

U. PORTO



**FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO**

Caminhos da formação: o estágio e a construção do professor de educação física

Relatório de estágio Profissional

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

Orientadora: Professora Doutora Susana Soares

João Monteiro

Porto, julho de 2024

Ficha de catalogação

Monteiro, J. A. T. (2024). Caminhos da formação: o estágio e a construção do professor de educação física. Relatório de Estágio Profissional. Porto: J. Monteiro. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA; PAIS; FILHOS, ALUNOS.

Agradecimentos

À FADEUP, a todos os docentes que influenciaram o meu percurso e aos colegas que estiveram sempre ao meu lado, especialmente da Tuna Musicatta Contractile.

À Escola Básica e Secundária de Pedrouços, a todos os professores, pelos ensinamentos e experiências, fazendo-me sentir parte integrante desta acolhedora comunidade escolar.

Aos colegas dos dois grupos de estágio, pela nossa colaboração constante e apoio mútuo que nos ajudou a superar os desafios desta fase crucial da nossa formação.

Aos meus alunos, pelos bons momentos que vivenciamos e por tudo aquilo que também me ensinaram.

À professora Orientadora, Professora Doutora Susana Soares, pela sua orientação crítica e construtiva, contribuindo de forma inestimável para o sucesso deste trabalho.

Ao professor Cooperante, Professor Óscar Teixeira, expresso a minha sincera gratidão pelo apoio constante, pela partilha de conhecimento e pela sabedoria que tanto enriqueceu esta experiência.

À minha Família, pelo apoio incondicional e incentivo constante.

E à minha querida namorada, a ti dedico o meu esforço e sucesso, pois a tua presença é o meu maior estímulo.

A Todos, o meu Profundo Agradecimento!!

Índice geral

<i>Agradecimentos</i>	III
<i>Índice de tabelas</i>	VII
<i>Índice de figuras</i>	IX
<i>Resumo</i>	XI
<i>Abstract</i>	XIII
<i>Lista de abreviaturas</i>	XV
1. <i>Introdução</i>	1
2. <i>A minha conceção de educação física</i>	3
3. <i>Dimensão pessoal e profissional: um olhar sobre o meu percurso</i>	5
4. <i>Organização e gestão do ensino e aprendizagem</i>	9
4.1 <i>As primeiras experiências e a caracterização das turmas</i>	9
4.1.1 <i>O primeiro contacto</i>	9
4.1.2 <i>A minha turma</i>	10
4.1.3 <i>A turma partilhada de 6º ano</i>	11
4.1.4 <i>O desafio da docência plena por cinco dias</i>	13
4.2 <i>O corpo docente de educação física</i>	14
4.3 <i>O planeamento</i>	16
4.3.1 <i>Planeamento anual</i>	17
4.3.2 <i>Unidades didáticas</i>	17
4.3.3 <i>Planos de aula</i>	18
4.4 <i>A prática</i>	20
4.5 <i>A avaliação</i>	21
4.6 <i>A observação de aulas</i>	23
5. <i>Participação na escola</i>	27
5.1 <i>Oferta complementar</i>	27
5.2 <i>Desporto escolar: Gira-volei</i>	28
5.3 <i>Inclusão</i>	29
6. <i>Desenvolvimento Profissional</i>	31
6.1 <i>Organizar uma atividade</i>	31

<i>7. Influência da opinião dos pais sobre a disciplina de educação física: implicações no gosto e empenho académico dos filhos.....</i>	<i>33</i>
7.1 Resumo	33
7.2 Abstract.....	34
7.3 Introdução.....	35
7.4 Metodologia.....	36
7.4.1 Amostra.....	36
7.4.2 Instrumentos e Procedimentos	36
7.5 Resultados.....	39
7.6 Discussão	49
7.7 Conclusão.....	55
<i>8. Conclusões.....</i>	<i>57</i>
<i>Referências bibliográficas.....</i>	<i>59</i>

Índice de tabelas

Tabela 1- Guião da entrevista semiestruturada realizada aos pais.....	37
Tabela 2- Questionário aplicado aos alunos sobre a sua experiência na disciplina de Educação Física.....	38

Índice de figuras

Figura 1- Questão nº1 do questionário aplicado aos alunos “Costumo divertir-me nas aulas de Educação Física?”	44
Figura 2- Questão nº2 do questionário aplicado aos alunos "Considero a Educação Física uma disciplina importante para a minha formação global?" ..	44
Figura 3- Questão nº3 do questionário aplicado aos alunos "Gosta da disciplina de Educação Física?"	45
Figura 4- Questão nº4 do questionário aplicado aos alunos- "Entendo que o professor de Educação Física é importante para o meu empenho e motivação na aula?"	45
Figura 5- Questão nº 5 do questionário aplicado aos alunos-" Os meus pais costumam perguntar como estão a correr as aulas de Educação Física?"	46
Figura 6- Questão nº 6 do questionário aplicado aos alunos-" Os meus pais influenciam o meu interesse e empenho na disciplina de Educação Física?" ..	46
Figura 7- Questão nº7 do questionário aplicado aos alunos- "Para os meus pais, a Educação Física é tão importante como as outras disciplinas?"	47
Figura 8- Questão nº8 do questionário aplicado aos alunos- "Para ti, a Educação Física é tão importante quanto as outras disciplinas?"	47
Figura 9- Questão nº9 do questionário aplicado aos alunos - “Quais são as tuas motivações quando entras numa aula de Educação Física?”	48

Resumo

O presente Relatório de Estágio intitulado “Caminhos da formação: o estágio e a construção do professor de educação física”, insere-se no âmbito da Unidade Curricular Estágio Profissional do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Este relatório visa apresentar as vivências do autor (João Monteiro) durante o estágio supervisionado, explorando as suas dúvidas e apreensões ao se deparar pela primeira vez com o contexto real do ensino. A prática pedagógica realizou-se numa turma de 9º ano, inserida num núcleo de estágio composto por três elementos: um professor-cooperante da escola e uma professora orientadora da faculdade. Ao longo dos diversos capítulos, são abordados os desafios e constrangimentos que impulsionaram a evolução da prática, tanto em termos de planeamento como de intervenção pedagógica. O estudo de investigação que finaliza o relatório visou perceber a influência da opinião dos Pais sobre a disciplina de EF e as implicações no gosto e empenho dos filhos.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA; PAIS; FILHOS; ALUNOS.

Abstract

The present Internship Report entitled "Paths of formation: the internship and the construction of the physical education teacher" is part of the Professional Internship Curricular Unit of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sports of the University of Porto. This report aims to present the author's experiences (João Monteiro) during the supervised internship, exploring his doubts and apprehensions when faced for the first time with the real context of teaching. The pedagogical practice was carried out in a 9th grade class, inserted in a traineeship core composed of three elements: a cooperating teacher from the school and a faculty advisor. Throughout the various chapters, the challenges and constraints that drove the evolution of practice are addressed, both in terms of planning and pedagogical intervention. The action research study that concludes the report aimed to understand the influence of parents' opinions on the subject of Physical Education on students' interest and performance.

KEY-WORDS: PROFESSIONAL INTERNSHIP; PHYSICAL EDUCATION; PARENTS; CHILDREN; STUDENTS.

Lista de abreviaturas

EF- Educação Física

NEE- Necessidades Educativas especiais

1. Introdução

O presente relatório de Estágio surge no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, realizado na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O Estágio proporciona aos estudantes uma visão concreta do que será a sua vida profissional. Conforme Freire (2001), as experiências e conhecimentos a serem alcançados no estágio, estão ligados, diretamente à atuação profissional, pelo que, para além de saber, numa perspetiva mais teórica, o estudante aspirante a professor precisa aprender a fazer e analisar esse saber fazer para a sua prática profissional, fazer saber, seja continuamente renovada.

No contexto deste estágio profissional, a unidade curricular Estágio Profissional, do 2º ano do ciclo de estudos desempenha um papel fundamental, sendo composta por duas componentes, a prática de ensino supervisionada que decorre numa escola cooperante, e o presente relatório de estágio, realizado sob a orientação de um docente da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto que possibilita ao estudante estagiário a oportunidade de desenvolver competências pedagógicas e técnicas, e simultaneamente refletir sobre a sua própria intervenção no contexto escolar.

Segundo Nóvoa (1995), a formação não se constrói por acumulação (de cursos, de conhecimentos ou de técnicas) mas, sim através de um trabalho de reflexividade crítica sobre as práticas de (re)construção permanente de uma identidade pessoal. De forma complementar, Freire (1996, p 22) sustenta que [...] ensinar não é transmitir conhecimento, mas criar possibilidades para a sua produção ou a sua construção. O Estágio assume assim, vital preponderância na construção da identidade pessoal do professor e na participação ativa dos alunos na construção do conhecimento. Estas ideias têm implicações significativas na prática educacional, incentivando os educadores a criar ambientes que promovam a aprendizagem ativa e significativa, que vão para além da mera transmissão de saberes. Durante o estágio supervisionado, procurei criar um ambiente de aprendizagem que promovesse a participação ativa dos alunos na construção do conhecimento, colocando ênfase na criação de um ambiente agradável e construtivo em sala de aula, conseguido através da interação entre os alunos, incentivando discussões, atividades em grupo e

colaboração. Estas dinâmicas não apenas fortaleceram o espírito de turma, mas também criaram um espaço propício para a troca de ideias e a potencialização da obtenção de conhecimento.

No decurso do Estágio Supervisionado, os estudantes estagiários enfrentam uma variedade de situações desafiadoras, como a gestão da diversidade de alunos, e do comportamento em sala de aula, o desenvolvimento de planos de aula eficazes, a adaptação a diferentes instalações e recursos disponíveis, o trabalho em equipa, a avaliação do desempenho dos alunos e o estabelecimento de relações interpessoais. Estas situações exigem abordagens inovadoras e criativas por parte dos estagiários. Além disso, o Estágio Supervisionado fornece um ambiente que propicia aos estudantes a tomada de decisões de forma autónoma e independente, sempre com a orientação e apoio dos professores cooperantes. Como professor estagiário, procurei também criar situações e momentos que estimulavam os alunos à tomada de decisões de forma independente. Um exemplo concreto foi a promoção da participação ativa dos alunos na elaboração de exercícios e aquecimentos para as aulas subsequentes. Cada aluno foi incentivado a pensar e a contribuir, e a promover não apenas a autonomia, mas também o envolvimento ativo na construção do conhecimento prático.

O presente relatório de estágio foi estruturado em diversos capítulos que percorreram as diferentes experiências vividas e as contribuições enquanto estudante estagiário. Inicia com a minha conceção de Educação Física (EF). Posteriormente, segue-se a descrição do meu percurso, começando pela apresentação da minha trajetória pessoal e um enquadramento profissional. Seguidamente, exploro a Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem, refletindo sobre a dinâmica da escola, a interação com a minha turma, o papel do grupo de EF e o processo fundamental de ensino- aprendizagem. No Capítulo seguinte, abordo a minha participação ativa na escola, destacando o envolvimento na disciplina de Oferta Complementar, a minha participação no Desporto Escolar e a minha contribuição nas aulas de EF inclusivas. Prosseguindo, destaco o meu Desenvolvimento Profissional ao coordenar a organização de uma atividade com o grupo de estágio. Por fim, o relatório apresenta um estudo de investigação intitulado: Influência da opinião dos pais sobre a disciplina de EF e as implicações no gosto e empenho dos filhos.

2. A minha conceção de educação física

Ao longo dos tempos, o ensino da EF tem atravessado transformações significativas, refletindo diferentes conceções que moldam a maneira como esta disciplina é entendida e a visão sobre a sua utilidade.

A minha perspetiva sobre o ensino enquadra-se numa abordagem da EF centrada no aluno, em que este é reconhecido como o protagonista na construção do seu próprio conhecimento e o professor assume o papel de mediador. Segundo Bordenave e Pereira (2004), cabe ao docente desenvolver o papel de orientador e facilitador, e o aluno, sob a orientação do professor, será parcialmente responsável pela solução do problema ou pela descoberta de meios que levem ao objetivo. Assim, admite-se que cada indivíduo é único ficando a cargo do docente o planeamento, a operacionalização e inovação dos métodos de ensino que facilitem este processo (UERJ, 2005; CORREIA, et.al. 2004). Entendo que o ensino deve visar o desenvolvimento pleno do aluno, defendendo, Batista e Queirós (2015), que a disciplina de EF não se limita apenas à instrução de habilidades físicas, mas incorpora uma abordagem que se promove o desenvolvimento integral e integrado dos alunos. Esta abordagem diferentemente do ensino tradicional, essencialmente diretivo, ao colocar o aluno como protagonista no processo de ensino-aprendizagem, tem em conta a realidade do estudante, ou seja, o que ele já sabe e que pode mobilizar para as novas aprendizagens.

O panorama atual de ensino em Portugal, priorizar os resultados concretos. Segundo Cardoso (2013, p.4), a avaliação costuma reduzir-se a provas e exames, em que o foco “[...] centra-se nos percentuais de aprovação e reprovação, caracterizando uma verdadeira pedagogia do exame que se sobrepõe à pedagogia do ensino e da aprendizagem.” A perspetiva que defendo é oposta à perspetiva tradicional, ao colocar-me ao lado de um processo mais educativo e não dando tanto ênfase a resultados concretos, como exames ou provas, assumo uma postura mais humanista e centrada no aluno. Não obstante, nem sempre consegui ser fiel ao que defendo. Reconheço que houve momentos em que me deixei influenciar por práticas mais tradicionais, reconheço que as minhas inseguranças e dúvidas nem sempre me possibilitaram ter o foco na aprendizagem do aluno. Estes momentos podem ser atribuídos à minha falta de

experiência, o que muitas vezes me levava a adotar abordagens convencionais em vez de explorar métodos mais inovadores. Além disso, as minhas inseguranças e dúvidas pessoais frequentemente limitavam a minha capacidade de me concentrar verdadeiramente na aprendizagem dos alunos, levando-me a hesitar em experimentar novas abordagens pedagógicas. O medo de falhar, também teve um papel importante, levando-me, por vezes, a preferir seguir o caminho mais seguro, mesmo que isso significasse não arriscar e potencialmente privar os alunos de experiências de aprendizagem mais enriquecedoras e eficazes.

Em relação à disciplina de EF, o corpo é central nas aulas, é na EF que o movimento e a cultura corporal encontram um espaço único. Esta visão conforme destacada por Graça (2014), que ressalva a peculiaridade da EF, centrando-se na corporalidade como elemento preferencial. Neste contexto, a corporalidade refere-se à qualidade de possuir um corpo físico e à importância deste na prática da disciplina. A valorização da corporalidade na EF permite aos alunos desenvolver uma consciência corporal mais apurada, explorando as potencialidades e limitações do seu próprio corpo, bem como compreender a importância do movimento e da atividade física para a saúde e bem-estar.

A perspectiva de uma abordagem centrada no aluno na EF tem como principais objetivos aprender o movimento, desenvolvendo o domínio motor, e aprender através do movimento, estimulando os domínios cognitivo e afetivo. Assim o ensino da EF deve partir do corpo e a partir daí desenvolver os restantes domínios (Gallahue; Donnelly, 2008).

