- Elaborar o plano anual de preparação em colaboração com os técnicos de grau superior responsáveis pela modalidade desportiva;
- Coadjuvar na preparação e organização das sessões de treino;
- Orientar, com supervisão de um técnico de grau superior, as sessões de treino com vista ao aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva, promovendo o cumprimento das regras da modalidade e das regras de disciplina;
- Organizar a participação e orientar os praticantes em competição, com supervisão de um técnico de grau superior;
- Colaborar na avaliação dos resultados das sessões de treino em função da sua adequação aos objetivos estabelecidos, sob supervisão de um técnico de grau Superior;

- Participar, sob supervisão de um técnico de grau superior, no planeamento e coadjuvar na implementação de atividades, individuais ou de grupo, de melhoria da aptidão física, no âmbito do treino desportivo;
- Participar na conceção e implementação de programas de atividades físicas e desportivas em contexto de animação e de ocupação de tempos livres;
- Coadjuvar o técnico superior no aconselhamento aos praticantes na adoção de hábitos saudáveis e de cuidados de higiene na sua vida quotidiana.

Este curso Profissional de Técnico de Desporto tem a duração de 3 anos letivos, que incluem a Formação em Contexto de Trabalho – Estágio, e confere dupla certificação (EQAVET), o Diploma de Estudos Secundários (12º ano), permitindo o normal acesso ao Ensino Superior e o Diploma de Qualificação Profissional de nível 4.

Nas componentes de formação encontramos a componente de formação sociocultural (Português, Inglês, Área de Integração, Tecnologias da Informação e Comunicação e Educação Física) componente de formação científica (Matemática, Psicologia e Estudo do Movimento) e componente de formação tecnológica, sendo que nesta última encontramos as disciplinas mais específicas ao curso: Introdução ao Desporto, Desportos Coletivos, Desportos Individuais e Atividades de Animação e Lazer.

A distribuição horária consiste em 1000 horas para a componente de formação sociocultural, 500 horas para a componente de formação científica, 1200 horas para a componente de formação tecnológica e 600 horas para a formação em contexto de trabalho, perfazendo um total de 3300 horas.

Esta alternativa ao Ensino Regular proporciona saídas profissionais e académicas tais como:

- Prosseguimento de estudos para cursos de Nível V (Treino Desportivo de Jovens, Lazer Desportivo e Desporto e Turismo de Natureza);
- Comércio e fabrico de material desportivo;
- Organização de Eventos Desportivos;

- Ingresso nas Forças Armadas;
- Ingresso no ensino superior na área do desporto;
- Profissional de Desporto em: Clubes desportivos; Associações desportivas; Ginásios; Autarquias; entre outras.

No primeiro ano do curso os alunos frequentam as disciplinas de Desportos Coletivos e Desportos Individuais tendo de concluir com sucesso os módulos de: O Jogo, Andebol – Iniciação, Basquetebol – Iniciação e Futebol – Iniciação, no caso dos Desportos Coletivos e Atletismo – Iniciação, Ginástica – elementos técnicos gerais e Ténis – Iniciação.

O Curso Profissional de TD garante a oportunidade de os alunos poderem terminar o Ensino Secundário com uma determinada capacidade na área do desporto. Este curso permite-lhes a aquisição de diversas ferramentas nesta área e fornece conhecimentos para que estes possam enveredar por várias modalidades enquanto técnicos de Desporto.

O curso tem uma carga teórica em que são abordadas disciplinas comuns às outras áreas e disciplinas específicas da área do Desporto. Na carga prática os alunos praticam e são avaliados em diversas modalidades, na sua execução e na maneira de as ensinar, principalmente no estágio. Os alunos experimentam um leque variado de modalidades nas disciplinas de Desportos Coletivos e Desportos Individuais o que lhes permite ter uma experiência basta e variada no desporto.

Este curso torna-se aliciante tanto para alunos que não querem prosseguir os estudos e apenas querem terminar o Ensino Secundário e iniciar imediatamente o mundo do trabalho, como para alunos que querem continuar o seu percurso académico e ingressar no Ensino Superior.

Este tipo de cursos, por vezes, têm uma conotação mais negativa pois atraem alunos mais desinteressados e desleixados, não sendo a Educação uma prioridade para eles. A meu ver, este infeliz fator, apenas torna mais desafiante lecionar estas turmas pois alguns dos alunos têm um potencial incrível e podem dar um rumo a sua vida que através de outros contextos não conseguiriam dar. Penso que o mais pertinente neste curso, é mesmo que alunos que pretendam prosseguir para o Ensino Superior já estão a frequentar disciplinas com conteúdos extremamente importantes e semelhantes aos que serão abordados

nas suas Licenciaturas fazendo com que ingressem na Faculdade com uma vantagem relativamente superior aos outros estudantes.

3.11. - Turma 10º TD

A turma que me foi atribuída no contexto de estágio foi a turma 10º TD onde lecionei as disciplinas de Desportos Coletivos e Desportos Individuais. A turma iniciou o ano com 28 alunos, 3 raparigas e 25 rapazes. Os alunos tinham idades compreendidas entre os 16 e os 18, como podemos verificar no Gráfico 1, com uma média de idades de 16,8 anos. dos quais dois mudaram de escola logo na primeira semana abrindo vaga para ingressar um outro aluno que estava colocado noutra curso na nossa escola.

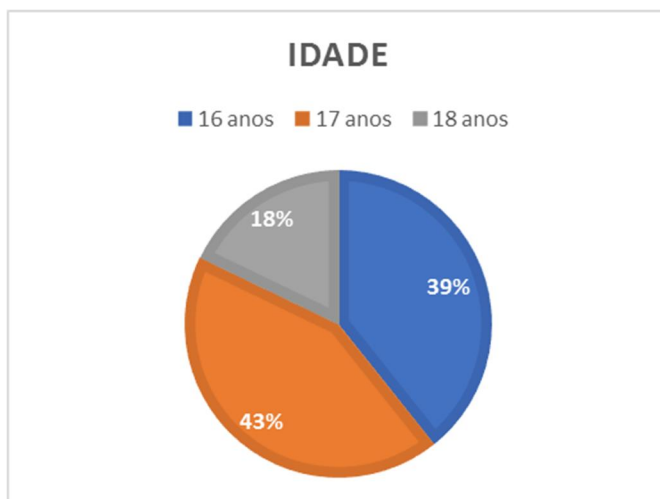


Gráfico 1 - Distribuição, em percentagem, das idades dos alunos da turma de 10ºTD.

Logo na primeira semana dois alunos mudaram de escola abrindo vaga para ingressar outro aluno que estava colocado noutra curso na nossa escola. Um outro aluno, após apenas um mês neste curso, fez a transferência para outra escola que considerou que ia mais ao encontro das suas expectativas.

Os alunos praticavam, quase todos, alguma modalidade, apenas 8 alunos não praticavam modalidade nenhuma. Sendo que as modalidades praticadas variavam entre Andebol, BTT, Basquetebol, Futsal, Ginástica Acrobática e, a mais praticada, Futebol. Sendo que apresentavam também um vasto leque de modalidades já praticadas e desportos preferidos.

Praticas alguma modalidade desportiva?

28 respostas

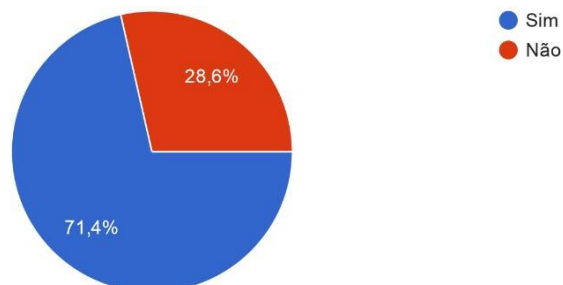


Gráfico 2 - Distribuição, em percentagem, da prática Desportiva dos alunos da turma de 10ºTD.

Quais são as modalidades que mais gostas

27 respostas

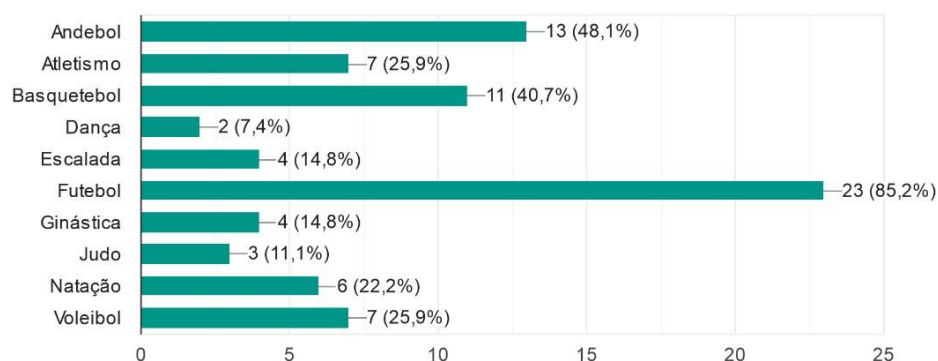


Gráfico 3 - Distribuição, em percentagem, das modalidades de eleição dos alunos da turma de 10ºTD.

Com o decorrer do ano mais alunos abandonam a turma, no mês de dezembro um aluno que tinha alguns problemas de comportamento, em aulas que não as minhas, foi convidado a abandonar a instituição e acabou por ingressar numa outra escola mantendo o curso. No mês de março um aluno, detentor do pior comportamento da turma, tendo já sido suspenso três vezes, foi convidado a sair pela escola ingressando noutra escola num curso semelhante. Por fim no mês de maio, um aluno que não tinha interesse em continuar a estudar, atingiu os 18 anos de idade e decidiu abandonar a escola e prosseguir de imediato para o mundo do trabalho, ficando a turma com um total de 22 alunos, sendo 19 rapazes e 3 raparigas

Era notório desde o início que esta turma tinha um potencial motor incrível, grande parte dos alunos possuíam fortes características a nível físico, porém, do ponto de vista disciplinar e comportamental, tinham muitas carências e bastantes alunos eram muito problemáticos.

Os alunos extremamente problemáticos, eram cerca de seis ou sete, dependendo das aulas, em grande parte das mesmas, não conseguiam estar concentrados e preferiam interromper a aula e estar a praticar algo que não deviam do que estar empenhados no exercício sugerido. Por outro lado, tenho de destacar também cerca de sete alunos donos de um comportamento excelente, ou muito perto disso, que estavam sempre focados, eram muito educados e que de certa forma faziam com que a aula prosseguisse.

Os alunos problemáticos no primeiro mês perturbaram muito a normalidade da aula, mas após passada essa fase inicial, consegui desenvolver algumas estratégias para contrariar esses comportamentos desviantes e consegui tornar as aulas mais apelativas para que, até estes alunos mais difíceis, estivessem mais empenhados. Em casos mais isolados, um ou outro aluno, principalmente os muito malcomportados, tiveram de ser convidados a abandonar a aula ou, de certa forma, foram repreendidos pedagogicamente.

É com orgulho que digo que lecionei aulas a esta turma e não trocava esta experiência por nada, pois pude relacionar-me com todos, principalmente os que ficaram até ao fim, e até os alunos com comportamentos desviantes, conseguiram ver em mim alguém que respeitavam e com quem podiam aprender. Posso dar o exemplo de um aluno que deixou a turma em dezembro pois neste momento trabalha comigo, no Clube onde sou treinador, sendo também ele treinador de futebol. Isto, pois, na escola para onde transitou, é necessário que os alunos façam o estágio desde início e este aluno pediu-me ajuda, pedido ao qual acedi. Até ao momento, ele continua a ser um exemplo de comportamento e dedicação no clube.

A verdade é que esta era, ou foi, uma turma problemática e muitos professores tinham problemas com os alunos. No entanto as ocorrências nas minhas aulas foram muito limitadas e sinto que se muitos professores confiassem mais nos alunos ou se tentassem conversar um pouco mais com estes alunos conseguiriam chegar até eles mais facilmente.

Aprendi muito com estes alunos e penso que muitos professores deveriam ter outra abordagem com eles, algo mais próximo pois a maioria destes jovens, sofre de problemas familiares, de carências físicas e emocionais e alguns alunos nem sequer têm um apoio parental dentro da sua casa, o que para mim foi um choque e me fez querer relacionar mais com os alunos e chegar a um patamar exclusivo na relação professor-aluno.

3.12. - O papel do Professor Estagiário enquanto elo de ligação entre o Professor Cooperante e os alunos

A priori, e quando pensamos nesta situação, o Professor Estagiário (PE) parece apresentar uma ligeira “vantagem” relativamente ao PC na relação com os alunos apenas pelo facto de terem idades mais semelhantes, sendo que o PE tem uma idade mais próxima dos alunos fazendo com que seja mais fácil estabelecer uma ligação. Os alunos veem no PE alguém em quem podem confiar, alguém com quem podem conversar e até de certa forma estar mais à vontade, o PE tem todo o peso e a responsabilidade de saber lidar com este papel. Este papel acaba por ter um grande poder e torna-se importantíssimo na manutenção do bom ambiente e no desenvolvimento de uma boa relação entre alunos e professores. Segundo Matos (2012), os jovens Professores fazem com que a sua atividade Educativa se assente num ato desperto, ordenado, participado e coerente, e com que o seu processo de Ensino seja marcado pela intensão, antecipação, avaliação e êxito educativo.

Procurando uma maior aproximação aos alunos aproveitei os inquéritos iniciais e tive como objetivo promover o humor, o companheirismo e a compreensão, que foram os valores que eles mais selecionaram enquanto importantes num Professor.

Quais as características que mais aprecias num professor?

28 respostas

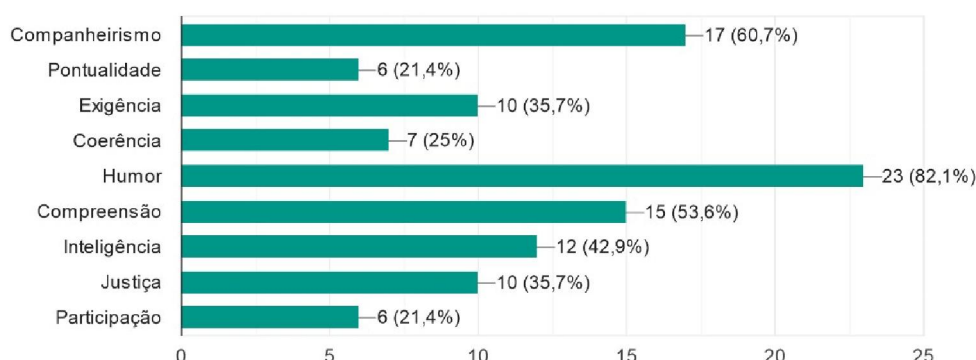


Gráfico 4 - Distribuição, em percentagem, das características de eleição num Professor mencionadas pelos alunos da turma de 10ºTD.

Se os alunos confiam no PE, este deve ser e conseguir manter uma ponte entre os alunos e Professor Cooperante, estabelecendo uma boa relação Professores-alunos, sem deixar de se tentar estabelecer como Professor, deve procurar uma que exista uma relação.

A verdade é que o PE, está a começar o seu percurso no mundo da docência e também por essa razão deve aproveitar este ano para criar uma relação com os alunos que lhe permita verificar quais são as estratégias que podem ou não resultar no futuro. Sendo alguém jovem e mais próximo dos alunos pode arriscar mais, mas sempre dentro dos limites do racional e do ético.

No meu caso específico senti exatamente que foi mais fácil relacionar-me com os alunos sendo que possuímos idades relativamente próximas e temos interesses em comum dentro do mundo do desporto, cinema, música e televisão, o que de certa forma pode ser usado para uma aproximação entre os patamares de Professor e Alunos em momentos menos formais. A par destes fatores, a realidade é que o meu dia-a-dia ainda se assenta em ser estudante do Ensino Superior e portanto esta foi também uma das condições que partilhava com a turma e que acabava por me aproximar mais deles, ainda que em circunstâncias diferentes, eramos ambos o indivíduo que está a aprender. O Ensino Secundário deixou de ser a minha realidade há pouquíssimos anos e portanto, dominar e conhecer bem de perto essa realidade que eles agora viviam, tinha de ser algo

a meu favor e que me ia auxiliar a enfrentar possíveis dificuldades comportamentais.

Portanto o PE como qualquer professor deve aproveitar os momentos menos formais para conversar com os alunos e mostrar-lhes que o Docente é mais do que um Docente, é alguém que possivelmente já enfrentou as mesmas angústias que eles e é, particularmente, uma pessoa em quem eles podem confiar. Assim, e tendo por base a minha pequena experiência, concluí que com o passar do tempo a turma se foi disponibilizando emocionalmente para desabafar sobre assuntos que várias vezes os estavam a impedir de atingir o seu mais elevado potencial e de serem melhores a cada dia.

Assim que concluí que, de facto, a aproximação dos alunos à minha pessoa era quase natural, devido às razões que enumerei anteriormente, concluí que um dos meus variados papéis teria de ser agir como elo de regulação entre os alunos e a PC. Tal como vulgarmente sabemos, algo que por vezes acontece entre as turmas e os respetivos Docentes tem que ver com os choques geracionais e eu senti que, como fator intermédio, era minha responsabilidade funcionar como regulador de ambas as partes desempenhando um papel próximo de ambos e que levasse aquele que é o foco de todo este processo, o sucesso e o bem-estar dos alunos.

Conhecer bem os alunos e estabelecer uma relação tão leve e respeitosa com eles fez com que, em comunidade com a PC, pudéssemos ser mais eficazes nas estratégias a aplicar e transmitíssemos aquilo que pretendíamos à turma. Funcionar como agente mediador facilitou toda a comunicação e fez com que situações com mais constrangimentos fossem resolvidas levemente e até evitadas. Sinto que fui central neste processo e penso que a presença de um PE no quotidiano de uma turma pode trazer vantagens de comunicação e funcionamento.

É verdade que fiz sempre um esforço de modo que a minha aproximação aos alunos fosse forte e eles sentissem em mim alguém em quem podiam confiar. Tenho dois grandes exemplos dessa aproximação, em que tirei vantagem do meu papel enquanto treinador de Futebol e a aliei à oportunidade de ser um Professor diferente, pela positiva.

Aproveitei o facto de na minha função enquanto treinador de Futebol, ter de acompanhar a minha equipa em contexto de jogo disputado com o Clube onde um aluno era atleta e permaneci no recinto mais tempo para ver o jogo dele. Senti que aquele momento foi para ele uma demonstração de preocupação ao qual ele não estava habituado e a partir daí senti-o muito mais próximo e com um comportamento muito mais próximo do correto nas minhas aulas. Numa outra ocasião, proporcionei a oportunidade de um aluno, que mudou de escola a meio do ano, estagiar no Clube onde sou treinador, isso fez com que toda a turma me visse como alguém muito mais acessível, pois o aluno ainda mantinha contacto com o resto da turma e partilhou esse feito. Considero que estes dois momentos foram cruciais, não só para estes dois jovens, mas também para toda a turma que pode verificar que este comportamento da minha parte é algo normal e que facilmente pode ocorrer. Na verdade, em meu entendimento, é só parte do papel do Professor enquanto educador e uma figura maior na vida dos alunos.

Desta forma, ao longo deste ano houve alunos que decidiram conversar comigo acerca de problemas familiares, acerca de problemas no desporto que praticam, sobre questões que os perturbavam no geral, e tudo isto apenas porque despendi algum tempo a falar com eles e porque não tive receio de “descer” do meu patamar como Professor para me aproximar deles. A meu ver, a resposta a este desafio está em criar um equilíbrio entre o ser Humano e ser e manter uma postura de Professor.

3.13. - Disciplina Desportos Coletivos

A disciplina de Desportos coletivos engloba vários módulos, sendo estes: O Jogo; Andebol – Iniciação; Basquetebol - Iniciação e Futebol – Iniciação.

Todos os módulos têm a duração de 30 tempos onde cada tempo tem 50 minutos, perfazendo um total de 25 horas para cada módulo e 100 horas para a disciplina. Para obterem aprovação à disciplina os alunos necessitam de obter uma classificação mínima de 10 valores a cada um dos módulos abordados.

O módulo “O Jogo” contém alguns objetivos mais distintos dos comuns aos restantes módulos, nomeadamente, reconhecer a história dos jogos, identificar os jogos tradicionais portugueses, identificar os diferentes tipos de jogos e as

idades em que se aplicam, realizar uma atividade em que seja utilizado um jogo, construir um jogo e elaborar um portfólio de jogos.

Para que estes objetivos sejam alcançados, abordamos alguns conteúdos específicos, tais como, conceito de jogo, tipos de jogos (regras, simbólicos, sensório-motores, tradicionais), a história e a evolução dos jogos, jogos tradicionais portugueses, objetivos e finalidades dos jogos, as idades em que cada tipo de jogo pode ser aplicado e o planeamento e construção de jogos.

Para o módulo de “Andebol – Iniciação” encontrávamos os seguintes objetivos, identificar a história da modalidade, relacionar o andebol com os outros jogos coletivos, identificar e aplicar as regras do jogo fundamentais e aplicar os regulamentos do jogo.

Dentro dos conteúdos é aconselhado que seja explorada a história do andebol, o andebol na antiguidade, o surgimento do andebol, o andebol em Portugal e o enquadramento do andebol nos jogos coletivos.

Um dos conteúdos a lecionar tem que ver com as regras do jogo de andebol onde exploramos o terreno de jogo, o tempo de jogo, a bola, a equipa e substituições, o guarda-redes, a área de baliza, o manejo da bola, o jogo passivo, as faltas e a conduta antidesportiva, o golo, o lançamento de saída, a reposição em jogo, a baliza, os livres de 7 metros e as sanções disciplinares.

Ao longo do módulo foram ainda lecionadas a metodologia do jogo de andebol, os jogos pré-desportivos de andebol, tais como o jogo dos 10 passes ou a bola ao fundo e respetivas variantes, a introdução ao jogo reduzido e jogo condicionado. Para além disso exploramos as componentes do jogo de andebol, as ações individuais ofensivas, tais como manipulação da bola (pega da bola), remate (remate em apoio e em salto), passe (passe e desmarcação), receção (receção a duas mãos) e drible (drible de progressão). Por fim encontramos as ações individuais defensivas refletidas na posição base defensiva (colocação dos apoios, colocação das mãos e dos braços e relação com as regras).

O módulo de “Basquetebol – iniciação” contém quatro objetivos principais que passavam por aplicar as várias técnicas individuais do basquetebol, aplicar os princípios de execução na posição defensiva básica e os princípios técnico-táticos de 1x1 nas diversas situações ofensivas do basquetebol, identificar os

conceitos defensivos ofensivos de jogo 3x3 e identificar os conceitos do contra-ataque e os princípios gerais do ataque de posição do basquetebol.

Como conteúdos específicos deste módulo temos a caracterização do jogo focando nas regras fundamentais jogo, conteúdos da técnica individual, como o drible, o passe, receção, a desmarcação, os lançamentos, a defesa ao jogador com bola e a posição defensiva básica. De seguida temos também conteúdos da tática individual ofensiva (1x1), tratando-se de abordagens ao jogo 1x1 em todo o campo - atacante em progressão, princípios técnico-táticos e repertório de soluções técnicas técnico-táticas para ganhar vantagem sobre o adversário direto. Um dos conteúdos incide sobre o jogo reduzido em que abordamos os principais conceitos ofensivos e defensivos do jogo 3 para 3 e sobre a tática coletiva defensiva procurando explorar o contra-ataque, princípios técnico-táticos do contra-ataque, metodologia do ataque e os princípios gerais do ataque de posição.

No módulo do “Futebol - iniciação” encontramos dois objetivos principais, identificar e aplicar procedimentos individuais do jogo durante as fases ofensiva e defensiva e caracterizar os objetivos e fundamentos do jogo de futebol no ataque na defesa, no quadro da sua organização dinâmica.

Os conteúdos abordados são do foro da metodologia das ações técnicas individuais nomeadamente as ações individuais ofensivas tais como cabeceamento, remate, técnica de guarda-redes, receção, condução, proteção, simulação, drible/finta e passe, ações individuais defensivas (desarme), interceção e ações específicas do guarda-redes. No último conteúdo encontramos o jogo de futebol propriamente dito em que procuramos abordar as finalidades e a organização do jogo de futebol, a perspetiva dualista de organização do jogo de futebol, o processo ofensivo e o processo defensivo.

3.14. - Disciplina Desportos Individuais

A disciplina de Desportos Individuais engloba vários módulos, sendo estes: Atletismo - Iniciação; Ginástica – Elementos técnicos gerais e Ténis – Iniciação.

Os módulos de Atletismo e Ginástica tiveram a duração de 30 tempos de 50 minutos, fazendo um total de 25 horas para cada módulo e o de Ténis teve a duração de 60 tempos de 50 minutos perfazendo um total de 50 horas e 100

horas para a disciplina. Para aprovação à disciplina os alunos necessitam de obter uma classificação mínima de 10 valores a cada um dos módulos.

O primeiro módulo foi “Atletismo – iniciação” que conteve cinco objetivos principais, descrever os principais aspetos regulamentares no que respeita à competição, identificar os principais aspetos da técnica de corrida das provas de velocidade, aplicar os principais aspetos técnicos do salto em altura, identificar os principais aspetos técnicos de lançamento do peso e organizar sessões de treino das diferentes disciplinas do atletismo.

