



FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Cartas de navegação de um estudante estagiário

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei 65/2018, de 16 de agosto e o Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio.

Orientadora: Professora Doutora Susana Soares

Lucas Alexandre da Silva Lopes

Porto, 2023

Ficha de Catalogação

Lopes, L. (2023). Cartas de navegação de um estudante estagiário. Porto: L. Lopes. 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; EDUCAÇÃO FÍSICA;
PROFESSOR; DISCIPLINA; COMPORTAMENTO

DEDICATÓRIA:

Ao meu filho, que nasceu este ano, bem de saúde e com muita energia. Que acompanhe o pai com orgulho, amor e carinho durante toda esta viagem que é a vida. É a minha maior motivação.

AGRADECIMENTOS:

Quero agradecer a todos os que tornaram este sonho possível, que me acompanharam a nível pessoal e profissional. Sem a sua presença este ciclo não seria tão bom como foi, acredito que irá deixar saudades.

A toda a minha família por me encorajar, suportar e amar. Sem eles não me sinto completo, a sua presença é fundamental na minha vida. Apesar da distância estão sempre perto no meu coração.

À minha namorada, Ana Margarida, um agradecimento especial e com muito amor. Sempre foi e sempre será a minha maior âncora, o meu porto seguro e a minha capitã. Obrigado por tudo e sinto um orgulho enorme na mãe que és.

A toda a Instituição – FADEUP, por me ajudarem a crescer, desafiarem-me a ser melhor. Aos enormes com que tive o privilégio de aprender. Transmitiram-me valores e ensinamentos, que pretendo transmitir aos meus alunos.

Ao Agrupamento de Escolas de Pedrouços, que me acolheu durante este ano de estágio com muito carinho. Mostraram-me como é que uma boa escola funciona, respeitando todos os professores e alunos. Um agradecimento especial ao diretor, por todo o apoio e disponibilidade demonstrada ao longo de todo o ano letivo.

À Professora Orientadora Susana Soares que me acompanhou ao longo desta jornada e me orientou com todo o apoio, deu liberdade para aplicar uma criatividade até agora desconhecida e me desafiou a melhorar a dislexia.

Ao Professor Cooperante Óscar Teixeira, por me acolher da melhor forma possível, foi uma honra trabalhar ao seu lado, criar uma amizade e aproveitar todos os momentos na sua companhia, dentro e fora da escola.

Aos meus colegas de núcleo, Diogo Neiva e João Monteiro, foram uma âncora nesta viagem. Os nossos debates ajudaram-me a crescer como professor e foram bastante importantes neste ano letivo.

ÍNDICE GERAL

ÍNDICE DE FIGURAS	IX
ÍNDICE DE TABELAS	XI
RESUMO.....	XIII
ABSTRACT.....	XV
1. Introdução	1
2. Dimensão Pessoal	5
2.1 Eu e os meus tripulantes.....	5
2.2 A Arte por detrás da navegação é o Desporto	6
2.3 O Percurso antes do embarque	7
3 Dimensão Profissional	9
3.1 A evolução náutica e os mares atuais – Papel da escola na sociedade atual	9
3.2 Uma imensidão de temas a explorar, como o oceano e as suas ilhas – Conceções da Educação Física.....	11
3.3 Quais os mares a explorar? – Expetativas iniciais	14
3.4 Normas de navegação – Enquadramento Legal e Institucional do Estágio Profissional.....	15
3.5 O primeiro farol – a Escola.....	17
3.5.1 Ilha da turma residente	19
3.5.2 Ilha da Cidadania.....	22
3.5.3 Ilha da Inclusão.....	23
3.5.4 Ilha do Gira-Volei	24
3.5.5 Ilha da turma complementar	26
3.5.6 Arquipélago dos eventos não letivos	28
3.6 A viagem e as suas tempestades – Realização da prática profissional	29
3.6.1 A criação dos mapas que planeiam a viagem	30
3.6.2 O dia a dia no barco	31
3.6.3 Como avaliar os indígenas	35
4. Dimensão de Investigação – Uma abordagem democrática no ajuste comportamental da turma durante as aulas de Educação Física.	37
5. Conclusão e Perspetivas para o futuro	59
6. Referências bibliográficas	61

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Esquema conceitual do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, segundo a DGE (2017)	11
Figura 2 – Pergunta realizada durante o questionário para avaliar a opinião dos alunos relativamente ao ambiente positivo para aprendizagem durante os exercícios da aula.	50
Figura 3 – Pergunta realizada durante o questionário para avaliar a opinião dos alunos relativamente ao professor-estagiário.....	51

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Comportamentos incorretos e respectivos corretores de comportamento	45
Tabela 2 – Percentagens de faltas de presença, material, atraso e dispensas durante o ano letivo e durante a intervenção	49

RESUMO

Este Relatório de Estágio é um documento fundamental de reflexão e crítica sobre os metafóricos mares navegados até ao fim do estágio profissional, realizado no ano letivo 2022/2023, na Escola Básica e Secundária de Pedrouços. Aborda as dificuldades sentidas durante a Prática de Ensino Supervisionada e as perspetivas futuras para iniciar a profissão de Professor de Educação Física. Ao longo do relatório realizam-se analogias relativas à época dos Descobrimentos, na forma como o estagiário, assim como os navegadores, enfrentaram os mares desconhecidos à procura do desenvolvimento profissional e pessoal. É também feita uma reflexão sobre as suas crenças, avenças e experiências, na busca pela promoção de uma Educação Física de qualidade. Aborda os diversos contextos escolares vivenciados pelo estagiário e a forma como o mesmo evoluiu com as experiências pedagógicas. O estagiário destaca as competências humanísticas e holísticas necessárias à entrada de um jovem na sociedade de forma segura e com capacidade para prosperar no futuro, e para isso são utilizados modelos de ensino que destacam a importância de colocar o aluno no centro do processo de ensino-aprendizagem. O domínio socioafetivo foi preponderante durante o estágio, principalmente no que respeita às competências comportamentais dos alunos. Foi implementado um programa de intervenção que destaca a relevância que uma abordagem democrática apresenta na promoção de ajustes e correções comportamentais para a promoção de um ambiente escolar positivo, que garanta a inclusão de todos os alunos e potencialize o processo de ensino aprendizagem.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA;

PROFESSOR; DISCIPLINA; COMPORTAMENTO

ABSTRACT

This Internship Report is a fundamental document of reflection and criticism on the seas sailed until the end of the professional internship, carried out in the academic year of 2022/2023, at the Pedrouços Primary and Secondary School. It addresses the difficulties experienced during the Supervised Teaching Practice and the future prospects at the start of the profession of Physical Education Teacher. Throughout the report, analogies are made with the Age of Discovery, in the way that the trainee, like the navigators, faced the unknown seas in search of professional and personal development. The beliefs, aversions and experiences in the quest to promote a quality Physical Education are also reflected upon. It discusses the different school contexts the trainee has experienced and how he has evolved with his teaching experiences. The trainee highlights the humanistic and holistic skills needed for a young person to enter society safely and with the ability to thrive in the future, and to do this uses teaching models that highlight the importance of placing the student at the center of the teaching-learning process. The socio-affective domain was preponderant during the internship, especially with regard to students' behavioral skills. An intervention program was implemented that highlights the relevance of a democratic approach in promoting behavioral adjustments and corrections to promote a positive school environment that ensures the inclusion of all students and enhances the teaching-learning process.

KEY-WORDS: PROFESSIONAL INTERNSHIP; PHYSICAL EDUCATION;
TEACHER; DISCIPLINE; BEHAVIOR

1. Introdução

Este Relatório de Estágio surge no âmbito do Estágio Profissional enquadrado no 2.º ano do mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O Relatório de Estágio é um documento fundamental de reflexão e crítica sobre o caminho percorrido até ao fim do estágio, as dificuldades sentidas durante a Prática de Ensino Supervisionada e as perspetivas futuras para iniciar a profissão de Professor de Educação Física.

Eu e os meus colegas estagiários, fomos desafiados e encorajados pela Professora Doutora Susana Soares, a expressarmos de forma sincera e criativa o caminho pessoal e profissional percorrido durante a realização do estágio. No fundo, durante este relatório tento falar de um caminho, de realizar um percurso de relato e reflexão que só eu posso percorrer, criando uma ligação entre a minha pessoa e o meu percurso profissional enquanto futuro professor. Ao longo do relatório efetuarei diversas analogias com a história de Portugal relativa à época dos descobrimentos, quando os portugueses navegaram por mares desconhecidos, enfrentando diversas dificuldades à procura de uma vida melhor. Tal como eles, senti-me um autêntico navegador na época dos descobrimentos – a explorar o desconhecido, tentando descobrir o caminho a percorrer, os métodos mais adequados a utilizar e os materiais a desenvolver para conseguir chegar seguro ao meu destino. Neste sentido, tento escrever estas minhas cartas de navegação para recordar toda a viagem de um pequeno navegador estagiário que ainda tem muito para crescer e aprender. Sinto a necessidade e importância de refletir sobre todas as ilhas por onde passei, relembrar todos os indígenas com quem interagi, os quais ensinei, mas com quem também aprendi e na escola que me fez pensar no imenso oceano que é a área da Educação Física e no que tem para dar, explorar e aproveitar.

No início desta viagem perguntava-me: será esta a minha vocação, a vida que quero prosseguir? Que tipo de professor quero ser e porque quero ser professor, será que me encontro no caminho certo e que tenho capacidades para conseguir ensinar os meus alunos? Porque sei que não é qualquer

pessoa que sente esta vocação e tem força de vontade e amor pelo ensino. Esta é uma missão de vida, a educar aqueles que serão a próxima geração, colocá-los nas mãos de um professor, que deve formar, educar e que também pode influenciar, tanto positivamente como negativamente, todas as crianças e jovens com os quais têm o privilégio de se cruzar. Tal como os navegadores tiveram a coragem de enfrentar os oceanos desconhecidos, só conseguindo durante a viagem desenhar o seu mapa, também eu durante o estágio ganhei certezas de que ser professor é a minha paixão e propósito de vida. Foi o estar na escola e as interações que nela se realizaram que aumentam a chama e a força de vontade para prosseguir nesta profissão, a qual sei não ser fácil e que nos apresenta muitos desafios.

Durante o estágio precisei de encontrar um método que me facilitasse o processo de ensino-aprendizagem para as diferentes matérias, de aprender a refletir sobre as práticas letivas e adquirir experiência para o conseguir fazer. Aprendi que é necessário ter a calma e à-vontade para conseguir pensar e ordenar os meus pensamentos. Como os navegadores, mesmo no fim deste processo, pergunto-me se a minha bússola estará a guiar-me no caminho certo, ou seja, se o percurso que estou a fazer ao longo da minha vida, se a forma como o estou a percorrer, é o mais adequado? Acredito que será, pois penso que não existe um percurso certo e outro errado, uma vez que a experiência que tenho vivido só está a ser vivenciada por mim, enquanto professor-estagiário num contexto específico. Estive a lecionar a alunos do 9.º ano de escolaridade, numa escola especial e tão acarinhada por mim como é a Escola de Pedrouços, uma escola inserida num Território Educativo de Intervenção Prioritária, com uma reputação pior do que o que realmente é, que ficará para sempre no meu coração como a primeira escola em que lecionei. Num estágio com um ambiente bastante positivo, principalmente pela influência do Professor Cooperante Óscar Teixeira, num grupo disciplinar bastante animado e uma direção com muito respeito pela área da Educação Física.

A verdade é que, por vezes, navegamos mares calmos, outras vezes, tempestuosos, e na escola, enquanto professores, trabalhamos com pessoas, cada uma com as suas especificidades e diferenças, existindo assim uma

perspetiva social muito característica. É preciso interagir com alunos, professores, funcionários e encarregados de educação, o que cria uma cultura única. Porém, a cultura da escola vai além disso. É também importante a referência aos espaços e estruturas que existem em cada escola, aos valores partilhados pelos elementos responsáveis, que cada escola manifesta no seu regulamento interno, caracterizado pelos objetivos da escola e pelas estratégias para os concretizar. Por fim, há as crenças dos alunos, do pessoal docente e não docente, tanto interno como externo, criando uma cultura única, diferenciada e inerente a cada escola.

2. Dimensão Pessoal

2.1 Eu e os meus tripulantes

Antes de embarcar na viagem que é o estágio profissional, preciso de explicar quem sou, partilhar convosco a minha história neste barco que nos vai levar até ao caminho do ativo.

Eu, Lucas Alexandre da Silva Lopes, sou o capitão e também a embarcação desta viagem. Um algarvio de 26 anos, nascido a 13 de setembro de 1997 e criado em São Brás de Alportel, uma vila serrana no centro do Algarve. Início agora uma pequena viagem sobre a minha vida. Tenho dois irmãos. O mais velho, Marcos, é três anos mais velho do que eu e é um recente professor de Física e Química. O Ivan é um ano mais novo e trabalha como Nadador Salvador. O meu pai foi professor na área das artes e é arquiteto. A minha mãe, a pessoa que mais me ajudou ao longo da minha vida, é técnica administrativa na RTP em Faro. A minha família é como uma âncora que me mantém sempre seguro. Tanto a mim, como aos meus irmãos, sempre nos foi proporcionada liberdade para crescer, para fazermos as nossas escolhas com simultânea orientação e proteção parental. Mais no meu caso, devido a um transtorno específico de aprendizagem, a dislexia de desenvolvimento, algo comum em cerca de 5 a 17% das crianças afetadas (Teles, 2004). Logo nos meus primeiros anos de escolaridade foi-me detetada dislexia, percebida a partir das dificuldades de dicção e escrita. Ao nível da componente escrita viam-se erros frequentes e sem sentido, trocando diversas letras nas palavras e, por fim, sentia ainda uma dificuldade incrível em concentrar-me no texto, parecendo que o mesmo se ia desfocando. Percebendo algumas destas dificuldades, os meus pais levaram-me a um pedopsiquiatra que me detetou a dislexia. A partir desse momento fui acompanhado por uma terapeuta da fala, e, mais tarde, realizei terapia ocupacional. No decorrer deste período fui também acompanhado pela psicóloga da escola. Durante o meu percurso escolar, desde o 1.º ciclo até ao ensino secundário, estive referenciado com dislexia, tendo tido acesso a acompanhamento especial.

É verdade que a dislexia é atenuável, mas não tratável, ainda assim, sinto que melhorei bastante, com a ajuda dos meus pais e professores. Algo que também possibilitou o processo de melhoria foi o suporte dos meus colegas das diversas turmas a que pertenci ao longo dos anos de escolaridade. Nunca me fizeram *bullying*, sempre me defenderam e deram-me oportunidade de falhar sem que eu sentisse qualquer sentimento de humilhação. Este suporte foi fundamental, os meus amigos, um grupo incrível que sempre me protegeu e ajudou. Foi com eles que consegui melhorar e desenvolver as minhas capacidades ao nível psicossocial, eles fazem parte da minha tripulação nesta pequena viagem sobre a minha vida. Por este suporte familiar e de amizade é que me considero uma pessoa bastante calma e tranquila, ainda que por vezes tímido.

