



Estágio Profissional: Ser docente

Relatório do Estágio Profissional

Relatório de Estágio apresentado com vista à obtenção do 2º ciclo em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018 de 16 de agosto e do Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio.

Orientador: Professora Doutora Luísa Estriga

Coorientador: Professor Armando Cardoso

Tatiana Raquel Santos Silva

Porto, 2022

Ficha de catalogação

Silva, T. (2022). Estágio Profissional: Ser docente. Relatório de Estágio Profissional. Porto: T. Silva. 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, Professora, Experiência Profissional, Educação Física, Educação Estética.

Agradecimentos

Ao longo da unidade curricular de Estágio, tive o apoio de várias pessoas que contribuíram para a respetiva preparação, organização e redação deste documento.

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer a todos aqueles que com o seu saber, colaboração e apoio me ajudaram, agradeço a todos aqueles que de forma direta, ou indiretamente, tornaram possível a elaboração do estágio e que de alguma forma puderam contribuir para a sua realização.

À Faculdade de Desporto da Universidade do Porto que me acolheu estes últimos 2 anos, o meu obrigado, já que contribui para o meu desenvolvimento pessoal e académico. Agradeço também a orientação, colaboração e a contribuição da professora Luísa Estriga da FADEUP, durante o estágio, bem como a elaboração do presente documento.

Deixar uma palavra de agradecimento a todos os professores da escola 2/3 de paranhos, local onde decorreu o meu estágio, que colaboraram comigo ao longo deste período, quer na resolução de problemas que iam surgindo ao longo das aulas, quer a nível social na integração e bom convívio tanto no local de trabalho, como fora do recinto escolar. Especialmente ao supervisor pela disponibilidade, paciência e valiosa orientação que se tornou essencial ao sucesso deste período de estágio e ao meu núcleo de estágio, que sempre me ajudaram e acompanhar-me da melhor forma durante esta caminhada.

Um agradecimento muito especial à minha família que sempre me apoiou para conquistar mais uma vitória e por terem acreditado nas minhas capacidades. Aos meus pais pelo ânimo e sobretudo pelo apoio incondicional, que contribuíram com um grande esforço para me proporcionar as melhores condições de modo a alcançar o sucesso desejado.

E, finalmente, mas não menos importante um agradecimento a todos os meus colegas e amigos que me acompanharam no percurso académico e que

foram um grande auxílio nesta longa caminhada, que me receberam, acolheram, apoiaram, estimularam e motivaram. O meu muito obrigado a todos.

Índice

Índice de Ilustrações	VIII
Índice de Tabelas	VII
Índice de Anexos	VII
Resumo	IX
Abstract	X
Lista de abreviaturas	XII
1-Introdução	1
2-Enquadramento Pessoal	3
2.1-Quem sou eu?	3
3-Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	7
3.1-A escola que me recebeu	7
3.2-O grupo de educação física	8
3.3-O núcleo de estágio	9
3.4-Professores Orientadores	10
3.5-A turma	11
4-Expetativas e o “Choque com a Realidade”	13
4.1-Expetativas iniciais.....	13
4.2-Realidade encontrada.....	14
5-A Prática Profissional	17
5.1-Qualidade da disciplina de educação física e o que é ser professor de educação física	17
5.1.1-Importância do desporto e da educação física.	17
5.1.2-O papel do professor de educação física	18
5.2-Desenvolvimento Profissional e Organização da Aprendizagem.....	23
5.2.1-Evolução enquanto Professora Estagiária.....	24
5.2.2–Processo Ensino Aprendizagem.....	28

5.2.3-Os modelos de ensino utilizados no EP	36
5.2.4-Uso da tecnologia	42
5.3-O estudo, “Galeria d’Aula”	44
5.3.1-Resumo	44
5.3.2-Abstract	45
5.3.3-Introdução.....	46
5.3.4-Revisão da literatura.....	47
5.3.7-Metodologia	52
5.3.9-Procedimentos.....	54
5.3.10-Apresentação e Discussão dos Resultados.....	58
5.3.12-Conclusão.....	65
5.3.13-Bibliografia.....	67
5.4-Atividades desenvolvidas.....	69
5.5-Avaliação dos alunos	70
5.5.1-Avaliação Diagnóstica	70
5.5.2-Avaliação formativa	71
5.5.3-Avaliação sumativa.....	72
6-Considerações Finais.....	73
7-Referências Bibliográficas.....	75
7-Anexos	80
Anexo 1-Unidade Didática de Voleibol.....	80

Índice de Figuras

Figura 1- Sexo feminino e masculino da turma do 8ºano	11
Figura 2- Prática desportiva dos alunos do 8ºano.....	12
Figura 3- MEC (adaptado Vickers,1990)	31
Figura 4- Teaching Games for Understanding (TGFU).....	41

Índice de Tabelas

Tabela 1- Planificação geral das modalidades.....	30
Tabela2: Caracterização dos participantes.....	53
Tabela 3: Passos metodológicos da pesquisa	57

Índice de Anexos

Anexo 1- Unidade Didática de Voleibol	80
Anexo 2- Plano de aula	81
Anexo 3- Avaliação diagnóstica de Futebol.....	82
Anexo 4- Pontuação das equipas.....	83
Anexo 5- Avaliação Sumativa no Excel	84
Anexo 6- Foto e Vídeo do estudo “Galeria d’Aula”	85

Resumo

O presente relatório descreve o Estágio Profissional realizado no segundo ano de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário na Faculdade de Desporto na Universidade do Porto.

O Estágio Profissional decorreu no Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade, mais concretamente na escola 2/3 de Paranhos entre o dia 1 de Setembro de 2021 e 14 de junho de 2022, com um total de mil duzentas e sessenta e nove horas, no âmbito da conclusão do curso 2º Ciclo em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O estágio realizado centrou-se na aquisição de competências profissionais para a profissão de docente, marcadas por um desempenho crítico e reflexivo. Essas competências aumentam a nossa capacidade de responder aos problemas, desafios, exigências e dificuldades da profissão. Em termos estruturais, o relato é feito na primeira pessoa ao longo dos 7 capítulos que constituem este relatório: 1) Introdução; 2) Enquadramento pessoal, onde abrange o meu percurso de vida; 3) Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem no contexto em que o estágio decorreu; 4) Expetativas iniciais e a realidade no primeiro contacto com o meio-escolar; 5) Prática Profissional: descrevo o meu percurso num mundo novo, em que são evidenciadas as práticas desenvolvidas, bem como as dificuldades encontradas e a forma como foram superadas; 6) Conclusão e, por fim, Referências Bibliográficas.

Em conclusão o capítulo 5, está subdividido em 3 subcapítulos: 1) Qualidade da disciplina de EF e o que é ser professor de EF; 2) Desenvolvimento Profissional e Organização da Aprendizagem; 3) o estudo, “Galeria d’Aula”; 4) Atividades desenvolvidas e por último Avaliação dos alunos.

Palavras-chave: Estágio Profissional, Professora, Experiência Profissional, Educação Física, Educação Estética.

Abstract

This report describes the professional internship carried out in the second year of the master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sports at the University of Porto.

The professional internship took place at the Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade, specifically at Escola 2/3 de Paranhos, between the 1st of September 2021 and the 14th of June 2022, with a total of one thousand two hundred and sixty-nine hours, within the scope of the conclusion of the 2nd course. Cycle in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education.

The internship focused on the acquisition of professional skills for the teaching profession, marked by a critical and reflective performance. These skills increase our ability to respond to the problems, challenges, demands and difficulties of the profession. In structural terms, the report is in the first person throughout the 7 chapters that make up this report: 1) Introduction; 2) Personal framework, which covers my life path; 3) Professional background in the context in which the internship took place; 4) Initial expectations and reality in the first contact with middle school; 5) Professional Practice: I describe my journey in a new world, in which the practices developed are highlighted, as well as the difficulties encountered and the way in which they were overcome; 6) Conclusion and finally Bibliographic References.

In conclusion, chapter 5 is divided into 3 subchapters: 1) Quality of the PE discipline and what it means to be a PE teacher; 2) Professional Development and Learning Organization; 3) the study, "Galeria d'Aula"; 4) Activities developed and finally Student assessment.

Keywords: Professional Internship, Teacher, Professional Experience, Physical Education, Aesthetic Education

Lista de abreviaturas

AD- Avaliação Diagnóstica

AF-Avaliação Formativa

AS-Avaliação Sumativa

DE-Desporto Escolar

DP-Desenvolvimento Profissional

RA-Reflexão da aula

E-Ensino

PA-Processo de Aprendizagem

EC-Escola Cooperante

PE-Professora Estagiária

EF-Educação Física

EP-Estágio Profissional

FADEUP-Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

NE-Núcleo de Estágio

NEE-Necessidades Educativas Especiais

PA-Plano de aula

PC-Professor Cooperante

PO-Professor Orientador

PES-Prática de Ensino Supervisionada

PP-Prática Pedagógica

RE-Relatório de Estágio

UD-Unidade Didática

1-Introdução

Este relatório foi elaborado no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Profissional como parte integrante e conclusiva do Mestrado e Ensino de Educação Física no Ensinos Básicos e Secundário, lecionado na Faculdade de Desporto na Universidade do Porto.

Este estágio teve a duração de 1269 horas. Tendo decorrido de 1 de setembro de 2021 a 14 de junho de 2022, na Escola 2/3 de Paranhos, com o intuito de preparar o estudante para a vida ativa e para um futuro profissional no mercado de trabalho.

O Estágio Profissional é uma das etapas de preparação para o verdadeiro mundo de trabalho, onde colocamos em prática todos os conhecimentos e conteúdos aprendidos nos anos letivos anteriores (licenciatura e mestrado). O trabalho de estágio descrito no presente documento consiste em geral na aquisição de competências profissionais para a profissão de docente, marcadas por um desempenho crítico e reflexivo. Essas competências aumentam a nossa capacidade de responder aos problemas, desafios, exigências e dificuldades da profissão. enquanto futuros professores, marcadas por um desempenho reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão. De um modo abrangente, pretendia-se expor e envolver os estudantes estagiários em tarefas de planeamento, a avaliação do ensino e na realização de todas as atividades letivas e não-letivas, tendo em vista a integração na comunidade escolar (exploração entre escola e meio). Para além disso o estágio promove o sentido de pertença, colaboração, inovação e identidade profissional, contribuindo assim para o aumento dessas competências profissionais.

Em conformidade, durante o estágio (2º Período) foi realizado um projeto de estudo “A influência da educação estética no Desporto”. Este projeto procurou ir ao encontro das necessidades dos alunos da turma que me foi atribuída, onde se pretendia que desenvolvessem a capacidade de autonomia, sensibilidade,

criatividade e consciencialização corporal de acordo com a modalidade a ser lecionada. Assim sendo, o presente relatório está organizado de forma a descrever as experiências, as diferentes atividades realizadas, as aprendizagens adquiridas e os desafios que foram colocados no decorrer do estágio realizado.

Relativamente à estrutura deste trabalho pretende-se que vá de encontro dos pressupostos para obtenção do 2º ciclo de Estudos tendente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Deste modo, o trabalho está dividido em 7 capítulos, onde relato o meu ano de estágio profissional.

No 2º capítulo, Enquadramento pessoal, abordo o meu percurso académico e desportivo.

No 3º capítulo, Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, apresento o contexto em que o estágio decorreu, bem como as pessoas que o influenciaram, mais concretamente, o núcleo de estágio, a turma que lecionei e por fim o grupo de professores de Educação Física. Para além disso no capítulo 3 optei por iniciar com uma breve revisão bibliográfica, para justificar o meu papel na escola.

No 4º capítulo são referidas as Expetativas iniciais e a Realidade encontrada durante o estágio profissional. Este capítulo será a continuação do capítulo anterior, onde reforço o meu primeiro contacto com o mundo escolar como docente.

No 5º capítulo, Prática Profissional, descrevo e evidencio as práticas desenvolvidas ao longo do estágio, bem como os desafios encontrados e as suas respetivas soluções. Neste capítulo também apresento o meu estudo de investigação acerca da estética no desporto.

No 6º capítulo, Conclusão, tem como principal objetivo sintetizar o meu percurso profissional, enquanto estagiária e refletir sobre as perspetivas futuras.

Por fim, no capítulo 7, apresento as Referências Bibliográficas, onde evidencio os autores utilizados para aprofundar os diversos temas abordados neste relatório de estágio.

2-Enquadramento Pessoal

Este capítulo descreve o meu percurso académico e desportivo. A educação implementada pela minha família, mas acima de tudo pelos meus pais foi um dos aspetos essenciais para a formação da minha identidade. Sendo, a família é o primeiro espaço de afeto, de segurança e de alteridade (Vasconcelos, 2007). Com isto, a família é o primeiro espaço de educação para a cidadania, onde desenvolvemos as primeiras palavras e aprendemos a distinguir as atitudes certas e erradas.

Por estas razões, nas linhas seguintes, relato o meu percurso até aos dias de hoje. Assim sendo, falo do meu percurso através de vivências desportivas, aquisição de valores, conhecimentos adquiridos ao longo da licenciatura e do mestrado.

2.1-Quem sou eu?

O meu nome é Tatiana Raquel Santos Silva, tenho 21 anos, sou de nacionalidade portuguesa e natural de Viseu, mais concretamente de Vilharigues. Sendo uma freguesia pequenina, as relações são próximas, onde conhecemo-nos uns aos outros e o convívio é sempre divertido.

A minha infância foi marcada na escola e pelos almoços de família, em que as brincadeiras nos recreios e os vários jogos de futebol, com os amigos e com a família, definiram o meu percurso desportivo. Posto isto, nasci numa família onde o sacrifício, o esforço e o trabalho estavam em primeiro, permitindo assim que nunca me faltasse nada e que pudesse seguir com os meus sonhos. Assim sendo, considero-me uma pessoa sociável, tranquila, sensível, organizada e autodisciplinada, capaz de enfrentar os problemas que estão a decorrer ou encarar os que poderão surgir.

No que diz respeito às características menos positivas, realço a ansiedade e o nervosismo. Estas características estão evidentes desde a minha infância, devido ao medo de falhar, fracassar num momento decisivo e desiludir as pessoas que mais me apoiaram na vida.

Quanto ao percurso desportivo federado, tudo começa com 9 anos, quando participei no corta-mato escolar. A partir desse dia, comecei a frequentar um clube de Atletismo (Associação Cultural e Recreativa de Cambra), instituição que até aos dias de hoje ainda represento. Posteriormente em 2016, e simultaneamente com o Atletismo, entrei num clube de Andebol (Clube de Andebol de Oliveira de Frades), onde pratiquem três anos consecutivos, tendo jogado pelas Juvenis, Juniores e Seniores.

No ano de 2018, devido à minha paixão pelo Desporto, ingressei no Instituto Politécnico de Viana do Castelo, onde definitivamente soube que era isto mesmo que eu queria para a minha vida. Apesar de terem sido anos difíceis e com uma interrupção letiva por causa do Covid, consegui terminar na mesma a licenciatura em 2020. Com isto, o meu estágio curricular foi realizado no *Fitness Hut*, onde desempenhem diversas funções, tais como: *Personal Trainer*, *Gym Service*, *Group Training*.

Após a licenciatura, em 2020, decidi candidatar-me no mestrado, mais concretamente no curso 2º ciclo em Ensino de Educação Física no Ensinos Básicos e Secundário, na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Contudo, simultaneamente à frequência do Mestrado comecei a trabalhar num ginásio familiar em Viseu, o *SMARTMOVE*, onde desempenho várias funções, mais concretamente, *Personal Trainer* e Instrutor de Sala.

Apesar do meu percurso desportivo e académico não ter desempenhado nenhum papel na área da docência, ser professora de educação física é o meu objetivo principal para o futuro, onde pretendo transmitir as matérias das várias modalidades aos alunos e promover o gosto pela prática de atividade física e desportiva, desenvolvendo as capacidades motoras e psicossociais. Deste modo, acredito que um professor pode ajudar a construir um mundo melhor, deixando marcas significativas nos vários contextos inerentes à escola, ajudando

e provocando mudanças positivas nos alunos. Quero aqui realçar que honrarei e enaltecerei a importância de a educação física na vida dos jovens através do meu saber estar e saber ser professora.

3-Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

Esta secção descreve o ambiente escolar ao longo do estágio, mas principalmente sobre a Educação Física. Com isto procuro relatar como a escola e os professores me receberam nesta etapa da minha formação extremamente importante enquanto futura docente.

Para além disso narro as atividades desenvolvidas pelo grupo de EF e o bom funcionamento do núcleo de estágio.

3.1-A escola que me recebeu

O Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade está situado na freguesia de Paranhos, na zona oriental do Concelho do Porto. A Escola Preparatória de Paranho foi concebida para seiscentos alunos, mas chegou a receber mil e duzentos. A numerosa população deve-se à inclusão de alunos com necessidades especiais, mais concretamente alunos surdos.

No entanto esta escola há mais de 30 anos que alberga um elevado número de estudantes. Desses estudante existem jovens surdos e crianças com necessidades educativas especiais (autistas), conduzidas de outros estabelecimentos de ensino. Desta forma o Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade é reconhecida como um estabelecimento educativo bilingue dos alunos surdos e uma instituição que apresenta ótimas condições para a prática da docência, tendo inúmeras pavilhões com salas e um pavilhão desportivo.

No que diz respeito à disciplina de educação física existe um pavilhão gimnodesportivo que permite lecionar as diversas modalidades, tais como, basquetebol, voleibol, ténis, andebol, ginástica, entre outras. Para além disso, nesta escola também existe um campo sintético de futebol e uma pequena pista

de atletismo, onde podemos lecionar as modalidades de atletismo, futsal e futebol.

Posto isto, atento que o Agrupamento Escolas Eugénio de Andrade contém equipamentos e infraestruturas excelentes para o processo de aprendizagem dos alunos e dos docentes, contribuindo assim para um adequado planeamento das unidades didáticas, respetivos planos de aula e realização da prática (aula propriamente dita).

3.2-O grupo de educação física

O grupo disciplinar de educação física do Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade, mais especificamente a Escola Básica de Paranhos era constituído por 9 professores, 4 do sexo masculino e 5 do sexo feminino.

A minha relação com os diversos professores foi sempre de grande respeito, consideração e simpatia, facilitando assim o ambiente de trabalho. Por estas razões tornou-se muito mais fácil o diálogo com os professores sobre as partilhas do pavilhão ou a cedência de algum espaço desportivo para algumas aulas em que necessitasse de mais espaço ou material.