Dentro dos conteúdos, encontrávamos as diferentes disciplinas do atletismo (ar livre e pista coberta), aspetos regulamentares das provas de atletismo, escalões etários e respetivos quadros competitivos, a técnica de corrida, mais especificamente em escalões de formação, o ciclo da passada da corrida de velocidade, os aspetos técnicos fundamentais da técnica de corrida nas provas de velocidade e a tipologia de exercícios para a melhoria da técnica de corrida e sua organização do treino. Abordando o salto em altura explorávamos as regras básicas, aspetos técnicos e a iniciação ao salto em altura com a corrida em curva, o salto em tesoura e a técnica de *Fosbury flop*.

Por fim temos conteúdos do lançamento do peso abordando as regras básicas, os aspetos técnicos e a iniciação ao lançamento do peso com a técnica retilínea.

No módulo de “Ginástica - Elementos técnicos gerais” encontrávamos quatro objetivos principais, sendo eles: identificar diferentes padrões motores gímnicos e a sua relação com o tipo de elemento técnico e gímnico em presença, aplicar as progressões de aprendizagem e tarefas adaptadas às características motoras, físicas, anatómicas e mentais do praticante, descrever os elementos gímnicos das várias modalidades da ginástica e corrigir os erros mais frequentes de base nos aparelhos.

Este módulo contém bastantes conteúdos iniciando pelos conteúdos dos equilíbrios de base como pressupostos técnicos de execução de técnicas no solo e nos aparelhos, técnicas gímnicas (estacionários) e técnicas dinâmicas (deslocamentos em equilíbrios). De seguida encontrávamos conteúdos dos elementos técnicos com dois e três modalidades da ginástica tais como pegase pontos de contacto, noções de equilíbrio (peso e contrapeso), elementos de

equilíbrio no solo entre dois ginastas, elementos de equilíbrio para pares/trios, montes/desmontes e elementos de dinâmicos para pares/trios. Conteúdos para saltos gímnicos como saltos no solo para as diversas disciplinas, exercícios de adaptação ao minitrampolim, trampolim e mesa de altos com progressão de altos e colocação de braços e progressão de saltos e jogos no trampolim.

Abordamos também conteúdos que dizem respeito à corrida, como a corrida de velocidade progressiva, corrida de aproximação com pré-chamada e chamada a 1 e 2 pés no trampolim *reuther*; no minitrampolim e exercícios de técnica de corrida. Conteúdos de saltos verticais simples como saltos no minitrampolim, trampolim, *tumbling* (insuflável) e na mesa de saltos, receções com e sem piruetas, rotações longitudinais, definição da lateralidade em ginástica, definição e variações das rotações longitudinais com e sem contacto, independente da posição do corpo.

Exploramos ainda as rotações no eixo transversal, com rotação à frente com contacto no solo e nos aparelhos, sem contacto no solo e no minitrampolim, duplo minitrampolim e trampolim e com rotação atrás com contacto no solo e nos aparelhos, sem contacto no solo e no minitrampolim, duplo minitrampolim e trampolim. Passando pelas rotações em eixos conjuntos, no eixo longitudinal e ântero-posterior no solo e nos aparelhos, no eixo transversal e longitudinal no solo e no minitrampolim, duplo minitrampolim e trampolim e rotação nos três eixos.

Por fim exploramos os conteúdos da manipulação, sendo de arco, bola, corda, maçãs, fitas entre outros com exercícios de abordagem aos aparelhos, manipulação de pegas e manejos, saltos e saltitares, lançamentos e receções, rotações, batimentos, rolamentos e elementos técnico-coreográficos corporais com ondas de corpo com manipulação.

O último módulo desta disciplina foi o de “Ténis – Iniciação”, onde os quatro objetivos principais se traduziam em, reconhecer o regulamento da modalidade, identificar a terminologia específica da modalidade, aplicar os batimentos fundamentais do ténis e explicitar os princípios importância do programa *Play and Stay*.

Os conteúdos a abordar incidiam nos regulamentos e regras do ténis, na terminologia do ténis, nos batimentos fundamentais do ténis (direita e esquerda,

voley e smash, serviço) e nos batimentos especiais do ténis (*amortie e passing-shot*). Por fim os conteúdos da Raquete de ténis, *match point*, *set point*, *break point* e do ensino adaptado (*Play and Stay*) com etapas do jogo adaptado e a progressão do jogo.

Este módulo teve a particularidade de as aulas terem lugar fora da escola, sendo lecionadas em dois *courts* no Complexo Desportivo do Monte Aventino.

3.15. - Choque com a realidade

É impossível não falar da minha experiência no estágio profissional sem referir o choque com o contexto inserido e o confronto com a realidade quando comparado com aquilo que tanto imaginei que iria acontecer, algo não relacionado exclusivamente com o facto de se tratar de uma turma de um Curso Profissional. Ainda que o tempo de Estágio não seja muito extenso, é muito impactante para o Professor, sobretudo se for o iniciar da sua vida profissional (Simões, 2008). O principal choque remete para o facto de encontrar alunos com problemas familiares e problemas de cariz social que obrigam um Professor que queira uma boa relação com os alunos, como eu queria, a perder um pouco do seu tempo e deixá-los falar, sem julgar as suas escolhas ou vivências.

“De todos os momentos da minha vida em que me apercebi que a vida não é fácil, este é sem dúvida o mais surpreendente, miúdos que nem idade têm para votar e já passaram por mais na vida do que possivelmente eu algum dia vou passar.”

– Diário de bordo 07/12/2021.

Quanto ao facto de se tratar de turmas de um Curso Profissional só foi um choque o modo como as disciplinas são distribuídas e pelo modo como o ensino é feito, através de módulos, mas nada muito díspar quando comparado com o Ensino Regular, e que, com a consulta dos documentos certos rapidamente se colmatou.

O que teve um papel mais preponderante no choque com a realidade foi efetivamente o comportamento dos alunos, comportamentos desviantes de alunos que não estavam minimamente interessados no seu percurso académico,

alunos que apenas estavam na escola por serem obrigados a tal e alunos que, por vezes, nem tanto nas aulas da disciplina que estava a lecionar mas em outras, eram castigados e obrigados a abandonar a sala de aula pois não conseguiam estar concentrados e não conseguiam não perturbar a aula. Como é que se constroem práticas significativas e momentos de elevada aprendizagem nestas condições?

Vários eram os casos especiais que fui percebendo que existiam e padeciam de um acompanhamento particular, recorrendo a psicólogos inclusive. Senti até que deveria haver um aproximar dos Professores aos Psicólogos, para que se pudesse encontrar a melhor forma destes alunos vingarem na Escola e não tenderem a desistir quando atingem a maioridade.

Tive vários momentos, em conversas com alunos, que senti que o mundo real me “esbofeteou”, em que os alunos abriam o seu coração e falaram de realidades pessoais muito duras. Desta forma, este contexto peculiar obriga-nos como Professores, não a desculpar o comportamento, mas de certa forma a compreender a instabilidade que estas realidades incutem nos alunos.

Estes tipos de vivências distanciavam-se bastante daquela que sempre havia sido a minha realidade e daqueles que me rodeiam. Assim sendo, as ferramentas que possuía neste âmbito eram nulas e a minha sensibilidade teve de ser apurada e moldada às necessidades destes jovens. Perceber que por vezes precisavam de uma postura mais austera e séria mas que, muitas outras, um simples gesto de aproximação, como uma piada ou uma brincadeira, bastava para os conquistar e fazer esquecer o que havia de menos bom.

Não havia receitas, não existiam verdades absolutas, mas havia muita vontade da minha parte de fazer com que este ano letivo fosse diferente para eles e lhes conferisse o alento que alguns deles precisavam para olharem para o seu futuro com ambição e esperança. Segundo Lima et al. (2007), um Professor que se encontre na sua fase inicial, vive três momentos: sobrevivência, choque com a realidade e descoberta.

Este choque com a realidade não se podia sobrepor à minha vontade de atingir o sucesso e por isso fui apressado a digerir diariamente todas as novas informações que me chegavam acerca das vidas bem atribuladas destes jovens. A confiança que eles depositavam em mim não me permitia estagnar neste

choque que não se revelou inicial, mas sim constante. Confesso que foi preciso alguma frieza para saber interpretar e dissecar todas as carências emocionais que a turma possuía. A primeira colisão com esta realidade e as referências com que estes alunos chegavam até mim eram de facto desafiantes e assustadoras e foi aí que percebi que a minha função naquele momento jamais poderia ser reduzida ao mero ensino dos Módulos destinados e dos conteúdos sugeridos pelos Referenciais de Formação que havia consultado. O meu encargo era muito mais relevante que isto, eu tinha de educar através do ensino dos valores do Desporto, aqueles que também a mim tanto me moldaram e fizeram ser o adulto que sou hoje.

Estar inserido neste contexto fez-me crescer muito como profissional e como pessoa, fez-me perceber, ainda mais profundamente, que ser Professor não é só ensinar conteúdos e valores, ser Professor é ajudar os alunos a perceber o que estão a sentir, a perceber o mundo que os rodeia e a ensinar a lidar com as nossas frustrações e com os problemas que a vida nos coloca.

3.16. - Conceitos

3.16.1. - Educação Física

Quando olhamos para estas duas palavras, percebemos que não é fácil definir esta disciplina ou conceito, pois este inclui vários aspetos essenciais que o tornam tão completo e fascinante. Apenas com uma demorada desconstrução este conceito pode ser entendido, porém, quando o vivenciamos na primeira pessoa, torna-se gritante a importância do mesmo no quotidiano dos alunos.

Olhando para a disciplina como a união dos conceitos “Educação” e “Física” percebemos que o foco é a corporalidade, abarcando dentro de si inúmeras componentes antropológicas, usando o Jogo e a prática pedagógica como transmissão do conhecimento. Uma junção essencial que vem promover uma aprendizagem através do movimento e do convívio ativo com os pares, o ambiente que nos rodeia, a natureza e até as regras. Matos (2012), afirma que, exatamente como a sociedade, a disciplina de EF encontra-se em contínuo progresso cultural, social e tecnológico e que, por essa razão, existe a

necessidade de reencontrar a EF na escola, de repensar as suas estratégias e os seus objetivos.

A Educação Física vem-nos provar que não são apenas a estimulação do cérebro e do intelecto que contribuem para o bom desenvolvimento de um cidadão. A aula desta disciplina representa um momento em que os alunos podem expressar-se verdadeiramente, carecidos de uma liberdade que a aula em ambiente tradicional de sala de aula não lhes confere. Matos (2012), acrescenta que a EF, atualmente, tem de ter o foco na formação integral do aluno, com aprendizagens significativas para o seu progresso e formação, através da ação corporal competente.

Esta disciplina trata o Jogo, o Desporto. Área que potencia um grande desenvolvimento e comprometimento físico, mas que trabalha sobretudo valores morais, éticos e pessoais, que dificilmente conseguem ser abordados de forma tão completa, variada e frequente nas demais disciplinas. A superação, o respeito pela vitória e derrota, a entreaajuda, o espírito de equipa, a cooperação, a responsabilidade, o sentido de compromisso, a resiliência, o espírito crítico, a solidariedade são todos atributos de relevância num cidadão, e todos eles podem ser abordados e explorados nestas aulas.

Educamos a mente tendo como ferramentas a atividade física e o movimento, algo que parece banal e vulgar, mas que, ao longo dos anos tem vindo a provar que as pessoas são mais felizes quando são ativas. A Educação Física abraça a possibilidade e a responsabilidade de unir a teoria e a prática fundindo-a num espaço útil e proveitoso para que os alunos possam crescer enquanto cidadãos física e mentalmente saudáveis.

Desta forma, podemos concluir que o estudo da Educação Física engloba o estudo do ser Humano como um todo, indo desde o físico até ao intelecto, passando pela essencial transmissão daqueles que são os valores básicos de convivência e socialização em comunidade. Importa ainda referir que é nossa responsabilidade, enquanto agentes de transmissão de conhecimento, procurar as melhores estratégias para fazer valer todas estas vantagens que a Educação Física possui, fazendo com que estas possam ser potenciadas e fiquem intrínsecas nos nossos alunos, para que possa, de facto, existir um transfere

para o mundo que nos rodeia e para situações que possam ocorrer no dia-a-dia, estando ou não ligadas ao Desporto.

3.16.2. - Professor competente e a atividade do Professor

Com a chegada da vida adulta, chega também a responsabilidade acrescida de exercer uma profissão que, para além de ser útil para nós, deve ser útil para servir e contribuir para a comunidade em geral. Tendo por base todos estes fatores, e sabendo que a profissão ocupa grande parte do quotidiano de um cidadão, a escolha da mesma deve incidir em algo que faça sentido para nós e que nos incentive a ser o melhor que conseguirmos no desempenhar das nossas funções. Costa et al. (1996) afirmam, que um Professor é “uma pessoa portadora de um profundo conhecimento científico e pedagógico e com capacidade para exercer as suas tarefas profissionais com autonomia e responsabilidade”

Assim sendo, quando penso na área da Docência, mais ênfase dou a esta questão da importância que é sermos competentes na função que diariamente assumimos. Competência pressupõe que se adquiram alguns comportamentos recorrentes, é essencial dar importância às tarefas que desempenhamos, organizar prioridades e procurar cumprir os nossos deveres da melhor forma possível. Um Professor competente é alguém que busca alcançar estes patamares e que procura associar-se a práticas com intencionalidade, a conhecimento acrescido e a uma relação inigualável com os seus alunos.

É ainda crucial que o sentido crítico esteja bem apurado para que não tenhamos receio de recuar, parar e analisar se todos estes parâmetros previamente estabelecidos estão a ser cumpridos, se está algo em falta e quais os pontos a melhorar. Este sentido crítico facilmente se associa ao exercício de reflexão que, a meu ver, qualquer Docente deve efetuar. Exatamente para que possamos avaliar e aprimorar o objetivo delineado, o planeamento feito, as aulas lecionadas e até a postura adotada.

Ser um Docente competente é sobretudo ter a certeza de que são vários os fatores que influenciam a atividade de um Professor e, portanto, são inúmeras as áreas a dominar. É necessário um domínio dos conteúdos, no entanto, este fator nunca será suficiente se a capacidade de oratória for fraca ou se as

estratégias de aprendizagem aplicadas não forem as adequadas aos alunos e às características que cada um apresenta enquanto ser individual que é. Mialaret (1991), refere que é de extrema dificuldade caracterizar um bom Professor dado que esta função abarca vários fatores de diferentes naturezas, tais como humana, pedagógica, científica, profissional e cultural.

Dominar a Docência é saber que seremos um exemplo, um modelo a seguir e, por essa razão, os valores a transmitir e a postura a adotar terá de ser cuidada e limada da melhor forma que nós for possível. Nenhum aluno seguirá ensinamentos de um Professor desleixado, devemos ter atitude e focar sempre no mais essencial, a aprendizagem e formação pessoal e profissional dos jovens que até nós chegam.

A atividade de um Professor não se restringe à vulgar transmissão de conhecimento, é necessário que se assimile que o Professor deve atuar enquanto educador e agente ativo na formação do aluno, o que requer um cuidado e uma sensibilidade acrescida. Bons Professores deixam memórias na vida dos alunos que podem vir a ser recordadas durante vários anos, por essa razão, e se somos detentores de tal sorte, é nosso dever agir consoante a responsabilidade que nos é inculcada. Professor competente, é o Professor que quero ser.

3.16.3. - Características individuais que considero úteis para o

Estágio Profissional

Esta dimensão desde documento diz respeito aquelas que são as minhas melhores valências e capacidades enquanto pessoa, estudante e Professor, aquelas que mais me auxiliaram na realização desta Unidade Curricular que é o Estágio Profissional.

Tal como desenvolvi anteriormente, para se ser um Professor competente, é necessário abarcar alguns pontos e características. Este é um trabalho que se inicia quando ingressamos no Ensino Superior e somos confrontados com a vertente mais teórica daquilo que é ser um bom Professor. Sou consciente de que há muito caminho a percorrer, mas acredito que é preciso apreciar a viagem e absorver todas as mais variadas paragens até ao destino final.

De um modo geral penso que a capacidade de adaptação, a capacidade de ouvir os alunos, a facilidade em resolver conflitos e o planeamento são as minhas maiores virtudes, aquelas que me ajudaram a evoluir e poderão, no futuro, tornar-me num profissional de excelência. No meu entender, o Professor deve saber agir no imprevisto e, sobretudo, deve ter a consciência de que por mais que o planeamento seja exímio, o imprevisto vai acontecer. Ao longo deste ano, inúmeras foram as vezes em que a minha capacidade de adaptação foi posta à prova, exercícios falharam, intervalos de tempo não foram conseguidos, o espaço de aula era diverso e o comportamento dos alunos é sempre uma incerteza. Tive de me adaptar aquela que era a minha realidade no preciso momento e com o decorrer das aulas fui desenvolvendo estratégias que me permitiram relaxar e, quase em simultâneo, reagir rápido, adaptando todo o planeamento à ação que tinha em mãos.

Em comunhão com este fator, a capacidade de escutar os alunos, foi-me auxiliando a perceber o que melhor resulta com eles e qual a atitude ou postura mais acertada a adotar em determinadas questões. Segundo Oliveira (2002), um “conhecimento profundo dos seus alunos por parte do professor facilita uma maior compreensão das suas necessidades e problemas, e capacita o professor para o estabelecimento de respostas mais adequadas, nomeadamente na ajuda ao aluno, a fim de desenvolver o seu auto-conceito e autoconhecimento”. Não ter medo de escutar os alunos trouxe-me a certeza de que, muitos deles, só precisam de alguém que os ouça para se fazerem valer e para se sentirem parte integrante do processo de ensino-aprendizagem. É importante que a distinção entre Professor e aluno seja feita, mas é mais importante ainda, conseguirmos colocar estes jovens à vontade de modo a que possam conversar e partilhar o que sentem relativamente às aulas, aos exercícios e até ao que pode ser melhorado.

Esta facilidade em parar e escutar, tornou-se também imprescindível no momento de resolução de conflitos ou pequenas perturbações no momento de aula. Estando mais atento e disponível, foi-me mais simples identificar e até antecipar este tipo de situações, tendo conseguido, na sua maioria, intervir rapidamente e ir desenvolvendo as estratégias mais adequadas a cada aluno e a cada situação. Através destas duas características, a de escutar os alunos e a

de resolver conflitos, fui conquistando a confiança da turma impedindo variadas vezes que as discórdias se transformassem em caos. Pude também aprimorar a minha capacidade de leitura em determinados momentos, conseguindo reconhecer quando algo menos bom se passava. Através da conversa e também do silêncio, permiti que eles fossem partilhando mais da sua vida e das suas experiências o que me possibilitou conhecê-los melhor e, conseqüentemente, detetar quando algum aluno estava num dia mais negativo.

Por fim, destaco a minha capacidade de planeamento de modo a que o tempo despendido seja mínimo, ou seja, de modo a aumentar o tempo útil de aula. Pessoalmente, sempre consegui gerir bem este tipo de situações e encaixar em períodos mais pequenos todas aquelas tarefas que parecem não encaixar em lado algum. Quando abordamos o planeamento associado a um momento de aula, sabemos que serão vários os instantes em que estaremos a dispersar e não a colaborar para a aula propriamente dita. Assim, fui criando estratégias que me permitiram planear a aula tendo em conta que o tempo de transição entre tarefas, por exemplo, fosse também passado a exercitar um conteúdo, de forma que o tempo perdido fosse menor e mesmo este tempo fosse rentabilizado ao máximo e incluído nos conteúdos a abordar. Permitindo-me assim “planear o imprevisto”. Outra estratégia passou também por realizar tarefas seguidas que incluíssem o mesmo material ou acontecessem no mesmo local de exercitação, fazendo com que o tempo perdido em transição fosse menor pois já estaria tudo a postos para iniciar a tarefa. Por fim, aquela estratégia que mais me auxiliou foi a de criar rotinas e regras fundamentais para o funcionamento da aula desde o começo do ano letivo. Os alunos sabiam onde deixar os seus bens pessoais, a onde teriam de se dirigir assim que chegassem ao local de aula, onde teriam de aguardar a chegada do Professor, entre outras.

Tal como podemos verificar, são já algumas as características que possuo e se vieram a revelar importantes neste ano de EP. No entanto, a verdade é que, várias são as que pretendo vir a ter enquanto Docente, procuro adquiri-las com o passar do tempo, da experiência e através dos profissionais com quem me for cruzando ao longo deste meu caminho profissional. A ideia de que estamos em constante formação, está muito presente no meu dia-a-dia, lembrando-me permanentemente que não é só a formação profissional que é relevante nesta

vida da docência, mas também a formação pessoal. Considero ainda que, aliado a este pensamento, devemos sempre ter consciência daquelas que são as nossas melhores ferramentas para construir um caminho de sucesso, usá-las da melhor forma e, através delas, procurar novas valências.

4 - Planeamento

O planeamento é um dos momentos mais determinantes na preparação de um Docente para as suas aulas, isto pois um bom planeamento permite-nos estar preparados para eventuais imprevistos e evitar momentos em que somos “apanhados de surpresa” e não sabemos como lidar. “O planeamento constitui a esfera de decisão na qual o professor pré-determina quais os efeitos a alcançar no ensino e para quê são despendidos tempo e energias.” Bento (2003). No decorrer de todo este EP, procurei sempre preparar as minhas aulas de forma que decorressem sem grandes desacatos e se promovesse sempre o trabalho em equipa, o bem-estar dos alunos e a aquisição de todos os conteúdos que pretendia. Sendo o meu primeiro ano neste contexto, procurei estar sempre preparado e tomar todas as precauções para evitar ao máximo ser apanhado desprevenido.

“Se preparar bem e procurar que os alunos estejam sempre em atividade consigo evitar grandes divergências comportamentais.”

– Diário de bordo 22/10/2021.

Este processo implicava delinear o plano de aula (PA) com o devido tempo de antecedência, discriminando todos os exercícios, objetivos dos mesmos e o material que pretendia usar em cada momento de aula. Segundo Metzler (2000), o êxito de qualquer aula é definido pelo seu plano de aula ainda antes de esta ter início. Referir ainda que cada PA era elaborado e enviado, com o mínimo de 24 horas de antecedência, para a professora cooperante de forma a poderem ser efetuadas as devidas correções ou preparações mais delicadas. Segundo Tenroller e Merino (2006), o plano de aula aparece como “um elemento indispensável aos profissionais que realmente têm o hábito de trabalhar de maneira organizada...”

Sendo que não lecionei a disciplina de Educação Física propriamente dita, o meu planeamento passava sempre pela análise do Referencial de Formação do Curso Profissional de Técnico de Desporto e, dependendo do módulo, da revisão de material das Didáticas Específicas do primeiro ano deste 2º Ciclo de estudos que me encontro a frequentar.

E ainda que sem lecionar a disciplina de EF, aproveitei as respostas à questão do inquérito inicial sobre o que os alunos mais apreciam nas aulas dessa disciplina para fazer uma transferência das mesmas para as minhas aulas de Desportos Coletivos e Desportos Individuais.

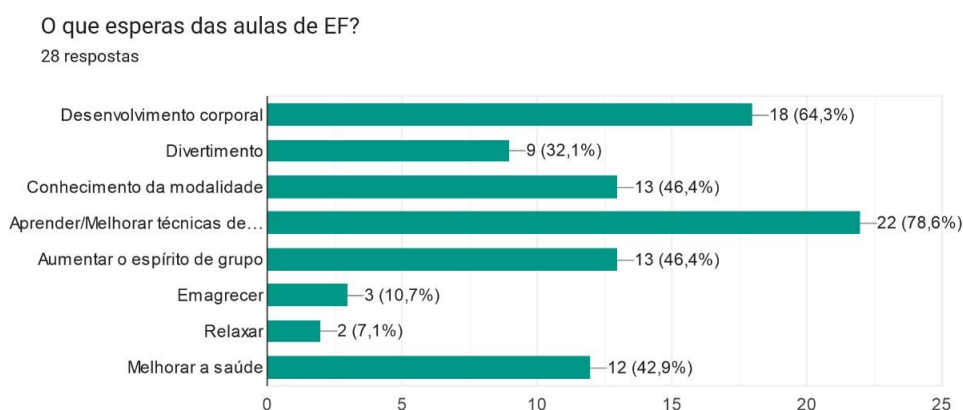


Gráfico 5 - Distribuição, em percentagem, das expetativas dos alunos da turma de 10ºTD relativamente às aulas de Educação Física.

O meu cuidado principal, tendo uma turma tão numerosa e com comportamentos tão distintos, sendo alguns dos alunos muito disruptivos, foi sempre procurar que as aulas não tivessem tempos ou momentos “mortos” que dessem oportunidade a que os alunos divagassem e perturbassem o bom ambiente da aula. Procurei sempre promover aulas dinâmicas e atrativas à participação dos alunos, para que estes sentissem que faziam parte do processo. A par deste aspeto, procurei realizar exercícios que os alunos conseguissem reter para os agruparem e estes fazer parte do seu reportório de exercícios que podem utilizar quando tiverem funções num clube ou instituição desportiva.