2.2 A Arte por detrás da navegação é o Desporto

Embora tímido, sei que sou uma pessoa bastante ativa e amante do desporto, tendo este sido um dos meus pilares. Posso dizer que representa um vento forte, como o que soprou sobre as velas das caravelas portuguesas, guiando o meu caminho desde os 6 anos de idade. Este amor foi desenvolvido sob a influência dos meus dois irmãos, principalmente o Marcos, que me deu a conhecer o basquetebol, a modalidade da minha vida. Comecei a jogar na equipa do Marcos. Como na minha terra não existiam mais escalões, o desporto não estava desenvolvido, tive de jogar contra crianças 3 a 4 anos mais velhas do que eu. Apesar da desadequação da idade, nunca pensei em desistir, e, aos poucos, nos intervalos da escola, fui atraindo o interesse dos meus amigos até termos elementos suficientes para formar uma equipa. Apareceram assim mais elementos da minha tripulação, uma segunda família.

Dentro do campo percebi o que era realmente viver, sorrir, mas também chorar, porém, nunca desistir. A mim, foi o desporto que me trouxe felicidade e sempre soube que este seria o verdadeiro caminho a seguir. Inicialmente não era como professor, queria ser jogador profissional de basquetebol. Fiz muitas

conquistas dentro da modalidade, fui à seleção regional por duas vezes e, enquanto capitão de equipa, fomos também por duas vezes à primeira fase do nacional, como iniciados e cadetes, e, por fim, após terminar o 12.º ano decidi perseguir o meu sonho: navegar fora dos mares em que me sentia mais à vontade. Saí de Portugal à procura de um basquetebol diferente, internacional, com jogadores de toda a europa, e emigrei por um ano. A cidade escolhida foi Dublin, na *North Atlantic Basketball Academy*. Tinha como propósito desenvolver as minhas capacidades na modalidade, capacidades sociais e também o inglês, para que, no fim, conseguisse ganhar uma bolsa de estudo para uma universidade. Na North Atlantic Basketball Academy realizava cerca de onze treinos de basquetebol por semana, tinha programas de treino de força especializados para mim, enquanto atleta, e também tinha aulas de inglês, mas onde senti que verdadeiramente melhorei o meu inglês foi na interação diária com os meus colegas de diversas nacionalidades.

2.3 O Percurso antes do embarque

Passado um ano e várias lesões, foi tempo de voltar aos mares portugueses e entrar numa faculdade. Uma decisão que não foi fácil. Sabia o que queria, mas não queria admitir. Procurava na área das engenharias um percurso que me facilitasse arranjar trabalho para poder ganhar a minha independência com maior facilidade. No entanto, percebi que mais vale fazer o que amo e andar à bolina do vento do que correr atrás de algo que nunca me vai fazer realmente feliz. Infelizmente, antes de escolher o curso não acreditava numa vida sustentável sendo profissional do desporto, não tinha noção de todas as áreas que existem dentro dessa área, pensava que iria passar a minha vida a remar contra a corrente. Mas após desmistificar algumas crenças, entrei na Universidade de Évora, onde descobri mais uma grande família e a pessoa por quem me apaixonei, que me suporta e que me ajuda psicologicamente e apoia em tudo o que faço. Se eu sou o capitão nesta viagem ela é o meu braço direito. Foi no curso de Ciências do Desporto, pela

sua vasta estrutura curricular que se manifestou o interesse por diversos desportos, alguns que não são lecionados nas escolas e que não tinha experimentado, como o exemplo do râguebi, ténis e a equitação. Após as várias unidades curriculares, como a nutrição, as diversas didáticas, a traumatologia, o desenvolvimento motor e a teoria geral do treino desportivo, percebi o oceano de diferentes caminhos que a área do desporto pode representar. Como amante de todas estas áreas, foi bastante difícil compreender por que mares deveria navegar.

Antes do mestrado e por influência da minha namorada, fiz uma formação *E-learning* (na época do confinamento, devido à COVID-19). Realizei um curso de especialização por uma empresa privada chamada *Manz Produções* que disponibiliza diversas formações no mundo do *fitness*, em conjunto com a Universidade Lusófona, na área de Alimentação, Nutrição e Suplementação no Exercício. Quando a situação da pandemia COVID-19 começa a regressar à normalidade e sob a influência do meu pai e do meu irmão Marcos, candidatei-me e entrei no Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Os argumentos utilizados foram que a área do ensino iria completar o meu percurso profissional, que eu teria jeito para o ensino e completaram a dizer: “Vai e experimenta, se não gostares desistes e escolhes outro.”. Embora eu não goste de desistir, o que realmente me levou a permanecer no mestrado foi a verdadeira descoberta pelo gosto de ensinar, percebi que me sinto bem quando o estou a fazer e embora os professores tenham de lidar com inúmeros e diferentes alunos durante o ano letivo, após um ano de estágio, é fácil perceber que cada um dos meus alunos, as suas diferenças e especificidades, me ajudam a desenvolver competências profissionais e pessoais, criando sentimentos inexplicáveis.

3 Dimensão Profissional

3.1 A evolução náutica e os mares atuais – Papel da escola na sociedade atual

Enquanto um marinheiro tem de conhecer o mar, um professor tem de perceber a escola. Logo no primeiro ano de mestrado alguns professores sugeriram refletir sobre a escola: o que é a escola, qual é o seu objetivo e quais as principais diferenças ao longo dos anos? Passado um ano de vivência escolar, acabei por descobrir que na altura a minha reflexão foi muito rudimentar e genérica, atualmente percebo a importância de pensar nestes temas, especialmente nesta fase em que inicio as minhas cartas de navegação. É comum que diferentes pessoas tenham visões distintas sobre o significado da escola, cada um tem os seus próprios objetivos e crenças. Para alguns professores, a escola pode ser vista como um espaço para transmitir conhecimentos e habilidades específicas, enquanto para outros pode ser vista como um espaço para desenvolver habilidades sociais e emocionais. Também, os alunos apresentam visões distintas, sabem que a escola é um espaço para aprender, fazer amigos, brincar e socializar, alguns visualizam a escola como um espaço seguro e acolhedor, outros como um sacrifício diário. Muitos destes alunos, com uma visão deturpada dos benefícios que a escola pode trazer, viram no "Decreto de lei n.º 85/2009, de 27 de Agosto 2009 do Diário da República, 1.ª série — N.º 166" (2009) a escolaridade obrigatória para crianças e jovens entre os 6 e os 18 anos de idade. Isso significa que todos os alunos devem, obrigatoriamente, frequentar a escola até completarem 18 anos ou até obterem o diploma do ensino secundário. Esta obrigatoriedade acaba por transformar a vida de muitos alunos, que veem o ensino profissional como uma oportunidade para obter o diploma do ensino secundário e a abertura de uma nova porta para a vida profissional, não abdicando da aquisição de conhecimentos e de habilidades específicas.

No pensamento tradicional, concebido após a revolução industrial, a base do ensino-aprendizagem não passava de uma transmissão de conhecimento, com o professor no centro do processo. O aluno apenas ouvia,

memorizava e repetia. Neste modelo, os alunos eram considerados como iguais, mas apenas os que apresentam boa capacidade de reproduzir o transmitido teriam boas notas, os restantes eram maus alunos. Escrevo estes pensamentos no passado, pois tal como Quennerstedt (2019), quero acreditar que o ensino de imitação está a desaparecer e tal como a tecnologia e a sociedade evoluíram (as embarcações estão cada vez mais seguras e rápidas), o ensino assim terá de o fazer.

Num pensamento mais radical e científico, a escola é uma experiência social em que os professores submetem os alunos a uma série de problemas para que os mesmos encontrem soluções. Num formato científico, os alunos são submetidos a um pré-teste, como uma avaliação diagnóstica e após os resultados é possível verificar as suas dificuldades e formar uma série de propostas de intervenção como os modelos de ensino. Ao realizar a intervenção como, por exemplo, uma unidade didática, é submetido um pós-teste (avaliação sumativa) de forma a avaliar se o aluno evoluiu de acordo com os objetivos propostos na intervenção. No entanto, é preciso perceber que as crianças não são “ratos de laboratório” para serem colocadas em experiências não baseadas na literatura. Um professor precisa de ter conhecimento teórico e empírico, é necessário criar um equilíbrio, colocando os alunos no centro do processo de ensino-aprendizagem e contribuir com a transmissão de princípios, valores e competências.

A verdade é que a escola está a evoluir com a sociedade, a mesma que se encontra em constante mudança e um professor tem o dever de se manter atualizado. O objetivo principal da escola é preparar, da melhor maneira possível, os alunos para o futuro, desenvolvendo diversos princípios, valores e competências. A Direção-Geral da Educação (2017a) emitiu um documento que refere o perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória (Figura 1), abordando uma perspetiva holística, centrada nos alunos e focando-se no estabelecimento de um conjunto de elementos, envolvendo os conhecimentos, competências, valores e atitudes.

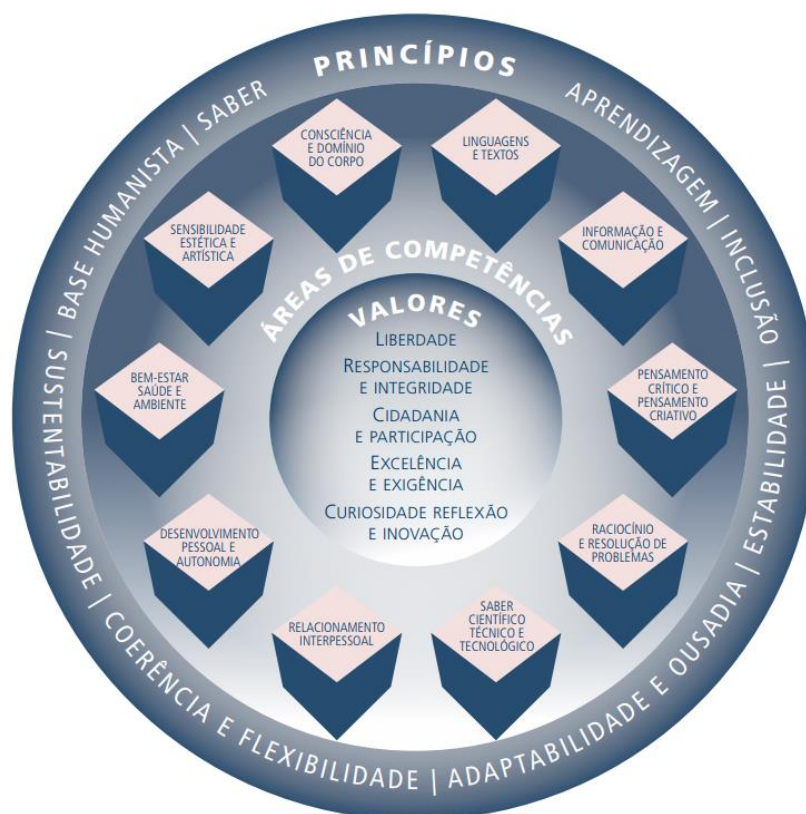


Figura 1 - Esquema conceitual do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, segundo a DGE (2017)

3.2 Uma imensidão de temas a explorar, como o oceano e as suas ilhas – Conceções da Educação Física

De acordo com o dicionário da Língua Portuguesa, conceção é o ato de conhecer ou a faculdade de conceber, de compreender e de idear. Nos mares existem vários tipos de navegadores: uns que acreditam no Adamastor, o Cabo das Tormentas ou em todos os monstros que nos oceanos habitam, mas também existem os que compreendem e idealizam as correntes que nos levam no caminho certo e os ventos fortes que sopram pelas velas. Os primeiros pensam que a vida é como uma tarefa aborrecida e desmotivante, enquanto os outros, assim como eu, acreditam que a vida é para ser explorada. Para mim, a Educação Física é uma dessas marés, acredito que a disciplina de Educação Física incentive muitas crianças e jovens a viver uma vida saudável, que ensina a desenvolver o corpo a nível físico e motor, o conhecimento com a aquisição de competências cognitivas, psicológicas e também sociais. A verdade é que a

exploração corporal é realizada desde muito cedo, daí a importância da Educação Física o mais cedo possível, continuando o seu desenvolvimento ao longo de toda a vida, eu acredito e defendo uma Educação Física de qualidade que motive para a literacia física, para uma prática desportiva ou para a atividade física regular.

Assim como um navegador deve saber nadar, uma criança deve desenvolver a literacia física o mais cedo possível, de forma a conhecer o seu próprio corpo, sendo esta uma das inúmeras razões que demonstra a importância da Educação Física no currículo escolar. Em relação à legitimação, defendo que a Educação Física contribui para a qualidade de vida, através da cultura do movimento. Para realizar esta cultura de movimento, a Educação Física, necessita de desenvolver um repertório de competências, no decorrer do ensino-aprendizagem. Um marinheiro tem de apresentar destreza física para manusear as velas, tem de conhecer os mares e a astrologia de forma a navegar em segurança e é fundamental o trabalho em equipa para levar o barco ao seu destino. Na minha opinião a Educação Física deve ser uma disciplina holística, que desenvolva o domínio técnico-motor, o interpessoal e por fim, o cognitivo-reflexivo.

A nível técnico-motor, a Educação Física é a disciplina que mais visa a corporalidade dos alunos, algo que nos dias de hoje é cada vez mais preocupante, devido à mudança nos estilos de vida na sociedade. A Educação Física consegue combater alguns desses problemas, promovendo a saúde e hábitos de vida saudáveis nos alunos, explorando movimentos com o corpo e habilidades motoras (Bracht, 1999; Graça, 2014). Em relação ao nível cognitivo, é importante salientar a palavra “Educação” na disciplina de Educação Física onde o ensino deve ser focado nos alunos e permitir que ocorram as possibilidades de uma mudança na perspetiva de Educação Física, tanto nos alunos como nos professores pela forma como observam o mundo, a sociedade e a eles próprios. Deste modo, a Educação Física coloca os alunos a realizar atividades cujo resultado é incerto, pois é nesta visão que os alunos se desenvolvem e não em situações cujo fim é premeditado (Quennerstedt, 2019). Um dos objetivos da Educação Física é aumentar a cultura desportiva

dos alunos, fazer com que os mesmos tenham pensamento crítico, criativo e inovador, resolvam problemas e tomem decisões (McLennan & Thompson, 2015). Estes conhecimentos que os alunos adquirem são construídos num contexto social, devido ao fator comunicação, à interação professor-aluno e aluno-aluno, crucial para a aprendizagem. No nível psicossocial, Crum (1993) aborda três domínios importantes que os alunos precisam de desenvolver: a formação pessoal, cultural e social. McLennan & Thompson (2015) referem que a Educação Física de qualidade é a principal responsável por promover cidadãos confiantes em si mesmos e socialmente conscientes, através de uma prática promotora da autoconfiança e da autorrealização.