Em síntese, destaco que a disciplina de EF deve privilegiar uma aprendizagem completa nos vários domínios, tendo o corpo como ponto de partida. Ao reconhecer o corpo como início de tudo, podemos oferecer aos alunos uma educação que vai além do desenvolvimento físico, abrangendo também domínios cognitivos, sociais, de valores e culturais.

3. Dimensão pessoal e profissional: um olhar sobre o meu percurso

Se nós somos o que vivemos, não podemos desagregar o pessoal do profissional e tal requer uma análise íntima e reflexiva sobre mim mesmo. Tenho 27 anos, sou natural de Baião e vejo-me como uma pessoa humilde, sincera e alegre. Sobre mim, revelo defeitos aos quais não consigo ficar alheio. Por vezes sou desorganizado e fujo à crítica.

Eu, cheio de inseguranças, mas sempre certo das minhas paixões, desde cedo soube que desporto era o meu caminho, mas nem sempre o percorri. No 9º ano de escolaridade saí da Escola Básica e Secundária de Baião, escola que me viu crescer, e ingressei no Colégio de São Gonçalo de Amarante, no curso de Gestão e Dinamização do Desporto. A mudança de escola parece uma escolha fácil, mas para um adolescente significou abandonar os amigos da Escola Primária da Feira, os professores que são vizinhos e os funcionários que nos veem como filhos. Baião é mesmo assim. Se tivesse de descrever esta terra que é tão minha, bastaria uma palavra: acolhedora! Certo é que esta mudança trouxe novas aprendizagens e o despertar para outras realidades. Eu, que sempre estive em turmas que se contentavam com o “mais ou menos”, vi-me numa turma que queria mais e melhor e assim descobri a sensação de concretização sempre que obtive resultados mais altos do que aqueles a que estava habituado.

O ensino superior surgiu de forma natural. Candidatei-me e entrei no Instituto Superior de Contabilidade e Administração do Porto, no curso de Comércio Internacional. Eis que, um ano depois, em 2015, desisto do curso porque não me conseguia focar, não tinha qualquer motivação. Aquele ano deu-me um ensinamento para a minha vida: por mais que nós possamos achar que um curso tem maior ou menor saída profissional do que outro, devemos lutar pelos nossos sonhos, seguir as nossas vontades, a nossa vocação. Não me sentia realizado e tive de suportar o peso de sentir que falhei. Dói dizer aos pais que queremos desistir, mas se pudesse voltar a escolher não voltaria atrás.

Em 2016, realizei as provas de aptidão física e funcional e entrei na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. No último ano de licenciatura surgiu a minha primeira experiência profissional, como treinador na Dragon

Force, uma Escola de formação de Futebol para crianças e jovens. Esta experiência tornou claro para mim que o meu futuro profissional teria obrigatoriamente de passar por uma escola. Descobri o gosto que tenho em liderar e em trabalhar diretamente com crianças e jovens.

A licenciatura em Desporto permitiu adquirir conhecimentos valiosos em diferentes áreas e proporcionou a oportunidade de conhecer novas pessoas. Durante o meu percurso académico estabeleci laços significativos, especialmente ao ingressar na Tuna Masculina da Faculdade. Posteriormente, tomei a decisão de prosseguir os estudos, optando por frequentar o Mestrado de Ensino (2º Ciclo em Ensino de EF nos Ensinos Básico e Secundário) e não podia estar mais feliz com essa escolha. A transição de estudante para Professor Estagiário é difícil, no entanto, as bases do 1º ano de mestrado e as ferramentas adquiridas com a experiência profissional com crianças e jovens na Dragon Force, conforme detalhado posteriormente no texto, fizeram-me encarar este desafio com maior segurança, sempre com atitude positiva, apesar de saber que este é um processo duro em que as nossas capacidades são testadas diariamente. O meu objetivo é formar alunos e pessoas responsáveis e autónomas, com um bom aproveitamento escolar e que, em simultâneo, sejam capazes de enfrentar os desafios da sociedade atual. Todo o meu desempenho enquanto professor-estagiário teve como suporte a relação entre os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos como estudante de desporto e a minha vivência na disciplina de EF no decurso da minha vida estudantil. Ser professor de EF, para além de outras possibilidades, esteve sempre entre as minhas aspirações profissionais para o futuro. No entanto, essa área foi mais do que apenas uma opção, era a minha disciplina favorita. Sempre observei atentamente os comportamentos dos meus professores, pretendendo ser como eles. Como resultado, estabeleci ao longo do tempo relacionamentos sólidos e positivos com esses mentores. Toda a minha vida esteve profundamente ligada ao desporto. Para além da atividade física, as relações que estabeleci, e que perduram até hoje, são características intrínsecas ao mundo desportivo que sempre me cativaram. É por esse motivo que a sociabilidade no desporto dá origem à formação de laços entre indivíduos, criando as redes de sociabilidade, conforme destacado por Silva (2012).

A minha entrada na Dragon Force Penafiel surgiu no meu último ano da licenciatura, dado a altura que o estudante tem oportunidade de escolher uma metodologia específica. Nesse momento, optei pela metodologia de gestão desportiva, uma escolha que definiu o rumo dos anos seguintes. Durante esse período, estabeleci uma ligação sólida com a gestão e organização da entidade que acolhia os estágios, o clube GRD Rans, parceiro que fornecia as instalações à Dragon Force Penafiel. Desempenhei um papel ativo na certificação do clube junto da Federação Portuguesa de Futebol (FPF) e assumi a responsabilidade pela gestão de todo o tipo de material tratando da sua manutenção, organização e distribuição pelos diferentes espaços destinados aos treinos, como equipamentos do clube e bolas. Além disso, desenvolvi relações próximas com os pais dos alunos da nossa escola, trabalhando em conjunto para resolver as questões emergentes.

Para além de estar inserido na gestão do clube GRD Rans, também procurei treinar e estar mais envolvido com o projeto e com os alunos do clube, tendo assumido o cargo de treinador-adjunto de duas equipas, Sub-13 e Sub-15. Esta minha envolvimento surgiu da minha paixão sincera pelo futebol, à semelhança de muitos portugueses, como enfatizado por Catarro (2008), ao descrever o futebol como “um dos fenómenos mais apaixonantes da realidade portuguesa”.

O primeiro ano como estagiário no clube foi desafiador devido ao aparecimento da pandemia Covid-19. Isso resultou na transferência das atividades escolares e desportivas para o ambiente virtual. Os treinos passaram a ser ministrados através de computadores e a gestão do clube também foi conduzida remotamente. Durante esse período, desenvolvi capacidades importantes, como a comunicação eficaz em grupo. Inicialmente, encontrei dificuldades na transmissão de instruções claras, mas ao longo do ano, aprimorei essa competência, reconhecendo, de acordo com Bolchover e Brady (2008), a importância da comunicação clara, mesmo para ideias complexas.

Após esse primeiro ano como estagiário, fui efetivado como Responsável Operacional da escola, deixando de ser treinador, e focando-me nesta tarefa. Nesse cargo, desempenhei um papel fundamental na comunicação entre o clube e os pais, além de lidar com questões financeiras. Tornei-me a principal pessoa responsável por fornecer informações aos pais, incluindo horários de treinos e

jogos, informações importantes dos treinadores, assumindo assim toda a gestão operacional do clube.

Essa função proporcionou-me o desenvolvimento de algumas competências organizacionais e o cultivo de relações interpessoais. Lidar com conflitos tornou-se uma parte integrante do meu trabalho, e também desenvolvi características psicológicas importantes, como a paciência.

A minha experiência na Dragon Force e na escola de Pedrouços coincidiu com um período de desafios e reflexões significativas no meu percurso profissional. Inicialmente, estava envolvido em ambas as instituições, mas posteriormente optei por concentrar-me exclusivamente na escola de Pedrouços. Enfrentei dificuldades em conciliar o compromisso na Dragon Force com as responsabilidades na escola, revelando alguma falta de organização que afetou negativamente o meu desempenho em ambos os ambientes. Esta conjuntura levou-me a uma decisão difícil de abandonar a Dragon force, reconhecendo a necessidade de priorizar e focar nos meus principais objetivos. Esta transição representou um passo importante no meu percurso como estagiário, permitindo-me aprender com os desafios enfrentados no decurso do ano letivo.

4. Organização e gestão do ensino e aprendizagem

4.1 As primeiras experiências e a caracterização das turmas

4.1.1 O primeiro contacto

Antes de tudo começar, passaram-me várias ideias pela cabeça e sonhei com o que viria a acontecer. Imaginei como seria a minha relação com os alunos e a forma como iria conduzir as aulas. Mas antes disso, houve o primeiro contacto com o ambiente escolar. Tivemos a primeira reunião com o nosso professor coordenador, onde nos apresentámos e conhecemos as instalações da escola. Esta reunião também proporcionou a possibilidade de selecionar a turma, levando em consideração os horários disponíveis. Por questões de conciliação com o meu trabalho, na Dragon Force, à tarde, os meus colegas do núcleo de estágio, atenciosamente, optaram por assumir os horários da manhã. Uns dias depois, tivemos a oportunidade de conhecer a direção da escola e os restantes professores. Fomos recebidos de forma muito simpática e todos se demonstraram disponíveis para nos ajudar.

Antes da minha primeira aula tinha a expectativa de encontrar alunos agitados, especialmente na primeira aula, e alguns com dificuldades de coordenação até porque estávamos a sair de uma longa paragem de atividade devido à pandemia (Covid-19). A realidade foi bem diferente e positiva. A aula correu muito bem, sem problemas de disciplina. Quanto aos aspetos físicos, fiquei surpreendido. Durante os testes de aptidão física FitEscola, a maioria dos alunos apresentaram resultados satisfatórios, com exceção de alguns casos relacionados com o índice de massa corporal e excesso de peso. Estes resultados iniciais deixaram-me com boas perspetivas.

Os primeiros dias foram depois caracterizados por uma agradável adaptação ao ambiente escolar. Até o inesperado tratamento cortês por parte dos funcionários da escola, referindo-se a nós como “doutores”, marcou uma mudança até então. No entanto, este primeiro impacto revelou-se positivo em todos os aspetos, proporcionando-me conhecer melhor a minha turma e estabelecendo relações proveitosas com os colegas professores e a direção da escola.

4.1.2 A minha turma

Na primeira semana de aulas, dedicámo-nos à apresentação recíproca, a turma e eu, na qualidade de professor estagiário. Este período marcou o meu primeiro contacto efetivo com os alunos, uma oportunidade que aproveitei para recolher informações através da aplicação de um questionário. Nesse contexto, foi possível obter dados sobre os alunos. A turma era composta por treze rapazes e sete raparigas, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos, todos de nacionalidade portuguesa.

No que diz respeito à prática desportiva, uma das perguntas focalizou-se na identificação da modalidade desportiva preferida dos alunos. Entre as opções, futebol, futsal, natação e dança foram as mais mencionadas pelos alunos como as suas preferências. Em seguida, explorei a questão do seu envolvimento em federações desportivas. Deste modo, constatei que 11 dos 20 alunos da turma nunca tinham estado filiados em federações desportivas. No entanto, destaco que seis alunos eram associados há oito anos, um aluno estava filiado há seis anos, havendo também um aluno que se tinha associado há menos de um ano, e por último, um aluno que era associado, mas não tinha certeza quanto ao período exato da sua filiação.

No que concerne à prática de exercício físico, verifiquei que metade da turma (10 alunos) se exercitava regularmente, com uma frequência de quatro vezes por semana. Adicionalmente, três alunos praticavam exercício com alguma regularidade (três vezes por semana), enquanto quatro alunos o faziam de forma menos frequente, apenas uma ou duas vezes por semana. Notavelmente, apenas três alunos nunca tinham adotado uma prática regular de exercício físico.

Por fim, a última pergunta centrou-se no gosto pela disciplina de EF. Os dados revelaram que 17 dos 20 alunos tiveram uma experiência positiva na disciplina, enquanto para dois alunos a atitude era de indiferença e para 1 aluno a experiência até aquele momento tinha sido negativa.

Além das questões relacionadas com a atividade física e experiência na disciplina de EF, o questionário também abordou aspetos importantes relativos à saúde dos alunos. Foram incluídas perguntas sobre doenças crónicas, lesões passadas ou presentes, o uso regular de medicamentos, alergias, e se já haviam

sido submetidos a cirurgias. Adicionalmente, no contexto do histórico familiar, indagou-se sobre a presença de condições de saúde de família, como hipertensão arterial, diabetes, asma, epilepsia, entre outras.

Esta pesquisa inicial proporcionou uma visão geral da turma, contribuindo para uma melhor compreensão dos alunos durante as aulas de EF, visando garantir a segurança e o bem-estar de todos os envolvidos.

O verdadeiro conhecimento dos alunos não surgiu exclusivamente dos dados recolhidos nos questionários, mas, de forma mais significativa, das conversas e diálogos estabelecidos, especialmente nas interações na aula e pós aulas. Por exemplo, ao abordar questões pessoais e académicas durante estas conversas, fui capaz de perceber as diferentes preocupações, desde as dificuldades académicas até as decisões importantes que os estudantes estavam prestes a enfrentar no 9º ano, relacionadas com a escolha do curso que seguiriam no ensino secundário.

Neste período importante, as conversas revelaram as aspirações individuais de cada estudante em relação ao seu futuro académico e profissional. As partilhas destes momentos de decisão permitiram-me compreender não apenas as suas capacidades académicas, mas também as suas ambições e inseguranças em relação ao próximo passo das suas vidas.

A importância do 9ºano para os alunos é inegável, e enquanto professor estagiário também reconheci essa importância, a abertura ao diálogo foi fundamental para construir um relacionamento positivo ao longo do ano letivo, permitindo-me conhecer melhor a vida dos alunos.

4.1.3 A turma partilhada de 6º ano

Em conjunto com os meus dois colegas do núcleo de estágio e todos os professores envolvidos, tive a oportunidade de trabalhar numa turma partilhada. Decidimos, em conjunto, lecionar uma turma de 6ºano, composta por 18 alunos, uma vez que se adequava aos horários de todos os professores envolvidos, incluindo estagiários e professor cooperante. A escolha da modalidade desportiva a lecionar recaiu sobre a ginástica de aparelhos, visto que todos concordamos que seria um desafio estimulante para nós.

Primeiro, elaboramos uma Unidade Didática com 10 aulas, tendo definido os conteúdos a abordar e as diferentes avaliações. De seguida, aquando da elaboração dos planos de aula, realizados em conjunto por todos os professores estagiários do núcleo de estágio, decidimos quem introduziria cada exercício, explicando-o, enquanto os outros professores prestavam assistência, se necessário. Durante as aulas, utilizamos várias estratégias, incluindo a divisão de responsabilidades. Nas primeiras aulas e nos diferentes aparelhos, cada professor ficava responsável por um grupo de alunos, mudando de aparelho com os mesmos alunos. Nas aulas seguintes, com o intuito de conhecer melhor cada aluno, cada professor estagiário ficava responsável por um aparelho específico durante toda a aula, e os alunos, em grupos previamente definidos, rodavam entre os diferentes aparelhos.