Sendo um curso profissional de TD, tentei sempre incutir responsabilidade e capacidade de liderança nos alunos para poderem, um dia, serem eles a

dinamizar os exercícios. Por ser uma turma de 10º Ano e por ter alguns comportamentos tão disruptivos não achei pertinente comprometer as aulas com um modelo em que os alunos passavam pelo papel de Professor, ao invés disso, concedi responsabilidades em vários momentos e usei sempre um *Fitness leader* que este chefiasse o aquecimento, demonstrando e orientando os restantes colegas nos passos a seguir, e, apesar de abordar em alguns momentos exercícios em que os alunos estavam quase responsáveis inteiramente responsáveis pelo mesmo, não considerei que estivessem preparados para assumir a delineação e preparação de uma parte da aula.

Rapidamente percebi que se tratava de uma turma que pecava muito na assiduidade e na pontualidade, assim, fiz passar a mensagem do peso da assiduidade na classificação final e que deixei claro desde o primeiro momento que todas as faltas e dispensas da prática desportiva teriam de ser acompanhadas por um atestado médico. Esta minha posição, fez com que, muitos alunos, por vezes, exagerassem no facto de terem acesso a esses atestados e até mesmo sem os possuírem, insistissem que era impossível realizarem a aula. Esta ocorrência, e a frequência elevada com que era repetida, fez com que eu optasse por delinear um relatório que todos os alunos que não realizassem a parte prática da aula tinham de preencher, onde deviam descrever todos os acontecimentos e particularidades ocorridas no período de aula (Consultar Anexo 2). Os alunos também estavam conscientes que atrasos superiores a 10 minutos correspondiam a uma falta de presença no primeiro tempo da aula. Rink (2014), afirma que normas e rotinas são métodos estabelecidos previamente que devem ser aplicados no decorrer de todo o ano letivo e que proporcionam uma boa gestão de aula e tempo por parte do Professor, redireccionando o tempo útil para o que é fulcral.

Na disciplina de Desporto Coletivos procurei sempre que os alunos trabalhassem em equipa pois este fator fazia com que eles estivessem comprometidos ao exercício e não desistissem. Caso o fizessem, sentiam que punham em causa o rendimento dos colegas e estes, por norma muito competitivos, podiam “cobrar” esse desmazelo com comentários menos felizes. É essencial implementar práticas desportivas onde esteja intrínseca a intencionalidade educativa, baseada nos valores do Desporto na medida em que

consigam responder às necessidades dos alunos, de um modo integral e com significado cultural (Batista & Queirós, 2015).

No que concerne ao módulo “O Jogo”, mais propriamente, confesso que o impacto inicial foi um pouco desesperante pois numa primeira instância não conseguia perceber quais os conteúdos que este módulo tratava nem que exercícios utilizar. No entanto, e após uma análise do Referencial de Formação e da ajuda da PC, rapidamente me enquadrei e senti completamente à vontade a lecionar.

A minha abordagem e o meu objetivo específico para este módulo foram ao encontro do que pretendia e fizeram com que os alunos tivessem um leque variado de jogos ao qual podem ainda recorrer sempre que precisarem no seu futuro profissional enquanto técnicos de desporto inseridos em qualquer modalidade e faixa etária.

Recorri a jogos pré-desportivos e a jogos tradicionais abrangentes a várias faixas etárias, que promovessem a cooperação e a competição saudável para que a turma estivesse sempre motivada e procurasse alcançar o sucesso individual para, mais tarde, auxiliar o coletivo. Parti desta desconstrução das modalidades até atingir o jogo formal de Andebol, Basquetebol e Futebol, pois entendi que neste módulo teria a oportunidade de fazer um excelente ponto de partida para as modalidades coletivas que se seguiam no planeamento modular. O planeamento para este módulo decorreu sempre tendo em conta o facto de que os alunos mais problemáticos poderiam ficar cansados desta metodologia, logo, procurei ao longo do ano levar adaptações e variantes “na manga” para poder tornar os exercícios mais cativantes.

No módulo de Andebol-Iniciação a abordagem foi muito mais simples. Senti-me muito mais confiante a abordar esta modalidade por já a conhecer bem e por ter um leque extenso de exercícios e “ferramentas” a utilizar provenientes da unidade curricular de Didática Específica de Andebol. Procurei sempre promover exercícios que comesçassem de forma simples mas que depois, através de variantes, o nível de exigência fosse aumentando, para que os alunos se sentissem cativados e estimulados a melhorar. Procurei que o objetivo fosse atingir o jogo formal de 7x7 pois vi capacidades na turma que o permitiriam, pois assimilavam bem os conteúdos o que possibilitava uma progressão a um bom

ritmo. Tendo quatro alunos que praticavam a modalidade a um nível médio-bom optei por colocar sempre dois deles em cada meio-campo e estes ficavam encarregues de ajudar os colegas com mais dificuldades enquanto eu supervisionava o funcionamento geral e fazia as correções necessárias.

Passando para o terceiro módulo abordado em DC, Basquetebol-Iniciação a minha abordagem foi mais cautelosa por não me sentir tão à vontade como me sentia na modalidade anterior. Portanto optei por recorrer a exercícios mais simples e que, de certa forma, fizessem com que os alunos se sentissem cativados a continuar o jogo e a competir. Para abordar os conteúdos das ações individuais procurei sempre utilizar formas reduzidas de jogo em que enfatizava o feedback para o que pretendia naquele exercício. Nos conteúdos que abordavam a finalização, tal como o lançamento na passada, procurei que os alunos estivessem divididos pelas tabelas disponíveis e que procurassem rentabilizar o exercício através de competições ao nível da concretização dos lançamentos. Para os lançamentos livres promovi, em várias as aulas, competições por *playoffs*, em que os alunos se dividiam em grupos pelas tabelas concorrendo em lances livres de várias distâncias e, de seguida, os mais bem-sucedidos de cada tabela, competiam até encontrarmos o melhor lançador dessa aula. Tentei essencialmente que o principal objetivo fosse consolidar o jogo 3x3, objetivo que se encontra delineado no seu referencial de formação, e abordar de forma progressiva o 4x4.

No último módulo de DC, encontrávamos o módulo de Futebol-Iniciação, algo que para mim foi um deleite, por ser a minha modalidade de eleição, na qual, e como referi anteriormente, sou treinador e por ser a modalidade preferida da maioria da turma. Neste módulo optei por dividir a turma nos dois meios-campos: num lado os alunos claramente mais bem qualificados e no outro os alunos com mais dificuldades ou de um nível não tão positivo. Esta divisão resultou na perfeição e foi notória, por um lado a evolução dos alunos menos evoluídos e por outro, o aumento de competitividade e rendimento dos alunos mais qualificados. Abordei exercícios com potencial de aumento de dificuldade, fazendo-os de forma mais facilitada com os alunos de nível e de forma mais complexa com os alunos do nível superior. O meu objetivo principal foi consolidar o jogo formal 5x5, isto pois havia muitos alunos de nível médio-bom, sendo

alguns de nível muito bom, o que facilitava o momento efetivo de jogo. Sendo que só tínhamos à nossa disposição um campo, tentei sempre “desfazer” as divisões por nível no momento de jogo e aí incentivava a que os alunos estivessem em equipas com níveis distintos e que se entreajudassem.

Na disciplina de Desporto Individuais e, talvez indo contra a própria nomenclatura da disciplina, indaguei também que os alunos trabalhassem em equipa pois este fato, fazia com que estes estivessem comprometidos com o exercício e não desmotivassem em modalidades que para eles não são as mais interessantes ou de preferência. O meu foco incidiu em procurar exercícios em que pudesse, de certa forma, aplicar o Método de Ação Cooperativa, MAC, dividindo a turma em grupos/equipas e promovendo uma competição saudável entre eles, todas estas estratégias fizeram com que a vontade de melhorar florescesse e que o mau comportamento fosse mais diluído.

Esta disciplina funcionava de forma diferente do que DC no aspeto de que havia outro professor presente, isto é, a turma era dividida em turnos que apesar de trabalharem em simultâneo em casos excecionais eram separados para um melhor funcionamento da aula.

No que diz respeito ao primeiro módulo abordado nesta disciplina, Atletismo – Iniciação, confesso que batalha interior com o processo de tornar as aulas aliciantes, foi longa e densa. Isto devido ao facto de saber, através dos inquéritos iniciais, que as modalidades individuais são as menos preferidas dos alunos. No entanto, e tentando nunca esquecer esta informação prévia e tão pertinente, procurei dinamizar as aulas sempre com jogos, competições e até *quiz* de forma a que os alunos se sentissem constantemente desafiados e impulsionados a evoluir.

Tirei vantagem do imenso reportório de exercícios que nos é facultado na Didática específica de Atletismo para conseguir planear e delinear aulas com uma estrutura eficaz e exercícios pertinentes e cativantes para os alunos. Procurei que as equipas trabalhassem de maneira a reter os conteúdos pertinentes para que os alunos, de forma individual, conseguissem aprender e consolidar a técnica necessária para a execução da técnica de corrida, do lançamento do peso e do salto em altura. Mais especificamente, no salto em altura, sinto que foi um exemplo perfeito de como o trabalho em equipas e

através de competição incutiu nos alunos uma ambição considerável de evolução.

“É incrível ver como os alunos menos capacitados estão a evoluir e a tentar cada vez mais reter a técnica do salto em altura. Sinto que trabalhar em equipa os está a ajudar pois, para além do meu feedback, cada equipa tenta aproveitar os tempos entre saltos para conversar e partilhar dicas.”

- Diário de Bordo – 30/02/2021

No módulo seguinte, “Ginástica - Elementos Técnicos Gerais”, a batalha foi superior aquela que tinha vivenciado no módulo anterior, por ser uma das modalidades menos preferidas dos alunos e por ser, talvez, a modalidade em que menos confiança sentia em lecionar. A minha abordagem cautelosa, passou por manter o processo de planeamento do módulo anterior, tentando que exercícios com base em jogos e competições de forma a contrariar preconceitos e concepções negativas que os alunos já detivessem sobre a modalidade.

O comportamento dos alunos neste módulo foi o mais desviante, pois foi quando mais senti dificuldade em conciliar tantos alunos, com tantos níveis técnicos diferentes na execução de elementos, por vezes, distintos. Tentei que o trabalho se realizasse em circuito culminando numa apresentação dos elementos trabalhados pelos alunos. Adotei também uma técnica que remete muito para o MAC em que os alunos, divididos em equipa, deviam trabalhar e teriam, posteriormente, a execução técnica dos elementos avaliada para classificação das equipas e todo o comportamento negativo traria pontos negativos para a equipa. Isto fez com que muitos alunos controlassem os seus impulsos e focassem em manter o comportamento dentro dos limites do habitual. Neste módulo optei por abordar apenas a disciplina de Ginástica de Solo e Minitrampolim isto pois, em Educação Física, os alunos estavam a abordar a disciplina de Ginástica Acrobática. Desta forma, não achei pertinente estarmos a abordar os mesmos conteúdos, em simultâneo, em duas disciplinas distintas.

No módulo final de “DI, Ténis-Iniciação”, a dita batalha foi a maior, diria até uma verdadeira “batalha campal” no que respeita a inseguranças e incertezas quanto ao modo de lecionar este módulo. Isso devido ao facto de nunca ter

sequer praticado a modalidade, dificuldade que se acrescia quando pensava que teria de ensinar um conjunto de alunos. Já tinha assistido a alguns jogos na televisão mas a verdade é que não compreendia o jogo na sua plenitude, por isso pus mãos à obra e comecei a pesquisar todos esses aspetos de forma a estar mais do que preparado para transmitir os conteúdos à minha turma.

O meu principal aliado nesta pesquisa foi o “Manual de Ténis na Escola” da Federação Portuguesa de Ténis. Com base neste documento, as aulas foram preparadas de forma progressiva, tendo em conta que a maioria dos alunos nunca tinha praticado a modalidade, nem tao pouco conhecia as regras. Abordei os conteúdos mais simples, tais como manipulação de raquete e conhecimento da pontuação, para depois poder evoluir e atingir o jogo formal 1x1.

A ESAN não possui infraestruturas que permitam a lecionação de aulas de Ténis e por essa razão, o planeamento neste módulo teve de ser ainda mais cuidado em relação ao que estava habituado. Iniciamos a estabelecer comunicação entre a ESAN e a Federação Portuguesa de Ténis de modo a fazer com que fosse possível que as aulas decorressem em dois *courts* no Complexo Desportivo do Monte Aventino. Essa comunicação foi efetuada por mim e pela PC via e-mail, resultando na cedência dos *courts* pretendidos das 14 às 16 horas, às terças e sextas-feiras durante 60 tempos. Devido a essa deslocação da ESAN até ao Complexo Desportivo do Monte Aventino foi necessária a recolha de autorizações para os Encarregados de Educação.

A principal limitação nestas aulas acabou, ainda assim, por ser o espaço, pois apenas tínhamos disponíveis os tais dois *courts* que se vieram a revelar insuficientes para concretizar a prática de toda a turma, no entanto, com uma boa divisão, e por vezes trabalho em circuito, tudo se resolveu.

Em suma, e longo de todo este ano letivo, procurei sempre que o planeamento fosse o mais adequado de modo que os alunos nunca me “apanhassem” desprevenido ou sem soluções para as dificuldades que iam surgindo. O meu foco foi ter sempre algo para lhes apresentar caso a primeira solução não resolvesse, isto pois, e como já referi, o meu trabalho era com alunos muito inquietos. Procurei aprender sobre o que não sabia e alimentar mais o meu conhecimento sobre o que já conhecia, de forma que o meu conhecimento fosse o melhor para servir os meus alunos.

4.1.- Portefólio Reflexivo

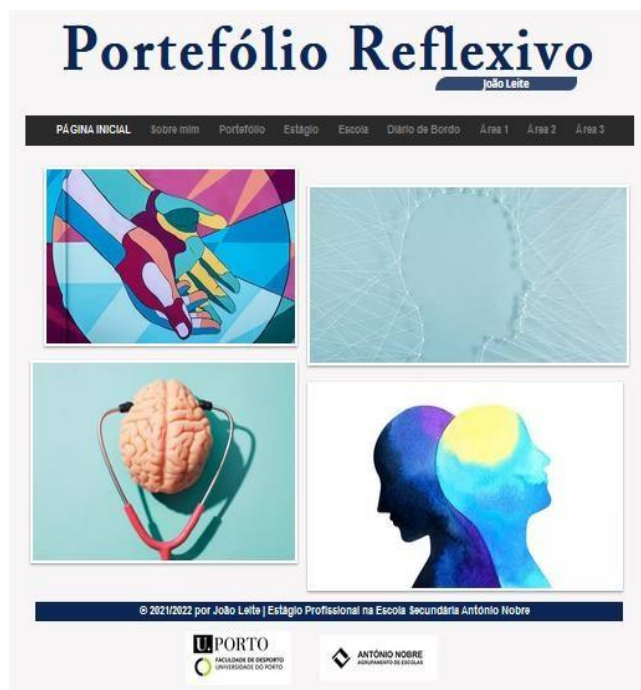


Figura 2 - Portefólio Reflexivo

Ao longo de todo o ano letivo somos desafiados, pela Professora Orientadora e pela Professora Cooperante, a refletir diariamente nas nossas escolhas, opções e consequentes resultados, positivos ou menos positivos. Desta forma fez todo o sentido o recurso a um Portefólio Reflexivo, uma pasta onde podemos reunir todos os documentos elaborados no decorrer deste percurso e a que podemos recorrer com relativa facilidade, de forma a nunca esquecer tudo o que fomos desenvolvendo neste primeiro ano na Docência.

Optei por elaborar um Portefólio *online* feito por mim e há minha medida, onde pude organizar as áreas e a informação consoante o que era mais adequado às minhas necessidades. Do planeamento à avaliação, todas as informações foram colocadas lá, de forma a elucidar não só o meu caminho, mas também a facilitar a leitura para a PO do trabalho que fui criando.

A elaboração desta grande pasta permite uma organização mais facilitada e a junção de todos os documentos necessários para o bom funcionamento de um ano letivo numa só plataforma, fazendo com que a busca dos documentos elaborados seja mais simples e rápida. A par disso, estimula a nossa

autorreflexão e permite-nos voltar aquilo que sentimos no início desta aventura, dando mais motivação a todo o processo porque vamos estando cada vez mais adaptados às turmas que nos foram atribuídas e vamos crescendo enquanto Profissionais. Gomes et al. (2017), referem que é devido à capacidade que o Docente possui em organizar as situações de aprendizagem aplicadas, que se constrói um ensino de qualidade.

O Portefólio Reflexivo encontrava-se dividido em várias categorias, iniciando com a página inicial, que é possível ver na imagem anterior. Era constituído por uma parte “Sobre mim”, que continha informações acerca do contexto pessoal e académico, seguia-se de um separador designado de “Portefólio”, que discriminava o significado e objetivo do mesmo, tal como o separador “Estágio”, que também descrevia o seu significado e teor. Existia também espaço para um separador que descrevia a escola ESAN onde o Estágio Profissional teve lugar.

Passando agora aos separadores mais densos a nível de documentos, o “Diário de Bordo” continha o Diário repleto de reflexões, observações específicas e as expetativas iniciais. No separador da “ÁREA 1” continha o Horário, Calendarização, Caracterização da Turma, os planos de aula e as reflexões das disciplinas Desportos Coletivos e Desportos Individuais. Na “Área 2” discriminei todas as visitas de estudo com os seus respetivos relatórios e fotografias. E, por fim, na “Área 3” continha o Projeto de Estágio e os documentos de realce neste processo.

A meu ver, esta foi uma ótima ferramenta na realização deste EP, forçou-me a ser mais metódico e organizado o que me tornou um Docente mais cuidadoso e munido de todos os instrumentos necessários para um ano letivo eficaz e que contribuísse para o sucesso dos alunos.

4.2. - Diário De Bordo

Na sequência da elaboração do Portefólio Reflexivo, surgiu a necessidade de elaborar um Diário de bordo, documento incluído no Portefólio e que representa uma reflexão mais diária e imediata.

O diário de bordo é um instrumento utilizado pelos navegadores e que pretende o registo, não só das experiências do quotidiano, mas também dos acontecimentos mais relevantes vivenciados ao longo da jornada. No nosso caso, este assume uma vertente pedagógica e pretende que procedamos ao registo das nossas mais profundas reflexões efetuadas ao longo do ano. Como foi esta reunião onde estive presente? Como correu afinal a aula que tanto planeei? O que falhou? O que foi bem-sucedido? Quais os problemas que identifiquei e como posso solucioná-los?

Todas estas são questões a que nos devemos constantemente propor, de modo a procurarmos a resposta e a querermos tentar ser cada vez melhores. A reflexão faz-nos ser mais a cada dia e o facto de ficar registado contribuiu forçosamente para a nossa melhoria a longo prazo, isto pois podemos facilmente consultar as nossas considerações passadas e relacioná-las com que o vivemos naquele preciso momento.

Redigir este testemunho fez-me sentir cada vez mais apto e confiante, tendo a certeza de que jamais serei aquele estudante que chegou à Escola inseguro e sem saber ao que recorrer. Rer o Diário de Bordo faz-me querer ser melhor Profissional de dia para dia, percebendo que os erros que cometi ou as más decisões que tomei poderão ser evitados pois estão escritas para sempre e podem ser relidas sempre. Falhas haverá sempre, mas a reflexão e a escrita, não irão permitir que estas sejam as mesmas.

4.2.1.- Importância da Reflexão

Como parte que advém do Diário de Bordo acho importante tocar no assunto da importância da reflexão. Segundo Korthagen e Vasalos (2005), “a reflexão é atualmente um conceito-chave na formação de professores” e é, a meu ver, uma parte principal no percurso de um Professor Estagiário pois, permite-nos refletir constantemente sobre o que precisa de ser feito, interfere no planeamento, na instrução e auxilia-nos a melhorar de um modo muito claro quando refletimos sobre como tudo sucedeu. Almeida et al. (2019) afirma que a reflexão é um caminho através do qual o Professor retém a experiência, ou seja, é o momento em que este, em retrospectiva, pode dissecar o seu Ensino.

Ao longo deste ano a reflexão foi uma ferramenta extremamente útil, principalmente numa fase inicial quando ainda estava a tentar descobrir como lidar com esta tipologia de Cursos Profissionais, que desconhecia por completo, tanto na forma de lecionar como no comportamento que a generalidade dos alunos apresentava. Sinto que a reflexão constante me ajudou no progresso e na descoberta do melhor caminho a ser delineado.

Obviamente que a reflexão aliada ao auxílio da Professora Cooperante e da Professora Orientadora, formaram a junção perfeita nesta minha descoberta. O núcleo também teve um papel de realce neste processo pois fomos partilhando, várias vezes, estas nossas dificuldades que escrevemos nos nossos Diários auxiliares de Bordo e que, ao debatermos todas as questões, qualquer um de nós podia ter uma opinião mais assertiva quanto ao assunto e todos crescíamos com essa discussão.

Sinto que a reflexão constitui uma ferramenta muito importante na vida de um professor pois permite-nos refletir e a pensar no melhor percurso a ser percorrido, de modo a atingir aulas mais apelativas e a cativar mais alunos, fomentando e proporcionando o que há de mais central na área da Educação, a aprendizagem e sucesso escolar dos alunos.

4.3. - Comportamento da Turma

Conforme abordado anteriormente o comportamento da turma foi desde o início um problema a ser resolvido, havendo um núcleo de alunos com um comportamento muito desviante, o que fez com que este fosse um aspeto a ser revisto e sempre tido em conta no planeamento das aulas. A falta de disciplina no espaço de aula, é prejudicial ao processo de Ensino-Aprendizagem, retira forças e tempo, sendo um dos maiores motivos da inquietude na profissão Docente, Estanqueiro (2010).

O comportamento dos alunos prejudicou muitas aulas, mas também me obrigou a pensar e preparar de forma mais rigorosa as aulas de modo a conseguir contrariar isso e dessa forma fazer com que decorressem da melhor forma. Os alunos desta turma com o melhor comportamento foram recompensados pela sua postura exemplar mesmo no contexto inserido pois é muito fácil os alunos deixarem se levar quando há muitos outros a comportarem-

se assim tão mal, desta forma os alunos exemplares foram sempre compensados no momento das classificações finais.

Os alunos com pior comportamento tiveram um investimento maior da minha parte a nível de conversas particulares e de incentivos de modo a tentar puxá-los para o meu lado de forma a que se tentassem concentrar e divertir na aula sem a perturbarem. Sinto que esse investimento compensou, e muito, pois ao longo do tempo foi possível verificar que os alunos modificaram o seu comportamento e apesar de não ser exemplar estava mais próximo do aceitável e em certos casos tornou-se efetivamente bom. O campo de ação pedagógica fundamental do Docente é o aluno, por essa razão, é nosso dever saber da forma mais detalhada possível as situações reais da sua vida, Bento (2003).

Alguns alunos apenas precisavam de alguém que conversasse com eles e que os ouvisse sem os tratar como “aves raras” que estão só ali para destabilizar. Estes comportamentos aconteciam para chamar à atenção e quando se apercebiam que isso não tinha o efeito desejado em mim, porque os tratava de forma mais próxima, eles cediam um pouco mais à minha autoridade, até porque não era uma autoridade imposta.

O facto de utilizar muitos momentos de jogo e momentos de prática desportiva com jogos lúdicos ajudou a que o comportamento geral melhorasse um pouco mais porque os alunos entravam logo no momento que gostam, que é o jogo, principalmente futebol, e mal que se distraiam um pouco de tentar destabilizar ficavam concentrados na ação que eu pretendia.

Era notória a diferença comportamental dos meus alunos quando equiparados aos alunos de Ensino Regular (ER) aos quais o meu colega João lecionava, era possível identificar, em variadíssimos aspetos das aulas, momentos de clara distinção.

Os alunos do João, que frequentavam o 11º Ano do Curso de Ciências e Tecnologias, eram perfeitamente autónomos e autorregulavam o comportamento, mesmo quando o professor não se encontrava perto deles. Havia alguns alunos notoriamente mais extrovertidos e que primavam pela atitude menos séria na aula mas nada que fosse disruptivo ou que perturbasse o decorrer normal da mesma. No entanto, como elevado contraste, havia a minha turma, muitos alunos com personalidades vincadas e que tentavam sempre que

a sua maneira de ser fosse a que prevalecesse, desse modo, acabavam sempre por perturbar o equilíbrio natural das aulas. Hoje, e com o avançar do ano, acredito plenamente que os meus alunos não tivessem más intenções, mas ter tantos alunos problemáticos acabava por resultar numa “luta” de egos e de atenção que por vezes revelava que lhes era efetivamente difícil estar compenetrados e interessados na aula.

Algo que achei efetivamente fascinante, e que era impossível não ser fator de comparação entre estas duas realidades distintas, era o comportamento da turma durante o tempo efetivo de aula acompanhados pelo professor e o tempo em que os alunos estavam livres para praticar o que pretendessem no final da aula. Isto é, os alunos do ER eram exímios durante o tempo de exercitação e não havendo quase nada a apontar ao seu comportamento, porém, no tempo de aula livre, aparentava que se tinham finalmente soltado de uma “prisão”. Neste momento menos formal de aula, eram muito erráticos e o comportamento oscilava bastante, praticamente já nem realizavam modalidade nenhuma, perdia-se todo aquele controlo que demonstravam no decorrer da aula e, nesta parte final, entravam apenas num frenesim de brincadeira entre eles.