Deste modo, considero que o nosso grupo disciplinar continha uma relação de proximidade, favorecendo a partilha e troca de conhecimentos acerca das modalidades desportivas/conteúdos programáticos ou de temas relevantes para a sociedade atual. Por fim, na realização das atividades, todos os professores colaboravam, procurando o sucesso e o êxito da mesma. Com isto ao longo do ano letivo o grupo disciplinar de educação física realizei diversas atividades, das quais colaborei ativamente no Corta-Mato e nos Torneios Interturmas.

3.3-O núcleo de estágio

O núcleo de estágio era composto pelo professor coorientador e por três professores estagiários. Ao longo do estágio profissional a nossa relação foi-se fortalecendo, causando assim um clima de amizade e companheirismo. Este ambiente de trabalho favoreceu a cooperação e a entreaajuda nas distintas tarefas ao longo do ano letivo, isto é, os meus colegas estagiários ajudaram na arrumação do material, no planeamento das aulas e sobretudo no momento da avaliação, onde elaborávamos as grelhas finais.

Além disto, mantínhamos o contacto para facilitar a interação e a troca de ideias, já que as nossas turmas eram heterogéneas relativamente a anos de escolaridade e níveis de desempenho desportiva. Desta forma, dentro do núcleo de estágio conversávamos sobre as estratégias utilizadas numa dada situação, aspetos a melhorar para as próximas aulas e as principais dificuldades que sentimos no decorrer da aula, incluindo a organização dos alunos e a gestão do tempo.

O núcleo de estágio reunia duas vezes por semana para partilhar conteúdos e impressões sobre as aulas lecionadas. Nestas reuniões o porta-voz era o coorientador de estágio, que nos direcionava para novas estratégias e ajudava a ultrapassar as nossas dificuldades e ações/intervenções menos bem conseguidas (falava dos nossos erros e dificuldades durante a aula). Para finalizar, todos assistiam às aulas uns dos outros, observando assim estratégias de ensino diferentes e os seus resultados. Após cada aula havia um momento de reflexão em conjunto, onde trocávamos os aspetos negativos e positivos da aula.

3.4-Professores Orientadores

O campo da supervisão tem vindo a evoluir e a aumentar ao longo do tempo, principalmente no que diz respeito à educação e à formação de professores. Segundo Mesquita (2018), este desenvolvimento foi influenciado pela necessidade de uma formação contínua e pela conceptualização dos processos de desenvolvimento profissional. Além disto, o objetivo do orientador é permitir o desenvolvimento e as aprendizagens dos alunos através do professor estagiário (Silva, 1997). Conforme, Chaves (2001), o supervisor pode facilitar a aprendizagem do professor das seguintes formas: demonstração, reflexão, apresentação de modelos e jogos de simulação, análise de conceitos, exploração de atitudes e sentimentos, resolução de problemas, etc.

Neste sentido, o professor coorientador da Escola onde fiquei colocada mostrou, desde o início, ser um elemento fundamental para a minha aprendizagem, uma vez que ele ajudava e colaborava na prática, tendo assim enriquecido as minhas competências profissionais. Para além disto o professor também criticava certos momentos da aula, para futuramente alterar esses momentos negativos, e assim evoluir enquanto futura professora de Educação Física.

No que diz respeito à professora orientadora da Faculdade foi fundamental para o meu desempenho, já que o seu sentido crítico e a sua visão sobre a Educação, fizeram-me ver novas formas de dar uma aula de Educação Física, onde o jogo é um instrumento pedagógico por excelência.

3.5-A turma

No início do ano letivo, os alunos da turma que me foi confiada foram convidados a preencherem a ficha individual do aluno, onde obtive informações significativas e necessárias sobre cada aluno e turma em geral (informações nos domínios afetivos, psicológicos, escolares, e acima de tudo, desportivos). Desta forma, a turma do 8º ano era constituída por 22 alunos, sendo 13 do sexo feminino e 9 do sexo masculino (figura 1). Em relação às idades, constatou-se que a turma era heterogénea, tendo maioritariamente alunos de 13 anos (14 alunos).

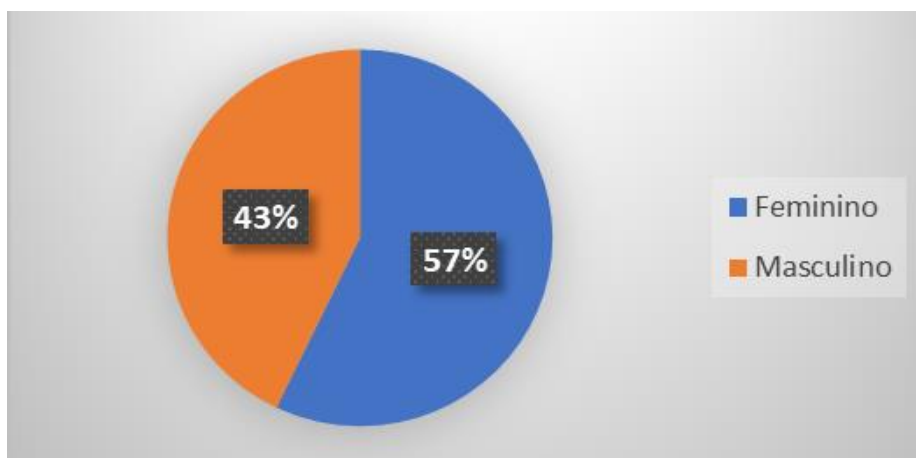


Figura 1- Sexo feminino e masculino da turma do 8ºano

No que diz respeito, à prática desportiva a turma surpreendeu-me, dado que 62% dos alunos praticam atividades físicas-desportivas fora da escola. Dessas atividades destacou-se o futebol (27%), a dança (17%), o basquetebol (14%) e o andebol (10%). Para além disso as modalidades preferidas dos alunos são o futebol, natação, dança e basquetebol. Porém as modalidades que os alunos referiram como as mais difíceis e menos difíceis foram bastantes distintas, uma vez que dependia de aluno para aluno. Contudo, nas menos

trabalhosas sobressaiu o futebol, o basquetebol e a dança, e nas mais difíceis ressaltou o atletismo e a ginástica.

Relativamente ao comportamento a turma apresentou comportamentos inapropriados ao longo do ano, prejudicando assim o processo de aprendizagem de alguns alunos. O que me incomodou mais foi a falta de concentração, o que levava a que demorasse mais tempo na apresentação, exemplificação e organização dos exercícios. Apesar deste comportamento, os alunos demonstravam interesse para aprender, realizando os exercícios com intensidade e motivação.

Posto isto, atento que a turma era bastante divertida, motivadora e promotora de boas aprendizagens, pois os alunos tinham enormes capacidades desportivas e demonstraram um enorme interesse nas aulas, tornando-se assim um enorme desafio para mim, pois considero que esses fatores são fundamentais para os processos de aprendizagem e para o sucesso escolar dos alunos.

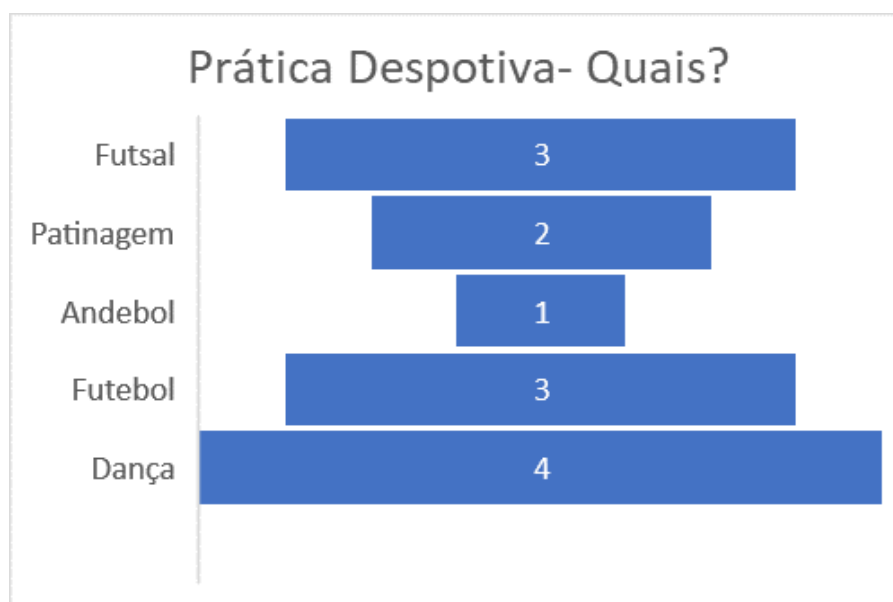


Figura 2- Prática desportiva dos alunos do 8ºano

4-Expetativas e o “Choque com a Realidade”

Este capítulo descreve a minha sensação ao desempenhar o papel de professora de educação física e de estar envolvida numa escola inteiramente verdadeira. Com isto, nas próximas linhas, relato as minhas expetativas iniciais e os aspetos fulcrais, neste processo de ensino como professora estagiária.

4.1-Expetativas iniciais

No início de ano existiam enormes expectativas em relação ao estágio, já que é uma etapa muito importante para a nossa formação enquanto futuros docentes. No entanto, reconhecia que o Estágio era um ano muito trabalhoso e desafiador, mas com uma forte aquisição de competências profissionais e pessoais, uma vez que colocámos em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos anos anteriores.

Inicialmente pretendia aprender e obter experiência enquanto professora de educação física, alcançando assim competências para planear, resolver e adaptar nas diferentes aulas. Deste modo, torcia que o meu desempenho, estivesse à altura das expectativas, ou seja, fosse uma estagiária competente, organizada e responsável, mostrando os conteúdos de uma forma coerente e segura.

Contudo, durante o estágio profissional, o meu ponto de vista modificou-se, relativamente ao papel de um bom professor, uma vez que ser docente é uma profissão que exige muita coragem, conhecimento, empenho, tempo, devoção, planeamento, dedicação, responsabilidade e compromisso, visto que o nosso objetivo principal é transmitir conhecimentos, ensinar conteúdos, criar cidadãos capazes de ultrapassar as suas maiores dificuldades e preparar indivíduos aptos a modificar ou inovar a nossa sociedade através de projeto inovadores.

No que diz respeito ao primeiro contacto com os alunos foi um momento relevante neste processo de aprendizagem, já que eu tinha receio e medo de que não gostassem de mim. Porém, com o passar do tempo criei vínculos de amizade com os estudantes, respeitando o tempo e o ritmo de cada um (individualidade), facilitando assim o desenvolvimento motor, social e pessoal. Desta forma o início do 1º Período foi um grande desafio para mim, mas que tentei superá-lo com entusiasmo e satisfação.

Quanto ao orientador, as expectativas eram elevadas, tendo este revelado ser rigoroso e um bom transmissor de conhecimentos, evidenciando assim que seria um ano de enormes exigências e responsabilidades. Este facto originou dúvidas em mim, questionando todos os meus objetivos e se conseguiria alcançá-los.

Para finalizar, o meu objetivo principal era ganhar competências profissionais relacionadas a um ensino de excelência, mas com o passar do tempo apercebi-me que o meu objetivo se alterou. Tendo como principal propósito modificar a opinião dos alunos relativamente ao Desporto e Atividade Física, ou seja, promover nos meus alunos o gosto pelo Desporto e principalmente pela prática de atividade física, desde desportos coletivos e individuais.

4.2-Realidade encontrada

O estágio profissional é uma etapa importante para dar início a uma carreira como docente ou profissional da educação. O estágio tem como intuito desenvolver aprendizagens e adquirir resultados positivos. Estes resultados passam por aplicar os conhecimentos adquiridos no ano anterior, identificar dificuldades e capacidades na área profissional e pessoal; adquirir capacidade de resolução de problemas e aumentar o raciocínio crítico através das constantes reflexões acerca das aulas. Contudo, todos estes objetivos nem sempre são cumpridos com sucesso, já que é um momento de grande “choque com a realidade”. Segundo Silva (1997) a expressão “choque com a realidade” é aplicada aos professores em início de carreira, onde transmitem todo o

sofrimento causado pelo início da profissão e que poderá durar um longo ou curto período de tempo. No início da carreira, um professor estagiário depara-se com maiores responsabilidades e com a necessidade de libertar-se de muitas ideias/imagens idealizadas pelos alunos (“O professor do ano passado era melhor”, “O professor do ano passado fazia isto e aquilo” ...). Essas expressões colocaram um entrave na minha maneira de dar aulas, já que o meu primeiro pensamento era agradar os alunos e evitar conflito com os mesmos.

Independentemente de saber que os docentes em início de carreira são confrontados com este choque com a realidade, destaco a minha falta de segurança na docência, em que tinha medo de imitar exercícios realizados por outros professores e receio de desenvolver uma concepção de ensino que originasse a desmotivação dos alunos para a prática de exercício físico. Em contrapartida, durante todo este processo, não houve nenhum momento em que me sentisse sozinha, já que a colaboração entre professores iniciantes e os mais experientes era constante, onde nos tempos livres havia partilhas de histórias, conselhos e conhecimentos sobre mundo do Desporto.

Por outro lado, durante a prática pedagógica surgiu novos problemas, tais como, motivar os alunos para algumas modalidades e que métodos utilizar nestas situações. Por estas razões a abordagem dos conteúdos foi lecionada de maneiras diferentes, onde incluí competitividade e misturei os alunos com diferentes níveis de desempenho para haver mais *fairplay*, entreajuda e cooperação de uns com os outros. Diante disto, considero que o início da docência é um momento relevante, no qual deparamo-nos com várias realidades, e nem sempre são aquelas que idealizamos, o que faz com que os conhecimentos sejam colocados em “xeque” (Gariglio, 2022).

Para finalizar considero que este foi um ano repleto de aprendizagens, onde houve uma transformação tanto na área pessoal e profissional. Na área pessoal atento que melhorem emocionalmente, não desistindo do obstáculo, mas sim arranjar alternativas para os superar. No que diz respeito à área profissional fiz de tudo para evoluir dia após dia, juntamente com a minha turma, onde quis que os alunos acreditassem em mim da mesma forma que eu

acreditava neles. Penso que consegui alcançar esse objetivo, já que terminei o ano letivo com *feedbacks* positivos dos alunos.

5-A Prática Profissional

Nesta secção procuro falar sobre o desporto, mas essencialmente sobre Educação Física nos dias de hoje. Além de tudo isso, pretendo descrever os meus problemas e dificuldades que vivenciei ao longo do estágio e a forma como as superei.

5.1-Qualidade da disciplina de educação física e o que é ser professor de educação física

5.1.1-Importância do desporto e da educação física.

A escola é o local apropriado para desenvolver as aprendizagens, periodizar a formação dos alunos e a educação dos mesmos. Assim sendo, as instituições escolares devem criar ambientes de ensino-aprendizagem motivadores, baseados em projetos coerentes, claros e com real valor formativo e educativo (Brandão, 2002).

Apesar destes aspetos, segundo O'Sullivan (1994) aponta a marginalidade da disciplina e dos professores de educação física como entraves que se refletem na disfuncionalidade da disciplina e constituem uma insatisfação face aos objetivos da disciplina, condições de trabalho e à sua importância académica e social, onde a educação física é considerada uma disciplina não académica. Ainda que alguns alunos, encarregados de educação e líderes da educação, reconheçam a importância da educação física escolar, não a consideram, nem a percebem tão essencial como as disciplinas tradicionais (como é o caso da Matemática e do Português).

No entanto com o evoluir da sociedade, o desporto e conseqüentemente a disciplina de EF têm vindo a desempenhar um papel muito importante na vida das crianças e dos jovens, onde os professores e toda a comunidade

reconhecem o desporto e a EF como uma base sólida repleta de valores e aprendizagens. Por estas razões, o desporto é reconhecido mundialmente e de enorme importância para a sociedade, tornando-se visíveis os seus efeitos positivos tanto para a sociedade, como para o indivíduo (Matos, 2004).

Com o crescimento do desporto e da disciplina de EF, a sociedade começou a valorizar o papel dos professores, onde quanto maior o conhecimento, a competência e a formação dos docentes, melhor a qualidade do ensino. Por essas razões a formação e o processo ensino-aprendizagem dos alunos vão melhorar, aumento significativamente o desempenho pessoal e escolar dos mesmos. Neste sentido, a nossa disciplina tem um papel preponderante para o bem-estar físico e mental dos alunos, sendo a única disciplina em que os alunos atuam como um todo, isto é, trabalham através do esforço físico, do corpo e do movimento nas diversas modalidades. Por outro lado, conforme refere Graça (2014), a educação física é a disciplina que combate o sedentarismo, a obesidade e contempla a corporalidade, sendo um meio de competição superação, desafio, confronto e procura da felicidade.

5.1.2-O papel do professor de educação física

A educação física em Portugal é uma disciplina transversal aos currículos do ensino básico e secundário. Trata-se de uma disciplina crucial para o bem-estar físico e psicológico dos alunos, promovendo o seu desenvolvimento pessoal, social, motor, emocional e cognitivo. Desta forma, os professores de educação física assumem-se como os principais executores e agentes na lecionação desta disciplina nas escolas, apesar de ainda não haver uma valorização adequada.

Neste momento, conforme Hellen (2011), ser professor de Educação Física é desenvolver a capacidade de articular a teoria e prática, adequando o comportamento e a especificidade de situações quotidianas às necessidades dos alunos, criando assim melhores condições de aprendizagem. Além disso, Rodrigues (1998) ressalta que o compromisso do professor não é apenas ensinar, mas, sim, identificar o problema ou as situações problemáticas.

Desta forma, considero que o EP é muito importante, já que é um ano de constantes aprendizagens, capaz de construir docentes competentes e aptos para identificar o problema e posteriormente solucioná-los. Darsie & Carvalho (1996) referem que o professor tem de passar pela reflexão sobre o saber e saber fazer, para refletir sobre as novas experiências e aprendizagens. Por estas razões as reflexões e as reuniões realizadas depois das aulas eram fundamentais, já que tinham como principal intuito analisar os erros decorrentes na prática e conseqüentemente, evitá-los numa próxima lecionação.

Andebol- “Nesta aula, nem tudo foi positivo, já que nem todos os alunos sabiam as regras básicas de Andebol, tendo assim de intervir no jogo e relembrar essas regras: não se pode passar ao guarda-redes quando este está dentro da área de baliza; não se pode driblar, agarrar e voltar a driblar. Tendo em conta, estes problemas coloquei regras novas, nomeadamente, proibição do guarda-redes avançado e não podem passar para o guarda-redes. Além disto, nos últimos jogos retirei o drible, sendo proibido a utilização do mesmo em qualquer momento do jogo”.

(RA- 31 de maio de 2022)

No meu entender, um bom docente segue as cinco dimensões de Nóvoa (2009). De acordo com este autor, o tato pedagógico, o conhecimento, a cultura profissional, o compromisso social e o trabalho em equipa são características que fazem parte de um “bom professor”. Tendo em conta, as vivências e experiências do EP, um ensino de qualidade implica que os docentes obtenham muitas competências, já que um professor ensina e guia o processo de ensino, para que os alunos consigam construir a sua própria aprendizagem. Desta forma, o professor deve regular os seus conhecimentos às capacidades físicas dos alunos (idade, sexo, aptidão física) e ao contexto escolar (Instalações escolares, material disponível e o meio envolvente). Assim sendo, o professor para se tornar um profissional eficaz necessita de várias aptidões: (1) “empatia”; (2) “conhecimento”; (3) “relacionamento com o aluno”; (4) “didáticas”; (5) “administração da sala de aula”; (6) “preparação das aulas”; (7) “motivação” e por último (8) “contacto com os pais” (Friedman, 1999, cit. in Fukuda e Pasquali, 2002, p.2).

Na minha opinião, um professor atual deve utilizar modelos de ensino que visam a autonomia, responsabilização e participação ativa dos alunos. Neste sentido, o docente tem de criar práticas pedagógicas diferenciadas, indo ao

encontro das diferentes necessidades, capacidades e características individuais dos alunos. Portanto, a matéria de ensino tem de sofrer alterações/reajustes ao nível dos conteúdos, dos exercícios e do modelo a ser utilizado em função do contexto.

Para finalizar, de acordo com Machado (1995), o professor pode moldar o carácter dos discentes, sendo muitas vezes o único responsável por muitos dos descobrimentos e experiências que os nossos estudantes vivenciam. Neste sentido, o docente deve possuir conhecimentos suficientes para trabalhar e não apenas, os aspetos motores e físicos. Além disso, um docente deve ter atenção às componentes culturais, sociais e psicológicas. Sendo assim, os professores não têm apenas a competência de ensinar conhecimentos específicos, mas também têm a capacidade de estabelecer uma interação com o discente, transmitindo assim maneiras de pensar, valores, atitudes, normas, e padrões de comportamento para se viver em sociedade.

5.1.2.1-Instrução e a Demonstração

A instrução é considerada uma categoria central do comportamento dos professores, demonstrando ser um fator determinante da eficácia pedagógica (Aleixo, Mesquita, Vieira, & Reis, 2014). Com isto, a comunicação é essencial para o processo de ensino-aprendizagem dos alunos, já que para Rosado & Mesquita (2011), a comunicação é um dos fatores primordiais da eficácia pedagógica no contexto do ensino das atividades desportivas. Para além disso, a instrução utilizada nas aulas está relacionada com as finalidades, conhecimentos e conteúdos de ensino (Rosado & Mesquita, 2011). Desta forma, “a instrução abrange comportamentos verbais e não verbais, como por exemplo, a explicação, a demonstração, o feedback e a exposição” (Rosado & Mesquita, 2011,p.65).

Numa fase inicial, a instrução tornou-se um problema para mim ao longo do EP, uma vez que perdia muito tempo na transmissão de conteúdos na parte inicial da aula, tornando assim a aula extensa para os alunos. Após várias

reflexões e chamadas de atenção do PC consegui diminuir o tempo de instrução, privilegiando apenas a informação necessária e transmitindo o objetivo geral da aula. Assim sendo, Rosado & Mesquita, (2011, p.69), confirmam que “os professores com uma maior experiência na prática, possuem um maior domínio relativamente às estratégias de comunicação mais eficazes”.

Conforme Rink (1993), citado por Rosado & Mesquita (2011), a comunicação e a atenção entre professores e alunos pode ser melhorada, através da clareza com que a instrução é facultada. Por isso o professor na transmissão de matérias deve ter em consideração vários aspetos: (1) orientar o aluno para o objetivo principal da tarefa; (2) mostrar tarefas dinâmicas; (3) transmitir conteúdos numa sequência lógica; (4) questionar os alunos acerca da informação transmitida e por último recordar a informação caso seja necessário.

No entanto, no decorrer do estágio profissional verifiquei que a instrução estava aliada à demonstração, já que nos diversos exercícios demonstrava depois de transmitir os objetivos. No entanto, havia conteúdos que não dominava e não conseguia executar de forma correta. Nestas situações, pedia a alunos que praticavam a modalidade ou tinham um grande nível de performance nesse desporto para demonstrarem a tarefa. Com isto, pretendia aumentar a confiança desse aluno, dando a conhecer as suas qualidades e capacidade motoras no desporto.

Para finalizar, nos últimos minutos de aula recorria ao questionamento para perceber se os objetivos da aula foram cumpridos e se os alunos aprenderam toda a matéria lecionada. Deste modo, a instrução e a demonstração foram essenciais para a obtenção de conteúdos, conhecimentos e, por último para o processo ensino aprendizagem de cada discente.

5.1.2.2-O Clima da aula

“Andebol- Na aula de hoje, os alunos quiseram saber logo as classificações do torneio intra-turma da aula anterior. A constante curiosidade dos alunos faz admitir que estão a gostar das aulas de Andebol e que estão bem organizadas.”

(RA- 24 de maio de 2022)

No meu ponto de vista, o clima da aula está relacionado com a relação professor-aluno. Uma ótima interação entre professor e aluno é fundamental para manter os alunos motivados e assim manter um ambiente propício para a aprendizagem. De acordo com Aquino (1996), a relação professor-aluno é muito importante e é um ponto fulcral para estabelecer as ações pessoais em relação à avaliação, metodologia e aos conteúdos. Por isso, se a relação entre ambos for positiva, o processo ensino-aprendizagem tem uma maior probabilidade de aumentar.

No entanto, inicialmente adotei uma postura mais conservadora e fechada para conseguir observar as atitudes da turma e identificar os alunos com pior comportamento. No entanto, com o passar do tempo, fui criando afetividade com os alunos, onde eles no final da aula evidenciavam o que mais gostaram da aula e o que poderia mudar. Estes aspetos negativos e positivos ditos pelos alunos contribuíram para o planeamento das aulas seguintes e revelaram que os alunos estavam envolvidos no seu processo de ensino-aprendizagem.

Por fim, acredito que seja necessário construir uma relação ótima com os alunos e entre eles, de forma a estabelecer um ambiente agradável na aula, onde eles não se critiquem um dos outros, mas que ouçam as ideias de cada um e participem nas atividades propostas como uma verdadeira equipa/turma.

5.2-Desenvolvimento Profissional e Organização da Aprendizagem

Esta área abrange o planejamento, avaliação do ensino, a concepção e a realização. O ensino foi projetado numa concepção pedagógica, conforme as condições gerais da escola, as especificidades da disciplina de Educação Física no currículo dos alunos e atendendo às características dos alunos, sendo que inicialmente analisamos os planos curriculares e, os programas de EF, de forma a desenvolver decisões que promovam as aprendizagens desejáveis. Depois desta análise, procedemos à elaboração dos planejamentos a três níveis: planejamento anual, planejamento das Unidades Didáticas e planejamento das aulas, tendo em conta as matérias/conteúdos de ensino, os recursos, os momentos e formas de avaliação, e por último as metas adequadas às capacidades dos alunos.

Com isto ao longo do EP cumpro com as tarefas estabelecidas inicialmente: (1) lecionei as aulas da turma residente; (2) elaborei o planejamento anual, as unidades didáticas e os planos de aula; (3) observei quase todas as aulas do meu núcleo de estágio; (4) refleti sobre a prática através das reflexões e reuniões que o PC realizava e sempre que o PO assistia à minha aula; (5) construí e coloquei todos os documentos utilizados no portefólio digital- *classroom* (6) participei no Desporto Escolar; (7) acompanhei a direção de turma e por último (8) participei nos conselhos da minha turma residente.

De forma a verificar a qualidade e o nível das aprendizagens dos alunos recorreremos à avaliação. Inicialmente efetuávamos a avaliação diagnóstica, e de seguida, a avaliação formativa e sumativa. Ambas as avaliações estiveram presentes em todo o processo ensino-aprendizagem, no que diz respeito ao desempenho dos alunos nas tarefas, mas também da aprendizagem adquirida. Ao longo do ano letivo fui mudando a minha forma de atuar, por causa do comportamento da turma e das necessidades apresentadas pelos mesmos. Contudo o meu objetivo, sempre foi formar e desenvolver os alunos para prática de atividade física.

Nas próximas páginas estará presente todo o meu caminho ao longo deste EP, desde o planejamento às avaliações, revelando todas as vivências, experiências e ferramentas necessárias para o ato de ensinar, mas que me fizeram crescer enquanto futura professora.

5.2.1-Evolução enquanto Professora Estagiária

A educação é indicada como um fator primordial na sociedade, pois é através dela que a humanidade pretende formar Mulheres e Homens mais desenvolvidos e com valores bem definidos (Lennon,2016). Desta forma, as escolas desempenham um papel essencial e imprescindível na estabilização das sociedades, já que assume um papel de educadora e formadora na educação dos jovens. Além disto as escolas são locais insubstituíveis para o progresso dos jovens, bem-estar das pessoas, das instituições e das sociedades. É na comunidade escolar que a maioria dos jovens aprendem uma variedade de conhecimentos e competências que dificilmente poderão aprender noutros contextos (Brandão, 2002). Deste modo, acredito que a escola e os professores devem trabalhar em equipa, com o intuito de inventar e encontrar estratégias para que os alunos estejam motivados e interessados pelo ensino e aprendizagem. Nós, professores, precisamos e devemos criar estratégias que aumentem a autonomia do aluno, preparando-os para a vida e para a sociedade que está sempre em constantes transformações.

No que diz respeito à disciplina de educação física nas escolas, existem vários estudos que comprovam que as atividades lúdicas e desportivas executadas nessa disciplina são fundamentais para o desenvolvimento da educação e construção de valores através da prática do desporto (Matos, 2004). Contudo Crum (1993) sugere que um dos problemas da profissão de educação física é a falta de compromisso com o ensino, onde os professores atuais têm que contrariar a educação física tradicional, respeitando os princípios do desporto e apreciando o papel de professor como criador de pessoas responsáveis, competentes, capazes de enfrentar os obstáculos da vida. Desta

forma, ao longo do estágio, como professora estagiária de EF tentei organizar e criar estratégias de ensino motivadoras e interessantes para os alunos, promovendo assim o gosto pela educação física e pela prática de atividade física. No decorrer do estágio reforcei o trabalho em equipa, a responsabilidade individual, o trabalho em cooperação, respeito, *fairplay*, comunicação, trabalho em equipa e a competição. No entanto, considero que a educação física está interligada à saúde e a bem-estar dos alunos, tendo como o objetivo principal a corporalidade. Apesar destes objetivos, verifiquei ao longo das aulas, que a educação física vai para além das questões corporais e do bem-estar, privilegiando a aquisição de valores do desporto para a vida, como por exemplo: o respeito, *fairplay*, cooperação, comunicação e trabalho de equipa.

Sendo um ano totalmente diferente dos outros, onde houve vários constrangimentos, partilhas, vivências, reflexões e conquistas, admito que cresci enquanto pessoa e profissional na obtenção de conhecimentos na área de educação física. Independentemente dos constrangimentos causados pelo *Covid-19* em anos anteriores, a escola optou por remover algumas medidas de contenção (remoção do distanciamento social e a não partilha de materiais). Com isto, a estratégia utilizada nas aulas visou o envolvimento ativo de todos os alunos, permitindo assim um aumento do tempo potencial de aprendizagem e tempo de empenho motor.

Inicialmente considerava que o professor de educação física tinha o papel de formador e educador, já que contribuiu para a formação integral dos alunos nos aspetos cognitivos, afetivos e motores. Por isso, atento que as atividades desenvolvidas nas aulas de educação física devem ser enriquecedoras a todos os níveis, oferecendo experiências únicas aos alunos, para que estes valorizem e gostem da disciplina de educação física. Desta forma, tentei colocar os alunos no centro do processo ensino aprendizagem, em que os alunos construíssem o seu próprio conhecimento e participavam ativamente no seu processo de ensino aprendizagem, ou seja, o aluno não era apenas um recetor de informação, mas sim, um promotor das suas aprendizagens. Enquanto professora, ao longo das aulas, implementei estratégias que permitissem o aumento da autonomia e responsabilização individual.

No que diz respeito às estratégias estabelecidas nas aulas, procurei integrar os alunos no trabalho em equipa, em que o *fairplay*, a cooperação e o respeito prevalecessem sobre a competição. Para além disso, no início de cada unidade didática, decidi ajudar os alunos na compreensão das habilidades motoras, através de *feedbacks* e instruções. No entanto, com o passar do tempo, os próprios alunos através do espírito de equipa, cooperação e entreaajuda começaram a criar estratégias para evoluírem e aumentarem o seu desempenho desportivo, contribuindo assim para o sucesso da equipa.

Contudo o que permitiu esta persistente evolução na área da docência foi a constante ajuda do núcleo de estágio e o grupo disciplinar de EF. O ambiente era sempre de descontração e união, onde a partilha de experiências eram constantes. A comunicação sobre diversos conhecimentos e ferramentas vantajosas para as aulas tornaram as nossas reflexões após aula, um dos momentos mais gratificantes, já que compartilhávamos os nossos pontos negativos e positivos. Estas trocas de ideias influenciaram a maneira como lecionava as aulas, na medida em que aprimorava os planos de aula, com o intuito de formar alunos competentes e eficientes. Neste sentido, considero que a comunicação e a partilha de opiniões com outros docentes é benéfico para transformar a educação física e para o nosso crescimento enquanto futuros profissionais.

5.2.1.1-A transformação enquanto professora de educação física

O contacto com a realidade de lecionar numa escola, fez com que evoluísse como professora, uma vez que um estágio profissional é um ano repleto de aprendizagens, onde colocamos em prática os conhecimentos e as capacidades que a profissão exige.

Inicialmente, a minha maior preocupação como professora era a transmissão de conteúdos que estavam previamente planeadas, tendo em conta de que a obtenção de conhecimento e a evolução no processo de ensino aprendizagem são um dos principais propósitos de um bom professor. Contudo, percebi ao

longo das aulas que devemos planejar exercícios, nos quais os alunos consigam estar envolvidos de forma entusiasta nas várias tarefas, para que estes se sintam importantes e fundamentais na aula, apesar dos papéis atribuídos. Com isto, no primeiro momento, uma das minhas dificuldades foi planejar exercícios, tendo em consideração as particularidades e as capacidades de cada aluno. De seguida, com o decorrer da aula surge outro obstáculo, a capacidade de adequar, intervir e alterar algum exercício que não estava adequado às capacidades dos alunos.

Ao longo do EP, a reflexão tornou-se cada vez mais importante, visto que o “ato reflexivo promove a resolução de problemas, uma vez que estimula o docente a assumir uma postura crítica face às questões da sua profissão e da sua prática” (Zeichner, 1993, pp.121-135). Desta forma, toda a reflexão tem como objetivo principal aumentar no professor capacidades que lhe permitam dominar, investigar, interrogar, classificar e conhecer a sua própria prática docente (Garcia, 1999).

As constantes reuniões e reflexões entre o PC e o NE foram essenciais para desenvolver as minhas capacidades, no que diz respeito, à lecionação das aulas e à programação das unidades didáticas. Embora haja a necessidade de usar constantemente a reflexão torna-se difícil a competência de pensar e refletir, principalmente quando não somos diretos, sucintos e claros na informação. Por isso, sempre tive a preocupação de executar as reflexões após as aulas, dando importância aos aspetos positivos e negativos nas aulas lecionadas. No início começava por identificar os pontos negativos e positivos através de frases curtas e sucintas. No entanto, com as recomendações do PC e da PO, juntamente com algumas correções, as minhas reflexões foram se aperfeiçoando ao longo do tempo, onde inicialmente demorava uma eternidade para finalizar, atualmente o ato de refletir está mais rápido, claro e sucinto.

Todas as reflexões realizadas sobre a minha prática foram importantes, mas, as reflexões concretizadas sobre as aulas do meu núcleo de estágio foram ainda mais relevantes, já que os constrangimentos indicados serviram como exemplo nas minhas aulas, evitando assim que cometesse o mesmo ou criasse estratégias novas. Por estas razões, considero que sou uma professora atenta,

observadora, entusiasta, curiosa e que reflete diariamente para proporcionar momentos excelentes e para aumentar as aprendizagens dos alunos.

5.2.2–Processo Ensino Aprendizagem

Ao longo do EP lectionei diversas modalidades desportivas e ensinei diversos conteúdos que influenciaram o processo de aprendizagem dos alunos (Tabela 1). Na tabela 1 estão expressas as modalidades desportivas efetuadas em cada período, o número de aulas para cada modalidade e a percentagem classificativa de cada uma.

O processo de ensino aprendizagem exige uma boa organização e planificação. Por esta razão recorri a diversos documentos, livros (Educação Inclusiva na Escola, Exercícios de Educação Física, Educação Física e perspetivas de intervenção...) e efetuei várias pesquisas acerca das modalidades que iria abordar ao longo do EP. Após definir e concluir o planeamento geral, proseguei para a elaboração das Unidades Didáticas, conforme o nível desportivo demonstrado nas avaliações diagnósticas. Esta sequenciação de planificações foi essencial para elaborar os planos de aula e consequentemente criar e organizar exercícios em que os alunos tivessem um elevado desempenho e sucesso na tarefa proposta.

Para além disso em cada período realizei os testes *FitEscola* para identificar o nível de aptidão física de cada aluno. Com isto procedi à planificação da Unidade Didática da aptidão física, conforme a modalidade que estava a ser lecionada. Desta forma, verifiquei que os níveis de aptidão física influenciaram positivamente a modalidade que estava a lecionar, já que os exercícios propostos iam ao encontro das exigências da modalidade, como por exemplo, no futebol os exercícios planeados eram à base de mudanças de direção, velocidade e coordenação com bola. Com isto, acredito que um bom planeamento seja fundamental para o sucesso da disciplina ao longo do ano letivo, pois é através de um bom planeamento que é possível propor objetivos, explorar dados e verificar soluções para problemas e, claro, melhorar o

desempenho escolar dos alunos (Diniz, 2022). Por estas razões o planejamento tem de ser concreto, detalhado e explícito, tornando-se assim uma tarefa complicada e onde no início me senti confusa com as exigências do processo. No entanto, com a colaboração do núcleo de estágio e restantes professores de educação física, comecei a analisar o programa nacional da disciplina e o programa das aprendizagens essenciais de Educação Física do 8º ano.

Tabela 1- Planificação geral das modalidades

ANO/ PERÍODO	1ºPERÍODO (39 aulas- Aprest-1; Auto AV- 1; reserva - 2; demonstração DE - 3) – 31 para planificação 13 semanas	2ºPERÍODO (39 aulas- Auto AV- 1; reserva -2) – 36 para a planificação 13 semanas	3ºPERÍODO (24 aulas-; Auto AV- 1, reserva -4) – 19 para a planificação 8 semanas
8.ºANO	Aptidão Física (5) – 17,5% Futsal (11) – 32,5% Atletismo (5) – 17,5% Ginástica (11) – 32,5%	Aptidão Física (6) – 20% Voleibol (12) – 30% Atletismo (6) – 20% Ténis (12) – 30%	Aptidão Física (5) – 30% Dança (7) – 35% Andebol (7) – 35%

Notas: AV-Avaliação; DE-Desporto Escolar

5.2.2.1-O Modelo de Estrutura do Conhecimento (MEC)

A planificação é fundamental para organizarmos e alinharmos a nossa ação no processo ensino-aprendizagem. Assim sendo, as diversas modalidades lecionadas ao longo do ano letivo foram baseadas no Modelo de Estrutura do Conhecimento (MEC) de Vickers (1990). Este modelo é considerado um guia para todo o planeamento, apoiando o processo e conhecimento do professor. É composto por 8 módulos (figura 3), divididos em três fases: a fase de análise que abrange os módulos 1,2 e 3; a fase da decisão que engloba os módulos 4,5,6 e 7 e, para finalizar, a fase da aplicação formada pelo módulo 8 (Ventura & Cachada 2009)



Figura 3- MEC (adaptado de Vickers,1990)

A elaboração do módulo 1, Estrutura do Conhecimento (EC) revelou ser vantajosa, já que me obrigou a pesquisar sobre todas as modalidades, aumentando assim o meu conhecimento. No módulo 2, Análise das Condições de Aprendizagem/Envolvimento, verifiquei o meio envolvente e o ambiente para conhecer e perceber as infraestruturas da escola e do material disponível. No módulo 3, Análise dos Alunos, procedi à análise da turma com o objetivo de conhecer as capacidades físicas de cada aluno, através de uma ficha individual distribuída na primeira aula e das avaliações diagnósticas (AD).

Prosseguindo para a fase das decisões, o módulo 4, Determinação da Extensão e Sequência dos Conteúdos, corresponde às Unidades Didáticas. É na elaboração das Unidades Didáticas que se estabelece a sequenciação dos conteúdos a lecionar, tendo em conta as metas, as finalidades, as matérias, a individualidade dos alunos, os documentos das aprendizagens essenciais de Educação Física, o programa nacional e o planeamento anual.

Deste modo, em todas as Unidades Didáticas, a primeira aula era a AD, pois tinha como finalidade avaliar e observar o nível desportivo de cada aluno. Após a aula de AV, procedia à elaboração da UD. Inicialmente tive medo e receio que os alunos não superassem as minhas expectativas ou que eles superassem com enorme facilidade, revelando assim que o planeamento estava desajustado ao nível da turma. Deste modo, refleti sobre as capacidades físicas e características de cada aluno para planear estratégias que o motivassem à prática desportiva. Com isto, uma das minhas estratégias, passou por diminuir o tempo de matéria e aumentar o tempo de exercitação em cada habilidade motora, proporcionando uma evolução constante dos alunos. Contudo, ao longo das Unidades Didáticas tive de realizar algumas alterações, devido ao número de aulas que de repente diminuía, ao número elevado de conteúdos a abordar ou porque os alunos ainda não estavam preparados para a habilidade seguinte. Porém todas essas alterações tinham como principal intuito melhorar os momentos de aprendizagem dos alunos.

De seguida, o módulo 5, Definição dos Objetivos, foram decididos os objetivos e metas apropriadas para cada aluno, com vista a obter o sucesso individual. Neste módulo senti dificuldades em reformular as componentes críticas em objetivos precisos e explícitos. Relativamente ao módulo 6, Configuração da Avaliação, refleti sobre o tipo de avaliação que queria adotar para verificar se os objetivos foram cumpridos com sucesso. Para finalizar nesta fase, o módulo 7, Desenho das Atividades de Aprendizagem/Progressões, tem como principal objetivo definir os exercícios que melhor se adequam às finalidades e às capacidades físicas dos alunos. A obtenção e a criação de inúmeros exercícios são uma mais-valia para a preparação e realização de um bom plano de aula.

Para concluir, na fase da aplicação (módulo 8) coloquei em prática todos os conhecimentos abordados nos módulos anteriores.

5.2.2.2-As Unidades Didáticas

Após o PO enviar a planificação anual do 8º ano, com as respetivas modalidades em cada período, efetuei de imediato as Unidades Didáticas. A elaboração das diversas Unidades Didáticas (anexo 1) foram planeados com uma progressão lógica dos conteúdos, tendo em conta, o espaço disponível, o material à disposição e o número de aulas. No entanto, as Unidades Didáticas sofreram algumas alterações, devido ao número de aulas que de repente diminuía, às condições meteorológicas que alteravam de um dia para o outro ou porque os alunos ainda não estavam preparados para a habilidade seguinte.

A Unidade Didática, para além de mencionar os conteúdos técnico-táticos de cada modalidade lecionada, abrange a cultura desportiva referente às regras fundamentais do jogo, arbitragem e terminologia. Para finalizar, a Unidade Didática também contém os conceitos psicossociais, tais como, cooperação, *fairplay*, empenho, respeito, autoestima, autonomia e participação.

Na elaboração das Unidades Didáticas tive atenção alguns aspetos: (i) determinar o número de aulas para cada modalidade; (ii) o espaço disponível – se porventura houvesse 3 turmas ao mesmo tempo o pavilhão seria dividido em três partes iguais para cada professor; (iii) estabelecer os conteúdos para cada modalidade e a respetiva função didática (Avaliação Diagnóstica (AD) Introdução (I), Exercitação (E), Consolidação (C) Avaliação sumativa (AS)), e por último definir os modelos de ensino.

O planeamento e elaboração de cada Unidade Didática era realizada depois das avaliações diagnósticas. Após as Avaliação diagnóstica e a análise do nível desportivo dos alunos realizava alguns ajustes para melhorar os momentos de aprendizagem dos mesmos. A primeira Unidade Didática a ser elaborada foi a de ginástica, onde surgiram imensas dúvidas e incertezas sobre

a sequências lógicas dos conteúdos, a disposição das funções didáticas e o número de aulas que pareciam ser poucas para a quantidade de habilidades motoras a abordar. Porém com a orientação do núcleo de estágio, professor cooperante e restantes professores de educação física estes problemas foram diminuindo, construindo assim Unidades Didáticas claras, precisas, detalhadas, organizadas e sequenciadas.

5.2.2.3-Os Planos de aula

Após a análise dos programas nacionais, do planejamento anual e elaboração das Unidades Didáticas surgem os planos de aula, como parte fundamental para estabelecer os objetivos de aula, como serão atingidos (tarefas/exercícios) e em quanto tempo (Ponte, 2015). Neste sentido, os planejamentos das aulas são importantes para garantir o êxito no processo ensino-aprendizagem, já que a ausência do plano aula pode provocar graves consequências, nomeadamente aulas monótonas, desorganizadas e desatualizadas ao nível desportivo da turma, provocando assim a desmotivação, desinteresse e indiferença dos alunos nas aulas de educação física (Cerqueira, 2018).

Antes de iniciar o ano letivo, o PO forneceu ao NE uma estrutura de plano de aula que nos acompanhou durante o ano de estágio. O plano de aula utilizado é composto por três partes: a parte inicial, parte fundamental e parte final. Para além disso, o plano de aula continha um cabeçalho, onde introduzíamos a data e hora da aula, duração da aula, ano e turma, número de aula, função didática, material para a aula, número de alunos, objetivo principal e específico da aula e por fim local da aula. De seguida, visualizávamos as três partes do plano, onde inseríamos o tempo de execução da tarefa, critérios de êxito da tarefa, descrição do exercício, organização da tarefa e por fim palavras-chave para o sucesso da tarefa.

Num modo geral, o PA é constituído por várias colunas: partes da aula, conteúdo, situações de aprendizagem, organização didático-pedagógica,

critérios de êxito e palavras-chave (anexo 2). Na parte inicial utilizava 5 minutos para a ativação geral do corpo, onde os alunos normalmente realizam um jogo lúdico com a finalidade de estimular e preparar o corpo para a atividade seguinte. No decorrer do aquecimento aproveitava e registava as presenças, e organizava o exercício seguinte.

Após o aquecimento prosseguia para a parte fundamental, onde explicava de forma simples e sucinta a organização da aula, os conteúdos a serem exercitados e para finalizar o objetivo geral da aula. No início do ano letivo, uma das minhas maiores dificuldades era a quantidade de informação que dizia aos alunos, tornando-se inúmeras vezes extensa e de difícil compreensão. No entanto com as longas reflexões e as várias reuniões com o PO foi-me indicado que só deveria mencionar as palavras-chave da aula.

“Nesta aula (dedicada à Ginástica) demorei muito tempo na transmissão de informação aos alunos- os alunos estiveram mais de 10 minutos sentados a ouvir a organização das estações, critérios de êxito e explicação dos exercícios. Após reunião, uma das sugestões dada pelo meu professor orientador foi mencionar apenas as palavras-chave e colocar um dos alunos em cada estação e pedir que ele exemplifique”.

(RA- 28 de outubro de 2022)

Por outro lado, é na parte fundamental que são adquiridos e trabalhados os conteúdos relativos à matéria de ensino (modalidade desportiva). Este aspeto foi várias vezes discutido nas nossas reuniões de NE, já que o ajuste dos exercícios ao nível dos alunos e uma ótima sequenciação dos exercícios eram essenciais para um bom planeamento de aula. No que diz respeito à parte final da aula era destinada ao retorno à calma, onde os alunos realizavam alongamentos (de aula para aula, era um aluno diferente a comandar os alongamentos). Nesta parte da aula aproveitava para realizar diversas questões acerca dos conteúdos transmitidos na aula ou reforçar as regras básicas de um jogo formal.

Para finalizar, estou convicta de que as reflexões e as várias reuniões com o PO antes da aula foram bastantes úteis, pois contribuíram para o sucesso do

processo ensino-aprendizagem, onde os inúmeros erros eram evitados e os exercícios tinham uma sequenciação lógica.

5.2.3-Os modelos de ensino utilizados no EP

Recordando o tempo em que era aluna e não professora, os modelos de ensino que prevaleciam nas minhas aulas de EF eram o Modelo de Instrução Direta (MID) e o Modelo de Educação Desportiva (MED). Apesar de evidenciar dois estilos de ensino diferentes, o MID era o mais predominante nas aulas de educação física. Segundo Gomes (2017), o MID reporta-se a um ensino centrado no professor e no conteúdo, ou seja, é um estilo por comando, acarretando uma dependência do discente a nível emocional, social, físico e cognitivo. Este estilo coloca o docente como principal responsável de todas as decisões do processo de aprendizagem, em que os alunos são exclusivamente reprodutores de conhecimentos, implicando assim uma menor autonomia.

Por essas razões, considero que o professor atual deve ter um papel de mediador e facilitador do processo ensino-aprendizagem, deixando o docente de ser um mero reprodutor de conteúdos e conhecimentos. Deste modo, os professores devem também colocar em prática nas suas aulas de Educação Física, estilos de ensino centrados nos alunos (MED). Assim sendo, desde o início do ano letivo tentei implementar um ensino centrado no aluno, com o intuito de formar pessoas desportivamente cultas, entusiastas, competentes e participativas.

Porém, ao longo do EP não consegui manter o estilo e abordagem, recorrendo a vários modelos de ensino para manter um ensino eficaz e desenvolver os processos de aprendizagem dos discentes. Em conformidade Rink (2009), citado por Mesquita & Graça (2015), não existe um modelo único e universal que seja mais favorável a todos os contextos de aprendizagem e matérias de ensino. Deste modo, na lecionação das modalidades coletivas (futebol, andebol e voleibol) adotei o MED, onde foram definidas 4 equipas desde o início das Unidades Didáticas e cada equipa elegia um elemento para ser

capitão e outro para ser árbitro. Contudo nessas modalidades também adotei o MID, o estilo de comando, para manter um ambiente agradável na aula e emitir *feedbacks* corretivos, descritivos, positivos e negativos aos alunos, promovendo assim uma constante evolução coletiva e individual.

Segundo Dyson, Griffin e Hastie (2004), no Modelo de Educação Desportiva, o aluno assume, de forma gradual, controlo, responsabilidade e autonomia na organização e gestão das tarefas da aula. Desta forma, os discentes vão desenvolver competências de vida, tais como, confiança, responsabilidade e segurança. Para além disto, um dos objetivos do MED é formar alunos desportivamente cultos, competentes e entusiastas, melhor dizendo, o aluno saiba distinguir uma boa da má prática desportiva, identifique os valores do desporto, distinga as regras, tradições e rituais do desporto, indique especificidades que são características da modalidade e, para finalizar, envolva-se voluntariamente no desporto fora da escola (Mesquita & Graça, 2015, p.59).

Em conformidade, Hastie & Casey (2014) evidenciam diversos aspetos importantes para ter em conta nas aulas de educação física quando utilizamos o MED, nomeadamente que os alunos permaneçam sempre na mesma equipa; definição das funções de cada membro da equipa; inclusão e cooperação dentro da competitividade e momentos de festividade nas aulas de educação física. Neste sentido, ao longo do ano letivo, procurei envolver todos os alunos no processo de aprendizagem, com intuito de comprometer jogadores, árbitros, marcadores de pontos e observadores (alunos que estão de fora). Esta estratégia tinha como principal intuito desenvolver as competências cognitivas e físicas dos alunos, já que os alunos no final da aula eram confrontados com questões acerca dos conteúdos abordados e os observadores evidenciavam a um colega aspetos a melhorar para as próximas aulas.

Futebol- “Na parte final da aula questione i os alunos sobre os conteúdos abordados na aula e senti alívio e felicidade, já que alguns alunos responderam de forma clara às minhas questões, demonstrando assim conhecimentos técnico-táticos na modalidade de Futebol.”

(RA- 09 de dezembro de 2021)

Tendo em consideração os objetivos gerais do MED, em todas as aulas tentei criar situações de competitividade, onde os exercícios individuais também contavam para a pontuação da equipa. Esta situação fazia com que os alunos de forma individual dessem o máximo de si em prol dos resultados da sua equipa, como por exemplo, no Atletismo todos os alunos que realizassem 12 voltas ao campo entre os 10-12 minutos, contribuía com 5 pontos para a equipa.

Nas modalidades individuais (ginástica e ténis) foram criadas situações facilitadoras para a aprendizagem, em que maioria das aulas foram realizadas por estações, sentindo que consigo focar mais nas tarefas que não estão consolidadas e determinar onde vou agir e concentrar na meta principal da aula. Segundo Garcês (2013) aulas organizadas por circuito/estações permite uma maior prática, já que a turma está mais empenhada nos exercícios propostos. Portanto, este tipo de organização e com a particularidade de ser o professor a criar os grupos de trabalho, permite assim economizar tempo e ter uma maior facilidade no controlo da turma. Com isto os alunos aumentaram a eficácia e diminuíram os erros provocados por repetições sucessivas da mesma tarefa.

Contudo os problemas surgiram ao longo das várias modalidades, dando como exemplo a modalidade de ténis em que a gestão e a organização de aula ficaram comprometidas com o espaço reduzido (1/3 do pavilhão). Sendo a gestão da aula complicada criaram-se estratégias para diminuir esse problema, como por exemplo a turma foi dividida em três grupos, nas quais uns realizavam jogo formal, outro grupo realizava exercícios individuais e o último grupo ficava na estação de aptidão física. No entanto o problema continuava lá, visto que a modalidade de ténis para iniciantes é muito difícil e é necessário espaço devido à segurança e às habilidades motoras abordadas.

Desta forma, em reunião com o PO e NE, propôs fazer aulas de ténis no campo sintético no exterior do pavilhão gimnodesportivo. Inicialmente ficámos com medo que as bolas não saltassem, mas com o decorrer da aula apercebemo-nos que funcionava, tornando-se assim uma aula totalmente diferente, onde os alunos tinham espaço para aprender habilidades motoras em segurança. Além disto as habilidades motoras da modalidade de ténis eram

estranhos e desconhecidos por parte dos discentes, dificultando a gestão de aula e a concretização do meu estudo. Neste sentido após ter introduzido os conteúdos através de vídeos e explicado a progressão lógica dos batimentos, cada aluno era gravado e chamado, referindo os seus aspetos negativos e positivos. Esta estratégia ajudou a que cada aluno, reaplicasse e reconhecesse os conteúdos abordados e seus pontos chave para o sucesso. No ténis também apliquei a competitividade entre os alunos, criando um clima motivacional e favorável para o processo ensino-aprendizagem.

5.2.3.1-Trabalhar por níveis

O modelo de ensino, *Teaching Games for Understanding* (TGFU) adota um estilo de descoberta guiada, onde o aluno é exposto a uma situação problema e é convidado a procurar, verbalizar, discutir e explicar soluções de uma forma suportada. Deste modo, o problema e as respetivas soluções são integradas num domínio consciente e de ação deliberadamente tática no jogo (Mesquita, Armando & Graça,2017).