Considero que a Educação Física é uma disciplina fundamental no currículo dos alunos, porque se for bem lecionada abrange 8 das 10 áreas de competência desejadas na escolaridade obrigatória (Figura 1). Estas competências centram-se nos alunos, assim como o processo deve ser, envolvendo conhecimentos, capacidades e atitudes. As áreas a que me refiro são: desenvolvimento pessoal e autonomia, informação e comunicação, bem-estar, saúde e ambiente, raciocínio e resolução de problemas, sensibilidade estética e artística, pensamento crítico e pensamento criativo, relacionamento interpessoal, consciência e domínio do corpo. A Educação Física apenas não envolve as áreas da linguagem e textos e do saber técnico e tecnologias (DGE, 2017a).

Sendo esta disciplina focada na inclusão e no processo, não é mais importante quem sabe fazer melhor ou quem sabe mais, mas sim quem consegue evoluir mais nos diferentes níveis referidos acima, contribuindo assim para o desenvolvimento pessoal dos intervenientes na disciplina e futuramente para uma sociedade mais justa, responsável, consciente e competente.

Por fim, a forma como se deve promover o desenvolvimento integral dos alunos, na perspetiva holística de Educação Física, é com ênfase em modalidades desportivas através de jogos lúdicos e recreativos, conseguindo motivar os alunos para a prática física, procurando o desenvolvimento e a exploração do corpo pelo espaço (movimento) através de jogos (Tezani, 2021).

Assim sendo as diferentes perspetivas não se separam, mas complementam-se, sendo importante construir uma Educação Física com base humanista e que coloque a aprendizagem, assim como os alunos, no centro do processo.

3.3 Quais os mares a explorar? – Expetativas iniciais

Neste momento, ao acabar o estágio profissional deparo-me com um sonho, o de ser Professor de Educação Física. No futuro, conjugado com esta profissão, gostaria também de ser treinador de basquetebol, nas camadas de formação, transmitir o meu conhecimento, experiência e sonho de infância para as gerações mais jovens, ver as crianças a crescer, a construir os seus próprios barcos e a navegar pelos seus próprios mares. Atualmente não consigo visualizar um futuro sem ensinar, mas nem sempre foi assim. Tal como referi no capítulo da dimensão pessoal, ser professor não se encontrava nos meus planos de adolescência, apenas durante o primeiro ano do mestrado é que senti a satisfação de lecionar, principalmente durante as didáticas específicas do desporto, quando interagíamos com alunos do ensino obrigatório, em contextos mais realistas. Após o primeiro ano, foi nos requerido participar de um concurso interno para a divisão dos estudantes universitários pelas inúmeras escolas com que a faculdade apresenta protocolo. Assim obtivemos uma lista com 31 opções, no entanto, eu, sendo um “estrangeiro” como a Professora Susana Soares costuma referir-se àqueles que não realizam a formação inicial na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, não conhecia qualquer uma dessas opções, começando a minha primeira dificuldade, mesmo antes do estágio profissional ter início. Comecei por reunir as escolas mais próximas da zona onde me encontrava a residir, no Porto. Vi as vantagens e desvantagens de mudar de casa. No fim, após uma conversa com dois colegas e com a ajuda do meu irmão Marcos, decidi que não é apenas a escola que fará o meu estágio mais interessante, mas sim as pessoas com quem irei partilhar esta experiência, acabando por criar uma lista idêntica aos meus dois colegas, iniciando esta aventura de olhos fechados

relativamente às escolhas realizadas, sem saber para onde as ondas e os astros me iriam levar.

No dia que recebemos a notícia das escolas em que ficamos colocados, rapidamente fiquei interessado em saber mais. Contudo, apenas no dia em que realizamos a primeira visita à escola, conhecemos os professores cooperantes e todos os estagiários, uma vez que esta escola apresenta dois núcleos de estágio da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Tivemos a oportunidade de conhecer o espaço e conhecemos alguns dos documentos de importante leitura, como, por exemplo, o regulamento interno da escola e o plano plurianual de melhoria, descobrindo assim que a escola pertence a um Território Educativo de Intervenção Prioritária. Nesta altura tinha muitas perguntas e poucas respostas, queria saber qual seria a minha turma, a sua escolaridade, o horário, enfim, estava ansioso para começar e parecia que os dias passavam muito devagar. Olhando para trás, vejo agora como o tempo passou tão rápido. Quando uma pessoa faz o que gosta, parece que o tempo desaparece.

Ansioso é a palavra que melhor descreve a minha pessoa naquela fase inicial. Não tinha grandes expectativas formuladas, sabia que era uma escola Território Educativo de Intervenção Prioritária, poderia ter alunos com comportamentos incorretos e problemáticos e pensava que o ambiente escolar seria um pouco negativo e tenso. Todas estas expectativas estavam erradas, o ambiente escolar é espetacular, principalmente no grupo de Educação Física, todos os futuros colegas professores e a direção foram bastante acolhedores e os próprios alunos forneceram-me uma experiência muito mais enriquecedora do que eu estava à espera.

3.4 Normas de navegação – Enquadramento Legal e Institucional do Estágio Profissional

O Estágio Profissional complementa a formação inicial, é uma unidade curricular que representa 48 créditos do plano de estudos, durante o 2.º ano do

Mestrado Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

É uma passagem fundamental no processo de formação profissional de um professor, que confere a qualificação profissional segundo as alterações introduzidas no "Decreto de lei nº79/2014, de 14 de Maio 2014 do Diário da República, 1.^a série — N.º 92" (2014). No decurso do Estágio Profissional estão integradas duas grandes componentes, a prática de ensino supervisionada, avaliada ao longo do ano pelo Professor Cooperante, juntamente com a Professora Orientadora e o Relatório de Estágio Profissional é elaborado e defendido, em provas públicas, perante um júri. A classificação final é feita através da média aritmética entre estas duas componentes.

A Prática de Ensino Supervisionada é organizada em três grandes áreas, a organização e gestão do ensino e da aprendizagem, a participação na Escola, a relação com a comunidade e o desenvolvimento profissional. Estas áreas são desenvolvidas ao longo de todo o ano letivo e é no estágio que um estudante se transforma num professor, com a cooperação e orientação de professores experientes que nos apoiam em todos os passos iniciais desta aventura, não só nas atividades letivas e não letivas, mas também no desenvolvimento profissional, assim como no pessoal.

O Relatório de Estágio Profissional é um documento geral de reflexão de uma experiência pessoal e única, que expressa temas como conceções, intervenções, reflexões e uma investigação pertinente ao contexto escolar vivenciado enquanto estudante estagiário. Considerando o estágio como o fim da minha formação inicial, penso que é apenas o início da grande viagem da minha Profissionalidade, como Professor de Educação Física. Durante esta viagem senti a necessidade de procurar saber mais, tentei utilizar as ajudas dos professores e colegas de forma a conseguir escolher um percurso e técnicas para navegar o barco. Considero que a minha bússola para estes novos mares tem todos os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação inicial; a Professora Susana Soares, que orienta todo o meu trabalho da universidade e me desafiou a superar-me cada vez mais, a refletir e

melhorar; o Professor Óscar Teixeira, que coordenou toda esta nova experiência dentro da escola e nos permite, no contexto escolar, ter um vasto número de experiências, para que num futuro próximo seja autónomo dentro do mundo escolar. De referir também os meus colegas do núcleo, o Diogo Neiva e o João Monteiro, que se encontraram na mesma situação que eu. Mutuamente, conseguimos discutir e observar os erros e sucessos uns dos outros.

3.5 O primeiro farol – a Escola

Posso dizer que o primeiro farol a ser avistado durante esta viagem foi a escola, na qual entrei pela primeira vez, no dia 4 de setembro de 2022. Senti-me como as gentes da frota de Pedro Álvares Cabral no primeiro contacto com o Brasil, em 1500, como se tivesse entrado num terreno novo por explorar. Inicialmente estava muito curioso em relação a tudo, os dias eram longos e pareciam anos, tal como o tempo que se passa no mar até chegar a um novo destino, mas, finalmente, no dia 7 de setembro, tive acesso a toda a informação para iniciar esta nova viagem.

A Escola de Pedrouços está localizada no concelho da Maia, distrito do Porto. É uma escola de ensino básico e secundário, que acolhe alunos com grande diferença de idades (dos 10 anos até mais de 18), algo a que não estava habituado. No meu percurso escolar, o agrupamento escolar onde estudei dividia o ensino secundário do ensino básico, verificando-se uma menor diferença de idades. O Agrupamento de Escolas de Pedrouços por se encontrar inserido num projeto Território Educativo de Intervenção Prioritária, tem o objetivo de prevenir e reduzir o abandono escolar e a indisciplina, promovendo o sucesso educativo dos alunos, através da elaboração e aplicação de um Plano Plurianual de Melhoria (DGE, 2014, 2017b). Neste tipo de escolas, é comum a existência de diferentes casos de alunos que apresentam problemas familiares, alguns dos quais em constante interação com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens, o que deixa a escola com níveis de responsabilidade acrescidos na educação e motivação destes alunos

para que os mesmos tenham a possibilidade de adquirir uma vida melhor. Como se fosse uma família que vive do mar, mas sem serem marinheiros, é a escola que os tem de os ensinar a navegar.

A Escola de Pedrouços apresenta uma boa cultura desportiva. Para a disciplina de Educação Física, é muito positivo existirem várias instalações disponíveis, que facilitam a distribuição das turmas pelos vários espaços. Eu, durante o ano letivo, lecionei a maior parte das aulas no Pavilhão Municipal da Maia, designado de pavilhão 13, que fica fora do recinto escolar, mas à frente do mesmo. Durante a unidade didática de Ginástica de Aparelhos e de Atletismo (salto em altura), tive a oportunidade de lecionar no pavilhão de ginástica da escola, uma divisão à parte do pavilhão principal, onde apenas está uma turma de cada vez, e que apresenta um espaço bastante confortável para lecionar. No pavilhão principal tive o prazer de dar vários treinos de Gira-Volei. Infelizmente, a meio do primeiro período o pavilhão da escola teve problemas no solo, causados pela infiltração de chuvas, o que impediu a realização de aulas e dificultou a gestão de ocupação dos espaços pelas turmas durante algum tempo. No espaço exterior encontram-se dois campos de futebol, um de futebol de 5 e outro de futebol de 7. Estes espaços são bastante apelativos e um bom incentivo aos alunos da escola, no entanto foram poucas as aulas lecionadas nestes espaços, uma vez que algumas vezes não estavam de acordo com o plano a lecionar no momento ou o tempo não era favorável à realização de aulas no exterior. A pouca utilização deste espaço deve-se também a comportamentos incorretos da turma, como as distrações, mesmo demonstrando motivação por realizarem uma aula de futebol no relvado e ao ar livre.

Como professor de Educação Física, o nosso habitat é frequentemente um pavilhão. No entanto, durante este ano consegui explorar diversos espaços dentro da escola, ao ajudar a diretora da minha turma residente a lecionar as aulas de cidadania. Frequentei as ditas salas tradicionais, de que bem me lembro do meu período escolar. Por fim, frequentei ambas as salas de professores. Uma geral, frequentada por todos os docentes, na qual foi possível conviver com diferentes colegas, ver professores a trabalhar nas suas

diferentes disciplinas, ouvir conversas e conselhos dos docentes mais velhos e entrar no mundo dos professores. Outra, dos professores de educação física, localizada junto ao pavilhão principal da escola, por vezes silenciosa e bastante própria para trabalhar, outras vezes uma festa autêntica, com um excelente convívio, na qual o grupo de professores de Educação Física se reunia e partilhava histórias profissionais ou até pessoais, com as quais um estudante-estagiário tinha muito para aprender.

Na escola existiram três grandes fases de adaptação pessoal e profissional. No 1.º período senti uma sensação de estranheza e desconforto ao andar na escola, como um peixe fora de água, sentia-me observado e foi uma adaptação que demorei a fazer. Já no 2.º período esta sensação começou-se a alterar. Aos poucos comecei a considerar-me cada vez mais como um professor e os alunos de todos os anos começaram a reconhecer-me como tal, principalmente os mais novos do Gira-Volei, que corriam para falar connosco. Aos pouco deixei de ser o peixe fora de água e comecei a aprender a nadar, deixei de ser um estranho para me passarem a chamar professor ou colega. No último período, o à-vontade e a familiaridade com a escola eram normais. A escola começou a ser como uma segunda casa, passando lá cada vez mais tempo a socializar, tanto com os colegas como com os alunos.

3.5.1 Ilha da turma residente

Ao entrar numa ilha desconhecida, o primeiro instinto é procurar como sobreviver. Nesta situação não foi diferente, ao encarar a minha turma residente precisei, primeiro, de ganhar confiança em mim e nas minhas capacidades e só depois o controlo da turma. Deparei-me assim com uma tribo, do 9.º ano de escolaridade, inicialmente com 16 personalidades diferentes. Mais tarde, a meio do ano, entrou outro aluno e no início do 3.º período a turma acabou por ficar apenas com 15 alunos. Nesta minha viagem, em que encaro os meus alunos como indígenas, eu, como professor, tenho a tarefa de ensinar e cativar para a Educação Física, algo que para alguns

alunos foi simples e para outros sempre com altos e baixos, dependendo das modalidades lecionadas e também do espaço, ou mesmo dependendo do dia e humor dos mesmos, algo sempre muito variável. Inicialmente estava nervoso. Este sentimento nunca passou na totalidade, apenas se apazigou ao longo do tempo. Após alguma reflexão, concluiu que o nervosismo sentido apresenta características positivas, quer dizer que me importo com o trabalho que estou a fazer, que me importo com todo o processo de ensino-aprendizagem e, principalmente, com os seres humanos à minha frente. Ao longo do tempo, o meu pensamento não foi o de eliminar esse nervosismo, mas sim perceber como o posso utilizar a meu favor e dos meus alunos.