Já os alunos de EP realizavam a aula toda a com um comportamento que revelava que estavam em esforço, sempre com algum reparo em forma de crítica a ser proferido ou com o foco desviado do essencial. Porém, quando atingíamos o momento livre da aula, e podiam fazer o que pretendiam, por norma praticavam futsal, aparentava que estavam exatamente onde queriam estar e o comportamento era muito mais dentro do *standard*. Passavam de tentar contrariar o pedido e de estar “desligados” da aula para estarem focados e realmente dedicados à prática desportiva.

“Acho incrível como os alunos do Ensino Regular parece que estão a aula toda controlados e “explodem” quando têm tempo livre, não sabem lidar com a falta de direção e controlo. Os meus alunos passam o tempo de aula com um comportamento muito difícil, mas quando têm a liberdade que pedem estão satisfeitos e comportam-se lindamente.”

- Diário de Bordo – 03/02/2022

Achei efetivamente cativante este contraste que me fez refletir e perceber que os alunos do Ensino Regular também têm de se forçar a enquadrar o comportamento adequado nas aulas e que quando têm liberdade não sabem lidar com ela e não a aproveitam. Claro que os alunos de ER eram de um ano de escolaridade superior, mas penso que a idade não é grande fator a ter em conta nesta comparação pois a minha turma também era composta por muitos alunos com idade superior à suposta no 10º ano.

Os alunos de EP contrariam muito a autoridade e têm dificuldades em enquadrar-se no comportamento adequado, mas quando se “soltam as rédeas” sabem o que querem e adquirem um comportamento perto do ideal, que acaba por fazer com que, mesmo sem essa intencionalidade, estes acabem por adquirir algumas competências referentes à modalidade que, livremente e por própria eleição, estão a praticar.

Concluindo este aspeto, acho muito importante que o Professor esteja consciente do comportamento da sua turma e se vá prevenindo com estratégias para o ter controlado, sem nunca desvirtuar a essência da sua turma, mas potenciando o tempo útil de aula e aprendizagem. Se há algo que aprendi com esta turma, em que o comportamento de alguns alunos era tão fora do habitual, foi que por vezes o foco tem de ser colocar a turma a mover, a realizar os exercícios, e que, depois de estarem na execução dessas tarefas, eles vão-se serenando e entrando no contexto pretendido.

Sinto que consegui dar a volta a um contexto comportamental menos favorável e que consegui atrair todos os alunos para o que eu pretendia, conseguindo tornar o seu comportamento mais acessível, não só na minha aula, mas também nas restantes.

4.4. - Momentos de Avaliação

O processo de avaliação foi algo que desde o início me preocupou pois senti que deveria ser uma das principais ferramentas para cativar os alunos, ou seja, uma das recompensas fulcrais para que, um aluno que neste contexto se comportasse melhor, obtivesse uma melhoria notável na sua classificação final. "Estimar, apreciar, calcular o valor de uma coisa. É uma atividade humana

constante, já que a todo o momento temos de recolher informação do meio, valorizar essa informação e decidir em conformidade” (Rosado et al., 2002, p.19).

Mas obviamente o processo de avaliação não se resume apenas e só à classificação final, Siedentop e Tannehill (2000), afirmam que a Avaliação deve estar intimamente ligada aos objetivos de aprendizagem, dado que são essenciais referências que permitam diferenciar o desempenho dos alunos.

Vivemos um longo trajeto ao longo do ano onde atravessamos a Avaliação Diagnóstica, Formativa e Sumativa, facilitando o processo de ensino-aprendizagem. Cada módulo teve um momento formal de Avaliação Diagnóstica (AD) e de Avaliação Sumativa (AS), sendo a Avaliação Formativa (AF) efetuada de modo mais extenso e contínuo. Gatti (2003) afirma que os Professores devem possuir um variado leque de métodos de Avaliação que permitam, de forma contínua e pouco extensa, dar informações constantes acerca do desempenho dos alunos e do seu progresso.

Quanto à Avaliação Diagnóstica (AD), posso afirmar que esta foi uma ferramenta muito utilizada e que me permitiu atingir o planeamento mais adequado de forma a promover momentos de aula mais apropriados e adaptados à turma em questão. Gonçalves et al. (2010), referem que a AD tem a função de colher conhecimento para fundar primazias e adequar a atividade dos alunos à direção do seu desenvolvimento. A Avaliação Diagnóstica passa por fazer um teste inicial às competências dos alunos em determinado conteúdo ou conjunto de conteúdos de maneira a descobrir o nível de preparação e competência nessa modalidade em questão. Rosado et al. (2002), referem que a AD existe com o intuito de conferir as capacidades básicas dos alunos e, ainda, se estes já têm adquiridos conhecimentos dos conteúdos a lecionar.

No que diz respeito aos DC, o processo de Avaliação Diagnóstica dependeu muito do módulo em questão, por exemplo, no módulo “O jogo” não me foi possível aplicar propriamente uma AD específica ao módulo, foi uma avaliação um pouco rudimentar e promovendo apenas a observação aos conteúdos das modalidades coletivas que iríamos abordar ao longo dos módulos seguintes. Este processo decorreu desta forma pois, os conteúdos deste primeiro módulo, abordavam essencialmente jogos pré-desportivos e tradicionais de forma a atingir capacidades para as modalidades coletivas,

portanto achei por bem assumir este módulo como ponto de partida e preparação para os módulos seguintes.

No entanto, nos módulos de “Andebol – Iniciação”, “Basquetebol – Iniciação” e “Futebol – Iniciação” já houve um momento formal de AD, onde procurei perceber como se encontravam os alunos a nível do conhecimento teórico-prático das modalidades. Efetuei a AD através do preenchimento de uma grelha em que avaliei a prestação relativa a cada conteúdo de 1 a 5 valores. A nível específico, na AD de “Andebol – Iniciação” pretendia descobrir o estado das capacidades ao nível do entendimento do objetivo do jogo, compreensão e cumprimento das regras, ações defensivas, passe, remate, remate em suspensão e posicionamento.

No “Basquetebol – Iniciação” avaliei os conteúdos de organização defensiva, técnica individual defensiva, organização defensiva e técnica individual ofensiva (lançamento na passada). No “Futebol – Iniciação” averigui as capacidades a nível da organização ofensiva, organização defensiva, técnica ofensiva individual (passe e remate) e técnica individual defensiva (desarme e interceção). Nestas AD, optei por elaborar grelhas um pouco escassas em conteúdos mas que focassem na abordagem geral da modalidade, fazendo com que conseguisse avaliar o que pretendia sem me obrigar a estar completamente focado e “preso” ao preenchimento da mesma, podendo estar ativo na aula e acima de tudo, atento ao comportamento dos alunos, que era, sem dúvida, o mais importante.

Este processo ajudou-me a perceber rapidamente quais as capacidades dos alunos, quais os alunos mais evoluídos e quantos níveis de capacidade tinha na turma. Isto permitiu-me planear melhor as aulas tendo em conta os níveis a abordar e quais os alunos em que podia confiar para ajudar os alunos menos capacitados.

Nos DI, a AD foi uma ferramenta importantíssima de modo a perceber quais os conteúdos mais importantes a abordar e quais as principais lacunas dos alunos na técnica destas modalidades específicas. Em “Atletismo – Iniciação” comecei por fazer uma AD aos índices de resistência dos alunos com o teste de *Cooper*, a nível técnico observei a execução técnica da corrida, do salto em altura e do lançamento do peso de forma a perceber qual o nível médio em que turma se

encontrava, qual o melhor aluno para exemplificar os exercícios e quais as melhores estratégias a adotar para abordar os conteúdos desta modalidade.

Em “Ginástica - Elementos Técnicos Gerais” a Avaliação Diagnóstica decorreu de modo a poder observar a execução técnica dos alunos nos elementos de rolamento (a frente e à retaguarda, com membros inferiores juntos e membros inferiores afastados), apoio facial invertido, roda, rondada, avião, ponte e um salto no Minitrampolim (engrupado). No Minitrampolim optei por apenas observar um salto pois o objetivo era essencialmente avaliar a corrida de preparação, o salto no Minitrampolim e a receção no colchão para depois planear da melhor forma a abordagem aos saltos.

Quanto ao módulo de “Ténis – Iniciação”, a AD foi muito breve pois já tinha consciência de antemão a inexperiência dos alunos nesta modalidade, portanto usei a primeira semana de aulas para observar como os alunos procediam no manuseamento da raquete e como se deslocavam no *court* de forma a conseguir ir progredindo nos conteúdos até chegar ao jogo formal da melhor forma.

Após realizar a AD, ficou claro para mim que deveria procurar uma estratégia que me auxiliasse a realizar uma Avaliação Sumativa mais justa e rigorosa. Tal como refere Aranha (2004), as informações recolhidas a partir da AF devem auxiliar, também, a AS elaborada no final. Para cumprir este meu objetivo teria de avaliar todo o processo que separa estes dois objetivos, assim iniciei o processo de Avaliação Formativa (AF), algo recorrente e regular que me foi permitindo perceber se os exercícios ou tarefas que estava a aplicar eram adequados e apropriados à turma em questão. Ribeiro e Ribeiro (1990) referem que a AF deve simbolizar parte acompanhante de todo o processo de Ensino-Aprendizagem, com o intuito de identificar as aprendizagens bem-sucedidas e as com maiores carências.

Fiz por hábito o registo no meu diário de bordo o como os exercícios corriam e de que forma é que parecia que podia explorá-los mais em aulas futuras. O foco foi sempre perceber se os exercícios abordados serviam os alunos da melhor forma e se conseguia abordar os conteúdos de forma a conseguir manter um ambiente são na aula e sem que os alunos dispersassem.

Assim, esta AF veio a revelar-se imprescindível no controlo de todo o processo de ensino-aprendizagem, isto pois, permitia-me quase de forma diária,

perceber se os alunos estavam efetivamente a adquirir os conhecimentos abordados. Tendo disponível a AD, tive sempre uma perspetiva inicial com a qual podia comparar a prestação dos alunos e perceber se as metodologias aplicadas estavam a surtir efeito ou não. O que me permitiu, ao longo do ano, adaptar e modificar o que não estivesse a funcionar tão bem. A par destes fatores, e como referido anteriormente, esta AF fez com que a Avaliação Sumativa fosse mais acertada, detalhada e com base num processo de avaliação mais completo e contínuo.

No que diz respeito a Avaliação Sumativa (AS), o processo foi geralmente o mesmo, promovendo um momento de avaliação formal, que correspondia a 60 por cento da nota, que se juntavam aos 40 por cento provenientes do comportamento, assiduidade e pontualidade. Na impossibilidade física, comprovada por atestado médico, de realizar o momento de avaliação os alunos realizavam um trabalho teórico sobre um tema escolhido por mim, em comunidade com a PC, relativamente ao módulo em questão. Segundo Vickers (1990), a AS acontece no término de cada módulo e sumariza o progresso do aluno e “é um momento de fazer um juízo global e de síntese, permitindo verificar a evolução e retenção do aluno perante toda a matéria que lhe foi transmitida”, segundo Gonçalves et al., (2010).

Um dos grandes auxílios nesta tipologia de Avaliação era o documento de critérios de Avaliação e descritores de desempenho (Consultar Anexos e 6) que ajudei a PC a redigir e que discriminava todos os critérios de avaliação para as disciplinas de DC e DI.

Nos DC os critérios de avaliação eram, geralmente, a junção da capacidade tática com a técnica aliada ao cumprimento e entendimento das regras. Procurando avaliar os conteúdos da técnica individual ofensiva e defensiva com os princípios táticos e percebendo o conhecimento das regras e do *fairplay* no jogo.

No módulo “O jogo”, os critérios foram muito abrangentes pois abordei modalidades diferentes, sendo que o momento de avaliação incidiu sobre um jogo de Andebol 6x6, Basquetebol 3x3 e Futebol 5x5, procurando perceber o entendimento do objetivo do jogo, a compreensão e cumprimento das regras, a capacidade técnica e a prática do desportivismo e *fairPlay*.

Nos restantes módulos de DC o momento de avaliação dividiu-se em três momentos, 1x1, 2x1 e jogo formal, isto para perceber, nos jogos reduzidos, os conteúdos mais específicos como passe, drible, remate, desarme e intercepção e durante o jogo formal perceber o conhecimento das regras e o entendimento técnico-tático do jogo. No Andebol executaram jogo de 6x6, no Basquetebol de 3x3 e no Futebol, devido ao desenvolvimento técnico geral da turma, optei por realizar 5x5.

Nos DI, o momento de avaliação incidiu sobre a execução técnica de uma prova da modalidade em questão, estando presente o mesmo cálculo de 60 por cento para desempenho prático e 40 por cento para valores comportamentais.

No módulo de “Atletismo – Iniciação” avaliei a técnica de corrida através de provas isoladas em que os alunos executavam determinado movimento até chegarem à corrida num *sprint* de 30 metros, avaliei o salto em comprimentos tendo em conta a corrida em curva, o salto de chamada, a transposição da fasquia e a receção no colchão e avaliei o lançamento do peso tendo em conta o desempenho do aluno na técnica retilínea. Neste módulo a avaliação da técnica era a média entre as classificações obtidas nas três componentes, técnica de corrida, salto em altura e lançamento do peso.

Na Ginástica de Solo avaliei os elementos abordados na AD, rolamento (a frente e à retaguarda, com membros inferiores juntos e membros inferiores afastados), apoio facial invertido, roda, rondada, avião, ponte e ainda conciliei com avaliação de Minitrampolim com salto engrupado, encarpado, de carpa (pernas afastadas) e pirueta. A avaliação prática final era obtida com média entre a ginástica de solo e o minitrampolim, havendo espaço para alguns ajustes no que diz respeito à execução dos elementos com ou sem ajuda e na capacidade dos alunos de fazerem a ajuda aos colegas.

Por fim no módulo de “Ténis – Iniciação”, o momento de avaliação final foi através do jogo formal 1x1 onde tive em conta o manuseamento da raquete, os batimentos elementares, a movimentação no *court* e o conhecimento e cumprimento das regras, incluindo pontuação e serviço.

Um aspeto que achei sempre importante estar presente foi o momento de autoavaliação em que havia espaço para os alunos darem a sua opinião e demonstrarem que classificação achavam justa para a sua prestação e

determinado módulo. Vieira (2013) explica que a visão que os alunos criam acerca da Avaliação e a relevância que lhe conferem, é essencial para o seu posicionamento no processo de E/A.

O processo de avaliação é complexo mas na minha opinião é importantíssimo pois permite-nos perceber e fazer chegar ao aluno o feedback da sua prestação. E, na minha opinião, dando grande importância aos valores comportamentais conseguimos formar alunos que sejam conscientes e cidadãos com valores éticos bem presentes. O papel do Professor é formar e para tal deve aproveitar a avaliação para motivar os seus alunos e melhorar tanto na sua função quotidiana como na abordagem geral.

4.5. - Questionamento

Tendo por base um dos grandes desafios promovidos pela Docência, a instrução, surgiu a necessidade de, no decorrer deste EP, implementar o uso do questionamento.

O questionamento consiste, segundo Rosado e Mesquita (2009), num dos métodos de carácter verbal a que os Professores mais recorrerem de modo a, através da interrogação, iniciarem o processo de instrução. Este método pode ser usado com intenções distintas consoante o método de Ensino que será aplicado.

Este modo de interpolar os alunos pode ainda ser usado após a transmissão da informação aos alunos e antes de estes iniciarem a tarefa proposta, para que o Professor possa averiguar a compreensão, ou não, da informação transmitida (Rink, 1993).

Esta foi uma metodologia que de facto me auxiliou na perceção, quase imediata, da qualidade da instrução que terminara de fornecer. O questionamento permitiu-me promover aprendizagens mais significativas e de acordo às necessidades dos alunos, e foi ainda muito útil na gestão de tempo de aula. Isto pois, com uma boa instrução, o tempo de exercitação era potenciado e o tempo não útil de aula era diminuído.

Esta estratégia foi sobretudo essencial na manutenção de uma boa relação com os alunos, fator que ao longo de todo o ano letivo ocupou os primeiros lugares na minha lista de preocupações, pois incentivou a que estivéssemos

todos envolvidos na mesma tarefa em simultâneo. Tornou os alunos mais atentos e mais disponíveis no momento em que me deviam escutar e tornou-me melhor na transmissão de informação pois possuía o feedback que deles advinha o que me fazia perceber se estava a ser bem ou menos bem-sucedido.

4.6. - A instrução

A capacidade de comunicar com os alunos representa um fator determinante da eficácia pedagógica no contexto do ensino da EF, de acordo com Rosado e Mesquita (2009). Segundo os mesmos autores, a instrução revela-se entre os objetivos que autenticam a comunicação, pela relação direta com os conteúdos a lecionar.

Respeitando essas concepções, procurei sempre ter a melhor abordagem a nível de comunicação para que os alunos me entendessem e acima de tudo percebessem o pretendido. Procurei sempre que os momentos de instrução fossem breves e sucintos para os alunos não se fartarem nem aborrecerem no decorrer da minha explicação. Tentei ser sempre objetivo de modo que qualquer dúvida rapidamente se dissipasse da mente dos meus alunos. Segundo Morgan and Kingston (2008), as atitudes dos Docentes são um fator relevante ao desenvolvimento de um clima motivacional positivo nas aulas de educação física e podem sobrepor-se a predisposição de um aluno.

Nas modalidades coletivas a instrução para mim decorreu sem problema, soube respeitar os *timings* do exercício e perceber quando e como falar para que os alunos ouvissem com a máxima atenção, estabelecendo, o equilíbrio certo entre *feedbacks* para o grupo e, quando necessário, reforço e correção individual.

Quanto aos Desportos Individuais, o caso vislumbrou-se ligeiramente mais complicado, pois trata-se de modalidades muito mais técnicas do ponto de vista do entendimento corporal do aluno, o que obrigava a mais momentos de instrução e mais específicos a cada indivíduo. Tentei então utilizar palavras-chave que ficassem retidas na mente dos alunos e que se fizesse com que estes se lembrassem sempre que necessário na realização da prática.

“O programa constitui, portanto, um guia para a ação do professor que, sendo motivado pelo desenvolvimento dos seus alunos, encontra aqui os indicadores para orientar a sua prática, em coordenação com os professores de Educação Física da Escola (e das «escolas em curso») e também com os seus colegas das outras disciplinas.” (Jacinto et al., 2001).

Procurei sempre aliar a minha instrução segundo os Modelos de Ensino que achava mais pertinentes para cada módulo, muitas vezes aliando parte de modelos diferentes, fazendo um modelo híbrido que servia mais os meus objetivos e necessidades.

Os Modelos de Ensino são utensílios para auxiliar na docência, servem como guias orientadores para o professor direccionar a sua instrução e acompanhar os seus alunos no processo de ensino-aprendizagem. Cada modelo é implementado com o intuito de fomentar diferentes resultados de aprendizagem nos alunos (Metzler, 2000).

Os métodos de ensino que mais adotei, incidiram fundamentalmente em dois, sendo eles, o Método de Ação Cooperativa, MAC, e o Método de Instrução Direta, MID.

O MAC foi utilizado principalmente no Atletismo, Ginástica e em DC, pois pretendia que através do trabalho em equipa os alunos atingissem o mesmo objetivo. Este modelo divide-se em vários pontos, a constituição de grupos, a sua interação, a interdependência entre os membros, responsabilidade individual, desenvolvimento de habilidades sociais e o Professor que funciona como um elo facilitador. O recurso a este modelo tem como objetivo desenvolver a afetividade dos alunos e fazer com que interajam e se entrem ajudem através do trabalho de equipa de modo a atingirem os objetivos comuns. Nos módulos em que utilizei este modelo fi-lo por considerar que esta metodologia ajudaria a controlar comportamentos erráticos e, o facto é que, na maioria das vezes, foi eficaz e tornou a aula bem mais funcional.

Quanto ao MID, esta trata-se de uma metodologia orientada para as habilidades técnicas, por essa razão, foi o meu principal recurso em modalidades com uma componente técnica muito específica, tal como a Ginástica e o Ténis. O Professor é quem guia o procedimento e organiza a aprendizagem, munido de instruções e explicações específicas, com feedbacks e correções principalmente

nas fases iniciais da aprendizagem (Metzler,2000). Sendo a Ginástica e o Ténis modalidades extremamente técnicas e em que os alunos detinham muitas dificuldades, achei por bem assumir uma abordagem mais próxima com *feedbacks* mais diretos e com especial atenção às correções numa fase inicial.

4.7. - Ensino Básico

A experiência no Ensino Básico teve lugar na Escola Básica da Areosa, junto dos alunos do 5º ano, em duas aulas (uma de 50 e outra de 100 minutos) nos dias 4 e 6 de maio. Juntamente com os meus colegas do NE dividimos o plano de aula de cada uma das sessões de modo a cada um de nós ter o mesmo tempo de aula para lecionar.

Abordamos a modalidade de Basquetebol e tentamos incutir exercícios simples e com recompensa direta para que os alunos sentissem sucesso imediato. Procuramos desenvolver os conteúdos de passe e drible, com especial atenção devido ao nível técnico reduzido dos alunos.

É possível realçar a capacidade dos alunos de 5º ano em estarem sempre interessados e com os índices de motivação altos para estas aulas, sendo mais fácil o momento da instrução e sendo possível a dinamização de mais exercícios. Os alunos na sua generalidade eram todos bem-comportados, não havendo nenhum momento em que fôssemos obrigados a parar a aula para reprimendas ou castigos. Se por um lado permitem a instrução de forma mais direta e simples, por outro lado distraem-se com mais facilidade durante a prática desportiva. Seja por alguma variante do exercício que não perceberam bem ou por alguma componente extra-aula que cativa a atenção deles.

É completamente evidente a diferença de respeito que a figura de um Professor detém aos olhos de alunos do Ensino Básico quando comparado com alunos do Ensino Secundário. Isto é, os alunos do Secundário, com os quais o meu NE estava habituado a trabalhar, nem sempre davam o devido valor ao papel do Professor, dependendo obviamente de quem o estava a executar, este fator fazia com que, por vezes, questionassem ou duvidem do que vinha a ser dito. Pelo contrário, os alunos do Básico, já assumem só pelo título do papel um respeito e uma autoridade inerente, o que faz com que nem se atrevam a

questionar nada dito pelo Docente, facilitando a manutenção de um bom ambiente de aula, primando pelo cumprimento de todas as regras.

O mais complicado nas aulas desta faixa etária é a gestão do tempo de aula, isto pois os alunos requerem um acompanhamento mais próximo e um *feedback* mais regular ao longo da prática. A instrução é mais clara, mas tem de ser mais contínua, caso o contrário o exercício chega a um impasse por falta de sucesso. E até o deslocamento dos alunos dentro dos exercícios é muito limitado, por vezes temos quase de colocar os alunos no sítio pretendido, porque eles demoram a entender a dinâmica.

Esta experiência foi sem dúvida uma mais-valia e um passo importante no nosso percurso, até porque não tivemos oportunidade de lecionar a esta faixa etária no primeiro ano deste ciclo de estudos que agora estamos a terminar e tal como refere Queirós (2014), os Docentes devem ter todos os conhecimentos e ferramentas necessárias ao desempenho desta profissão. É uma realidade com que, possivelmente, teremos de lidar no futuro e é importante irmos preparados e prevenidos da melhor forma. Apesar de ter sido uma curta experiência, foi sem dúvida mais uma que pudemos acrescentar a este ano que tem sido recheado de aventuras e desafios, cheio de aprendizagens e novos conhecimentos.

Concluo por afirmar que esta é uma faixa etária que me motiva e na qual me vejo a lecionar durante muitos anos. Há uma margem enorme de evolução nos alunos e há um imenso leque de exercícios e variantes que podemos usar, é sem dúvida um objetivo de vida ser bem-sucedido nesta área.

5 - A interação com a Escola e a Comunidade Escolar

Tal como mencionei anteriormente, a Escola é uma instituição que engloba várias pessoas, com realidades diferentes. A heterogeneidade pode ser assustadora, mas é também um dos fatores, se não o maior fator, que pode proporcionar as mais interessantes transmissões de conhecimentos.

A Comunidade Escolar é essencialmente a interação entre a Escola e o meio sociocultural circundante, constituída por alunos, Docentes, funcionários, Encarregados de Educação, etc. Portanto tanto a escola como a Comunidade

que a rodeia tem o dever e a responsabilidade de se unir e trabalhar pelo bem comum a todos que é o sucesso dos alunos.

Enquanto EE considero ser importante fomentar esta ligação e entrosar-me em ambos os meios, de forma a conhecer melhor o ambiente da escola e todos aqueles que fazem parte deste ambiente. A relação entre a instituição e a comunidade é muito importante como conector de desenvolvimento social, tudo isto contribuirá para uma melhoria significativa do desempenho dos alunos e o consequente aumento da credibilidade da escola.