No que diz respeito às diferenças e desafios entre o 9º ano e o 6º ano, é importante destacar a maior energia e a maior vontade dos alunos do 6º ano até, participar nas aulas, por vezes até exuberantes, o que dificultava momentaneamente o controlo da turma. No entanto, como éramos três professores a dar a aula, conseguíamos facilmente gerir essa energia. Houve uma excelente harmonia entre nós, professores estagiários, tanto na elaboração dos planos de aula como na lecionação das aulas. Conseguíamos identificar problemas durante as aulas, muitas vezes relacionadas com questões de segurança, que eram fundamentais controlar durante toda a aula. Os feedbacks também eram controlados por nós, sem exageros, em sintonia e constantes.

A nossa sintonia com os alunos foi muito positiva, alguns deles já nos conheciam devido à nossa participação no Gira-Volei. Era gratificante sermos abordados fora do contexto da sala de aula, o que demonstrava o afeto e o respeito que os alunos tinham por nós.

A avaliação sumativa ficou a cargo da professora titular da turma, embora a elaboração dos planos de aula fosse da nossa responsabilidade. Estivemos presentes durante as avaliações, mas a avaliação propriamente dita foi realizada pela professora da turma.

A partilha da responsabilidade pela turma com os meus pares de estágio no âmbito desta experiência específica revelou-se um pilar fundamental no processo da minha formação como professor de EF. Esta colaboração

sistemática enriqueceu-me pedagogicamente, refinando as minhas competências de planeamento, comunicação e trabalho em equipa.

Numa derradeira análise, a colaboração estabelecida com os meus colegas de estágio apresentou vantagens, como o aumento da motivação dos alunos devido à presença de diferentes professores tornando assim as aulas mais dinâmicas e atrativas e, simultaneamente, a troca de experiências enriquecedoras entre diferentes docentes contribuiu para o enriquecimento mútuo. Contudo, foi importante reconhecer desafios, por vezes a falta de coordenação momentânea tendia a acontecer, e também a dificuldade logística na gestão de horários, espaços e materiais. Deste modo, foi importante ter uma abordagem cuidadosa e uma comunicação eficaz para otimizar os benefícios da realização de aulas partilhadas.

4.1.4 O desafio da docência plena por cinco dias

Numa reunião de núcleo de estágio, nós estagiários, em conjunto com o professor cooperante, decidimos que iríamos lecionar as nossas turmas durante uma semana. Isso incluía a nossa própria turma, as turmas dos nossos colegas do núcleo de estágio e as restantes turmas do professor cooperante. Todas essas turmas eram do 9º ano, com exceção de uma que era do 12º ano. Foi um desafio intrigante, principalmente porque nos obrigou a mergulhar profundamente na realidade de um professor.

Planear aulas para diferentes turmas e contextos, considerando simultaneamente várias modalidades, revelou-se uma tarefa complexa. Tivemos de reconhecer que os mesmos exercícios não serviam para todas as turmas. Alguns exercícios funcionavam bem para uma turma, mas não para outra, devido às diferentes capacidades dos alunos, à dinâmica e ao ambiente de cada turma e também devido às suas motivações e interesse pela disciplina. Estes fatores exigiram que pensássemos, adaptássemos e planeássemos de forma distinta para cada turma, compreendo que não exista uma receita única que sirva para todas.

Além disso, enfrentamos o cansaço, não tanto físico, mas o psicológico. Lidar com a frustração de uma aula funcionar melhor do que outra, os horários consecutivos de aulas e todas as suas exigências, o som constante das bolas e

a agitação dos alunos durante todo o dia. Foram desafios que nos confrontaram e testaram, em breve trecho, a nossa capacidade de resistência.

Esta semana foi importante na gestão dos exercícios, especialmente no que diz respeito ao espaço. Ao longo do ano, lecionei maioritariamente sozinho no pavilhão da escola. No entanto, esta semana obrigou-me a repensar o planeamento constantemente, considerando que o espaço não estava totalmente disponível para mim.

A intensa semana de lecionação para múltiplas turmas foi um desafio enriquecedor. Aprender que ser professor implica uma adaptação constante às necessidades e características de cada grupo de alunos. Além disso, obriga a compreender a importância da flexibilização da gestão eficaz do espaço.

4.2 O corpo docente de educação física

No decurso do meu ano como professor estagiário, um dos aspetos centrais na minha passagem pela escola foi o grupo de EF. Este grupo era composto por 12 professores efetivos e seis professores estagiários, incluindo eu. Os seis foram distribuídos em dois núcleos distintos, denominados Núcleo 1 e 2, sendo cada núcleo constituído por três professores estagiários e pelo respetivo professor cooperante.

Desde o início, o ambiente no grupo de EF foi excelente. Todos os professores estabeleceram relações cordiais entre si e mostraram-se genuinamente interessados em conhecer o nosso percurso até chegarmos ao estágio. Demonstraram também interesse nas nossas atividades extracurriculares e também se disponibilizaram sempre para nos ajudarem de todas as formas possíveis.

Naturalmente, procurei conhecer melhor cada membro do corpo docente de EF. Além de conversas com cada um dos professores, assisti a diversas aulas. Foi curioso perceber e assistir como cada professor tinha abordagens pedagógicas distintas. Alguns enfatizavam a componente lúdica das aulas, enquanto outros privilegiavam o contacto direto, explicando e realizando os exercícios junto dos alunos. Alguns permitiam que os alunos assumissem a liderança da aula, sempre com a orientação do professor, já outros professores

adotavam uma abordagem mais autoritária, dirigindo a aula com instruções sistemáticas.

Essas diferenças marcam um ponto importante para mim. Não considero uma abordagem mais correta do que a outra, mas pude identificar-me mais com algumas delas. O mais importante para mim foi extrair o melhor de cada professor e, em conversas entre nós, explorar os motivos por trás das suas práticas pedagógicas. Esta experiência despertou em mim o desejo de me tentar tornar um professor que incorpora o melhor de todos os professores com que convivi, tentando adotar algumas das suas valências, tanto como educadores, quanto como seres humanos.

A presença do Diretor da Escola, com formação em EF, revelou-se um fator de grande importância. Ele participava ativamente e envolvia-se em todas as atividades organizadas pelo corpo docente de EF. A sua afinidade com a área conferiu-lhe um papel importante na organização de eventos, desempenhando um papel de liderança nesse contexto. Contudo, é relevante destacar que, embora o Diretor tenha desempenhado um papel fundamental na supervisão e apoio geral, a execução da logística complexa associada a esses eventos não estava diretamente sob sua responsabilidade. A gestão de recursos humanos e materiais, a coordenação de horários, o trabalho tecnológico, como a elaboração de tabelas em Excel e o sistema de som, eram tarefas desempenhadas pelo corpo docente de EF.

É importante destacar que, para quem está de fora, a organização desses eventos pode parecer fácil, no entanto, não é bem assim, foi graças à experiência dos professores e à excelente colaboração entre todos os membros envolvidos que conseguimos realizar tudo de forma muito satisfatória. Foi fundamental que todos os envolvidos adotassem uma postura de ajuda mútua para garantir o sucesso desses eventos e essa era uma característica marcante no departamento de EF.

No entanto, como é natural em qualquer ambiente colaborativo, havia variações na participação e proatividade entre os professores. Alguns demonstravam uma contribuição mais ativa, mostrando uma maior disposição para colaborar em diversas tarefas e, neste contexto, é relevante reconhecer que nem todos os professores adotavam a mesma postura em relação às responsabilidades, e pelo que existia, por vezes, uma natural distribuição

desigual de tarefas. Isso não impedia, no entanto, a conquista dos objetivos coletivos, destacando-se a capacidade do grupo de trabalhar em conjunto, reconhecendo e valorizando as contribuições individuais para o sucesso global do departamento.

Todos os elementos mencionados, desde o diretor da escola até aos professores de EF, e também de outras disciplinas, trabalharam em conjunto com o objetivo de promover e valorizar a disciplina de EF, destacando a importância da atividade física para o bem-estar e a saúde. Além disso, todas essas atividades visavam cativar e motivar os alunos a participar nas atividades físicas organizadas na escola.

4.3 O planeamento

O planeamento surge como umas etapas mais importantes no processo de ensino aprendizagem, pois implica a organização prévia do ano letivo e de todas as aulas a lecionar. Assim, o planeamento visa assegurar o funcionamento organizado do ano. Segundo Matos (2010), o processo de planeamento permite orientar o processo de ensino de forma a potenciar aprendizagens significativas.

Apesar de fundamental, este processo revelou-se um interessante desafio enquanto professor estagiário. Vivi em constante incerteza relativamente às aulas que lecionaria devido às várias greves que surgiram no decurso do ano letivo, concordando com Griffey e Housner (1991) ao referirem que os professores estagiários ao planear para uma realidade à qual não se encontram familiarizados, tendem a ter maiores dificuldades. O planeamento iniciou-se com o planeamento anual, seguindo-se as respetivas Unidades Didáticas e Planos de Aulas.

4.3.1 Planeamento anual

O planeamento anual tem como objetivo delinear as atividades a serem realizadas no decurso do ano letivo, servindo como guia para orientar as tarefas idealizadas. No entanto, como qualquer plano, está sujeito a ajustes para se adaptar a possíveis mudanças que possam surgir.

Elaborado no início do ano letivo, o planeamento pretende estabelecer um plano de trabalho tendo em conta os alunos e a escola em questão. Simultaneamente, o planeamento anual tornou-se importante porque me permitiu conhecer melhor a escola, as instalações, e permitiu-me conhecer todos os recursos humanos que trabalhavam no ambiente escolar.

Os conteúdos lecionados foram aprovados pelo departamento de EF considerando o programa nacional e o contexto escolar.

Ao longo do ano imensos fatores influenciaram e condicionaram aquilo que se definiu, para além das greves, as alterações nos espaços de aula (Roulement – documento criado pelos professores de organização das turmas pelos espaços de aula disponíveis) que surgiram por motivos como renovações no piso do pavilhão, devido ao mau tempo, ou por realização de eventos no Pavilhão Municipal, o que impossibilitava a lecionação nesse espaço.

4.3.2 Unidades didáticas

A Unidade Didática remete para a segunda fase do planeamento. O objetivo era delinear o planeamento de cada modalidade de forma organizada, sistemática e sequencial. No início idealizava uma Avaliação Diagnóstica, de modo a ter uma melhor noção sobre o nível e desempenho da turma. A partir deste momento, definia os conteúdos que iria abordar e as progressões pedagógicas, tendo sempre em conta os alunos e as aprendizagens relativas ao ano que lecionava. A construção das unidades didáticas teve por base a grelha de Vickers que considera que ao projetar esta planificação são estabelecidos os conteúdos e a sua sequência lógica de aprendizagem, distribuídos pelas respetivas aulas (Vickers, 1990).

A tarefa de realizar a 1ª Unidade Didática, gerou um impacto com a realidade. Definia muitos conteúdos para a mesma aula e demasiados critérios

para cada conteúdo. A certo ponto, começa a ter dificuldades em lecionar as aulas e os alunos ficavam confusos e sem entenderem o objetivo. Com o tempo fui melhorando, na sequência de reuniões com os meus colegas de estágio, com o professor cooperante e a professora orientadora, comecei a reduzir os conteúdos em cada aula. Como resultado, pude aprimorar a instrução dos exercícios e a fornecer feedbacks, o que teve um impacto positivo na minha comunicação com os alunos.

4.3.3 Planos de aula

No exercício da função como professor de EF aprendi a valorizar o planeamento das aulas. Este é um aspeto que reconheço como fundamental para o sucesso enquanto educador.

O planeamento das aulas oferece ao professor inúmeras vantagens, e uma das mais significativas é a capacidade de proporcionar uma experiência de aprendizagem mais eficaz e significativa para os alunos. No entanto, devo admitir que, numa fase inicial, a elaboração dos meus planos de aula foi um desafio que se revelou mais complexo do que eu inicialmente antecipei. Compreendi que um plano de aula não pode ser uma mera formalidade, mas sim uma ferramenta flexível e adaptável, pronta para ser utilizada durante as aulas, e que deve concentrar-se nos elementos essenciais para o alcance dos objetivos pretendidos.

No meu percurso como professor em formação, deparei-me com a necessidade de aprimorar a qualidade dos meus planos de aula. Inicialmente, estes planos pecavam por uma apresentação estética menos apelativa. Embora reconheça que este aspeto possa não ter sido o mais relevante, achei importante melhorá-lo para o tornar mais atrativo e claro. Além disso, a informação mais importante não estava devidamente organizada, o que exigiu uma reformulação substancial. Durante uma conversa franca com o meu Professor Cooperante, ele desafiou-me em relação à qualidade do plano de aula, o que representou um momento importante na minha evolução enquanto professor. Reconheci a necessidade de melhorar o plano como um todo e corrigi-o, obtendo um resultando substancialmente melhor, questões como o tempo que destinava aos exercícios, as variantes que podia inserir aos exercícios, para manter os alunos

envolvidos, e a clarificação de objetivos específicos e mensuráveis para os alunos foram alvos de reflexão e alteração da maneira como até então estava a realizar a minha prática pedagógica.

Num segundo momento, a aprendizagem adquirida durante uma reunião com os colegas estagiários e a nossa professora orientadora destacou a importância de centrarmos os nossos planos na aprendizagem dos alunos. Nesse período, compreendi que, naturalmente, estávamos inicialmente mais focados no nosso próprio desempenho como professores, incluindo a gestão da turma, a nossa intervenção e a garantia que não negligenciávamos nenhum objetivo da aula ou critério de êxito de um exercício. No entanto, à medida que o tempo avançava, tornou-se claro que precisávamos redirecionar o nosso foco para a aprendizagem dos alunos. O plano de aula revelou-se uma ferramenta vital para atingir esse objetivo.

Recordando lições anteriores, nomeadamente as aulas de natação durante a licenciatura e no mestrado, voltei a recordar a importância de definir objetivos claros, relacionando o comportamento esperado dos alunos com a condição de exercitação e estabelecendo critérios de sucesso para cada conteúdo. Por exemplo, ao ensinar a técnica de passe no futebol num jogo condicionado em 3x1, os critérios de sucesso incluíam o passe da bola com a parte interna do pé e a manutenção da cabeça erguida para uma melhor leitura do jogo. Concentrar o meu feedback e atenção nestes dois critérios revelou-se eficaz, evitando confusões desnecessárias com excesso de informação, tanto para mim como para os alunos.

Outros ajustes importantes incluíam a redução da utilização de esquemas complexos, recorrendo a eles apenas quando se mostravam verdadeiramente úteis para o exercício em questão, otimizando assim o nosso tempo. Além disso, a diminuição da quantidade de conteúdos a abordar numa única aula demonstrou ser benéfica, permitindo uma maior eficácia no processo de ensino e uma aprendizagem mais sólida por parte dos alunos.

Portanto, olhando para trás no meu percurso enquanto professor em formação, compreendo que o planeamento das aulas não é apenas uma tarefa burocrática, mais sim uma ferramenta poderosa que nos permite orientar o processo de ensino-aprendizagem de forma eficaz, focando sempre no desenvolvimento e no sucesso dos nossos alunos.

4.4 A prática

No que concerne à minha prática, numa fase inicial dei grande ênfase ao controlo da turma, à execução precisa dos exercícios e ao seguimento rigoroso do meu plano de aula. Desejava que tudo decorresse sem contratempos, tentando projetar a voz com clareza e dando minuciosamente critérios de êxito, todavia, sabia que isto porventura não se iria concretizar porque estava no início de uma etapa nova.

No que diz respeito à projeção vocal, não enfrentei grandes desafios, em parte porque anteriormente tinha desempenhado o papel de treinador, investindo tempo no desenvolvimento dessa habilidade. Além disso, como estagiário de EF, geralmente lecionei em espaços exclusivamente dedicados a mim ou, em algumas ocasiões, partilhando o pavilhão com outra turma.

Uma revelação importante surgiu após a primeira observação da minha aula pela professora orientadora: a limitação imposta pelo plano de aula. Percebi que estava demasiado preso a ele, o que me impedia de envolver-me plenamente com os alunos. Não podia intervir nos exercícios de forma dinâmica, fazer adaptações instantâneas ou demonstrar correções quando necessário. Assim, aprendi que é fundamental estar presente e ativo na aula, sem ficar refém do plano. A qualquer momento, é preciso ser capaz de adaptar a aula e os exercícios com base nas necessidades dos alunos, sem depender estritamente de um roteiro prévio. Durante a segunda observação da minha aula pela professora orientadora, percebi que, embora a aula na sua grande parte estivesse bem planeada e executada, estava a sobrecarregar os alunos com uma quantidade excessiva de critérios de êxito. Isso causava confusão e não favorecia a aprendizagem que eu desejava promover. Após essa observação importante, ajustei os meus planos de aula. Gradualmente, observei uma melhoria significativa na aprendizagem dos alunos, à medida que simplificava as instruções e os critérios de êxito, tornando o processo mais acessível e eficaz.

Neste trajeto foi importante equilibrar a estrutura com a flexibilidade, dando prioridade à interação com os alunos e à adaptação às necessidades em tempo real.

4.5 A avaliação

A avaliação é uma parte essencial do processo educacional, mais do que atribuir notas, a avaliação ajuda os alunos a entenderem o seu desempenho e progresso, orientando-os no caminho para o sucesso acadêmico. Conforme Metzler (2000), o processo de avaliação tem como objetivos determinar que aprendizagens aconteceram num determinado período, avaliar a qualidade das aprendizagens e tomar decisões a partir desta análise, de forma a potenciar a aprendizagem.

Por conseguinte durante o primeiro período, lecionei as modalidades de badminton e voleibol e para avaliar o desempenho dos alunos nessas modalidades, utilizei as rubricas do Projeto Maia- Projeto de Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica. De acordo com Jorgensen (2008) as rúbricas de avaliação são ferramentas que ajudam a orientar a observação e descrição sistemática do desempenho dos alunos. A importância das rúbricas de avaliação reside no facto de esclarecerem o que os alunos devem aprender e ser capazes de fazer. Por outras palavras, uma rúbrica clara e bem construída proporciona aos alunos e professores uma compreensão clara das características e qualidades que o trabalho deve ter para demonstrar as aprendizagens alcançadas. Estas rúbricas abrangem os conteúdos a serem desenvolvidos em cada ano de escolaridade, associados a uma escala avaliativa que varia entre 1 e 5 valores, ou até mesmo de 1 a 20 valores.

Para realizar a avaliação diagnóstica na modalidade de badminton, recorri às rubricas de avaliação. No entanto, durante esse processo, deparei-me com algumas dificuldades que são comuns ao uso dessas ferramentas. Durante uma aula de badminton, ao usar as rubricas de avaliação para avaliar o desempenho dos alunos, deparei-me com uma situação em que a rigidez da rubrica dificultava a avaliação de certos aspetos do jogo. Por exemplo, um aluno demonstrou habilidades interessantes ao mover-se rapidamente pelo campo e a alcançar os volantes, mas a sua técnica de serviço era um pouco diferente daquela descrita na rubrica. Embora a sua abordagem fosse eficaz, não correspondia exatamente aos critérios estabelecidos na rubrica. Desta forma, decidi realizar esta avaliação Diagnóstica em duplas e através de sequências, seguindo o exemplo utilizado na Faculdade pelo professor da disciplina de Estudos Práticos I de badminton.

Ao longo do ano a avaliação foi sempre uma tarefa difícil que necessitou invariavelmente de ser ajustada e moldada ao longo do processo educativo. Com feedback constante do professor coordenador, este feedback orientava-me para experimentar e adaptar a minha abordagem de avaliação, identificando e corrigindo eventuais erros ou problemas. No que diz respeito à avaliação do badminton, tive a oportunidade de realizar avaliações formativas, permitindo-me observar o desempenho dos alunos. No entanto, durante o primeiro período, a minha principal preocupação estava no controlo da turma, o que levou as observações a passarem para um segundo plano de forma quase inconsciente. Considerando que a turma que eu lecionava tinha alcançado excelentes resultados em EF nos anos anteriores e também demonstrava um bom desempenho físico, optei na Avaliação Sumativa por não alterar muito as notas atribuídas. As notas foram, em geral, positivas, pois não queria prejudicá-los devido à minha possível incapacidade de avaliar corretamente naquela altura.

No que diz respeito ao Voleibol, modalidade que lecionei no primeiro período e no início do segundo, a abordagem da avaliação foi diferente. Este facto deveu-se, em certa medida, às aulas da disciplina de Didática Geral da Faculdade. Estas ajudaram-me a planear e organizar de forma mais eficaz a Avaliação Diagnóstica de Voleibol, com foco no desenvolvimento de competências para jogar Voleibol. Neste contexto, o ensino da técnica tornou-se dependente do ensino da tática vendo o jogo como um todo, ou seja, o voleibol constituiu-se como uma modalidade que requer um jogador com um elevado domínio ao nível técnico, bem com uma acrescida compreensão tática do jogo. Esta abordagem permitiu-me agrupar os alunos com mais facilidade, tendo em conta os seus conhecimentos prévios da modalidade. Desta forma, a Unidade Didática sofreu menos alterações, tornando a avaliação mais completa e permitindo uma evolução mais significativa dos alunos.

No segundo período, surgiram outras modalidades, incluindo dança, ginástica e atletismo, o que representou uma surpresa para mim em vários níveis. Inicialmente, poderia pensar que disciplinas como dança seriam desconsideradas pelos rapazes e valorizadas pelas raparigas. No entanto, fiquei surpreendido ao constatar que as aulas de dança foram extremamente cativantes e aos alunos estavam verdadeiramente motivados, muitas vezes até a motivar o próprio professor, que não possui uma afinidade especial com a

dança e não é exatamente um entusiasta da mesma. Neste contexto, na avaliação sumativa, para além de atribuir importância à qualidade do movimento, ao respeito pelo ritmo e pela música, dei ênfase ao comportamento e atitudes positivas dos alunos. Valorizei a cooperação, entreajuda e outros comportamentos sociais positivos, reconhecendo que estes aspetos são fundamentais não apenas para o desenvolvimento das competências motoras, mas também para o crescimento pessoal e social dos alunos.

Na verdade, uma das minhas preocupações foi sempre o bem-estar e o progresso dos alunos. Essa preocupação refletiu-se na minha abordagem pedagógica, onde valorizei não apenas o desempenho desportivo nas aulas, mas também o desenvolvimento pessoal e social dos alunos. Mesmo no terceiro período, para além das modalidades que foram abordadas nos outros períodos, ainda introduzi as modalidades de futebol e atletismo, dando continuidade ao trabalho iniciado no segundo período mantendo sempre e intencionalmente uma relação de proximidade, contribuindo assim para uma relação professor-aluno franca, correta e de credibilidade.

4.6 A observação de aulas

Durante o ano de estágio, as observações que realizei revelaram-se importantes. Em primeiro lugar, a partir dessas observações, extraí informações para as minhas próprias aulas e também ao observar as aulas dos professores estagiários do meu núcleo de estágio retirava informações para as minhas aulas, como por exemplo, diferentes abordagens pedagógicas, enquanto um professor estagiário promovia mais uma abordagem com jogos cooperativos em atletismo, como circuitos, outro já dava mais ênfase a atividades individuais, como a corrida de velocidade, à própria gestão da aula e disciplina, analisando e observando a forma como os meus colegas lidavam com a própria turma, às vezes com a utilização de muito reforço positivo de modo a incentivar comportamentos desejáveis, outras vezes já utilizando mais o diálogo como resolução para conflitos entre alunos, através da discussão calma e colaborativa para solucionar problema e chegarem a um acordo, a utilização de recursos e equipamentos disponíveis e a forma como na escola isto pode inspirar ideias

criativas, por exemplo, um jogo lúdico de aquecimento, como o jogo do galo utilizando cordas e cones.

Nas observações que fui realizando nas aulas dos colegas, procurei sempre retirar algo para enriquecer as minhas próprias aulas. No entanto, descobri que simplesmente replicar o que o outro professor fez, muitas vezes, não é garantia de sucesso na minha própria aula. Isso ocorre porque cada turma possui as suas próprias necessidades específicas e dinâmicas únicas.

Assim nas minhas aulas procurava adaptar em vez de replicar, frequentemente essas adaptações visavam melhorar a eficácia da aprendizagem, modificar comportamentos em sala de aula e promover o envolvimento, motivação e autonomia dos alunos. Ao colaborar com os meus colegas de estágio, pude aperfeiçoar as minhas habilidades de gestão e disciplina na aula, de utilização de material diversificado, realização de jogos cooperativos ou realizando mais atividades individuais procurando tornar-me um profissional mais competente. Enfrentamos juntos diversos desafios e dificuldades, sempre com o objetivo comum de melhorar como educadores na tentativa de lecionarmos sempre as melhores aulas.

No que diz respeito às aulas que observei, lecionadas pelo professor cooperante, elas eram notavelmente distintas, por várias razões. As turmas do 9ºano, por exemplo, eram naturalmente diferentes entre si. Uma delas, em particular, demonstrava pouco interesse pela escola em geral e a EF em particular. Apresentavam diversos problemas, como aproveitamento escolar abaixo do espectável, disciplinares, de assiduidade e de pontualidade. Não obstante, foi intrigante observar como o professor cooperante, no decurso do ano, conseguiu motivar esses alunos de maneira próxima e respeitosa, gradualmente estimulando o envolvimento na prática desportiva, relação esta que se baseou sempre na confiança e no respeito pelo professor.

Por outro lado, a outra turma do 9ºano, era composta principalmente por alunas com excelentes notas e um elevado grau de aplicação académica, no entanto, quando se tratava de atividades desportivas que envolviam bolas, demonstravam dificuldades, exibindo entusiasmo e habilidade em modalidades como ginástica, dança e atletismo. Os rapazes dessa turma, com exceção de um aluno, não demonstravam muito interesse pela EF e participavam nas aulas apenas quando motivados pelo professor ou pelos colegas da turma.

Por fim, havia a turma do 12ºano, que demonstrou uma relação muito próxima com o professor cooperante e os professores estagiários, o que se refletiu em relacionamentos extremamente positivos. Isso também se deveu ao facto de estarem prestes a concluir o ensino secundário, um marco de grande importância para eles, que desencadeou muitas conversas entre nós, professores, e os alunos, nas quais abordávamos as suas expectativas e objetivos para o futuro. Enquanto alguns almejavam ingressar na faculdade, outros estavam determinadas a entrar imediatamente no mercado de trabalho.

Esta turma representou um desafio importante em termos de habilidades motoras e relacionamentos interpessoais dentro da própria turma. Gerou-se conflito entre alguns dos alunos que vinha de anos anteriores, o que até se revelou importante para nós, professores estagiários, pois permitiu-nos aprender a gerir e controlar conflitos e problemas de forma eficaz, como por exemplo dividir os alunos em grupos diferentes temporariamente e, gradualmente e de forma paciente, voltar a juntá-los à medida que se tornava possível. Quando isto aconteceu já foi possível criar atividades de construção em equipa, promovendo simultaneamente atividades que incentivavam a colaboração e o trabalho em equipa ajudando assim a melhorar relacionamentos entre os alunos, através, por exemplo, de jogos cooperativos e em tarefas que exigiam cooperação, como o jogo dos 10 passes em futebol, em que o objetivo era o de realizar 10 passes consecutivos dentro da mesma equipa, antes de o adversário conseguir intercetar a bola.

Na sua maioria, a turma revelava dificuldades a nível motor, mas também testemunhei a falta de motivação e desinteresse evidentes pela aula, com atrasos frequentes ou a aulas lecionadas a pouquíssimos alunos, às vezes com apenas 7 ou menos alunos, muitos deles permanecendo sentados ou não participando devido à falta de equipamento. Quatro alunos com excelentes habilidades desportivas destacavam-se dos demais, e o professor usou estratégias para os envolver ativamente, dividindo-os por grupos em que motivavam os restantes alunos, com resultados geralmente positivos. É importante destacar a diferença na abordagem do professor cooperante em relação às turmas do 9º ano e do 12º ano. A maturidade demonstrada pelos alunos e a sua postura fizeram toda a diferença. No 12º ano, a maioria dos alunos já era maior de idade ou estava a caminho disso, o professor assumiu uma postura que

refletia a responsabilidade esperada deles, tentando prepará-los para o futuro próximo. Isso implicava maior rigor, combinado com uma abordagem relaxada, de modo a incentivar a sua responsabilidade.

Em contrapartida, com as turmas do 9ºano foi necessário um controle mais estrito, uma vez que, devido à idade e estágio de desenvolvimento, os alunos frequentemente se distraíam, estabeleciam conversas paralelas e se afastavam dos objetivos da aula. A postura do professor teve de ser mais direcionada para manter o foco e participação nas aulas.

As observações desempenharam um papel importante no meu crescimento como professor estagiário. Ao absorver e refletir sobre as minhas próprias práticas e simultaneamente com a dos meus colegas melhorei na gestão da aula, utilizei uma maior variedade de abordagens pedagógicas e consegui adaptar melhor atividades para atender às necessidades específicas dos meus alunos.

5. Participação na escola

5.1 Oferta complementar

A disciplina de oferta complementar, lecionada semanalmente e com a duração de uma hora, tinha como propósito proporcionar aos alunos um ambiente dedicado ao estudo, revisão da matéria e preparação de testes. Neste contexto, a disciplina visava principalmente formar pares de alunos, alinhando-se com o estilo de ensino recíproco. Este estilo, baseado na colaboração entre alunos, implicava a atribuição de papéis de observador e executante, promovendo a aprendizagem mútua e a cooperação ativa durante as atividades.

A abordagem utilizada na disciplina de Oferta Complementar, e conforme indicado por Mosston e Ashworth (1986), seguia a prática em que o aluno observador, com desempenho acadêmico mais elevado, assumia a responsabilidade de observar e avaliar os seus colegas durante as aulas. Essa prática, inspirada nas ideias dos autores mencionados, revelou-se fundamental para promover a tolerância, o desenvolvimento de relações de cooperação e solidariedade entre os alunos.