Como tinha referido anteriormente, na modalidade ténis foram desenvolvidas estratégias facilitadores, com o intuito de simplificar e contribuir o desenvolvimento da aprendizagem dos alunos com maiores dificuldades e desafiar os que revelaram mais capacidade para que evoluíssem no seu processo de ensino-aprendizagem. Além do mais pretendia aumentar o gosto pelo jogo, bem como a participação consciente e intencional, pelo que colocava diversas questões aos alunos, focando “o que fazer”, “quando fazer” e “porque fazer” e não apenas no “como fazer”. Com isto, o meu projeto de estudo visou ajudar os alunos a responder às questões (“quando fazer”, como fazer” e “porque fazer”), com recurso à visualização dos vídeos. Desta forma procurava facilitar o processo de identificação de um problema pertinente e de descoberta de soluções concretas para o resolver e conseguir ultrapassar.

“O plano de aula de ténis não foi cumprido.... Relativamente ao segundo exercício realizei uma alteração, em que adicionei cones. O objetivo do exercício manteve-se, no entanto adicionei outro em “tom de brincadeira”. Para que os alunos evoluíssem no batimento, tinham que acertar no cone que estava no campo adversário. O outro colega tinha de apanhar a bola com esse mesmo cone. Por fim aumentei as distâncias do campo, colocando marcas no chão onde os alunos que seguravam o cone não podiam ultrapassar essas marcas, ou seja, o aluno que estava a servir tinha de gerir muito bem a força de batimento.”

(RA-03 de março de 2022)

Apesar de na modalidade de ténis ter utilizado essas estratégias facilitadores e exercícios com diferentes níveis conforme as capacidades físicas dos alunos, no terceiro período senti a necessidade de dividir novamente a turma em dois grupos com níveis de performance diferentes na modalidade de Andebol, por causa das dificuldades que muitos alunos demonstraram na Avaliação Diagnóstica por oposição a outros com uma elevada capacidade física para a modalidade. Constatando assim grandes disparidades de desempenho, decidi dividir a turma por níveis nas restantes aulas, mas mantendo a situações de jogo 2vs2, 3vs3, 4vs4 e por fim 5vs5. Desta forma a competição do primeiro e segundo período foram comprometidas, devido á alteração de alunos. No entanto mantive a competição e o jogo de cooperação entre as várias equipas, tendo mudado a tabela das classificações gerais de um período para o outro (fiz uma tabela nova)

Conforme refere Hastie et al. (2017), os alunos com menos habilidades melhoram os seus níveis de evolução das aprendizagens se jogarem com alunos da mesma aptidão desportiva (nível de desportivo). Neste sentido procedi à divisão da turma em dois níveis: menor e melhor nível de desempenho.

No decorrer das aulas verifiquei que os alunos com maiores dificuldades progrediam nas habilidades motoras, uma vez que os exercícios desses alunos eram simplificados e tinham como principal intuito melhorar as habilidades para depois progredir para o jogo. Para além disso, os alunos com maiores capacidades físicas conseguiram progredir em alguns conteúdos, tais como, remate em apoio e defesa individual. Os que apresentavam um nível inferior ficaram pelo passe de ombro, receção, remate em suspensão e defesa

individual. Através desta estratégia, os dois níveis evoluíram dentro das suas capacidades e habilidades, contribuindo assim para que os alunos estivessem entusiasmados, motivados e interessados nas aulas de EF. Por estas razões, na modalidade de andebol foi utilizado o Modelo de Ensino dos Jogos para a Compreensão.

O modelo de ensino apresentado na figura 4, promove a compreensão dos conceitos do jogo, onde os alunos são confrontados com diversas situações de jogo e formas de jogo que requerem dos jogadores uma certa interpretação das situações e aplicação das noções que aprenderam ao longo dos anos. Em conformidade os erros cometidos pelos alunos oferecem matéria para o professor intervir na aula, ajudando-os a interpretar as situações e a desenvolver estratégias. Com isto, atento que o aluno é o “construtor ativo das suas próprias aprendizagens, valorizando os processos cognitivos, tomada de decisão, de percepção e compreensão, tendo como mediador do processo ensino-aprendizagem, o docente”(Graça & Mesquita,2009,p.135).

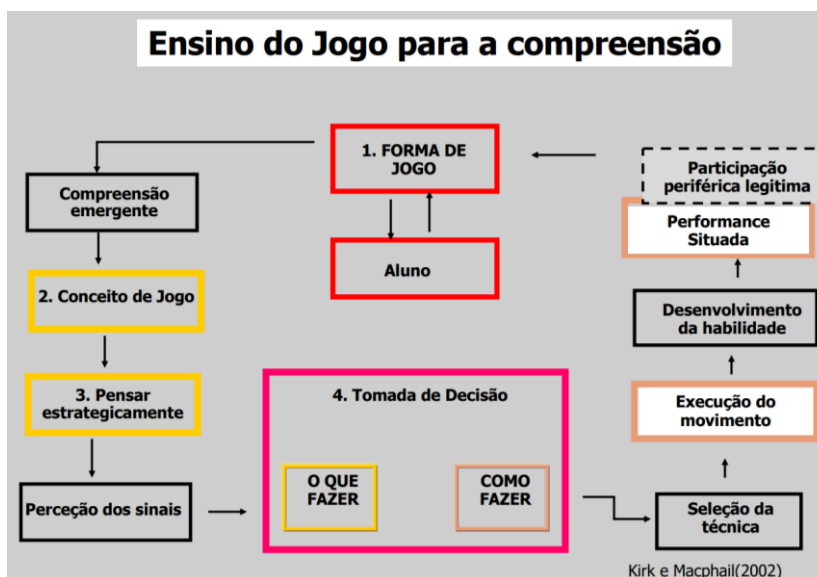


Figura 4- *Teaching Games for Understanding (TGFU)*

De acordo com Graça & Mesquita (2017), o modelo percorre seis fases de um ciclo: (I) forma de jogo vs alunos; (II) apreciação do jogo; (III) consciência tática; (IV) tomada de decisão (o que fazer? como fazer?); (V) habilidades do jogo; e por fim, (VI) performance. Desta forma é importante que nós, professores, apresentemos formas de jogo que tenham em consideração as concepções que os alunos trazem para a situação de aprendizagem e que possam ser vistas por parte dos discentes como formas de jogo autênticas e credíveis (Rosado & Mesquita, 2011). Com isto, procurei colocar situações-problema em exercícios planejados para a aula para que os alunos interiorizassem as questões táticas e na disposição em campo.

5.2.4-Uso da tecnologia

Atualmente, as tecnologias informacionais e da comunicação são uma realidade no nosso cotidiano e no cotidiano de alunos, professores e funcionários das escolas.

Desta forma, as tecnologias já estão na educação e nas escolas, já que a escola é parte integrante da cultura e da sociedade em que está inserida (Margarete, 2000). Deste modo, a comunidade escolar deve ser o espelho da sociedade, por isso precisa acompanhar as hesitações e progressos do dia a dia dos alunos. Por estas razões, as tecnologias começaram a ter uma enorme influência na vida de qual pessoa, quer seja estudante, professor, médico, arquiteto ou engenheiro. Desta forma os professores devem utilizar esta ferramenta no ensino, provocando aulas interativas, criativas, cooperativas, dinâmicas e autónomas. Com efeito, as escolas e os docentes devem refletir sobre o contexto e como implementar mudanças no processo de ensino, que interligue as tecnologias à educação.

5.2.4.1-Tecnologias nas aulas

Os uso das tecnologias foram uma ferramenta essencial no processo ensino aprendizagem dos alunos. No início do ano letivo, com a ajuda do professor cooperante e através do *Google Classroom* adicionei a turma com todos os elementos à plataforma. O *Google Classroom* possibilitou através do *Stream* e dos Comentários, anunciar informações relevantes à aula e até mesmo publicar documentos teóricos e vídeos de trabalho utilizados no decorrer das aulas práticas.

Dylan (2015) citado por Casey & Goodyear (2016) diz-nos que as tecnologias funcionam como uma ferramenta de apoio centrada no aluno. No decorrer das aulas de Tênis, filmava os alunos durante os exercícios e jogos formais. Nesse mesmo momento, mostrava aos alunos os vídeos e pedia para identificar os erros e arranjar uma solução para resolver esses problemas ou adquirir consciência corporal e técnica. Assim sendo, com a influência das novas tecnologias decidi seguir em busca de resultados sobre a influência da Educação Estética na aula de educação física. Depois das longas horas de pesquisa percebi a influência da Educação Estética na vida dos alunos, mas especialmente nas aulas de educação física (evolução do processo ensino aprendizagem dos alunos).

5.3-O estudo, “Galeria d´Aula”

Nesta secção, irei apresentar o estudo de investigação realizado acerca da influência da Estética nas aulas de educação física e também a suas potencialidades, percussões no processo ensino aprendizagem dos alunos, ou seja, a partir deste estudo pretendo desenvolver a sensibilidade estética dos alunos (correção de habilidades motoras/movimentos desportivos através de vídeos, fotos, esculturas...).

5.3.1-Resumo

O objetivo do presente estudo foi investigar a influência da sensibilidade Estética nas aulas de EF, bem como a evolução dos alunos no seu processo ensino aprendizagem. Participaram na pesquisa, através de entrevistas individuais semiestruturadas, 13 alunos do 8º ano, sendo nove raparigas (69%) e quatro rapazes (31%). O estudo realizou-se ao longo do segundo período letivo composto por oito aulas, na qual apliquei diversas estratégias da Educação Estética nas aulas de educação física. Em conclusão, verificou-se que a abordagem da Estética nas aulas de educação física desenvolveu a capacidade de autonomia, sensibilidade, criatividade e consciencialização corporal de acordo com a modalidade a ser lecionada.

Palavras-chave: Estética no Desporto, Entrevistas individuais, Educação Física.

5.3.2-Abstract

The objective of the present study was to investigate the influence of Aesthetic sensitivity in PE classes, as well as the evolution of students in their teaching-learning process. Thirteen 8th grade students participated in the research, through semi-structured individual interviews, nine girls (69%) and four boys (31%). The study was carried out during the second school period, consisting of eight classes, in which I applied several Aesthetic Education strategies in physical education classes. In conclusion, it was found that the Aesthetics approach in physical education classes developed the capacity for autonomy, sensitivity, creativity and body awareness according to the modality being taught.

Keywords: Aesthetic in Sports, Individual Interviews, Physical Education.

5.3.3-Introdução

A Estética pertence a uma especialidade filosófica que visa pesquisar a essência da beleza e as bases da arte. Para além disso, procura incluir as emoções, ideias e sensações quando se observa uma obra de arte, quer seja um quadro, fotografia ou escultura. Quanto ao Desporto, é um exercício físico praticado de forma metódica, individualmente ou em grupo, com diversos objetivos sejam eles, competitivos, recreativos ou terapêuticos (Pedroso, 2017).

Neste sentido o projeto sintetiza-se através da Educação Estética que vai ter como nome “Galeria d’Aula”. Este trabalho parte do pressuposto de que os alunos autocorrigem os movimentos desportivos/habilidades motoras, através da observação de obras de arte, sejam elas imagens, fotografias, vídeos, esculturas ou até pinturas. A criação da galeria, um local propício para a educação dos sentidos e desenvolvimento da perceção sensorial, vai-se situar numa parede do pavilhão, próxima da aula. As obras de arte vão ao encontro da modalidade a ser abordada e aquilo que se considera ser mais relevante para a turma em causa.

Cada modalidade é característica dos seus movimentos e habilidades motoras. Faz parte da missão do professor de educação física transmitir todos os critérios de êxito mais apropriados que auxiliem os alunos a atingir o nível de êxito almejado. Geralmente a transmissão oral dos critérios de êxito são acompanhados de demonstração, permitindo assim a visualização dos movimentos desportivos, ação dos jogadores ou até posições corporais. Também se pode ilustrar o que se pretende através de uma fotografia representativa da habilidade motora que se pretende abordar, focar, como é caso do serviço em ténis. Assim, através de uma imagem estática o aluno tem a possibilidade de observar em detalhe implícito no respetivo movimento/posição. Deste modo, os vídeos, fotos e as esculturas permitiram a compreensão através da observação e da interpretação. Através desta observação, para além de desenvolver a sensibilidade e literacia estética do aluno, procura-se que o mesmo identifique e seja capaz de corrigir o próprio erro. Desta forma, o papel do professor muda, em vez de recorrer instantaneamente ao *feedback*, sugere

ao aluno uma visita rápida à galeria e aprecie o respetivo movimento (o professor recorre ao questionamento para garantir que o aluno identificou corretamente o erro).

Com isto, o aluno desenvolve a sua capacidade de autonomia, sensibilidade, criatividade e consciencialização corporal de acordo com a modalidade a ser lecionada.

5.3.4-Revisão da literatura

A estética no desporto é um tema peculiar que tem sido investigado inúmeras vezes, sendo assim um admirável potenciador de informações para entender aspetos pouco claros na área da educação e do desporto (Bento, 1995).

A informação obtida ao longo das pesquisas fez perceber o estado atual de conhecimento, no que diz respeito à educação estética e estética no desporto. Com as diversas pesquisas observei uma enorme diversidade de conceitos associados à estética bem como as suas qualidades para determinar uma boa apreciação estética no desporto. Dessas pesquisas destaco o artigo *The Aesthetic in sport* de David Best e o artigo de Desporto, corpo e estética- sinais de expressão da cultura contemporânea ocidental de Teresa Lacerda e Paula Queirós.

No entanto, existem outro autor, tal como: Bento que define a estética de igual forma, ou seja, o conceito de estética está associado à beleza como uma ferramenta científica e pedagógica. Com efeito, Marques (1993) e Lacerda (1997) apresentam uma definição mais simples do que consiste estética, isto é, a estética é um modo especial de perceber a realidade de um objeto ou de uma atividade, quer seja atividade desportiva ou atividade musical.

O conceito de estética advém da antiguidade, onde filósofos gregos indicam a beleza como aspeto fulcral para a estética. Atualmente existe um abandono difundido da noção de perfeição ou beleza como aspeto primordial da

apreciação estética. Nos dias de hoje valoriza-se a qualidade estética e o valor estético de um objeto ou de uma atividade (Educação).

No que diz respeito à utilização da estética como ferramenta pedagógica e científica observei uma diversidade de ideias, mas quase nenhuma referência foram colocadas em contexto real. Segundo Lacerda (1997) em Portugal este tema só é retratado nos cursos de filosofia, belas-artes e desporto.

Nos dias de hoje verifica-se um enorme interesse sobre a análise das atividades desportivas e do desporto através de perspetivas distintas, onde a estética e a arte se relacionam. Desta forma a visão estética é uma forma de analisar o desporto e procurar outras dimensões, relações e sentido acerca desse tema (Kupfer, 1988). Contudo a estética num contexto educacional é assinalada como uma forma de compreensão para uma educação repleta de princípios e valores (afetividade, cooperação, *fairplay* e igualdade...). Por essa razão, existem muitos estudos realizados por vários autores, desde Gibbons (1991), Botelho Gomes (1990) e Kirk (1984). Estes autores evidenciaram a importância de futuros estudos sobre a sensibilidade e emocionalidade na educação através da arte e do desporto.

Relativamente à estética num contexto desportivo preocupa-se acima de tudo com a análise do movimento desportivo e a observação do corpo, nomeadamente as particularidades estéticas associadas à perceção, apreciação e valor estético.

5.3.4.1-Estética no desporto

Atualmente as modalidades desportivas são analisadas e vistas de perspetivas e formas diferentes. Segundo Bento (1995), o desporto e a performance dos jogadores são investigados arduamente, mas existe campos que não são estudados, nomeadamente o da sensibilidade e da emocionalidade. Estes aspetos estão relacionados com a estética.

Para além disso, Bento (1995) afirma que a intervenção estética está relacionada com a análise do movimento, revelando assim aspeto

fundamental para o desporto e performance do jogador. A experiência estabelece uma conexão entre o homem e as modalidades desportivas, quer sejam individuais ou coletivas.

No que diz respeito à sensibilidade no desporto, esta possui particularidades emocionais e estéticas diferentes, onde as diversas modalidades desportivas proporcionam experiências e vivências estéticas distintas conforme o ser humano. Basta ver aquilo que é feito, como é feito e o contexto em que são desenvolvidas. Conforme Arnold (1983), a ação no desporto como treinador, jogador, espetador, árbitro, observador fornecem diferentes opiniões sobre a qualidade estética, permitindo assim visualizar as diversas modalidades desportivas num sentido totalmente diferente, ou seja, numa perspetiva estética.

Desta forma, o desporto e a estética relacionam-se um com o outro. Ambos os temas contêm estudos e projetos, quer no âmbito científico, investigativo e pedagógico. O desporto transformou-se dos maiores palcos mundiais, onde o seu impacto visual afeta todas as pessoas que estão a assistir (Constantino, 1990). Quer se goste ou não de desporto há sempre algo que nos fascina, quer seja a superação dos atletas, o esforço dos jogadores, a beleza dos movimentos, a cooperação entre jogadores, a emoção do jogo...

Em conformidade Vanden (1989) e Witt (1989) consideram que o Desporto é um mundo repleto de valor estético, já que o desporto é autor de beleza, ritmo e variabilidade de movimentos desportivos que se envolvem no espaço e tempo em busca da perfeição técnica e tática.

Deste modo, o conceito de estética do desporto surge frequentemente associado à beleza, harmonia, emocionalidade, amplitude e expressividade. Segundo Lacerda (1997) a estética está associada aos sentidos, sensibilidade e emocionalidade, onde o conhecimento estético estabelece uma ligação entre o ser humano e o mundo desportivo.

Por outro lado, vários autores como Boxill (1988) e Kupfer (1998) associados à estética do desporto, criam uma similaridade entre a arte e o desporto. Num artigo sobre a relação entre a arte e desporto, a arte esteve sempre ligada à dança, no entanto atualmente poucos pesquisadores

estudaram as relações entre a arte e o desporto (Masterson,1983). Desta forma, o desporto é entendido como uma obra de arte, uma vez que é a oitava arte, onde a beleza é destacada sob as diversas formas de ação pressionadas pela vida quotidiana (Bento, 1998).

Por sua vez, Lacerda (2002) num dos estudos aborda diversas categorias sobre as qualidades estéticas, onde a harmonia, a expressividade, elegância, a criatividade, a beleza, o ritmo, a perfeição e o equilíbrio foram evidenciados inúmeras vezes pela autora. Contudo Kirk (1984) afirma que o desporto tem qualidades estéticas, por isso é preciso olhar para a velocidade, fluidez dos movimentos e ritmo. Estes aspetos combinados constituem a beleza.