Para além disso, e como fator mais relevante, destaco a abordagem a temas tão pertinentes como a cidadania e a empatia pelo próximo. É responsabilidade da Escola e dos entes mais próximos discutir e instruir acerca dos temas mais pertinentes da sociedade atual, a inclusão social, a educação ambiental, o viver em comunidade. Só através desta conexão será possível atuar neste sentido e conferir aos alunos um maior leque de experiências que contribuirão, no seu todo, para o sucesso pessoal e escolar.

A realização de eventos é sem dúvida a melhor forma de trabalhar em parceria. Organizar passeios, saraus, comemorar datas relevantes, ações sociais, como recolhas e até seminários informativos. Trabalhamos em comunidade, por um bem que é de todos e que engloba o futuro de todos, ter profissionais e cidadãos de excelência à disposição de todos, por uma sociedade melhor.

O Desporto Escolar foi uma oportunidade perdida no aspeto do trabalho para a comunidade escolar, isto pois, após a elaboração do cartaz para captações de atletas de Voleibol do escalão de Juvenis feminino, não se manifestou muita adesão por parte das alunas e esta equipa não seguiu em frente. A verdade é que um pouco desiludido com esse acontecimento pois fui privado de viver mais uma experiência no que à Docência diz respeito. Porém, e com esta distância temporal que mantenho do acontecimento, penso que fica a aprendizagem para, numa próxima oportunidade futura, tentar ser mais aliciante neste tipo de captação de atletas.

Um momento no qual pude participar e achei que foi um momento de excelente convívio entre a comunidade escolar tendo o desporto como principal ferramenta, foi uma demonstração de remo *indoor* que decorreu no átrio da

escola. Tal aconteceu em parceria com o Clube Naval Infante D. Henrique e a Associação de Remo do Norte no âmbito do módulo de remo do 12º TD.

Foi um momento em que toda a escola pode participar, dois dias em que tiveram à sua disposição os mecanismos de remo *indoor* disponíveis para todos os alunos experimentarem e estavam sempre atletas presentes para prestar o seu auxílio e partilhar conhecimento. Houve também a dinamização de vários torneios com vista a encontrar quem faria o tempo mais rápido a atingir um quilómetro.



Figura 4 - Cartaz elaborado para a promoção da Equipa Juvenil Feminina de Voleibol.



Figura 3 - Cartaz elaborado no âmbito de promoção de um evento de Remo Indoor.

5.1. - Visitas de Estudo

As visitas de estudo e a sua importância foram uma dimensão que descobri e abracei ao longo deste ano letivo. Nunca pensei que as visitas de estudo pudessem ter tanta importância no aspeto de fortalecer a relação Professor-aluno e, acima de tudo, cimentar aprendizagens em alunos com problemas a nível de comportamento. Já era do meu conhecimento a grande mais-valia que as visitas de estudo podem ser, devido ao meu passado enquanto aluno, mas sempre relacionei as vantagens com características do foro da cultura geral e do relacionamento entre alunos. Este ano fui percebendo que as visitas de estudo

são excelentes "armas" para cativar os alunos e apresentar-lhes conhecimentos e experiências às quais normalmente não têm acesso de forma tão próxima.

Desde o início que a PC nos alertou para esse facto e para a liberdade que tínhamos em reunir ideias para visitas de estudo e até palestras com atletas, treinadores e figuras públicas que se enquadrassem nos objetivos das disciplinas. Fruto deste aspeto, elaborei desde logo um documento que continha o nome de atletas, treinadores e dirigentes que conheço e que desempenham a sua função em cargos com relevância e clubes sonantes para os alunos, para além de nomes de clubes, instituições e infraestruturas que seriam pertinentes para o desenvolvimento das capacidades dos meus alunos.

Para qualquer visita era necessária a elaboração de um portefólio com o projeto da visita de estudo/atividade, o plano da visita de estudo, a aprovação da visita de estudo/atividade, o guião de exploração do(s) local(ais) a visitar, o roteiro, detalhado, da visita de estudo. De igual forma eram necessários os documentos, tais como, Comunicação/Autorização dos Pais ou Encarregado de Educação, Comunicação às estruturas, Comunicação à Chefe dos Serviços de Administração Escolar, Comunicação ao(à) Diretor(a) de Turma e Ficha de autoavaliação. No fim era também requerido o relatório da VE.

A primeira visita de estudo decorreu em moldes que não esperava, isto pois aconteceu com duas turmas que não conhecia tão bem, sendo que nenhuma era a que eu lecionava e num destino um pouco desafiante. Decorreu no dia 22 de novembro de 2021, partimos de autocarro da ESAN, todos os alunos das turmas 12ºAI e do 11ºTD acompanhados por quatro Professores da Escola e os quatro Professores estagiários da FADEUP. A viagem decorreu de forma tranquila e ordeira, chegando a Terras do Bouro, na zona do Gerês, para, em seguida fazermos o Trilho até à Fenda da Calcedónia. Após as explicações cuidadosas e técnicas de um Professor experiente neste campo, todos os alunos iniciaram a subida da Fenda. Os alunos, que por motivo de lesão, não subiram a Fenda, desceram a Serra do lado Norte da Fenda acompanhados pela PC.

Foi realmente notável ver a entreatajuda dos alunos para atravessarem a Fenda, achei fascinante como no caminho até lá estavam num clima de brincadeira, e por vezes nem pareciam assim tão amigos uns dos outros, mas a partir do momento em que entraram na Fenda preocuparam-se com que toda

gente passasse e não deixaram ninguém para trás. Só me fez pensar na real importância que estes momentos de *team building* podem ser importantes para uma turma, fazendo com que se unam para atingir um objetivo em comum, sendo que desta vez o objetivo não era nada fácil, pois a Fenda aufere de partes e passagem complicada.

Após este momento incrível, almoçámos no Campo de Gerês nas instalações da Equidesafios e em seguida realizámos o Trilho da Geira Romana, explicando a todos os alunos a história, o significado e a importância deste caminho no tempo dos Romanos na Península Ibérica. Todos os participantes desfrutaram das paisagens encantadoras das serras e do Rio Homem, que se situa na bacia hidrográfica do rio Cávado.

Regressámos à ESAN ao fim da tarde, a viagem foi tranquila e segura, os alunos regressaram satisfeitos pois haviam acabado de viver um dia repleto de novas experiências, vivências com a natureza e muitas histórias para contar.

É importante proporcionar aos alunos vivências fora da Escola e apetrechá-los de competências que só se adquirem quando são realmente vivenciadas nos “palcos reais”. É seguro dizer que esta visita de estudo cumpriu todos os objetivos e metas inicialmente propostas. Os alunos mantiveram sempre um comportamento exemplar e é de realçar o espírito de entre ajuda, cooperação, superação e cidadania que todos os alunos revelaram. Foi aplicado um questionário de autoavaliação que foi preenchido por todos os alunos participantes e destaca-se uma apreciação muito boa na maioria das respostas da avaliação global desta aventura.

A visita de estudo que se seguiu, e apesar de ser mais simples, disse-me muito, isto porque foi com a minha turma e porque foi às instalações da FADEUP, a minha segunda casa ao longo dos últimos anos. Por essa razão, estava muito entusiasmado por juntar estes dois mundos.

No dia 10 de dezembro de 2021, todos os alunos das turmas 10º TD e 12º TD, acompanhados pelos professores responsáveis e pelos professores estagiários da FADEUP, deslocaram-se às instalações da FADEUP onde fomos recebidos pelo Dr. António Rodrigues, que saudou os alunos, no auditório principal, com uma apresentação sobre a Faculdade, a sua história e características, e sobre como ingressar no Ensino Superior na FADEUP. Após a

palestra inicial, o Dr. António Rodrigues proporcionou uma visita às instalações da Faculdade, passando pelas várias salas e pavilhões, de forma a mostrar aos alunos a quantidade de modalidades desportivas abrangidas pela instituição. Todos os participantes desfrutaram da sessão e ficaram a conhecer a dinâmica de acesso ao Ensino Superior e as possibilidades que o mesmo abrange, assim como a história envolvente e cultura enriquecedora da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

É importante mostrar aos alunos as opções de futuro académico disponíveis na sua área de interesse e apelar ao seu sentido de responsabilidade com visitas fora da Escola.

E indo exatamente ao encontro deste último paragrafo, realço mais uma visita a uma instituição de ensino superior, a Escola Superior de Educação do Politécnico do Porto (ESE-PP), desta vez realizada com as alunas do 12º do Curso de Apoio à Infância, que teve lugar dia 11 de fevereiro de 2022. Na chegada à ESE-PP, fomos recebidos pela Dr. Irene Peres, que saudou as alunas, no auditório principal, com uma apresentação sobre a Escola, a sua história e características, e, principalmente sobre o que mais captou o olhar das alunas, como ser estudante na Escola Superior de Educação.

Após a palestra inicial, as Dras. Olívia Vieira e Irene Peres guiaram as alunas numa visita às instalações da Escola Superior, passando pelas várias salas e laboratórios, assim como biblioteca e zona de refeitório. Todas as alunas desfrutaram da sessão e ficaram a conhecer a dinâmica do acesso ao Ensino Superior e as possibilidades que o mesmo abrange, assim como as várias formas de ingressar na Escola Superior de Educação e os possíveis percursos académicos que lá podem seguir. Considero de tremenda importância encorajar os alunos a abrir os horizontes com as opções de futuro disponíveis na sua área de interesse e apelar ao seu sentido de responsabilidade com visitas fora da Escola.

Agora falo de uma visita muito mais específica e que me cultivou muito mais devido à minha falta de conhecimento sobre as modalidades envolventes, a visita às instalações do Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho (CAR – MMV). Foi realizada no dia 17 de fevereiro de 2022, com todos os alunos do 10º TD e da turma de 12º do curso de Gestão Desportiva. Na chegada ao Centro de

Alto Rendimento, fomos recebidos pelo Diretor Técnico – CAR - MMV, Dr. Vasco Cavaleiro, que saudou os alunos, no auditório principal, com uma sessão de boas-vindas e apresentação do CAR, sobre as modalidades que abrange e a história da sua formação. Após a palestra inicial, os alunos equiparam-se nos balneários designados e dirigiram-se ao Hangar 16, onde realizaram um percurso na pista principal, nas embarcações gentilmente cedidas pelo CAR. Foi surpreendente ver a boa atitude e capacidade de aprendizagem dos meus alunos e foi realmente enriquecedor vê-los abraçar uma modalidade desconhecida por eles e divertirem-se enquanto aprendiam. Todos os alunos desfrutaram da atividade e agradeceram a oportunidade de experimentar uma modalidade desportiva diferente, que, de outra forma, não seria possível.

Almoçámos nas instalações do CAR e em seguida dirigimo-nos ao centro histórico para uma visita ao Castelo de Montemor-o-Velho, explicando a sua importância como principal fortaleza do Baixo Mondego na época medieval e local de inúmeros acontecimentos da história de Portugal. A viagem de regresso decorreu de forma tranquila e com uma sensação de realização por parte dos alunos, que mostravam sinais de cansaço do esforço e empenho demonstrado na atividade. Os alunos mantiveram um comportamento exemplar, motivados e respeitadores, o que contribuiu para uma apreciação globalmente muito boa da visita de estudo.

Por fim falo da última visita do ano letivo, com a minha turma de 10ºTD e a turma 11º TD, que teve lugar dia 19 de maio de 2022 nas instalações do Centro de Alto Rendimento do Jamor (CAR) e ao Comité Olímpico Português (COP).

Na chegada fomos recebidos para uma palestra sobre a história do CAR e todas as instalações envolventes, de seguida visitamos as instalações do departamento de Natação e de Atletismo, onde por breves momentos tivemos a oportunidade de ver a atleta Patrícia Mamona a treinar, algo que foi surpreendente e que causou grande entusiasmo junto dos alunos. Em seguida almoçamos nos Jardins de Belém e após um breve tempo livre partimos para o COP, onde participamos numa palestra sobre o COP em si, as suas funções, projetos nas escolas e tudo o que o envolve. Realce para o momento em que vimos as menções a todos os atletas olímpicos portugueses nos diversos jogos olímpicos. Esta visita valeu-nos um diploma do COP (Consultar Anexo 15).

Relativamente a estas duas últimas visitas considero que é importante proporcionar aos alunos vivências fora do espaço escolar que aumentem o seu reportório cultural e de conhecimentos, tanto dentro da sua área de formação, Desporto e Gestão Desportiva, como da história regional e nacional, quer a nível desportivo como cultural. Só explorando estas atividades é possível que os alunos alcancem a sua formação integral, sendo também uma importante forma de apetrechar o currículo académico de cada um com competências em contexto real.



Figura 5 - Visita de Estudo à Fenda da Calcedónia.

5.2. - ERASMUS PLUS

Ao longo deste ano letivo fui ainda afortunado com a participação numa vertente do projeto europeu ERASMUS+, mais propriamente o "*MobiProgram w KLO*", que visa desenvolver e melhorar as competências dos alunos nas dimensões do multilinguismo, competências pessoais e sociais e autodesenvolvimento dos alunos.

O projeto consistiu na visita de dois grupos de 15 alunos do Ensino Básico e do Ensino Superior de um Liceu Católico Polaco, o *Katolickie Liceum Ogólnokształcące* em *Białystok*. Os dois momentos deram-se, na semana de 9 a 13 de maio e o nos dias 13 e 14 de junho.

No primeiro momento os alunos polacos vieram à ESAN para uma apresentação sobre a nossa escola e o nosso país e da mesma maneira também partilharam um vídeo sobre a sua escola e sobre a Polónia. O primeiro grupo vinha repleto de alunos muito interessados e disponíveis para as atividades que tínhamos preparado. Isto pois os alunos do 11ºTD prepararam variadíssimas atividades do foro desportivo para os alunos polacos participarem e promoveram assim um ambiente de confraternização. Os nossos alunos elaboram atividades que iam desde circuitos de *fitness* à patinagem, passando por Desportos Coletivos como Badminton, Voleibol, Futebol e Basquetebol. Essas atividades físicas tiveram lugar na ESAN e noutra escola do nosso agrupamento, a Escola Básica Nicolau Nasoni. Durante essa semana pudemos ainda visitar a zona da Ribeira do Porto, fazendo um passeio de barco no Rio Douro e visitamos também o centro histórico de Guimarães, pois os alunos polacos também tinham, em Guimarães, algumas atividades e compromissos.

No segundo momento senti que vieram até nós alunos uns pouco mais reservados e com menos interesse na parte desportiva, tornando as atividades um pouco mais estáticas e com menos intervenção dos alunos. Desta feita, foram os alunos do 10º ano a preparar tanto a apresentação da escola como as atividades desportivas. Desta vez passeamos pelo centro histórico da cidade do Porto com visita as caves de vinho do Porto no cais de Gaia e uma viagem de barco no Rio Douro conhecendo todas as pontes que servem a cidade.

Penso que este tipo de projetos proporciona um imenso leque de vantagens e aprendizagens para os alunos pois têm a oportunidade de interagir com alunos de idades semelhantes mas de um contexto cultural completamente diferente. Nas atividades desportivas era notório, “até ao olho menos treinado”, que os alunos polacos eram, na sua generalidade, alunos menos capazes no âmbito do Desporto. Isso dá-se, devido ao facto de na sua escola não promoverem muito a prática desportiva e não haver uma cultura desportiva que os impulse a querer praticar e aproveitar o melhor que o Desporto tem para oferecer. Tal facto contribuiu para que fosse espantoso ver a aproximação rápida entre os alunos portugueses e os polacos, devido à interação proporcionada pelos jogos desportivos que praticavam em conjunto.

Concluindo posso afirmar que este foi um dos projetos que mais me enriqueceu no meu curto trajeto enquanto Docente, pois pude ver os meus alunos a sair da sua zona de conforto e a evoluir a olhos vistos nas competências sociais, tudo através das imensas potencialidades do Desporto. Foi sem dúvida um momento de tremendo orgulho para quem trabalhou um ano letivo com alunos que, para outros Professores, são classificados como alunos problemáticos e sem “emenda”.



Figura 6 - Atividade realizada com alunos no âmbito do "ERASMUS PLUS".

5.3. - Reuniões

A participação em reuniões com os restantes Professores da turma foram momentos de verdadeira aprendizagem a vários níveis. Descobri muito sobre os Professores, a escola, os alunos e até sobre mim. Batista (2014), afirma que é através da comunicação com outros Professores, que efetivamente se aprende a Profissão.

Achei notável como conseguimos denotar vários tipos de personalidade em cada Professor e como, em certos momentos, dinamizar uma reunião destas se trata muito sobre “domar” egos e maneiras de ser vincadas. Posso realçar o principal momento que me chocou, que foi o momento em que percebi que alguns Professores têm preconceitos quanto aos alunos muito definidos, preconceitos de tal modo que faz parecer que não darão oportunidade aquele

aluno ou conjunto de alunos de ser diferente daqueles comportamentos erróneos do passado.

Fui percebendo, ao longo das reuniões, o quão importante é que no futuro eu mesmo tenha também a minha personalidade profissional vincada e que manifeste a minha opinião frequentemente, dentro dos limites do aceitável, naturalmente. Isto, pois, se não me afirmar, haverá outros elementos que talvez já não me levem a sério numa próxima instância. Batista (2014), diz-nos que, para se ser Docente, é necessário entender os sentidos da Escola, integrar-se numa profissão e aprender com os mais experientes. É importante que esteja atento a este tipo de dinâmicas na Escola e ao tipo de personalidades presentes, pois este fator irá ser muito útil para que eu consiga demonstrar as minhas ideias e o meu ponto de vista quando necessário.

Quanto aos alunos, através destas reuniões fui capaz de perceber que muitos deles pecavam maioritariamente no comportamento nas aulas de outras disciplinas, muito mais do que nas minhas, o que por um lado me deixava feliz, porque me fez perceber que conseguia de alguma forma controlar e entender aquela turma, porém, por outro lado, me deixava receoso pois sabia que alguns jovens eram punidos nas suas classificações finais e por vezes na eventual reprovação aos Módulos.

Estas reuniões foram uma fonte de aprendizagem de forma a definir a minha personalidade profissional e foram um passo importantíssimo no meu percurso enquanto futuro Professor. Penso que todos os PE devem procurar estar presentes nestas reuniões pois são uma preparação para um momento mais formal da Profissão de docente, que também faz parte dos nossos deveres.

6 – Estudo: Qual a importância da competição nas aulas de desportos individuais no curso profissional de técnico de Desporto?

6.1. Resumo

O presente estudo teve como principal objetivo aferir o impacto e a importância dada pelos alunos à vertente da competição nas aulas de Desportos Individuais no Curso Profissional de Técnico de Desporto na Escola Secundária António Nobre (ESAN) no ano letivo de 2021/2022. Os sujeitos do estudo foram 22 alunos do 10º ano de escolaridade, 3 (14%) do sexo feminino e 19 (86%) do sexo masculino, a média de idades corresponde a $\pm 16,7$ anos. A recolha de dados foi efetuada num momento, no 3º Período letivo, através da resposta a um inquérito online, via *Google Forms* para facilitar o preenchimento. A análise de conteúdo foi a principal ferramenta de tratamento de dados, o que permitiu perceber que a competição impele os alunos a praticar modalidades e pode ser usada como fator aliciante na procura do incentivo à prática multidesportiva. Os alunos manifestam a sua apreciação pela competição e reconhecem a grande vantagem pedagógica desta metodologia.

PALAVRAS-CHAVE: CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO, COMPETIÇÃO, APRENDIZAGEM, APRECIÇÃO.

6.2. - Abstract

The main goal of this study is to evaluate the impact and importance given by students to competition in individual sport classes in the professional course of Sports Technician at Escola Secundária António Nobre (ESAN) in the academic year of 2021/2022. The study subjects were 22 students from the 10th year of schooling, 3 (14%) were female and 19 (86%) were male, with an average age corresponding to ± 16.7 years. Data collection was carried out in one moment, in the 3rd term, by answering an online survey prepared by me, via Google Forms to facilitate the fill in. Content analysis was the main data processing tool. It allowed to perceive that the competition stimulates the students to practice modalities and can be used as an incentive factor in the search for the incentive to the multisport practice. Students express their appreciation for competition and recognize the great pedagogical advantage of this methodology.

KEYWORDS: PROFESSIONAL COURSE OF SPORTS TECHNICIAN, COMPETITION, LEARNING, APPRECIATION.

6.3. - Introdução

A concretização do Estágio Profissional, incluído no plano de Estudos do 2º Ciclo em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pressupõe a organização em três grandes áreas de desempenho.

Segundo as Normas Orientadoras da Unidade Curricular Estágio Profissional (2021/2022)¹ estas três secções dividem-se em: Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, que abarca a conceção, o planeamento, a concretização e a avaliação do Ensino; Área 2 - Participação na Escola e Relações com a Comunidade, onde se procura associar as atividades não letivas à realidade do Estudante Estagiário (EE) e a sua integração e ligação entre a Escola e o meio escolar envolvente; Área 3 - Desenvolvimento Profissional, uma área que aglomera as experiências importantes na edificação da competência profissional do Estudante Estagiário, no sentido de fortalecer a sua identidade profissional, nomeadamente na Educação Física.

Tendo por vista a terceira área mencionada, a elaboração deste estudo, surge como contribuição para o desenvolvimento profissional no que concerne as situações de aprendizagem em função da obtenção do sucesso por parte dos alunos.

Assim sendo, a necessidade de realização desta investigação surge partindo da vivência da Docência em Cursos Profissionais de Técnico de Desporto e na incessante busca de estratégias e metodologias para benefício dos alunos, pretendendo melhorar as suas capacidades e conhecimento relativamente aos conteúdos abordados.

O presente estudo tem como principal objetivo a investigação do impacto nos alunos da componente da competição inserida nas aulas de Desportos Individuais no Curso Profissional de Técnico de Desporto da Escola Secundária António Nobre. A competição assume-se como uma ferramenta social e cultural,

¹ Normas orientadoras do Estágio Profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino de Educação Física nos ensinos Básicos e Secundário da FADEUP (2018/2019)

sendo o seu uso, que determina a validade do processo de educação e formação dos jovens desportistas (Bento, 1999).

O valor educativo da competição é incontestável, portanto desporto sem competição faria com que perdesse a sua essência, isto porque “competição e desporto confundem-se no entendimento da criança sobre o significado da prática. O sentido primordial do desporto para a criança é assim o jogo. É a competição.” (Marques, 2004, p.76)

Este autor ainda reforça que a competição proporciona uma oportunidade de aferição de capacidades, na comparação consigo e com os outros, de conceção de boa imagem social e de desenvolvimento de valores para a vida no geral.

Reforçando o propósito dos cursos profissionais de “alavanca” para o mundo profissional podemos ver a competição como uma característica da sociedade atual “a sociedade é um sistema que funciona á base de oposições, de lutas, de competição” (Costa, 2005,p. 31). Assim e aceitando a enorme relação entre competição e desporto, esta não é exclusiva, pois reflete características próprias de diferentes componentes da vida, seja família, escola ou trabalho (Júnior, 1999, cit, Júnior, 2004)

Assim sendo, pretendo, ao longo deste documento, desenvolver e encontrar respostas para algumas questões tais como: Será a competição passível de aplicar no ensino de modalidades individuais? Os alunos desacreditam a competição no ensino deste tipo de modalidades? A turma dá preferência a momentos mais livres de aula ou à competição organizada?

6.4. - Objetivo do estudo

O presente estudo tem como principal objetivo a investigação do impacto nos alunos da componente da competição inserida nas aulas de Desportos Individuais no Curso Profissional de Técnico de Desporto da Escola Secundária António Nobre. Pretende-se aferir as opiniões dos alunos e sobretudo interpretar se estes consideram que a competição auxilia à aprendizagem dos conteúdos e aquisição das competências inerentes à disciplina em questão, Desportos Individuais.

6.5. - Caracterização da Escola

Esta investigação centra-se num contexto local que é a Escola Secundária António Nobre, situada no Distrito do Porto na Rua de Aval de Cima. Sendo esta sede de agrupamento, engloba alguns ciclos de Ensino, como o 3º Ciclo e o Ensino Secundário na sua vertente Regular e Profissional.

A escola surge com o principal objetivo de preparar os seus alunos para o acesso ao Ensino Superior, mais concretamente os residentes na freguesia de Paranhos e todas as freguesias circundantes e localizadas a Norte da Circunvalação. É fruto de dois processos de fusão entre estabelecimentos de Ensino, nos anos de 2010 e 2012, que se torna então sede de Agrupamento e agrega sete instituições que se distribuem desde o Pré-Escolar até ao Ensino Secundário na Freguesia de Paranhos e na Freguesia de Campanhã.

Tendo em vista toda esta amplitude de instituições quer em Ciclos de escolaridade, quer nas ofertas formativas que apresentam ou até na localização das Escolas, é notória a diversidade existente na população estudantil, que provem de diferentes contextos e culturas, promovendo no seu quotidiano a filosofia de Escola Inclusiva.

No que diz respeito aos Cursos Profissionais, estes têm funcionado predominantemente na Escola Secundária António Nobre e, no que concerne à área do Desporto, estes subdividem-se em Técnico de Apoio à Gestão Desportiva e Técnico de Desporto. É através destas opções, mas não só, que o Agrupamento pretende implementar uma ação educativa onde os resultados dos alunos sejam melhorados e a melhoria seja preservada, de forma que o nível de apetência dos alunos seja aumentada, a percentagem de abandono do Sistema Educativo seja reduzida e as classificações de Avaliações externas e internas sejam cada vez mais semelhantes.

