



Transformando a Paixão em Profissão - Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto com vista à obtenção do 2º ciclo de estudos conducente ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março e do Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro.

Orientadora: Professora Paula Silva

Miguel Ferreira

Porto, 2023

Ficha de catalogação

Ferreira, M (2023). Transformando a paixão em profissão. Ferreira, M.
Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Dedicatória:

Dedico este relatório de estágio aos meus pais e avôs que contribuíram para o meu crescimento pessoal e profissional ao longo desta jornada, que sempre me apoiaram incondicionalmente em todas as etapas da minha formação, sendo a força motriz para alcançar meus objetivos.

Agradecimentos

A transformação desta paixão para a profissão deveu-se a todos os intervenientes que passaram pela minha vida, e, por isso, não posso de lhes deixar um especial agradecimento a quem me ajudou a concretizar este sonho.

À FADEUP, uma casa que me acolheu tão bem e proporcionou-me os melhores anos e experiências da minha vida.

À Professora Orientadora Paula Silva, pela disponibilidade demonstrada e pela sua orientação.

À Professora Cooperante Manuela Machado, por ser um exemplo de excelência e perfeição na arte de ensinar.

Ao Núcleo de Estágio, pela capacidade superação e de trabalho em equipa.

Aos meus pais, Jorge e Isabel, pelo apoio incondicional que me ofereceram ao longo do meu trajeto pessoal e académico, uns exemplos da minha vida.

À minha irmã Ariana, por estar sempre ao meu lado nas minhas lutas pessoais e académicas.

À minha avó Luzia, por todo o incentivo e carinho, devo-lhe muito da pessoa que sou hoje. Aos meus avôs Humberto, Luís e Conceição, que já não acompanharam esta batalha final, mas tenho a certeza de que estão orgulhosos pela concretização do meu sonho, sei que também era o vosso.

À minha família, que serão sempre o meu porto de abrigo e os meus maiores admiradores.

À minha companheira Cláudia, pela disponibilidade e ajuda que me ofereceu ao longo do meu trajeto.

Aos meus grandes amigos, Ivo, Jorge e Peralta, obrigado pelas vossas orientações, não foi fácil aturarem-me neste processo, mas fizeram um grande trabalho.

Aos meus amigos do grupo Yama, que me sempre apoiarem neste processo e me encheram de força para continuar nas inúmeras batalhas que tive pela frente.

A todos os professores da FADEUP, obrigado pela transmissão da vossa sabedoria, foi um privilégio ser formado por profissionais de excelência.

Ao Núcleo de Professores de Ed.Física, da Escola Básica e Secundária D.Dinis, por acolherem o Núcleo de Estagiários com tanto entusiasmo e carinho.

Às minhas queridas turmas, por me mostrarem que a escolha que eu tomei foi a mais acertada.

Por fim a todos os que permitiram que a transformação desta paixão para a profissão tornasse possível.

Obrigado!

1 ÍNDICE

2	Introdução	1
3	Enquadramento Pessoal.....	2
3.1	A minha história	2
3.2	Expetativas do Estágio Profissional	5
4	Enquadramento da Prática Profissional	7
4.1	Caraterização da Escola	7
4.2	Caraterização do Meio	9
4.3	Cursos Profissionais.....	10
4.4	Curso Profissional de Técnico de Desporto	11
4.5	Preconceitos referentes aos Cursos Profissionais	12
5	Realização da Prática Profissional	14
5.1	Caraterização da Turma.....	14
5.2	Caraterização da Disciplina	22
5.3	Conteúdos e Objetivos dos diferentes módulos abordados na disciplina de AGCL 22	
5.4	Unidade Didática.....	24
5.5	Plano de aula	25
5.6	Diário de Bordo	26
5.7	Avaliações	27
5.7.1	Avaliação Diagnóstica	28
5.7.2	Avaliação Formativa.....	29
5.7.3	Avaliação Sumativa	29
5.8	Complexidades nos Momentos Avaliativos	30
6	Participação na Escola.....	32
6.1	Desporto Escolar.....	32
6.2	Encontros de Natação	34
6.3	Ação de Formação de Arbitragem de Natação	34
6.4	Torneio de Natação	35
6.5	Onda Rosa	35
6.6	Corta-Mato Escolar.....	36
7	Desenvolvimento Profissional	37
7.1	Resumo.....	37
7.1.1	Abstract	38

7.2	Introdução.....	39
7.3	Objetivos de Estudo.....	39
7.4	Metodologia.....	40
7.5	Apresentação dos Resultados.....	41
7.5.1	Caraterização dos participantes	41
7.5.2	Diferentes Perceções	44
7.6	Formas de combater este preconceito	54
7.7	Conclusões.....	56
8	Perspetivas Futuras	58
9	Referências Bibliográficas	60
10	ANEXOS	62

Índice de gráficos

Gráfico 1: Idades 11^oI

Gráfico 2: Idades 11^oJ

Gráfico 3: Alunos com irmãos T1

Gráfico 4: Nr^o de irmãos T1

Gráfico 5: Alunos com irmãos T2

Gráfico 6: Nr^o de irmãos T2

Gráfico 7: Alunos que praticam desporto T1

Gráfico 8: Tipo de prática desportiva T1

Gráfico 9: Frequência desportiva por semana T1

Gráfico 10: Alunos que praticam desporto T2

Gráfico 11: Tipo de prática desportiva T2

Gráfico 12: Frequência desportiva por semana T2

Gráfico 13: Idade dos participantes

Gráfico 14: Gênero dos participantes

Gráfico 15: Habilitações literárias dos participantes

Gráfico 16: Informação dos participantes face a cursos profissionais

Gráfico 17: Perceção dos participantes às capacidades dos alunos

Gráfico 18: Perceção dos participantes às ambições dos alunos

Gráfico 19: Perceção dos participantes face às valorizações dos alunos

Gráfico 20: Perceção dos participantes face às incapacidades dos alunos

Gráfico 21: Perceção dos participantes face ao comportamento dos alunos

Gráfico 22: Perceção dos participantes face à motivação dos alunos

Gráfico 23: Perceção dos participantes face às limitações dos alunos

Gráfico 24: Perceção dos participantes face ao nível socioeconómico dos alunos

Gráfico 25: Perceção dos participantes face à situação familiar dos alunos

Gráfico 26: Perceção dos participantes face ao desenvolvimento pessoal dos alunos

Gráfico 27: Perceção dos participantes face à participação em cursos profissionais

Índice de anexos

Anexo 1: Ficha Individual do Aluno – pág. 60

Anexo 2: Tabela das Avaliações Finais – pág.61

Anexo 3: Exemplo de um Plano de Aula – pág.62

Anexo 4: Exemplo de uma Unidade Temática – pág.63

Resumo

O presente relatório de estágio integra-se no 2º ano de Mestrado em Ensino de Educação Física no Ensino Básico e Secundário, com o objetivo de apresentar as vivências e experiências realizadas na âmbito do estágio profissional, que decorreu de setembro de 2022 a junho de 2023, na escola básica e Secundária D. Dinis, em Santo Tirso (EBSDD).

O objetivo do Estágio Profissional (EP) é proporcionar ao estudante-estagiário uma experiência prática no ambiente escolar, vivenciando a dinâmica de uma escola, a interação com a comunidade educativa e aplicar os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos ao longo da formação académica.

Durante o estágio, obtive a oportunidade de participar em diferentes atividades, tais como o planeamento e execução de aulas das Unidades de Formação e Curta Duração (UFCD) de Step – a aula, Step – montagem coreográfica e Ginástica Localizada – montagem, a uma turma de Curso Profissional de Técnico de Desporto (CPTD). Apesar de não ser uma disciplina curricular de Educação Física, estas são umas das UFCD pré-definidas na formação do CPTD, onde tem como objetivo capacitar os alunos para o trabalho em ginásios, academias e centros de lazer.

Além disso, pude aprimorar as habilidades de comunicação, liderança e trabalho em equipa, ao mesmo tempo em que ajudou a desenvolver uma compreensão mais profunda dos desafios e oportunidades encontrados no contexto educacional, proporcionando também um espaço de reflexão sobre a minha prática.

Esta foi uma experiência enriquecedora e transformadora, preparando-me para enfrentar diferentes desafios na minha futura carreira de docente.

Abstract

The present internship report is part of the 2nd year of the master's degree in teaching physical education in Primary and Secondary Education, with the aim of presenting the experiences and activities carried out during the professional internship, which took place from September 2022 to June 2023 at the D. Dinis Basic and Secondary School in Santo Tirso (EBSDD).

The objective of the Professional Internship (PI) is to provide the student-intern with practical experience in the school environment, experiencing the dynamics of a school, interacting with the educational community, and applying the theoretical and practical knowledge acquired throughout the academic training.

During the internship, I had the opportunity to participate in various activities, such as planning and conducting classes in Short Duration and Thematic Units (UFCD) of Step - the class, Step - choreographic assembly, and Localized Gymnastics - assembly, to a group of students from the Professional Course of Sports Technician. Although not a curricular subject in Physical Education, these are some of the pre-defined UFCDs in the Sports Technician Course, which aim to equip students for work in gyms, fitness centers, and leisure centers.

Furthermore, I was able to enhance my communication, leadership, and teamwork skills, while also gaining a deeper understanding of the challenges and opportunities encountered in the educational context, providing a space for reflection on my practice.

This was an enriching and transformative experience, preparing me to face different challenges in my future teaching career.

LISTA DE ABREVIATURAS

AD- Avaliação Diagnóstica

AF- Avaliação Formativa

AGCL- Atividade de Ginásio e Centro de Lazer

AS- Avaliação Sumativa

BPM's- Batidas musicais por minuto

DB- Diário de Bordo

DE- Desporto Escolar

EE- Estudante Estagiário

EP- Estágio Profissional

EPES- Equipa de Promoção e Educação para a Saúde

FADEUP- Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

PA- Plano de aula

PAP- Prova de Aptidão Profissional

PC- Professora Cooperante

PE- Professor Estagiário

PO- Professor Orientador

PES- Prática de Ensino Supervisionada

RE- Relatório de Estágio

UC- Unidade Curricular

UD- unidade Didática

UFCD- Unidade de Formação de Curta Duração

2 INTRODUÇÃO

No âmbito da Unidade Curricular (UC) Estágio Profissional (EP) do 2º ano do 2ºciclo conducente ao grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários, na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP) foi realizado o presente Relatório de Estágio (RE), com o objetivo de expor a minha prática de ensino supervisionada (PES), vivenciada enquanto Estudante Estagiário (EE), inserido num Núcleo de Estágio (NE) composto por mais duas colegas estagiárias, pela Professora Cooperante (PC) e pela Professora Orientadora (PO), na Escola Básica e Secundária D.Dinis, situada em Santo Tirso, ao longo do ano letivo 2022/2023.

Este documento, será um documento pessoal, extremamente organizado onde relata as minhas aprendizagens, principais dificuldades, sensações, superações e emoções sentidas durante o meu EP.

O EP, entendido como o início da construção na profissão, apresenta-se como a etapa final da formação inicial e realizasse numa prática de ensino em contexto real, que nos prepara, a nós, enquanto futuros docentes, para as adversidades do ofício. Assim, a prática profissional em contexto real assume um papel fundamental no processo de socialização inicial na profissão.

Averiguando os propósitos da EP inerentes às Normas Orientadoras é possível apurar que este tem como objetivo a formação do professor profissional enquanto agente e promotor de um ensino de qualidade, promovendo desta forma nos futuros professores um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder às adversidades e exigências da profissão.

Posto isto, é de extrema relevância referir que a minha PES não se cingiu à lecionação das aulas, mas envolveu, também, a participação no Desporto Escolar (DE), nas atividades extracurriculares, nas reuniões de área disciplinar de EF e nas reuniões de Conselho de Turma, vivenciando a escola na sua máxima plenitude.

3 ENQUADRAMENTO PESSOAL

3.1 A MINHA HISTÓRIA

O meu nome é Miguel Ferreira e escrevo este texto de forma a demonstrar o caminho que realizei até chegar a este concretizar de sonho, na qual fui descobrindo face às minhas experiências desportivas, pessoais e académicas.

Nascido na Alemanha e filho de portugueses emigrantes em Ravensburg, onde permaneci com os mesmos até aos 4 anos. Em 2001 vim para Portugal viver com os meus avôs e foi neste momento que o meu percurso desportivo teve início. A minha família, como muitas famílias tradicionais portuguesas, vivia e vive calorosamente o futebol, assim, os meus avôs tomaram a decisão que o exercício físico devia ser parte integrante do meu crescimento e da minha inclusão social em Portugal, disponibilizando deste modo tempo e recursos inscrevendo-me num clube de futebol não federado. Logo, a minha paixão pelo Desporto e pela competição foi-se desenvolvendo e aos 6 anos mudei-me para o CD Aves, clube federado da minha terra, onde foi a minha casa durante 14 anos. Portanto, através desta experiência desportiva rica em muitas dimensões, recordarei e analisarei as vivências, experiências e aprendizagens mais importantes a fim de perceber de que forma, o Desporto me ajudou a fortalecer os valores e ideais da minha personalidade que compreende como parte fundamental e essencial na formação de um ser ciente, lógico e relacional, transportando valores, da qual considero importantes, como espírito de sacrifício, superação e cooperação com os outros. Além disso, um dos aspetos mais relevantes, para mim, no Desporto, foram as interações que estabeleci com indivíduos distintos, de diferentes culturas, meios sociais e económicos, que se uniam em prol de um objetivo comum.

As infinitas aprendizagens que obtive através do meu percurso desportivo foram fundamentais, resultando no facto em que considero que consigo inserir-me em qualquer grupo mesmo com adversidades e feitios distintos, que segundo Flores e Day (2006), a prática profissional é um elemento central no processo de socialização do professor, sendo que o percurso de vida de cada indivíduo representa, também ele, uma parte importante do modo que cada um

assume e efetiva a sua vocação, havendo, assim, uma perfeita simbiose entre as minhas experiências desportivas e pessoais.

Posto isto, sempre estive ligado ao mundo do Desporto através da prática de futebol, representando clubes como o CD Aves, FC Vilarinho, CCD Santa Eulália e o GD Joane, clube que atualmente ainda me insiro, representando a equipa sénior da modalidade referida.

Quanto ao meu percurso académico, no ensino secundário ingressei o curso de Ciências e Tecnologias, devido às influências dos meus amigos, do meu Diretor de Turma e da minha mãe, que afirmavam que era o melhor rumo a tomar, contudo, o que eu realmente queria seguir era o curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva, mas face às opiniões e julgamentos existentes acerca dos cursos profissionais nas comunidades educativas, segui os conselhos, que mais tarde me vim a arrepender, isto porque a minha motivação e sucesso escolar ficou muito aquém das expetativas e apesar do meu esforço para atingir os objetivos propostos nesta fase não eram suficientes. Neste momento da minha vida, reconheci que não era este o caminho académico que queria seguir. No ano seguinte, tomei a minha decisão e somente minha, sem influências de outrem, de prosseguir os meus estudos no curso que realmente queria. Como é público, os cursos profissionais visam integrar os alunos no mercado de trabalho com um estágio numa instituição ou empresa da área onde realizaram a sua formação. Foi na concretização do estágio do 11ºano que percebi qual era a área que queria dar continuidade à minha formação académica.

Após o 12º ano não concorri ao ensino superior no ano letivo 2016/2017, por motivos profissionais, ingressando na licenciatura em ciências do desporto na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física – Universidade de Coimbra do ano letivo 2017/2018, porém com o choque de realidade experienciada na cidade, o facto de viver sozinho e de querer conciliar com o futebol, optei por integrar o Instituto Superior da Maia visto ser mais perto da minha zona de residência e conseguir compatibilizar com a modalidade que

tanto me diz, o futebol, acabando por me licenciar em Educação Física e Desporto no ano letivo 2019/2020.

Mais uma vez, por motivos profissionais vi-me obrigado a não dar continuidade à minha formação no ano letivo 2020/2021, candidatando-me ao Mestrado de Ensino da Educação Física no Ensinos Básicos e Secundários da FADEUP em 2021/2022.

3.2 EXPETATIVAS DO ESTÁGIO PROFISSIONAL

O EP surge como um momento importante e fundamental no meu percurso académico na transição de aluno para professor, é o culminar da minha formação e longo trajeto com o objetivo de realizar o meu sonho de ser professor de Educação Física.

Para mim, o EP é uma oportunidade de colocar em prática todos os conhecimentos que adquiri ao longo da minha formação, além de que é uma oportunidade de desenvolver novas competências e encarar novos desafios de maneira a tornar-me mais e melhor Professor.

Assim, acho que o estágio é um marco essencial da minha formação, onde posso criar expetativas em relação ao meu desempenho enquanto futuro docente, confrontando desafios e adversidades com a realidade do ensino.

Em relação ao estágio, as minhas expetativas iniciais eram elevadas, face ao facto de realizar o estágio na escola onde completei o meu ensino secundário, no fundo os meus sentimentos eram um misto de nostalgia, saudade e de responsabilidade devido ao facto de saber que ia encontrar antigos docentes da minha vida académica, assim, sabia que o meu sucesso seria também o sucesso deles, não querendo desiludir os professores que me marcaram e fizeram chegar até este momento da minha vida.

Além disso, não posso deixar de referir o receio e o nervosismo que senti face à falta de conhecimento específico, relativo às modalidades que iria lecionar nos diferentes módulos ao longo do ano letivo, isto porque a disciplina que a lecionar enquanto professor estagiário seria UFCD – Atividades de Ginásio e Centro de Lazer (AGCL) e não Educação Física.

Enquanto Professor Estagiário, inexperiente, mas entusiasmado com esta fase da minha vida, tinha como objetivo de marcar os meus alunos de forma positiva, de ser capaz de fazer parte das suas memórias, influenciando, assim, positivamente as suas escolhas ao longo da vida.

Face às minhas características pessoais, tanto inatas, quanto adquiridas pelas minhas experiências desportivas, pessoais e académicas, sinto que me

enquadrei de forma natural na comunidade educativa e no grupo da área disciplinar, aliando ao facto de ter sido aluno de diversos docentes da comunidade. Tinha, também, como opinião pessoal que o grupo da EF fosse coeso e unido, de forma a contribuir para o sucesso da escola, contudo isso não veio a suceder, face aos atritos existentes entre a direção da escola e à desvalorização, exaustão e esgotamento por parte da docência devido à instabilidade, precariedade e burocracia existentes no dia de hoje em Portugal, aliando ao facto da dificuldade em progredir na carreira, ao tempo de serviço que não é contado, assim como o valor dos salários.

Em segundo lugar, um objetivo que tinha era conseguir transportar para a aula a minha energia e prazer que sinto pela atividade física, contagiando os alunos para que os mesmos realizassem as aulas com entusiasmo e alegria.

Em terceiro lugar, tinha como objetivo responder de forma positiva e com qualidade aos desafios impostos pelos alunos e pelas aulas, mantendo sempre uma atitude refletiva em conformidade com o trabalho que fosse desenvolvido ao longo do estágio, possibilitando, desta maneira, adquirir o conhecimento necessário para satisfazer as necessidades dos alunos.

Por último, e não menos importante, desejava transmitir valores da qual considero importantes, como espírito de sacrifício, superação e cooperação com os outros, enaltecendo que com trabalho árduo tudo se conquista.

4 ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

4.1 CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA

24 de abril de 2013 é a data em que foi formado o Agrupamento de Escolas D.Dinis através da agregação da Escola Secundária D.Dinis com o Agrupamento de Escolas D'Agrela e Vale do Leça, do Concelho de Santo Tirso, assim, o AEDDinis é formado por oito diferentes estabelecimentos de ensino:

- Escola Básica e Secundária D. Dinis (Escola Sede);
- Escola Básica da Agrela e Vale do Leça (2º e 3º Ciclos do Ensino Básico);
- Escola Básica de Arcozelo, Água Longa – com JI e 1º Ciclo (Centro Escolar);
- Escola Básica de Campinhos, Agrela – com JI e 1º Ciclo;
- Escola Básica de Cantim, Reguenga – com JI e 1º Ciclo;
- Escola Básica de S. José, Refojos – com JI e 1º Ciclo;
- Escola Básica de Parada, Carreira – com JI e 1º Ciclo;
- Escola Básica de Igreja, Guimarei – com JI e 1º Ciclo.

Desta maneira, a direção tem como base a escola sede, sendo que as diferentes escolas possuem um coordenador de estabelecimento, assim como os serviços de administração escolar.

Assim, a oferta educativa presente no AEDDinis é:

- Educação pré-escolar;
- 1º ciclo do ensino básico;
- 2º ciclo do ensino básico;
- 3º ciclo do ensino básico;

Ensino Secundário - cursos científico-humanísticos

- Ciências e Tecnologias
- Línguas e Humanidades
- Artes Visuais

Ensino Secundário - cursos profissionais

- Curso Profissional de Técnico de Análise Laboratorial
- Curso Profissional de Técnico Design (Interiores/Exteriores)
- Curso Profissional de Técnico de Desporto

Em relação aos espaços desportivos pertencentes à escola D.Dinis, a mesma conta com um pavilhão de ginástica equipada com diferentes tipos de aparelhos das modalidades gímnicas, uma sala de musculação onde decorrem atividades do desporto escolar referente ao CrossTraining, um pavilhão desportivo com cobertura e um campo multifuncional descoberto onde se realizam diversas atividades e aulas. Além disso, o AEDDinis conta com parcerias da Câmara Municipal de Santo Tirso e com o Ginásio Clube Santo Tirso, na qual estas instituições facultam alguns espaços desportivos, nomeadamente a sala de fitness e a piscina.

Apesar destas instalações, as aulas de AGCL são realizadas no polivalente da escola, uma área comum a todos os alunos da escola que é “roubada” devido à falta de um espaço adequado e propício para a concretização das aulas de AGCL. Além disso, importa referir que tinha à disposição o auditório da escola, assim como uma sala conhecida como “aquário” para abordar as componentes teóricas da disciplina.

4.2 CARATERIZAÇÃO DO MEIO

O município de Santo Tirso situa-se entre o Grande Porto, o Vale do Ave e o Vale do Sousa, fazendo parte do distrito do Porto, apresentando-se com uma área de 132,6 km².

Importa mencionar que o município de Santo Tirso reconhece que a Educação é um forte pilar no desenvolvimento da região, assim, a Câmara Municipal de Santo Tirso tem vindo a apostar na promoção ao acesso a recursos educativos de maior qualidade, por outro lado, na criação de condições para que toda a população possa ter acesso a estas oportunidades, independentemente das suas condições sociais e económicas.

Uma forte caracterização do município de Santo Tirso é o investimento forte na elaboração de diversas iniciativas desportivas para a população, promovendo desta forma a prática da atividade física como um elemento promotor de uma vida saudável, seja enquanto instrumento de afirmação de um município, seja enquanto instrumento de promoção de valores e princípios humanistas. Além disso, a o Desporto na região apresenta-se como uma forte ferramenta de intervenção e transformação social promovendo o desporto em ambiente escolar e a prática desportiva em populações especiais como forma de inclusão social.

Outro aspeto importante da região de Santo Tirso é as condições naturais que oferece, destacando-se os espaços verdes e abertos que convidam a população para a prática do “Desporto Verde”, atraindo assim amantes das caminhadas, do *tracking* e do *trail*.

Por outro lado, a aposta na construção de infraestruturas de qualidade é cada vez mais notória, permitindo, assim, a prática de diversas modalidades no concelho. Desta forma, o Desporto em Santo Tirso tem um forte apoio através do associativismo desportivo, destacando o desporto federado, as entidades desportivas, eventos desportivos, o alto rendimento e a prática de atividade física informal. Assim, o concelho de Santo Tirso conta com 71 clubes/associações desportivas, 25 instalações desportivas, 21 campos de jogos descobertos, 5 *court* de ténis, 4 piscinas e 1 pista de atletismo.

Logo, a caracterização do meio envolvente é importante de maneira a ser considerada pelo professor nas suas tomadas de decisões, incluindo o meio envolvente no processo de ensino, de modo a tornar este processo o mais holístico possível.

4.3 CURSOS PROFISSIONAIS

O AEDinis tem como missão assegurar a escolaridade obrigatória a todos os alunos, pretendendo dessa forma assegurar uma oportunidade qualificante e de reconhecimento ao nível básico e secundário, promovendo novos processos de aprendizagem, de formação e de certificação para todos os alunos.

Desta forma, os cursos profissionais surgiram para garantir maiores vias possíveis de maneira que os alunos possam concluir o ensino secundário. O que distingue os cursos profissionais é a valorização de componentes técnicas focalizadas para o exercício de uma vocação visto que estes cursos são marcados por uma forte componente prática. No entanto, se for essa escolha do aluno, o mesmo pode seguir uma formação ao ingressar no ensino superior.

Outro aspeto importante dos cursos profissionais é a obtenção da dupla certificação, ou seja, além da certificação do ensino secundário, os alunos garantem também uma certificação profissional, resultado do percurso de qualificação de nível 4, de acordo com o Quadro Nacional de Qualificações (QNQ).

4.4 CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO

O Curso Profissional de Técnico de Desporto tem como missão de assegurar competências e capacidades aos alunos para o mercado de trabalho, através de Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD). Assim, o Técnico de Desporto, curso na qual leciono, têm como competências a desenvolver o planeamento, organização e desenvolvimento de treino de modalidades desportivas, individuais e coletivas.

Além disso, os alunos devem ser capazes de:

- Elaborar um plano anual de preparação, colaborando com técnicos de grau superior;
- Organizar sessões de treino, orientando as mesmas visando o aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva, promovendo o cumprimento das regras da modalidade e das regras de disciplina;
- Colaborar na avaliação dos resultados das sessões de treino/exercício;
- Participar no planeamento e coadjuvar nas atividades, individuais ou de grupo, com foco na melhoria da aptidão física no âmbito do treino desportivo;
- Participar na criação e implementação de programas de atividades físicas e desportivas em contexto de animação e de recreação;
- Coadjuvar o técnico superior no aconselhamento aos praticantes na adoção de hábitos saudáveis;

O Curso Profissional de Técnico de Desporto está repartido por quatro componentes, totalizando um total de três mil e trezentas horas de formação. Assim, o curso está dividido pela componente de formação científica (500h horas), pela componente de formação sociocultural (1000 horas), pela componente de formação tecnológica (1200 horas) e pela componente de formação em prática de contexto de trabalho (600 horas).

4.5 PRECONCEITOS REFERENTES AOS CURSOS PROFISSIONAIS

O preconceito em relação aos Cursos Profissionais está muito enraizado na sociedade. Este preconceito é alimentado pela falta de informação existente na comunidade sobre os cursos profissionais, assim como os agentes educativos nas escolas que o alimentam, de forma voluntária ou involuntária, até porque é visível nas escolas que os próprios alunos assumem este ponto. No entanto, é importante destacar que esses preconceitos são geralmente baseados em estereótipos e podem ser injustos e infundados.

Além disso, o Curso Profissional é associado a um ramo de ensino dedicado a alunos com dificuldades económicas e “fracos”, onde existe a ideia de que os alunos que terminam o ensino básico com notas mais baixas são encaminhados para estes cursos, desvalorizando dessa forma o ensino profissional e as profissões a que podem aceder com estes cursos. A este preconceito, podemos também associar a imagem de um certo facilitismo que existe em torno destes cursos, que não responde à realidade, de todo.

Logo, alguns exemplos comuns de preconceitos enfrentados pelos alunos de cursos profissionais são:

- Menos capazes ou menos inteligentes: Um preconceito muito comum é considerar que os alunos dos cursos profissionais são menos inteligentes ou menos capazes do que os alunos que frequentam o ensino regular. Essa visão é completamente equivocada, pois os cursos profissionais oferecem uma educação focalizada nas habilidades práticas e técnicas, preparando os alunos para ingressarem o mercado de trabalho ou seguirem em estudos superiores relacionados às áreas de interesse.
- Menos ambiciosos: Muitas vezes os alunos do curso profissional são considerados menos ambiciosos em comparação com os alunos do curso regular. Esta é uma percepção injusta, pois os alunos dos cursos profissionais optam por uma educação mais voltada para as suas paixões e interesses práticos em busca de adquirir habilidades

específicas que lhes permitam entrar rapidamente no mercado de trabalho.

- Limitados com as opções de carreira: Existe também o preconceito de que os alunos de cursos profissionais têm opções de carreira mais limitadas em comparação com os alunos que frequentam o ensino regular. No entanto, isso é uma visão incorreta, pois existem inúmeras oportunidades profissionais disponíveis para aqueles que possuem habilidades técnicas e práticas.
- Menos valorizados: Infelizmente, os alunos do curso profissional também podem enfrentar o preconceito de serem menos valorizados pela sociedade. Isto reflete na visão antiquada e ultrapassada, pois a sociedade precisa de reconhecer a importância dos conhecimentos práticos e das habilidades técnicas que os alunos dos cursos profissionais adquirem.

Assim, é importante contrariar este preconceito relacionado com o ensino profissional e realçar as vantagens e mais-valias presentes nestes cursos, promovendo uma educação inclusiva de maneira a aproximar o ensino profissional da sociedade, para que percebam a importância e vantagens deste tipo de ensino para o futuro acadêmico e profissional.

5 REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

5.1 CARATERIZAÇÃO DA TURMA

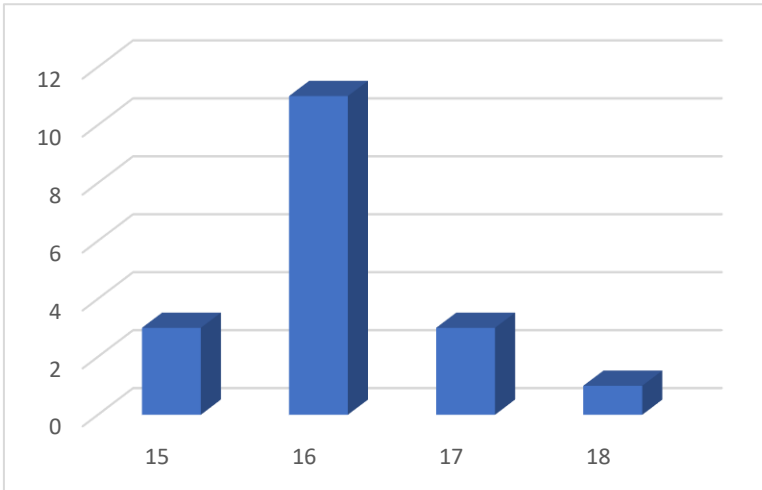
De modo a facilitar o processo ensino-aprendizagem foi necessário fazer um levantamento de algumas das características dos alunos, efetuando uma análise às respostas individuais ao questionário aplicado no início do ano letivo. Além disso, foi-nos atribuído no início do ano letivo, pelos diretores de turma de ambas as turmas, um documento com informações acerca das idades dos alunos.