Contudo alguns autores questionam a beleza do movimento, já que existem desportos atrativos e desportos não atrativos (“desportos bonitos e desportos feios”). Nos desportos atrativos (ginástica artística, natação artística e patinagem) encontra-se uma classificação centralizadas nas particularidades estéticas, nomeadamente, a variação de movimentos, o ritmo, a ligação destes com a música e a harmonia dos movimentos. Nos desportos não atrativos, qualidades estéticas não condicionam as performances dos atletas. Este facto foi investigado por Takács (1989) com alunos de educação física. O autor apontou que 10% dos estudantes não indicavam diferenciação entre desportos feios e belos. Com isto, Takács indica a subjetividade da qualidade estética.

No contexto educacional, alguns investigadores realçam o interesse da educação física como um espaço para estética na educação, onde a estética é um elemento fundamental de todas as atividades desportivas abordadas em educação física. Carlisle (1984) salienta a estética como aspeto principal das modalidades desportivas, onde se contempla as habilidades técnica e a performance do jogador ou equipa (a forma como o jogo é praticado).

Em suma, Gibbons & Bressen (1991) afirmam que a afetividade é importante na disciplina de educação física. Assim sendo, as autoras afirmam que os professores desta disciplina deviam estimular nos alunos atitudes estéticas, através participação nas atividades propostas. Deste modo,

importa salientar a estética do desporto na área da educação, bem como, o processo de ensino-aprendizagem dos discentes.

5.3.4.2-Estética nas aulas de educação física

O desporto e a educação física, nos dias de hoje, são observados e analisados de diferentes maneiras e sob diferentes pontos de vista. Contudo ainda existem campos que não são analisados, nomeadamente: a sensibilidade, a emocionalidade e a estética (Bento, 1995).

Neste sentido, a estética está relacionada com a análise do movimento, tanto nas ações que são realizadas como no contexto em que são criadas, permitindo uma ligação entre o ser humano e o mundo desportivo, enquanto praticante ou não. Para além disso, a estética do desporto, evoca a beleza dos movimentos desportivos característicos da ginástica artística, ginástica rítmica, da patinagem artística e da natação sincronizada (Kupfer, 1988).

Contudo, a análise do Desporto do ponto de vista estético não é fácil, já que requer uma atitude interrogativa, em que o Indivíduo deve ter audácia de olhar para o jogo ou qualquer movimento desportivo e contemplar a sua dificuldade ou exigência (Bento, 1995). Além disso, segundo Osterhoudt (1991) a estética do desporto mostra-se em diversas formas, ou seja, padrões de excelência, intimidade entre a audiência e o performer, a intensidade, a espontaneidade e a jogabilidade. Por estas razões encontra-se um sucessivo interesse em visualizar as modalidades desportivas numa perspetiva estética, onde a ligação da estética e do desporto estão cada vez mais interligados, provocando mais projetos e estudos nas escolas subordinadas ao tema: a relação das modalidades desportivas e a estética (Best, 1988).

Assim sendo, as escolas apresentam um novo ideal educativo, tendo a própria arte enquanto atividade criadora e livre. Portanto, a Educação Estética tem como principal objetivo: criar um espaço propício para a educação dos sentidos e desenvolvimento da perceção sensorial e cultural do individuo, onde existe liberdade de expressão (Nachif, 2005). Daqui se insere a abordagem da

educação estética, prepara-nos para a alfabetização da linguagem não verbal, onde os aspetos funcionais atravessam a interação comunicativa com a obra de arte, visando, o sentimento e a emoção.

5.3.6-Objetivo do estudo

O objetivo geral deste estudo pretendeu desenvolver a sensibilidade estética nas aulas de educação física e explorar de que forma poderia influenciar positivamente no processo ensino aprendizagem dos discentes. Com feito, pretendia-se explorar a correção da execução das habilidades motoras ou movimentos desportivos através da observação de imagens de executante exímios e dos próprios. Em certa medida procurava-se resgatar a correção através de vídeos, fotos, esculturas, estimulando o desenvolvimento da capacidade de autonomia, sensibilidade, criatividade e consciencialização corporal nos alunos alvo deste projeto.

5.3.7-Metodologia

5.3.7.1-Characterização do estudo

O presente estudo está baseado numa metodologia de natureza qualitativa, onde se pretende descrever e analisar os factos, observações, fenómenos e as experiências vivenciadas no contexto real de ensino. O presente estudo foi experimental de um grupo único (turma), em que após a experimentação revelaram os seus sentimentos e conhecimentos acerca do estudo em questão.

5.3.8-Participantes

Os participantes, pertencem a uma turma do 8º ano de escolaridade da escola EB 2/3 de Paranhos, do Agrupamento de Escolas Eugénio de Andrade. A turma era constituída por 21 alunos, sendo 12 do sexo feminino (57%) e 9 do sexo masculino (43%). Em relação às idades, constatou-se que a turma era heterogénea, tendo maioritariamente alunos de 13 anos, tendo como média de idades de 13,5. Cabe aqui realçar que nem todos os alunos da turma em questão participaram no estudo devido à não autorização dos encarregados de educação para a realização de entrevistas individuais (tabela 2) e gravações de imagens (vídeos e fotos), tendo no estudo envolvido apenas 13 alunos (62%), das quais 9 eram raparigas (69%) e 4 eram rapazes (31%).

Entrevistas	Idade	Horário
Entrevista 1	12	12:00-12:15
Entrevista 2	13	12:00-12:15
Entrevista 3	13	12:00-12:15
Entrevista 4	13	12:15-12:30
Entrevista 5	13	12:15-12:30
Entrevista 6	13	12:15-12:30
Entrevista 7	13	12:30-12:45
Entrevista 8	13	12:30-12:45
Entrevista 9	13	12:30-12:45
Entrevista 10	13	12:45-13:00
Entrevista 11	12	12:45-13:00
Entrevista 12	13	12:45-13:00
Entrevista 13	13	12:45-13:00

Tabela 2-Caracterização dos participantes

No que diz respeito, ao meu papel, fiquei responsável pela gravação de vídeos e fotos dos alunos, e posteriormente mostrar à turma para tentarem observar e corrigir as habilidades motoras/ movimentos. Para além disto, fiquei

responsável pelas entrevistas tendo o papel de entrevistadora e analisadora da informação obtida pelos estudantes.

5.3.9-Procedimentos

Antes de dar início ao estudo de investigação-ação, a turma foi informada acerca dos seus objetivos, da duração do mesmo e dos procedimentos, de forma a terem conhecimento sobre todo o processo e poderem esclarecer qualquer dúvida. O consentimento informado dos encarregados de educação foi obtido duas semanas antes do início do estudo, para saber quantos e quais os alunos que poderiam gravar nas aulas e no final entrevistar para obter as informações necessário para o estudo. As informações foram estritamente confidenciais, pois todos os participantes e resultados foram devidamente codificados. O estudo decorreu ao longo de 8 aulas de ténis, sendo todas elas de 50 minutos de forma presencial.

Tendo em conta que é um estudo qualitativo, a recolha de informação relativos ao estudo teve por base a execução de um conjunto de entrevistas semiestruturadas e de resposta aberta. Segundo Cannell e Kahn (1967) a questão aberta é mais apropriada quando a finalidade do estudo é conhecer alguma coisa. Neste caso, o estudo baseia-se na estética num contexto desportivo e educativo.

Com a forma de entrevista semiestruturada de respostas abertas, as perguntas continham uma ordem. A sequência das questões foi mantida ao longo das entrevistas, permitindo o aperfeiçoamento das perguntas ou a elucidação de dúvidas. Segundo Matalon e Giglione (1997) este modelo de entrevista é aconselhado quando o autor do estudo possui pouca experiência na orientação de entrevistas, como é o caso.

A entrevista envolve as próximas questões:

- 1- O que é para ti educação estética?
- 2- O que é para ti estética no desporto?

- 3- Adicionar as artes (vídeos, fotos, esculturas, imagens) nas aulas contribuíram para o processo ensino aprendizagem?
- 4- O que a educação estética mudou em ti? E a nível desportivo o que alterou?

5.3.9.1-Coleta de informações

A coleta de informações (fotos e vídeos) foi realizada no 2º Período, ao longo das aulas de ténis, ou seja, de 22 de fevereiro de 2022 a 22 de março de 2022. Após a coleta realizamos entrevistas semiestruturadas, gravadas por um telemóvel, mediante a autorização dos encarregados de educação. As entrevistas foram conduzidas no recinto escolar, em uma sala privada e reservada para que não acontecesse alguma perturbação externa (barulhos, pessoas desconhecidas...). Em média, as entrevistas duraram dez a quinze minutos.

Na pesquisa utilizamos o método de observação, que permitiu observar e passar vários momentos com os alunos, principalmente antes do período das entrevistas. Aceitaram participar treze alunos, nove raparigas e quatro rapazes que serão apresentados neste artigo por letras (F: feminino; M: masculino) e números atribuídos aleatoriamente. As impressões recolhidas foram anotadas nas reflexões de aulas na modalidade de Ténis, o que contribuiu para a formulação das questões levantadas nas entrevistas.

As entrevistas foram gravadas e transcritas para um computador, onde todo o discurso dos discentes foi exatamente transcrito, copiado e reproduzido, a fim de garantir a fidelidade das informações.

5.3.9.2-Passos metodológicos da pesquisa

Para a concretização do presente estudo prossegui diversos passos metodológicas de pesquisa (Tabela 3). Neste sentido, no primeiro passo efetuei o suporte metodológico, onde fiquei a conhecer os vários estudos que abordam

a estética no desporto e na educação. Após as longas pesquisas sobre educação estética, selecionamos o tipo de metodologia (processo a seguir), onde de certa forma as entrevistas com questões abertas revelou ser o melhor instrumento para o estudo.

Posteriormente, o segundo e terceiro passo envolveu a análise e gravação dos vídeos nas aulas de educação física (modalidade de ténis) e a aplicação, análise e interpretação das entrevistas no final da componente prática, onde defini as questões abertas. Logo após a parte prática do estudo os discentes foram entrevistados e gravados por um telemóvel para depois reunir toda a informação e descrevê-la para o computador. Com isto, as entrevistas foram analisadas de forma exaustiva e concentrada, já que houve a necessidade de aprofundar e interligar a informação obtida pelos vários alunos. No que diz respeito aos vídeos, fotos, esculturas durante as aulas de ténis estas foram selecionadas por nós e visualizadas em todas as aulas pelos discentes, onde evidenciavam os aspetos positivos e negativos do movimento desportivo. Assim sendo, os alunos demonstraram sensibilidade e conhecimento para descobrir o certo e o errado.

Prosseguindo para a discussão dos resultados (quarto passo metodológico) conseguimos compreender a influência da estética nas aulas de educação física, uma vez que aumentaram a sua sensibilidade ao descobrir os seus erros e tentar corrigi-los. Os resultados foram obtidos através das entrevistas semiestruturadas, onde após transcrever a informação pertinente, seleccionei e destaquei as principais conclusões.

Para finalizar, o último passo consiste na divulgação das considerações finais, onde a principal meta é responder ao objetivo do estudo. Em função disso mencionei e transcrevi as informações relativas ao estudo, revelados por um grupo de discentes.

Passos para a resolução	Objetivos	Processo a seguir	Fontes/ Instrumentos	Resultados
1º-Suporte Metodológico	Conhecer estudos que abordem a estética no desporto	Selecionar o tipo de metodologia (vantagens e desvantagens).	Dissertações, web, livros, artigos de revistas e jornais, seminários.	Entrevista com questões abertas revelou ser o instrumento.
2º-Aplicação das entrevistas e da arte nas aulas de EF (vídeos/fotos...)	Recolha de dados para a elaboração da entrevista. Gravação de vídeos/ fotos ao longo das aulas de ténis	Entrevistar os discentes para reunir os dados e depois descrevê-los para o computador. Permissão para a utilização de um telemóvel para gravar os alunos.	Dados da revisão da literatura. Entrevista e gravador. Observação dos vídeos durante as aulas.	Resultados dos dados das entrevistas. Observação dos vídeos; Demonstração de conhecimentos do tem: estética.
3º-Análise e Interpretação das entrevistas Observação dos vídeos...(arte)	Definir as questões; Interpretar os dados; Sintetizar os dados relatados nas entrevistas. Detetar os erros e corrigi-los;	Analisar as entrevistas de forma exaustiva e concentrada. Observar o vídeos/fotos dos alunos.	Dados relativos às entrevistas; Dados da metodologia qualitativa, da literatura e das entrevistas.	Aprofundar mais as entrevistas; Necessidade e capacidade de interligar as informações das entrevistas. Sensibilidade e conhecimento para descobrir o certo e o errado
4º-Discussão dos Resultados	Entendimento da influência da estética nas aulas de EF. Sensibilidade ao descobrir os seus erros	Relatar os novos dados relativos á estética. Comunicar os erros através da observação de vídeos.	Dados obtido nas entrevistas. Visualização dos vídeos (antes e depois)	Selecionar e destacar as principais conclusões.
5º Considerações Finais	Responder ao objetivo principal do estudo.	Discutir os resultados e apresentar as conclusões.	Mencionar os dados obtidos pelas entrevistas.	Discussão dos dados pertinentes relativos ao estudo, revelados por um grupo de discentes.

Tabela 3- Passos metodológicos da pesquisa

5.3.10-Apresentação e discussão dos resultados

O objetivo desta secção é sintetizar o resultado da análise das entrevistas. Com a síntese das informações obtidas, foi possível detetar e interrelacionar os dados obtidos pelas questões abertas realizadas aos alunos.

Neste sentido, a apresentação seguinte é descritiva. Assim a informação recolhida foi alvo de uma conversa global e debate, onde transcrevo e procuro interpretar o discurso dos participantes relativamente às questões colocadas. Numa primeira parte, tento identificar o que os alunos pensam e sabem sobre educação estética e estética no desporto.

Quando abordei educação estética, na primeira questão, os participantes associaram-na a uma das nuances preferidas e justificaram a estética do desporto, sendo um momento de “beleza”.

F3: *“Eu acho que educação estética só serve para sentirmos bonitas, com por exemplo, fazer as unhas ou ir ao cabeleireiro.”*

M4: *“Eu não sei o que é a educação estética, nem nunca ouvi falar. Na escola, nenhum professor falou disso, mas pelo nome associo a ensino belo ou aulas bonitas (...) Aulas que nós não queremos que acabe, por serem tão divertidas...”*

F1: *“Eu não sei explicar o significado de estética. Já ouvi falar, mas não me recordo do que consiste (...) Para mim, a estética é corpo perfeito, belo que não têm qualquer defeito”.*

Nestes relatos alguns participantes demonstraram algumas dificuldades em definir o que é educação estética. Apesar disso, os alunos apontam diferentes aspetos em relação à conceção de educação estética. Por um lado, a educação estética está associada à beleza corporal ou o facto de sentirmos bonitas com nós próprios. Contudo outro participante refere a educação estética como um processo natural para a construção de aulas divertidas e bonitas que dão gosto em participar. No entanto, cabe aqui referir que quando os questioneei acerca estética no desporto, alguns alunos mudaram de expressão corporal e

emocional, mostrando alguma orientação e certeza do que eu estava a questionar.

M1: *“Já sei, a professora já falou nisso numa aula!...Está relacionado ao movimento que nós fazemos em Educação Física.”*

F1: *“Agora já sei o significado!...Professora, acho que está relacionado com as imagens e vídeos que visualizamos sobre os batimentos de Ténis nas aulas de Educação Física.”*

Desta forma, destaco que a educação estética foi considerada pelos nossos entrevistados como algo muito mais abrangente e complexo do que uma simples caracterização de algo belo ou o simples facto de sentirmos alguma coisa bela dentro de nós próprios.

Deste modo, a educação estética é adquirida de forma particular, tendo em conta a perceção da realidade, de um objeto ou de uma atividade, em que aumenta a sensibilidade do participante (afetividade, equidade, entre outros). Já num contexto desportivo, alguns participantes relatam a estética como um momento de observação do corpo e do movimento desportivo, onde a beleza do movimento é um dos aspetos fulcrais para o sucesso desportivo, principalmente na modalidade de ténis.

M2: *“No desporto o movimento correto é essencial para vencermos o jogo (...), por exemplo no Ténis uma pega mal feito é meio caminho andado para errarmos o batimento ou a raquete estar toda torta.”*

M3: *“Estética no desporto é a beleza do jogo, quando os participantes dão tudo o que têm para alcançar a vitória”.*

F6: *“Eu concordo com o M2. Para mim estética está relacionado com o movimento. No Ténis a cooperação com a minha colega foi importante para o sucesso dos exercícios (...). Por isso, esteticamente um jogo com maior cooperação é mais bonito, divertido e interessante.”*

F3: “*Para mim estética no desporto está relacionada com a beleza do atleta (...) Gosto de ver a elegância do Neymar a jogar, principalmente quando faz as fintas (...).*”

M1: “*A estética no ténis está relacionada com o movimento (...), está ligada aos gestos técnicos e á performance do atleta ao reproduzir os movimentos de forma correta e fluida.*”

Estes resultados vão ao encontro das ideias de Lacerda (2002), já que refere o meio envolvente, um fator fundamental na estética do desporto. Ainda que a modalidade de ténis seja um desporto individual (embora exista também a versão de pares), os jogadores lutam para vencer o adversário. Com isto, alguns discentes evidenciaram que a estética no desporto está relacionada com as ligações de cooperação entre os indivíduos de uma equipa ou até mesmo com os adversários (sentimento de *fairplay*). Em conformidade, atento que vários alunos falaram do movimento como aspeto fulcral para a estética, onde a técnica e a elevada capacidade tática estão interligadas na apreciação estética em qualquer desporto, mostrando satisfação de quem está a executar, e uma ótima consciência e conhecimento corporal, ou seja, o participante vai se sentir corajoso e confiante no decorrer do jogo. Por outro lado, a comunicação agressiva, a individualidade, e os sentimentos de oposição e desprezo pelo adversário são indicadores que os entrevistados não anunciaram, demonstrando assim que não são aspetos importantes para determinar a estética do desporto.

Neste sentido, fazendo uma síntese do que foi referenciado anteriormente, depreende-se que a estética do desporto se apoia essencialmente na beleza, criatividade do jogador, relação de cooperação entre participantes e para finalizar a beleza técnica e tática do jogador.