6.6. - Caracterização do Curso Profissional de Técnico de Desporto

Olhando ao contexto em que se concretiza esta investigação, surge a necessidade de explanar e compreender de que modo funcionam os Cursos Profissionais e em que consiste este Curso de Técnico de Desporto.

Tendo por base o documento da Oferta Formativa do ano letivo de 2021/2022 do Agrupamento de Escolas António Nobre, aferimos que os Cursos

Profissionais são uma vertente do Ensino Secundário Regular que promovem um vínculo acentuado ao desempenho de uma Profissão e ao mundo do Trabalho, estruturando-se de modo direcionado ao desenvolvimento de aptidões com forte transferência para o exercer de uma Profissão.

A sua principal e mais aliciante característica, tem de ver essencialmente com o reconhecimento duplo que os seus alunos obtêm, por um lado com a aquisição de ferramentas diretamente usadas no mundo trabalho, por outro com a concretização do Ensino Secundário, Ensino este obrigatório.

Segundo o Catálogo Nacional de Qualificações (CNQ)², os Cursos Profissionais oferecem uma qualificação profissional de nível 4 e uma certificação em diploma correspondente ao 12º ano de escolaridade. Findado este ciclo de estudos, os alunos beneficiam ainda da possibilidade de ingressarem em Cursos de Especialização Tecnológica ou no Ensino Superior.

A Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional I.P. (ANQEP, I.P.)³, refere ainda que estes Cursos introduzidos no Catálogo Nacional de Qualificações têm uma duração de três anos letivos, abarcando uma carga horária que pode variar entre as 3100 e as 3440 horas, onde se prioriza uma organização distribuída em quatro componentes de formação (Portaria n.º 235-A / 2018, de 23 de agosto), Formação Sociocultural, Formação científica, Formação Tecnológica e Formação em Contexto de Trabalho.

O fim deste ciclo de estudos dá-se com a apresentação e defesa de um projeto individual com o nome de Prova de Aptidão Profissional (PAP). Neste momento tão crucial da sua formação escolar, pretende-se que os jovens, na presença de um júri, discorram acerca do projeto desenvolvido e demonstrem os conhecimentos adquiridos no decorrer de todo o processo de formação.

Relativamente ao Curso de Técnico de Desporto, que constitui o contexto desta amostra, esta variante de Ensino pretende implementar uma formação onde os seus alunos aprendam e possam auxiliar a planear, organizar e desenvolver o processo de treinos nas mais variadas modalidades desportivas, individuais ou coletivas. Ambiciona-se ainda que os alunos adquiram ainda

² <https://catalogo.angep.gov.pt/> consultado a 6 de julho de 2022

³ https://angep.gov.pt/np4/cursos_profissionais.htm consultado a 6 de julho de 2022

capacidades que lhes permitam constituir e desenvolver atividades físicas e desportivas de ocupação de tempos livres, lazer e animação.

6.7. - Justificação

Com a realização deste Estágio Profissional (EP) e com o avançar do ano letivo surgiu a necessidade de esclarecer algumas dúvidas que foram aparecendo com a lecionação dos diferentes Módulos na Disciplina de Desportos Individuais, que constitui parte do Referencial de Formação do Curso Profissional de Técnico de Desporto.

Esta disciplina prima pela dependência do rendimento individual do aluno, procurando aquisição de competências e melhoria de capacidades técnicas em cada modalidade. Dito isso, e particularizando já para a modalidade de ténis, torna-se evidente a dificuldade em desenvolver vinte e dois adolescentes nestas capacidades individuais. Havendo imensos fatores em volta da lecionação deste módulo, tais como, o comportamento irregular e disruptivo de muitos alunos, a evidente dificuldade técnica e o reduzido espaço disponível tornavam esta tarefa um pouco mais difícil.

Procurando contrariar estas condicionantes, principalmente a do comportamento, que era a mais impeditiva, surgiu a necessidade de desenvolver ferramentas que motivassem os alunos e os impulsionasse a aprender. Com isso em mente comecei a incutir jogos que tivessem por base a competição, fazendo deste modo com que os alunos se sentissem impelidos a aprender para serem mais eficazes nas competições. Para Marzinek e Neto (2007), o Desporto, bem como a competição, são fatores internos de motivação intrínseca, que têm grande influência na força de vontade, no prazer em realizar a prática e concretização dos objetivos de aula. Também apoiado no que Soares e Montagner (2009) afirmam, as crianças, na sua maioria, apreciam atividades que contenham uma vertente competitiva, pois, transmite-lhes um sentimento de fascínio. Este fator, a meu ver, vem exatamente auxiliar na concentração dos alunos e na manutenção do seu foco na tarefa.

Tendo perfeita consciência que a competição é um aspeto inerente da modalidade tentei contrariar a necessidade que muitos professores sentem em recorrer à excessiva exercitação muito analítica para consolidar os conteúdos

específicos. Então, sendo a Competição um dos conteúdos que o Desporto abarca, e o Desporto um conteúdo da Educação Física, é claro que existirão limitações num processo de ensino do Desporto se a vertente competitiva não for englobada (JUNIOR, 2009).

Havendo a necessidade de colmatar condicionantes comportamentais inerentes aos alunos, potenciadas pelo reduzido espaço de concretização da prática, a competição veio tornar-se um forte aliado e uma solução clara, pois, segunda Vilaça (2006), as regras pré-estabelecidas da competição, incutem dentro do contexto de escola, um papel pedagógico de extrema importância, pois ensinam os alunos a guiar-se precisamente por essas regras.

Pela necessidade constante de contrariar comportamentos disruptivos ao longo das aulas deste EP, este documento vem investigar a pertinência e utilização da competição em contexto de docência de desportos individuais. A par deste fator vem ainda aferir o interesse dos alunos no recurso a esta estratégia.

6.8. - Metodologia

Tendo por base a necessidade em averiguar a opinião dos alunos relativamente ao uso da competição como método de Ensino de uma modalidade individual, o Ténis, tornou-se clara a necessidade de aplicação de um inquérito em formato de questionário *online* para uma recolha de informação mais clara e precisa. Para que tal se concretizasse foi necessária uma prévia contextualização junto dos alunos e averiguação do acesso aos recursos necessários ao preenchimento do questionário, como computador e *internet*.

De modo a proceder a uma elaboração de questões exata e explícita, houve a necessidade de analisar estudos semelhantes e realizar uma pesquisa relativa ao tema a tratar. A par desta questão, existiu ainda o recurso à opinião da Professora Cooperante de modo a aferir qual a melhor estruturação a usar e qual a pertinência das questões utilizadas tendo em conta a população em análise.

Após a elaboração do questionário, este foi aplicado como teste a um conjunto de 22 alunos com características semelhantes à população em análise, nomeadamente estudantes do mesmo Curso Profissional, de modo a aferir

possíveis erros ou melhorias na estrutura do questionário antes da aplicação formal do mesmo aos alunos em investigação.

Assim sendo, o questionário foi endereçado a 22 alunos da turma de 10ºTD onde foram obtidas exatamente 22 respostas ao mesmo, tendo revelado um elevado compromisso e responsabilidade dos jovens em questão.

A análise de informação efetuada trata-se de uma análise de conteúdo que permite a obtenção de uma maior quantia de informação relevante a esta temática. Tendo por base Bardin (1977, p.103), “A Codificação corresponde a uma transformação, efetuada segundo regras precisas, dos dados brutos do texto, transformação esta que, por recorte, agregação e enumeração, permite atingir uma representação do conteúdo ou da sua expressão.”

6.9. - Questionários

Trata-se de um questionário, um grupo de questões efetuadas com a intenção de conceber informações de acordo com os objetivos constituintes de um projeto previamente idealizado (Chagas, 2000).

Depois da pesquisa de estudos semelhantes, a decisão centrou-se na elaboração de um questionário onde a prioridade foi constituir questões intuitivas, claras e explícitas que em paralelo fossem adequadas ao objetivo do estudo e à população a ser estudada.

A colheita dos dados foi então efetuada com base num questionário específico elaborado exclusivamente para a turma em questão. A plataforma *online* eleita foi a do *Google Forms*⁴ de forma a que, o questionamento e a posterior análise fosse mais organizada e cuidada. Os alunos inquiridos receberam na sua caixa de *e-mail*, previamente cedida, o *link* que os direcionava ao questionário onde, confortavelmente e sem qualquer condicionante temporal, podiam responder às questões efetuadas.

De modo a estabelecer um vínculo entre as questões elaboradas e o objeto de estudo, procurei formular questões claras e que fossem ao encontro da

⁴ O questionário aplicado pode ser consultado online a partir do seguinte link:

<https://forms.gle/He7R8usDK3ZYTbTx5>

temática abordada. Assim, o foco incidiu na criação de perguntas pertinentes e que, efetivamente, tivessem um seguimento entre si, e me permitissem a elucidação acerca daquelas que são as perguntas que pretendia ver respondidas ao terminar deste estudo. Os fatores de influência na elaboração das questões aplicadas podem ser consultados em seguida (Quadro 1):

Influência	Questão final
Prática Desportiva	Praticas ou praticaste alguma modalidade Desportiva?
Características de eleição numa aula de DI	Que característica(s) consideras mais essencial numa aula de Desportos Individuais?
Perceção do conceito de competição	O que é, na tua opinião, "competição"?
Perceção do conceito de competição	Consideras-te uma pessoa competitiva?
Interpretação dos conceitos "competir" e "aprender"	Achas possível competir e aprender? Porquê?
Perceção do conceito de competição inserido no contexto a investigar	Consideras a competição uma vertente importante nas aulas de Desportos Individuais? Porquê?
Comparação entre competição e exercícios analíticos	Consideras que aprendes mais em contexto de jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)? Justifica.

Quadro 1 - Fatores de influência na elaboração do questionário e respetiva questão.

6.10. - Grupo de estudo

Os participantes alvo deste estudo são foram alunos de uma turma do 10º ano de escolaridade do Curso Profissional de Técnico de Desporto, no ano letivo de 2021/2022, da Escola Secundária António Nobre situada no Distrito do Porto.

A amostra foi constituída por 22 alunos com idades compreendidas entre os 16 e os 18 anos, apresentando uma média de idades de $\pm 16,7$ anos, como pode ser verificado no gráfico que se segue:

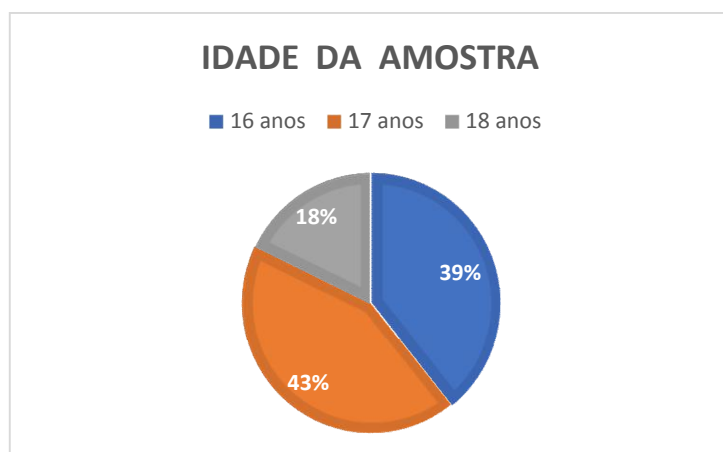


Gráfico 6 - Caracterização da amostra de estudo em relação à idade.

Tal como referido anteriormente a amostra foi constituída por 22 alunos, sendo 3 do sexo feminino, que corresponde a 14% da amostragem, e 19 do sexo masculino, correspondente a 86% dos inquiridos.

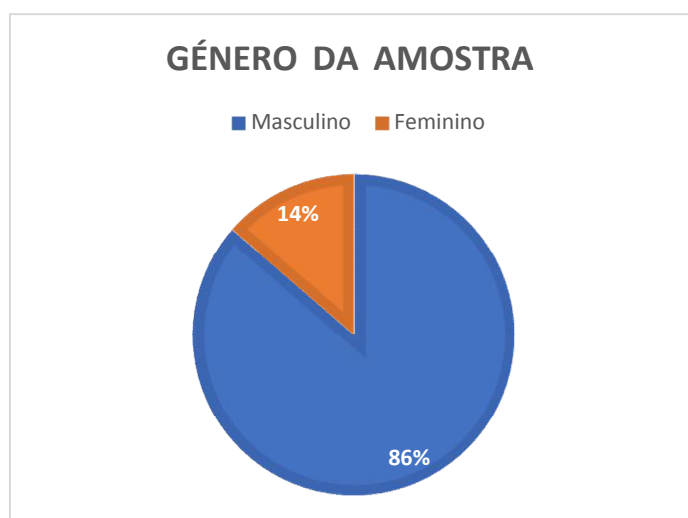


Gráfico 7 - Caracterização da amostra de estudo em relação ao género.

Analisando as respostas ao inquérito utilizado, e com o intuito de conhecer melhor a nossa amostra e perceber um pouco qual o contexto e passado desportivo em que estes se inserem, pudemos perceber que, 16 alunos praticam ou praticaram uma modalidade desportiva, correspondendo a 73% da amostra, sendo que 6 alunos, 27%, nunca praticaram nenhuma modalidade.

Dentro das modalidades praticadas atualmente encontramos o Andebol, o Basquetebol, o BTT, a Ginástica Acrobática, o Futebol e ainda o Futsal. Por sua

vez, nas modalidades que praticaram em algum momento da vida, os alunos referiram um vasto leque de opções, que vão desde Artes Marciais, Desportos Radicais, Atletismo, Dança e outras modalidades coletivas como o Voleibol. A análise a esta questão mostra que a nossa amostra é constituída por um grupo de alunos que podemos considerar fisicamente ativo, ligado ao Desporto e com imensas experiências desportivas, demonstrando que estão muito familiarizados com a competição e que esta está bem intrínseca no seu quotidiano.

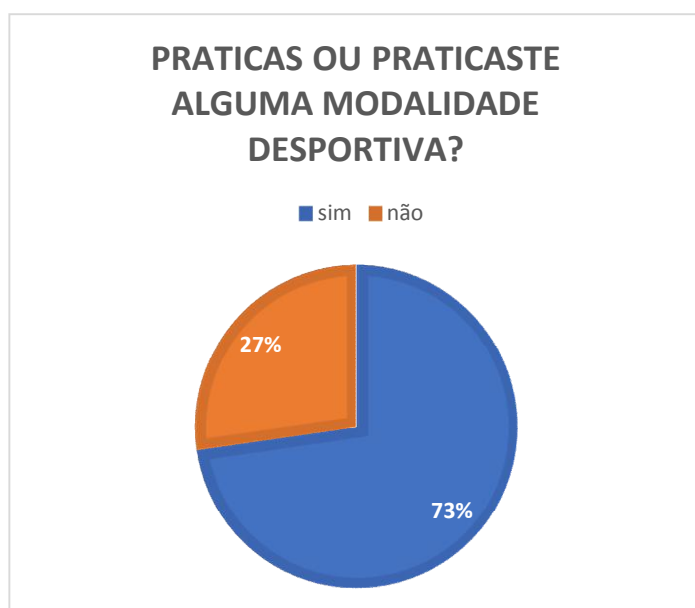


Gráfico 8 - Distribuição da amostra em relação à sua prática Desportiva.

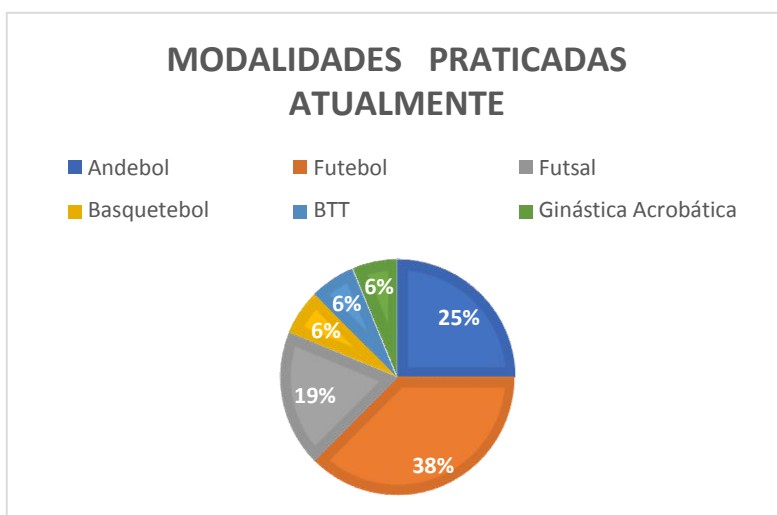


Gráfico 9 - Distribuição da amostra em relação às modalidades praticadas.

A participação dos alunos neste estudo foi consentida por todos os Encarregados de Educação, que no início do ano letivo, preencheram uma autorização que permite a utilização de imagens e dados referentes aos seus Educandos em trabalhos do foro científico/pedagógico alusivos à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e aos Estudantes Estagiários associados a esta instituição, tendo sempre por base o respeito da sua privacidade.

6.11. - Apresentação e interpretação de resultados

Findado este processo de recolha de informação seguiu-se o momento de análise dos dados obtidos, assim sendo, foi necessário eleger um método de tratamento da informação.

Tendo como objetivo estudar e interpretar as respostas ao questionário aplicado, pretendendo perceber a temática estudada, recorri a uma análise de conteúdo, que, segundo Queirós e Graça (2013) se define como uma metodologia referente a vários tipos de comunicação, podendo ser escrita, verbal ou visual com vista à descoberta ou verificação de hipótese ou afirmações.

Adotei uma análise de conteúdo indutiva, abdicando de impor teorias ou hipótese à priori (Queirós e Graça, 2013), deste modo posso interpretar as conceções dos alunos quanto à aplicação da competição sem pré conceitos teóricos.

De modo a proceder a esta metodologia que é a Análise de Conteúdo, e tendo por base as afirmações de Queirós e Graça (2013), foram elaboradas categorias distintas com o intuito de retirar das respostas extensas dos alunos, informação concreta e semelhante que pudesse ser agrupada tendo em conta os seus significados idênticos. Partindo deste pressuposto, e de modo a tornar esta análise mais acessível, estas categorias serão apresentadas em forma de tabela e divididas em três colunas, sendo elas, “Categoria”, “Explicação” e “Exemplo de resposta”.

Após a recolha de dados e consequente análise de conteúdo procedi à interpretação dos resultados obtidos.

A primeira questão, após as utilizadas para caracterização da amostra, interpolava os participantes acerca das características que estes consideravam essenciais numa aula de Desportos Individuais. Esta questão tratava-se de uma

escolha múltipla e incluía as seguintes opções de escolha: Diversão, Aprendizagem, Competição, Convívio, Desenvolvimento Pessoal e a possibilidade de eleger e redigir uma “Outra”.

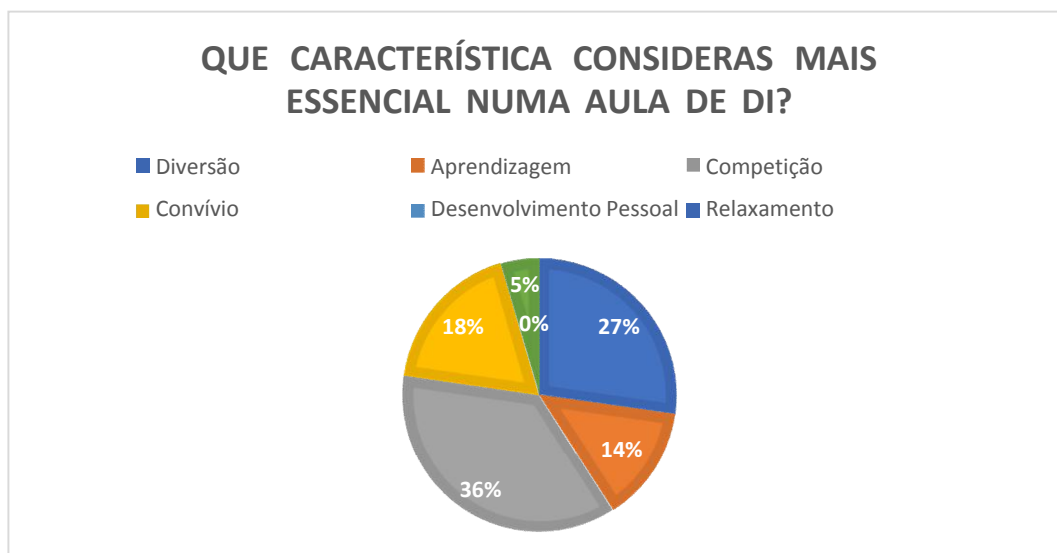


Gráfico 10 - Distribuição da amostra tendo por base as características que estes consideram essenciais numa aula de Desportos Individuais.

Após construção do Gráfico 10, concluí que maioria dos alunos elegeu, com 36%, a “Competição” como característica mais preponderante quanto à sua importância na aula de DI. Com 27%, elegeram a “Diversão”, sendo a opção que mais se aproximou do primeiro lugar. O “Convívio” e a “Aprendizagem” seguem-se na sequência, com 18% e 14% respetivamente, sendo que, com menos destaque, ficou o “Desenvolvimento Pessoal” que não foi selecionado nenhuma vez. Realce para a opção “Relaxamento” que foi adicionada por um aluno e obteve 5% da percentagem total.

Acredito que a “Competição” tenha sido a opção mais votada pois esta trata-se de uma amostra com um grande número de alunos praticantes de modalidades de forma federada o que, naturalmente, promove o seu lado competitivo. Penso ainda que, o lugar seguinte, ficou ocupado pela “Diversão” pois a amostra já expôs em questões anteriores que detém uma vasta experiência desportiva em várias modalidades que pode advir do gosto e divertimento adjacente ao desporto.

Segundo Marques (2004, p.77) a competição é o elemento mais estruturante na formação desportiva do jovem e um aspeto basilar da sua educação, na sua formação para a vida.

Na questão seguinte os sujeitos foram interpolados, numa pergunta aberta acerca da sua conceção sobre a “Competição”. Esta aferição surge com o objetivo de perceber o conhecimento e a perceção da amostra sobre o conceito de competição, deixando que respondam de forma livre e sem limitações.

Categoria	Explicação	Exemplo de Resposta
Trabalho em equipa	Uso da competição como forma de colaboração com os colegas.	"Para mim competir, é trabalhar em equipa para sermos vencedores."
Interesse	Uso da competição como fator motivacional.	"(...) faz com que o Desporto seja mais cativante."
Jogo	Uso da competição como ferramenta lúdica.	"(...) é o que se faz nos jogos."
Ambição Pessoal	Uso da competição como forma de motivação pessoal para melhoria das suas aptidões.	"É ser melhor todos os dias."

Quadro 2 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a sua conceção de "Competição".

Quanto aos resultados obtidos, é seguro afirmar que a amostra vê a competição com bons olhos, isto pois, respondeu com afirmações que promovem o potencial educativo e motivacional da competição. Responderam com foco no “Trabalho de equipa”, indicando através de várias expressões como a competição pode ser utilizada como forma de colaboração com os colegas. Foco no “Interesse”, realçando o uso da competição como fator motivacional, sem esquecer o uso da competição como ferramenta lúdica, no “Jogo”, e a importância na “Ambição pessoal”, visando o uso da competição como forma de motivação pessoal para melhoria das suas aptidões.

É seguro afirmar que os alunos veem variadas vantagens na competição através da sua conceção pessoal do conceito, sendo desta forma, necessário potenciar esta dimensão.

Após esta questão e estando esclarecido para os alunos o que entendiam acerca deste conceito que é competição achei que faria sentido entender se percecionavam enquanto pessoas competitivas.



Gráfico 11 - Distribuição da amostra em relação à pergunta "Consideras-te uma pessoa competitiva?".

Face a esta questão, 18 alunos, perfazendo 82% da amostra se assumiram enquanto pessoas competitivas e apenas 4 alunos, 18% da amostra, não se revêm nessa definição. Sendo impossível afirmar com toda a certeza quem

foram os alunos a responder afirmativamente, resta-me assumir com alguma convicção que este número tão elevado se deve à também elevada fatia da amostra que pratica desporto federado.

É de realçar o facto de 6 alunos não praticarem desporto federado e, no entanto, apenas 4 afirmaram que não eram competitivos, o que indica que a ausência de prática regular de desporto não impede a competitividade, tornando a competição uma ferramenta abrangente e nada restritiva para aplicar em diversas turmas.

Na questão seguinte senti a necessidade de explorar a opinião dos alunos quanto à possível conciliação entre competir e aprender, sendo que numa fase os alunos respondiam apenas, sim ou não, através de uma escolha múltipla, e de seguida justificavam a resposta.