Ao realizar uma avaliação inicial da turma foi fácil perceber a falta de autonomia e do gosto pela atividade física, o pouco domínio das modalidades, as dificuldades de alguns alunos na execução de habilidades motoras básicas das diferentes modalidades e, principalmente, de coordenação com grande expressão na corrida. Estas características podem ter origens diversas sendo, a mais saliente, na minha opinião, e expressada pelos alunos durante as conversas ao longo do ano, de que foram os anos de pandemia que levaram à diminuição da atividade física e à falta das aulas de Educação Física de forma presencial. A falta de atividade física, o sedentarismo e a obesidade infantil são fatores que influenciam o desenvolvimento das capacidades motoras, tanto as condicionais como as coordenativas (L. Lopes et al., 2012; V. P. Lopes et al., 2012). Na turma foi possível verificar que seis dos quinze tinha excesso de peso, sendo o número de sedentários ainda maior.

Nesta turma existiam dois alunos com necessidades especiais e com medidas seletivas. Um deles apresentava Perturbação do Espectro Autista, e como referido por Sousa and Santos (2005), a personalidade é muito marcante, preferindo o isolamento e evitando certos contactos sociais. Neste caso específico, existia uma grande dificuldade de relacionamento com alguns colegas da turma. Apresentava algumas dificuldades motoras, com principal foco nas habilidades motoras fundamentais de manipulação de objetos, como agarrar ou lançar. O aluno também tinha um problema no pé, o que agravava a sua locomoção e dificultava alguns movimentos como saltar ou agachar.

Felizmente, o aluno realizou praticamente todas as aulas, demonstrando grande vontade de melhorar. Com algumas estratégias sugeridas pelo Professor Óscar e aplicadas por mim, conseguiu ter sucesso e melhorar nos domínios motores e cognitivos, mas a melhor vitória foi o progresso realizado ao longo do ano em relação às capacidades sociais do aluno. Conseguiu cooperar com os colegas, mantendo a inclusão na turma, permitiu ser ajudado pelos colegas e, quando possível, era o primeiro a tentar ajudar ou explicar as atividades aos colegas.

O outro aluno referido tinha problemas de desenvolvimento intelectual, tendo sido elaborado um relatório técnico-pedagógico referenciando um conjunto de medidas necessárias para a aprendizagem e inclusão do aluno ("Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de Julho do Diário da República, 1.ª série — N.º 129," 2018) . O aluno era bastante introvertido e era difícil ouvir a sua voz durante as aulas, apresentava mais dificuldade em perceber os exercícios e em concentrar-se nas aulas. No entanto, era um aluno muito aplicado, que raramente faltava, e ao longo do ano foi possível ver o empenho e a sua participação nas atividades escolares a aumentar, ao ponto de participar nas atividades extracurriculares, como o torneio de futebol, expondo-se fisicamente à comunidade escolar e, ao longo do ano, demonstrou um alto nível de melhoria, sendo bastante importante continuar a desenvolver a sua capacidade cognitiva nos próximos anos letivos.

Logo no início do ano cheguei à conclusão de que a motivação da turma se dividia em dois níveis distintos. Uns alunos eram bastante ativos, praticando atividade física fora do tempo letivo, enquanto outros demonstram problemas de motivação para a prática. Uns dos objetivos iniciais, definidos por mim, foi motivar os alunos para que os mesmos demonstrem predisposição durante as aulas para realizar as tarefas e aprender. Os mais ativos tiveram o papel de ajudar os colegas, desenvolvendo assim as suas competências psicossociais. A verdade é que alguns alunos eram bons atletas, mas apresentavam limitações no domínio psicossocial, principalmente nas questões de comportamento e interação com os colegas. No final do ano e após a aplicação

do estudo desenvolvido por mim, relacionado com o comportamento, foram notórias as alterações desses comportamentos.

3.5.2 Ilha da Cidadania

Além de lecionar as aulas de Educação Física ao 9.º ano, acompanhei a turma durante as aulas de Cidadania, lecionadas pela Diretora de Turma, o que me mostrou a mesma tribo, num contexto completamente diferente. A realidade de uma sala de aula distingue-se da do pavilhão. Os alunos têm comportamentos diferentes e o professor age de outra forma, algo que por mim, antes do estágio, tinha sido unicamente experienciado como aluno. Considero uma mais-valia inicialmente assistir e depois participar como professor nesta disciplina, que vai fazer parte do meu futuro enquanto futuro diretor de turma, quando estiver no ativo na profissão de professor. Assistindo às aulas, é possível entender a facilidade que um professor de Educação Física tem no relacionamento com os alunos, comparativamente com os colegas das disciplinas, referenciadas como mais teóricas. Tal deve-se à proximidade física, à forma de demonstrar as tarefas e à livre exploração motora típica das aulas e participar nas aulas de Cidadania permitiu perceber as funções e a importância da direção de turma e conhecer os diversos temas e conteúdos que são abordados durante as aulas. As áreas temáticas abordam as relações interpessoais, valores, direitos, cultura e sexualidade, compreender o género, o corpo sexuado em desenvolvimento e o comportamento sexual.

Significa navegar novos mares, pelos quais não passei na minha formação, sabendo que no futuro a probabilidade de o fazer é alta. Em síntese, perceber o trabalho exaustivo que impõe uma direção de turma, conseguir compreender que as 3 horas semanais referenciadas no horário do docente são, por vezes, insuficiente para todo o acréscimo de trabalho que a direção de turma envolve. Perceber que as aulas de Cidadania e as horas de direção de turma são fulcrais para interligar a escola, os alunos e os encarregados educação.

3.5.3 Ilha da Inclusão

No horário letivo do Professor Óscar existia uma hora, semanal, às quintas-feiras, destinada às medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão, que tinha a finalidade de promover a prática da atividade física em crianças com necessidades especiais. Uma população diferenciada, que muitas vezes apresenta potencial para aprendizagem e desenvolvimento, uma dedicação e afeto que poucos alunos demonstram o que, por vezes, é pouco explorado, tornando a vida destas crianças pouco autónoma. Sinto que estes oceanos são bastante difíceis de explorar, um verdadeiro cabo das tormentas, pois ainda existe muito para aprender. Durante a hora semanal de aula, eu, os meus colegas de estágio e o professor Óscar estávamos responsáveis por ensinar três alunos com características distintas e de difícil diagnóstico. Com o passar do tempo e o contacto semanal fomos conhecendo estes alunos, as suas características físicas, cognitivas e psicossociais. A minha inexperiência e dos meus colegas de estágio levou a uma visão de recreio supervisionado durante estas aulas, o que causou um entrave inicial, contudo com o trabalho em equipa e a ajuda do professor Óscar foi possível melhorar, ao longo do tempo, as abordagens e interações, acabando por ganhar a confiança e o carinho dos três alunos. Uma carência inicialmente sentida foi a falta de informação relativa às necessidades e aos problemas individuais de cada aluno, que mais tarde tentei colmatar. Procurei saber mais, para além do Seminário Desporto Adaptado da unidade curricular Tópicos da Educação Física e Desporto I, onde aprendi sobre o boccia e o voleibol sentado, realizei uma formação na área do desporto adaptado nas escolas que me fez aperfeiçoar o boccia, aprendi sobre o basquetebol em cadeiras de rodas, o judo e atletismo aplicado a crianças com necessidades especiais. Percebi que o importante é a forma como nos relacionamos com os alunos. Durante o ano letivo senti que um bom relacionamento cria um melhor clima de aula o que facilita o processo de ensino-aprendizagem, pois os alunos sentem mais confiança para realizar as tarefas propostas. Com este pequeno investimento, para colmatar falhas inicialmente sentidas, melhorei a minha abordagem, no entanto sinto que este oceano continua a despertar um interesse que ainda agora começou e que a

exploração na área do desporto adaptado irá continuar na minha viagem por mares nunca navegados.

A verdade é que inicialmente senti que existia uma grande confusão dentro de mim em relação ao trabalho que era suposto ser desenvolvido. Inicialmente pensei que os alunos não estavam a aprender e nós, enquanto professores, não estávamos a realizar as nossas funções. Este pensamento não passou de uma visão de um estudante inexperiente que queria fazer mais. Aos poucos, com o ganho de maturidade e de conhecimento, percebi a importância destas aulas para os alunos, consegui fazer com que tivessem a oportunidade de sair da sua sala de aula e praticassem exercício físico, libertassem a sua energia, melhorassem o seu humor, predisposição e socializassem. Uma das recordações que vou manter comigo é a felicidade destes alunos quando nos viam e a vontade de querer aprender connosco. Contudo, estes alunos necessitam de um acompanhamento constante, diferenciado e com maior enfoque na inclusão, pois, no fundo, estavam a desenvolver competências motoras, cognitivas e sociais.

3.5.4 Ilha do Gira-Volei

De forma a completar a nossa experiência escolar, foi sugerido ao grupo dos estagiários a ajuda na organização de um dos desportos escolares proporcionados pela escola, mas devido à incompatibilidade entre os horários, foi difícil encontrar um que nos facultasse uma experiência completa. Contudo, surgiu a oportunidade de entrar no novo projeto de Gira-Volei, que não estava previsto no Plano Anual de Atividades no qual, juntamente com os meus colegas de núcleo e com a professora responsável, lecionávamos dois treinos por semana, com a duração de uma hora cada. Tornando-se numa nova aventura desta navegação, considero um treino diferente de uma aula, a forma de navegar é distinta, apesar de ambos terem o objetivo de ensinar os alunos/atletas o processo de ensino-aprendizagem é diferente, uma vez que no treino todos os alunos estão focados na modalidade e no seu desempenho de habilidades específicas, de forma voluntária, enquanto que nas aulas, a

abordagem tem de ser mais ampla, diferenciando várias modalidades para o desenvolvimento global do aluno.

O projeto de Gira-Volei foi desenvolvido em 1998 pela Federação Portuguesa de Voleibol e apresenta o propósito de desenvolver a modalidade de voleibol num contexto fácil, divertido e competitivo (FPV, 2014; Mesquita & Araújo, 2013). A modalidade de voleibol é complexa e de difícil aprendizagem, pelo facto dos gestos técnicos terem de ser executados num padrão estável, derivado da punição regulamentar, assim como a limitação no contacto com a bola torna o tempo de decisão reduzido (Mesquita et al., 2020). A redução de espaço e do número de jogadores em campo, faz com que o Gira-Volei se foque no desenvolvimento de uma habilidade motora principal, o passe, na criação de ambientes saudáveis e competitivos, promovendo uma componente social e no aumento de contacto entre a bola e o atleta. De um modo geral, o Gira-Volei é destinado a crianças e jovens dos 8 aos 15 anos com o objetivo de vivenciar experiências agradáveis, fomentar relações entre praticante, treinadores e toda a comunidade desportiva, desenvolver atitudes positivas face à prática desportiva e atrair mais jovens para a participação da modalidade (FPV, 2014; Mesquita & Araújo, 2013).

A experiência em participar neste projeto foi uma grande mais-valia na minha aprendizagem como professor-estagiário. Estes treinos eram frequentados por alunos do 2.º ciclo, do 5.º e 6.º ano, que partilharam um carinho completamente diferente dos alunos da minha turma residente (9.º ano). A relação estagiários-alunos foi, desde um primeiro contacto, benéfica para ambas as partes. São várias as razões pelas quais este tipo de relação surgiu, desde a proximidade de idades, à dinamização dos treinos e à relação fora do contexto de sala de aula. Estes alunos foram muito dados aos estagiários, sentindo um grande benefício em nos terem como professores, permitindo um acréscimo no à-vontade para ouvir os *feedbacks* facultados por nós.

Durante os treinos foi visível a diferença na entrega e vontade de aprender dos alunos, existindo um aumento considerável nas suas habilidades

motoras ao longo do ano letivo. Um dos fatores que demonstra essa entrega é a sua participação constante numa atividade extracurricular, que em muitos casos coincidia com a sua hora de almoço, tendo os alunos de almoçar durante o intervalo antes do treino para conseguirem chegar a tempo de participar no mesmo.

No último período existiu a oportunidade de os alunos participarem numa competição fora da escola, infelizmente a mesma não foi possível realizar por falta de verbas. Muitas vezes para realizar estas atividades é preciso um bom grupo disciplinar, que esteja disposto a abdicar do seu tempo livre para apoiar e acompanhar os alunos nestas atividades, nesta situação o corpo docente estava disponível, mas como era uma atividade fora dos planos iniciais da escola foi impossível realizar a mesma.

A verdade, é que sentir o carinho dado por estes alunos, fazia com que cada treino, cada hora, fosse uma alegria imensa. Foi sempre muito fácil de interagir com os alunos, entrar dentro de cada exercício ou jogo e criar uma ligação com os mesmos. Durante estes treinos, senti a importância de entrar, participar e jogar com os alunos, conseguindo criar laços, ganhar a confiança e demonstrar as componentes críticas de certas habilidades motoras, para que os alunos consigam aprender de uma forma mais eficaz. Após adquirir esta noção e vantagem consegui transferir esta competência de interação para a minha turma residente, melhorando o funcionamento das aulas e as ligações entre professor-alunos.

3.5.5 Ilha da turma complementar

No decorrer desta viagem, atracamos numa nova ilha, com pequenos indígenas de 6.º ano, na qual partilhei a experiência de uma turma complementar com os meus dois colegas de núcleo, durante o decorrer de uma unidade didática de ginástica de aparelhos. Esta pequena aventura teve início no começo do segundo período, com apenas cinco aulas, lecionamos três aparelhos diferentes: a trave, o minitrampolim e o boque.

A primeira dificuldade foi a escolha da turma, existiu a preocupação de nós, estagiários, passarmos pelos diferentes grupos disciplinares e o horário tinha de ser compatível com o horário de todos os professores estagiários, assim como com o horário do Professor Cooperante.

O percurso foi pequeno, mas bastante satisfatório. As aulas lecionadas a essa turma foram muito calmas e produtivas. As razões para tal podem ser diversas, pois a turma em si é bastante agradável de lecionar, os alunos são aplicados e ouvem o que o professor tem para ensinar, o que facilita bastante o processo de ensino-aprendizagem. Outra razão pode ser o facto de serem três professores a lecionarem em simultâneo, o que facilita muito mais o trabalho dos professores, uma vez que os mesmos conseguem dar muito mais *feedbacks* individuais e focar num grupo pequeno de alunos. Com este sistema de lecionar em simultâneo todos os alunos passaram por nós e em todos os aparelhos, enriquecendo a nossa experiência durante esta pequena unidade didáctica.

Durante as aulas conseguimos adaptar e trabalhamos muito bem dentro do núcleo, construímos uma unidade didáctica e todos os planos de aula em conjunto, onde cada um de nós deu a sua opinião e contributo, complementando-nos uns aos outros, tornando todo o processo mais fácil e satisfatório. Recebemos bastantes *feedbacks*, de forma a colmatar os nossos erros e dúvidas, por parte do Professor Cooperante. Esses *feedbacks* ajudaram durante as aulas lecionadas ao 6.º ano e, mais tarde, quando lecionamos a unidade didáctica de ginástica de aparelhos às nossas turmas residentes, no terceiro período. De umas aulas para as outras senti uma clara melhoria na organização e gestão das aulas, nos exercícios aplicados e no *feedback*, conseguindo verificar a vantagem que a experiência oferece de uma turma para outra.

Algo que tornou o estágio uma experiência bastante positiva, motivadora e de muita alegria foi a interação com estes alunos, muitos deles continuaram a interagir connosco durante os intervalos, nas aulas de Gira-Volei e em qualquer hora que nos vissem, a maior parte dos alunos vinham a correr para nos

cumprimentar. Nas conversas demonstravam o agrado pelas nossas aulas, os próprios, múltiplas vezes, referiram que queriam mais aulas lecionadas por nós e esse sentimento faz-me sentir um bom professor.

3.5.6 Arquipélago dos eventos não letivos

Após navegar diversas ilhas durante esta viagem deparei-me com um arquipélago com diferentes ilhas todas interligadas e não letivas. Neste arquipélago deparei-me com diferentes logísticas e formas de organizar, verifiquei e experienciei o trabalho e esforço colocados para que estes eventos corram da melhor forma possível, sem complicações e com a máxima segurança. Consegui ver a disponibilidade de alguns alunos para facilitarem a organização dos eventos, o voluntariado permitiu que os professores se focassem no que é verdadeiramente importante, a aprendizagem dos alunos, o espírito desportivo, competitivo e uma cultura desportiva para além das aulas de Educação Física.

Em todos os eventos foi possível confirmar a sua importância, uns mais do que outros, mas em todos foi reforçado e encorajado o gosto pela prática desportiva. Os alunos obtiveram momentos de festividade, lazer e espetáculo, em todos os eventos existiu convívio entre professores-alunos e alunos-alunos, um evento culminante, com a entrega de prémios e diplomas, assistido por colegas e outros professores.

Velejar entre ilhas, com diferentes organizações, cada uma com a sua distinta personalidade, alterando a sua dimensão relativa ao número de participantes, de toda a escola como o corta-mato escolar ou o Dia Europeu do Desporto Escolar, para anos específicos tais como os torneios de Andebol4Kids, futebol, badminton e Gira-Volei, acabando com atividades que interligam diferentes escolas como o torneio de Multiatividades e o corta-mato regional. Durante todos estes eventos senti que a minha presença foi uma mais-valia, consegui aproximar-me mais de diferentes alunos, saí da zona de conforto orientando alunos com necessidades especiais no Multiatividades,

arbitrei diferentes modalidades como voleibol ou andebol, saí da escola para ir ao corta-mato regional acompanhando os alunos, atividade que requereu uma responsabilidade acrescida e aumentei as minhas capacidades de organização de tarefas e eventos, organizando dois jogos para o evento de Multiatividades e juntamente com o núcleo organizamos todo o evento do Gira-Volei.

3.6 A viagem e as suas tempestades – Realização da prática profissional

Na época em que os nossos navegadores começaram as suas explorações marítimas era raro não existirem tempestades devastadoras, contudo a resiliência dos portugueses persistiu e no fim os seus objetivos foram alcançados. Durante a prática de ensino supervisionada penso que o meu navio não naufragou e foi uma viagem bastante confortável, devido ao suporte do Professor Cooperante e da Professora Orientadora, no entanto existiram algumas tempestades que me fazem refletir. O trabalho de um professor vai muito para além do que está estabelecido no horário letivo. Antes do primeiro período escolar sabia a necessidade de analisar as características dos alunos, as condições do material disponível e as matérias a lecionar, estas previamente discutidas em reunião de grupo disciplinar de acordo com as aprendizagens essenciais de Educação Física. Após essa análise, é possível projetar e desenvolver o planeamento anual, os modelos de estrutura do conhecimento, as unidades didáticas e os planos de aula, ou seja, realizar um planeamento macro, meso e micro. Findado o planeamento em todas as suas categorias transdisciplinares é possível lecionar de forma organizada sempre consciencializado da importância da reflexão de todas as ferramentas construídas e aplicadas. Criando um ciclo de reflexão e aperfeiçoamento, nascendo assim um professor reflexivo (Alarcão, 1996).

3.6.1 A criação dos mapas que planeiam a viagem

Na criação do mapa que me iria guiar durante a viagem, o primeiro planeamento anual, tive a preocupação em organizar todas as matérias dividindo tempos letivos por unidades didáticas, de acordo com o planeamento estipulado pelos professores do grupo disciplinar relativo às turmas do 9.º ano. O planeamento sofreu inúmeras alterações ao longo do período letivo, mudanças estas causadas pelas alterações do *roulement* ao longo do ano letivo, o mesmo designa os espaços para cada professor lecionar as suas aulas, a necessidade de adaptar o número de aulas das unidades didáticas para benefício dos alunos e as inúmeras greves que marcaram este ano letivo.

No tempo que estive na escola senti a população docente cansada, envelhecida e desmotivada, os próprios professores perguntam o porquê de escolher a profissão de docente, e, completam a dizer que ainda vou a tempo de mudar. Acho que se demonstra o quão difícil e desvalorizada é a profissão, o que se refletiu na ação da comunidade docente que durante o ano letivo realizou inúmeras greves, com o propósito de proclamar os seus direitos, valorizar a profissão e cativar futuros professores. Apesar da importância destas manifestações, ambos os docentes e alunos foram prejudicados, os docentes receberam diversas críticas por parte de muitos encarregados de educação e cortes salariais em cada greve realizada, os alunos ficaram com muitas aulas por lecionar resultando em alguma matéria por acabar ou lecionada, mas não consolidada. Na minha situação foi possível experienciar a luta docente, participando, com o Professor Cooperante, em algumas das greves realizadas, não recebendo corte salarial vivenciei outras dificuldades, principalmente em relação às constantes alterações do planeamento anual e aos ajustes repetidos das unidades didáticas, influenciando o processo de ensino-aprendizagem.

De forma a melhor planear as matérias, aulas e seus conteúdos é pertinente a realização dos modelos de estrutura do conhecimento com principal ênfase na criação das unidades didáticas com a intenção de organizar a distribuição e lógica dos conteúdos por níveis de desempenho, determinar a

extensão e sequência dos conteúdos, assim como cada fase do processo de ensino-aprendizagem (introdução, exercitação, consolidação e avaliação), algo que fui desenvolvendo e adaptando ao longo do ano letivo, principalmente com uma melhor percepção do perfil e necessidade de cada aluno da turma. Na turma dos indígenas existia uma clara divisão de níveis de desempenho, motivação e comportamento o que muitas vezes resultou na criação de duas unidades didáticas, dividindo a turma por níveis, de forma a aperfeiçoar o processo de ensino-aprendizagem com foco nos alunos e na sua evolução individual.

3.6.2 O dia a dia no barco

No barco, durante esta viagem, é necessária a realização de diversas atividades de forma a manter a sua ordem e trajetória. Ao longo da prática do ensino supervisionado lecionei mais de 100 tempos letivos, realizando todos os planos de aula e reflexão após cada aula. Foi possível ver uma evolução no meu à-vontade a lecionar, comecei esta expedição com a necessidade de lecionar com suporte físico na mão, inicialmente imprimia sempre os meus planos e estava constantemente agarrado a eles, contudo ao longo do tempo comecei a aprender a soltar-me desta âncora e a minha *performance* enquanto professor foi aumentando, passei de depender da sua existência física em todas as aulas a conseguir lecionar 15 tempos letivos numa semana sem ter de me agarrar a um papel. Com as mãos livres foi possível instruir com muita mais facilidade, realizar a demonstração dos exercícios e das habilidades motoras, corrigir fisicamente os alunos com mais precisão, mas para esta transição acontecer foi preciso começar a dominar a gestão do tempo de aula e da sua organização, perceber as necessidades que os alunos estão a pedir e facultá-las mesmo que não esteja no plano de aula.

O plano de aula é algo que considero muito importante refletir, ao longo do ano letivo consegui perceber a sua importância, é uma ferramenta fundamental para organizar pensamentos, criar objetivos e estabelecer uma

rota para cumprir esses objetivos, com um plano de aula bem elaborado qualquer professor consegue compreender a sua organização, tarefas e lecionar uma aula idêntica, contudo nunca igual pois o plano de aula apenas se trata de um plano. Inicialmente utilizei-o como uma bússola preciosa que me iria resolver todos os problemas, no entanto apenas se trata de um mapa, algo que deve ser planeado, com parte inicial, principal e final, apresentando objetivos de forma a otimizar o processo de ensino-aprendizagem. Deve ser de fácil acesso e rápida leitura, no entanto um professor tem de conseguir compreender a sua turma e realizar as alterações necessárias para melhorar o funcionamento da aula e manter os alunos envolvidos e motivados.

Durante as aulas, guiei-me pelo primeiro ano de mestrado, no qual os docentes da faculdade transmitiram os seus modelos e estratégias de ensino, utilizei o livro *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a Jogar* (Tavares, 2020) como um guia de navegação, procurando uma organização metodológica dos conteúdos do topo para a base, ou seja, garantir aos alunos uma experiência global do jogo ou da modalidade, de forma aos mesmos explorarem os diferentes contextos, para depois focar nas diferentes habilidades motoras necessárias para resolver os problemas encontrados na situação global. A primeira matéria a ser lecionada após a aula de apresentação e a realização dos testes FIT Escola foi badminton onde começou a primeira tempestade. Tive uma maior dificuldade em construir o modelo de estrutura do conhecimento, recorri às aulas da faculdade realizadas no ano anterior, assim como aos *PowerPoint* apresentados pelo docente e construí uma unidade didática, utilizando sempre o jogo como matéria de ensino e realizando sequências de batimentos de modo que os alunos compreendessem as diferentes habilidades motoras utilizadas durante o jogo, para garantir o sucesso em cada batimento. Inicialmente a abordagem à modalidade foi ao encontro do ensino por pares, sentido mais confiança com esta estratégia no início do ano letivo, porém percebendo a importância e necessidade dos alunos compreenderem melhor o jogo, realizarem mais tomadas de decisão e obterem um pensamento crítico e reativo, alterei a minha abordagem inicial para o Modelo de Ensino de Jogos

para a Compreensão, utilizando as principais ideologias do modelo durante maioria do ano letivo.

A modalidade que lecionei com maior duração neste ano letivo foi voleibol, na qual senti bastante à-vontade pelo facto da constante transmissão de informação relativa ao Modelo de Abordagem Progressiva ao Jogo efetuada durante o primeiro ano de mestrado, tanto na unidade curricular de Didática Específica de Voleibol como na unidade curricular de Didática Geral do Desporto. Na turma consegui realizar a primeira divisão por etapas de aprendizagem da modalidade, realizando duas unidades didáticas, que posteriormente, na prática, reparei na dificuldade de lecionar duas etapas em simultâneo.

No segundo período para além do voleibol, dediquei tempos letivos a lecionar dança, futebol, basquetebol, salto em altura e ginástica de aparelhos. De todas estas matérias a mais temida por mim, por sentir menos confiante era dança, contudo, e surpreendentemente, foi a que correu melhor, pois os alunos inicialmente contra, aderiram com facilidade e empenho. Com poucas aulas notou-se uma clara evolução positiva, tanto a nível motor, cognitivo e psicossocial. Foi possível verificar uma inclusão na turma que até ao momento era desconhecida. A matéria de salto em altura e ginástica foram lecionadas num espaço diferente, esta mudança levou à existência de uma maior tempestade, principalmente na aula de avaliação diagnóstica e no planeamento. Penso que a aula do dia 02 de março de 2023 irá ficar marcada na memória como a pior aula de todo o ano de estágio, uma vez que em dois tempos letivos tentei realizar uma aula de avaliação diagnóstica para ginástica de aparelhos, no primeiro tempo letivo, e no segundo uma avaliação diagnóstica de salto em altura, nessa aula queria que os alunos apresentassem um bom tempo de empenho motor, contudo existiram diversos erros que levaram a uma maior reflexão da minha parte, perdi completamente os alunos durante a aula, muito do tempo foi ocupado com mudanças de material, tornando-se numa aula com pouca aprendizagem para os alunos, mas onde eu como professor aprendi bastante.

Por fim, no terceiro período, foi possível verificar um ganho de confiança da minha parte, consegui demonstrar tudo aquilo que aprendi ao longo do ano principalmente na “semana tipo”, designada pelo Professor Cooperante Óscar, na qual lecionei as aulas a todas as turmas do professor, adquirindo a noção do que é lecionar aulas diferente de forma consecutiva. Durante essa semana lecionei três matérias diferentes – corrida de barreiras, futebol e jogos tradicionais –, a cinco turmas distintas. Foi possível vivenciar, um pouco, da vida de um docente, a semana foi bastante cansativa, mas gratificante, poder partilhar o dia a dia com os diferentes alunos, conhecê-los e ajudá-los a crescer como seres humanos, participando no desenvolvimento global de uma geração futura, é um sentimento que pretendo levar para o meu futuro profissional.

Durante as aulas, um dos aspetos que achei pertinente e vantajoso foi a observação de aulas lecionadas por professores da escola e pelos meus colegas estagiários. Em algumas aulas observadas, lecionadas pelos professores da escola com mais tempo na profissão, senti que existia algo comum, a utilização da instrução direta e da igualdade de tarefas para alunos com necessidades diferentes, contrariando o que é pretendido para uma aprendizagem inclusiva, ou seja, todos os alunos são diferentes e nós, professores, devemos potencializar a aprendizagem dos alunos, utilizando diferentes métodos e estratégias para que todos os alunos consigam aprender durante as aulas.

As observações entre as aulas dos estagiários foram sempre uma mais-valia, algo que me arrependo de não ter realizado mais vezes. O debate que se promovia antes e após as aulas era bastante vantajoso, pois conseguíamos perceber os diferentes objetivos de cada uma, discutíamos os exercícios e a forma de potencializar a aprendizagem dos alunos. Foi possível verificar as diferentes formas de ensinar a cada turma, para uma mesma matéria cada turma apresentava diferentes necessidades, logo cada aula era diferente.

3.6.3 Como avaliar os indígenas

No que respeita à avaliação considero uma componente do ano letivo fundamental, fascinante e bastante controversa, principalmente numa disciplina prática como Educação Física, enquanto que as matérias de outras disciplinas são avaliadas a partir de testes, em Educação Física a observação direta é a principal ferramenta para avaliar os alunos. Penso que foi a temática onde necessitei de mais suporte do Professor Cooperante para perceber se a avaliação que estava a apresentar era lógica e justa, felizmente não existiu nenhum entrave por parte do mesmo. Durante o ano foquei-me em avaliar o processo e não apenas os resultados, pois considero importante avaliar a aprendizagem e não só a *performance*.

Na escola foi nos facultada uma tabela que distribuía 30% da avaliação para os domínios sócio afetivos (competências transversais de atitudes e valores) e os restantes 70% para os domínios cognitivos e motores, sem distinção obrigatória dos mesmos. A avaliação tem o propósito de avaliar o caminho percorrido, ou seja, perceber se existe uma evolução na aquisição de competências nos domínios referidos em cima. De forma a realizar este processo avaliativo foram implementados três tipos de avaliação (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa). Ao realizar a avaliação diagnóstica teve-se em consideração os conteúdos pragmáticos apresentados pelas aprendizagens essenciais e definidos previamente em conselho de grupo disciplinar, respeitando cada modelo de ensino, foi planeado o processo de ensino-aprendizagem. A avaliação formativa foi realizada em todas as aulas, garantido que os alunos sabiam onde estavam e o que necessitavam de melhorar, apenas nas unidades didáticas com maior duração existiu um momento formal de avaliação formativa, preparando o aluno para uma futura avaliação sumativa, em que se pretendia obter uma classificação por unidade didática. A avaliação sumativa, assim como todo o processo de ensino-aprendizagem, foi focada no jogo ou na competição, dependendo da modalidade. Considero importante facultar aos alunos o processo de avaliação, referenciar as habilidades motoras e seus respetivos critérios de êxito, o aluno deve saber

como está a ser avaliado e esclarecer qualquer questão referente a todo o processo avaliativo nos diferentes domínios (motor, cognitivo e psicossocial). É essencial uma preparação prévia ao início de cada unidade didática por parte dos professores, estabelecer objetivos, definir tabelas de avaliação, distinguindo cada parâmetro avaliativo de forma a esclarecer qualquer questionamento após a realização das atividades, de forma a não deixar qualquer dúvida na nota atribuída.

4. Dimensão de Investigação – Uma abordagem democrática no ajuste comportamental da turma durante as aulas de Educação Física.

Resumo

O presente estudo teve como objetivo promover o ajuste comportamental de uma turma de 9.º ano de escolaridade, através de uma abordagem democrática, de forma a potencializar a aprendizagem durante as aulas de Educação Física. Participaram 14 alunos do 9.º ano de escolaridade, seis do sexo masculino ($14,3 \pm 0,47$ anos) e nove do sexo feminino ($14,4 \pm 0,96$ anos). O estudo decorreu durante a Unidade Didática de Futebol, iniciou com uma entrevista semiestruturada a dois grupos e posteriormente foram analisadas as opiniões dos alunos relativamente ao comportamento da turma. Nessa sequência, foi desenhado e aplicado um programa de intervenção com base nas soluções propostas pelos alunos para melhorar os comportamentos da turma. Após a aplicação do programa de intervenção, procedeu-se à realização de um questionário online, com o intuito de recolher o *feedback* dos alunos e aferir se a estratégia pedagógica influenciou a aula e o processo de ensino-aprendizagem. Os resultados obtidos no estudo indicam uma melhoria a nível comportamental dos alunos. Conclui-se que a sensação de fazerem parte do processo de ensino-aprendizagem levou à demonstração de maior interesse e participação nas aulas por parte dos alunos e a aplicação de reforços positivos motivou os alunos para a prática das atividades.

PALAVRAS-CHAVE: COMPORTAMENTO; ABRODAGEM DEMOCRÁTICA; ENSINO-APRENDIZAGEM; INDISCIPLINA

Abstract

The aim of this study was to promote the behavioral adjustment of a 9th grade class, through a democratic approach, in order to enhance learning during Physical Education classes. Fourteen 9th graders took part, six males (14.3 ± 0.47 years) and nine females (14.4 ± 0.96 years). The study took place during the Football Didactic Unit. It began with a semi-structured interview with two groups and then an analysis was made of the students' opinions on the behavior of the class. Following this, an intervention program was designed and implemented based on the solutions proposed by the students to improve the behavior of the class. After applying the intervention program, an online questionnaire was carried out in order to collect feedback from the students and to assess whether the pedagogical strategy influenced the class and the teaching-learning process. The results obtained in the study show an improvement in the students' behavior. It is concluded that the feeling of being part of the teaching-learning process led to a greater interest and participation in class and the application of positive reinforcement motivated the students to practice the activities.

KEYWORDS: BEHAVIOR; DEMOCRATIC APPROACH; TEACHING-LEARNING; INDISCIPLINE

Introdução

O presente estudo de investigação-ação está inserido numa das três áreas enquadradas no Estágio Profissional, a área de Desenvolvimento Profissional, e foi realizado por um professor-estagiário da disciplina de Educação Física. O estudo é referente a um dos problemas encontrados pelo professor-estagiário durante a realização do estágio, com o propósito de melhorar a sua prática pedagógica. No documento emitido pela Direção-Geral da Educação (2017), que refere o perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, encontramos um perfil de base humanista tendo em conta a importância do domínio socioafetivo, que refere o desenvolvimento dos valores, atitudes, condutas e comportamentos. No Agrupamento de Escolas de Pedrouços, as competências transversais de atitudes e valores é equivalente a 30% da nota dos alunos, uma percentagem significativa e facilmente garantida se existir disciplina durante as aulas.

Durante as aulas lecionadas, os alunos demonstraram tendência para comportamentos menos positivos, que prejudicavam a sua aprendizagem. Estes comportamentos foram reportados em conselho de turma, uma vez que não se circunscreviam apenas às aulas de Educação Física, mas que se repetiam em todas as disciplinas. Os alunos mostravam indisciplina e falta de autonomia na execução das atividades. Ao longo do ano letivo foi-se observando a falta de pontualidade, o uso de vocabulário impróprio na sala de aula, as dispensas das aulas sem justificação plausível e a falta de autonomia na execução das atividades, necessitando de supervisão constante, nomeadamente com comportamentos desviantes entre colegas e baixa motivação para a prática.

Segundo uma perspetiva sócio-construtivista, os alunos são colocados no centro do processo de ensino-aprendizagem e o papel do professor é o de mediar a aprendizagem, sendo importante estabelecer relações entre professor-aluno e aluno-aluno (Boutin, 2017; Libâneo, 2001). Adotando esta perspetiva na prática educativa, o professor pretende estimular o desenvolvimento do pensamento crítico e a capacidade de resolução de

problemas, promovendo a argumentação, comunicação e interação entre os alunos e o professor (Boiko & Zamberlan, 2001).

De modo a resolver o problema encontrado na prática do professor-estagiário, relativo à indisciplina dos alunos, foi adotada uma abordagem democrática, inspirada no legado de John Dewey, incentivando o debate entre professor-aluno e aluno-aluno, de forma a solucionar ou prevenir o problema (Calzavara & Henning, 2022; de Oliveira, 2002), através de uma entrevista semiestruturada realizada aos alunos para debater os principais comportamentos que os mesmos achavam que prejudicavam a sua aprendizagem. De maneira a que se consiga levar esta ideia de disciplina democrática avante, deve promover-se a coesão e integração em ambiente escolar, os alunos devem ser autónomos e emancipados, recorrendo à correta aprendizagem da cooperação, facilitando relações interpessoais positivas para uma excelente autoestima no seio escolar. No entanto, os professores não devem recorrer a ameaças, nem fazer com que os seus alunos se sintam submissos, ridicularizados ou humilhados. O silêncio não deve ser regra dominante e no campo interpessoal é importante que os alunos não se encontrem no meio de competições, se sintam excluídos ou passem por períodos de indiferença (Estêvão, 2008). A democracia para a educação implica o desenvolvimento humano na sociedade por parte dos alunos, através da comunicação e da reciprocidade pretende-se que os alunos aprendam a “ser humanos” (Lima, 2021). Freire (2022) fala de uma pedagogia da autonomia que facilita a motivação do aluno e promove a sua inclusão no debate e na tomada de decisão em relação ao processo de ensino-aprendizagem. Garcia (1999) acrescenta que uma abordagem democrática apresenta bons resultados relativos às atitudes, assim como no envolvimento e participação dos alunos. Certamente esta abordagem não seria possível se os alunos não estivessem colocados no centro do processo de ensino-aprendizagem (Pinheiro & Batista, 2018).

Alguns dos comportamentos evidenciados pelos alunos, caracteristicamente nas aulas de Educação Física, devem-se aos seus contextos físicos e à sua dinâmica mais ativa e ligada ao movimento, tornando-

se o ambiente menos organizado, que pode promover a dispersão da atenção dos alunos e o foco na aprendizagem (dos Santos et al., 2008). Desse modo, destaca-se a importância das relações positivas no ambiente escolar para favorecer a aprendizagem, motivação e inclusão, influenciando o sucesso dos alunos de modo a promover não só o domínio motor e cognitivo, mas principalmente a transmissão de valores importantes do domínio socioafetivo, proporcionando um ensino de qualidade (Martins et al., 2017). De forma a garantir as relações positivas é relevante garantir a participação ativa dos alunos, os mesmos ganham sentimento de pertença, senso de responsabilidade e aumentam a sua motivação (Garcia, 1999).

Segundo Martins et al. (2017) nas aulas em que ocorrem comportamentos considerados negativos e em que prevalece uma perspectiva de punição como forma de correção comportamental, tende a haver um clima menos favorável para a aprendizagem. No entanto, um clima de prevenção e proativo por parte do professor, no qual os alunos compreendem as regras para determinados contexto de aula, apresenta condições que favorecem a aprendizagem. Dessa forma tanto Granero-Gallegos, Baños, et al. (2020) como Granero-Gallegos, Gómez-López, et al. (2020) concordam que programas baseados na responsabilidade, sem punição ou sanção e com a resolução de conflitos de forma positiva, são fundamentais à correção de comportamentos.

Através de uma abordagem democrática, este trabalho empírico pretendeu implementar o debate entre professor-alunos, de forma a detetar e solucionar os problemas comportamentais encontrados ao longo de ano letivo. A partir desse debate foi encontrada uma estratégia para levar ao ajuste e correção dos comportamentos que prejudicavam a aprendizagem da turma, sem recorrer à punição ou sanção. Sabendo da importância do domínio socioafetivo na formação integral dos alunos, propus como objetivo o ajuste comportamental da turma de forma a potencializar o ensino-aprendizagem, durante as aulas de Educação Física.

Metodologia

Contexto e Participantes

O Programa de intervenção foi realizado numa turma do 9.º ano de escolaridade, de uma escola básica e secundária situada em território urbano e classificada como TEIP. A turma era constituída por catorze alunos, sendo seis do sexo masculino ($14,3 \pm 0,47$ anos) e nove do sexo feminino ($14,4 \pm 0,96$ anos).

Instrumentos e Procedimentos de recolha de dados

Antes da realização do estudo entregou-se um Consentimento Informado a todos os alunos da turma, de modo a que os encarregados de educação autorizassem a sua participação e gravação de voz.

O protocolo consistiu em três momentos distintos de intervenção e recolha de dados: (1) Entrevista semiestruturada; (2) Programa de intervenção; (3) Questionário Online.

Para a realização do estudo foi inicialmente prevista a realização de uma entrevista semiestruturada, no dia 02 de maio de 2023, com a divisão da turma em dois grupos de cinco elementos e um de quatro elementos, de modo a facilitar a comunicação e a participação de todos os alunos. A turma tinha mais seis elementos que não realizaram as entrevistas, por não terem apresentado o consentimento informado em que se solicitava a gravação de voz.

A entrevista foi semiestruturada e definida com o propósito de recolher dados qualitativos relacionados com o comportamento da turma e formas para solucionar a indisciplina vivenciada nas aulas, entendendo que a construção social parte de interações humanas que fornecem a aquisição de conhecimento (Mallett & Tinning, 2014). Durante a entrevista não existiram perguntas fixas. Dependendo das respostas dadas pelos alunos, assim eram formuladas as perguntas seguintes. Foi elaborado um guião que abordava os seguintes temas: (1) Quais são os comportamentos mais desviantes que reconhecem durante as aulas. E o porquê destes comportamentos acontecerem; (2) O que compreendem por um ambiente positivo para a aprendizagem e (3) Qual a

influência do professor no controlo desses comportamentos e na criação de um clima positivo para a aprendizagem.

Na parte final da entrevista foi solicitado aos alunos que enumerassem os diversos comportamentos e os corretores para os resolver, para serem aplicados nas aulas da unidade didática de futebol, de forma a proporcionar um ambiente positivo para a aprendizagem. A turma foi dividida em dois grupos, a primeira entrevista foi realizada a cinco alunos e a segunda a quatro alunos, ambas num balneário pequeno, apenas com os alunos de cada grupo. A conduta do entrevistador foi de inclusão, garantindo a participação de todos os entrevistados e promovendo o debate. Teve uma duração média de 40.30min (± 6.30 min). Para a sua gravação foi utilizado um telemóvel. A transcrição foi realizada utilizando uma aplicação online ("*transkriptor*") e revista pelo professor-estagiário.

A estratégia pedagógica foi aplicada durante uma unidade didática de futebol, com a duração de dez tempos letivos, alternando sessões de 50 e 100 minutos de duração, após interpretação das entrevistas por parte do professor, que tentou partir de um ponto de vista exterior ao ambiente conhecido (Sparkes & Smith, 2013). Durante a estratégia pedagógica, para a recolha de dados quantitativos foi utilizada a observação direta e uma folha de registo, para quantificar os comportamentos incorretos referidos pelos próprios alunos durante a entrevista.

Após a execução da estratégia pedagógica foi aplicado um questionário com o propósito de recolher o *feedback* dos alunos sobre uma possível mudança de comportamento, aferir se a estratégia pedagógica influenciou a aula e o processo de ensino-aprendizagem e aferir as principais distinções durante as aulas de cada professor e as suas atitudes. O questionário foi dividido em quatro temas: os comportamentos da turma, o ambiente positivo para a aprendizagem, a influência dos docentes e, por fim, foi solicitada resposta a três itens sobre a importância de incluir os alunos no processo de ensino-aprendizagem.

Programa de Intervenção

O programa de intervenção teve a duração de dez tempos letivos. Na primeira aula da intervenção foram referidas as conclusões obtidas durante as entrevistas semiestruturadas, explicando os principais comportamentos a corrigir, os respetivos corretores de comportamento e reforços positivos que foram aplicados durante toda a unidade didática (Tabela 1).