5.3.11-Evolução do processo ensino aprendizagem através da estética

Para além de procurar desenvolver a sensibilidade estética no desporto, também quis descobrir as potencialidades e eventuais repercussões que a estética podia ter no processo ensino aprendizagem dos alunos, através da arte (imagens, vídeos e esculturas). Por estas razão, procedemos à análise das respostas dos alunos relativamente às duas últimas questões das entrevistas: (3) Adicionar as artes nas aulas contribuíram para o processo ensino aprendizagem? e (4) O que a educação estética mudou em ti? E a nível desportivo o que alterou.

Entre os entrevistados, são 8 aqueles que referem que as artes influenciaram o seu processo ensino aprendizagem, apesar de mencionarem que as aulas foram mais fáceis em termos de compreensão e interpretação das habilidades motoras.

F8: *“Para mim os vídeos ajudaram-me a compreender melhor os movimentos do ténis, desde os batimentos de bola como os deslocamentos laterais conforme a trajetória da bola.”*

M4: *“Eu gostei do sentimento de entreaajuda na turma (...) O M7 ao ver o meu vídeo corrigia-me e eu corrigia os erros dele (...) Estes tipos de aulas deveriam ser utilizados nas aulas de Educação Física”.*

F9: *“As novas tecnologias facilitaram o meu processo de ensino. As informações observadas nos vários tipos de arte foram claras e perceptíveis, tendo um ponto de referência para a parte prática (...). Mas ainda prefiro a instrução e a demonstração da professora.”*

M4: *“Gostem muito das esculturas que nós vimos na aula. (...) Mas acho que o movimento de Ténis através dos vídeos é mais fácil de vermos como o fazer”.*

F7: *“Sim, ajudou na minha habilidade motora (...) tive mais facilidade em entender os meus problemas, conseguindo corrigir os meus erros”.*

Outro aspecto evidenciado foi a comunicação intra e inter-colegas, onde se ajudavam uns aos outros para corrigirem os erros das habilidades motoras. Com isto, a comunicação tornou-se um ponto importante para o sucesso da estética no desporto, uma vez que a linguagem corporal é essencial para o aumentar o desempenho. Com esta arte, alguns alunos conseguiram mostrar com simples movimentos do corpo uma forma de comunicar, onde as suas ações e intenções estavam explícitas no posicionamento corporal, isto é, movimentos repletos de sofrimento, dor, cansaço, outros transportavam leveza, fluidez, alegria

Por outro lado, houve 5 alunos (40%) que demonstraram insatisfação neste estudo, já que evidenciaram que a estética não teve qualquer influência no processo ensino aprendizagem, ou seja, a arte não tornou o ténis mais bonito e a nível técnico-tático foi mais difícil perceber os erros, impedindo assim de evoluírem na tarefa.

F5: *“Não gostei dos vídeos nem das imagens. Prefiro que a professora dê as instruções e que nos ajude na correção dos movimentos.”*

F4: *“O uso das artes através das novas tecnologias é diferente do que estamos habituados, mas prefiro que seja a professora a explicar (...) acho que se entende melhor.”*

Antes de iniciarmos a exposição dos resultados da última questão importa realçar a idade dos entrevistados (crianças com 13 e 14 anos de idade). Além de que a pergunta se revelou pouco apropriada, conforme abaixo se ilustra através das respostas obtidas e abaixo transcritas. Este aspecto é importante, já que as justificações dos participantes à última questão foram vagas e um pouco dispersas, pois eles ao longo da questão exprimiam outros dados que não iam ao encontro do estudo e remetiam para uma ideia oposta àquela que tinha comunicado. As citações seguintes revelam a dificuldade que eu senti para extrair a informação essencial:

F6: *“Não gostei muito de ténis (...) não consegui jogar direito. As aulas não me mudaram em nada.”*

F1: *“Jogar ténis é muito difícil, mas acho que melhorei muito as minhas habilidades no ténis e a maneira que eu jogava.”*

M4: *“Os vídeos ajudaram muito na minha concentração na aula (...) os vídeos eram atrativos, cativantes e muito perceptíveis. Ajudou a perceber melhor os movimentos e melhorar as minhas dificuldades.”*

M2: *“...mudei a forma como eu jogava. Com os vídeos de nós próprios conseguíamos ver o que estava mal nos nossos movimentos (...). Notei uma evolução do primeiro para o último vídeo, os movimentos estavam mais bonitos e quase perfeitos.”*

F3: *“Acho que só evolui nos meus movimentos de ténis. A nível pessoal não teve influência nenhuma (...). Não gosto de desporto, prefiro ver televisão ou ouvir música (...). Sim, com os vídeos, as aulas foram mais divertidas, mas não gosto mesmo assim.”*

Deste modo, foram poucos os participantes que responderam de acordo com a informação transmitida inicialmente, revelando assim que a estética não teve qualquer influência na vida pessoal. Contudo, 5 dos participantes revelaram uma maior sensibilidade e conhecimento nas suas respostas:

F9: *“A observação dos vídeos do meu colega facilitou a minha aprendizagem (...) tentei não repetir os erros dele (...) tentei melhorar os meus. Em conjunto, eu e o meu colega melhorámos muito as nossas habilidades no ténis. O espírito de entreajuda influenciou a minha nota final (...).”*

M2: *“...ao longo das aulas melhorei a minha comunicação. Consegui reconhecer os meus erros sozinho. No início foi difícil, mas com o passar do tempo as coisas ficaram mais fáceis (...) Os vídeos tornavam os movimentos mais claros (...). Conseguíamos ver com mais nitidez os nossos erros e depois a nossa evolução.”*

F2: *“...eu não fiz muitas aulas de ténis, mas a turma no geral esteve muito bem. Vi uma evolução de todos os meus colegas. (...) Do que gravei e do que corrigi penso que estive bem (...) no início tinha vergonha de corrigir os meus*

colegas, mas depois não tinha qualquer problema. (..)Sim, sentia-me útil na aula porque ajudava a professora e os meus colegas.”

F8: *“...fiquei incomodada com as palavras que o meu colega, M1, disse. Até fiquei chateada com ele, mas depois a professora chegou e ajudou-o a utilizar palavras menos agressivas. (...) melhorámos muito as nossas habilidades e a maneira como jogávamos. Num exercício da aula conseguimos fazer 20 batimentos sem parar, foi bonito de ver no vídeo.”*

M1: *“...não gostei de jogar com raparigas. Gostei mais de jogar ténis masculino, é mais violento e joga-se com mais rapidez (...) mas acho ténis feminino mais bonito, elas trocam muitas vezes a bola de um lado para o outro. (...) Quando fiquei de fora numa aula consegui aperceber-me destes pormenores, as raparigas têm menos técnica e tática, mas têm mais jogo...”*

Algumas das categorias estéticas foram usadas novamente nas últimas questões. A “Beleza”, o “Movimento”, a “Cooperação com o colega”, a “Capacidade técnica e tática” e a “Comunicação”, voltaram a aparecer nas justificações dos entrevistados. Estas categorias foram mais realçadas pelo género feminino, em exceção o M7 que também demonstrou uma maior sensibilidade estética, conhecimento e concentração na informação transmitido ao longo da unidade didática de Ténis.

Em síntese e interligando as respostas obtidas acerca das duas últimas questões, posso dizer que as opiniões apontadas pelos discentes em estudo, no que diz respeito à sensibilidade estética no desporto e a sua influência na vida pessoal e desportiva reforçaram as justificações dadas nas primeiras questões, isto é, a sensibilidade estética apoia-se essencialmente na Beleza do movimento e da Variabilidade da modalidade, onde a Técnica e a Tática assumem um papel fundamental para o jogo. Por fim a Cooperação e a forma como comunicam uns com os outros também revelou ser um aspeto importante para o aumento da sensibilidade estética, tendo a entreaajuda aumentando o desempenho de muitos alunos na unidade didática de ténis.

Conforme Kirk (1984), as particularidades estéticas relativas ao desporto são a fluidez, velocidade, ritmo e graciosidade. Este são os fortes indicadores da categoria estética numa modalidade desportiva. Neste sentido, os resultados deste estudo vão ao encontro de Elliot (1974) e Witt (1989) já que mencionam a beleza, o ritmo, a relação dos jogadores e fluidez dos movimentos (ações desportivas) como aspetos fundamentais da estética no desporto.

5.3.12-Conclusão

Neste subcapítulo apresento as conclusões que foram divulgadas ao longo da pesquisa. Assim sendo, um primeiro resultado que se revela conveniente citar é o facto que a educação estética está presente em qualquer modalidade desportiva, principalmente no ténis. Logo a modalidade, ténis para os participantes têm estética.

Com presente estudo proponha-me desenvolver a sensibilidade estética nas aulas de Educação Física e explorar de que forma poderia influenciar positivamente no processo ensino aprendizagem dos discentes. De certa forma, procurava desenvolver a sensibilidade estética através da arte, estimulando o desenvolvimento da capacidade de autonomia, sensibilidade, criatividade e consciencialização corporal nos alunos alvo deste projeto.

Com isto, os alunos ao longo das entrevistas destacaram várias qualidades estéticas: a beleza, o ritmo, a relação entre participantes e a variabilidade (capacidade técnica e tática). Estas categorias mencionadas pelas entrevistas não surgem apenas no Ténis, esta apreciação estética decorre em várias modalidades desportivas, nomeadamente, o futebol, a ginástica artística, patinagem e natação sincronizada.

Efetivamente, a beleza, o ritmo e variabilidade na parte técnica e tática foram os aspetos que os entrevistados evidenciaram mais ao longo das entrevistas semiestruturadas. A competitividade e os resultados obtidos na nota final não influenciaram as opiniões dos alunos. De outra forma, as relações de

cooperação entre indivíduos/alunos e a forma como comunicam foi considerado preponderante na sensibilidade estética no desporto.

A variabilidade na parte técnica e tática como foi muitas vezes expressada pelos entrevistados, quer de forma individual como inter-relacional aparentam ser um forte aspeto para a melhorar a sensibilidade estética no desporto, onde a beleza, a fluidez do movimento, a eficiência dos movimentos e gestos técnicos (F8: “*Num exercício da aula conseguimos fazer 20 batimentos sem parar, foi bonito de ver no vídeo.*”) e para finalizar, a nível tático os participantes realçam a continuidade de jogo, como uma forma bela e bonita de jogar.

No que diz respeito à influência da estética na vida pessoal, não conseguimos grandes resultados. Porém na parte desportiva, os discentes evidenciaram nas entrevistas melhorias nas habilidades motoras, na capacidade de observação, capacidade de comunicação e por fim capacidade de relacionar uns com os outros, já que o espírito de entreajuda, *faipplay* e cooperação estavam presentes em todas as aulas de ténis.

No que diz respeito às limitações deste estudo considero que a amostra é pequena e algumas questões foram difíceis de responder, sendo necessário na hora da entrevista modificar para alguns alunos. Por fim, e em jeito de recomendações para futuros estudos, como o grupo de estudantes que participaram neste estudo eram apenas alunos do 8º ano de escolaridade, penso ser importante alargar este trabalho a mais estudantes e de diferentes idades, além de se poderem incluir também professores, treinadores de desporto escolar e alunos com diferentes anos de escolaridade.

5.3.13-Bibliografia

- Arnold, P (1983). Dimensions of being in sport. In H. Lenk. Topical problems of sport philosophy (pp.160 -170). Schorndorf: Verlag Karl Hofmann.
- Albuquerque, C. (2010). Processo Ensino-Aprendizagem: Características do processo eficaz.pp.55-71
- Aleixo, I. M., Mesquita, I., Vieira, M. M., & Reis, M. O. (2014). A instrução do professor na apresentação de tarefas no ensino da ginástica artística. Em Pensar a Prática, v. 17, n. 2, (pp. 313-330).
- Bento, J. (1995). O outro lado do desporto. Porto: Editora Campo das Letras.
- Bento, J. (1998). O outro lado do desporto. Porto: Editora Campo das Letras, v. 2 (pp.150-152).
- Best, D. (1988). The aesthetic in sport. In W. Morgan; K. Meier (Eds.), Philosophic inquiry in sport,.
- Casey, A., & Goodyear, V. A. (2016). Digital Technologies and Learning in Physical Education. Routledge.
- Dyson, B. G. (2004). Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations. . Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations.,(pp. 226-240).
- Educação, P. d. (s.d.). Educação estética. Obtido de Portal da Educação: <https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/educacao/educacao-estetica/42651>
- Folle, A., Pozzobon, M. E., & Brum, C. F. (2005). Models of teaching, level of satisfaction and motivational factors present in the physical education classes. Models of teaching, level of satisfaction and motivational factors present in the physical education classes, pp. 145-154..

- Kupfer, J. (1988). commentary on Jan Boxill's "Beauty, sport and gender". In: Morgan, W. J.; Meier, K. V. (eds.). Philosophic inquiry in sport.
- Machado, N. J. (1995). Coleção Ensaio transversais: Educação: Projeto e valores. Escrituras Editora.
- Margarete. (Setembro de 2000). Tecnologia da educação, tecnologia para a educação. Tecnologia da educação, tecnologia para a educação, pp. 55-56.
- Marques, A. (1993). A ciência do desporto, a cultura e o homem. Em Bento, & A. Marques, Desporto, arte e estética. Fronteiras e espaços comuns. (pp. 31-39). Porto: FCDEF-UP.
- Matos, Z. (2004). Pedagogia do desporto: novas questões velhos problemas.
- Nachif, D. (2005). A contemporaneidade na formação do arte-educador.
- Nóvoa, A. (2009). Towards a teacher training developed. Revista de educación, 350, 203-221.
- Osterhoudt, R. (1991). The philosophy of sport: an overview. .
- Pedroso, G. (2017). A estética. A estética.
- Peter Hastie, A. C. (July de 2014). Fidelity in Models-Based Practice Research in Sport Pedagogy: A Guide for Future Investigations, pp. 422-431.
- Queirós, T. L. (2004). Desporto, corpo e estética- sinais de expressão da cultura contemporânea ocidental.
- Ramiro José Rolim, P. B. (2015). Desafios renovados para a aprendizagem em educação física. Porto: Editora FADEUP.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). Pedagogia do Desporto. Faculdade Motricidade Humana.
- .

5.4-Atividades desenvolvidas

O Corta-Mato teve lugar nas instalações da Escola Básica de Paranhos ao longo da manhã do 16 de dezembro. A minha tarefa foi de controlar a chegada dos alunos à meta e organizá-los, numa fila, por ordem de chegada, levando diretamente os três primeiros alunos ao local do pódio.

Relativamente aos torneios, estes eram realizados no último dia de cada Período, sendo que no 1º Período realizou-se o torneio de Futsal. No 2º Período foi o torneio de basquetebol e por último foi o torneio de andebol. Os vários torneios decorreram com serenidade, onde não houve incidentes, mas denotou-se uma grande competitividade entre as turmas para conquistarem o primeiro lugar. A minha função nos torneios foi de árbitra de jogo, enquanto os alunos que ajudaram na organização ficaram responsáveis pelos marcadores de pontos e árbitros de mesa.

No que diz respeito ao Desporto Escolar, o núcleo de estágio ficou responsável pela modalidade de orientação, onde o nosso principal papel era colocar os marcadores nos respetivos locais e distribuir os mapas pelos alunos. Após dois anos sem competição devido ao Covid, este ano letivo realizou-se quatro competições de orientação, na qual participamos em três. Essas três competições foram distribuídas pelos estagiários, tendo em conta a preferência de cada um. Assim sendo, participei na competição de Vila Real, onde observei uma ótima organização, um espírito de competição feroz e espírito de cooperação altíssimo, onde visualizei crianças de escolas diferentes a ajudarem-se e a completarem o percurso juntas. Posto isto, fica a sensação de dever cumprido e a vontade de fazer mais em prol da Educação Física.

5.5-Avaliação dos alunos

Neste capítulo vou abordar os momentos de avaliação ao longo do ano letivo. A avaliação diagnóstica e a avaliação final foram circunstâncias de grande dificuldade e tensão, quer por parte dos alunos quer por mim, professora de educação física. Apesar das dificuldades sentidas procurei ser o mais justo na atribuição de notas diárias e finais. Com isto, ao longo das aulas fui registando o desempenho, o comportamento, a cooperação e a participação de cada aluno ao longo das atividades propostas.

5.5.1-Avaliação Diagnóstica

A avaliação em educação física (EF) é um tema discutido muitas vezes, onde são apresentadas questões entre os profissionais da educação e a sua operacionalização. Conforme Barlow (2006), a avaliação tem um carácter subjetivo, pois depende da interpretação e do conhecimento que o professor tem sobre as matérias de ensino.

Desta forma, o professor deve considerar as variáveis de análise, definir os objetivos gerais e definir as metodologias mais adequados para permitir a progressão dos alunos. Assim sendo, a Avaliação Diagnóstica é uma avaliação essencial no planeamento do processo de ensino-aprendizagem, onde o seu objetivo principal é dar informações do nível dos alunos de cada turma (Ferreira, 2005).

A avaliação diagnóstica foi realizada no início de cada Unidade Didática, como forma de conhecer o nível inicial do aluno relativamente ao desempenho das atividades físicas e desportivas, conhecimentos da modalidade em questão e aptidão física. Por isso, esta avaliação necessita de ser rigorosa, no que diz respeito à seleção das matérias, definição dos objetivos e planificação dos exercícios.

Nas diversas Avaliações Diagnósticas a tabela era semelhante, o que alterava eram os conteúdos conforme a modalidade desportiva. Deste modo, a Avaliação Diagnóstica continha três escalas e níveis (anexo 3): 0 - Não executa/Nem tenta (nível introdutório), 1– Executa com dificuldade (nível intermédio) e 2 - Executa com facilidade (nível avançado).

Ginástica- “Na aula de hoje tive muitas dificuldades na avaliação de ginástica. Para além de ser a primeira avaliação do ano letivo, tinha um certo receio de falhar...A maior dificuldade que senti ao longo da avaliação foi a avaliar os critérios de êxito todos. Neste sentido na próxima avaliação, para cada habilidade motora vou colocar 3 critérios de êxito.... Em conclusão a avaliação de ginástica foi extensa relativamente ao tempo.”

RA-16 de novembro de 2021

5.5.2-Avaliação formativa

A avaliação. Formativa é fundamental, uma vez que tem sempre para a relação pedagógica com o aluno. Esta avaliação acompanha o seu percurso escolar e adequa os métodos que o aluno necessita para melhorar o desempenho e progredir no processo ensino-aprendizagem.

Desta forma, a avaliação formativa é uma avaliação contínua realizada ao longo das aulas durante todo o ano letivo. No fundo, atento que ao longo do ano letivo, a avaliação contínua ensinou-me a aplicar métodos e estratégias que concedam ao aluno ter sempre consciência do seu ponto de aprendizagem e como pode alterá-la, de forma a atingir os objetivos desejados. Por estas razões, continha uma tabela geral onde colocava de uma escala 0-5 o desempenho, as atitudes, a eficácia, a eficiência e a performance do aluno nas atividades propostas, para de seguida adaptar as estratégias à necessidade do aluno (registo diário).

Atletismo- “Hoje na aula tive muitos alunos que o comportamento não foi o apropriado.... Sem a folha de registo diário não conseguia mais tarde distinguir nem aplicar um bónus de comportamento, aos alunos que obtiveram um comportamento exímio ao longo do período”

RA-16 de março de 2022

Em síntese considero que a avaliação formativa tem como objetivo simplificar e facilitar o processo ensino-aprendizagem, uma vez que adequamos as estratégias aos alunos.

5.5.3-Avaliação sumativa

A avaliação sumativa é uma avaliação retrospectiva e terminal, onde a sua principal função é certificar e qualificar os alunos numa classificação final (Leitão, 2013). Assim sendo, a avaliação sumativa assemelha-se à avaliação diagnóstica, já que se centram muito no que o aluno é capaz de produzir nas atividades propostas. Em conformidade, a avaliação sumativa é classificativa, na qual qualifica os alunos em distintos patamares de acordo com os resultados obtidos. Neste sentido, em todas as Unidades Didática a última aula era destinada á avaliação sumativa, para avaliar a evolução dos alunos relativamente á modalidade em questão e não como um momento preponderante para a nota final do período.

No que diz respeito, à atribuição das notas finais estou de consciência tranquila, pois eu tentem ser o mais justa possível. No entanto, ainda surgiram dúvidas nas classificações, mas após uma reunião com o PC, chegávamos a um consenso. Nestas reuniões descobri várias estratégias, uma delas foi realizar um *excel* devidamente organizado, onde colocávamos as avaliações formativas e sumativas no *excel* e ele automaticamente enquadrava o aluno numa classificação final. Desta forma, os resultados eram justos perante as ações, atitudes, desempenho e o grau de evolução de cada aluno, não havendo comparações entre discentes.

Ginástica de Aparelhos – A avaliação foi um momento de tensão, uma vez que era a primeira avaliação que eu fazia. Sentia-me desconfortável e com receio que tudo desse errado. Primeiro era uma matéria que não tinha muito conhecimento, segundo era uma modalidade que necessita de uma boa organização (segurança)...Consequência desse desconforto não consegui avaliar todos os alunos, ou seja, na aula seguinte tive que continuar. Outro aspeto que devo melhorar é a seleção dos critérios de êxito, atento que tenho muitos parâmetros para avaliar, não conseguindo avaliar toda a gente.

(RA- 12 de outubro de 2021)

6-Considerações Finais

Após ter terminado um ano repleto de vivências, medos, receios, aventuras, considero que foi um ano de constantes aprendizagens e reflexões. A experiência de dar aulas a jovens, juntamente com o projeto de estudo admitiu evoluir enquanto professora, já que me retirou da zona de conforto e permitiu-me perceber a influência da estética no desporto no processo ensino aprendizagem dos alunos.

O contacto pessoal, a comunicação, a organização, a planificação das aulas e das próprias unidades didáticas foram aspetos fundamentais que influenciaram a minha prática e a forma como construía as aulas e o exercício. Para além disso, ao longo do estágio, as diversas reflexões permitiu-me aumentar a minha visão crítica e alterar momentos devido a constrangimentos externos. A reflexão das aulas possibilitou a inovação da prática pedagógica, já que identificava os problemas da aula e tentava substituir e arranjar solução para esses constrangimentos.

Na minha opinião, fui uma professora atenta, empenhada, dedicada e ficada na matéria de ensino, nos objetivos e nos conteúdos abordados. Ao longo das aulas para os alunos melhorarem o seu desempenho recorria a vários feedbacks, quer sejam descritivos, corretivos, negativos, explicativos, interrogativos e positivos. Apesar do planeamento antecipado, rigoroso e cumprido existem momentos imprevisíveis no decorrer da aula que colocam em causa o processo ensino aprendizagem dos alunos. Neste sentido, nós, professores devemos arranjar soluções para evitar ou solucionar esses momentos imprevisíveis, oferecendo assim uma resposta imediata e ajustada às capacidades física dos alunos.

Em conformidade, tenho de agradecer o apoio imprescindível do PC, do núcleo de estágio, dos funcionários do pavilhão e dos restantes professores de Educação Física que demonstraram um espírito de entreajuda e cooperação ao longo do ano letivo, onde estavam disponíveis para esclarecer qualquer dúvida ou até mesmo colaborar no projeto de estudo (arranjar o material para a

projeção, ocupação de espaços, arrumação e preparação do material...). Por isso atento que sem estes profissionais, a minha etapa como professora estagiária não seria tão enriquecedora, desta forma guardo com muito carinho estas amizades que criei e recordarei para sempre nesta escola, desde alunos, funcionários e professores.

No que diz respeito ao futuro não sei o que me reserva, mas conciliar a docência com o mundo do ginásio (Personal Trainer, Group Trainer) é o meu sonho. Neste sentido tenciono lutar arduamente para conseguir alcançar esse sonho, onde ser professora de Educação Física é o meu principal objetivo.

7-Referências Bibliográficas

- Alarcão, I. (2018). *Supervisão da Prática Pedagógica - Uma Perspectiva de Desenvolvimento e Aprendizagem*. Almedina.
- Albuquerque, C. (2010). Processo ensino-aprendizagem: características do professor eficaz. pp. 55-71.
- Aleixo, I. M., Mesquita, I., Vieira, M. M., & Reis, M. O. (2014). A Intrução do professor na apresentação de tarefas no ensino da ginástica artística. Em *Pensar a Prática*, v. 17, n. 2, (pp. 313-330).
- Aquino, J. G. (1996). A relação professor-aluno: do pedagógico ao institucional. *A relação professor-aluno: do pedagógico ao institucional.*, p. 34.
- As estratégias de ensino que realmente funcionam. Univesia, 2019 Disponível em: <https://www.universia.net/pt/actualidad/orientacion-academica/a-profissao-de-professor-de-educacao-fisica-em-portugal.html>. Acedido em 20 de Agosto de 2022.
- Axt, M. (2000). Tecnologia da educação, tecnologia para a educação. *Tecnologia da educação, tecnologia para a educação*, pp. 55-56.
- Barlow, M. (2006). *Avaliação escolar: mitos e realidades*. Porto Alegre: Artmed.
- Bento, J. (1995). *O outro lado do desporto*. Porto Editora: Campo das Letras.
- Best, D. (1988). The aesthetic in sport. In W. Morgan; K. Meier (Eds.), *Philosophic inquiry in sport*.
- Brandão, D. (2002). Expectativas e Importância Atribuída à Disciplina de Educação Física - estudo comparativo por género nos alunos do 12º ano escolaridade nas escolas secundárias do Concelho de V.N. de Gaia. .
- Casey, A., & Goodyear, V. A. (2016). *Digital Technologies and Learning in Physical Education*. Routledge.
- Cerqueira, W. *A Importância do plano de aula*. Obtido de estratégias de ensino-aprendizagem

- Coge, M. (2017). Supervisão Pedagógica.
- Chaves, S. (2001). Supervisão Reflexiva: A passagem do eu solitário ao eu solidário.
- Crum, B. (1993). A Crise de Identidade da Educação Física Ensinar ou não Ser, eis a Questão. (pp. 133-148). Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física.
- Darsie, M. (1996). O início da formação do professor reflexivo.
- Domingos, F (2009) A importância das escolas. (s.d.). Obtido de A página da educação:<https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/5580/1/A%20importa%20CC%82ncia%20das%20escolas.pdf>
- Diniz, Y. (2022). Descubra a importância do planejamento escolar. Obtido de <https://educacao.imagine.com.br/importancia-do-planejamento-escolar/>
- Dyson, B. G. (2004). Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations. . Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations. , pp. 226-240.
- Ferreira, D. (2005). Construção de instrumentos de observação de práticas educativas – avaliação diagnóstica – construção de um instrumento de observação comum a andebol e a basquetebol. Dissertação de licenciatura em Ciências do Desporto. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Universidade de Coimbra,
- Folle, A., Pozzobon, M. E., & Brum, C. F. (2005). Models of teaching, level of satisfaction and motivacional factors present in the physical education classes. pp. 145-154.
- Francielly Dornelas C. Lima, A. C. (2015). O Choque com a realidade: dormi contador e acordei professor. Reice 2015 - Volumen 13, Número1.

- Gariglio, J. (2022). *A inserção profissional na docência universitária*. Editora Appris.
- Garcês, H. T. (2013). *Aprender a ser Professor*. Porto: Fadeup.
- Garcia, C. M. (1999). *Formação de Professores: Para uma mudança educativa*. Porto: Porto Editora.
- Gomes, L. M. (2017). Estilos de ensino em educação física. Em R. Catunda, & A. Marques, *Educação Física Escolar: Referencias para o ensino de qualidade* (pp. 87-108). Santo Agostinho: Casa da educação Física.
- Gonçalves, F., Fernandes, M., Gaspar, A., Oliveira, R., & Gouveia, E. (2014). *A Avaliação Diagnóstica em Educação Física: uma Abordagem Prática a Nível Macro*. Tese de Mestrado em Avaliação diagnóstica. Faculdade de Ciências Sociais- Universidade da Madeira.
- Grigoli, J., Teixeira, L., & Lima, C. *Prática docente, modelos de ensino e processos de formação: contradições, resistências e rupturas*.
- Júnior, V.(2010). Rever, Pensar e (Re)significar: a Importância da Reflexão sobre a Prática na Profissão Docente. *Prática na Profissão Docente*, pp. 580-586.
- Kupfer, J. (1988). *commentary on Jan Boxill's "Beauty, sport and gender"*. In: MORGAN, W. J.; MEIER, K. V. (eds.). *Philosophic inquiry in sport*.
- Lennon, J. (2016). Qual a importância da escola na formação do cidadão?
- Zeichner, K. (1993). *A Formação Reflexiva de Professores: Ideias e Práticas*. Lisboa: Educa.
- Machado, N. J. (1995). *Coleção Ensaios transversais: Educação: Projeto e valores*. Escrituras Editora.
- Malheiro, L. A. (2015). *Ser Professor: A empatia entre professor/aluno*. Porto.
- Marques, A. (1993). A ciência do desporto, a cultura e o homem. Em Bento, & A. Marques, *Desporto, arte e estética. Fronteiras e espaços comuns*. (pp. 31-39). Porto: FCDEF-UP.

- Matos, Z. (2004). *Pedagogia do desporto: novas questões velhos problemas*.
- Mesquita, A. G. (2017). Modelos e concepções de ensino dos jogos desportivos. Em F. Tavares, *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a jogar* (pp. 18-24). Porto: FADEUP.
- Mesquita, I. &. (2015). Modelos instrucionais no ensino do desporto. Em A. Rosado, & I. Mesquita, *Pedagogia do Desporto* (pp. 39-68). Edições FMH.
- Novoa, A. (2009). Para una formación de profesores construída. *Revista de educacóns*, 350,203-221.
- Nóvoa, A. (2009). Towards a teacher training developed. *Revista de educacion*, 350, 203-221.
- Peter Hastie, A. C. (2014). Fidelity in Models-Based Practice Research in Sport Pedagogy: A Guide for Future Investigations. *Fidelity in Models-Based Practice Research in Sport Pedagogy: A Guide for Future Investigations*, pp. 422-431.
- Ponte, J. (2015). É mesmo necessário fazer. Em M. Q. João Pedro da Ponte, *Educação e Matemática* (pp. p.26-35). Revista da Associação de Professores de Matemática.
- Queirós,P. (2004). Desporto, corpo e estética- sinais de expressão da cultura contemporânea ocidental.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). *Pedagogoia do Desporto*. Faculdade Motricidade Humana.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Rolim, J. (2015). *Desafios renovados para a aprendizagem em educação física*. Porto: Editora FADEUP.
- Silva, M. (1997). *O primeiro ano de docência: o choque com a realidade*. En M.T. *Estrela (Org.), Viver e construir a profissão docente* . Porto: Porto Editora.

Scalabrin, I & Molinari, A. (2020). A Importância da prática do estágio supervisionado nas licenciaturas.

Vasconcelos, T (2007). A Importância da Educação na Construção da Cidadania. Tese de doutoramento em Educação. Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti.

Ventura, A., Jesus, J., & Cachada., R. (2009). *Organização e gestão do ensino e da aprendizagem*. Obtido de PorFólio: <https://portfoliopp.webnode.com.pt/sobre-nos/>

Vidal, H. (2011). O ser professor de Educação Física.

7-Anexos

Anexo 1-Unidade Didática de Voleibol

Data		11.	13	18	20	25	27	01	03	08	10	15	17	
Aulas		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Técnica	Passé de dedos	Avaliação Diagnóstica	I/E	E	E	E	E/C							
	Manchete				I/E	E	E	E	E	E/C				
	Serviço por baixo			I/E	E	E	E	E/C						
Tática	Organização ofensiva • Noção receptor/não receptor • Encadeamento das ações							I/E	E	E	E	E	E	E/C
	Organização defensiva • Ocupação de espaços • Zonas de responsabilidade								I/E	E	E	E	E	E/C
Formas de jogo	1x1 (cooperação e competição) • Intervenção • Ocupação de espaço			I/E	E	E	E	E/C						
	2x2 (Competição) • Intervenção • Ocupação de espaço • Organização defensiva/ofensiva							I/E	E	E	E	E	E	E/C
														Avaliação Sumativa

Aulas		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Cultura Desportiva	Características do Jogo-Regras		I/E	E	E	E	E	E	E	E/C			
Conceitos Psicossociais	Cooperação		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
	Fair-Play									CT	CT	CT	CT
	Empenho		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
	Respeito		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
	Autoestima		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
	Autonomia		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
	Participação		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT

CT – Conteúdo Transversal AD – Avaliação Diagnóstica I-Introdução E – Exercitação AT – Aula Teórica C – Consolidação

AS – Avaliação Sumativa AA – Auto-Avaliação

Anexo 2-Plano de aula

Plano de Aula		Aula nº da UD de		
Estudante Estagiário:	Data:	Hora:	Duração:	Ano / Turma:
Nº de alunos: 30	Local:	Material:		
Função (ões) Didática (s):				
Objetivo Geral:				
Objetivos Específicos:				

Parte	Conteúdo Situações de aprendizagem Organização didático-metodológica	Critérios de êxito	Palavras-Chave
Inicial			
Fundamental			
Final			

Sumário:

Reflexão:

Anexo 3-Avaliação diagnóstica de Futebol

TURMA: 8.º B MODALIDADE: FUTEBOL		HABILIDADES TÉCNICAS				HABILIDADES TÁTICAS			
N.º	NOME	PASSE	RECEÇÃO	DRIBLE	REMATE	ATITUDE OFENSIVA	DESMARCAÇÃO	ATITUDE DEFENSIVA	MARCAÇÃO
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									

Legenda: 0 – Não faz / Não tenta
 1 – Faz, mas com bastantes dificuldades
 2 – Faz. com nenhuma ou ligeiras dificuldades

Anexo 4-Pontuação das equipas

Pontuação do torneio de Andebol					
Aulas	1	3 e 4	5 e 6	7	Total
Equipas	Vermelhos	10	6	10	26
	Amarelos	4	6	4	14
	Azuis	6	4	6	16
	Verdes	10	10	10	30

Pontuação do torneio de Voleibol					
Aulas	1 e 2	3 e 4	5 e 6	7 e 8	Total
Equipas	Traquinas	10	10	4	24
	Power Ranger	10	10	10	30
	Toscós	4	4	10	18
	Padeiros	6	4	4	14

Anexo 5-Avaliação Sumativa no Excel

AVALIAÇÃO SUMATIVA																
NUMERO	NOME	MATÉRIAS ABORDADAS					NF (%)	PROP. AV.	Média (1P/2P)	Auto-Aval	1º Per.	2º Per.	ASS.			
		Fut	Gin	Atl	ApF	MAP							AP	AD	F	D
1		3,9	3,0	4,3	4,3	3,7	4	4		F			39	38	0	1
3		3,8	3,7	3,8	3,8	3,8	4	4		4			39	38	0	1
4		3,5	3,7	3,8	3,8	3,6	4	4		3			39	38	0	0
5		3,0	3,0	3,3	3,3	3,1	3	3		4			39	38	0	1
6		3,0	3,4	3,3	3,3	3,2	3	3		4			39	38	0	0
7		3,4	2,5	3,0	3,0	3,0	3	3		F			39	38	2	0
8		3,5	2,5	3,0	3,0	3,0	3	3		F			39	38	0	0
9		3,7	3,0	3,0	3,0	3,2	3	3		F			39	38	1	2
10		3,4	3,0	3,5	3,5	3,3	3	3		4			39	38	2	0
11		2,8	2,2	2,8	2,8	2,5	3	3		F			39	38	4	3
12		3,6	4,4	3,8	3,8	3,9	4	4		F			39	38	2	0
13		2,8	3,0	3,0	3,0	2,9	3	3		3			39	38	6	0
14		3,3	3,2	3,3	3,3	3,2	3	3		F			39	38	1	0
15		3,4	3,3	3,3	3,3	3,3	3	3		F			39	38	2	0
16		3,5	3,3	3,8	3,8	3,5	4	4		4			39	38	0	0
17		3,5	3,3	3,8	3,8	3,5	4	4		4			39	38	2	0
18		3,1	3,1	3,0	3,0	3,1	3	3		F			39	38	0	1
19		4,3	3,8	4,3	4,3	4,1	4	4		4			39	38	3	0
20		3,9	3,1	3,3	3,3	3,4	3	3		4			39	38	1	0
21		3,9	2,8	3,0	3,0	3,2	3	3		F			39	38	3	1
22		3,0	3,2	3,0	3,0	3,1	3	3		F			39	38	3	1
23		3,6	0,0	3,8	3,8	2,4	2	3		F			39	38	0	0
Controlo das fórmulas		5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5									

Anexo 6- Foto e Vídeo do estudo “Galeria d’Aula”