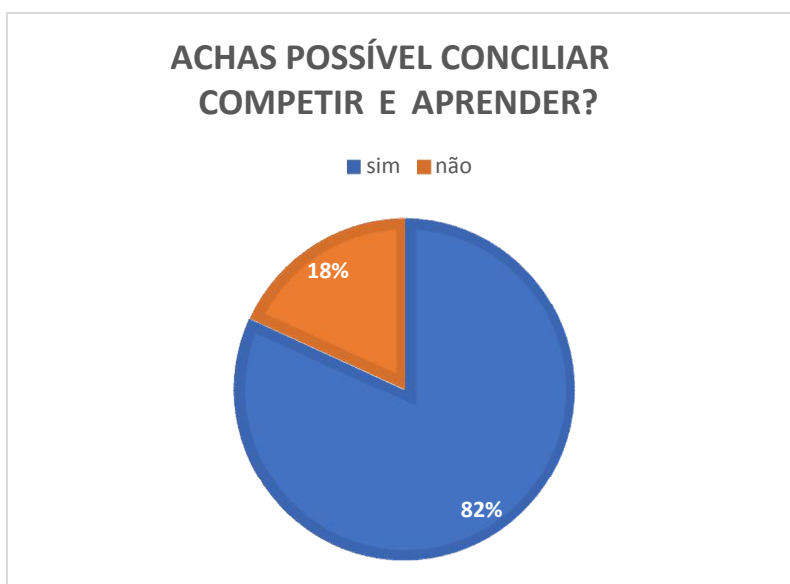


Gráfico 12 - Distribuição da amostra em relação à pergunta "Achas possível conciliar competir e aprender?".

Face a esta questão, 18% da amostra, 4 alunos, não considerou que tal fosse possível, enquanto 18 alunos perfazendo 82% da amostra considerou esta conciliação exequível. De forma a facilitar a interpretação, agrupei e interpretei as respostas conforme a concordância a esta questão, ou seja, se consideravam ou não esta conciliação possível.

SIM		
Categoria	Explicação	Exemplo de Resposta
Simbiose teórico-prática	Uso da competição como forma de aquisição de conhecimentos teóricos através da prática	"(...) a jogar aprendemos melhor as regras."
Transmissão de valores	Uso da competição como ferramenta de enriquecimento pessoal.	"Ganhar e perder fortalece-nos."
Dimensão lúdica	Uso da competição como ferramenta lúdica.	"Aprendemos a jogar melhor e é mais divertido se tivermos adversário."

Quadro 3 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a possibilidade de conciliar competição e aprendizagem.

Quanto aos alunos que concordaram com a viabilidade de conciliação destas duas vertentes, que perfazem a maioria da amostra, é notória a importância dada a vertentes como a “Simbiose teórico-prática”, a “Transmissão de valores” e a “Dimensão lúdica”. Isto demonstra que os alunos atribuem a esta harmonia de vertentes uma capacidade de conciliar o jogo com a aquisição de conteúdos e apreciam as vantagens inerentes. É possível afirmar que essas vantagens os enriquecem a várias dimensões e lhes proporciona um gosto adjacente a este processo tal como é possível verificar nos exemplos das suas respostas.

Ganhar e perder são consequências do desporto, só a sua experiência nos pode ajudar a lidar com ambas as faces da contenda (Gaya e Torres, 2004). Marques (2004) afirma que, de forma semelhante, a competição e a vitória devem ser regradas e baseadas em princípios, ajustados aos objetivos de formação, isto porque o jovem terá dificuldade e rever-se num modelo de

desporto sem o vencedor nem o vencido, que não o ajudou, por exemplo, a identificar-se na relação com os seus ídolos. Dito isto, não devemos excluir a competição, mas sim reconstruí-la à imagem dos alunos (Marques (2004, p.76).

NÃO		
Categoria	Explicação	Exemplo de Resposta
Transfer teórico-prático	Dificuldade de aquisição de conteúdos	"(...) não conseguimos aprender tão bem os gestos da modalidade."
Insucesso	Dificuldade em lidar com o insucesso	"É mais difícil aprendermos se estivermos sempre a perder."

Quadro 4 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a impossibilidade de conciliar competição e aprendizagem.

No que diz respeito aos alunos que discordam com a viabilidade desta simbiose estas respostas estão relacionadas com a dificuldade de aquisição de conteúdos sentida por estes alunos durante a competição e a baixa percentagem de sucesso sentida. Penso que estas respostas, apesar de em número reduzido, devem ser tidas em conta de forma a melhorar o processo de Ensino. Havendo alunos com dificuldades a adquirir conteúdos relacionados, ou não, com o insucesso na prática, devem existir adaptações na competição de modo a promover uma competição equilibrada e que faça com que esta metodologia seja mais abrangente.

Percebendo que os alunos, na sua generalidade, compreendem a conciliação entre competição e aprendizagem pareceu-me mais que adequado perceber a importância dada à vertente da competição nestas aulas.



Gráfico 13 - Distribuição da amostra em relação à questão "Consideras a competição uma vertente importante nas aulas de Desportos Individuais?".

Do total da amostra, 77%, reconheceu a competição como uma vertente importante nas aulas de DI, sendo que 23% não o considerou.

Após a resposta desta escolha múltipla os alunos deviam justificar a sua opção, como é possível verificar nos quadros que se seguem.

SIM		
Categoria	Explicação	Exemplo de Resposta
Ambição	Uso da competição como forma de motivação pessoal para melhoria das suas aptidões.	"Sim, toda a gente gosta de ganhar."
Dinamismo desportivo	Uso da competição como ferramenta de enriquecimento da modalidade.	"Torna uma modalidade individual mais dinâmica."

Quadro 5 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a elevada importância da competição nas aulas de Desportos Individuais.

No grupo de sujeitos que concordavam com a importância da competição nas aulas de DI, grupo maioritário nas respostas, são perceptíveis as vantagens inerentes a esta metodologia. Segundo os alunos a competição proporciona-lhes motivação pessoal para a melhoria de aptidões e promove o enriquecimento da modalidade em causa. Posso afirmar que os alunos são conscientes da mais-valia que a competição é, promovendo o sucesso desportivo sem desfazer a aprendizagem.

NÃO		
Categoria	Explicação	Exemplo de Resposta
Transfer teórico-prático	Dificuldade de aquisição de conteúdos	"(...) não conseguimos aprender tão bem os gestos da modalidade."

Quadro 6 - Distribuição, em Categorias, da amostra tendo em conta a reduzida importância da competição nas aulas de Desportos Individuais.

Sendo que os alunos que não atribuem importância à competição, apontam a fraca aquisição de conteúdos como principal defeito, penso que a maior aprendizagem a tirar destas respostas tem que ver com a grande adaptação que o Professor deve promover na competição. Deve procurar entender os níveis presentes e adaptar a competição ao contexto da turma e dos respetivos alunos de forma a ser uma metodologia abrangente e bem-sucedida.

Por fim, e para ter a perspetiva concreta dos alunos, a última questão abordava, de um modo aberto, se os alunos consideravam que aprendiam mais em contexto de jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios).

Jogo - Competição Exemplo de respostas
"Eu acho que aprendo melhor com a competição porque posso jogar com os meus colegas e aprender com os que são melhores e sabem mais coisas."
"É a jogar que aprendemos bem as regras e percebemos mesmo bem a modalidade."
"Eu aprendo mais em contexto de jogo porque me esforço mais para ganhar e ajudar os meus colegas."

Quadro 7 - Exemplo de respostas à questão, "Consideras que aprendes mais em contexto jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)? elegendo o Jogo".

Dentro da amostra que concordou com uma maior taxa de aprendizagem na competição, os alunos referiram vantagens diversas englobando melhoria técnica, aquisição de conhecimento e ambição pessoal. Penso que os alunos se impulsionam uns aos outros em competição e isso é notável em respostas que refletem momentos em que os alunos procurar confronto com alunos melhores com vista à evolução. Os alunos, inclusive, referem um maior depósito de esforço quando em competição nas aulas, reforçando o facto de a competição promover ambiente e rendimento superior em contexto de aula.

Consideras que aprendes mais em contexto de jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)?
Elementos simples - Exercícios Exemplo de respostas
"Aprendo melhor se estiver parado e mais concentrado no movimento."
"Os meus colegas só pensam em ganhar e não me dão espaço para aprender."

Quadro 8 - Exemplo de respostas à questão, "Consideras que aprendes mais em contexto jogo (competição) ou a praticar elementos mais simples da modalidade (exercícios)? elegendo elementos mais simples".

Quanto aos alunos que preferem os exercícios, apesarem de serem só dois, penso ser de elevada importância analisar os dados e perceber o porquê desta opção. Os alunos apontam preferência para a aprendizagem mais estática e para o facto de certos alunos serem obcecados pelo lado menos saudável da competição.

Penso que, se por um lado, estas opiniões são de uma fatia muito reduzida da amostra, por outro, devemos, enquanto Professores, adotar metodologias que satisfaçam a maioria dos alunos. Neste tipo de caso deve abordar-se os alunos de forma a educá-los na competição através de *feedback* mais direto e de um acompanhamento mais próximo de forma a mantê-los motivados e a fazê-los perceber as vantagens que existem.

6.12. - Conclusão

Este estudo procurou aferir as opiniões dos alunos e sobretudo interpretar se estes consideram que a competição auxilia à aprendizagem dos conteúdos e aquisição das competências inerentes à disciplina em questão, Desportos Individuais.

Através da realização do mesmo pudemos perceber que os alunos, na sua maioria, apreciam a competição e estão conscientes das diversas vantagens que esta vertente traz a este conjunto de aulas. Percecionam a competição como ferramenta para o desenvolvimento do trabalho em equipa, fator motivacional, ferramenta lúdica e como forma de desenvolvimento pessoal de aptidões. Os alunos atribuem à competição a característica de proporcionar uma simbiose teórico-prática conciliando a aquisição de conhecimentos com a transmissão de valores e a dimensão lúdica inerente ao jogo. A competição impele os alunos a praticar modalidades e pode ser usada como fator aliciante na procura do incentivo à prática multidesportiva. Os alunos manifestam a sua apreciação pela competição e reconhecem a grande vantagem pedagógica desta metodologia.

A utilização do *GoogleForms* permitiu um preenchimento muito mais rápido e direto do questionário, acelerando todo o processo, sendo a única desvantagem o facto de não permitir o esclarecimento de dúvidas em tempo real. Havendo também o risco, e pode ser considerada uma limitação, de o inquérito ser levado com alguma leviandade já que o aluno o preenche sem qualquer supervisão. Como limitações aponto a amostra reduzida e muito específica com alunos com características particulares e a falta de determinação e aplicação de estratégias concretas que comprovassem o impacto da competição para além da opinião dos alunos.

Apoiado nos autores que referi, que de forma geral, revelam que a competição é fundamental para a formação dos alunos, baliza o desporto, devendo fazer parte da prática desportiva desde o início e deve ser vivida num ambiente festivo em que a cooperação impere.

Concluindo considero que este estudo foi pertinente e me permitiu consolidar, pessoalmente, uma metodologia a explorar neste contexto de Ensino. Permitiu-me perceber mais a visão dos alunos e ter mais um *feedback* deles quanto à avaliação das aulas e do modo como eram lecionadas. Penso

que esta investigação poderá auxiliar outros Docentes no futuro a optar por metodologias semelhantes que vão ao encontro, às expectativas e características dos alunos.

6.13. - Referências bibliográfica

Bento, J. (2004). Desporto para crianças e jovens: das causas e dos fins. In Gaya, A. Marques, A., Tani, G. (Org.), Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Editora, pp. 21-56.

Costa, A. (2005). In "A Bola", 5 Janeiro de 2005

Júnior, D. (2004). Tolerância ao treinamento e à competição: aspetos psicológicos. In Gaya, A. Marques, A. Tani, G. (Ed.), Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Editora, pp. 251-264.

JUNIOR, N. A. A. A competição e a educação física escolar. 2009. 57f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009

Marques, A. (2004). Fazer da competição dos mais jovens um modelo de formação e de educação. In Gaya, A. Marques, A. Tani, G. (Ed.). Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Editora, pp. 75-96.

MARZINEK, A.; NETO, A. F. A Motivação de Adolescentes nas Aulas de Educação Física. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 11 - Nº 105 - Fevereiro de 2007. <http://www.efdeportes.com/efd105/motivacao-de-adolescentes-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>

SCAGLIA, A. J.; MONTAGNER, P. C.; SOUZA, A. J. Pedagogia da competição em esportes: da teoria à busca de uma proposta prática escolar. Motus Corporis, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 20-30, 2001.

SOARES, F. C.; MONTAGNER, P. C. A Competição Esportiva Escolar como Componente Pedagógico a Ser Refletida e Aplicada nas Aulas de Educação Física, Motriz, Rio Claro, v.15, n.2 (Supl.1), p.S1-S456, abr./jun. 2009.

VILAÇA, M. M. Educação Física Desportivista: Considerações Críticas à Prática, Predominantemente Vigente, de Educação Física Escolar. X EnFEFE - Encontro Fluminense de Educação Física Escolar, 2006.

7 - Conclusões e Perspetivas futuras

Findado este ano Letivo chega o momento de refletir acerca de tudo o que vivi nestes intensos meses de aprendizagem.

No início desta experiência considerava-me uma pessoa extrovertida, sem grandes dificuldades de comunicação e que, mesmo na dificuldade, conseguia ter uma resposta rápida aos imprevistos que naturalmente vão surgindo na vida. Quando confrontado com a realidade em que eu sou o objeto central da ação, a verdade é que, estas tais respostas, nem sempre foram tão imediatas e as certezas que possuía muitas vezes desvaneceram. O ano de EP, e principalmente a turma com quem partilhei esta aventura, mostrou-me uma nova forma de autoconhecimento, tornou-me mais inseguro e em simultâneo mais capaz, fez-me perder o encanto pela Docência e rapidamente mo devolveu, adormeceu-me e fez-me acordar para a realidade. Mas essencialmente deu-me a certeza de que cada um de nós é feito de várias camadas e só as circunstâncias do quotidiano podem desencadear exatamente o recurso adequado a essas dimensões.

Este universo em que fui inserido permitiu-me conhecer jovens intensos, com histórias impactantes e feitos peculiares. E, curiosamente, foi este contexto que me inteirou da factual realidade de que os Professores são muitas vezes quem está na linha da frente do dia-a-dia destes alunos e se, por um lado esta noção me trouxe um elevado sentimento de responsabilidade, por outro, elucidou-me acerca do tão afortunado que somos quando passamos por esta Profissão.

Vivi ao longo deste ano momentos irrepetíveis, mas sinto-me mais completo e realizado quando penso que, para além de viver, pude ainda proporcioná-los aqueles alunos que foram os meus primeiros. O foco serão sempre eles.

O meu futuro passará certamente pelo Ensino. Acredito que temos a responsabilidade de transmitir o que, com tanto empenho, nos transmitiram a nós. Continuarei a viver esta área, seja junto dos escalões de formação de Futebol, seja junto de qualquer estudante de EF.

Como futuro Docente acredito que está implícita na nossa formação a conceção de que, a partir daquele momento, somos essenciais no serviço à

comunidade. Nunca será tarefa simples formar pequenas crianças e jovens que serão o futuro e que no que depender de mim, constituirão uma comunidade mais instruída que a nossa, não só academicamente, mas também em tudo o que diz respeito aos valores morais e pessoais que integram a nossa sociedade. Mas não sendo tarefa simples, termino esta etapa com a certeza de que estou apto a aceitar o desafio, a busca de conhecimento será constante e a certeza de que não somos detentores da verdade será o meu principal aliado.

Esta foi precisamente a jornada até ao Professor que quero ser e que neste momento, estou cada vez mais perto de alcançar.

8 - Referências Bibliográficas

Almeida, P. C. A. d., Davis, C. L. F., Cali, A. M. G. C., & Vilalva, A. M. (2019). Categorias teóricas de Shulman: revisão integrativa no campo da formação docente. *Cadernos de Pesquisa*, 49(174), 130-150.

Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Vila Real: Série Didática, nº47, UTAD.

Batista, P., & Queirós, P. (2013). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In *Olhares sobre o Estágio Profissional em Educação Física* (pp. 33-52).

Batista, P., & Queirós, P. (2015). (Re)colocar a aprendizagem no centro da Educação Física. In R. Rolim, P. Batista & P. Queirós (Eds.), *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física* (pp. 31-43): FADEUP, Editora.

Batista, P., Graça, A., & Queirós, P. (2014). O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física. Editora FADEUP.

Bento, J. (2014). Teoria-prática: uma relação múltipla. In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física: fundar e dignificar a profissão* (pp.15-53): Editora FADEUP.

Bento, J. (2004). Desporto para crianças e jovens: das causas e dos fins. In Gaya, A. Marques, A., Tani, G.(Org.), *Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades*. Porto Alegre: Universidade Federal do rio grande do Sul Editora, pp. 21-56.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3a ed.). Lisboa: Livros Horizonte.

Canário, R. (2005). *O que é a Escola?: um "olhar" sociológico*

Carvalho, R. (2006). Cultura global e contextos locais: a escola como instituição possuidora de cultura própria. *Revista Iberoamericana de Educación*.

Costa, A. (2005). In “A Bola”, 5 Janeiro de 2005

Costa, F. C. d., Carvalho, L. M., Onofre, M. S., Dinis, J. A., & Pestana, C. (1996). *Formação de professores em Educação Física. Concepções, Investigação, Prática*. Lisboa: Edições FMH.

Estanqueiro, A. (2010). *Boas práticas na educação: O papel dos professores*. Lisboa: Editorial Presença.

Gatti, B. A. (2003). O professor e a avaliação em sala de aula. *Estudos em Avaliação Educacional*(27), 97-114.

Gomes, L., Martins, J., & Costa, F. C. d. (2017). Estilos de ensino em Educação Física. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: referenciais para o ensino de qualidade* (pp. 87-108): Belo Horizonte.

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.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). *Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º anos: cursos científico-humanísticos e cursos tecnológicos*. Ministério da Educação

Júnior, D. (2004). Tolerância ao treinamento e á competição: aspetos psicológicos. In Gaya, a. Marques, A. Tani, G. (Ed.), *Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades*. Porto alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Editora, pp. 251-264.

JUNIOR, N. A. A. A competição e a educação física escolar. 2009. 57f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009

Korthagen, F. and A. Vasalos (2005). "Levels in reflection: core reflection as a means to enhance professional growth." *Teachers and Teaching* 11(1): 47-71.

Lima, E. F. d., Corsi, A. M., Mariano, A. L. S., Monteiro, H. M., Pizzo, S. V., Rocha, G. A., & Silveira, M. d. F. L. d. (2007). Sobrevivendo ao início da carreira docente e permanecendo nela. Como? Por quê? O que dizem alguns estudos. *Educação & Linguagem*(15), 138-160.

Marques, A. (2004). Fazer da competição dos mais jovens um modelo de formação e de educação. In Gaya, A. Marques, A. Tani, G. (Ed.). *Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades*. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul Editora, pp. 75-96.

MARZINEK, A.; NETO, A. F. A Motivação de Adolescentes nas Aulas de Educação Física. *EFDeportes.com*, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 11 - N° 105 - Fevereiro de 2007. <http://www.efdeportes.com/efd105/motivacao-de-adolescentes-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>

Mesquita, I., & Graça, A. (2011). Modelos Instrucionais no ensino do desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Cruz Quebrada: Edições FMH

Metzler, M. (2000). *Instructional models for physical education*. Scottsdale: Holcomb Hathaway, Publishers.

Metzler, M. W. (2000). *Instructional models for Physical Education*.

Mialaret, G. (1991). *A formação de professores*: Livraria Almedina

Morgan, K, & Kingston, K. (2008). Development of a self-observation mastery intervention programme for teacher education. *Physical Education and Sport Pedagogy* · April 2008.

Oliveira, M. T. M. (2002). A indisciplina em aulas de Educação Física estudo das crianças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de educação física do 2o e 3o ciclos do ensino básico Viseu: Instituto Superior Politécnico de Viseu.

Queirós, P. (2014). Profissionalidade docente: importância das questões deontológicas na formação inicial de profissionais (de educação física e desporto). In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física: fundar e dignificar a profissão* (pp. 55-73): Editora FADEUP

Ribeiro, A. C., & Ribeiro, L. C. (1990). *Planificação e avaliação do ensino-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

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

Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do desporto* (pp. 96). Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., Dias, L., & Silva, C. (2002). Avaliação das aprendizagens em Educação Física e Desporto. In A. Rosado & C. Colaço (Eds.), *Avaliação das aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Omniserviços.

Rosado, A., Dias, L., & Silva, C. (2002). Avaliação das aprendizagens em Educação Física e Desporto. In A. Rosado & C. Colaço (Eds.), *Avaliação das aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Omniserviços.

SCAGLIA, A. J.; MONTAGNER, P. C.; SOUZA, A. J. Pedagogia da competição em esportes: da teoria à busca de uma proposta prática escolar. *Motus Corporis*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 20-30, 2001.

Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.

Simões, M. A. (2008). *Início da carreira docente: Desafios e dificuldades*. Lisboa: M. Simões. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade Aberta.

SOARES, F. C.; MONTAGNER, P. C. A Competição Esportiva Escolar como Componente Pedagógico a Ser Refletida e Aplicada nas Aulas de Educação Física, *Motriz*, Rio Claro, v.15, n.2 (Supl.1), p.S1-S456, abr./jun. 2009.

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

Vieira, I. (2013). *A autoavaliação como instrumento de regulação da aprendizagem*. Lisboa: Isabel Maria Antunes Vieira. Relatório de Estágio apresentado a Universidade Aberta

VILAÇA, M. M. Educação Física Desportivista: Considerações Críticas à Prática, Predominantemente Vigente, de Educação Física Escolar. X EnFEFE - Encontro Fluminense de Educação Física Escolar, 2006.

Anexos

Anexo 1 - Plano de Aula



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

PLANO DE AULA 1 e 2

Desportos Coletivos

Professora: Júlia Sequeira Gomes

Professor Estagiário: João Leite

10º TD

Aula nº: 1 e 2	Nº Alunos: 28	Data:	Hora:	Espaço: Pavilhão Gimnodesportivo
--------------------------	-------------------------	--------------	--------------	---

Material:

Função Didática:

OBJETIVOS DA AULA:

Obs: A aula começa 10 minutos mais tarde para que os alunos se possam equipar e termina 10 minutos mais cedo para que os alunos possam trocar de roupa para a próxima aula.

TEMPO		CONTEÚDO	SITUAÇÃO DE APRENDIZAGEM
PARTE INICIAL			
PARTE FUNDAMENTAL			
PARTE FINAL			

Anexo 2 - Relatório de Aula



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Relatório da Aula		
Desportos		
Professora: Júlia Sequeira Gomes		Professor Estagiário: João Leite
10º TD		
Data:	Nome:	Número:
Relatório		

Anexo 3 - Registo de Assiduidade

 ANTÓNIO NOBRE AGRUPAMENTO DE ESCOLAS		Ficha Assiduidade Novembro 2021																															
		Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto Sede: Escola Secundária António Nobre (Rua Avul de Cima 128 – 4200-905, Porto) Tel: 220096771 - 220097601 Fax: 220072975 E-mail: Secretaria@aan-nobre.pt Site: www.aan-nobre.pt																															
N.º	Nome	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Total
																																	Presenças
1																																	
2																																	
3																																	
4																																	
5																																	
6																																	
7																																	
8																																	
9																																	
10																																	
11																																	
12																																	
13																																	
14																																	
15																																	
16																																	
17																																	
18																																	
19																																	
20																																	
21																																	
22																																	
23																																	
24																																	
25																																	
26																																	
27																																	
28																																	

Anexo 4 - Questionário de Caracterização do Aluno



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Ano Letivo 2021/2022

FICHA INDIVIDUAL DO ALUNO – QUESTIONÁRIO

Este questionário foi elaborado com o objetivo de te conhecer melhor, pelo que deves ser sincero(a), não existindo respostas certas ou erradas.

O teu passado desportivo e histórico clínico serão determinantes para o planeamento do processo ensino-aprendizagem e consequente estruturação das aulas, pelo que deves ser sempre verdadeiro(a) nas tuas respostas.