Ao designar o aluno observador com um desempenho acadêmico mais elevado para observar e avaliar os colegas, criou-se um ambiente que incentivava a troca de conhecimentos e experiências, dinâmica esta que utilizei no contexto de EF. Por exemplo, quando lecionei dança, na realização de alguns passos de Merengue, havia um aluno responsável por executar um passo específico, como uma rotação, enquanto outro assumia o papel de observador, fornecendo feedback. Assim como na dança, a disciplina de oferta complementar promovia a cooperação entre os alunos. O aluno observador não só beneficiava do ato de avaliação, mas também contribuía para o progresso acadêmico dos colegas, estabelecendo uma relação recíproca de aprendizagem.

O papel do professor era fundamental para a definição das tarefas, escolha dos pares e orientação geral do processo. O professor desempenhava o papel de facilitador, garantido que as atividades estavam alinhadas com os objetivos de aprendizagem e promoviam a participação ativa de todos os alunos.

5.2 Desporto escolar: Gira-volei

Segundo Silva (1999), é no desporto escolar que muitas crianças e jovens têm oportunidade de conhecer novas escolas, novos alunos, novos ambientes, novas maneiras de ser, agir e pensar. Kretchmar (2000), completa esta visão, defendendo que o desporto escolar não deve ser apenas uma prática física, mas sim um meio de proporcionar significado às experiências motoras.

Neste contexto, o Gira-Volei surgiu como um exemplo prático desta filosofia. Este jogo, centrado no desenvolvimento da técnica do passe, simplifica a abordagem ao voleibol, tornando-o mais acessível e atrativo para os alunos. Além disto, o Gira-Volei enfatiza a importância do trabalho em equipa e da cooperação. Ao introduzir atividades que promovem a interação entre os alunos, como desafios de passes em grupos, o Gira-volei vai além do desenvolvimento técnico, oferece o valor da colaboração, da comunicação e do apoio mútuo no contexto desportivo. Ao longo do ano, tivemos a oportunidade de dedicar uma hora por semana ao acompanhamento de um grupo de crianças, com idades compreendidas entre os 8 e os 15 anos.

Este grupo, com o qual tive a oportunidade de trabalhar, era relativamente numeroso e o ambiente assemelhava-se, em certa medida, a uma típica aula de EF. No entanto, a dinâmica das aulas divergia do contexto de uma aula tradicional de EF, especialmente porque o desporto escolar de Gira-Volei foi orientado por mim e pelos meus colegas do núcleo de estágio, adotando uma abordagem que se distinguia do formato tradicional de uma aula. Esta abordagem do desporto escolar proporcionou uma maior participação e envolvimento dos alunos, promovendo uma atmosfera de entusiasmo e colaboração. A interação contínua e direta com os estagiários durante as atividades práticas proporcionou uma experiência mais dinâmica e motivadora para os alunos. Em todas as aulas, nós, estagiários, focávamos nossa atenção em participar ativamente com os alunos. No entanto, esta abordagem apresentou desafios na gestão do tempo e na implementação de correções e explicações detalhadas. A ênfase na prática pode ter limitado o tempo dedicado a conceitos teóricos, o que por vezes pode ter influenciado a compreensão completa por parte dos alunos.

Outra diferença que encontrei em relação a uma aula de EF foi a motivação dos alunos envolvidos no Desporto escolar. Ao contrário de algumas aulas de EF, onde a motivação pode variar tendo em conta a modalidade que se está a lecionar, no gira-volei os alunos demonstravam desde o início grande predisposição para a atividade, até porque efetivamente todos queriam ali estar. Estavam ativos e ansiosos por participar, o que contribuiu para um ambiente mais positivo e envolvente.

5.3 Inclusão

Correia (2005) definia a inclusão como a inserção total de alunos com Necessidades Educativas especiais (NEE), em termos físicos, sociais e académicos nas escolas regulares. Durante o ano letivo, este conceito orientou as aulas que lecionei juntamente com os meus colegas de estágio. A abordagem centrada na inclusão tinha como meta proporcionar oportunidades equitativas e justas a todos os alunos, independentemente das suas capacidades ou desafios.

Durante o período de estágio, tive a oportunidade de participar nas aulas de Medidas de Suporte à Aprendizagem e à Inclusão realizadas no pavilhão desportivo, às quintas-feiras e com duração de 50 minutos e tinham como objetivo proporcionar um momento para os alunos com necessidades educativas especiais realizassem atividade física. Este desafio proposto pelo professor cooperante, de lecionar uma aula por semana a alunos com NEE foi estimulante, mas certamente complexo, uma vez que nenhum de nós, estagiários, possuía uma grande experiência ou formação específica para intervir adequadamente com crianças e jovens com NEE. Ainda nas palavras de Correia (1999), a falta dessa formação impede os professores do ensino regular de prestar apoio adequado, pois não possuem o conhecimento necessário sobre a natureza dos problemas dos alunos com NEE e as suas implicações no processo educativo. Assim, e apesar de ter expectativas de aprender a lidar com estes alunos e também a preparar exercícios, reparei algumas semanas depois que não se estavam a cumprir estes pressupostos, isso acontecia, porque os alunos simplesmente utilizavam aquele momento para realizar o que queriam. Durante as aulas, os alunos aproveitavam para participar em várias atividades, enquanto nós, professores, jogávamos futebol, basquetebol ou voleibol com eles, ou então

incentivávamos os a experimentar o skate e a bicicleta. No final das contas, as aulas tornavam-se momentos gratificantes não pelas aprendizagens técnicas, mas sim pela felicidade manifestada pelos alunos ao longo de toda a aula.

Apesar de sentir alguma frustração em diversas ocasiões, uma vez que as expectativas eram de que um professor pudesse utilizar estratégias e, simultaneamente desenvolvesse atividades adequadas para crianças com NEE, as aulas revelaram-me mais como momentos importantes para que os alunos com NEE, pudessem escapar um pouco ao ambiente tradicional da sala de aula. Neste contexto, as aulas não se constituíram como momentos de ensino, mas sim ocasiões para que os alunos com NEE, pudessem libertar-se um pouco, correndo e saltando, com o único propósito de se divertirem. Estes momentos tornaram-se, assim, uma espécie de refúgio fora das exigências do ambiente acadêmico convencional.

Ao interagir com os alunos, as oscilações emocionais entre a satisfação de partilhar esses momentos com eles e a frustração decorrente dos desafios inesperados tornaram-se palpáveis. Contudo, mesmo diante das dificuldades, compreendi que essas aulas ofereciam uma oportunidade valiosa para promover uma experiência mais inclusiva e abrangente aos alunos com NEE, contribuindo para o seu bem-estar físico, mas também desempenhava um papel importante no seu desenvolvimento social e emocional.

6. Desenvolvimento Profissional

6.1 Organizar uma atividade

Dentro dos objetivos de estágio, estava estipulado que o núcleo de estágio teria de desenvolver uma atividade. Numa reunião com o professor cooperante, decidimos em conjunto organizar o torneio escolar de gira-volei para o 2º ciclo. Cada equipa tinha de ser constituída por alunos da mesma turma e do mesmo género. Cada turma podia inscrever duas equipas, uma masculina e outra feminina, e o jogo era realizado 2x2, sendo obrigatória a inscrição de no mínimo dois alunos por equipa e um máximo de quatro, sendo igualmente obrigatório que todos jogassem a cada jogo. Cada vitória valia dois pontos, enquanto a derrota ou falta de comparecimento valia zero pontos. Em caso de empate, realizava-se o “ponto de ouro”, ou seja, ganhava a primeira equipa a marcar ponto.

Após a regulamentação do torneio estar definida, seguimos com a organização de toda a documentação necessária, desde as fichas de inscrição, de acordo com os parâmetros mencionados anteriormente, seguindo com a organização e preenchimento dos quadros competitivos, consoante a turma e sexo dos alunos. Definimos os papéis e tarefas de cada professor presente no decurso da atividade, marcando horários de chegada de modo a preparar tudo atempadamente no início do evento, como a colocação das redes, deslocação de mesas, cadeiras e bancos. Após isto, foi altura de organizarmos o cartaz para publicitar o torneio pela escola, bem como criar os diplomas de participação para todos os alunos.

No dia anterior à atividade, preparamos os campos para o torneio, marcando o piso do pavilhão com fita preta de modo a delimitar os limites dos campos e identificando os mesmos (1,2,3 e 4), deixando tudo pronto para o dia seguinte. Quando o dia surgiu, tudo pareceu fluir de maneira natural. Como combinado, todos os professores estavam presentes à hora marcada e, a partir daí, com a divisão de tarefas previamente combinadas, ficamos todos prontos para início ao torneio. A atividade decorreu ao longo de toda a manhã e dentro dos tempos previstos.

Em relação à adesão ao torneio, foi um sucesso, tivemos muitos alunos a participar assim como muitos a assistir, criando uma atmosfera muito positiva. Não obstante, existem sempre aspetos a melhorar, e nesse sentido, creio que num próximo evento e caso haja essa possibilidade o torneio deverá abranger mais alunos dando oportunidade para participarem, e, porventura, utilizar outro espaço se assim for necessário, como por exemplo, o outro pavilhão da escola.

Quanto a mim, estive a auxiliar num campo durante todo o torneio, ajudando os árbitros e os alunos a preencher os boletins de jogo, sendo também responsável por fazer a troca de equipas. No final de cada jogo, entregava os boletins à mesa responsável pela organização da classificação geral das equipas no torneio. Contribuí de forma positiva para todo o torneio, aprendi a realizar uma atividade e a compreender todo o trabalho que dela advém.

No final do torneio, procedeu-se à entrega dos diplomas a todos os alunos, contando com a presença do diretor da escola, que nos felicitou pelo trabalho desenvolvido. Terminada a atividade, arrumamos o material e realizamos um breve convívio entre todos os professores de EF, como já era natural após qualquer atividade. Foi importante para mim estar envolvido nesta experiência, uma vez que tive a oportunidade de estar com alunos de 5º e 6º ano, alunos esses bem diferentes da minha turma do 9ºano. Estes alunos pareciam ter uma fonte inesgotável de energia, surpreendendo-me ao estabelecer, com alguns deles, uma ligação emocional mais rápida e sólida do que eu poderia ter antecipado.

7. Influência da opinião dos pais sobre a disciplina de educação física: implicações no gosto e empenho acadêmico dos filhos

7.1 Resumo

O presente estudo teve como objetivo determinar a influência da opinião dos pais sobre a disciplina de EF no gosto e no empenho dos filhos. O estudo foi realizado com uma turma de 9º ano constituída por 20 alunos, 13 do sexo masculino e 7 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos ($14,05 \pm 0,05$ anos) e com os respetivos pais. A meio do terceiro período, os pais responderam a uma entrevista semiestruturada constituída por sete perguntas, através da qual se procurou compreender a perspetiva dos pais em relação à importância da EF na formação dos seus filhos e também o impacto das suas opiniões no envolvimento e empenho dos mesmos. No término do terceiro período, os alunos responderam a um questionário constituído por nove perguntas para determinar a sua perceção em relação à EF, com foco na sua preferência e na compreensão da importância da mesma no contexto da sua formação. Através deste instrumento, procurou-se entender os sentimentos e atitudes dos alunos em relação às aulas de EF, visando compreender melhor a sua motivação e interesse pela disciplina, assim como avaliar a influência da opinião dos seus pais no seu empenho e dedicação. Com base nos resultados das entrevistas realizadas aos pais e dos questionários aplicados aos alunos, foi possível compreender a influência da opinião dos pais no empenho dos alunos na disciplina de EF. Foi notória a opinião positiva dos pais no gosto e empenho dos alunos na disciplina de EF e as respostas dos alunos mostraram que a influência que os pais têm no gosto e empenho deles na disciplina de EF realmente existe.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física; Filhos; Pais; Alunos; Gosto; Empenho.

7.2 Abstract

The present study aimed to determine the influence of parents' opinions on the Physical Education (PE) discipline on students' preferences and commitment. The study was conducted with a 9th-grade class consisting of 20 students, 13 male and 7 female, aged between 13 and 16 years (14.05 ± 0.05 years), and their respective parents. Midway through the third term, the parents responded to a semi-structured interview consisting of seven questions, aiming to understand the parents' perspective regarding the importance of PE in their children's education and the impact of their opinions on the students' involvement and commitment to this discipline. At the end of the third term, the students answered a questionnaire consisting of nine questions to determine their perception of PE, focusing on their preference and understanding of its importance in the context of their education. Through this instrument, the aim was to understand the students' feelings and attitudes towards PE classes, in order to better understand their motivation and interest in the subject and to evaluate the influence of their parents' opinions on their commitment and dedication. Based on the results of the interviews with the parents and the questionnaires administered to the students, it was possible to understand the influence of parents' opinions on students' commitment to the PE discipline. The positive opinion of parents on students' preference and commitment to the PE discipline was evident, and the students' responses showed that the influence that parents have on their preference and commitment to Physical Education really exists.

Keywords: Physical Education; Children; Parents; Students; Preference; Commitment.

7.3 Introdução

A literatura parece não questionar a afirmação de que a envolvimento parental na escola acarreta benefícios para o aluno. Segundo Sousa e Sarmiento (2010), a colaboração e o envolvimento entre as instituições escola e família desenvolve no aluno motivação perante a Escola, posicionando-o de forma positiva em relação ao estabelecimento educativo e fomentando o gosto pela aprendizagem. No contexto da EF, de acordo com Sheehy (2011), os pais têm poder para influenciar comportamentos e atitudes, quer dos filhos, quer de outros pais e de órgãos de gestão e agentes políticos. Essa influência pode ser positiva ou negativa.

No início deste percurso de pesquisa, o professor antecipou que a opinião positiva e o envolvimento ativo dos pais na EF estariam positivamente relacionados com o nível elevado de interesse e com o elevado empenho da sua turma nesta disciplina. Por conseguinte, os pais podem estar numa posição privilegiada para contribuir para a construção de atitudes favoráveis ou desfavoráveis em relação à EF.

Lee (1997) refere que as influências familiares exercem um papel importante na formação de atitudes para com a EF, os pais podem aumentar ou diminuir as crenças dos seus filhos, educando-os e sensibilizando-os para níveis mais elevados ou mais reduzidos de implicação na EF escolar, pela forma como valorizam esta área disciplinar e encorajam a uma participação mais ativa. Para Fox e Erdmann (1998), os alunos cujos pais entendem que a EF escolar é uma importante componente da educação dos seus filhos manifestam sentimentos favoráveis relativos à disciplina.

No estudo realizado por Tannehill et al. (1994), que visava compreender a perceção dos pais sobre o papel da EF na formação dos seus filhos, foi observado que, embora reconheçam a relevância dessa disciplina para a educação dos jovens, apenas 48% dos pais defendia que a mesma deveria ser obrigatória para a obtenção da formação de nível secundário. Em comparação com outras disciplinas escolares, a EF não recebeu uma classificação tão elevada, mesmo com 51% dos pais a considerarem a disciplina importante para uma educação global.

Num estudo realizado por Beggiato (2009), os pais destacaram que a EF promove a preparação física, o trabalho em equipa e a socialização, mencionando a sua importância no desenvolvimento da dimensão humana (atitudes e valores).

Entendendo a influência dos pais apoiado na literatura, o docente pretendeu saber se a opinião positiva que inicialmente tinha da sua turma correspondia à influência dos pais, pelo que o objetivo do estudo foi determinar a influência da opinião dos pais sobre a disciplina de Educação Física (EF) no gosto e no empenho dos filhos.

7.4 Metodologia

7.4.1 Amostra

O estudo foi realizado com uma turma de 9^o ano constituída por 20 alunos, 13 do sexo masculino e 7 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos ($14,05 \pm 0,05$ anos), e com os respetivos pais.

7.4.2 Instrumentos e Procedimentos

Durante o 3^o período, os pais responderam, via zoom, a uma entrevista semiestruturada. Constituída por sete perguntas (Tabela I). Todas as entrevistas foram gravadas e, posteriormente, transcritas para análise de conteúdo, com o objetivo de organizar as respostas por categorias.

Tabela 1- Guião da entrevista semiestruturada realizada aos pais.

Questão	Assunto
1	Importância da Educação Física na formação integral do Filho
2	A forma como os Pais incentivam os seus filhos para a disciplina de Educação Física
3	Principais dificuldades que os filhos enfrentam nas aulas de Educação Física
4	Entendimento da perceção dos pais sobre o contributo da Educação Física para o bem-estar físico e mental dos filhos
5	Perceção dos pais sobre a influência do Professor de Educação Física no rendimento dos filhos na disciplina de EF
6	Perceção dos pais sobre a influência da Educação Física no empenho académico geral dos filhos
7	Opinião dos pais sobre o principal objetivo da Educação Física na formação dos seus filhos

No término do terceiro período, os alunos responderam a um questionário composto por nove perguntas, sendo as oito primeiras relacionadas com a experiência dos alunos na disciplina e respondidas com base numa escala de Likert de cinco pontos (5 - “Concordo totalmente” e 1 - “discordo totalmente”). A nona pergunta relacionou-se com as motivações dos alunos durante as aulas, sendo respondida através da classificação por ordem decrescente de importância de várias opções relacionadas com a questão. Os resultados das respostas foram analisados para cálculo de frequências absolutas e respetivas percentagens.

Tabela 2- Questionário aplicado aos alunos sobre a sua experiência na disciplina de Educação Física

Questão	Assunto
1	Avaliar o grau de diversão dos alunos durante as aulas de Educação Física
2	Investigar se os alunos consideravam a Educação Física uma disciplina importante para a sua formação geral
3	Averiguar se os alunos tinham um gosto positivo pela disciplina de Educação Física
4	Papel do professor de Educação Física
5	Saber se os pais costumavam questionar os filhos sobre o empenho nas aulas de Educação Física
6	Perceber se os pais exerciam influência no gosto e empenho dos alunos em Educação Física.
7	Abordar a percepção dos pais sobre a importância da Educação Física em comparação com outras disciplinas
8	Questionar se os alunos atribuíam à Educação Física a mesma importância que às outras disciplinas
9	Compreender as motivações dos alunos durante as aulas

7.5 Resultados

As entrevistas realizadas aos pais foram realizadas questão a questão e os resultados encontram-se descritos abaixo.

A análise da **Questão 1** da entrevista aos pais, que abordou a importância da EF na formação integral dos filhos, permitiu categorizar a resposta dos pais da turma em cinco categorias:

1. **Importância atribuída à Educação Física:** os pais em geral, consideram a EF uma disciplina importante, expressando esse reconhecimento com adjetivos de diferentes graus, como “importante”, “bastante importante”, “muito importante” e “fundamental”.
2. **Benefícios para o Bem estar e Equilíbrio:** destaca-se a compreensão dos pais de que a EF contribui para o bem-estar no equilíbrio dos alunos. Há a percepção de que a prática regular de atividade física influencia positivamente a saúde física, e por inerência, a mental, dos alunos.
3. **Libertação do stress académico:** os pais destacam que a EF serve como uma espécie de escape para as outras disciplinas escolares, mais teóricas, aliviando o stress associado ao estudo e às horas em que ficam sentados.
4. **Estímulo à Atividade Física Regular:** é reconhecido pelos pais o papel da EF em estimular o gosto pela atividade física desde cedo. Os pais consideram importante que os filhos não fiquem inativos e que se habituem, desde tenra idade, a praticar desportos extraescolares.
5. **Conhecimento sobre Desporto e Modalidades:** a EF é percebida pelos pais como uma oportunidade para os alunos adquirirem conhecimento sobre diferentes desportos e modalidades, possibilitando escolhas informadas para a prática desportiva ao longo da vida.

A **Questão 2**, visou perceber a forma como os Pais incentivam os seus filhos para a disciplina de EF, tendo sido possível agrupar as respostas em cinco categorias:

1. **Importância da Educação Física:** os pais, em geral, enfatizam a importância da EF, sendo esta muito importante na formação dos seus filhos.
2. **Motivação Inerente:** alguns dos pais consideram que os alunos não necessitam de ser motivados. A ideia dos pais é que os alunos devem compreender a importância da disciplina por si próprios.
3. **Exemplo:** os pais sugerem que devem ser eles próprios os primeiros a dar exemplo, mostrando que a EF possui a mesma relevância que as demais disciplinas.
4. **Modalidades:** os pais encorajam os seus filhos a experimentar várias modalidades desportivas dentro da própria disciplina como forma de incentivar o seu envolvimento na disciplina.
5. **Importância para a saúde:** foi salientada pelos pais a necessidade de demonstrar a importância da EF e do exercício Físico para a saúde, promovendo a consciência dos benefícios para o seu bem-estar global.
6. **Atividade Física Extraescolar:** os pais sugerem aos seus filhos praticar atividades físicas fora da escola e pensam que o professor de EF deve desafiá-los, promovendo a continuidade do envolvimento em exercícios físicos.

Na Análise da **Questão 3**, que abordou as principais dificuldades que os alunos enfrentam nas aulas de EF, os pais da turma destacaram várias preocupações e fizeram observações, que foram organizadas em diferentes categorias:

1. **Modalidades desportivas:** alguns pais identificaram a falta de exploração no ensino de diferentes modalidades desportivas como uma dificuldade, indicando a importância de ampliar a variedade de modalidades;
2. **Falta de interesse ou motivação:** os pais sugerem que os alunos podem sentir dificuldades na disciplina porque não gostam ou não

conhecem algumas modalidades, deixando de se sentir motivados ou interessados nas atividades e modalidades propostas durante as aulas de EF, o que dificulta o seu envolvimento. Há dificuldades por parte dos alunos em gostar de todas as modalidades.

3. **Dificuldades de compreensão da matéria teórica:** alguns pais observaram dificuldades por parte dos filhos em compreender a parte teórica, nomeadamente as regras das modalidades desportivas.
4. **Tempo efetivo de Educação Física na Escola:** os pais indicam a importância de aumentar o tempo efetivo de EF na escola, acreditam que isso pode influenciar positivamente o interesse dos filhos e o seu desenvolvimento enquanto alunos.

De uma forma global, apenas três pais afirmaram que os filhos não apresentam grandes dificuldades na disciplina de EF, gostam mais desta disciplina por ser essencialmente prática distinguindo-se assim das demais.

A **Questão 4** centrou-se no entendimento da perceção dos pais sobre o contributo da EF para o bem-estar físico e mental dos filhos, os pais destacaram a sua importância da seguinte forma:

1. **Importância Fundamental para o bem-estar:** os pais quando questionados sobre se a EF é fundamental para bem-estar físico e mental dos alunos, expressam concordância com adjetivos e expressões como “Fundamental”, “Claro que sim”, “Concordo”, “Muito Importante”, “Sim”, “Sem dúvida”, e “Sim, bastante”.
2. **Contribuições específicas para o bem-estar:** os pais enfatizaram a importância da EF para o bem-estar, esta ajuda na concentração, é uma fuga à sala de aula, enfatizaram também a necessidade de os filhos terem mais EF ajudando assim a combater o sedentarismo identificado pelos pais como um problema muito atual, e, por último, a aula de EF torna-se um alívio à Pressão Escolar segundo os pais.

Com a **Questão 5**, pretendeu-se explorar a percepção dos pais sobre a influência do Professor de EF no rendimento dos filhos na disciplina de EF. As percepções foram reunidas em duas grandes categorias.

1. **Importância do Professor:** os pais, em geral, consideram o papel do Professor de EF como importante para o rendimento dos filhos na disciplina, atribuindo-lhe influência significativa, expressando concordância com adjetivos ou expressões como “importante”, “tem influência”, e “é bastante influente”.
2. **Papel do Professor:**
 - Modelo: professor atua como um modelo, sendo a pessoa mais importante nesse papel, professor como exemplo para os alunos.
 - Motivação e Incentivo: destacou-se a importância de o professor motivar os alunos e incentivá-los a dar o seu melhor na disciplina de EF e, também, nos contextos desportivos em que os filhos se encontrem inseridos.
 - Presença e interação: ser um Professor presente e motivador, valorizando a interação com os alunos, para além do contexto de aula, é visto, como crucial.
 - Incentivo à Atividade Física: incentivar os alunos a praticar atividades físicas é considerado fundamental, não só para a condição física, mas também para o bem-estar diário.

A **Questão 6**, que abordou a percepção dos pais sobre a influência da EF no empenho académico geral dos filhos. As opiniões foram as seguintes:

1. **Influência da Educação Física no rendimento escolar:** a maioria dos pais $n=15$, acreditam que a EF pode ter um impacto positivo no rendimento escolar, expressando concordância com expressões como “Acho que sim” e “Sim, sem dúvida”. Os restantes pais $n=5$, expressam uma visão neutra, afirmando que a EF nem ajuda, nem prejudica, defendendo e sugerindo que a disciplina de EF poderia ter uma carga horária maior, para poder ter algum impacto significativo no empenho académico geral dos filhos.
2. Adicionalmente, os pais elencaram alguns benefícios além da disciplina, nomeadamente o Fomento de Relações Sociais através da

EF, a Complementaridade entre a parte física e mental e a melhoria da Concentração.

Da análise da Questão 7, que explorou a opinião dos pais sobre o principal objetivo da EF na formação dos seus filhos, emergiram 6 categorias:

1. **Fomentar a Socialização e Relacionamento:** destacou-se a percepção dos pais de que a EF proporciona um momento de convívio e interação, promovendo a socialização entre os alunos;
2. **Promover o Gosto pelo Desporto, pelo exercício, evitando o sedentarismo:** foi destacada a importância de fomentar o gosto pelo desporto, pelo exercício, incentivando os alunos a evitarem o sedentarismo, promovendo a saúde.
3. **Conhecer diferentes modalidades desportivas e respetivas regras:** reconhecimento da EF como meio de introduzir os filhos a diversas modalidades desportivas seguindo regras, contribuindo para o desenvolvimento do trabalho em grupo.
4. **Ensinar a importância do esforço e do Trabalho Árduo:** os pais enfatizam que a disciplina de EF ensina aos alunos que o sucesso requer esforço e dedicação, transmitindo uma valiosa lição sobre a importância do trabalho árduo na vida;
5. **Contribuir para alunos mais saudáveis e melhor qualidade de vida:** destacou-se a percepção de que a EF contribui para a promoção de uma vida mais saudável, aumentando a qualidade de vida dos alunos.
6. **Ponto adicional:** desenvolver Disciplina Pessoal.

A análise aos resultados dos questionários aplicados aos alunos, que a seguir se apresenta, foi realizada pergunta a pergunta. Esta análise permitiu uma compreensão mais precisa das nuances presentes nas respostas dos alunos, contribuindo para uma visão mais esclarecedora.

1. Costumo divertir-me nas aulas de Educação Física?

Os alunos, na sua generalidade, divertem-se nas aulas de EF (Fig.1).

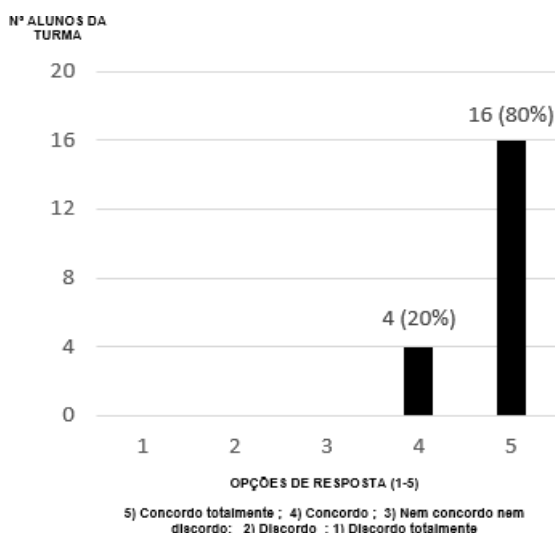


Figura 1- Questão nº1 do questionário aplicado aos alunos "Costumo divertir-me nas aulas de Educação Física?"

2. Considero a Educação Física uma disciplina importante para a minha formação global?

Os resultados obtidos revelam uma tendência positiva na consideração da EF como uma disciplina importante para a formação integral dos alunos apresentadas na Fig. 2.

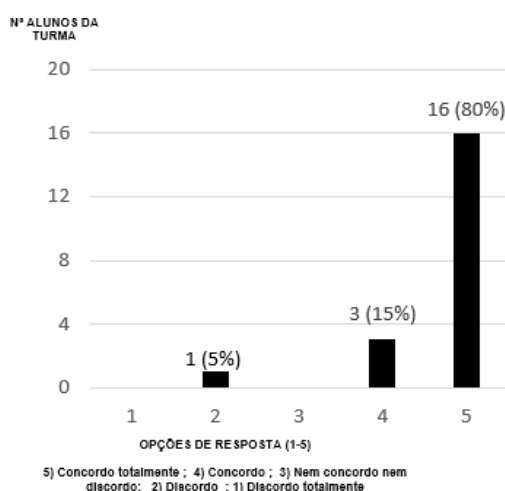


Figura 2- Questão nº2 do questionário aplicado aos alunos "Considero a Educação Física uma disciplina importante para a minha formação global?"

3. Gosto da disciplina de Educação Física?

Os resultados obtidos evidenciam uma inclinação positiva em relação ao gosto pela EF apresentadas na Fig. 3.

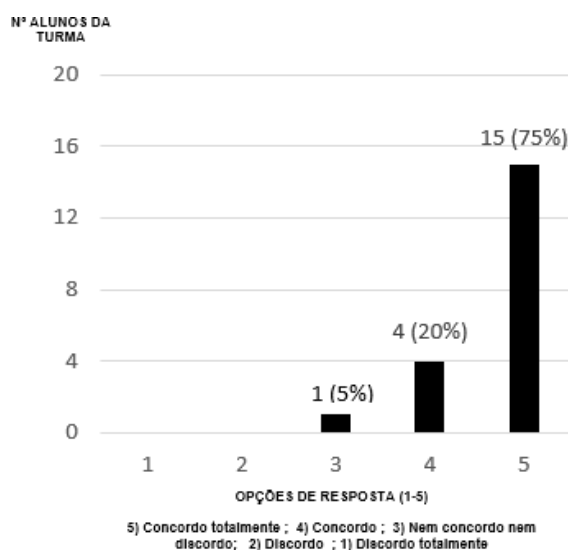


Figura 3- Questão nº3 do questionário aplicado aos alunos "Gosta da disciplina de Educação Física?"

4. Entendo que o professor de Educação Física é importante para o meu empenho e motivação na aula?

Os resultados obtidos nesta questão revelam uma percepção geral positiva sobre a influência do professor na motivação e empenho dos alunos durante as aulas de EF apresentadas na Fig.4.

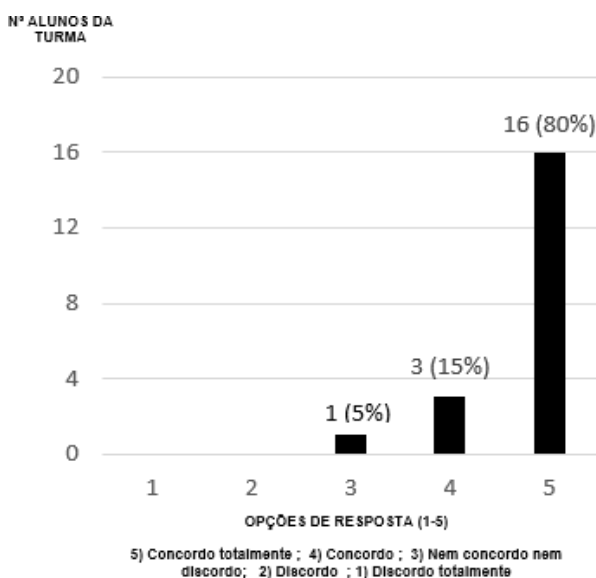


Figura 4- Questão nº4 do questionário aplicado aos alunos- "Entendo que o professor de Educação Física é importante para o meu empenho e motivação na aula?"

5. Os meus pais costumam perguntar como estão a correr as aulas de Educação Física?

Os resultados desta questão evidenciam a variedade de respostas dos alunos, destacando diferentes níveis de envolvimento parental na monitorização das suas atividades em EF (Fig. 5).

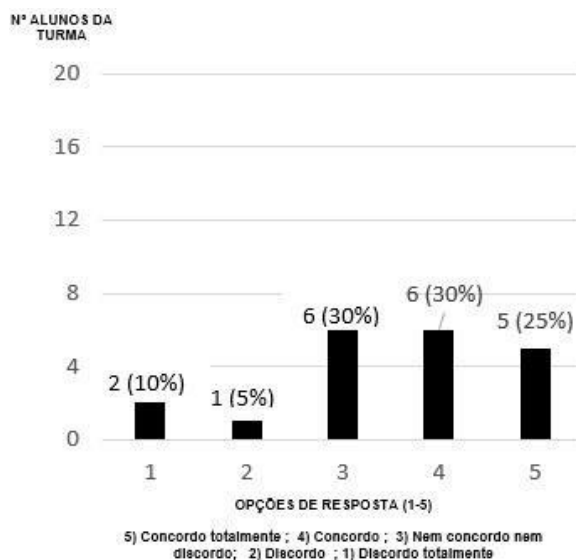


Figura 5- Questão nº 5 do questionário aplicado aos alunos-" Os meus pais costumam perguntar como estão a correr as aulas de Educação Física?"

6. Os meus pais influenciam o meu interesse e empenho na disciplina de Educação Física?

Os resultados revelam uma diversidade de perspetivas, destacando diferentes graus de influência percebida apresentadas na Fig. 6.

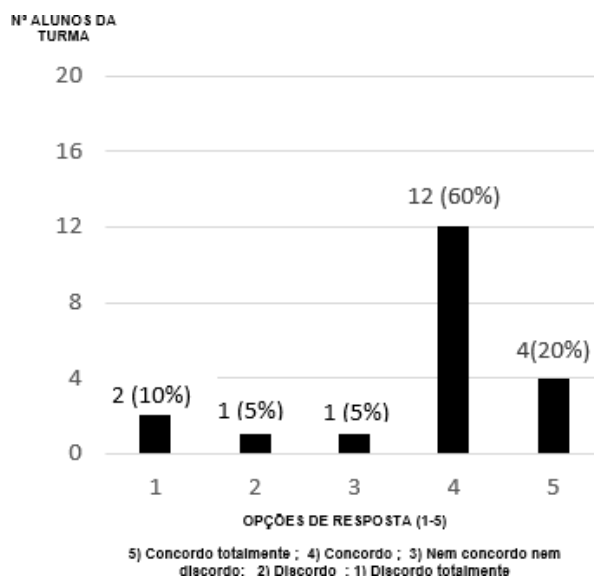


Figura 6- Questão nº 6 do questionário aplicado aos alunos-" Os meus pais influenciam o meu interesse e empenho na disciplina de Educação Física?"

7. Para os meus pais, a Educação Física é tão importante como as outras disciplinas?

Os resultados revelam uma distribuição variada de respostas, evidenciando diferentes perspectivas dos alunos apresentadas na Fig.7.

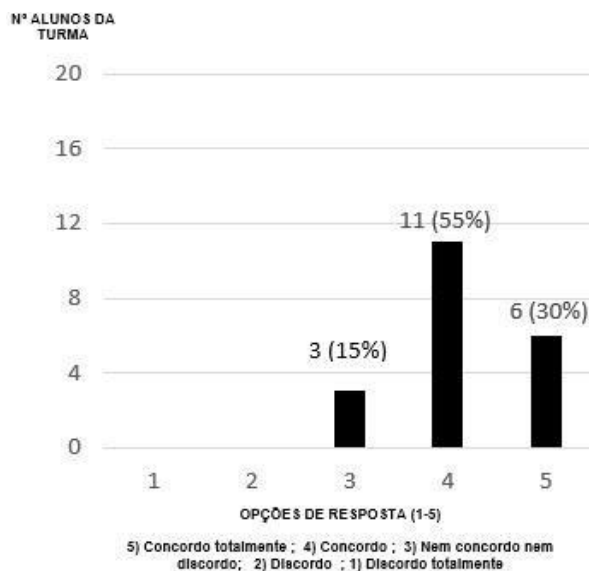


Figura 7- Questão nº7 do questionário aplicado aos alunos- "Para os meus pais, a Educação Física é tão importante como as outras disciplinas?"

8. Para ti, a Educação Física é tão importante quanto as outras disciplinas?

Os resultados revelaram uma tendência predominante de percepções positivas por parte dos alunos apresentadas na Fig. 8.

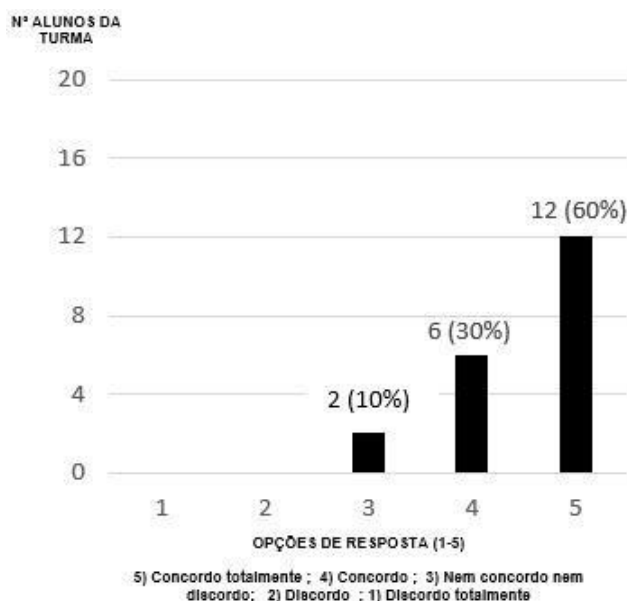


Figura 8- Questão nº8 do questionário aplicado aos alunos- "Para ti, a Educação Física é tão importante quanto as outras disciplinas?"

9. Quais são as tuas motivações quando entras numa aula de Educação Física?

Os alunos têm preferência por duas dimensões específicas no âmbito das aulas de EF (Fig. 9): a prática desportiva e a interação social.

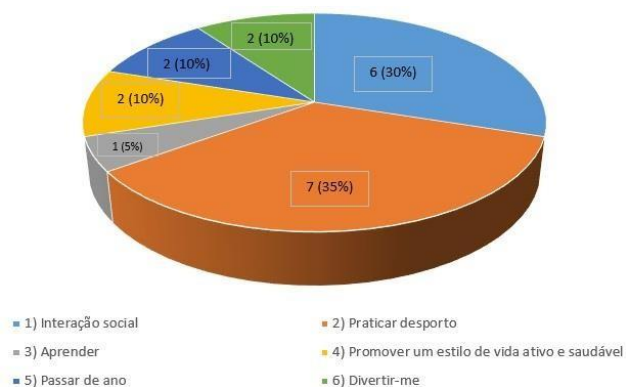


Figura 9- Questão nº9 do questionário aplicado aos alunos - “Quais são as tuas motivações quando entras numa aula de Educação Física?”

7.6 Discussão

Os resultados evidenciaram que os pais atribuem importância à disciplina de EF, reconhecendo a importância da atividade física para a saúde, principalmente mental. Percebem que ao conhecerem várias modalidades, podem fazer escolhas para a prática diária e ao longo da vida. Apontam-na como compensadora da inatividade das restantes disciplinas escolares, servindo como escape antistress. Nada referem, no entanto, quanto ao valor intrínseco da matéria da EF.

Segundo Richard Bailey (2013), a atividade física desempenha um papel significativo na melhoria do bem-estar humano, englobando benefícios para a saúde física, o desenvolvimento cognitivo, as competências sociais e emocionais, e até mesmo o desempenho acadêmico. O autor argumenta que esses benefícios são intrínsecos à prática da EF. A EF oferece mais do que os pais inicialmente percebem. Além dos benefícios para a saúde física e mental, a EF contribui para o desenvolvimento cognitivo, social e emocional dos alunos. Portanto, reconhecer e valorizar esses benefícios intrínsecos é crucial, pois a EF não é apenas uma ferramenta para melhorar a saúde, mas uma disciplina essencial para o desenvolvimento integral dos estudantes.

Os pais, para incentivar o empenho dos seus filhos na disciplina de EF, apresentam algumas sugestões. Enaltecem a importância da disciplina, tentando dar o exemplo, destacam a sua relevância para a saúde, encorajam a participação em diferentes modalidades desportivas na disciplina e desafiam os seus filhos a praticar atividade física fora da escola, promovendo a prática de exercícios em geral. Adicionalmente, é importante lembrar que para alguns pais, a motivação é inerente, ou seja, entendem de que os seus filhos devem motivar-se por si próprios.

Os pais apontam várias dificuldades em relação às aulas de EF, de entre as quais se destacam a falta de exploração de diferentes modalidades, a carência de interesse e motivação por parte dos alunos, desafios na compreensão da matéria teórica e a ênfase na necessidade de aumentar o tempo efetivo dedicado à disciplina. No entanto, é importante notar que uma minoria de pais expressou uma opinião distinta, mencionando que alguns alunos

não apresentam grandes dificuldades na disciplina, destacando o gosto pela componente prática que a diferencia das demais disciplinas.

Para Martins (2015) atividades diversificadas, novas, mas sobretudo desafiantes constituem-se como fatores importantes para a promoção das aprendizagens e de experiências positivas de todos os alunos.

Também Daryl Siedentop abordou a importância de diversificar as atividades na EF para manter o interesse dos alunos. Ele propôs o Modelo de Educação Desportiva (MED) (Siedentop, 1988) que foi desenvolvido para oferecer experiências desportivas autênticas e educacionalmente enriquecedoras no ambiente escolar. Os pais apontam várias dificuldades em relação às aulas de EF, especialmente a falta de exploração de diferentes modalidades. Segundo alguns pais, os alunos não têm oportunidade suficiente para experimentar uma variedade de atividades, o que pode limitar o seu interesse e motivação na disciplina. O MED de Siedentop poderia abordar essas preocupações ao promover um ambiente onde os alunos participam ativamente em várias modalidades desportivas, proporcionando uma EF mais dinâmica e inclusiva. Desta forma, o MED não só poderia aumentar a diversidade de experiências desportivas dos alunos, mas também melhorar o seu envolvimento e aproveitamento nas aulas de EF, respondendo às expectativas dos pais por uma EF mais inclusiva e dinâmica.

Os pais expressaram que a EF desempenha um papel fundamental no bem-estar físico e mental dos filhos. Além de contribuir para a concentração, é vista como uma pausa valiosa na rotina escolar, uma forma de combater o sedentarismo e um meio eficaz de aliviar a pressão e o stress associado à vida escolar. A percepção global é a de que a EF desempenha um papel integral no equilíbrio entre corpo e a mente dos alunos.

Mota (2002) refere que a EF pode oferecer um contributo importante no que concerne à aquisição de estilos de vida saudáveis, em que a atividade física e as práticas desportivas sejam incorporadas naquele estilo de vida e se valorize a sua relação com a saúde. Nahas (1997) complementa esta visão ao referir que as aulas de EF tem como função mostrar aos indivíduos uma educação para um estilo de vida ativo. Ainda, e segundo Marmeleiro e Gomes (2007), as práticas de atividades físicas quando realizadas como fator fundamental da EF, contribuem para a consolidação da sensação de bem-estar psíquico e físico, ao

mesmo tempo reforçam o sentimento de auto confiança. Portanto, a prática regular da EF na escola não apenas desenvolve habilidades físicas através do desporto, recreação, dança, ginástica e outras atividades, mas também desempenha um papel crucial na formação integral dos indivíduos e na prevenção de problemas de saúde mental. Este entendimento sublinha a importância de valorizar e promover a EF como parte essencial do currículo escolar.

Os pais enfatizaram a importância do Professor de EF na influência positiva sobre o rendimento dos filhos na aula de EF. Reconhecem o professor como um modelo e motivador. A presença e interação positiva do professor são elementos considerados fundamentais pelos pais para o sucesso dos alunos, tanto na disciplina quanto na sua vida diária.

Batista (2008), salienta o papel do professor cada vez mais fragilizado enquanto profissional, no entanto, o professor continua a exercer um papel de relevo no que concerne ao ato educativo, daí a necessidade de o mesmo ser reconhecido como autoridade profissional no contexto em causa. No que se refere ao professor de EF, este deve despertar nos alunos a vontade e o prazer pela prática de exercícios físicos, precisa de ser o promotor incentivando hábitos de vida saudáveis, e conforme defende Mota (2002), cabe ao professor de EF ajudar as crianças a escolherem atividades sãs, ensinando-as a usar e disfrutar de uma forma saudável os seus corpos e não a desrespeitá-los, tendo em vista a aquisição de competência para a prática de estilos de vida saudáveis. Compete à escola, à disciplina de EF e aos professores de EF estimular a prática de atividades físicas continuadas ao longo da vida dos alunos, considerando o que isso pode representar para o bem-estar generalizado e para a saúde dos mesmos.

Os pais, na sua larga maioria, reconhecem o potencial impacto positivo da EF no empenho académico dos filhos. Destacam a importância do bem-estar físico e mental, associando a prática regular de atividades físicas a uma maior concentração nas outras disciplinas. Apesar de algumas opiniões neutras, 5 ao certo, sobre a influência da EF no empenho académico geral dos filhos e sugestões de aumento de carga horária, na generalidade concordam que os benefícios da EF vão além da disciplina, influenciando positivamente as relações sociais e contribuindo para o desenvolvimento físico e mental dos alunos.

A EF tem sido, por vezes, colocada ao serviço de outras disciplinas, uma prática que pode ser interpretada como uma subserviência, onde a EF é utilizada para melhorar o desempenho académico noutras áreas, em vez de ser valorizada pela sua própria importância. Esta visão pode resultar na subvalorização da EF e na negligência do seu papel fundamental no desenvolvimento integral dos alunos. Apesar das opiniões maioritariamente positivas dos pais relativamente à influência da disciplina de EF e os seus benefícios inerentes, a literatura não clarifica totalmente a existência de uma relação estabelecida entre o desempenho académico dos alunos na disciplina de EF e as diferentes áreas disciplinares do currículo. No entanto, sabemos que o desempenho académico na disciplina de EF parece estar associado a superiores níveis de atividades e de aptidão física dos alunos (Bailey, 2006; Bailey et al., 2009; Cox, Schofield & Kolt, 2010). Embora as evidências atuais sejam inconclusivas relativamente aos efeitos benéficos das intervenções de atividade física no desempenho académico global das crianças, existe um suporte empírico consistente, especialmente na disciplina de matemática (Singh et al., 2018). Também o estudo recente de Riley et al. (2017) destaca os efeitos positivos de uma intervenção escolar para a promoção da atividade física contextualizada ao ensino da matemática, gerando mais comprometimento e entusiasmo nos alunos, sem comprometer a qualidade e a eficácia do processo de ensino-aprendizagem. Além disto, o estudo de Castelli (2007), realizado em crianças mais novas (entre o 3º e o 5º ano de escolaridade), reporta uma relação significativa e positiva entre a aptidão aeróbia e o índice de massa corporal com o sucesso escolar na matemática e na leitura. Assim, embora a utilização da EF para melhorar o desempenho académico noutras áreas possa trazer benefícios, é crucial reconhecer e preservar o valor intrínseco da EF no currículo escolar.

A opinião dos pais sobre o principal objetivo da EF na formação dos seus filhos é de que esta tem múltiplos propósitos. Destacam a importância da disciplina para fomentar a socialização e o relacionamento entre os alunos, promover o gosto pelo desporto e pelo exercício como forma de combater o sedentarismo e promover a saúde. Além disso, reconhecem a EF como uma oportunidade para os filhos conhecerem diferentes modalidades desportivas e as suas regras, favorecendo o trabalho em grupo. A ênfase na importância do esforço e do trabalho árduo como lições transmitidas pela disciplina também foi

evidente nas respostas dos pais. Destacam, ainda, a contribuição da EF para alunos mais saudáveis e uma melhor qualidade de vida. O desenvolvimento da disciplina pessoal é um ponto adicional destacado pelos pais.

Os propósitos da EF são vastos e multifacetados, abrangendo desde a promoção da saúde e o desenvolvimento de competências motoras até a formação de valores e a contribuição para o desempenho acadêmico. Para Rolim, Batista e Queirós (2015), a EF desempenha três funções essenciais no desenvolvimento do indivíduo: em primeiro, destaca-se a promoção da condição física, essencial para a saúde e o bem-estar; em segundo lugar, a EF contribui para o desenvolvimento da motricidade, facilitando uma compreensão e utilização consciente do corpo; em último lugar, assume um papel importante na educação pessoal, cultural e social, influenciando a formação integral dos alunos. Já Alexander e Luckman (2011), definiram os objetivos da EF em cinco categorias: desenvolvimento de habilidades motoras, consciência tática e competência para jogar, aptidão física, desenvolvimento pessoal e social, e, atitudes dos alunos e valores. Portanto, a EF vai muito além da mera prática de atividades físicas. Ela promove estilos de vida saudáveis, desenvolve competências motoras, forma valores e atitudes e apoia o desempenho acadêmico dos alunos.

A comparação das opiniões de pais e filhos quanto à EF permitiu perceber que, em primeiro lugar, tanto os pais como os filhos concordam com a importância da EF para a formação global. Os pais veem a disciplina como essencial para o bem-estar físico e mental dos seus filhos, destacando a sua contribuição no combate ao sedentarismo e na promoção de um estilo de vida saudável. Esta visão é refletida pelos alunos, que também percebem a EF como uma disciplina importante para a sua formação integral. Por exemplo, na pergunta “Considero a EF uma disciplina importante para a minha formação global?”, os alunos expressaram uma opinião majoritariamente positiva, alinhando-se com a perspectiva dos pais.

Em segundo lugar, a influência positiva da EF na vida dos alunos é destacada em ambos os grupos. Os pais reconhecem que a disciplina alivia o stress académico, proporciona uma pausa valiosa na rotina escolar e contribui para o equilíbrio entre corpo e mente. Os alunos, por sua vez, concordam com essa avaliação, relatando que a EF é uma fonte de diversão e uma oportunidade

para descontrair, conforme evidenciado pelas respostas positivas às perguntas como “Costumo divertir-me nas aulas de EF?” e “Gosto da disciplina de EF”.

Em terceiro lugar, na análise das estratégias dos pais para incentivar o empenho dos alunos na disciplina, destacaram-se abordagens como dar o exemplo, ressaltar o impacto para a saúde, encorajar a participação em diferentes modalidades desportivas e desafiar os alunos a praticar atividades físicas fora da escola. Estas estratégias refletem a consciência dos pais sobre a importância do seu papel no estímulo e envolvimento positivo dos seus filhos na disciplina. Os alunos percebem este apoio e incentivo dos seus pais, o que se traduz em maior motivação e empenho durante as aulas de EF.

Esta perceção positiva dos pais contribui para o interesse e entusiasmo dos filhos em relação à disciplina, sugerindo assim uma correlação entre a opinião dos pais e o envolvimento dos alunos na EF.

7.7 Conclusão

Houve uma relação positiva entre a opinião dos pais e dos alunos, havendo indicativos de que as opiniões dos pais têm uma influência positiva no gosto e empenho dos seus filhos na disciplina de EF. O reconhecimento da importância da disciplina pelos pais, as suas estratégias para incentivar a participação ativa e a percepção dos alunos sobre a valorização dos pais sugerem uma concordância entre os pais e os alunos na valorização da EF, resultando em maior motivação e empenho dos alunos na disciplina. O professor pode concluir que o bom nível da sua turma tem a influência dos pais dos alunos.

8. Conclusões

Olhando para todo o meu percurso, devo dizer que entre alguns sobressaltos e desvios na trajetória que não tinha previsto inicialmente concluí o meu grande objetivo, tornar-me professor de EF. Sinto que todos os momentos pelos quais passei na faculdade e especialmente no estágio contribuíram para a minha formação. Nesta experiência, fui capaz de aprender, ensinar, cometer erros e tentar corrigi-los. A partilha de informação e de conhecimentos com todas as pessoas que passaram no meu percurso moldaram aquilo que eu hoje sou. Na prática isto contribui para a minha evolução enquanto professor, dentro e fora do espaço da aula, desde valorizar a importância de um bom planeamento olhando aos objetivos e necessidades dos alunos, valorizar a gestão e organização das aulas, superando as adversidades, o foco na instrução e nos feedbacks, tornando-os claros e objetivos para os alunos. De referir o meu trabalho no estudo de investigação, este para mim deu-me imenso prazer de realizar porque neste estudo foi-me permitido estudar e perceber as opiniões de intervenientes imprescindíveis no contexto escolar, os alunos por razões óbvias e os pais por todo o papel modificador e de relevância que exercem sobre os seus filhos.

Encarando agora o futuro, vejo que este não será tão retilíneo e definidor como eu desejaria, a curto trecho não me vejo a lecionar numa escola, não que eu não quisesse, mas atualmente a perspetiva não é animadora, devido a todas as dificuldades inerentes à atividade profissional de ser professor no País, no entanto, a minha curta experiência leva-me a pensar que toda a minha envolvência com o desporto em geral e a relação que sempre consegui estabelecer com crianças e jovens adultos, vejo o meu futuro intrinsecamente ligado a eles, e é por esta via que pretendo seguir.

Referências bibliográficas

- Alexander, K., & Luckmann, J. (2001). Australian teacher's perceptions and uses of the sport education curriculum model. *European Physical Education Review*, 7(3), 243-267.
- Babkes, M., & Weiss, M. (1999). Parental influence on children's cognitive and affective responses to competitive soccer participation. *Pediatric Exercise Science*, 11, 44-62.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401
- Bayley, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Education, B. P. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27
- Batista, P., & Pereira, A. L. (2014). Uma reflexão acerca da formação superior de profissionais de educação física: Da competência à conquista de uma identidade profissional. In *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 75-101). Porto: Editora FADEUP.
- Batista, P., Queirós, P. (2015). (Re)colocar a aprendizagem no centro da Educação Física. In R. Rolim, P. Batista, & P. Queirós (Eds.), *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física* (pp. 29-43). Porto: Editora FADEUP.
- Beggiato, C. L. (2009). A importância da educação física na percepção de uma comunidade escolar [Dissertação de Mestrado, Universidade São Judas Tadeu].
- Bianchi, A.C.M., et al. (2005). *Orientações para o estágio em licenciatura*. São Paulo: Pioneira Thomson Learning.
- Bolchover, D., & Brady, C. (2008). *O gestor de 90 minutos. As lições de gestão dos melhores treinadores do mundo*. Lisboa: Lua de Papel.

- Bordenave, J. D., & Pereira, A.M. (2004). Estratégias de ensino-aprendizagem. Petrópolis, RJ: Editora Vozes.
- Brinckman, N., & Taylor, L. (1991). Aprendizagem ativa. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Bruner, J. S. (1960). The process of education. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Brustad, R. (1992). Integrating socialization influences into the study of children's motivation in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 14, 59-77.
- Brustad, R. (2003). Parental roles and involvement in youth sport: Psychosocial outcomes for children. In R. Malina & M. Clark (Eds.), *Youth sports: Perspectives for a new century* (pp. 127-137). Monterey: Coaches Choice.
- Cardoso, S., & Pires, M. N. M. (2013). O uso do portfólio como instrumento de avaliação em matemática. *Caderno PDE: Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do Professor PDE*, 1, 2-14. Recuperado de http://www.Diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_uel_mat_artigo_sovelth_cardoso.pdf.
- Castelli, D. M., Hillman, C. H., Buck, S.M., & Erwin, H.E. (2007). Physical fitness and academic achievement in third-and fifth-grade students. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(2), 239-252.
- Catarro, P. (2008). *Os senhores do futebol* (3ªed.). Lisboa: A Esfera dos Livros.
- Correia, L. M. (2005). A escola contemporânea, os recursos e a inclusão de alunos com necessidades educativas especiais. In *Atas do Encontro Internacional Educação*.
- Correia, L. M., et al. (2004). Construção do projeto pedagógico: Experiência da faculdade de Enfermagem da UERJ. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 57(6), 649-653.
- Fox, B., Erdmann, J. (1998). The relationship between college students health-

related fitness Knowledge and prior elementary and secondary physical education experiences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, A-91 e 92, March Supplement.

Freire, A. M. (2001). Concepções orientadoras do processo de aprendizagem do ensino nos estágios pedagógicos. In *Colóquio: Modelos e práticas de formação inicial de professores*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.

Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra.

Gallahue, D., & Donnelly, F. C. (2008). *Educação física desenvolvimentista para todas as crianças (4ª ed.)*. São Paulo: Phorte.

Gomes, A. R. (2010). Influência parental no desporto: A percepção de pais e jovens atletas portugueses. *Estudos de Psicologia*, 27(4), 491-503.

Graça, A. (2014). Sobre as questões do quê ensinar e aprender em Educação Física. In Mesquita, Bento (Ed.), *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 93-113). Porto: Editora FADEUP.

Griffey, D. C., & Housner, L. D. (1991). Differences between experienced and inexperienced teachers' planning decisions, interactions, student engagement, and instructional climate. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(2), 196-204.

Hattie, J. (2012). *Visible learning for teachers*. Abingdon, UK: Routledge.

Improvement through Research in the Inclusive School (IRIS). (2006). *Estratégias e práticas em salas de aula inclusivas*. Education and Culture Lifelong Learning Programme COMENIUS: IRIS 128735-CP-1-2006-1-BE-COMENIUS-C21.

Jorgensen, E. (2008). *The art of teaching music*. Bloomington: Indiana University Press.

Lee, A. (1997). Contributions of research on student thinking in physical

- education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16, 262-277.
- Magalhães, G. M. (2007). Modelo de colaboração: Jardim-de infância/família.
- Marmaleiro, J., & Gomes, G. (2007). A disciplina de educação física no ensino básico e secundário. *Revista Horizonte*, 21(126), 17.
- Martins, J. (2015). Educação física e estilos de vida: Porque são os adolescentes fisicamente (in)ativos? [Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa].
- Matos, M. (2010). Diferenciação curricular: Uma abordagem às práticas de intervenção educativa no 2º ciclo do ensino básico [Tese de doutoramento, Universidade Técnica de Lisboa].
- Metzler, M. (2000). *Instructional models for physical education*. Boston: Alyn and Bacon.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *La enseñanza de la educación física. La reforma*. Porto: Campo das Letras.
- Mota, J. (2002). *Atividade física e saúde: Fatores de influência da atividade física nas crianças e nos adolescentes*. Porto: Campo das letras.
- Nahas, M. V. (1997). Educação física no ensino médio: Educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio. In *Anais do IV Seminário de Educação Física Escolar*. Escola de Educação Física e Esporte.
- Nóvoa, A. (Coord.). (1997). *Os professores e a sua formação*. Lisboa: Dom Quixote.
- Riley, N., Lubans, D. R., Holmes, K., Hansen, V., Gore, J., & Morgan, P.J. (2017). Movement-based mathematics: Enjoyment and engagement without compromising learning through the EASY Minds program. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 13(6), 1653-1673.
- Rolim, R., Batista, P., & Queirós, P. (2015). *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física*. Porto: FADEUP.

- Schutz, R., Smoll, F., Carre, F., & Mosher, R. (1985). Inventories and norms for children's attitudes toward physical activity.
- Serpa, S., & Teques, P. (2013). Envolvimento parental no desporto: Bases conceptuais e metodológicas. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 533-539.
- Sheehym D.A. (2011). Addressing parents' perceptions in the marginalization of physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 82(7), 42-56.
- <https://doi.org/10.1080/07303084.2011.10598657>
- Siedentop, D. (1998). What is sport education and how does it work? *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 69, 18-20.
- Silva, L. (1999). Desporto escolar- Atividade não curricular mas de complemento curricular. *Revista Schola*, 7, 22-25.
- Silva, S. (2012). Redes de sociabilidade e entreajuda a nível local: Levantamento de necessidades e potencialidades [Dissertação de Mestrado, ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa].
- Singh, A. S., Saliassi, E., Van Den Berg, V., Uijtdewilligenm L., De Groot, R. H., Jolles, J., ... & Ericsoon, I. (2018). Effects of physical activity interventions on cognitive and academic performance in children and adolescents: A novel combination of a systematic review and recommendations from an expert panel. *British Journal of Sports Medicine*.
- Skinner, B. F. (1972). *Technology of teaching*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- Sousa, M. M. D., & Sarmiento, T. (2010). Escola-família-comunidade: Uma relação para o sucesso educativo. *Gestão e desenvolvimento*, 17, 141-156.
- Vickers, J. (1990). *Instructional design for teaching physical activities*. Canada: Human Kinetics Books.