O principal objetivo deste levantamento é conhecer melhor os alunos de ambas as turmas, visto que vamos estar em contato com os mesmos durante o ano letivo, tornando-se assim fundamental entender as características como: na identificação de alunos com necessidades educacionais especiais permitindo oferecer o suporte necessário para garantir que todos os alunos tenham oportunidades iguais; na personalização de ensino de modo a atender as preferências de aprendizagem dos alunos, incorporando elementos de interesse nas aulas, aumentando a motivação dos alunos de maneira a criar um ambiente positivo na aula; no planeamento da avaliação de forma a avaliar o progresso dos alunos e adaptando a avaliação face ao conhecimento prévio da turma, adaptando os métodos de avaliação aos alunos com diferentes níveis de aprendizagem, criando diferentes níveis de desafio nas tarefas de avaliação.

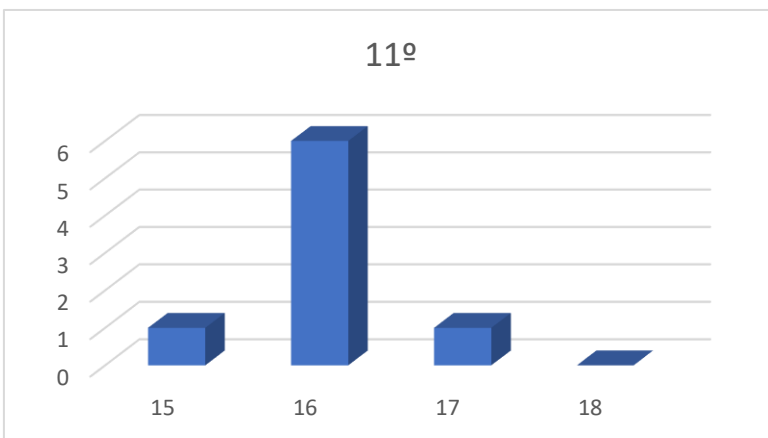
Aluno - Idade

A turma do 11º (1ª turma) era constituída por vinte e oito alunos, sendo bastante heterogénea em relação ao sexo, contando com dezanove rapazes e nove raparigas. Além disso, a turma do 11º (2ª turma) contava apenas com oito alunos inscritos, ou seja, sete rapazes e uma rapariga.

Em ambas as turmas, a idade dos alunos era compreendida entre os quinze e os dezoito anos de idade.



1- Gráfico de idades 11^o
(1^oturma)

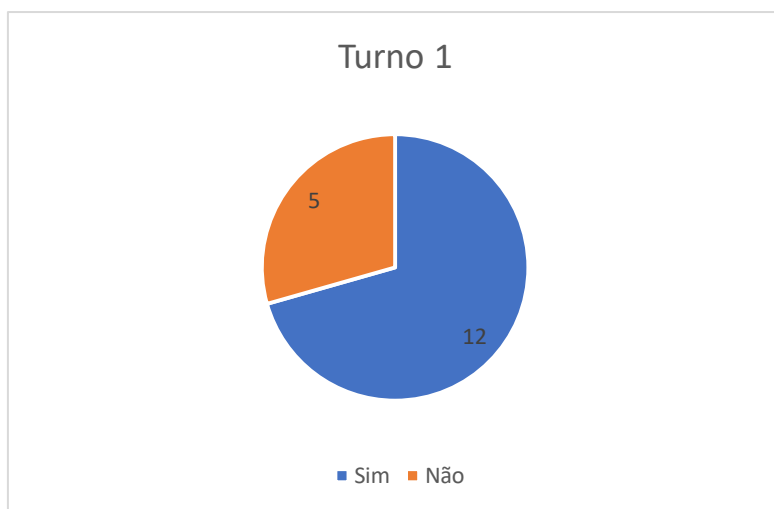


2- Gráfico de idades
11^o(2^oturma)

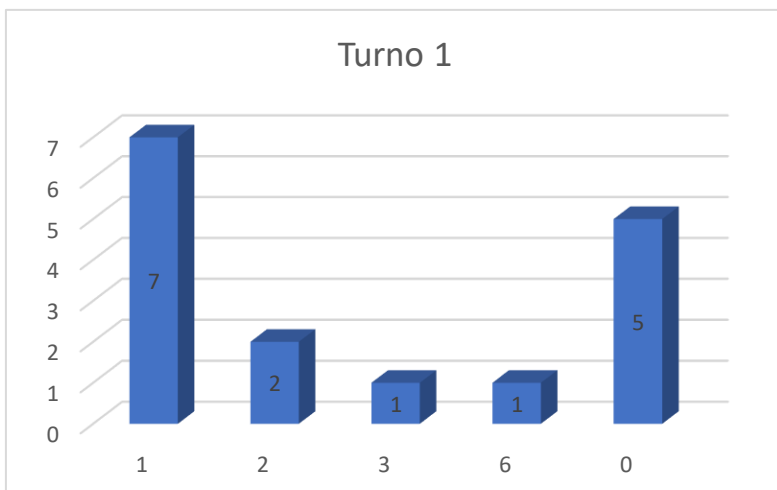
Face à diferença do número de alunos das duas turmas as aulas de Atividades de Ginásio e Centro de Lazer (AGCL) foram divididas em dois turnos de dezoito alunos em que cada turno era constituído por treze rapazes e cinco raparigas, contudo o turno 2 ficou com apenas doze rapazes no terceiro período devido à expulsão de um aluno da escola face às faltas recorrentes que o aluno apresentava.

Aluno e a Família - Irmãos

Em relação à questão se os alunos possuíam ou não irmãos, a resposta do Turno 1 foi que 5 alunos dos 17 alunos da turma não tinham nenhum irmão, sendo que os restantes 12 têm. Além disso, o número de irmãos varia entre os 0 e os 6 como demonstram os seguintes gráficos.

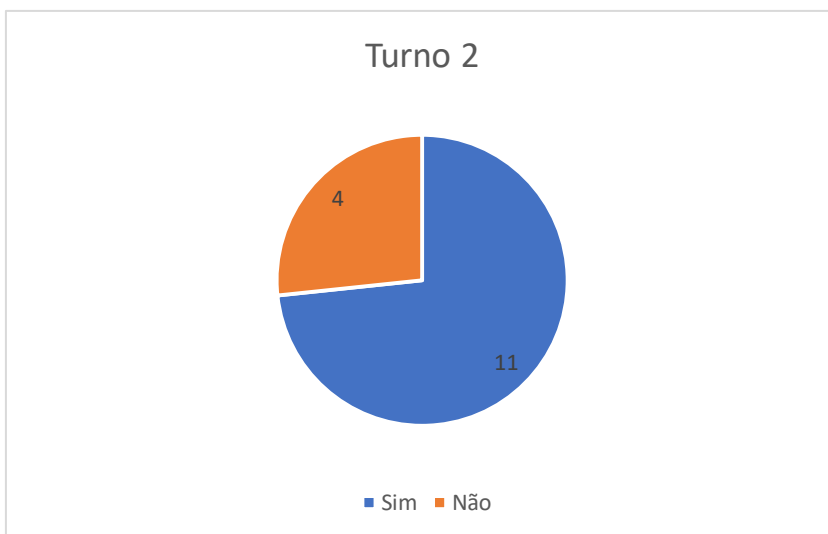


3- Gráfico de alunos com irmãos T1

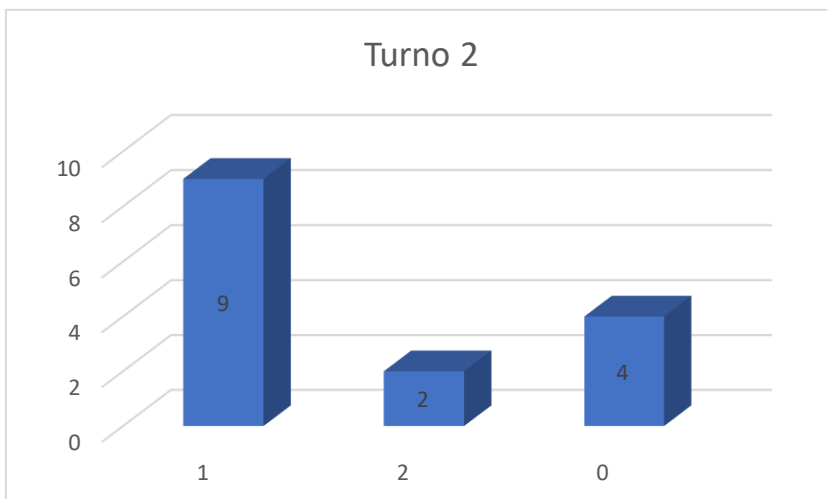


4- Gráfico de nº de irmãos T1

Em relação ao Turno 2, apenas obtivemos 15 respostas no questionário, sendo que 4 alunos não possuíam nenhum irmão apesar de que os restantes 11 tinham. Já neste turno, o número de irmãos varia entre os 0 e 2.



5- Gráfico de alunos com irmãos T2



6- Gráfico de nrº de irmãos T2

Aluno – Desporto

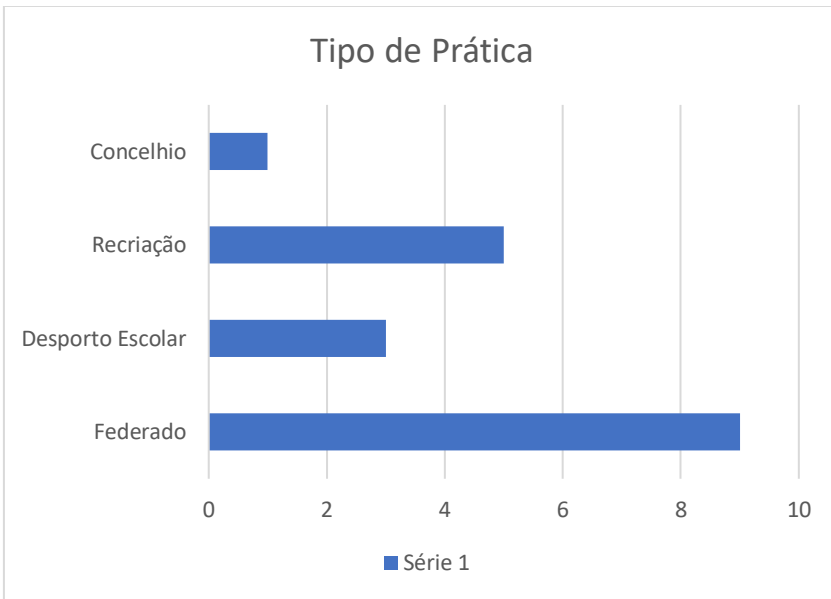
Porque estamos a lidar com alunos de desporto, analisamos se os mesmo praticavam algum tipo de desporto fora da escola, qual a frequência dessa atividade e que tipo.

Em relação ao Turno 1, verificou-se que 16 alunos praticavam atividade física regularmente.

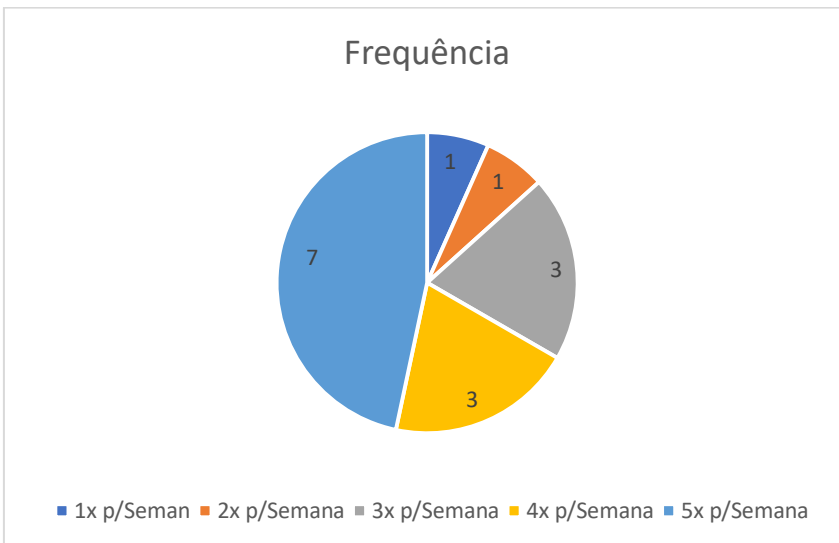


7- Gráfico de alunos que praticam desporto T1

Já o tipo da prática desportiva e a frequência com que os alunos realizam, constatou-se o seguinte:



8- Gráfico de tipo de prática desportiva T1



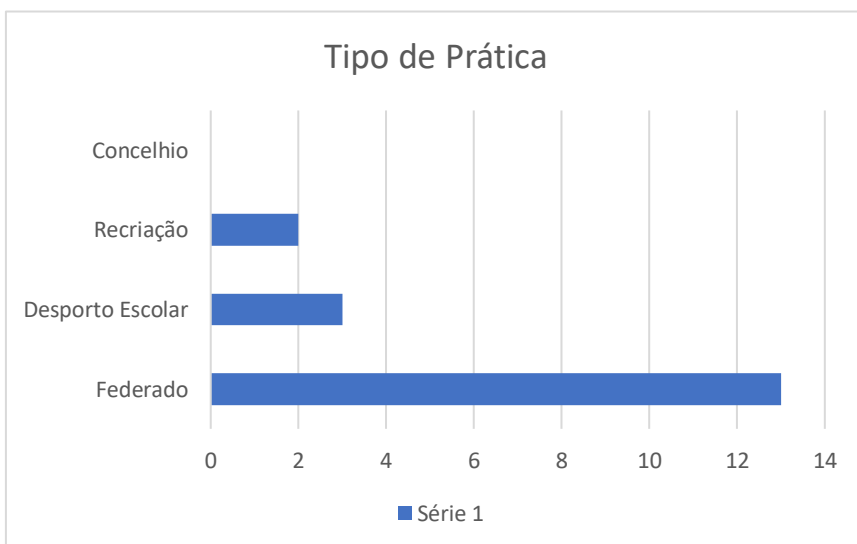
9- Gráfico de frequência de prática desportiva por semana

Em relação ao Turno 2, as respostas foram unânimes no que toca à prática do desporto fora da escola.

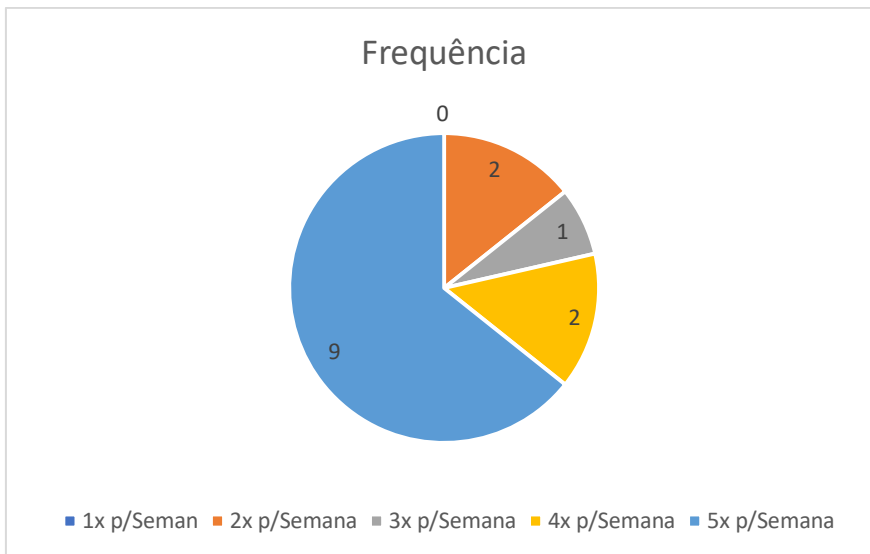


10- Gráfico de alunos que praticam desporto T2

Além disso, na análise da prática desportiva e as frequências das suas atividades que realizam por semana, verificou-se o seguinte:



11- Gráfico de tipo de prática desportiva T2



12- Gráfico de frequência desportiva por semana T2

Com base nesta análise, foi possível verificar que o Turno 2 é mais disponível e predisposto para a realização de atividades físicas do que o Turno 1.

5.2 CARATERIZAÇÃO DA DISCIPLINA

A disciplina de AGCL foi onde tive a minha atuação prática enquanto professor estagiário. Esta disciplina divide-se em nove módulos que estão distribuídos pelos três anos letivos do curso profissional de técnico do desporto.

Assim, no primeiro ano do curso é lecionado “Ginástica Aeróbica – a aula”, “Ginástica Aeróbica - montagem” e “Ginástica Localizada – a aula”.

No segundo ano do curso, ano em que realizei a PES, os módulos a lecionar são “Step – a aula”, “Step – montagem coreográfica” e “Ginástica Localizada – metodologia”.

Já no terceiro ano do curso são lecionados “Cardiofitness e Musculação – equipamentos e exercícios” e “Cardiofitness e Musculação – o treino” e “Metodologia das atividades body & mind”.

5.3 CONTEÚDOS E OBJETIVOS DOS DIFERENTES MÓDULOS ABORDADOS NA DISCIPLINA DE AGCL

Os conteúdos presentes na disciplina de AGCL no ano em que realizei a PES foram bem delineados com objetivos bem claros sobre o que se procurava desenvolver nos alunos.

Logo, os conteúdos abordados e desenvolvidos nos diferentes módulos são os seguintes:

- **Step – a aula:** História da modalidade; Investigações científicas realizadas na área do step; Montagem, desmontagem e transporte de step; Tipos de abordagem à técnica geral, técnica de execução e passos básicos, passos de liderança simples e passos de liderança alternada; Estrutura da aula de step (Aquecimento, Parte fundamental, Retorno à calma); Batidas musicais; Batidas por minuto (bpm's); Compasso quaternário; Oito musicais; Frase musical;
- **Step – montagem coreográfica:** Passos básicos e estrutura musical; Características primárias de uma aula de step (Eficácia, Segurança,

Acessibilidade); Princípios orientadores na montagem coreográfica (Simetria, “Perna Pronta”, Fluidez); Sequências coreográficas; Regras básicas na construção de sequências coreográficas; Métodos de montagem coreográfica; Tipologias de exercícios; Estratégias de ensino; Planos de aula; Normas de laboração; princípios de aplicação; normas de correção;

- **Ginástica localizada – metodologia:** Conceitos básicos; Duração, volume e intensidade; Carga, densidade e frequência; Princípios do treino (individualização, progressão, especificidade, continuidade, reversibilidade e ciclicidade); Força e resistência muscular; Força dinâmica e força estática; Resistência muscular aeróbia e resistência muscular anaeróbia; Tipologia de exercícios na aula de ginástica localizada; Planificação da aula em ginástica localizada; Escolha de exercícios adequados à população alvo; Formas de trabalho utilizadas na aula de ginástica localizada; Treino em circuito, intervalado e uníssono;

Assim, os objetivos que os diferentes módulos pretendem atingir com a aplicação dos conteúdos enumerados acima são:

- **Step – a aula:** Identificar os passos básicos do step, exercícios, termos e definições; explica a estrutura de uma aula de step e a importância do uso da música; Reconhecer a estrutura musical utilizada nas aulas de grupo de step; explicar o efeito da velocidade da música na postura do praticante e no alinhamento e intensidade da aula de step.
- **Step – montagem coreográfica:** Reconhecer os princípios orientadores que regem a montagem coreográfica; Aplicar as regras básicas utilizadas na construção de sequências coreográficas e as diferentes formas de comunicação (verbal e gestual) nos exercícios com música; Preparar equipamentos e instalações para a sessão de step em conformidade com as diretrizes em vigor; Utilizar a correta colocação do professor na sala de aula de step e as mudanças de posição para observação dos praticantes em diferentes ângulos de forma a tomar as

aulas eficazes e seguras;

- **Ginástica localizada – metodologia:** Aplicar as regras utilizadas na construção de sequências coreográficas e as diferentes formas de comunicação (verbal e gestual) e a sua utilização nos exercícios com música; Preparar equipamentos e instalações para a sessão de ginástica aeróbica de acordo com as diretrizes em vigor; aplicar as normas de segurança de forma a assegurar que os praticantes realizam as atividades de forma segura.

5.4 UNIDADE DIDÁTICA

As Unidades Didáticas possuem unidades integrais do processo pedagógico e apresentam ao professor e alunos etapas bem distintas do processo ensino-aprendizagem, logo são partes fundamentais e integrantes do programa de uma disciplina, segundo Bento.

O maior foco nas construções das unidades didáticas dos diferentes módulos foi o cumprimento das horas destinadas a cada módulo pelo número de aulas disponíveis, além do facto de não termos espaço apropriado para as diferentes aulas que lecionamos fez com que adaptássemos por diversas vezes a unidade didática. Logo, distribuámos a unidade didática pelas duas aulas semanais, ou seja, terça-feira e sexta-feira, com a duração de 135 minutos cada.

Em reunião com o núcleo de estágio, tomou-se a decisão de iniciarmos com o módulo de “Step – a aula”. Terminado o módulo anterior iniciava-se então o módulo “Step – Montagem Coreográfica” e por último, o módulo de Ginástica Localizada – Montagem. De ressaltar que o núcleo de estágio tomou a decisão de que todos os elementos lecionavam os diferentes módulos com a seguinte ordem de aulas: Filipa; Miguel; Sabina.

Deste modo, surgiu a primeira versão da unidade didática, documento de extrema importância que sofreu inúmeras adaptações face aos problemas que foram surgindo ao longo dos diferentes módulos.

5.5 PLANO DE AULA

O plano de aula é um documento que os professores desenvolvem para orientar o processo de ensino aprendizagem, ou seja, o plano de aula é uma unidade básica de planeamento detalhado e pormenorizado sobre o ensino adaptado e aplicado em aula (Bossle, 2002).

“O plano de aula deve constar com um cabeçalho e rodapé referentes à escola D.Dinis, número da aula, função didática, número de alunos, local da aula, duração, material e professora a lecionar a aula.”

(DB, 9 de setembro de 2022)

Segundo Bento (1998), a elaboração dos planos de aula deve levar os professores a refletir sobre as aulas realizadas anteriormente, atendendo sempre ao planeamento a médio e longo prazo, de modo que se consiga realizar as adaptações necessárias ao sucesso do processo ensino-aprendizagem.

Assim, foi decidido pelo núcleo de estágio a criação de um *layout* de um plano de aula bastante descritivo e simples, de maneira que o mesmo fosse de fácil acesso e perceptível para todos os elementos que o relacionassem.

De mencionar que a realização dos planos de aulas das diferentes aulas elaboradas foi dos tópicos mais abordados durante as reuniões de núcleo de estágio devido às reflexões realizadas pós-aulas de maneira que pudéssemos determinar o que poderíamos melhorar na prática e na concessão do plano de aula.

“Alguns aspetos a melhorar relativamente à planificação como a esquematização e distribuição pelos alunos na sala de aula, visto que no momento em que os alunos estavam a treinar a coreografia estavam

aleatoriamente distribuídos e sem razão para tal, ou seja, a distribuição na sala de aula já deveria constar no plano de aula de modo a auxiliar-me”

(DB, 3 de outubro de 2022)

Além disso, a ajuda da professora cooperante Manuela Machado foi de extrema importância para que evoluíssemos na concepção dos planos de aula e na aplicação dos mesmos na prática. De salientar, o espírito crítico e orientador da professora Manuela Machado, contagiando-nos com a sua vontade e determinação em sermos melhores a cada dia.

“A professora cooperante Manuela Machado falou de alguns aspetos que devemos melhorar referentes ao nosso diário de bordo e ao modelo plano de aula elaborado pelo núcleo de estágio”

(DB, 16 de setembro de 2022)

5.6 DIÁRIO DE BORDO

O diário de bordo funcionou ao longo do ano letivo como um registo pessoal e reflexivo das experiências e observações vivenciadas na escola, que serviu como um instrumento valioso para o desenvolvimento profissional e pessoal.

Neste documento pessoal abrangiu uma variedade de elementos como as observações da aula, as reflexões sobre a prática, análise e progressos dos alunos, planos/estratégias de ensino novas e os pontos fulcrais das reuniões presenciadas.

O diário de bordo como instrumento pessoal e reflexivo, mostrou ser um documento muito útil, não só para um professor em formação inicial, mas também para qualquer profissional de excelência que se preze pelo aumento da eficácia das suas ações, clarificando as nossas ações através de momento reflexivos de qualidade.

“No diário de bordo deve constar as reflexões relativas às reuniões de estágio e às decisões tomadas no momento.”

(DB, 19 de outubro de 2022)

5.7 AVALIAÇÕES

A avaliação apresenta-se como um processo contínuo e sistemático que têm como foco avaliar o desempenho e progresso dos alunos em relação aos objetivos das aprendizagens estabelecidas, fornecendo informações sobre o nível de conhecimento, habilidades e competências dos estudantes ao longo de todo o processo de aprendizagem (Ribeiro, 1999).

Segundo Luckesi (2011), o objetivo de os alunos ingressarem na escola, não é serem submetidos a um processo seletivo, mas sim a um processo educativo, isto porque não é do interesse do sistema escolar que o aluno seja reprovado, então é necessário que o aluno aprenda. Assim, é fundamental que o professor adquira a capacidade de examinar e aprender a avaliar, não se focando apenas nos conceitos teóricos. Deste modo, é fundamental que o professor não se prenda a uma ideologia de cariz momentâneo, onde o desempenho do aluno é observado apenas em um único momento, mas sim que seja refletida em um conjunto de momentos vivenciados.

Gasparin (2012) também afirma que a avaliação é a expressão do quanto o aluno se aproximou das soluções face aos problemas e questões levantadas e estudadas. Logo, é de extrema importância desenvolver uma avaliação criteriosa, permitindo quantificar o grau de aproximação dos alunos em relação a um padrão de excelência e ao alcance dos objetivos estabelecidos para a disciplina e ano letivo. Essa abordagem avaliativa visa fornecer uma visão clara do progresso e desempenho dos estudantes, auxiliando em intervenções adequadas e na promoção de uma aprendizagem significativa.

Para Bento (2003), a avaliação consiste em três momentos distintos. O primeiro é a avaliação inicial/diagnóstica, que geralmente ocorre no início de cada unidade didática. O segundo momento é avaliação intermédia/formativa que ocorre durante o processo de ensino e aprendizagem. Por fim, o terceiro momento é a avaliação final/sumativa que acontece no encerramento da unidade didática ou de um período letivo.

Logo, o ano letivo foi iniciado com uma avaliação diagnóstica de maneira a averiguar as habilidades e competências dos alunos, as atitudes e comportamentos da turma em momentos de avaliação, assim como a recolha de informações valiosas para a adaptação do ensino às necessidades dos alunos. No entanto, também foram aplicados momentos de avaliação teórica e prática, onde a grande maioria dos alunos revelou alguma facilidade na concretização das tarefas.

De salientar, que os momentos de avaliação foram preparados de forma minuciosa, visando o desenvolvimento do aluno e a obtenção do seu sucesso. Contudo, importa referir que devido à falta de experiência, as primeiras avaliações foram realizadas com alguma dificuldade na objetividade e na catalogação dos alunos de um determinado nível, tornando-se difícil de distinguir alunos com níveis muito idênticos.

5.7.1 Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica como momento de observação, é uma parte fundamental do planeamento, com o objetivo de identificar o conhecimento prévio dos alunos, as suas habilidades, as suas necessidades específicas e as suas atitudes.

Para Benfatti (2005), a AD é indispensável para a planificação e implementação de projetos pedagógicos, tendo como objetivo orientar o ensino, verificar progressões e promover alterações desejadas, visto que planejar sem ter conhecimento prévio da realidade é como planejar no vazio, no

entanto, ao conhecer o ponto de partida inicial, a meta se torna mais fácil de atingir.

“Na avaliação inicial da componente prática de AGCL definiu-se uma escala de 1 a 3 de modo a avaliar os alunos ao nível de competências e atitudes.”

(DB, 19 de setembro de 2022)

5.7.2 Avaliação Formativa

A AF é uma avaliação contínua e ao longo do processo de ensino e aprendizagem. Têm como objetivo informar os professores sobre as competências dos alunos, permitindo ajustes e melhorias durante o processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Ribeiro (2014), a avaliação formativa aplica-se para que o professor e aluno possam perceber os resultados vindos do processo ensino-aprendizagem, de modo que se consiga identificar progressos e dificuldades manifestadas pelos alunos. Mais que organizar momentos avaliativos, este processo foi realizado de forma contínua durante as aulas, ajustando e adequando a exigência e o modo como eram transmitidos os conteúdos aos alunos. Contudo, optamos por realizar vários momentos de avaliação formativa nos diferentes períodos, de modo a controlar o processo de aprendizagem. Além disso, este modelo de avaliação ocorreu após o desenvolvimento de um conteúdo fundamental e como preparação para uma avaliação sumativa.

5.7.3 Avaliação Sumativa

Segundo Siedentop & Tannehill (2000) a AS têm como objetivo identificar e determinar o sucesso final e até que ponto os alunos atingiram os objetivos delineados do processo ensino-aprendizagem, concedendo uma quantificação precisa do conhecimento do aluno.

Logo, cabe ao professor elaborar uma avaliação sumativa baseada nos diferentes momentos de avaliação realizados ao longo de todo o processo de ensino-aprendizagem. Assim, a construção de uma avaliação decorre das

aulas vivenciadas pelos alunos, ou seja, se as aulas forem claras e objetivas em relação aos diferentes conteúdos, os alunos devem estar cientes que será abordado na avaliação. Todavia, é importante saber que o momento de avaliação não deve ser um obstáculo ao progresso do aluno, mas sim um promotor de aprendizagem, identificando os alunos que estão num nível mínimo de aprendizagem e os alunos que estão num nível avançado.

Assim, avaliação sumativa não foi marcada por um único momento de avaliação, mas sim pela junção de vários momentos de avaliação realizados nas diferentes UFCD's, privilegiando o sucesso dos alunos, mas com a exigência necessária para que os alunos consigam superar situações de pressão e com necessidade de cumprir com os requisitos delineados. Deste modo, a realização de um documento avaliativo foi uma árdua tarefa, havendo imensas alterações nas grelhas de avaliação desde o ponto inicial até ao ponto final, contudo, este processo foi concluído face à tremenda ajuda da PC com as suas orientações e críticas construtivas.

5.8 COMPLEXIDADES NOS MOMENTOS AVALIATIVOS

A estruturação e planeamento de um momento avaliativo é um processo contínuo e dinâmico, requerendo constantes adaptações por parte de um professor de maneira a garantir aos alunos uma avaliação justa, precisa, eficaz e equitativa.

A primeira grande adaptação ocorreu no momento de avaliação inicial, de modo a observar as habilidades e competências dos alunos, adaptando o nível de dificuldade e havendo consideração com os alunos com necessidades especiais. Logo, o primeiro momento de avaliação inicial para aferir o conhecimento dos alunos foi de extrema importância, contudo não houve uma observação justa e correta, face à liberdade que demos aos alunos de montarem a sua própria coreografia, causando assim muita confusão no momento da elaboração da coreografia dos alunos e no momento de avaliação, tornando a tarefa impossível para os professores em avaliar de acordo com a grelha elaborada.

A avaliação sumativa foi, claramente, a mais difícil de planear e elaborar face às diferentes competências dos alunos, das opiniões do núcleo de estágio e da formatação da grelha.

Inicialmente, os critérios de avaliação não foram claros e delineados, prejudicando bastante a elaboração de uma grelha avaliativa, além de que a comunicação para com os alunos sobre os critérios e competências a serem avaliados não foram eficazes, tornando a primeira grelha elaborada injusta e bastante rudimentar.

Foram necessárias revisões e discussões contínuas sobre a elaboração da tabela avaliativa, revisando os instrumentos de avaliação de modo a garantir uma avaliação com objetivos justos, relevantes e autêntica para os alunos. Além disso, o facto de não haver tempo adequado de preparação devido ao grande número de tarefas a realizar pelo núcleo de estágio, assim como às considerações externas de lecionar a aula num espaço pouco adequado para a prática, fez com que causasse imensas complexidades no planeamento e elaboração da avaliação.

“Grelha de avaliação: retirar certos critérios que os alunos não conseguiram atingir, face ao grau de complexidade. A situação de aprendizagem deve constar com uma maior cotação.”

(DB, 28 de fevereiro de 2023)

6 PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA

6.1 DESPORTO ESCOLAR

O desporto escolar é uma iniciativa que promove a prática de atividades desportivas no ambiente escolar e que têm como objetivo principal incentivar a participação dos alunos em atividades físicas e desportivas, visando o desenvolvimento integral dos estudantes.

A escola deve ter um papel importante no desenvolvimento das crianças e jovens, desde logo na formação e decisões no contexto de fenómenos sociais e em interação com as influências educativa. Pires (2005) refere que o desporto em geral e, por conseguinte, o desporto escolar, deve ser um instrumento de desenvolvimento humano, visto que é durante o ato desportivo que se constrói e revela o indivíduo, por dentro e por fora.

Logo, o desporto escolar deve encontrar as melhores estratégias para que os vencedores e vencidos retirem algo de positivo, benéfico e construtivo para a sua formação geral e desportiva (Bento, 2001).

Segundo Carvalho (1987, pág.86), o desporto escolar é a ação permanente, quotidiana, que se desenvolve em cada escola e que se dirige a todos os alunos, ou seja, todos os alunos têm o direito de participar no desporto escolar, tendo em consideração as modalidades disponíveis e os escalões para a sua participação.

Além disso, o desporto escolar visa contribuir para a integração dos alunos na comunidade educativa, para a aquisição de hábitos e estilos de vida saudáveis.

Para Carvalho (1987, p.144) o desporto escolar só pode estender-se numa perspetiva que nasça do próprio aluno de forma a satisfazer as suas necessidades, respondendo aos seus interesses, não tendo outras justificações alheias à sua função, logo, o desporto escolar deve ter como característica de integração e inclusão, indo de encontro às necessidades dos alunos.

A convite da professora cooperante tivemos então a oportunidade de atuar numa prática diferente às aulas de AGCL, atuando, assim, na modalidade de natação do Desporto Escolar.

Primeiramente, o núcleo de estágio teve que angariar as inscrições dos alunos no desporto escolar. Estas inscrições decorreram na realização da Semana Europeia do Desporto, um evento realizado pelos professores de educação física em que todos os alunos experienciam as diferentes modalidades existentes no projeto do desporto escolar.

As aulas do desporto escolar de natação eram realizadas todas as quartas-feiras, onde alunos apresentavam uma idade compreendida entre os 10 e 18 anos de idade. Além disso, as aulas do desporto escolar eram tripartidas em três turmas que se dividiam pelos diferentes horários:

- 1ª aula: 15h15-16h
- 2ª aula: 16h-16h45
- 3ª aula: 16h45-17h30

Na minha participação do desporto escolar – natação fiquei responsável pelo nível de adaptação ao meio aquático (AMA), assim como o nível Crol. Esta atuação exigiu-me ter um maior domínio dos conteúdos, além de que fez concluir de maneira imediata que os alunos mais novos apresentam uma maior predisposição para a atividade física, mesmo a de carácter facultativa. Além disso, através do processo reflexivo, percebi as adaptações necessárias que teria de realizar para responder às necessidades de adaptação dos alunos, como as adaptações ao nível da linguagem, na preocupação da instrução e demonstração, na importância do feedback positivo e na boa relação com os alunos.

6.2 ENCONTROS DE NATAÇÃO

Os encontros de natação ocorreram conforme o planeado, existindo assim 3 encontros de natação. O primeiro encontro de natação ocorreu na piscina municipal de Santo Tirso e contou com a presença dos alunos da EBSDD e da ETP. Já o segundo e terceiro encontro de natação ocorreu nas piscinas municipais da Póvoa de Varzim, contando com a presença de diversas escolas do distrito do Porto.

Estes encontros aumentaram bastante o índice de competitividade e o espírito desportivo dos alunos, além de que confere uma relação de maior proximidade entre os alunos presentes neste evento.

6.3 AÇÃO DE FORMAÇÃO DE ARBITRAGEM DE NATAÇÃO

Esta ação de formação de arbitragem foi um evento fulcral no estágio, uma vez que pôs à prova a capacidade de organização e trabalho em equipa do núcleo de estágio.

O principal objetivo desta formação passou por transferir conhecimentos aos alunos do 11ºI e a duas alunas-árbitras do Desporto Escolar. Contou também com a participação de quatro alunas da ETP acompanhadas pela professora responsável pelo desporto escolar de natação. A componente teórica realizou-se no auditório e o conteúdo incidiu nas diferentes funções de arbitragem que existem, por outro lado também foram apresentadas algumas curiosidades sobre a natação.

Como previsto, posteriormente realizou-se uma componente prática com a presença do juiz-árbitro distrital na qual foram criadas situações para que os alunos que assistiram à formação pusessem em prática os conhecimentos adquiridos. Os alunos mostraram-se sempre disponíveis nas várias funções e ainda tiraram algumas dúvidas existentes sobre as regras na natação. Foi uma tarde dedicada à aprendizagem e ao convívio entre os vários alunos.

6.4 TORNEIO DE NATAÇÃO

O torneio de natação foi elaborado pelo núcleo de estágio e deu-se na última aula a realizar do desporto escolar.

A planificação e elaboração deste torneio foi de extrema complexidade devido à burocracia envolvida, contudo, com a ajuda da PC elaboramos uma atividade bem organizada, atrativa e apelativa a todos os alunos que se inscreveram no torneio.

Além disso, na realização do torneio contamos com a presença e colaboração de alguns alunos do curso profissional de desporto para que realizassem a arbitragem do torneio.

Logo, esta atividade cumpriu os objetivos traçados e estipulados pelo núcleo de estágio, existindo uma forte adesão dos alunos à atividade que contou com um ambiente saudável para a prática desportiva.

6.5 ONDA ROSA

Durante a semana de 23 a 30 de outubro, a comunidade educativa da EBSDD juntamente com a Equipa de Promoção e Educação para a Saúde (EPES) promove algumas atividades de modo a sensibilizar a comunidade na prevenção e luta contra o cancro da mama. Algumas atividades de sensibilização para esta causa foi a participação dos alunos no movimento “Vestir Rosa”, visando, assim, a prevenção do cancro e a promoção da saúde. Além disso, houve espaço para uma exposição de trabalhos realizados por algumas turmas da escola.

Sabendo nós a importância que estas causas têm, foi feito um convite desafiador ao núcleo de estágio em realizar uma coreografia de sensibilização na luta contra o cancro, promovendo a escolha de vidas saudáveis e ativas. Logo, aproveitamos a coreografia que os alunos elaboraram no ano transato, adicionando e refinando alguns passos. A apresentação da coreografia do outubro rosa deu-se no dia 28 de outubro.

6.6 CORTA-MATO ESCOLAR

O corta-mato é uma das atividades desportivas mais importantes para os alunos da escola, e mais uma vez, organizado pelo departamento de educação física. Por ser um evento realizado há vários anos, o planeamento já estava praticamente definido, faltando apenas definir as funções e tarefas dos diferentes professores e dos alunos do curso profissional de desporto que colaboraram na atividade.

Assim, no dia 6 de janeiro de 2023, a atividade realizou-se no parque de geão, sendo que a minha tarefa, juntamente com o auxílio das turmas 11^oI e 11^oJ do curso profissional de desporto, foi realizar a contagem de tempos de todos os participantes na prova e a entrega dos elásticos aos diferentes participantes para controlo do número de voltas na prova.

A participação neste tipo de eventos fomenta o desenvolvimento enquanto futuro professor, capacitando e aumentando o meu desenvolvimento nas habilidades de ensino, nas habilidades sociais e da comunicação, assim como na compreensão do aluno. Além disso, com a participação neste tipo de eventos faz com que seja aplicado na prática todo o conhecimento teórico em situações reais, tornando assim todo o conhecimento adquirido na formação académica mais significativo.

7 DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL

7.1 RESUMO

Este estudo tem como objetivo analisar e compreender os preconceitos existentes na sociedade em relação aos cursos profissionais. O objetivo deste estudo exploratório é analisar as percepções e atitudes de diferentes grupos sociais em relação às formações técnicas e analisar os estereótipos associados a estes cursos profissionais.

Para atingir este objetivo aplicou-se um questionário a 27 participantes de diferentes idades, gêneros, etnias e níveis socioeconômicos. A análise dos dados revelou que os cursos profissionais ainda enfrentam alguns estigmas e preconceitos em comparação com o ensino tradicional. Além disso, muitos participantes relataram que a sociedade tende a valorizar mais os cursos humanísticos em detrimento dos cursos profissionais.

A pesquisa também revelou que a sociedade subestima a valorização dos indivíduos que possuem um curso profissional em relação aos seus pares com formação em cursos humanísticos, mesmo possuindo habilidades práticas e conhecimento específicos valiosos para o mercado de trabalho.

Estes dados apontam para a necessidade de conscientização e ações para combater este preconceito em relação aos cursos profissionais. Dessa forma, deve-se aplicar políticas educacionais inclusivas e campanhas de valorização dessas formações de forma a promover uma sociedade mais justa e igualitária, valorizando as diversas trajetórias profissionais e a importância das carreiras técnicas para o desenvolvimento socioeconômico do país.

7.1.1 Abstract

This study aims to analyze and understand the prejudices existing in society regarding vocational courses. The objective of this exploratory study is to investigate the perceptions and attitudes of different social groups towards technical training and to analyze the stereotypes associated with these vocational courses.

To achieve this goal, a sample of 27 participants from different ages, genders, ethnicities, and socioeconomic levels was gathered. They agreed to anonymously and honestly complete a questionnaire. Data analysis revealed that vocational courses still face some stigma and prejudice compared to traditional education. Additionally, many participants reported that society tends to value humanities courses more than vocational courses.

The research also showed that society underestimates the value of individuals with vocational education compared to their peers with humanities education, despite possessing practical skills and specific knowledge valuable to the job market.

Therefore, these findings point to the need for awareness and actions to combat prejudice against vocational courses. It is necessary to implement inclusive educational policies and campaigns that value these vocational formations, promoting a fair and egalitarian society that values diverse career paths and the importance of technical careers for the socio-economic development of the country.

7.2 INTRODUÇÃO

No âmbito da dissertação do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário contruímos um questionário que visou analisar os preconceitos existentes em relação aos cursos profissionais.

Os cursos profissionais desempenham um papel crucial na formação de profissionais capacitados e qualificados para o mercado de trabalho e oferecem conhecimentos e habilidades específicas, preparando os estudantes para atuarem em diversas áreas, suprimindo as diferentes demandas do mercado de trabalho. Apesar da sua importância, estes cursos muitas vezes são alvo de estigmas e preconceitos por parte da sociedade.

O preconceito relacionado aos cursos profissionais pode ser entendido como a percepção negativa e desvalorização deste tipo de formação em comparação com os cursos humanísticos e socioeconómicos. Logo, estes preconceitos podem influenciar as escolhas educacionais dos alunos.

Esta pesquisa tem como objetivo analisar e compreender o preconceito da sociedade em relação aos cursos profissionais, investigando as percepções, atitudes e estereótipos associados a este tipo de formações. Assim, pretende-se desta forma identificar as possíveis origens e causas deste preconceito, detetando de que forma devemos valorizar este tipo de educação.

7.3 OBJETIVOS DE ESTUDO

- Investigar as percepções em relação aos cursos profissionais;
- Identificar estereótipos associados a essas formações técnicas;
- Propor estratégias para combater o preconceito e promover a valorização dos cursos profissionais no contexto educacional e no mercado de trabalho.

7.4 METODOLOGIA

Este estudo será conduzido como uma pesquisa qualitativa e exploratória, permitindo uma compreensão mais profunda das percepções e atitudes dos indivíduos em relação aos cursos profissionais.

A abordagem qualitativa permite a coleta de dados ricos em detalhes, facilitando a identificação de nuances e motivações subjacentes ao preconceito.

Logo, para a realização deste estudo, foi elaborado um conjunto de perguntas com base na minha experiência, pessoal e acadêmica, como ex-aluno de um curso profissional e professor em formação inicial de um curso profissional, formulando perguntas claras e diretas de forma a explorar a existência de preconceito, em vez de surgir preconceito, numa abordagem válida para uma pesquisa com o objetivo de investigar as atitudes e percepções sobre este tema.

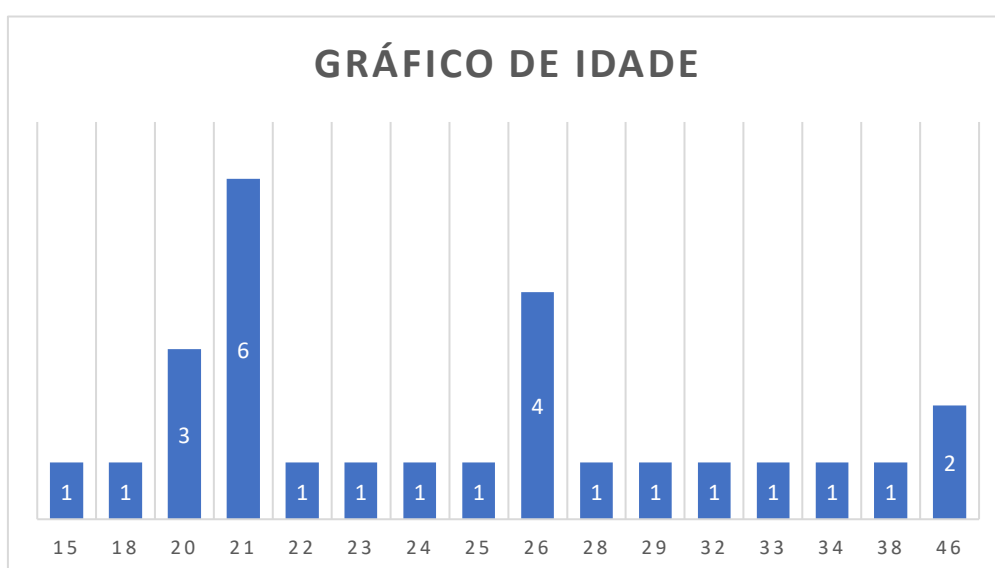
O questionário com perguntas fechadas e de percepções específicas em relação aos cursos profissionais foi submetido através do Google Forms e disseminado em grupos públicos, compartilhado por fóruns online e redes sociais, sendo aplicados e respondidos pelos participantes de forma anônima de modo a garantir a privacidade e sinceridades das respostas.

Esta amostra foi composta por 27 participantes de diferentes idades, gêneros, níveis socioeconômicos e formações educacionais, proporcionando uma visão mais abrangente e representativa sobre os preconceitos presentes na sociedade em relação aos cursos profissionais.

7.5 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

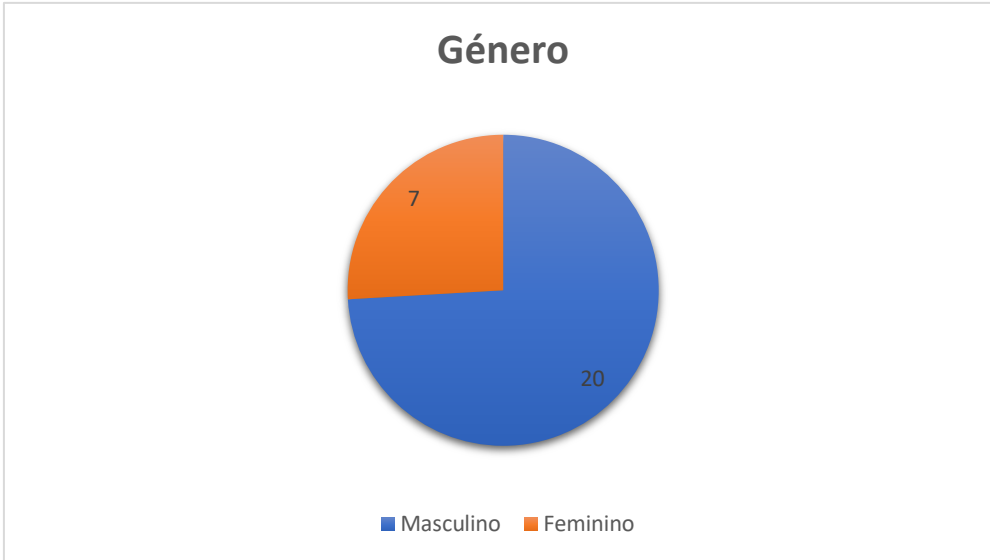
7.5.1 Caracterização dos participantes

Com base nos dados fornecidos, pode observar que a distribuição de idades dos participantes mostra uma variedade de faixas etárias, onde a maior concentração de participantes está na faixa dos 21 e 26 anos, com 6 e 4 participantes respectivamente. Além disso, deve-se referir que o maior participante mais jovem conta com 15 anos e o mais velho com 46 anos, havendo uma dispersão de idade de 31 anos.



13- Gráfico de idade dos participantes

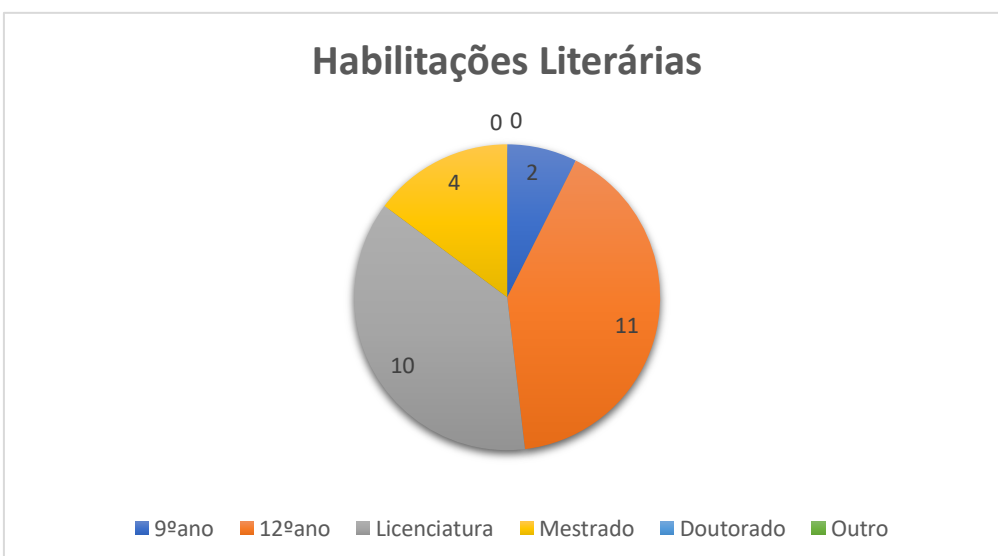
Em relação ao género, a maioria dos participantes identifica-se como masculino, representando 20 dos participantes, enquanto isso, 7 participantes identificam-se como feminino, indicando há aproximadamente 3 vezes mais participantes do sexo masculino do que o sexo feminino.



14- Frequência relativamente ao género dos participantes

A amostra é composta por participantes que possuem diferentes níveis de escolaridade. As habilitações literárias representadas são:

- 2 participantes possuem o 9ºano de escolaridade;
- 11 participantes possuem o 12ºano de escolaridade;
- 10 participantes possuem uma licenciatura;
- 4 participantes possuem um mestrado;
- Não há participantes com doutorado ou outra habilitação literária;

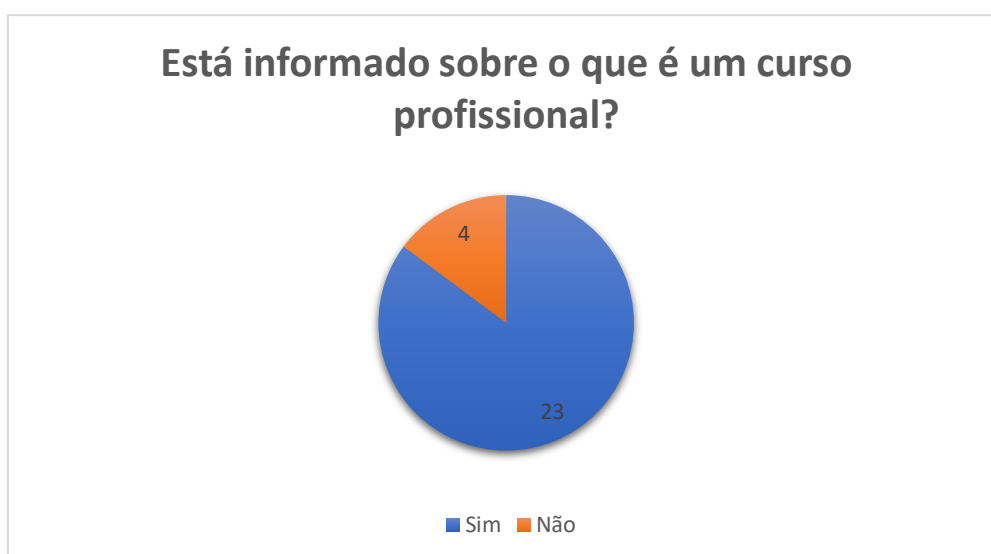


15- Gráfico das habilitações literárias dos participantes

Acerca do conhecimento sobre os cursos profissionais, 23 participantes afirmam que estão informados sobre o assunto. Por outro lado, 4 participantes declararam que não estão informados sobre o que é um curso profissional.

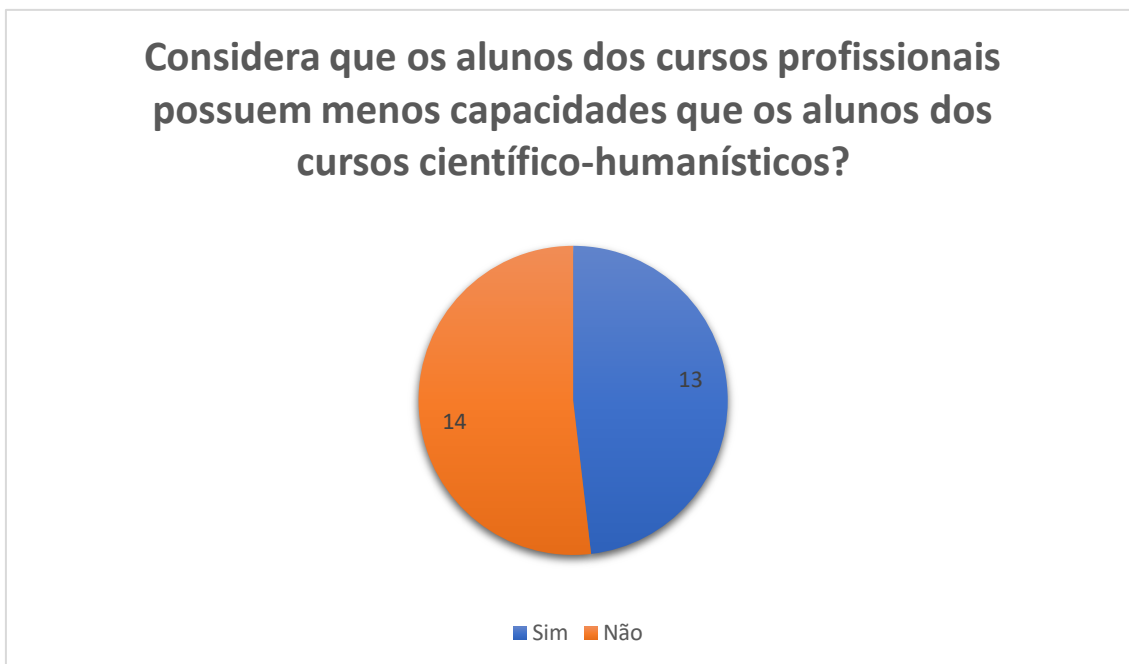
A maioria dos participantes possui um conhecimento sobre o que é um curso profissional, representando 85% dos respondentes.

É importante notar que há um pequeno grupo de participantes que ainda não está informado sobre essa modalidade de formação.



16- Gráfico da informação dos participantes face a cursos profissionais

7.5.2 Diferentes Percepções

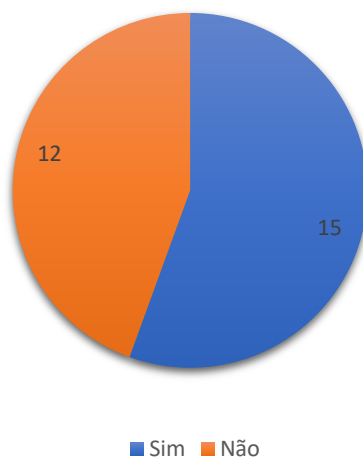


17- Gráfico de percepção dos participantes às capacidades dos alunos

Dos 27 participantes, 13 consideram que os alunos dos cursos profissionais possuem menos capacidade em relação aos alunos dos cursos científico-humanísticos. Por outro lado, 14 participantes não acreditam que os alunos dos cursos profissionais tenham menos capacidades.

É importante referir que há divergências na percepção dos participantes em relação às capacidades dos alunos dos cursos profissionais e científico-humanísticos. 51,9% dos participantes considera que os alunos dos cursos profissionais não possuem menos capacidades, contudo os restantes 48,1% consideram que sim.

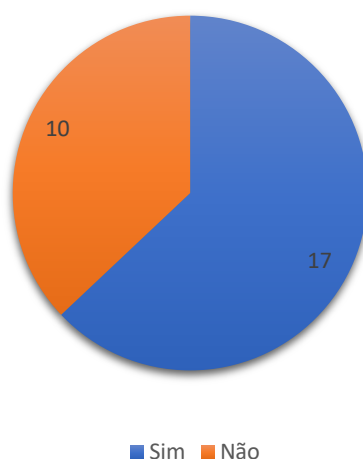
Considera que os alunos dos cursos profissionais são menos ambiciosos?



18- Gráfico da percepção dos participantes às ambições dos alunos

A maioria dos participantes considera que os alunos dos cursos profissionais são menos ambiciosos, havendo 15 (55,6%) participantes que afirmam que os alunos de cursos profissionais são menos ambiciosos em relação aos restantes.

Considera que os alunos dos cursos profissionais são menos valorizados no mercado de trabalho?

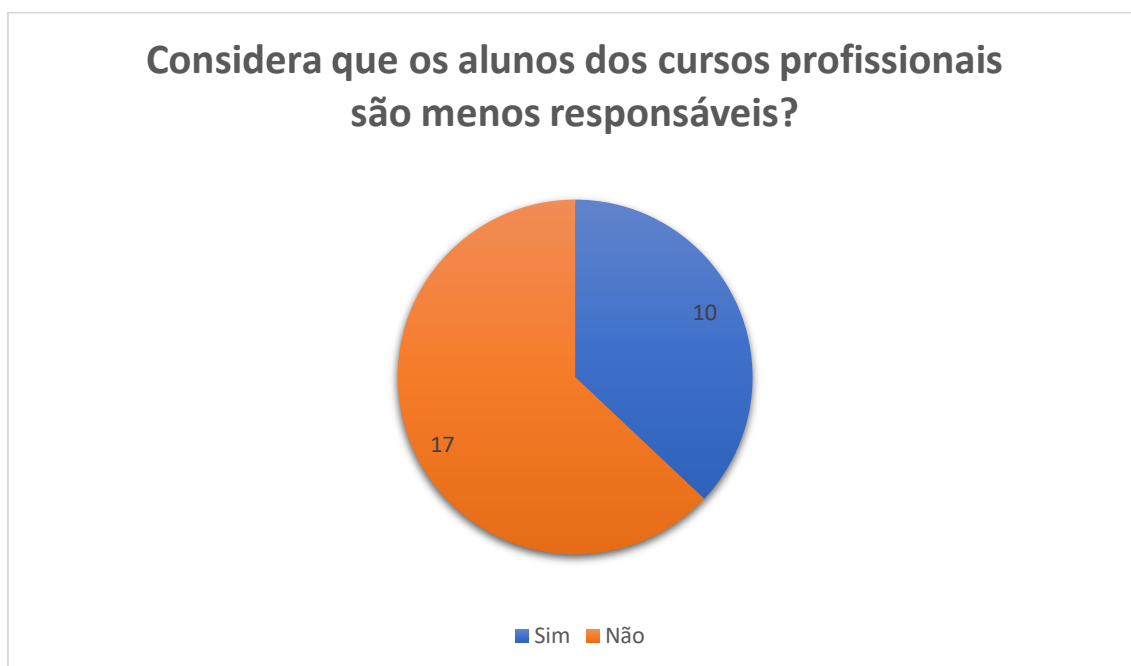


19- Gráfico da percepção dos participantes face às valorizações dos alunos

Dos participantes, 17 consideram que os alunos dos cursos profissionais são menos valorizados no mercado de trabalho.

A maioria dos participantes (63%) concorda com a afirmação de que os alunos dos cursos profissionais são menos valorizados no mercado de trabalho em comparação com outros tipos de formação.

No entanto, é importante assinalar que a distribuição das respostas é relativamente equilibrada, com 10 participantes a discordar da ideia de que os alunos dos cursos profissionais são menos valorizados no mercado de trabalho.

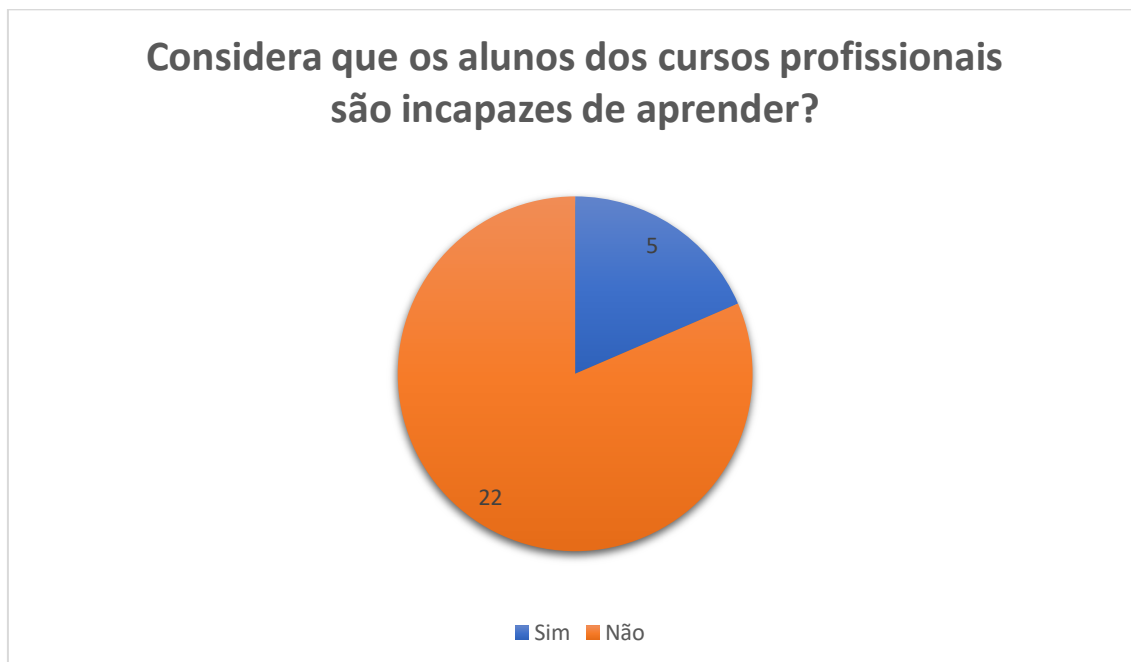


20- Gráfico da perceção dos participantes às ambições dos alunos

Dos participantes, 10 consideram que os alunos dos cursos profissionais são menos responsáveis.

A maioria dos participantes (63%) discorda da afirmação de que os alunos dos cursos profissionais são menos responsáveis em comparação com outros tipos de formação, mostrando que há divergências na perceção dos participantes em relação à responsabilidade dos alunos dos cursos

profissionais. Enquanto alguns acreditam que esses alunos são menos responsáveis, outros discordam dessa afirmação.

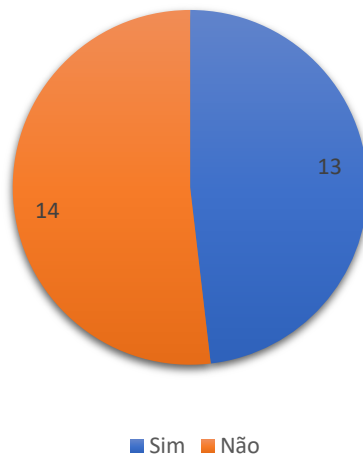


20- Gráfico da percepção dos participantes face às incapacidades dos alunos

A maioria dos participantes discorda da afirmação de que os alunos dos cursos profissionais são incapazes de aprender em comparação com outros tipos de formação. A distribuição das respostas indica uma diferença significativa na percepção entre os participantes.

A maioria dos participantes (81,5%) não considera que os alunos dos cursos profissionais sejam incapazes de aprender, mas há um número significativo de respondentes que têm essa percepção negativa.

Considera que os alunos dos cursos profissionais são indisciplinados?

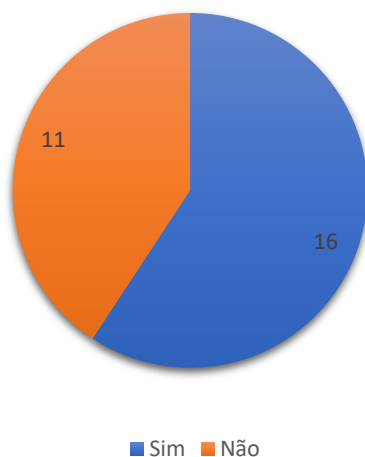


21- Gráfico da percepção dos participantes face ao comportamento dos alunos

13 participantes consideram que os alunos dos cursos profissionais são indisciplinados, contudo a maioria (51,9%) discorda da afirmação de que os alunos dos cursos profissionais são indisciplinados em comparação com outros tipos de formação.

A resposta a esta afirmação é relativamente equilibrada, com uma pequena maioria discordando da ideia de que os alunos dos cursos profissionais são indisciplinados.

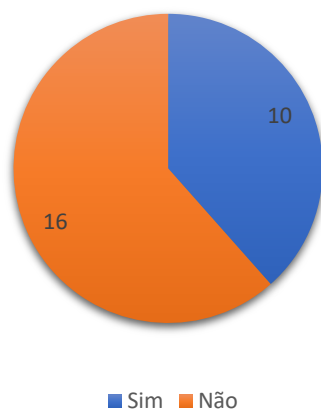
Considera que os alunos dos cursos profissionais são desmotivados?



22- Gráfico da percepção dos participantes face à motivação dos alunos

A maioria dos participantes (59,3%) concorda com a afirmação de que os alunos dos cursos profissionais são desmotivados em comparação com outros tipos de educação. A distribuição das respostas indica uma diferença na percepção entre os participantes. A maioria dos participantes considera os alunos dos cursos profissionais como desmotivados, mas ainda existe um grupo significativo que não compartilha dessa opinião.

Considera que os alunos dos cursos profissionais são limitados em relação às habilidades intelectuais?

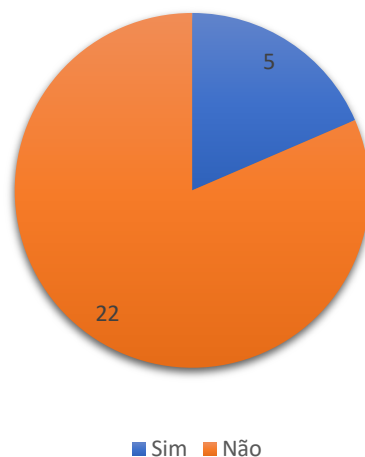


23- Gráfico da percepção dos participantes face às limitações dos alunos

A percepção dos participantes sobre as habilidades intelectuais dos alunos que frequentam os cursos profissionais, a maioria (61,5%) dos participantes discorda da afirmação, mostrando uma diferença significativa de opinião entre os participantes.

Contudo, enquanto a maioria discorda da ideia de que esses alunos sejam limitados, ainda existe um grupo significativo que tem essa percepção negativa.

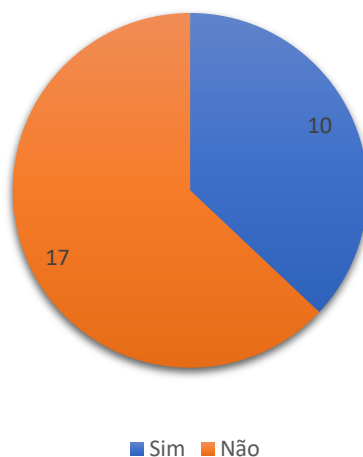
Considera que os alunos dos cursos profissionais carecem de um nível socioeconómico baixo?



24- Gráfico da percepção dos participantes face ao nível socioeconómico dos alunos

A maioria (81,5%) dos participantes discorda da afirmação de que os alunos dos cursos profissionais tenham um nível socioeconómico baixo em comparação com outros tipos de formação. A distribuição das respostas indica uma diferença significativa na percepção entre os participantes. A maioria discorda da ideia de que esses alunos possuam um nível socioeconómico baixo, mas ainda existe um grupo significativo que acredita nessa afirmação negativa.

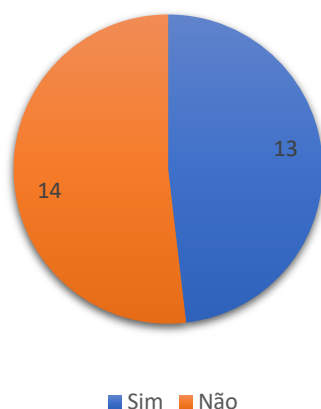
Considera que os alunos dos cursos profissionais possuem famílias problemáticas?



25- Gráfico da percepção dos participantes face à situação familiar dos alunos

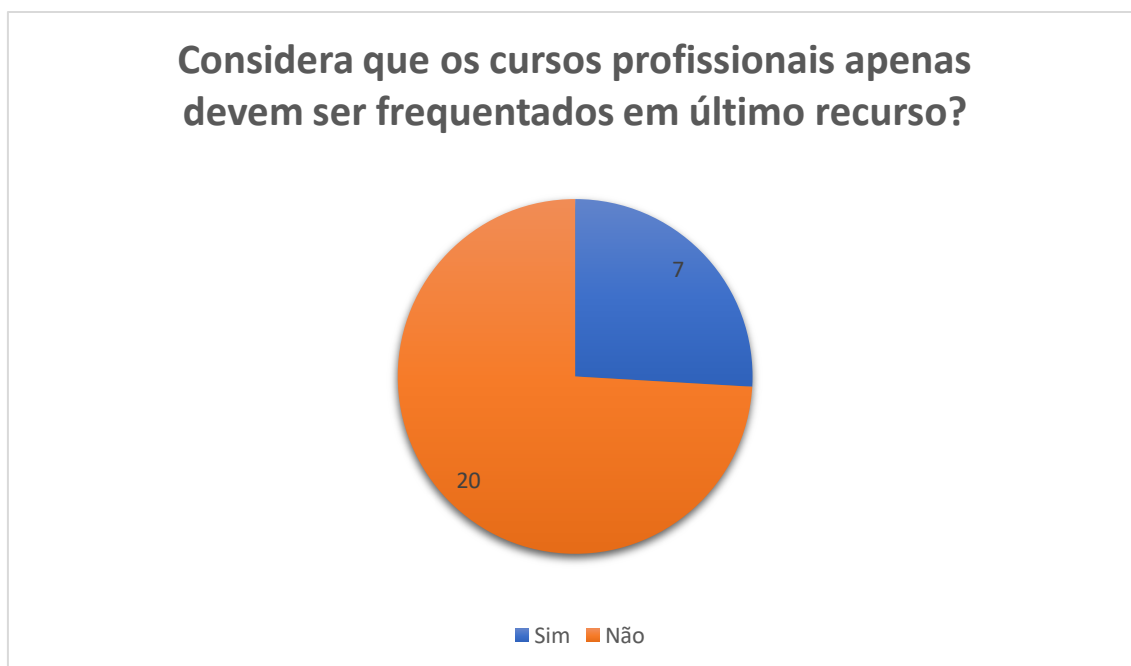
Esses resultados mostram que há divergências na percepção dos participantes em relação às famílias dos alunos dos cursos profissionais. Enquanto a maioria discorda (61,5%) da ideia de que essas famílias sejam problemáticas, ainda existe um grupo significativo que tem essa opinião negativa.

Considera que o curso profissional têm como fator a ausência do desenvolvimento pessoal e académico do aluno?



26- Gráfico da percepção dos participantes face ao desenvolvimento pessoal dos alunos

Dos participantes, 13 consideram que o curso profissional tem como fator a ausência do desenvolvimento pessoal e acadêmico do aluno, contudo a maioria (74,1%) dos participantes discorda da afirmação de que o curso profissional leve à ausência do desenvolvimento pessoal e acadêmico dos alunos.



27- Gráfico da percepção dos participantes face à participação em cursos profissionais

Com base nos dados fornecidos sobre a percepção dos participantes em relação à frequência dos cursos profissionais, podemos realizar que a maioria (74,1%) dos participantes discorda da afirmação de que os cursos profissionais devem ser frequentados apenas em último recurso.

7.6 FORMAS DE COMBATER ESTE PRECONCEITO

Segundo Allport (1954), o preconceito é definido como uma atitude emocional ou hostil dirigido a um grupo particular de pessoas com base na sua pertença a esse grupo.

Assim, para combater este preconceito em relação aos cursos profissionais e promover uma visão mais justa e inclusiva, algumas ações podem ser tomadas de maneira a valorizar os cursos profissionais como uma opção educacional relevante e valiosa, proporcionando oportunidades de crescimento e desenvolvimento tanto para estudantes quanto para a sociedade no geral.

De acordo com a recolha de dados, os participantes apresentaram ideias e opiniões sobre formas de combater o preconceito em relação aos cursos profissionais, destacando as seguintes:

- **Consciencialização e Educação:** Investir em campanhas de consciencialização de forma a desmitificar estereótipos e crenças negativas sobre os cursos profissionais, informando as comunidades sobre a importância destes cursos na formação de profissionais qualificados e na preparação para o mercado de trabalho.
- **Valorização e Reconhecimento:** Reconhecer e valorizar os estudantes que escolhem cursos profissionais, destacando suas conquistas e sucessos.
- **Apoio Vocacional:** Oferecer orientação vocacional e apoio aos estudantes para que eles possam fazer escolhas educacionais informadas, alinhadas com seus interesses e habilidades, independentemente do tipo de curso escolhido.
- **Mudança de Percepção na Sociedade:** Incentivar empresas, empregadores e a sociedade em geral a valorizarem a formação profissional e reconhecerem a importância dos profissionais capacitados que se formam nesses cursos.

- **Monitoramento e Avaliação:** Realizar monitoramento e avaliação contínuos do desempenho dos alunos dos cursos profissionais e das oportunidades de carreira que eles têm após a conclusão do curso.
- **Promoção de Exemplos de Sucesso:** Divulgar histórias de sucesso de ex-alunos de cursos profissionais que alcançaram sucesso em suas carreiras, mostrando o potencial desses cursos para o desenvolvimento profissional.
- **Inclusão de Competências Atuais:** Atualizar regularmente o conteúdo dos cursos profissionais para refletir as demandas e necessidades do mercado de trabalho atual.
- **Promoção de Diversidade:** Assegurar a diversidade nos cursos profissionais, garantindo que estudantes de diferentes origens tenham acesso igualitário a essa modalidade de formação.

7.7 CONCLUSÕES

A análise de dados coletados sobre as opiniões dos participantes em relação aos cursos profissionais revelou uma variedade de opiniões e percepções. Várias questões foram abordadas, desde o conhecimento sobre o que é um curso profissional, até às crenças sobre as capacidades, ambição, disciplina e motivação dos alunos.

Em relação ao conhecimento sobre os cursos profissionais, a maioria dos participantes afirmou estar informada sobre essa modalidade de formação, o que é um aspecto positivo, mas ainda houve um pequeno grupo que declarou não estar informado.

Quanto às percepções negativas, observamos que algumas pessoas consideram os alunos dos cursos profissionais menos capacitados, ambiciosos, valorizados no mercado de trabalho, disciplinados, motivados e limitados em suas habilidades intelectuais. Além disso, uma parte dos participantes também associou os cursos profissionais a famílias problemáticas e ao último recurso para a educação, contudo é importante notar que a maioria dos participantes discordou dessas percepções negativas, sugerindo que existe uma consciência sobre a importância e o valor dos cursos profissionais como opções válidas para a educação e o desenvolvimento profissional dos estudantes.

Essas divergências na percepção podem ser influenciadas por estereótipos, crenças pré-concebidas e falta de conhecimento detalhado sobre a natureza dos cursos profissionais e das diversas trajetórias educacionais e profissionais que os alunos podem seguir.

Assim, para promover uma visão mais justa e inclusiva em relação aos cursos profissionais, é essencial abordar essas percepções negativas com sensibilidade, considerando o contexto mais amplo dos estudantes, reconhecendo a diversidade de habilidades, ambições e situações socioeconômicas que podem estar presentes neste tipo de formação. Além disso, é fundamental continuar a valorizar e apoiar a oferta de cursos profissionais de qualidade, que ofereçam aos estudantes uma educação sólida,

prática e teórica, bem como oportunidades para o desenvolvimento pessoal e acadêmico, preparando-os para suas futuras carreiras.

Logo, a percepção em relação aos cursos profissionais apresentou divergências entre os participantes, com algumas visões negativas em relação às habilidades, ambições, valorização no mercado de trabalho, disciplina, motivação, limitações intelectuais e contexto socioeconômico dos alunos. No entanto, a maioria dos participantes discordou dessas opiniões negativas, sugerindo que existe uma consciência sobre a importância e o valor dos cursos profissionais como opções válidas para a educação e o desenvolvimento profissional dos estudantes.

Em última análise, o combate ao preconceito e a valorização dos cursos profissionais contribuirão para uma sociedade mais justa e inclusiva, onde todas as formas de formação sejam reconhecidas e respeitadas, proporcionando oportunidades para o crescimento e desenvolvimento pessoal e profissional dos estudantes.

8 PERSPETIVAS FUTURAS

Ao concluir o meu estágio como futuro professor de Educação Física, sinto-me inspirado e motivado a trilhar um caminho de constante aprendizagem e crescimento profissional. Durante esta jornada, tive a oportunidade de vivenciar de perto a dinâmica do ambiente escolar e experimentar o prazer de ensinar e compartilhar conhecimentos com os alunos.

Como futuro professor, a minha visão para o futuro é clara: pretendo ir além de apenas transmitir conceitos, técnicas e conteúdos, procurando desenvolver uma prática pedagógica que promova a valorização em todas as suas formas, incentivando o desenvolvimento físico, social, cognitivo e emocional dos alunos.

Desejo que os futuros alunos compreendam a importância de cuidar do próprio corpo e de adotar hábitos saudáveis desde cedo, garantindo um futuro mais promissor em termos de saúde e bem-estar.

Além disso, pretendo ser um agente de inclusão na Educação Física. Acredito que cada aluno é único e traz consigo as suas habilidades e desafios particulares. Assim, estarei comprometido em adaptar as atividades às necessidades individuais, garantindo que todos os estudantes se sintam pertencentes e capazes de participar plenamente das aulas.

Por fim, a minha dedicação a esta profissão irá além das salas de aulas, procurando ser um agente de mudança na sociedade, promovendo o acesso à prática desportiva e à atividade física para todos.

Como futuro professor de Educação Física, estou ciente dos desafios que me aguardam, mas também estou animado e determinado a enfrentá-los de frente. Com paixão, dedicação e um compromisso inabalável com o bem-estar dos meus futuros alunos, procurarei fazer a diferença nas suas vidas, capacitando-os a se tornarem cidadãos ativos, saudáveis e conscientes do seu potencial para transformar o mundo.

Agradeço a todos que fizeram parte desta jornada de estágio e acredito que, com uma visão clara do futuro que almejo construir, estou pronto para

abraçar os desafios e as oportunidades que a profissão de professor de Educação Física me reserva.

9 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AED.DINIS. (2017). Cursos Profissionais - Oferta Formativa [Image]. Retrieved From
Http://Www.AeddinisSt.Org/Joomla/Media/Attachments/2021/01/29/Desd_Desd1.Pdf
- AED. DINIS, (2019). Documento Base (Quadro de referência europeu de garantia de qualidade – Quadro EQAVET).
- AEDD.DINIS. (2020). Implementação De Sistemas De Garantia De Qualidade Para A Educação E Formação Profissionais [Ebook] (Pp. 8-9). Santo Tirso. Retrieved From
Http://Www.AeddinisSt.Org/Joomla/Images/Ano_Letivo_2020_2021/Equavet/Equavet_Doc_Base_Aed_Dinis_2020.Pdf
- ALLPORT, G. (1954). The nature of prejudice. Cambridge: Addison-Wesley.
- BENFATTI, X. D. (2015). Avaliação diagnóstica: como e quando realizá-la no programa de Alfabetização Solidária. Congresso Internacional de Alfabetização.
- BENTO, J. O. (1998). Planeamento E Avaliação Em Educação Física (2ª Ed.). Lisboa: Livros Horizonte
- BENTO, J. (2001). A qualidade na Educação Física e no Desporto. Madeira: Coleção Gestão do Desporto. O Desporto Madeira.
- BOSSLE, F. Planejamento de ensino na educação física - uma contribuição ao coletivo docente. Movimento, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 31–39, 2007. DOI: 10.22456/1982-8918.2635
- CARVALHO, A. Melo (1994). Desporto e Autarquias Locais. Uma Nova Via para o Desenvolvimento Desportivo Nacional. Campo das Letras – Editores S.A., 1994, Porto.

- CARVALHO, A. M., (1987). Desporto escolar, inovação pedagógica e nova escola. Lisboa: Editorial Caminho. ISBN: 9789722102735.
- FADEUP (2016). Regulamento da unidade curricular estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Ensino de educação física nos ensinos básicos e secundário da faculdade de desporto da universidade do Porto [Ebook] (P.2, 4-5). Porto.
- FLORES, M. A., & DAY, C. (2006). Contexts which shape and reshape new teachers' identities: A multi-perspective study. *Teaching and Teacher Education*, 22, 219-232
- GASPARIN, J. L. Uma didática para a pedagogia histórico-crítica. 5ª ed. Campinas
- LUCKESI, Cipriano Carlos. Avaliação da aprendizagem escolar: estudos e proposições. São Paulo: Cortez, 2011. 272 p.
- PIRES, G. (2005). Gestão do Desporto. Desenvolvimento Organizacional. (2ªed.). Porto: Edição APOGESD.
- QNQ – Quadro Nacional de Qualificações – DGERT (2021)
<https://www.dgert.gov.pt/qnq-quadro-nacional-de-qualificacoes>
- RIBEIRO, Camila Rodrigues (2014). A conceção dos professores que atuam nas séries iniciais do ensino fundamental sobre avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.
- RIBEIRO, V.M. (1999). Alfabetismo e atitudes: Pesquisa com jovens e adultos. Campinas (SP):Papirus.
- SIEDENTOP, D. E TANNEHILL, D. (2000). Developing Teaching Skills In Physical

10 ANEXOS

Anexo 1: Ficha Individual do Aluno

Ficha Individual do Aluno

A ficha individual do aluno têm como propósito a recolha de dados sociodemográficos dos alunos do 11ºano do Curso Profissional de Técnico de Desporto por parte do professor.

miguelorlando.620@ddinis.net [Mudar de conta](#)



Não partilhado

* Indica uma pergunta obrigatória

E-mail institucional *

A sua resposta

Nome Completo *

A sua resposta

Turma

A sua resposta

Número

A sua resposta


Filho(a) de e de

Anexo 2: Tabela das Avaliações Finais

Grelha de Registo da Avaliação Secundário/Profissional- 2022/2023 - 1º Período													
Disciplina:	AGCL	Ano:	11º	Turma:	I	Professor(a):						Professor(a):	
Número	Nome	Conhecimentos e Capacidades				Atitudes			Média	Ponderação	Autoavaliação	Pré-avaliação Classificação 1º P	Número
		Conhecimentos	CAPACIDADES	DAC	Média	Responsabilidade e Autonomia	Participação e colaboração	Respeito pela diferença e pelos outros					
		40%	60%			30%							
3													1
4													2
5													3
7													4
12													5
15													6
18													7
22													8
24													9
28													10
1													11
2													12
6													13
8													14
9													15
10													16
11													17
13													18
14													19
16													20

Anexo 3: Exemplo de um Plano de Aula

Plano de Aula					
Nº de aula 20, 21 e 22					
Professor/a: Miguel Ferreira					
Ano Turma:	11	Data:	02/05/2023	Hora:	8:30 às 10:45
Nº de Alunos:	18 P1	Local	Polivalente	Duração:	105 Min
Material:	Caderno, equipamento, toalha, 19 colchões, 19 tornozeleiras, 19 halteres 1 coluna.				
Unidade didática	Ginástica Localizada – Metodologia 20, 21 e 22 de 33				
Função Didática:	Exercitação de uma aula de Localizada - tipologia de GAP.				
Objetivo geral:	Os alunos compreendem o funcionamento de uma aula de GAP. Os alunos apresentam as ideias gerais do plano de aula.				
Sumário:	Realização prática de uma aula de GAP. Elaboração dos planos de aula de Ginástica Localizada – Metodologia.				

Objetivo específico/comportamental	Situação de Aprendizagem	CrITÉrios de Êxito	
	Transporte dos materiais da sala de expressões para o polivalente; Troca de sapatilhas;		I 8:40 F 8:55 (10 Min.)
- O aluno é: Pontual; apresenta o material necessário; faz registos no caderno; cumpre as regras da disciplina, o aluno reconhece e identifica o tema da aula.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realização da chamada e registo de faltas de material/pontualidade; 2. Registo do sumário no caderno; 3. Motivo de faltar; 4. Revisão dos conteúdos de uma aula de GAP. Gap – Glúteo, Abdominal, Pernas; Apresentação do trabalho de recuperação da aula - treino funcional; 5. Os alunos apresentam à turma um resumo do trabalho acerca do treino funcional; 	- Alunos autónomos nas tarefas; - Calmos e organizados; - Ter material necessário para a aula; - Colaboração;	I 8:55 F 8:05 (10 Min.)
- Aumento da temperatura corporal; - Sudoração; - Aumento da viscosidade muscular; - Aumento da frequência cardíaca.	<p style="text-align: center;">Ativação Geral</p> <p>Música: https://www.youtube.com/watch?v=jdVRT8XOcg&ab_channel=XeonBeats</p> <p>Ativação geral, com exercícios que promovem o aquecimento de todas as partes do corpo., ao comando do professor.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Deslocamentos em Skippino – salto, baixo (no mesmo lugar); 2. Abdução do MI (Pêndulo); 3. Agachamento intercalado com calcanhar ao nadaguiro; 4. Saltitar com os MI juntos à frente e atrás coordenados com os MS; 5. Elevação do MI com rotação interna do pé, tocando com a mão contrária no mesmo. 	- Ativos na tarefa; - Orientação Espacial; - Postura Correta;	I 8:05 F 8:16 (10Min.)

<p>- Os alunos são capazes de realizar os exercícios tendo em conta as indicações da professora;</p> <p>- Os alunos são capazes de identificar o músculo a ser recrutado em cada exercício;</p>	<p style="text-align: center;">Treino de GAP</p> <p>Os alunos realizam os diferentes exercícios seguindo as orientações do professor:</p> <p>Música: https://www.youtube.com/watch?v=HeNmQlkce3Y&ab_channel=Fitness%20Music</p> <p>Agachamento – Glúteo e Quadríceps (2 rondas):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Agachamento direto – 15x 2. Agachamento 2/2 – 10x 3. Agachamento 3/1 – 10x 4. Agachamento curtinho – 15x <p>4 Apoios – Estabilização do core; Abdutores e Adutores; Glúteos (2 rondas):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Abdução – Diretas (D/E) 10x 2. Abdução – Curtinhas (D/E) 10x 3. Perna a 90º em cima – Diretas (D/E) 10x 4. Perna a 90º em cima – Curtinhas (D/E) 10x <p>Core – Globalidade dos músculos do Abdómen (2 rondas):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tesoura - 20x • Teste de flexão abdominal (mãos ultrapassam o joelho) – 15x • Francha toca no ombro – 12x 	<p>-Organização da turma;</p> <p>- Foco no exercício;</p> <p>- Postura correta;</p>	<p>I 8:15 F 8:50 (35Min.)</p>
<p>- Diminuição da frequência cardíaca;</p> <p>- Retorno à calma;</p>	<p style="text-align: center;">Retorno à Calma</p> <p>Música: https://www.youtube.com/watch?v=fkhCPyMcQ5w&ab_channel=RicheCampbell</p> <p>Os alunos realizam uma sequência de exercícios seguindo as orientações do professor:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Trazer o joelho ao peito alternado (em pé); 2. Levar calcanhar ao glúteo alternado (em pé); 3. Elevar membros superiores ao mesmo tempo que eleva o calcanhar (Bailarina) (em pé); 4. Posição Lagarto (posição ventral) 5. Escorpião (posição ventral); 6. Levar glúteo ao calcanhar (posição ventral); 	<p>- Executar os exercícios de alongamento;</p> <p>- Colaborar no questionamento;</p>	<p>I 8:50 F 10:00 (10Min.)</p>
<p>- Os alunos são capazes de realizar o esboço do plano de aula de Ginástica Localizada;</p>	<p>Elaboração do esboço do trabalho inicial do plano de aula de Ginástica Localizada – Metodologia;</p> <p>Os alunos colocam-se em grupo, existindo pelo menos um computador por cada grupo de trabalho.</p>	<p>- Calmos e organizados;</p> <p>- Colaboração com o grupo;</p>	<p>I 10:20 F 10:45 (25Min.)</p>

Anexo 4: Exemplo de uma Unidade Temática

Unidade Temática - UFCD 9458 - Ginástica Localizada Metodologia												
Mês	Março				Abril			Maio				
Dia	21	24	28	31	18	21	28	2	5	9	12	16
Nº da aula (Turno 1)	1	2,3,4	5,6,7	8,9,10	11,12,13	14,15,16	17,18,19	20,21,22	23,24,25	26,27,28	29,30,31	32,33
Nº da aula (Turno 2)	1,2	3,4,5	6,7,8	9,10,11	12,13,14	15,16,17	18,19,20	21,22,23	24,25,26	27,28,29	30,31,32	33
Conteúdos												
Conceitos Básicos	Duração	I	E	E				E	C			
	Volume	I	E	E				E	C			
	Intensidade	I	E	E				E	C			
	Carga	I	E	E				E	C			
	Densidade	I	E	E				E	C			
	Frequência	I	E					E	C			
Princípios do treino	Individualização	I										
	Progressão	I										
	Adaptação	I										
	Especificidade	I		E	E	E	E					
	Continuidade	I										
	Reversibilidade	I										
Força e Resistência Muscular	Ciclicidade	I										
	Força Dinâmica	I	E	E	E	E	E	C				Avaliações Práticas
	Força Estática	I	E		E	E	E	C				
	Resistência aeróbia	I	E	E	E	E	E	C				
Tipologia das Aulas	Resistência anaeróbia	I	E	E	E	E	E	C				
	Planificação da Aula	I						E	C	C		
	Escolha dos exercícios	I	E					E	C	C		
	GAP			I/E				E				
	Treino Funcional				I/E							
	Fitball					I/E						
Formas de Trabalho	PUMP						I/E					
	Aula localizada clássica								I/E			
	Treino em Circuito	I	E		E/C							
	Treino Intervalado	I			E/C							
	Uníssono	I		E		E	E/C					
												Treino Avaliação