Tabela 1 - Comportamentos incorretos e respetivos corretores de comportamento

Comportamentos incorretos referidos pelos alunos	Corretores de comportamento – Sugeridos pelos alunos
Palavrões	Atividade física variável dependendo da aptidão física do aluno.
Faltas de atraso	O professor deve abrir a porta 5 minutos mais cedo. Quem não chegar a horas tem falta de atraso.
Faltas de material	O aluno deve trazer recado na caderneta do aluno, embora não realize a aula realiza um relatório da mesma. Tem até à próxima aula para mostrar o recado.
Dispensas injustificadas	O aluno deve trazer recado na caderneta do aluno, embora não realize a aula realiza um relatório da mesma. Se não tiver, é marcada falta de material. Tem até à próxima aula para mostrar o recado.
Falta de vontade/ motivação	O professor trazer mais atividades lúdicas e interativas. Os bancos estão proibidos durante a aula. (Só se podem sentar quando o professor deixar)
Brincadeiras com os colegas	Após o professor falar com os alunos e chamar à atenção, se os mesmos continuarem a brincar serão separados e colocados em grupos diferentes. Se a brincadeira continuar o aluno deve sentar-se e esperar para falar a sós com o professor.

Os reforços positivos tiveram o propósito de aumentar a probabilidade de um comportamento positivo acontecer, estes foram: (1) Abrir a porta 5 minutos mais cedo de forma a reduzir as faltas de atraso; (2) Aplicar metodologias mais lúdicas, interativas e colocar música para aumentar motivação dos alunos; (3) Elogiar o comportamento do aluno quando apresenta recado na caderneta que justifique a sua ausência na aula; (4) Dar a possibilidade aos alunos com melhor desempenho e comportamento liderarem os colegas durante as atividades.

As aulas da unidade didática de futebol foram idênticas às restantes, apenas realizando algumas mudanças no planeamento das aulas, aplicando as sugestões dos alunos e os reforços positivos, descritos na tabela 1 e mencionados acima. Tendo uma atenção redobrada aos comportamentos dos alunos durante todo o programa de intervenção.

Resultados

Os resultados obtidos após a realização das entrevistas semiestruturadas foram fundamentais para a criação e implementação da estratégia pedagógica, perceber a opinião e o *feedback* dos alunos relativamente aos comportamentos da turma.

No início da entrevista foi questionado o sentimento dos alunos durante os tempos letivos, não apenas em Educação Física, mas em todas as disciplinas. As respostas apresentaram características negativas, como dificuldades na concentração, stress, ansiedade e insegurança. Os motivos dessas características diferiram entre alunos, contudo, todos referiram a influência de momentos em que os colegas fazem troça e abordam as dificuldades referentes a uma elevada carga horária. As brincadeiras com os colegas, mencionadas na tabela 1, são referentes a duas situações distintas: quando um aluno faz troça de outro ou quando dois alunos estão a brincar e perturbam o bom funcionamento da aula. Um dos alunos, quando questionado se o motivo de se sentirem menos à vontade tem relação com a modalidade

praticada, referiu que a questão não se centrava na prática de desporto, mas em brincadeiras de mau-gosto.

O problema comportamental mais nomeado pelos alunos foi a frequente utilização de vocabulário impróprio para a sala de aula, como palavrões e insultos, algo que os alunos referem como socialmente normal no seu dia a dia, compreendendo que estão a agir mal, mas cuja ação não conseguem controlar. Alguns alunos referem problemas fora do período da aula, tais como as faltas de pontualidade, material ou dispensa injustificada, estes comportamentos foram frequentes por isso, foram incluídos na secção de comportamentos incorretos referidos pelos alunos na tabela 1. Os entrevistados sentiram que o excesso de tolerância de alguns professores é uma das razões para os alunos repetirem este tipo de comportamento. Por fim, a falta de vontade/motivação apresentou alguma discórdia, não na classificação do comportamento, mas sim na justificação do mesmo acontecer. Um aluno expõe o cansaço referente a uma elevada carga horária, outros mencionam que a modalidade lecionada podem ser as causas da desmotivação.

Relativamente ao segundo grupo de perguntas, que aborda um ambiente positivo para a aprendizagem, os alunos referiram que atividades lúdicas, cooperativas e interativas são mais divertidas e aumentam a sua motivação para a prática. Concordam também que o jogo é uma mais-valia para a sua aprendizagem. Quando mencionada a divisão da turma por grupos de desempenho, todos os alunos concordaram com a sua vantagem, para ambos os grupos aprenderem aumentando a inclusão e diminuindo o desequilíbrio na turma.

Acerca do terceiro grupo de perguntas, relativas à opinião que têm do professor, foi difícil os alunos abordarem esta temática. O facto de terem de falar acerca do professor, com o próprio, foi interpretado com alguma preocupação. No entanto, foi possível chegar a um conjunto de adjetivos tais como: compreensivo (por vezes demais); descontraído; respeitador; motivador. Apesar de estes adjetivos serem maioritariamente positivos, consegui perceber que uma das falhas apontadas é ser demasiado compreensivo.

No fim da entrevista foi pedido aos alunos que sugerissem os corretores de comportamento para aplicar na estratégia pedagógica relativa aos comportamentos incorretos que detetaram anteriormente (tabela 1). Os corretores sugeridos pelos alunos foram maioritariamente negativos, recorrendo com maior frequência a reforços negativos ou punições. A razão para este acontecimento é que a vivência escolar dos alunos vai ao encontro de um ensino mais tradicional, que atua após o estímulo com punição. No entanto, o professor foi procurar a opinião dos alunos em relação à aplicação de reforços positivos para a alteração dos comportamentos incorretos, chegando ao consenso de aplicar ambos durante a intervenção pedagógica, algo que foi entendido positivamente e demonstrou um aumento na motivação e empenho de forma a receber cada vez mais os reforços positivos, principalmente quando se tratava na colocação de música nos exercícios. Durante os exercícios lúdicos o empenho foi reforçado pelos alunos o que leva a um maior tempo potencial de aprendizagem.

Intervenção pedagógica

Durante a intervenção foi possível detetar uma diferença no interesse dos alunos pelas aulas, que mesmo não realizando aula por dispensa ou falta de material, pediram para realizar um trabalho extra como um relatório de aula para compensar a sua ausência da prática, demonstrando um maior interesse na aula após a entrevista. Para além do interesse e empenho observados durante a intervenção, os alunos obtiveram um percentagem inferior relativa às faltas, dispensas e faltas de atraso (tabela 2), apresentando justificações em 75% dessas aulas. Nas faltas de atraso, após aplicar a estratégia de abrir a porta do pavilhão 5 minutos mais cedo para os alunos terem mais tempo para se equiparem, os alunos começaram a chegar às horas corretas, o que por consequência aumentava o tempo útil de aula.

Tabela 2 – Percentagens de faltas de presença, material, atraso e dispensas durante o ano letivo e durante a intervenção

	Faltas de Presença	Dispensa	Faltas de Material	Faltas de atraso
Durante o ano letivo	8,7%	6,8%	3,2%	4,3%
Durante a intervenção	8%	2,7%	5,3%	2,7%

Um dos reforços positivos dado pelo professor foi a possibilidade de os alunos com melhor desempenho e comportamento liderarem os colegas durante as atividades, ajudando os mesmo nas habilidades técnicas e táticas. Este reforço levou a um aumento da inclusão, diminuindo o individualismo dos alunos com melhores capacidades.

Durante as aulas, os comportamentos dos alunos foram sem incomparavelmente melhores do que os do primeiro e segundo períodos letivos, uma vez que na unidade didática de futebol a utilização de vocabulário inadequado foi praticamente inexistente. As brincadeiras continuaram a existir em momentos de descanso ou transições de exercício, contudo, não chegaram a perturbar o funcionamento das aulas. Por fim, a falta de vontade/motivação, inicialmente visível devido à modalidade praticada, alterou-se e todos os alunos se esforçaram para aprender, realizaram as atividades motivados e cooperaram entre si, conseguindo o professor-estagiário observar os alunos com melhores capacidades a ajudarem os restantes colegas.

Questionário

Através do tratamento dos questionários foi possível verificar que a grande maioria dos alunos (92,9%) concordaram que após a entrevista existiram melhorias no comportamento durante as aulas. Apenas um aluno referiu que as aulas se mantiveram iguais. Quando perguntados sobre qual o principal comportamento alterado, 40,9% das respostas recaiu sobre a não utilização de vocabulário inadequado, 13,6% das respostas referiram melhorias

nas brincadeiras, aumento de motivação e redução das faltas de atraso. Apenas 28,6% dos alunos contabilizou a entrevista como a razão para as alterações dos seu comportamento. A principal razão, mencionada por 78,6%, para a melhoria do comportamento da turma foi a alteração do ambiente da turma, após a saída de um aluno. A alteração do comportamento do professor para aulas com exercícios mais lúdicos e interativos também apresentou uma elevada percentagem (42,9%). Neste aspeto, juntamente com os alunos, sinto que este tipo de exercícios motivaram os alunos para o processo de ensino-aprendizagem, como é demonstrado pelas respostas dos alunos na figura 2, na qual 5 significa muito motivantes.

Acham que os exercícios realizados durante as aulas facilitaram e motivaram a aprendizagem?

14 respostas

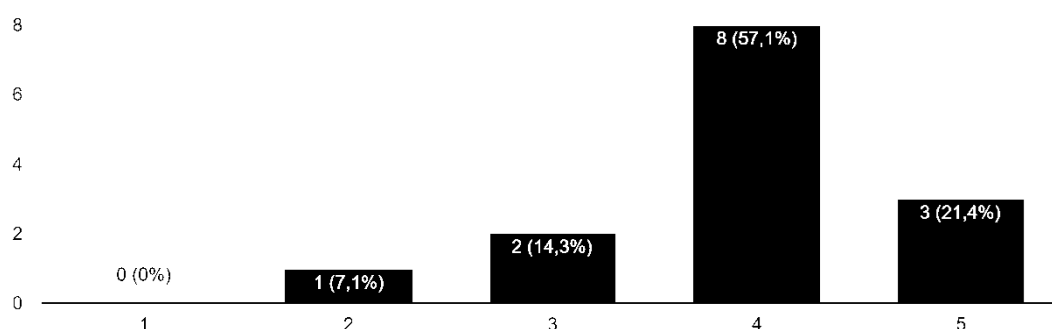


Figura 2 – Pergunta realizada durante o questionário para avaliar a opinião dos alunos relativamente ao ambiente positivo para aprendizagem durante os exercícios da aula.

Para além dos jogos lúdicos e interativos a tipologia de exercício que os alunos achavam mais motivantes era a tabata / preparação física e os jogos 5x5.

Abordando a temática do professor-estagiário na criação de um clima positivo para a aprendizagem, foi referido pelos alunos o gosto de participar nas aulas lecionadas pelo professor-estagiário (figura 3), expresso com comentários de cariz muito positivo e motivador. No entanto, não foi apenas o comportamento dos alunos que foi alterado após a entrevista, 85,7% dos alunos detetaram que existiram também alterações no professor-estagiário.

O que acharam das aulas lecionadas pelo Professor Lucas?

14 respostas

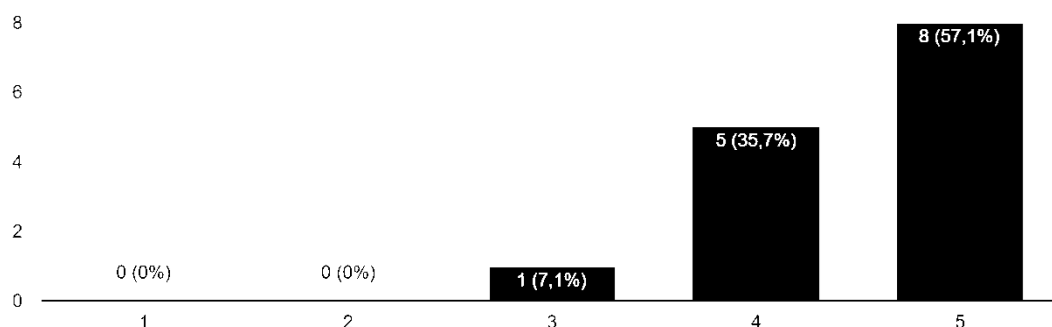


Figura 3 – Pergunta realizada durante o questionário para avaliar a opinião dos alunos relativamente ao professor-estagiário.

Todos os alunos concordaram com a importância de incluir os alunos no centro do processo de ensino-aprendizagem, os mesmos sentiram uma maior responsabilidade, o que fez com que demonstrassem uma maior motivação e empenho.

Discussão

Os resultados deste estudo de investigação-ação são referentes à exploração de um contexto específico, sendo a sua intensão de gerar hipóteses para a resolução de problemas (Baxter & Jack, 2008). Todos os resultados visíveis durante a aplicação da estratégia de intervenção resultam da observação do professor-estagiário, abordando dados de difícil quantificação enquanto lecionava as aulas.

O estudo teve como objetivo promover o ajuste comportamental da turma de 9.º ano de escolaridade, através de uma abordagem democrática, de forma a potencializar o ensino-aprendizagem, durante as aulas de Educação Física. Durante o mesmo foi possível verificar alterações positivas no comportamento dos alunos, incluindo a melhoria nas suas relações interpessoais, o aumento da dedicação dentro da aula e a *performance* nas atividades.

Numa perspetiva socio-construtivista os alunos foram colocados no centro do processo e após análise dos resultados foi possível confirmar que os mesmos apreciaram ser incluídos no processo de ensino-aprendizagem. Esse

envolvimento traz vantagens tais como o aumento da inclusão, da motivação e dedicação (Boutin, 2017; Libâneo, 2001).

A indisciplina é uma das principais causas que comprometem o bom funcionamento das turmas e das escolas (Sullivan et al., 2014). A psicologia educativa aborda diversas formas de agir em relação à indisciplina na aula. Skinner refere três tipos de reforços: reforço positivo, reforço negativo e punição (Abib, 2001; dos Santos & Leite, 2013). O reforço positivo tem como objetivo aumentar a probabilidade de um comportamento que ocorreu e foi encarado com positividade por parte do outro, voltar a ocorrer, um vez que o aluno tende a comportar-se de forma semelhante para obter recompensas (Frutuoso et al., 2010). O reforço negativo, na psicologia educacional, é visto como uma das formas que tende a manter comportamentos desviantes, enquanto a punição diz respeito a castigos e à não aplicação de estímulos positivos (Mayer & Gongora, 2011). É importante refletir que os alunos percebiam quais os comportamentos mais e menos adequados nas aulas, no entanto a maneira que é normalmente adotada para a sua correção é de reforço negativo e/ou punição, o que por muitas vezes se torna pouco eficaz. O professor, como modelo e mediador, percebeu as necessidades dos alunos e procurou uma abordagem mais positiva, como a utilização de reforços positivos, garantido o ajuste desses comportamentos incorretos a longo prazo (Abib, 2001; dos Santos & Leite, 2013; Frutuoso et al., 2010).

Amado e Freire (2009) distinguem três níveis de indisciplina: desvios às regras de produção – comportamentos que influenciam o bom funcionamento da aula; conflito interpares – quando existe um ambiente instável entre os alunos que pode levar ao *bullying* e à violência; conflitos de professor-aluno – desvalorização da autoridade dos professores por parte dos alunos, que pode levar a episódios de violência e atentados ao património. Na turma em questão constatou-se que dos três níveis de indisciplina apresentados pelos autores o que tinha maior expressão era o dos comportamentos que influenciavam o bom funcionamento da aula e o *bullying*, sendo o primeiro o mais recorrente.

Para que um professor consiga agir perante estes níveis de indisciplina e possa garantir o sucesso do processo de ensino-aprendizagem é importante, na formação inicial de professores, abordar-se o tema da indisciplina, para que se consiga chegar a uma solução rápida e eficaz dos comportamentos desviantes. No entanto, Garcia (1999) refere que a formação inicial dos professores é incompleta no tema e a mesma tem de ser remediada através da formação contínua nas escolas. Embora a falta de experiência do professor-estagiário, Amado e Freire (2014) abordam a questão da indisciplina associada às políticas socioeconómicas que afetam o seio familiar dos alunos, realidade que podemos encontrar na Escola Cooperante que apresenta um programa Território Educativo de Intervenção Prioritária para prevenir e reduzir o abandono escolar precoce, a indisciplina e promover o sucesso educativo dos seus alunos (DGE, 2014). A experiência do professor pode fazer a diferença na gestão de conflitos. Peres e Vieira (2010) apresentam um modelo de negociação de conflitos, no qual o professor deve ser mediador de forma a escutar ativamente para encontrar soluções que beneficiem ambas as partes.

A pouca experiência do professor-estagiário não foi considerada relevante pelos alunos, no entanto após o debate entre professor-alunos a alteração de comportamentos por parte do professor influenciou de forma positiva o clima da aula e os comportamentos dos alunos. Quando o professor sabe a preferência da tipologia de exercícios que os alunos mais apreciam, consegue planear as aulas de forma mais eficiente, procurando sempre que os alunos tenham um maior empenho e dedicação durante cada atividade.

Conclusão

Foi possível promover o ajuste comportamental de uma turma de 9.º ano de escolaridade através de uma abordagem democrática. A aprendizagem foi potenciada e gerou maior aprendizagem durante as aulas de Educação Física.

Perspetivas futuras

Sendo este estudo de investigação-ação, com foco numa única realidade, a inferência é difícil e são necessários mais estudos idênticos na

temática para conseguir formar uma teoria que realce que a utilização desta abordagem democrática é de facto vantajosa para a aprendizagem dos alunos, tanto no domínio socioafetivo como no domínio motor e cognitivo. Fortalecendo uma prática pedagógica com base humanista, virada para o desenvolvimento social garantido que o perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória é cumprido (DGE, 2017).

Referências Bibliográficas

- Abib, J. A. D. (2001). Teoria moral de Skinner e desenvolvimento humano. *Psicologia: reflexão e crítica*, 14, 107-117.
- Amado, J., & Freire, I. (2009). A (s) indisciplina (s) na escola: Compreender para prevenir. Coimbra: Almedina.
- Amado, J., & Freire, I. (2014). Uma visão holística da (s) indisciplina (s) na escola. *Melhorar a escola: Sucesso escolar, disciplina, motivação, direcção de escolas e políticas educativas*, 55-71.
- Baxter, P., & Jack, S. (2008). Qualitative case study methodology: Study design and implementation for novice researchers. *The qualitative report*, 13(4), 544-559.
- Boiko, V. A. T., & Zamberlan, M. A. T. (2001). A perspectiva sócio-construtivista na psicologia e na educação: o brincar na pré-escola. *Psicologia em estudo*, 6, 51-58.
- Boutin, G. (2017). A relação entre professor-aluno no centro do processo educativo. *Currículo sem Fronteiras*, 17(2), 343-358.
- Calzavara, A. A. K., & Henning, L. M. P. (2022). Educação democrática e educação para a democracia nos dias atuais. *Educação, Ciência e Cultura*, 27(1).
- de Oliveira, J. H. B. (2002). (In) disciplina na sala de aulas: perspectiva de alunos e de professores.
- DGE. (2014). Linhas Orientadoras para a Elaboração do Plano Plurianual de Melhoria (PPM).
- DGE. (2017). Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória. República Portuguesa: Educação
- dos Santos, E. L. N., & Leite, F. L. (2013). A distinção entre reforçamentos positivo e negativo em livros de ensino de análise do comportamento. *Perspectivas em análise do comportamento*, 4(1), 9-18.
- dos Santos, I. L., de Andrade Rodrigues, H., Fuzzi, F. T., de Oliveira, R. S., de Oliveira, M. K., Peluqui, D. F., & Darido, S. C. (2008). As percepções e os significados para os estagiários de Educação Física em relação à indisciplina na escola. *Movimento*, 14(3), 117-137.

- Estêvão, C. V. (2008). Educação, conflito e convivência democrática. Ensaio: avaliação e políticas públicas em educação, 16(61), 503-513.
- Freire, P. (2022). Pedagogia da autonomia. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 19897.
- Frutuoso, J. T., Kuhnen, A., & Oliveira, L. D. B. (2010). Psicologia educacional. In: FILOSOFIA/EAD/UFSC.
- Garcia, J. (1999). Indisciplina na escola: uma reflexão sobre a dimensão preventiva. Revista Paranaense de Desenvolvimento(95), 101-108.
- Granero-Gallegos, A., Baños, R., Baena-Extremera, A., & Martínez-Molina, M. (2020). Analysis of misbehaviors and satisfaction with school in secondary education according to student gender and teaching competence. *Frontiers in Psychology*, 11, 63.
- Granero-Gallegos, A., Gómez-López, M., Baena-Extremera, A., & Martínez-Molina, M. (2020). Interaction effects of disruptive behaviour and motivation profiles with teacher competence and school satisfaction in secondary school physical education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1), 114.
- Libâneo, J. C. (2001). O essencial da didática e o trabalho de professor—em busca de novos caminhos. PUC-GO: Goiânia, 1-9.
- Lima, L. C. (2021). Democracia e educação: Dewey em tempos de crise da educação democrática.
- Mallett, C. J., & Tinning, R. (2014). Philosophy of knowledge. *Research methods in sports coaching*, 9-17.
- Martins, J., Gomes, L., & Carreiro da Costa, F. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade*, 53-82.
- Mayer, P. C. M., & Gongora, M. A. N. (2011). Duas formulações comportamentais de punição: Definição, explicação e algumas implicações. *Acta Comportamentalia: Revista Latina de Análisis de Comportamiento*, 19, 47-63.
- Peres, A. N., & Vieira, R. (2010). Educação, justiça e solidariedade na construção da paz. Amarante: APAP e CIID.

- Pinheiro, M. N., & Batista, E. C. (2018). O aluno no centro da aprendizagem: uma discussão a partir de Carl Rogers. *Revista Psicologia & Saberes*, 7(8), 70-85.
- Sparkes, A. C., & Smith, B. (2013). *Qualitative research methods in sport, exercise and health: From process to product*. Routledge.
- Sullivan, A. M., Johnson, B., Owens, L., & Conway, R. (2014). Punish them or engage them? Teachers' views of unproductive student behaviours in the classroom. *Australian Journal of Teacher Education*, 39(6), 43-56.

5. Conclusão e Perspetivas para o futuro

Após descobrir estes mares, bem como assegurar uma rota específica e segura para transmitir o meu conhecimento, as minhas aprendizagens, tenho a certeza de que esta experiência é só o começo e que muitas tempestades terei de ultrapassar. No futuro, durante essas tempestades, sei que irei encontrar caminhos dúbios numa profissão que se encontra, atualmente, com um futuro incerto. Sei a dificuldade de entrar de forma segura e estável nesta profissão, no entanto consigo sentir o vento a soprar mais forte do que nunca, ansioso para embarcar no mundo laboral.

Na escola foi fácil perceber a importância de colocar os alunos no centro do processo de ensino-aprendizagem. Como professor-estagiário precisei de perceber que cada aluno é um indivíduo diferente e precisa de estímulos distintos para maximizar a sua aprendizagem. Assim, tive a necessidade de adquirir diversos conhecimentos, em constante mutação, relativos aos diferentes modelos e estratégias de ensino a fim de conseguir potenciar o meu ensino, de forma a beneficiar cada aluno. Para além do conhecimento cognitivo adquirido na formação inicial, o carácter psicossocial de um professor é fundamental. Quando se trabalha com pessoas, desde os alunos, encarregados de educação, aos colegas professores, a importância de criar um bom ambiente escolar e relações interpessoais é fulcral para o bom desempenho das suas funções na escola. Um professor fisicamente ativo também consegue entrar mais facilmente nas aulas, relacionar-se com os alunos e demonstrar qualquer tarefa para que os alunos idealizem o professor como um líder para seguir o exemplo.

Durante todo o estágio consegui superar os meus medos, dúvidas e dificuldades, o meu domínio socioafetivo foi sem dúvida bastante estimulado e desenvolvido ao longo deste período. Considerava-me uma pessoa tímida e essa característica não era compaginável com o papel de professor que quis ser para os meus alunos. Pretendi ser exemplo, um professor líder, que

estimula e motiva os alunos para a prática da atividade física e respeita o desenvolvimento individual de cada aluno através da compreensão.

O professor que investiga torna o seu trabalho mais desafiante, porque continua em constante aprendizagem e procura a reflexão e resolução dos problemas encontrados ao longo da sua prática. Com o estudo desenvolvido no terceiro período percebi diferentes estratégias para resolver problemas, neste caso em específico, comportamentais; a importância de fornecer estímulos positivos para motivar a correção e ajuste de comportamentos; e envolver ativamente os alunos no processo de ensino-aprendizagem. Estas ações fizeram com que o seu empenho e dedicação fossem mais frequentes e que os resultados aparecessem de forma espontânea.

Ao longo do ano, a aprendizagem foi constante, tendo de agradecer a todos os que participaram ativamente no meu crescimento profissional e pessoal. Aprendi a planear nos diferentes níveis (macro, meso e micro) com uma visão centrada nos alunos, percebi a importância de entrar dentro da aula fornecendo constantes *feedbacks*, direcionados para as necessidades individuais de cada aluno. Entendi a exigência de me manter um professor reflexivo, realizar avaliações constantes das minhas ações para que me manter em constante evolução.

Concluo esta viagem onde tudo começou, sentado numa praia algarvia, pronto para embarcar nesta nova viagem que é a profissão de professor, uma profissão atualmente desvalorizada, mas com profissionais que procuram vingar um futuro melhor. Sei que a minha vida vai ser cheia de incertezas, mas tenho a certeza que adoro ensinar, transmitir aos alunos todo um leque de ferramentas para se guiarem na sua futura viagem, demonstrar que a Educação Física é uma das melhores disciplinas escolares, que consegue transmitir de forma humanística e holística tudo o que um jovem necessita para entrar na sociedade de forma segura e com todas as capacidades para prosperar no futuro.

6. Referências bibliográficas

Alarcão, I. (1996). Ser professor reflexivo. Formação reflexiva de professores: estratégias de supervisão. Porto: Porto Editora, 171-189.

Boiko, V. A. T., & Zamberlan, M. A. T. (2001). A perspectiva sócio-construtivista na psicologia e na educação: o brincar na pré-escola. Psicologia em estudo, 6, 51-58.

Bracht, V. (1999). A constituição das teorias pedagógicas da educação física. Cadernos CEDES, 19.

Crum, B. (1993). Conventional Thought and Practice in Physical Education: Problems of Teaching and Implications for Change. Quest, 45, 339-356. <https://doi.org/10.1080/00336297.1993.10484092>

Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de Julho do Diário da República, 1.ª série — N.º 129, (2018).

Decreto de lei n.º 85/2009, de 27 de Agosto 2009 do Diário da República, 1.ª série — N.º 166, (2009).

Decreto de lei nº79/2014, de 14 de Maio 2014 do Diário da República, 1.ª série — N.º 92, (2014).

DGE. (2014). Linhas Orientadoras para a Elaboração do Plano Plurianual de Melhoria (PPM).

DGE. (2017a). Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória. República Portuguesa: Educação

DGE. (2017b). Programa TEIP3: Referencial para a contratualização de ações de capacitação. DGE / EIPSE – Programa TEIP3

FPV. (2014). O Gira-Volei: Caderno do monitor.

Graça, A. (2014). O discurso pedagógico da educação física. 13-27.

Libâneo, J. C. (2001). O essencial da didática e o trabalho de professor—em busca de novos caminhos. PUC-GO: Goiânia, 1-9.

- Lopes, L., Santos, R., Pereira, B., & Lopes, V. P. (2012). Associations between sedentary behavior and motor coordination in children. *Am J Hum Biol*, 24(6), 746-752. <https://doi.org/10.1002/ajhb.22310>
- Lopes, V. P., Stodden, D. F., Bianchi, M. M., Maia, J. A., & Rodrigues, L. P. (2012). Correlation between BMI and motor coordination in children. *J Sci Med Sport*, 15(1), 38-43. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.07.005>
- McLennan, N., & Thompson, J. (2015). Diretrizes em educação física de qualidade (EFQ) para gestores de políticas. UNESCO Office Brasília.
- Mesquita, I., Afonso, J., Coutinho, P., & Araújo, R. (2020). Modelo de abordagem progressiva ao jogo no ensino do voleibol: concepção, metodologia, estratégias pedagógicas e avaliação. In F. Tavares (Ed.), *Jogos desportivos coletivos: Ensinar a jogar*. Universidade do Porto.
- Mesquita, I., & Araújo, V. (2013). Pressupostos metodológicos na intervenção do monitor de Gira-Volei (Vol. 2ª Edição). FPV.
- Quennerstedt, M. (2019). Physical education and the art of teaching: transformative learning and teaching in physical education and sports pedagogy. *Sport, Education and Society*, 24(6), 611-623. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1574731>
- Sousa, P. M. L. d., & Santos, I. M. S. C. d. (2005). Caracterização da Síndrome Autista. 10.
- Tavares, F. (2020). *Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a jogar* (Vol. 2ª ed., 2ª reimpressão). Editora FADEUP.
- Teles, P. (2004). Dislexia: como identificar? Como intervir? *Revista Portuguesa de Clínica Geral*, Vol. 20 N.º 6, 713-730.
- Tezani, T. C. R. (2021). O jogo e os processos de aprendizagem e desenvolvimento: aspectos cognitivos e afetivos. *Educação em Revista*, 7(1-2), 1-16. <https://doi.org/10.36311/2236-5192.2006.v7n1-2.603>