I – Identificação do Aluno

Nome: _____		
Nº de aluno: _____ Curso: _____	Ano: _____	Turma: _____
Localidade de habitação: _____	Data de nascimento: _____	

II – Prática Desportiva

Praticas alguma modalidade desportiva federada?	Sim _____ Não _____
Se sim, qual? _____	
Treinas quantas vezes por semana? _____ Quantas horas por sessão? _____	

Para além dessa, já praticaste mais alguma modalidade? Sim ____ Não ____ Se sim, qual ou quais? _____

III – Educação Física

Das modalidades que experimentaste:											
Quais são as que mais gostas?											
Andebol		Atletismo		Basquetebol		Dança		Escalada		Futebol	
Ginástica		Judo		Natação		Voleibol					
Outras _____											
Em quais tens mais dificuldades? _____											
Em quais tens menos dificuldades? _____											

Qual a tua motivação para as aulas de Educação Física (de 1 a 10)? _____
--

Qual a tua opinião acerca da disciplina de Educação Física? Assinala com uma cruz (X).							
Muito importante		Importante		Pouco importante		Nada importante	

Quais as características que mais aprecias num Professor? Assinala com uma cruz (X) as três mais importantes.							
Companheirismo		Pontualidade		Exigência		Coerência	

Humor		Compreensão		Inteligência		Justiça	
Participação		Outro _____					

O que esperas das aulas de Educação Física? Assinala com uma cruz (X).							
Desenvolvimento corporal		Divertimento		Conhecimento da modalidade		Aprender/Melhorar técnicas desportivas	
Aumentar o espírito de grupo		Emagrecer		Relaxar		Melhorar a saúde	
Outro _____							

Que atividades gostarias de praticar na escola além das aulas de Educação Física? Assinala com uma cruz (X).					
Torneios		Mini olimpíadas		Desportos Radicais	
Aprender dança		Desportos de Exploração da Natureza		Corta Mato	
Outro _____					

IV – Saúde

Tens algum dos seguintes problemas de saúde?	
- Problemas respiratórios	Sim____Não____Quais? _____
- Problemas cardíacos	Sim____Não____Quais? _____
- Problemas motores	Sim____Não____Quais? _____
- Problemas musculares	Sim____Não____Quais? _____



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Critérios de Avaliação e Descritores de Desempenho

Desportos Coletivos

Curso Profissional Técnico de Desporto

10º/TD

Júlia Gomes

2021/2022

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – AUTONOMIA E FLEXIBILIZAÇÃO DO CURRÍCULO					
CURSO:	Curso Profissional Técnico de Desporto		ANO DE ESCOLARIDADE:		10ºTD
DISCIPLINA:	Desportos Coletivos		SIGLA:	DC	ANO LETIVO: 2021/2022

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – DESCRITORES DE DESEMPENHO Ensino Presencial e Misto			MÓDULO/UFCD:	4289,9439,9440,9441	
DIMENSÕES DAS ÁREAS DE COMPETÊNCIAS	FORMALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO SUMATIVA				
	De 01 a 07 valores	De 08 a 09 valores	De 10 a 13 valores	De 14 a 17 valores	De 18 a 20 valores
Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar • os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	O aluno com muitas dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando muitas dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou muitas dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	O aluno com dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	O aluno com algumas dificuldades: Consegue atingir uma parte dos objetivos estabelecidos e desenvolve de forma satisfatória as atividades propostas. Expressa-se razoavelmente de forma oral e escrita.	O aluno com facilidade: Conseguiu atingir a maior parte dos objetivos estabelecidos e realiza com qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se sem dificuldades de forma oral e escrita.	O aluno com muita facilidade: Conseguiu atingir na totalidade os objetivos estabelecidos e desenvolve com rigor e muita qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se corretamente de forma oral e escrita.
Atitudes e Valores 40%	O/A Aluno/a:				
	Não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Apresenta uma atitude incorreta perante todos os	Por vezes não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Por vezes apresenta uma atitude incorreta perante todos os	É responsável, cumpre com as tarefas solicitadas, quase sempre nos prazos estabelecidos. É relativamente assíduo e pontual. Utiliza com regularidade os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta	Evidencia grande responsabilidade, cumprindo com empenho as tarefas solicitadas nos prazos estabelecidos, é quase sempre assíduo, é pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude	É sempre responsável cumprindo com empenho e brio todas as tarefas nos prazos solicitados, é assíduo, pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da

	elementos da comunidade educativa.	elementos da comunidade educativa.	perante todos os elementos da comunidade educativa	correta perante todos os elementos da comunidade educativa.	comunidade educativa manifestando uma cidadania ativa.
--	------------------------------------	------------------------------------	--	---	--

Instrumentos de avaliação <i>Ensino Presencial e Misto</i>	
Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar • os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	Conhecimentos-60% (Testes teóricos e / ou Elaboração apresentação e discussão de trabalhos)
Atitudes e Valores 40%	Atitudes e Valores 40% (Assiduidade e Pontualidade 10% e Empenho, Atenção, Cooperação, Colaboração, Autodisciplina 30%)

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – DESCRITORES DE DESEMPENHO <i>Ensino à Distância</i>			MÓDULO/UFCD:	4289,9439,9440,9441	
DIMENSÕES DAS ÁREAS DE COMPETÊNCIAS	FORMALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO SUMATIVA				
	De 01 a 07 valores	De 08 a 09 valores	De 10 a 13 valores	De 14 a 17 valores	De 18 a 20 valores
Aprendizagens Essenciais:	O aluno com muitas dificuldades:	O aluno com dificuldades:	O aluno com algumas dificuldades:	O aluno com facilidade:	O aluno com muita facilidade:

• os conteúdos de conhecimento disciplinar • os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	Não consegue atingir os objetivos apresentando muitas dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou muitas dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	Não consegue atingir os objetivos apresentando dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	Consegue atingir uma parte dos objetivos estabelecidos e desenvolve de forma satisfatória as atividades propostas. Expressa-se razoavelmente de forma oral e escrita.	Conseguiu atingir a maior parte dos objetivos estabelecidos e realiza com qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se sem dificuldades de forma oral e escrita.	Conseguiu atingir na totalidade os objetivos estabelecidos e desenvolve com rigor e muita qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se corretamente de forma oral e escrita.
Atitudes e Valores 40%	O/A Aluno/a:				
	Não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	Por vezes não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Por vezes apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	É responsável, cumpre com as tarefas solicitadas, quase sempre nos prazos estabelecidos. É relativamente assíduo e pontual. Utiliza com regularidade os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa	Evidencia grande responsabilidade, cumprindo com empenho as tarefas solicitadas nos prazos estabelecidos, é quase sempre assíduo, é pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa.	É sempre responsável cumprindo com empenho e brio todas as tarefas nos prazos solicitados, é assíduo, pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa manifestando uma cidadania ativa.

Instrumentos de avaliação <i>Ensino à Distância</i>	
Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar	

• os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	Conhecimentos-60% (Testes teóricos e / ou Elaboração apresentação e discussão de trabalhos)
Atitudes e Valores 40%	Atitudes e Valores 40% (Assiduidade e Pontualidade 10% e Empenho, Atenção, Cooperação, Colaboração, Autodisciplina 30%)

Anexo 6 - Critérios de avaliação e descritores de Desempenho de Desportos Individuais



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Critérios de Avaliação e Descritores de Desempenho

Desportos Individuais

Curso Profissional Técnico de Desporto

10º/TD

Júlia Gomes

2021/2022

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – AUTONOMIA E FLEXIBILIZAÇÃO DO CURRÍCULO					
CURSO:	Curso Profissional Técnico de Desporto		ANO DE ESCOLARIDADE:		10ºTD
DISCIPLINA:	Desportos Individuais		SIGLA:	DI	ANO LETIVO: 2021/2022

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – DESCRITORES DE DESEMPENHO			MÓDULO/UFCD:	9445, 9446, 9448	
<u>Ensino Presencial e Misto</u>					
DIMENSÕES DAS ÁREAS DE COMPETÊNCIAS	FORMALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO SUMATIVA				
	De 01 a 07 valores	De 08 a 09 valores	De 10 a 13 valores	De 14 a 17 valores	De 18 a 20 valores

Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar • os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	O aluno com muitas dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando muitas dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou muitas dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	O aluno com dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	O aluno com algumas dificuldades: Consegue atingir uma parte dos objetivos estabelecidos e desenvolve de forma satisfatória as atividades propostas. Expressa-se razoavelmente de forma oral e escrita.	O aluno com facilidade: Conseguiu atingir a maior parte dos objetivos estabelecidos e realiza com qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se sem dificuldades de forma oral e escrita.	O aluno com muita facilidade: Conseguiu atingir na totalidade os objetivos estabelecidos e desenvolve com rigor e muita qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se corretamente de forma oral e escrita.
	O/A Aluno/a:				
Atitudes e Valores	Não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os	Por vezes não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo	É responsável, cumpre com as tarefas solicitadas, quase sempre nos	Evidencia grande responsabilidade, cumprindo com empenho as tarefas	É sempre responsável cumprindo com empenho e brio todas as tarefas nos prazos solicitados, é assíduo, pontual, utiliza

40%	materiais requeridos. Apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	nem pontual, não traz os materiais requeridos. Por vezes apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	prazos estabelecidos. É relativamente assíduo e pontual. Utiliza com regularidade os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa	solicitadas nos prazos estabelecidos, é quase sempre assíduo, é pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa.	sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa manifestando uma cidadania ativa.
------------	---	--	---	--	--

Instrumentos de avaliação	
<u>Ensino Presencial e Misto</u>	
Aprendizagens Essenciais:	
• os conteúdos de conhecimento disciplinar	

• os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	Conhecimentos-60% (Testes teóricos e / ou Elaboração apresentação e discussão de trabalhos)
Atitudes e Valores 40%	Atitudes e Valores 40% (Assiduidade e Pontualidade 10% e Empenho, Atenção, Cooperação, Colaboração, Autodisciplina 30%)

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DISCIPLINAR – DESCRITORES DE DESEMPENHO <i>Ensino à Distância</i>				MÓDULO/UFCD:	9445, 9446, 9448
DIMENSÕES DAS ÁREAS DE COMPETÊNCIAS	FORMALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO SUMATIVA				
	De 01 a 07 valores	De 08 a 09 valores	De 10 a 13 valores	De 14 a 17 valores	De 18 a 20 valores
Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar	O aluno com muitas dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando	O aluno com dificuldades: Não consegue atingir os objetivos apresentando	O aluno com algumas dificuldades:	O aluno com facilidade:	O aluno com muita facilidade: Conseguiu atingir na totalidade os

• os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	muitas dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou muitas dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	dificuldades, quer no domínio dos conhecimentos, quer nas competências que era pretendido que atingisse. Demonstrou dificuldades na interação e na expressão oral e/ou escrita.	Consegue atingir uma parte dos objetivos estabelecidos e desenvolve de forma satisfatória as atividades propostas. Expressa-se razoavelmente de forma oral e escrita.	Conseguiu atingir a maior parte dos objetivos estabelecidos e realiza com qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se sem dificuldades de forma oral e escrita.	objetivos estabelecidos e desenvolve com rigor e muita qualidade as atividades que evidenciam a aquisição de grande parte das competências transversais e específicas. Expressa-se corretamente de forma oral e escrita.
Atitudes e Valores 40%	O/A Aluno/a:				
	Não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	Por vezes não é responsável, não cumpre com as tarefas solicitadas, não cumpre prazos, não é assíduo nem pontual, não traz os materiais requeridos. Por vezes apresenta uma atitude incorreta perante todos os elementos da comunidade educativa.	É responsável, cumpre com as tarefas solicitadas, quase sempre nos prazos estabelecidos. É relativamente assíduo e pontual. Utiliza com	Evidencia grande responsabilidade, cumprindo com empenho as tarefas solicitadas nos prazos estabelecidos, é quase sempre assíduo, é pontual,	É sempre responsável cumprindo com empenho e brio todas as tarefas nos prazos solicitados, é assíduo, pontual, utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa

			regularidade os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa	utiliza sempre os materiais requeridos. Apresenta uma atitude correta perante todos os elementos da comunidade educativa.	manifestando uma cidadania ativa.
--	--	--	--	---	-----------------------------------

Instrumentos de avaliação	
<u>Ensino à Distância</u>	
Aprendizagens Essenciais: • os conteúdos de conhecimento disciplinar • os processos cognitivos (ativadores da aquisição de conhecimentos) • o saber fazer 60%	Conhecimentos-60% (Testes teóricos e / ou Elaboração apresentação e discussão de trabalhos)
Atitudes e Valores 40%	Atitudes e Valores 40% (Assiduidade e Pontualidade 10% e Empenho, Atenção, Cooperação, Colaboração, Autodisciplina 30%)

Anexo 7 - Calendarização | Desportos Coletivos



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Cronograma Inicial - Calendarização

Cursos

Curso Profissional Técnico de Desporto								Ano/Turma		10ºTD	
Professor/a		Júlia Gomes				Disciplina		DC			
N.º total de horas anuais		100	N.º total de tempos de 50 minutos			120	Carga horária semanal			4T	
	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO
D									1 Feriado		
2.ª F			1 Feriado						2		
3.ª F			2 M1-19,20			1 M3-63,64	1 Carnaval		3 M4-107,108		
4.ª F	1		3	1 Feriado		2	2		4	1	
5.ª F	2		4 M1-21,22	2 M2-37,38		3 M3-65,66	3 M3-79,80		5 M4-109,110	2	
6.ª F	3	1	5	3		4	4	1	6	3	1
S	4	2	6	4	1 Ano Novo	5	5	2	7	4	2
D	5	3	7	5	2	6	6	3	8	5	3
2.ª F	6	4	8	6	3	7	7	4	9	6	4
3.ª F	7	5 Feriado	9 M1-23,24	7 M2-39,40	4 M2-47,48	8 M3-67,68	8 M3-81,82	5 M4-97,98	10 M4-111,112	7	5
4.ª F	8	6	10	8 Feriado	5	9	9	6	11	8	6
5.ª F	9	7 M1-9,10	11 M1-25,26	9 M2-41,42	6 M2-49,50	10 M3-69,70	10 M3-83,84	7	12 M4-113,114	9	7
6.ª F	10	8	12	10	7	11	11	8	13	10 Feriado	8
S	11	9	13	11	8	12	12	9	14	11	9
D	12	10	14	12	9	13	13	10	15	12	10
2.ª F	13	11	15	13	10	14	14	11	16	13	11
3.ª F	14	12 M1-11,12	16 M1-27,28	14 M2-43,44	11 M2-51,52	15 M3-71,72	15 M3-85,86	12	17 M4-115,116	14	12
4.ª F	15	13	17	15	12	16	16	13	18	15	13
5.ª F	16	14 M1-13,14	18 M1-29,30	16 M2-45,46	13 M2-53,54	17 M3-73,74	17 M3-87,88	14	19 M4-117,118	16 Feriado	14
6.ª F	17	15	19	17	14	18	18	15 Feriado	20	17	15
S	18	16	20	18	15	19	19	16	21	18	16
D	19	17	21	19	16	20	20	17 Páscoa	22	19	17

2. ^a F	20	18	22	20	17	21	21	18	23	20	18
3. ^a F	21 M1-1,2	19 M1-15,16	23 M2-31,32	21	18 M2-55,56	22 M3-75,76	22 M3-89,90	19 M4-99,100	24 M4-119,120	21	19
4. ^a F	22	20	24	22	19	23	23	20	25	22	20
5. ^a F	23 M1-3,4	21 M1-17,18	25 M2-33,34	23	20 M2-57,58	24 M3-77,78	24 M4-91,92	21 M4-101,102	26	23	21
6. ^a F	24	22	26	24	21	25	25	22	27	24	22
S	25	23	27	25 Natal	22	26	26	23	28	25	23
D	26	24	28	26	23	27	27	24	29	26	24
2. ^a F	27	25	29	27	24	28	28	25 Feriado	30	27	25
3. ^a F	28 M1-5,6	26 M1- 17,18	30 M2 – 35,36	28	25 M2-59,60		29 M4-93,94	26 M4-103.104	31	28	26
4. ^a F	29	27		29	26		30	27		29	27
5. ^a F	30 M1- 7,8	28 M1-19,20		30	27 M3-61,62		31 M4-95,96	28 M4-105,106		30	28
6. ^a F		29		31	28			29			29
S		30			29			30			30
D		31			30						31
2. ^a F					31						

Anexo 8 - Calendarização | Desportos Individuais



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Cronograma Inicial - Calendarização

Cursos

Curso Profissional Técnico de Desporto								Ano/Turma	10ºTD		
Professor/a								Disciplina		DI	
N.º total de horas anuais		100	N.º total de tempos de 50 minutos				120	Carga horária semanal			4T
	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO	JULHO
D									1 Feriado		
2.ª F			1 Feriado						2		
3.ª F			2			1	1 Carnaval		3		
4.ª F	1		3 M1- 27,28	1 Feriado		2 M3-67,68	2		4 M3- 109,110	1	
5.ª F	2		4	2		3	3		5	2	
6.ª F	3	1 M1- 9, 10	5 M1-29,30	3 M2-43,44		4 M3-69,70	4 M3-83,84	1 M3-99,100	6 M3-11,112	3	1
S	4	2	6	4	1 Ano Novo	5	5	2	7	4	2
D	5	3	7	5	2	6	6	3	8	5	3
2.ª F	6	4	8	6	3	7	7	4	9	6	4
3.ª F	7	5 Feriado	9	7	4	8	8	5	10	7	5
4.ª F	8	6 M1-11,12	10 M2-31,32	8 Feriado	5 M2-51,52	9 M3-71,72	9 M3-85,86	6	11 M3-113,114	8	6
5.ª F	9	7	11	9	6	10	10	7	12	9	7
6.ª F	10	8 M1-13,14	12 M2-33,34	10 M2-45,46	7 M2-53,54	11 M3-73,74	11 M3-87,88	8	13 M3-115,116	10 Feriado	8
S	11	9	13	11	8	12	12	9	14	11	9
D	12	10	14	12	9	13	13	10	15	12	10
2.ª F	13	11	15	13	10	14	14	11	16	13	11
3.ª F	14	12	16	14	11	15	15	12	17	14	12
4.ª F	15	13 M1-15,16	17 M2-35,36	15 M2-47,48	12 M2-55,56	16 M3-75,76	16 M3- 89,90	13	18 M3- 117,118	15	13
5.ª F	16	14	18	16	13	17	17	14	19	16 Feriado	14
6.ª F	17 M1-1,2	15 M1-17,18	19 M2-37,38	17 M2-49,50	14 M2-57,58	18 M3-77,78	18 M3-91,92	15 Feriado	20 M3- 119,120	17	15
S	18	16	20	18	15	19	19	16	21	18	16
D	19	17	21	19	16	20	20	17 Páscoa	22	19	17
2.ª F	20	18	22	20	17	21	21	18	23	20	18
3.ª F	21	19	23	21	18	22	22	19	24	21	19

4. ^a F	22 M1-3,4	20 M1-19,20	24 M2-39,40	22	19 M2-59,60	23 M3-79,80	23 M3-93,94	20 M3-101,102	25	22	20
5. ^a F	23	21	25	23	20	24	24	21	26	23	21
6. ^a F	24 M1-5,6	22 M1-21,22	26 M2-41,42	24	21 M3-61,62	25 M3-81,82	25 M3-95,96	22 M3-103,104	27	24	22
S	25	23	27	25 Natal	22	26	26	23	28	25	23
D	26	24	28	26	23	27	27	24	29	26	24
2. ^a F	27	25	29	27	24	28	28	25 Feriado	30	27	25
3. ^a F	28	26	30	28	25		29	26	31	28	26
4. ^a F	29 M1-7,8	27 M1-23,24		29	26 M3-63,64		30 M3-97,98	27 M3-05,106		29	27
5. ^a F	30	28		30	27		31	28		30	28
6. ^a F		29 M1-25,26		31	28 M3-65,66			29 M3-107,108			29
S		30			29			30			30
D		31			30						31
2. ^a F					31						

Anexo 9 - Exemplo de Avaliação Diagnóstica



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Avaliação Diagnóstica de Andebol

[illegible]

Anexo 10 - Exemplo de Avaliação Sumativa



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Avaliação do módulo de Andebol

Nome	Entendimento do objetivo do jogo, compreensão e cumprimento das regras	Ações defensivas	Capacidade técnica (Passe/Remate em suspensão)	Desportivismo e FairPlay

Anexo 11 - Quiz Atletismo



Aggrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

1º - O primeiro País a receber um evento de Salto em Altura foi?

Escócia - França - Holanda

2 - O Salto em Altura é considerado modalidade olímpica Masculina desde 1958 no México?

Verdadeiro ou Falso

3 - Modalidade Olímpica Feminina em 1928 em Amesterdão?

Verdadeiro ou Falso

Homens – 1968 México

Mulheres- 1928 Amesterdão

4 - O recorde Mundial do Salto em Altura em Masculino é de Javier Sotomayor em 1993 em Salamanca?

Verdadeiro ou Falso

5 - Feminino Stekia Kostadimova em 1987 em Roma?

Verdadeiro ou Falso

Masculino: Javier Sotomayor 1993 Salamanca

Feminino: Stekia Kostadimova 1987 Roma

6 - Portugal teve ou tem Atletas que participam nesta modalidade?

Verdadeiro ou Falso

7 - Em caso de Empate ganha quem conseguiu chegar à marca?

Verdadeiro ou Falso

Ganha o atleta que conseguiu em menos tentativas.

8 - O objetivo do Salto em Altura é saltar o mais alto possível por cima da fasquia sem a derrubar?

Verdadeiro ou Falso

9 - atleta pode tocar na fasquia enquanto efetua o salto?

Verdadeiro ou Falso

10 - Cada atleta tem quantas tentativas para cada Salto?

3 – 4 - 5

10 - As fases do Salto em Altura são a Corrida preparatória, Chamada (Impulsão) e Queda?

Verdadeiro ou Falso

As Fases são: Corrida Preparatória, Chamada (Impulsão), Transposição da Fasquia e a Queda.

11 - Quantas técnicas de salto que podem ser usadas para transpor a fasquia?

1 - 2 - 3

12 - Quem detém o recorde nacional de Salto em Altura em Masculino é Paulo Conceição (2016) e Sónia Carvalho e Naide Gomes (1988 e 2004) em Feminino?

Verdadeiro ou Falso

13 - Quais requisitos mínimos para irem ao Campeonato do Mundo:

13.1. Para homens?

2, 20 - 2,30 - 2,40

13.2 Para mulheres?

1, 75 - 1,94 - 2,00

14 - Portugal teve algum atleta de SA com presença marcada nos JO Tóquio 2021?

Verdadeiro ou Falso

15 - O recorde olímpico dos homens é:

2, 39 - 2,50 - 2,48

16 - O recorde olímpico Feminino é:

2,00 - 2, 04 - 2,06

17 - O atual campeão olímpico é de que nacionalidade?

Qatar - Itália - Ambos

Anexo 12 - Classificação Individual em Ginástica



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Classificação

[illegible]

Anexo 13 - Autorização para realização das aulas de Ténis



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

Sede: Escola Secundária António Nobre | Rua Aval de Cima 128 – 4200-105, Porto

Tel: 225096771 - 225097661 | Fax: 225072979 | E-mail: Secretaria@ae-anobre.pt | Site: www.ae-anobre.pt

Ex. ma
Senhora

No seguimento da resposta do Senhor Presidente, segue o calendário com as nossas necessidades, se for possível e viável, agradeço que me confirme a sua disponibilidade.

Grata.
Atenciosamente,
Júlia Sequeira Gomes

Calendário das aulas de Ténis Complexo de Ténis de Monte Aventino

Utilização de **um court exterior do CM Aventino**, às quartas e sextas-feiras, no horário **15h-16h**, nos dias:

Fevereiro

9,11,16,18,23,25.

Março

2,4,9,11,16,18,23,25,30.

Abril

1,6,8,20,22,27,29.

Maio

4,6,11,13,18,20,25,27.

O material, raquetes e bolas, é levado pela escola.

Os alunos estão cobertos pelo seguro escolar do Agrupamento.

Os alunos estarão sempre acompanhados pelos professores responsáveis pela turma.

Professora Orientadora de Estágio Mestrado de Ensino- FADEUP

Júlia Gomes

Professor Estagiário Mestrado de Ensino- FADEUP

João Leite

Anexo 14 - Autorização Encarregados de Educação para Visitas de Estudo



Agrupamento de Escolas António Nobre, Porto

ATIVIDADE Curso Profissional Técnico de Desporto

Ano/Turma: 10.º TD

2021/2022

Comunicação ao Encarregado de Educação

Comunicação ao Encarregado de Educação. Comunica-se ao Encarregado de Educação do/a aluno/a _____, n.º _____, da turma 10ºTD que se realizará a "Visita de Estudo", [Centro do Alto Rendimento Montemor-o-Velho], no âmbito das disciplinas Desportos Individuais T1/ T2, no próximo dia 17 de fevereiro, nas seguintes condições: saída da Escola às 8h, regresso pelas 18h, para o que se requer a devida autorização. Mais se informa que o/a aluno/a está coberto/a pelo Seguro Escolar. A ausência à Visita de Estudo é considerada falta injustificada, segundo o número 1, do artigo 14.º, da Lei n.º 51/2012, de 5 de setembro (Estatuto do Aluno e Ética Escolar). Porto e ESAN, 25 de janeiro de 2022.

Os Professores

Júlia Gomes/ Paulo Silva

(destacar e enviar ao Professor Responsável)

AUTORIZAÇÃO

Autorizo o/a meu/minha educando/a _____, Aluno/a n.º _____ da turma TD do 10.º ano, a participar na Visita do Estudo Visita de Estudo", [Centro do Alto Rendimento Montemor-o-Velho] assumindo todas as responsabilidades decorrentes do seu comportamento durante e por todo o tempo que perdurar a atividade, desde o início até ao final. Mais declaro que assumo toda a responsabilidade pelo/a meu/minha educando/a, na eventualidade de desobedecer às ordens do/a(s) professora/(es/as) responsável(eis), ao/à(s) qual(ais) reconheço competência, desonerando-os, no caso de desobediência, de quaisquer responsabilidades.

Porto, 25 de janeiro de 2022

O/A Encarregado/a de Educação

Anexo 15 - Diploma Comité Olímpico Português



CERTIFICADO

O Comité Olímpico de Portugal confere o presente Certificado à

Escola Secundaria António Nobre

referente à sua participação no Programa de Educação Olímpica
durante o ano letivo 2021/2022.

Lisboa, 23 de junho de 2022

José Manuel Constantino
Presidente do Comité Olímpico de Portugal

www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt