FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

O primeiro ano do ‘eu professor’

Relatório de Estágio Profissional

"Relatório de Estágio Profissional, apresentado com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente ao 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 74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei 65/2018, de 16 de agosto e do Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio."

Orientadora: Professora Doutora Paula Maria Leite Queirós

Luís Afonso Alves Calado Nunes

Porto, setembro de 2024

Ficha de catalogação

Nunes, L. A. A. C. (2024). O primeiro ano do ‘eu professor’. Porto L. Nunes. Relatório de Estágio Profissional para obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVES: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA, MOTIVAÇÃO; APRENDIZAGEM

Dedicatória

A toda a minha família e namorada por me incentivarem a continuar a mostrarem que esta é a minha vocação e o meu futuro

Agradecimentos

Á minha mãe e ao meu pai por terem me permitido realizar um sonho e por serem a definição de segurança e suporte. Por me mostrarem que a família é o bem mais precioso na vida e por todos esforços que fizeram para ser quem sou hoje.

Á minha namorada, Sara Batista, por ser a minha melhor companhia e melhor amiga. Por nunca me permitir desistir, por ser quem mais acreditou em mim ao longo deste percurso e pelo apoio em todos os momentos, bons e maus.

À minha tia Ana, foi quem me ensinou os verdadeiros significados de resiliência e trabalho, é um dos pilares para estar onde estou hoje.

Ao Braga e ao Pascoal, por tornarem os quatro anos no Porto nos melhores anos da minha vida, sem eles não teria conseguido.

Aos meus colegas de casa, Tiago, Frederica, Henrique, Inês e Matilde, por tornarem os dias longes de casa menos cinzentos.

Ao Francisco e ao Ernesto, que se tornaram amigos que levarei sempre comigo.

À professora cooperante, Susana Cró, por ser uma conselheira e pela disponibilidade em ajudar sempre que necessário.

A todos os meus amigos, por nunca me deixarem só e pela ajuda em momentos difíceis.

A todos os que se tornaram amigos, obrigado pela amizade e pelos momentos.

À professora Doutora Orientadora, Paula Queirós, pelos conselhos e disponibilidade em todos os momentos.

Ao Sport Comércio e Salgueiros, por ser uma segunda família e me proporcionar a minha primeira oportunidade como formador.

Aos meus alunos ao longo do estágio por todos os dias exigirem que fosse melhor e me superasse diariamente.

Ao Núcleo de Estágio, por serem referências e apoios neste ano.

A todo o corpo docente da FADEUP, por me passarem tudo o que sei sobre a minha profissão, um privilégio ter sido aluno de todos.

Índice

Dedicatória V
Agradecimentos VII
Índice de figuras XI
Índice de gráficos XII
Índice de tabelas XIII
Resumo XV
Abstract XVI
Lista de Abreviaturas XVII
1. Introdução 1
2. Enquadramento pessoal 3
2.1 . Família e desporto 3
2.2 . Paixão pelo ensino 4
2.3 . Estágio e as minhas expectativas 5
3. Enquadramento da Prática 7
3.1 Enquadramento legal e institucional do estágio profissional 7
3.2 Caracterização da escola de realização do estágio profissional 8
3.3 Núcleo de estágio 10
3.4 Professora cooperante 11
3.5 Professora orientadora 12
3.6 Grupo de Educação Física 13
3.7 Cursos profissionais 14
3.8 Ensino regular vs Ensino profissional 15
3.9 Turma de 12º Técnico Auxiliar de saúde 17
3.10 Turma 9º ano 20
3.11 Características de um professor estagiário 22
3.12 Professor competente 24
3.13 Choque com a realidade 26
4. Planeamento 27
4.1 Turmas 27
4.1.1 12º ano 27
4.1.2 9 º ano 32
4.2 Comportamento e gestão das aulas 35
4.3 Avaliação 38
4.5 Reflexão 42
4.5.1 Importância 42

4.5.2 O que mudou em mim? 43
5. Envolvimento com a comunidade educativa 44
5.1 Corta-mato 44
5.2 Inter-turmas 45
5.3 Dia da Educação Física 47
5.4 Desporto Escolar 48
6.Estudo: A influência do sexo na participação das aulas de Educação Física ... 51
6.1. Resumo 51
6.2. Abstract 51
6.3. Introdução 52
6.4. Metodologia 53
6.5. Apresentação e análise dos resultados 55
6.6. Discussão dos resultados 59
6.7. Considerações finais 62
6.8. Referências Bibliográficas 63
7. Considerações Finais 65
8. Referências Bibliográficas 67
9. Anexos XVIII

Índice de figuras

Figura 1- Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva 8
Figura 2- Cartaz Corta-Mato..... 45
Figura 3- Cartaz de Promoção do inter-turmas 46
Figura 4- Cartaz de eliminatórias do inter-turmas 46
Figura 5- Cartaz dia da Educação Física 48

Índice de gráficos

Gráfico 1 – Sexo dos alunos 17
Gráfico 2- Idades dos alunos..... 18
Gráfico 3- Prática desportiva 18

Índice de tabelas

Tabela 1- Medidas descritivas do sexo dos alunos 53
Tabela 2- Medidas Descritivas das Variáveis 55
Tabela 3- Correlação entre as varáveis 56
Tabela 4 - Teste de amostras independentes 58
Tabela 5- Teste de Qui-quadrado de Pearson 59

Índice anexos

ANEXO 1 - Estrutura de plano de aula XVIII
ANEXO 2 - Ficha de assiduidade XIX
ANEXO 3 - Grelha de Avaliação de Ginástica XX
ANEXO 4 - Ficha de avaliação de Orientação XXI
ANEXO 5 - Quadro competitivo inter-turmas de futsal XXVI
ANEXO 6 - Cronograma de atividades - Dia da Educação Física XXVII
ANEXO 7 - Certificado de participação no seminário - "Seminário Desporto e Ciência 2024" XXIX

Resumo

O Estágio Profissional é a Unidade Curricular que integra o 2º ano do Mestrado em Ensino Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário e é também o fechar deste percurso académico. O presente relatório contempla as experiências por mim vividas ao longo deste ano de estágio profissional, relata os momentos bons e menos bons desta caminhada bem como a minha evolução como professor. Este ano foi de elevada importância pois neste trajeto fui confrontado com a realidade do ensino na escola, aprendi e vivi o dia a dia do docente e o seu papel na vida dos alunos e como pode ser uma pessoa diferencial na vida de cada um através da ligação que se pode formar com os alunos. É colocado em frente com perspetiva dos dois lados de treinador e professor e aluno e professor, mas essencialmente é o documento que trata o que foi o primeiro ano do resto da minha vida. Está também presente um estudo de investigação cujo título é: “A influência do sexo na participação das aulas de Educação Física”.

PALAVRAS-CHAVES: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA, MOTIVAÇÃO; APRENDIZAGEM

Abstract

The School Placement is the curricular unit that forms part of the 2nd year of the master's degree in teaching physical education in Primary and Secondary Schools and is also the culmination of this academic journey. This report covers my experiences over the course of this professional internship year, recounting the good and bad moments of this journey as well as my evolution as a teacher. This year has been of great importance because during it I have been confronted with the reality of teaching at school, I have learnt and experienced the day-to-day life of a teacher and their role in the lives of their pupils and how they can be a differentiator in each person's life through the bond they can form with their pupils. It's put together from the perspective of the two sides of coach and teacher and student and teacher, but essentially, it's the document that deals with what was the first year of the rest of my life. It also contains a research study entitled: "The influence of gender on participation in Physical Education classes".

KEYWORDS: SCHOOL PLACEMENT; PHYSICAL EDUCATION; MOTIVATION; LEARNING

Lista de Abreviaturas

CFU – Clube Futebol União da Madeira

CP – Curso Profissional

DE – Desporto Escolar

EBSAAS – Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

EE – Estudante Estagiário

EF – Educação Física

EP – Estágio Profissional

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

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

NE – Núcleo de Estágio

PC – Professora Cooperante

PE – Professor Estagiário

PO – Professora Orientadora

UC – Unidade Curricular

UD – Unidade Didática

UMA – Universidade da Madeira

1. Introdução

O momento que dita o final deste percurso de formação no Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Desporto (MEEFEBS) é o 2º ano e Estágio Profissional (EP), o ano que somos colocados à prova e que tudo o que nos foi passado e por nós captado é posto em prática. É o período em que mais questões e reflexões surgem sobre nós mesmos enquanto pessoas e enquanto professores, questões como, "Que professor quero ser?", surgem e não necessariamente temos de encontrar uma resposta no momento, mas o estágio e os desafios que dele surgem ajudam-nos a criar uma identidade própria e uma forma de encarar as aulas, a escola e as pessoas que nos rodeiam o que vai ao encontro daquilo que queremos ser no futuro. Serve também para pensar no que foi feito, para refletirmos e sermos melhor no futuro.

Devemos então, dissertar sobre os desafios que nos cruzaram, as soluções que desenhamos perante as adversidades, os momentos altos e baixos deste ano, aquilo que foi o nosso percurso e aquilo que pretendemos ser no futuro enquanto professores.

Para satisfazer todas as minhas questões, neste relatório, separei os conteúdos em 5 áreas de estudo que considero ser as mais pertinentes a serem tratadas neste documento.

Numa primeira instância do relatório irei falar sobre o meu percurso individual no desporto, sobre a minha família e a sua relação com desporto e de que maneira me influenciou, o que o ensino significa para mim e aquilo que eu pretendia e expectava numa fase inicial deste ano.

De seguida, irei me situar numa perspetiva daquilo que foi o ambiente em que estava envolvido, desde o enquadramento legal do Curso Profissional, à escola de realização do estágio, aos professores que me rodearam ao longo deste ano deste a professora orientadora (PO) e a professora cooperante (PC), aos colegas que caminharam comigo neste desafio, as diferentes realidades de ensino profissional e ensino regular e o meu pensamento sobre estas duas facetas do ensino, às turmas pelas quais fui responsável, aquilo que considero

ser importante um professor estagiário (PE) possuir e ser, o que compreendo por professor competente e o meu choque de realidade no estágio desde o primeiro dia de atividades.

No momento seguinte irei abordar um pouco mais daquilo que foi a minha prática de lecionação dos diferentes anos, a forma como abordei, avaliei e agi, perante as diferentes turmas e alunos, viajando desde o feedback em aula à avaliação e à gestão dos comportamentos durante o ano letivo. Abordo ainda neste parâmetro a minha perspetiva sobre a reflexão e aquilo que mudou em mim após todo o processo reflexivo que este ano me exigiu e a importância da mesma.

Exploro ainda todas as atividades da comunidade educativa e Educação Física (EF) que contaram com a minha participação desde o corta-mato e o inter--turmas e entro na temática do desporto escolar (DE) e a sua problemática.

Num momento final irei apresentar um estudo sobre o tema “A influência do sexo na participação das aulas de EF no 9ºano “, em que procurarei encontrar relações e retirar uma resposta conclusiva sobre este tema no contexto em que fui inserido.

“O primeiro ano do eu professor” vem da necessidade de me descobrir e criar uma identidade própria para o meu futuro profissional, vem dos erros cometidos, de soluções encontradas e de momentos de reflexão que colocaram em perspetiva toda a minha formação e o meu EP, pois este ano letivo foi o primeiro de uma carreira e de uma paixão que pretendo seguir, que apesar dos contratempos me tornou melhor professor e um melhor ser humano.

2. Enquadramento pessoal

2.1. Família e desporto

É irrefutável que desde crianças todas as decisões que tomamos, são influenciadas pelos nossos pais, na verdade estes tomam todas as decisões por nós e para mim o desporto vem da decisão da minha família de querer me incluir neste mundo, o que devo dizer que foi a melhor decisão da minha vida.

Desde sempre a minha família estabeleceu uma ligação diferente com o desporto, desde o meu avô como dirigente desportivo, a tios como atletas, a pai como treinador e irmão como atleta, todas estas referências mostraram-se cruciais para a minha paixão pelo desporto, especialmente o meu pai. O olhar para uma pessoa tão próxima e perceber que o desporto é parte fundamental da sua vida, como criança, é entender que tenho de seguir exatamente os mesmos passos que a minha referência e ser um apaixonado pelo desporto e pelo ambiente que este nos envolve. Portanto, seguir o rumo do desporto vem muito da relação que tinha com a minha família e a relação que esta tinha com o desporto.

Comecei no mundo do Andebol por ser o desporto do meu seio familiar, pai treinador, irmão e primos atletas. Parti nesta aventura num clube que até significa muito para mim o Académico Clube Desportivo do Funchal, instituição esta que ajudou na construção da minha forma de estar no mundo desportivo, passou-me valores de fair-play, cooperação, espírito de equipa e autonomia que resultaram na criação de uma personalidade que visa o ensino do desporto de uma forma inclusiva e justa. Por lá andei desde o 4 aos 15 anos, tendo optado por abandonar a modalidade ao fim de 10 anos, pois, pelo meio desta caminhada ingressei no clube de futebol da minha cidade, o Centro Social Desportivo de Câmara de Lobos, daí passei por outros clubes como o Clube Desportivo Nacional, mas é no Clube Futebol União da Madeira (CFU) que me descubro e sou feliz como nunca havia sido. Neste clube alcancei objetivos que jamais previa alcançar, mas acima de tudo fui feliz com as pessoas com quem partilhei o meu dia-a-dia no clube. Este clube tornou-me novamente numa criança, transformou a minha vida e muito do que sou hoje devo ao CFU, foi o período mais feliz da minha história enquanto praticante desportivo.

Durante 5 anos da minha vida pratiquei estas duas modalidades, foram 5 anos que respirei desporto como poucos respiram, foram 5 anos de muita aprendizagem, de muitas escolhas e acima de tudo de muito desporto. Devo dizer que foi um período muito enriquecedor para mim enquanto criança, pois ajudou-me na socialização em ambientes completamente distintos, no meu desenvolvimento cognitivo pois tinha de ser capaz de criar respostas aos diferentes problemas das diferentes modalidades. Uma jornada da minha vida em que recebi valores a dobrar, fiz amizades que até hoje levo comigo e criei memórias que jamais esquecerei.

Para além de ter sido praticante de desporto desde os 4 aos 18 anos, quando iniciei o meu percurso na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP) em 2019, descobri aquilo que é uma paixão que tardava em aparecer, o treino. Após um ano na FADEUP, decido aventurar-me pelos mundos do treino no Sport Comércio e Salgueiros e desde então esta paixão mantém-se viva dentro de mim e é parte fundamental da minha vida. A vivência com crianças em treino aumentava cada vez mais em mim gosto pelo desporto e pela vida.

Portanto, o desporto sempre foi uma parte inerente a mim, sempre esteve presente na minha vida e sempre estará, pois, esta paixão é maior que qualquer obstáculo e espero que esteja sempre presente em mim.

2.2. Paixão pelo ensino

“A paixão fornece energia contínua para se manter envolvido na atividade diante dos obstáculos.” (Prates et al., 2018, p.2), esta citação é o ponto de partida perfeito para navegar neste ponto, pois após este ano de EP a paixão pelo ensino cresceu substancialmente devido ao número de desafios e obstáculos que foram surgindo ao longo do percurso e que exigiu a minha resiliência e vontade de querer e ser melhor todos os dias para poder superar estas pedras no caminho e tornar-me no professor que quero ser.

A minha paixão pela área do ensino remete ao ano de 2020 quando inicio o meu percurso de treinador e tenho as minhas primeiras experiências com crianças e como formador de jovens. No começo desta jornada sempre duvidei

se seria realmente o meu destino e a minha paixão, mas o tempo mostrou-me que sim, ensinar realmente é a minha vocação.

O ensinar crianças em contexto de treino ia muito além de ensiná-las a fazer um passe ou uma finta, tinha um papel de formador e tinha o dever de passar às crianças a minha paixão pelo desporto através da partilha de experiências, valores e conhecimento que eu adquiri ao longo da vida como na faculdade, o ser treinador ia para lá do campo. Ser capaz de todos os dias oferecer às crianças experiências distintas no campo, ser capaz de guiá-las no caminho certo fez-me perceber que para ensinar também temos de estar abertos a aprender com os nossos alunos ou jogadores e esta simbiose de relações criou em mim uma paixão enorme por esta vertente do desporto. Tudo o que me foi passado pelos jogadores, todas as interações, intervenções e desafios tem um peso substancial nesta minha decisão de me apaixonar pelo ensino.

Após descobrir este amor no treino, senti que o tinha de elevar e passá-lo para o maior número de jovens possível, passar os valores reais do desporto e os seus benefícios e qual local era mais indicado se não a escola. A ideia de poder fazer a diferença na vida de pessoas, poder mudar o estilo de vida de jovens através da passagem de informação entusiasmou-me e levou a que ingressasse no MEEFEBS para poder aperfeiçoar os meus conhecimentos, conhecer novas ideias e perspetivas do que é ensinar, quais as estratégias mais eficazes para o fazer e o porquê de as fazer.

O ensino vai muito além de transmitir conteúdos, o ensino deixa a sua marca, o ensino muda a vida de qualquer ser humano e eu quero poder fazer parte dessa mudança, quero ser alguém que consiga influenciar a geração mais jovem a tomar as decisões corretas e a ser mais feliz com o desporto presente na sua vida. Eu quero seguir a minha paixão e ser a personificação de um professor competente, ambiciono ser referência no ensino, na vida dos meus alunos e especialmente ser feliz a ensinar.

2.3. Estágio e as minhas expectativas

“O estágio assume-se como o local onde a identidade profissional é gerada, construída e aferida, porquanto se volta para o desenvolvimento de uma ação vivenciada, reflexiva e crítica”, (Buriolla, 2001, cit por Gomes et al. 2014, p.38).

Quando inicialmente parti para esta aventura que é o EP, tinha em mente que seria um ano de aprendizagem, reflexão e construção de uma identidade. Ainda assim parti para este ano com alguns receios do que poderia vir a acontecer durante o processo, receios como: “E se não for capaz?”, “E se não souber o que fazer?”, mas depois, com a preparação e planeamento do que seria o ano percebi que o EP é o ano para cometer erros e ter ajuda para encontrar soluções e resolvê-los, para refletir sobre o nosso processo e para crescermos.

“O Estágio Profissional é por isso um momento de excelência de formação e reflexão(…) uma etapa de convergência, de confrontação entre os saberes “teóricos” da formação inicial e os saberes “práticos” da experiência profissional” (Rodrigues & Ferreira, 1997, como citado em Batista et al., 2014, p.79), portanto, assumi a atitude de olhar para este ano como um momento de testagem das minhas crenças sobre o ensino, ou seja, um ano de colocar em prática vários tipos de estratégias que culminassem numa identidade própria daquilo que eu ia queria ser no futuro enquanto profissional de Educação Física, refletir sobre todo o meu processo e criar um pensamento crítico sobre o eu como professor

O meu olhar para este ano não estava só recheado de receios, estava também coberto de ambição e curiosidade, pois seria a primeira vez que ia representar o papel inverso, o papel do professor. As expectativas criam-se, também, segundo as experiências que nos passam, no meu caso, e por ter uma figura muito próxima a mim que está neste ramo há mais de 20 anos e por toda a experiência que me é passada por ela, perspetivei uma dificuldade enorme em conseguir cativar os alunos para a aula dado aos problemas que as gerações mais novas enfrentam, que apesar de ser uma geração relativamente próxima à minha geração, o olhar que tenho sobre o desporto, a forma como o vivi e a facilidade precoce de acesso às novas tecnologias por parte destes alunos mais jovens, difere na atitude apresentada em aula e, consequentemente cresceu em mim uma ambição enorme de me elevar e criar estratégias que cativassem os alunos nas minhas aulas, que os fizesse ser ativos e participativos em todos os momentos.

O querer ser melhor, o querer aprender e essencialmente o querer ser diferente fizeram com que ao longo do tempo os receios passassem a motivação,

a trabalho e resiliência que por sua vez aliados à ambição, culminaram numa vontade enorme de querer ter a minha identidade própria e querer ser o melhor professor possível para os meus alunos e para mim próprio.

3. Enquadramento da Prática

3.1 Enquadramento legal e institucional do estágio profissional

Para a realização deste EP, a FADEUP segue a estrutura organizativa desta Unidade Curricular (UC) que impera ordenamento jurídico da formação inicial e contínua dos educadores de infância e dos professores dos ensinos básico e secundário (Decreto-lei nº 344/89 de 11 de outubro)

No plano de estudos da Faculdade a UC do Estágio Profissional ocorre no segundo ano do segundo ciclo de EEFEBS. Caracteriza-se por ser realizado por uma vertente que consiste no ensino supervisionado em ambiente de escola parceira. Este tem como objetivo integração do estudante no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada bem como a aquisição de competências profissionais, enquanto futuros docentes, marcadas por um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão. Estas competências profissionais, associadas a um ensino da Educação Física e Desporto de qualidade, reportam-se ao Perfil Geral de Desempenho do Educador e do Professor (Decreto-lei nº 240/2001 de 17 de agosto). Existe uma outra vertente que remete para a realização do Relatório de Estágio, que com a orientação de um Docente da faculdade é elaborado meticulosamente e retrata todo o nosso processo ao longo deste ano letivo.

Este ano de estágio é o primeiro ano do processo contínuo de evolução da carreira do Professor. É o ano que somos colocados na vida real, somos colocados num contexto do qual somos desconhecidos e obriga à nossa evolução através de todas as nossas decisões.

Portanto, como refere Felício e Oliveira (2008), “compreender o estágio curricular como um tempo destinado a um processo de ensino e de aprendizagem é reconhecer que, apesar da formação oferecida em sala de aula ser fundamental, só ela não é suficiente para formar e preparar os alunos para o pleno exercício de sua profissão”. Logo, este primeiro ano é

fundamental no nosso desempenhar da nossa futura profissão e a prática ajuda à construção do “eu” professor.

Enquanto EE lidamos com docentes com vidas de experiência a quem temos de questionar e ouvir atentamente todos os seus ensinamentos e usufruir dessa passagem de conhecimento. Sermos capazes de nos recriar todos os dias através de todos os testemunhos que recolhemos ao longo destes meses e tornar a teoria em prática de lecionação.

3.2 Caracterização da escola de realização do estágio profissional

A Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, conhecida internamente na região como Escola da Levada, surge na década de 70 como uma instituição direcionada para o terceiro ciclo. A escola surge através de um programa desenhado pela Secretaria Regional da Educação para a construção de novas escolas pré-fabricadas.

Atualmente a escola conta com alunos desde o 5º ano de escolaridade até ao 12º ano, com ensino regular e ensino profissional. A instituição nos dias de hoje é uma referência regional no que confere ao desempenho dos seus alunos, nos programas orientadores característicos da escola, por ser um espaço que permite aos EE serem uma parte fundamental deste processo de consolidação da escola na Madeira e por oferecer todas as ferramentas possíveis que visem a evolução de cada profissional que representa a escola.



Figura 1- Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

Em termos de espaços a escola caracteriza-se pelo seu espaço exterior extensivo, bem como o seu interior. No seu interior encontram-se dois blocos distintos unidos pelo edifício da componente executiva que nele se encontra a secretaria, gabinetes da direção, sala de diretores de turma, bar dos professores, reprografia/papelaria, gabinete de audiovisuais e sala de informática.

Já no seu espaço exterior que percorre toda a área em torno do edifício principal, identificamos o parque de estacionamento dos professores, espaço de lazer para os alunos, quatro campos exteriores nomeados como: Polivalente Exterior 3 e 6 que permitem a prática de Futebol e Andebol e Polivalente Exterior 4 e 5 que oferece condições para a prática de Basquetebol. O seu espaço exterior conta ainda com dois Polivalentes, um deles inaugurado neste ano letivo que disponibiliza as condições para a lecionação de Ténis de Mesa, Ginástica, Dança, Badminton, Miniandebol e Minivoleibol. Um segundo polivalente que permite a prática de Basquetebol, Badminton e Voleibol.

A escola oferece as condições ideais para a disciplina de EF ser dirigida com o máximo rigor pelos docentes e aproveitamento dos alunos, prosperando, então, num ambiente perfeito para a prática de atividade física pelos alunos em aula, atividades extracurriculares e em contexto de lazer.

Uma escola com um vasto espaço exterior que conta com quatro campos desportivos exteriores, um pavilhão multidesportivo e um ginásio multidesportivo inaugurado ainda neste ano letivo.

É uma escola que para a disciplina de Educação Física oferece condições acima da média com diversos espaços aptos de serem utilizados pelos professores e com material disponível em bom estado de utilização.

Naquilo que diz respeito à gestão de espaço para lecionação de aula, tenho sempre um espaço individual, ora meio-campo do pavilhão ora o ginásio, espaços estes que são mais do que suficientes para as modalidades abordei ao longo deste ano letivo.

No que diz respeito aos espaços destinados à disciplina creio que todas as infraestruturas, logística e gestão de espaço funcionam perfeitamente para o

melhor decorrer das aulas beneficiando todos os intervenientes, desde os alunos aos professores.

3.3 Núcleo de estágio

Como uma pessoa que sempre foi praticante de desportos coletivos, a noção de companheirismo e entreajuda sempre esteve presente na minha vida e neste ano de estágio não foi exceção. O sucesso alcançado nesta caminhada, a superação e o trabalho vem, também, de um trabalho de equipa por parte do núcleo de estágio (NE) da EBSAAS. Este núcleo constituído por mim, Luís Nunes, pelo Ernesto Rodrigues e pelo Francisco Rodrigues mostrou ao longo das semanas ser um núcleo compacto, unido e disposto a ajudar o colega quando este precisasse.

Ao contrário de muitos casos que vemos de colegas do Mestrado que começam esta nova etapa como desconhecidos, neste caso havia já uma relação de amizade entre os estudantes estagiários (EE) que facilitou o trabalho com as turmas partilhadas de 9º ano e 6º ano. A boa comunicação entre o núcleo permitiu a que cada um de nós pudesse ajudar o colega com críticas construtivas após aulas e nos planeamentos. Permitiu, também, a que várias ideias e pontos de vista sobre as turmas, as estratégias para as aulas neste ano e nos próximos fossem discutidas de uma forma sustentável, na medida que todos eram capazes de receber sugestões e críticas construtivas do núcleo e professora cooperante.

Creio que a expressão “se queres ir rápido vai sozinho, mas se quiseres ir longe vai em grupo” nunca fez tanto sentido para mim num contexto que não o desporto, e este ano foi uma prova exata disso. Consegui finalizar este ano caraterizada por problemas, obstáculos e decisões pois tinha o suporte de dois colegas de equipa que estavam dispostos a auxiliar sempre que necessitasse, e devo dizer que todos os momentos de sucesso que alcancei neste ano, parte, os devo aos meus colegas de estágio.

Numa ótica mais de prática escolar, como núcleo fomos capazes de organizar uma atividade na escola em conjunto com os EE’s da Universidade da Madeira (UMA), Dia da Educação Física e os testes físicos da turma partilhada eram

sempre realizados com ajuda uns dos outros o que facilitava a organização e gestão de tempos de cada teste.

Portanto, ter uma boa equipa do nosso lado facilita muito este nosso processo e consequentemente leva a que tenhamos mais motivação para seguir mesmo quando os desafios parecem impossíveis de superar. Com uma boa equipa somos capazes de tudo.

3.4 Professora cooperante

Confesso que quando parti para este ano e mesmo antes de o começar senti sempre alguma ansiedade para saber quem seria a minha Professora Cooperante, quem seria a professora que me iria guiar por este caminho inconstante. Lembro-me, como se fosse hoje, do primeiro dia que foi me dado a conhecer a PC, professora Susana Cró. A nossa primeira reunião com o NE e a PC dá-se após uma reunião com todo o corpo docente da Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva, senti-me ansioso e com algum receio por conhecer a professora, receio de não me identificar com princípios de trabalho e morais desta pessoa que estava a prestes a conhecer.

Mas, findo este ano com o veredito de que se tivesse de voltar a escolher um professor cooperante para me iluminar neste ano de incertezas, voltaria a escolher a professora Susana Cró. A professora estendeu-me a mão e guiou-me pelos caminhos mais difíceis sempre do meu lado, motivou-me sempre para sempre melhor, ofereceu-me conselhos que não se encontra em material teórico e especialmente, passou-me a sua experiência e a sua forma de encarar cada dia de aulas como se fosse uma nova oportunidade de sermos uma pessoa e um professor melhor.

Desde a primeira reunião a professora foi muito clara de que este ano não seria fácil, e que teria de trabalhar muito para conseguir alcançar todos os meus objetivos, mas, ao mesmo tempo, disponibilizou todas a ferramentas necessárias para que o meu trabalho fosse eficaz e bem-sucedido com os meus alunos e deixou-me muito à vontade para poder ser eu próprio e explorar todas as estratégias que achasse pertinente aplicar nas aulas.

O ponto que mais me marcou ao trabalhar sob a alçada da professora foi entender a necessidade de ter uma relação empática com os nossos alunos e perceber que cada aluno tem uma personalidade específica e criar uma boa relação com os nossos estudantes, futuramente, resulta em aulas mais fluidas e com muito tempo de prática. O acreditar da professora nos alunos da turma também ajudou muito o meu trabalho, pois muitas vezes foi isso que fez os alunos quererem ser melhores desde o início do secundário e, consequentemente, quererem ser melhores sobre a minha prática, afetando positivamente o meu trabalho prático em aula.

Todos os conselhos, críticas e conversas tornaram-me uma pessoa melhor e um professor mais capaz para o meu futuro. Sem dúvida que ter tido oportunidade de trabalhar com uma profissional com tamanha experiência enriqueceu o meu percurso e sei que tudo o que foi aprendido deve-se muito a quem me guiou e me orientou ao longo do EP.

3.5 Professora orientadora

O professor orientador assume um papel preponderante no processo de crescimento do EE, apesar de ter uma ligação diferente do PC tem um papel igualmente importante. A PO designada para me acompanhar e direcionar foi a Professora Doutora Paula Queirós. Apesar da distância ser um fator adverso para uma relação mais próxima com a professora, esta conseguiu mostrar-se muito presente em todas reuniões realizadas disponibilizando sempre toda a ajuda necessária e todas as ferramentas possíveis para que a nossa prática fosse bem-sucedida e a elaboração do nosso relatório fosse feita com discernimento e detalhada.

A PO foi sem qualquer dúvida a pessoa que suscitou em mim o pensamento crítico sobre as minhas decisões. Após todas as interações com a professora em reuniões o poder de reflexão incutindo pela PO foi-se tornando em um momento fundamental do meu processo de autocrítica, do meu crescimento e evolução. Foi quem me transportou sempre para um espectro de reflexão de todas as decisões que foram tomadas ao longo deste caminho e quem me fez pensar sempre se o caminho que seguia era o mais adequado.

A Professora Paula para além de me incutir o poder reflexivo, demonstrar a importância de momento foi também uma pessoa que sempre esteve disponível para esclarecer qualquer questão que qualquer EE colocasse e que tinha sempre a porta do seu gabinete aberto, ou no meu caso, o seu computador sempre ligado para qualquer reunião que fosse necessária realizar.

3.6 Grupo de Educação Física

Quando perspetivamos este ano de estágio, pelo menos no meu caso, olho como se eu fosse uma nova aquisição para uma equipa, neste caso, o Departamento de EF da escola que nos vai acolher. Quando comecei a imaginar como seria este ano criaram-se várias questões no meu pensamento, nomeadamente, será que vou ser bem acolhido pelos demais professores?

Como uma equipa, o grupo de EF também deveria ser uma família e com relações muito próximas entre os professores, e foi isso que efetivamente fui observando ao longos dos dias. Vi um grupo de pessoas cujo lema que os regia era ajudar sem esperar nada em troca. Todos os professores neste grupo sempre foram muito prestáveis e uma fonte de conhecimento enorme para mim, desde as interações em tempos de descanso, nas quais consegui captar várias estratégias de como lidar com as aulas e os alunos, de momentos de atividades e de observação das aulas dos mesmos. E foi nestas observações que vi que a identidade de cada um diverge tanto num grupo tão pequeno de pessoas e ter o privilégio de observar tantos profissionais com décadas de experiências lecionar no mesmo espaço que só poderia ter um efeito, enriquecer a minha prática.

Este grupo destacava-se pela forte união. Nas aulas e atividades extracurriculares organizadas pelo departamento, o foco principal destes professores sempre foi incentivar o trabalho de equipa entre os alunos e nós EE’s na criação de atividades desafiadoras e excitantes para os alunos da escola, aliando também um ambiente onde todos se sentissem motivados a participar das atividades e consequentemente das aulas.

Sendo a região um meio mais pequeno, neste departamento já tinha tido várias interações com alguns professores fora da escola o que facilitou a minha

integração na escola e no grupo e consequentemente levou a que me sentisse mais capaz de ser eu próprio na escola e nas aulas.

Portanto, esta equipa foi realmente uma mais-valia para mim neste ano. Ajudaram-me sempre que necessário, aconselhavam-me sempre que apropriado e o mais importante, corrigiam-me quando assim era pertinente resultando sempre na contínua descoberta do meu eu professor.

3.7 Cursos profissionais

Neste ano de estágio tive o prazer de trabalhar com uma turma de 12º ano do Curso Profissional (CP) "Técnico Auxiliar de Saúde", e antes de iniciar este percurso decidi informar-me sobre as componentes de um CP, o que este oferece e que competências dá aos alunos que enveredam por esta vertente do ensino.

O CP é uma vertente do ensino secundário que permite ao aluno obter uma dupla certificação aos alunos, escolar e profissional, que corresponde ao nível quatro e qualificação do quadro europeu de qualificações. É um rumo que combina uma educação tanto teórica como prática com vista à preparação dos alunos para ingressarem no mercado de trabalho com o desenvolvimento de várias competências que são fulcrais no futuro profissional das diferentes áreas.

Mais especificamente, a turma que acompanhei neste ano letivo do curso de Técnico de Auxiliar de Saúde pertence a um curso que lhes oferece uma formação abrangente e competências para no futuro atuarem na área da saúde. Competências estas que são por exemplo, a capacidade de os alunos prestarem cuidados de saúde sob supervisão, formação em tarefas administrativas em unidades de saúde, desde o atendimento ao público até a marcação de consultas, desenvolve no alunos uma compreensão geral sobre o corpo humano, os seus sistemas de funcionamento e anatomia, educa sobre os princípios éticos neste setor promovendo os valores de profissionalismo nos alunos, para que estes se tornem autónomas e, sobretudo, bons profissionais com ética de trabalho e responsabilidade pela função que exercem. Também oferece formação em técnicas básicas de primeiros socorros dando aos alunos as competências de atuar em emergências, capacidade de comunicação e práticas de higiene e segurança para garantir a qualidade dos serviços que prestam.

Portanto, não só este, mas como todos os cursos profissionais preparam os alunos para as suas práticas futuras, oferecem aos alunos programas teóricos e práticos que desenvolvem nos estudantes diversas competências fulcrais para o sucesso e permite que os alunos enveredem por outro caminho e deem continuidade à sua educação de uma forma que se adequa a eles próprios.

3.8 Ensino regular vs Ensino profissional

No nosso panorama educacional, o nosso sistema educativo oferece aos alunos duas vias distintas para conclusão dos estudos, o ensino regular e o ensino profissional, apesar de distintas nos seus currículos e objetivos ambas procuram ter o mesmo fim, preparar os estudantes para ingressar no ensino superior ou preparar os alunos para entrar no mercado de trabalho.

Felizmente, neste ano, fui privilegiado ao ponto de poder lecionar nas duas vertentes de ensino e por isso fui capaz de acompanhar de perto os alunos e a diferença de mentalidade e ambições de cada via. Se de um lado acompanhei uma turma que o principal foco, no geral, era terminar os estudos e procurar emprego, no lado oposto encontrei alunos que o principal objetivo era entrar no ensino superior e prosseguir os seus estudos.

O Ensino Regular, caracteriza-se por ser dono de um currículo mais teórico, normalmente, este percurso é tomado por alunos que pretendem seguir os estudos na universidade. Sendo uma via mais teórica do ensino, o principal objetivo é preparar os alunos para o acesso ao ensino superior. Este abrange os todos os ciclos de escolaridade. No secundário os alunos podem optar por diferentes cursos de acordo com a sua aspiração de futuro.

De acordo com o Ministério da Educação (2018) e o Decreto de lei n.º 139/2012 de 5 de julho, as ofertas educativas do ensino secundário pretendem proporcionar aos alunos uma aprendizagem diversificada, desenvolver competências como o pensamento criativo, criatividade e saber estar em sociedade.

Nesta vertente as metodologias de ensino incorporadas como práticas inovadoras permitindo uma participação mais ativa dos alunos no processo de

aprendizagem, oferecendo então, outro tipo de competências que o ensino profissional oferece.

O Ensino Regular, tem um papel fundamental na formação nos mais jovens, prepara-os para o futuro, ajuda-os a serem parte da sociedade, permite que estes encontrem a sua vocação, apesar disso, o foco deve ser sempre a inovação e procurar novas práticas pedagógicas que façam com que este processo seja sempre crescente.

Já o Ensino Profissional desempenha um papel alternativo ao Ensino Regular, visa a entrada dos alunos no mercado de trabalho, combina o ensino teórico com o prático que procura desenvolver competências que se enquadrem no contexto profissional que os alunos se inserirem.

Este tem uma metodologia de ensino muito específica, em que os alunos aplicam na prática todos os conhecimentos captados em aula. Incentiva nos alunos a autonomia, capacidade trabalho em equipa e responsabilidade, parâmetros que são de extrema importância no mercado de trabalho.

Para além do diploma de conclusão do ensino secundário que dá a possibilidade de os alunos seguirem os estudos, os alunos que frequentam o ensino profissional, ficam com a certificação de nível quatro, de acordo com o Quadro Nacional de Qualificações, este nível dá a indicação de que o estudante adquiriu as competências específicas na sua área de estudo, qualificando-o, então, para exercer a profissão.

Ambas as vertentes são importantes, cada uma com o seu foco, mas que deve ser tomada de acordo com o futuro de cada um e as suas aspirações profissionais. Cada uma é importante para o nosso sistema educativo, permitindo uma variedade de currículos e metodologias que permitam combater o abandono precoce da escola pelos nossos jovens.

3.9 Turma de 12º Técnico Auxiliar de saúde

Na antevisão ao ano de estágio uma das maiores questões, até preocupação, era sem dúvida, a minha turma. Dúvidas como, “como é que os alunos vão ser?”, “Como será o comportamento?”, “Será que nos vamos dar bem?”, preenchiam o meu pensamento dias antes do início de ano letivo.

Na reunião inicial com a PC, foi me desde logo antecipado de que esta turma era composta por alunos muito pouco motivados para as aulas de EF e com um desenvolvimento motor muito reduzido, portanto, coloquei um desafio a mim mesmo nesse dia: Como é que vou captar a turma para as minhas aulas?

Para compreender a turma de uma forma mais explícita apliquei numa fase inicial um questionário sobre as experiências desportivas de cada um para poder caracterizar a minha turma e perceber que estratégias adotar para o ano letivo que está representada no gráfico seguinte.

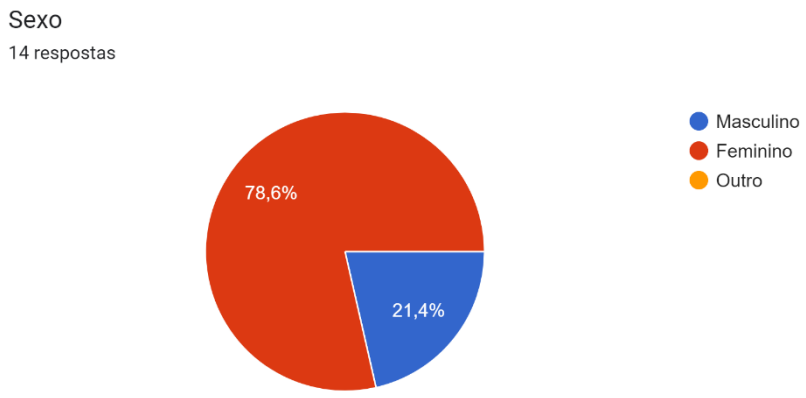


Gráfico 1 – Sexo dos alunos

A turma era constituída por catorze alunos, sendo destes quatorze alunos, onze do sexo feminino (78,6%) e três do sexo masculino (21,4%).

Já idade era um número muito variável como podemos observar no gráfico 2.

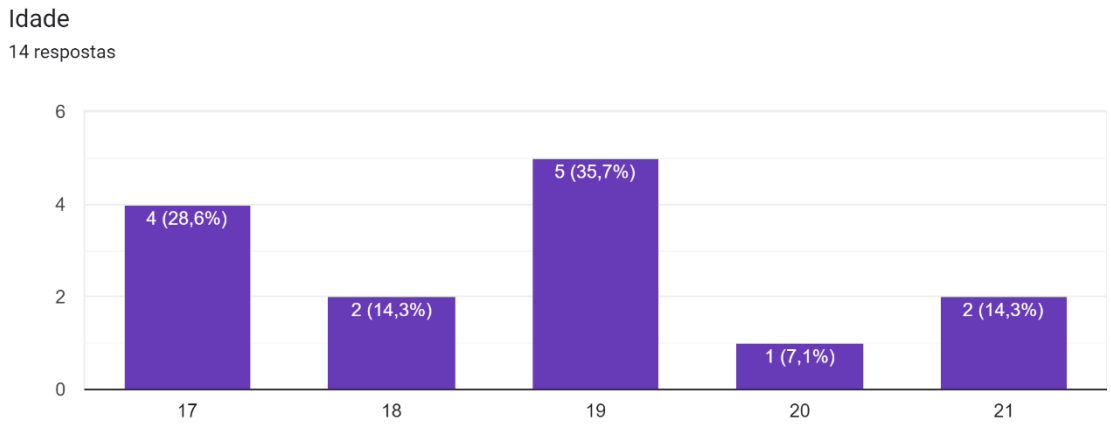


Gráfico 2- Idades dos alunos

A turma tinha idades compreendidas entre os 17 e 21 anos, mostrando que num grupo reduzido de indivíduos iria encontrar vários estados de maturação física e emocional, levando a que eu necessitasse de adotar uma postura muito moldável perante as diferentes idades que consequentemente me conduziu a ter um tipo de interação específico para cada aluno no momento do feedback individual.

Através do gráfico seguinte é possível compreender os níveis de práticas desportiva por parte da turma.

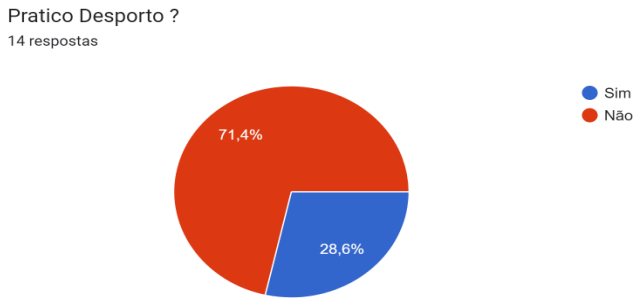


Gráfico 3- Prática desportiva

A turma, como foi dito anteriormente, era uma turma muito pouco ativa e isso comprovou-se com os 71,4% a não serem praticantes de desporto no seu dia a dia, este valor só mostrava que tinha de deixar um impacto enorme nos alunos de forma que estes quisessem mudar de vida e se tornar pessoas fisicamente ativas. Ao mesmo tempo deixava claro de antemão que o processo não ia ser

fácil. Tive de transformar alunos pouco motivados a participantes assíduos das aulas e com vontade de trabalhar.

Desde o primeiro dia de aulas com a turma o desafio foi crescendo em mim, apesar da capacidade técnica da turma a minha vontade de atender às necessidades dos alunos transformou todos os desafios em possibilidades de ação da minha prática. No início do ano senti muitas dificuldades em conseguir adaptar os exercícios aos alunos, torná-los em momentos em que alunos conseguissem ser desafiados e simultaneamente obterem sucesso nas ações.

Na minha primeira aula deixei claro que estaria ali para os ajudar a crescer, que iria me comprometer a passar uma visão mais interessante do desporto para todos e a cativá-los para as aulas. Não foi fácil cumprir com todos estes objetivos, mas a turma facilitou muito o meu trabalho pelo fato de ter sido um grupo extremamente respeitoso com o meu trabalho e comigo, apesar da diferença de idades. A turma destacou-se pela sua capacidade de ouvir e questionar quando o assim era necessário, era uma turma que reconhecia e encarava as suas dificuldades com bons olhos, estas características foram-se desenvolvendo com o passar dos dias e das aulas.

Contudo, nem todos os dias eram iguais e muitas vezes o grupo não estava com vontade de fazer as aulas, e nesses dias tive de me superar e tentei sempre criar estratégias que mudassem a atitude dos alunos, desde conversas, exercícios com competição e exercícios lúdicos de modo que se criasse na aula um ambiente positivo para todos.

Com esta turma e como vai ser referido no ponto 4.1.1, os exercícios de competição e de equipa mostravam-se muito eficazes na concretização dos objetivos propostos, por exemplo, no Módulo de Jogos Desportivos Coletivos – Voleibol, os exercícios de pares com competição ou o jogo competitivo, formava na aula uma atmosfera de competição e entrega à tarefa, em comparação a exercícios analíticos individuais, logo, a minha base de execução com esta turma passou sempre por criar momentos de interação entre os estudantes e o trabalho de equipa.

Sendo a turma de um CP, e como o sistema rege-se por módulos, os meus objetivos variavam de Unidade Didática (UD) para UD, pois, num módulo tinha 7

tempos para trabalhar e no seguinte tinha 5, logo o meu trabalho com a turma foi sempre alternando consoante os tempos e os objetivos igualmente. Com esta gestão de tempo, muitas vezes os meus objetivos acabavam por se ditar com momentos simples como por exemplo, concluir um percurso de orientação um realizar um passo de dança a contar os tempos. Apesar disso, entreguei-me sempre ao máximo para dar à turma aquilo que eles precisavam para mudar e no fim das aulas foi isso que senti com a maioria dos estudantes. Senti que neste momento do percurso, o olhar sobre o desporto mudou, a vontade de fazer e ser ativo cresceu e o mais importante, senti que a evolução em termos motores foi uma onda crescente em que todos saíram por cima.

A relação que estabeleci com os alunos, na minha opinião, foi uma relação muito saudável, em que quer os alunos quer nós tínhamos muita empatia uns com outros, os momentos de conversa e descontração eram naturais e criou-se uma relação de cumplicidade entre professor e aluno, que consequentemente, resultou em aulas rentáveis e com muito tempo de prática para o grupo.

Para o meu primeiro ano como docente e para uma experiência inicial do ano letivo, a turma ajudou a que tivesse mantido a minha vontade de ir dar as aulas, de procurar novos exercícios e estratégias sempre em contínuo aumento.

3.10 Turma 9º ano

Para ser um estágio completo e rico em conhecimento, na minha ótica, devemos ter todas experiências que a escola nos possa dar e no meu caso foi precisamente isso que aconteceu. Logo na primeira reunião ficou definido que eu e os meus colegas iríamos ter uma turma partilhada para além das nossas turmas, portanto, ficou definido que o 9º ano seria a nossa experiência de 3º ciclo nesta caminhada.

A mim coube-me orientar a turma ao longo do 3º e último período, que apesar de curto foi um período muito desgastante devido às características da turma. Foi neste período que fui colocado à prova, que necessitei de me reformular e mudar totalmente as minhas práticas. Foram 2 meses de muita reflexão e mudanças para mim.

De uma forma geral e muito breve a turma do 9ºano era uma turma composta por cerca de 23 alunos, dos quais 7 alunos eram rapazes e 16 raparigas. Um dos alunos tinha um diagnóstico de autismo, o que implicou que o cuidado da minha parte fosse mais acrescido apesar deste aluno ter realizado apenas 2 aulas sob o meu comando. A turma era muito pouco motivada para realizar as aulas, os alunos tinham graves problemas disciplinares o que se refletia na consequente condução das aulas. Para além dos problemas disciplinares, os alunos tinham uma proficiência desportiva muito rudimentar, com graves problemas motores e coordenativos que culminaram na elaboração de aulas muito cuidadosas e que permitissem o sucesso dos alunos nas suas ações.

Para mim, o período com a turma foi sem dúvida o que me causou mais transtornos em termos de planeamento e prática. Sendo uma turma muito difícil de lidar desde o primeiro dia tentei sempre criar estratégias que fossem capazes de resultar numa boa condução da aula, mas apesar disso os alunos reagiam sempre muito mal ao que era pedido, demonstrando falta de empenho nos exercícios. Para a UD de Ginástica, por exemplo, comecei por tentar aplicar um modelo em que usava em certa característica do Modelo de Educação Desportiva, como diferenciar papéis e criar competição entre equipas e tornar a aula um momento de entusiasmo e vontade estar presente, mas a estratégia acabou por não resultar pelo facto de ter sido aplicado numa UD de desporto individual e o trabalho de equipa ser pouco valorizado, então, os alunos acabaram por não aderir a essa estratégia. Tentei sempre dar a volta às situações menos positivas e com ajuda da minha PC fui ajustando os momentos de aula até atingir aquele seria o momento ideal.

A experiência de 3º ciclo sem dúvida que me enriqueceu em todos os níveis, desde procurar mais informação sobre determinada modalidade a desenhar novas ideias que beneficiassem os alunos e as suas aprendizagens. Fez-me crescer como professor por ter de lidar com alunos muito particulares, com ideias fixas e atitudes incorretas que dificultavam o meu trabalho, mas que no fim resultou em uma aprendizagem que o 1º e o 2º período não me ofereceram, pelo facto da turma ser totalmente o oposto.

Pelas turmas serem diferentes, fez com que tivesse de ser uma pessoa nova em cada situação, fez com que tivesse de me explorar a mim mesmo e a refletir sobre todas as minhas práticas, pois uma estratégia que numa turma resultava na outra não resultava, então, eu estudei, escrevi, procurei e desenhei novas formas de inovar nas aulas, ser diferente, mas sem fugir às minhas crenças de ensino e afirmo que depois deste ano levo uma mala repleta de experiências que só o ano de estágio nos pode dar.

3.11 Características de um professor estagiário

Ser um professor estagiário é ser um humano que está numa procura constante pelo conhecimento, um ser humano que quer ser melhor e tornar as suas práticas pedagógicas um reflexo da sua personalidade e ideias acerca sobre o que entende ser o ideal para um determinado contexto em que está inserido. Para tal, existe um leque de características que, na minha ótica, são preponderantes para um professor estagiário ter consigo quando desempenha esta função, *"Será necessário no futuro, fazer um estudo desta matéria para que as aulas sejam ainda mais ricas, que a minha mensagem seja melhor passada e que os alunos sejam os mais beneficiados desta jornada." (Diário de bordo, 10/04/2024)*

"(…) a observação contribui para que algumas práticas sejam assimiladas pelos estagiários que poderão reproduzi-las futuramente ou não. Dependerá da sua capacidade de reflexão sobre a prática observada e do seu discernimento em aplicá-la" (Corrêa, 2021, p.4). Esta capacidade de refletir sobre as nossas práticas, sobre a observação dos professores torna-se um fator diferencial do professor. Ter a capacidade de identificar os nossos erros e procurar corrigi-los para que no futuro sejamos melhores profissionais é uma característica que temos de ter presente desde o nosso primeiro dia de prática na escola. O professor estagiário tem de ser sempre o seu melhor observador da prática, tem de ser capaz logo após a aula conseguir pensar e analisar o seu desempenho e como pode fazer diferente, "nos cursos de formação docente, mais do que estimular este profissional no acúmulo de conteúdos e técnicas, deve-se estimulá-lo a ser um indivíduo reflexivo e crítico da sua ação". (Souza, 2016, p.121).

A comunicação e o saber ouvir o próximo são um ponto fundamental no sucesso e na aprendizagem de um professor em formação. Conseguir comunicar com os nossos colegas do NE, com a nossa PC ou com a nossa PO sobre as nossas decisões torna o nosso processo formativo mais completo. Ao longo deste ano de estágio quando colocava alguma questão em interações à PC acerca do que deveria fazer numa próxima aula ou sobre o que fiz na aula, cada resposta era uma aula e uma oportunidade de aprender. Segundo (Souza, 2016, p.121) “é na troca de experiências entre o estagiário e o professor já em atuação que podem ser observadas as reais necessidades do ensino e, em consequência disso, propor meios para uma formação de qualidade ao futuro profissional docente”.

Senti que ser capaz de questionar em qualquer momento tornou o meu ano ainda mais rico, pois, consegui satisfazer todas a minhas dúvidas através de um simples “Porquê?”, que muitas vezes se tornou em algo ainda mais complexo, tudo porque fui capaz de comunicar com os mais experientes, fui capaz de interagir com os meu colegas e explorar novas ideias e estratégias para as aulas.

Mas quando se aborda o ponto comunicação, não se resume somente à ideia de perguntar, mas também, ao comunicar com os nossos alunos. Ser íntegro nas nossas respostas aos alunos sobre um exercício, comunicar para perceber se os alunos se sentem desafiados aula após aula, decifrar as emoções ou até o estado de espírito dos alunos, todas estas possibilidades advêm de uma simples ação que é, comunicar.

A adaptação a cada contexto, a flexibilidade e conseguir inserir-se num determinado meio, na minha visão, também é uma característica imprescindível para num estagiário. Se for capaz de me moldar consoante a minha turma, aos conteúdos a serem trabalhados em aula, ao ambiente que me rodeia, não tenho a menor dúvida que o momento da prática será muito positivo para todos.

A capacidade de conseguir olhar para os meus estudantes e adequar as situações práticas à capacidade da turma, a minha interação com cada aluno ser diferente e a passagem de conteúdo ser eficaz da mesma forma, mostra que se for flexível de acordo com meu contexto, todos sairão beneficiados, eu como

professor estagiário com a aquisição dessa competência e os alunos com o seu processo de aprendizagem a ser crescente.

Todas estas características podem não ser intrínsecas a cada um, mas a vontade de ir atrás do conhecimento, de ser melhor todos os dias e querer mudar só depende de cada um. Posso não ser perfeito em cada um destes pontos, mas não vou parar até o ser e quando o for, outras qualidades hão de aparecer para serem aperfeiçoadas.

3.12 Professor competente

"(…) O "Bom Professor" necessita de entrelaçar as Dimensões Humana, Técnica e Ideológica, colocando no centro do processo de aprendizagem a relação interpessoal, organizando e sistematizando a prática pedagógica enquadrada numa cultura específica que se espera seja reproduzida pelos estudantes" (Ventura et al., 2011, p.101). Quando falo do professor competente, remete-me para os tempos em que era estudante do ensino básico e para mim, o professor competente era aquele que "ensinava melhor", mas, atualmente, com outro olhar sobre a profissão consigo dizer que o professor competente é uma ideia subjetiva se sustenta em determinados fundamentos que resultam no "professor competente".

Para mim, o ser um professor competente remete a um conjunto de skills que se deve ser portador para a nossa prática ser eficaz. Ter um conhecimento equilibrado sobre conteúdo a abordar em aula. Enquanto futuro professor, e na normalidade de ter mais conhecimentos sobre algumas modalidades, ser capaz de estudar e investigar sobre as restantes, tornar o desconhecido em algo que eu seja capaz de atuar torna-me um professor mais completo para exercer a minha profissão enquanto perante os alunos. Ter o máximo de sabedoria possível sobre cada tema é substancial ao sucesso da ação em aula.

Para além de ser portador de um excelente conhecimento sobre os conteúdos programáticos, ser criativo na execução das aulas, na construção dos exercícios torna o professor um profissional mais habilitado a ter uma prática positiva com os estudantes, ou seja, ter o conhecimento não é tudo, é preciso saber aplicá-lo em aula, em que momento atuar e que estratégia utilizar. Conseguir dar um feedback construtivo ao aluno com fundamento, corrigir o aluno para que este

melhore e saber passar a teoria para prática de acordo com o contexto em que está inserido, desde escola à faixa etária. Ter o conhecimento não é sinónimo de efetividade, é necessário saber passar essa mais-valia para o aluno de uma forma simples, eficaz e interessante.

Para além destas competências, ser um indivíduo com um plano afetivo e social amplo torna-o mais apto para conseguir pôr todas as skills acima referidas em prática. Ter características emocionais como capacidade de entender as necessidades de cada indivíduo, boa comunicação e capacidade de criar um ambiente inclusivo para os alunos fomentam a que o professor consiga criar uma relação próxima com os seus alunos e consequentemente reflete-se no decorrer das aulas com os alunos terem uma ligação com o professor que permite que este consiga passar a sua mensagem.

Ao longo deste percurso e considerando estas competências, tentei sempre colocá-las em prática com ambas as turmas, tentando mostrar que tinha conhecimento na passagem da mensagem sendo assertivo e aberto a perguntas com os alunos, procurei criar boas relações com os alunos com interações antes e após a aulas para que no momento formal estes fossem respeitadores com o meu trabalho. A comunicação foi sempre algo que tive presente nas aulas, abrindo sempre espaços a perguntas e reflexões por parte dos alunos acerca do seu desempenho. *"(…) já estava preparado para uma turma com problemas comportamentais, de motivação e empenho e para combater estas lacunas adotei uma postura calma, divertida e relaxada de forma a deixar os alunos confortáveis comigo. Esta estratégia revelou-se eficaz pois os alunos aderiram bem a toda a aula, com relativo empenho e entusiasmo." (Diário de bordo 10/04/2024).*

Embora não tenha nascido com todas as competências necessárias para ser um professor competente, nem possua todas de forma inata, estou continuamente empenhado em aperfeiçoar-me e desenvolver-me. Este compromisso com a melhoria contínua reflete-se na minha busca incessante por conhecimentos, habilidades pedagógicas e práticas inovadoras. Acredito firmemente que a competência profissional é um processo dinâmico e evolutivo, que exige dedicação, reflexão crítica e adaptação constante às novas exigências educacionais e contextos escolares. Através da formação contínua procuro

superar as minhas limitações e contribuir de forma significativa para a evolução dos meus alunos.

3.13 Choque com a realidade

O confronto entre a realidade escolar e a imagem pré-concebida daquilo que é a escola, pode criar nas pessoas sentimentos variados, por isso como diz Mendes (2002), o choque dá-se devido ao confronto da nossa imagem criada e o quotidiano escolar, ou seja, aquilo que nós sentimos desde o primeiro dia varia de acordo com aquilo que perspetivamos no nosso imaginário de como seria o nosso ano de estágio supervisionado.

Antes de começar este capítulo, talvez por ter pessoas próximas na área tinha uma ideia clara daquilo que seria o quotidiano escolar e de como abordar este novo ambiente em que me iria inserir. Não criei expectativas de que seria uma jornada só de momentos positivos e alegrias, bem como, não imaginei um ano só de falhanços e maus momentos, em mim, estava a ideia de que seria um ano diferente, seria um ano de crescimento e autodescoberta na minha futura profissão, e foi precisamente isso que aconteceu, portanto, o “choque de realidade”, para mim, foi pouco sentido na medida que já sabia o que estava por vir.

O facto de não ter colocado as minhas expectativas muito altas, ou muito em cima não implica que não tenha sentido qualquer diferença ao passar de aluno para professor, logicamente que se fez sentir a inversão de papéis na minha rotina. Ou seja, ser o principal foco de atenção dos alunos, o portador da mensagem e ser confrontado com questões que em contexto de treino não surgiam, desde questionar o porquê de se fazer um determinado exercício a questões comportamentais dos alunos, tornaram esta mudança mais difícil.

No entanto, as minhas ideias estavam claras e as minhas expectativas dentro do que eu achava que era e não era capaz e estas acabaram por se vir a tornar realidade com o desenrolar das aulas e todos os momentos que passei ao longo deste ano de estágio.

4. Planeamento

A experiência de ter colocado em prática todos os meus conhecimentos em duas turmas de contextos completamente distintos, obrigou-me a ter dois tipos de planeamentos diferentes, pela idade, número de aulas disponíveis e características da turma.

4.1 Turmas

4.1.1 12º ano

A turma de 12º ano, como já referido, era uma turma de curso profissional regida no seu termo por módulos, que são caracterizados por serem uma unidade que aborda conhecimentos específicos que serão essenciais na formação do aluno. No meu caso, neste ano em EF o programa direcionava-se para seis módulos distintos: M11-Jogos Desportivos Coletivos III – Voleibol (16 horas), M12-Ginástica III (7 horas), M-13Atividades de Exploração da Natureza (6 horas), M14-Dança III (5 horas), M15-Atividades Física/ Contextos e Saúde III (5 horas) e M16-Aptidão Física – Desenvolvimento Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas III (5 horas).

Quando me deparei com a tamanha diversidade de módulos e a oscilação de horas entre cada tema, a primeira coisa a ficar estabelecida com a PC foi, o que abordar e quando abordar. A ordem de abordagem manteve-se pelo número do módulo, ou seja, primeiro o M11 e assim sucessivamente.

De seguida, passei a planificação das aulas e Unidade Didática do M11, que pelas horas disponíveis seria aquele que podia ser trabalhado com mais complexidade e foco. Como nas reuniões prévias ao início do ano letivo com a PC fiquei logo a saber a capacidade prática da turma, portanto, a minha UD foi feita para uma turma de nível básico em todos os módulos à exceção do M14 e M15. Resumindo, o meu foco principal era dar a conhecer regras básicas dos diferentes jogos, desenvolver habilidades motoras básicas das modalidades, como passe de dedos no voleibol ou saber ler os pontos cardeais em Atividades de Exploração da Natureza e que todos os alunos e alunas participassem ativamente de todas as atividades propostas em aula e conseguissem ter sucesso e mais importante que melhorassem e evoluíssem dia após dia.

No primeiro módulo e por ter dezasseis horas de prática e tendo em conta que cada aula tinha uma duração de cinquenta minutos o planeamento feito por mim consistia em abordar uma habilidade especifica a cada duas aulas, para que à terceira aula a habilidade aprendida anteriormente fosse colocada em prática com a que estava a ser aprendida, *"(…) foi uma aula muito simples, com exercícios de iniciação ao passe em que falei dos aspetos técnicos da execução."* (Diário de Bordo, 21/09/2023), *"(…) o objetivo primordial foi introduzir os deslocamentos no voleibol e manter a exercitação do passe (…)"* (Diário de bordo, 28/09/2023). Obviamente, este planeamento não era linear na ideia de que algumas vezes, certas habilidades necessitassem de mais de duas aulas para serem aprendidas, mas, para facilitar toda a aquisição do movimento técnico específico, no fim de todas as aulas a última situação de prática era situação de jogo. Para este módulo, o aquecimento alternativo era, ora por exercício de técnica individual, ora por jogos lúdicos coletivos, estes realizados com mais frequência nas últimas aulas.

A turma apesar de todas as suas dificuldades mostrou sempre uma evolução muito rápida o que permitiu que aumentasse a complexidade dos exercícios e consequentemente do jogo, começando no 1x1 e terminando em 3x3. Em tão pouco uma evolução tão rápida? Pois bem, em todas as aulas o principal foco dos exercícios era o desenvolvimento técnico do aluno, a minha preferência para que dominassem a técnica antes de passar a algo mais complexo e que culminou a que na avaliação deste módulo, apesar da dificuldade, o jogo ia quase sempre aos três toques com algumas passagens de rede.

De uma forma muito geral, no início de cada aula a situação de aprendizagem pedida baseava-se muito na técnica individual, mas com exercícios de colaboração a pares, com o desenrolar da aula os exercícios, sempre com foco na prática, já com relações numéricas maiores incutiam a competição. A turma mostrou uma excelente evolução ao longo das aulas.

Mas o desafio, para mim, começou após este módulo. Os módulos que se seguiam tinham cerca de sete, seis e cinco horas de prática, como é que ia conseguir organizar aulas e uma avaliação com tão pouco tempo na prática? Sabendo já o nível da turma, não foi realizada avaliação diagnóstica para

determinar o nível geral e apesar de certos alunos sobressaírem, o geral era de um nível baixo.

No módulo seguinte, ginástica, a opção passou por recair na Ginástica Acrobática, que para mim, era considerada a de mais fácil aprendizagem. Portanto, a minha ideia era conseguir criar uma aula divertida e dinâmica sem fugir aos princípios teóricos da modalidade. Desde início foi dado, numa pequena parte da primeira aula, pegas, montes e desmontes. Auxiliei os alunos com uma ficha de apoio sobre o tema para que estes se apoiassem da mesma quando sentissem difiiculdade. Para as situações práticas, a minha dinâmica de aula era muito de exemplificação muito detalhada de cada figura numa fase de explicação e de seguida, era entregue uma folha aos alunos com todas as figuras, pares e trios, e a dinâmica recaía no género do jogo do bingo, ou seja, os alunos tentavam recriar as figuras e ao mesmo tempo iam completando a folha ao longo das aulas, a meu ver esta dinâmica correu muito bem com os alunos no dia da avaliação a conseguirem desempenhar as figuras com distinção e sem necessidade de ajuda em muitas das figuras. *"Para facilitar o entendimento dos alunos nos exercícios, preparei uma ficha de apoio para que estes seguissem as minhas explicações e tivessem um trabalho autónomo de autoaprendizagem através da observação das figuras na ficha. Método este, que teve muito sucesso no decorrer da aula."* (Diário de Bordo, 25/11/2023).

Neste conteúdo decidi levar aquecimentos que se assemelhavam aos aprendidos em aulas da didática de ginástica da faculdade, aquecimentos estes que eram exercícios de locomoção, em vagas e potenciassem o trabalho de força dos membros superiores e inferiores.

Em Atividade de Exploração da Natureza – Orientação, quis proporcionar aos alunos experiências diferentes daquilo que eles estavam habituados nas aulas de EF passadas. Era o momento ideal para lhes passar a mensagem que podemos fazer atividade física sem material e em qualquer lugar, portanto em todas aulas deste módulo criava um percurso de orientação pela escola, no qual em cada ponto de marcação os alunos realizassem um exercício, desde flexões de braços a squats. Assim, atenuava o facto de muitas vezes os alunos se deslocarem para cada ponto a passo. Nesse módulo a ideia de abordagem de

conteúdo ia ao encontro da interpretação de mapas. Para além disto, foi realizado um teste para ser, também, uma experiência diferente de avaliação para mim e ao mesmo tempo, senti que era a forma mais adequada de avaliar os alunos nesta fase.

O desafio principal e o que me tornou ainda mais uma pessoa que procura sempre o conhecimento e sair da zona de conforto foi, definitivamente, o módulo de dança. No planeamento deste módulo, estava com um sentimento de receio de não ser um bom professor para os alunos naquelas aulas, pois o conhecimento sobre a disciplina era muito escasso, mas isso, ao mesmo tempo criou em mim uma vontade de provar que estava errado e fui estudar à procura do que fazer nas aulas e de como o fazer.

Para tal, cheguei optei por dividir as aulas em dois estilos diferentes, Valsa Lenta e Rumba Quadrada. Nesta área, os alunos mostraram relativa facilidade de aprendizagem, o que levou a que os conteúdos abordados em aulas fossem no mínimo 2 diferentes por cada aula, fazendo com que as aulas tivessem ritmo e muito atividade motora.

Dividi as aulas em três/um/um, ou seja, dei o estilo de dança, Valsa lenta, nas primeiras três aulas que iria ser o elemento de avaliação, e numa quarta aula, a conselho da PC e para variar a ação dos alunos introduzi a rumba quadrada, isto porque senti, a par da PC, que os alunos já estavam consolidados no primeiro estilo e necessitavam de algo mais para manter o interesse na aula e a motivação na execução das tarefas.

Os aquecimentos em dança eram caraterizados pelos jogos pré-desportivos, pois, a aula de dança já se perspetivava mais parada e efetivamente isso veio a ser comprovado, portanto esta parte inicial da aula servia para elevar a temperatura corporal dos alunos e colocá-los em atividades diferentes do que iria se seguir na aula.

Apesar de toda a dificuldade na exploração dos conteúdos e lecionação dos mesmos que fui enfrentando, cheguei à conclusão de que a profissão de professor é uma profissão em que nunca podemos parar de procurar novos conhecimentos, sejam eles sobre uma modalidade, estratégias de organização de aula e até de formas de fornecer feedback. Este módulo ajudou-me a crescer

muito como professor em formação, como eterno estudante e fez-me entender que só não aprendemos se não quisermos, basta sair da nossa zona de conforto, ir em direção ao desconhecido e explorar até encontrar soluções.

No módulo seguinte, Atividade Física/ Contextos e saúde, em reunião com a PC ficou definido que os alunos realizassem uma apresentação oral como avaliação do módulo e que eu ficaria livre de escolher como lecionar nas aulas, portanto decidi fazer algo diferente e numa primeira aula fiz uma apresentação à turma sobre os benefícios da atividade física como forma de passar a mensagem a que me tinha predisposto no início do ano.

Nas aulas seguintes, quis proporcionar diferentes experiências aos alunos de que existe um horizonte de modalidades que estes não imaginavam, portanto planeei uma aula de Boccia, frisbee e ultimate frisbee. O principal objetivo da escolha destas modalidades recaía o simples facto de serem uma atividade diferente das que a turma estava habituada desde o início do seu percurso escolar. Senti que a turma apreciou as aulas, exploraram algo novo e isso notou-se pelo empenho que todos mostraram e pelo bom clima que se estabeleceu nas aulas. *"Após a explicação do primeiro exercício e com o fator competição sempre em prática os alunos tornaram a aula num ambiente divertido. Estavam sempre dispostos a correções e conselhos que os deixassem mais perto do sucesso na tarefa"* (Diário de bordo, 08/02/2024).

Para este módulo procurei criar aquecimentos que se assemelhassem ao que iria ser abordado, por exemplo em Boccia realizei o tiro ao alvo, na aula de frisbee efetuei passes a diferentes distâncias. Ou seja, queria sempre que os aquecimentos fossem perto do que iria ser abordado em aula.

No último módulo do ano, o planeamento dirigiu-se para a organização das aulas para a realização dos testes físicos da FitEscola. Por regra, realizei cerca de dois testes por aula. Na primeira aula procedi à realização dos testes do Vai e vem e abdominais, numa segunda passei ao teste de força de membros superiores, flexões de braços, e impulsão horizontal, na terceira aula efetuei os testes de velocidade e agilidade. A realização de 2 testes por aula sistematicamente, foi possível pois a turma sendo pequena abria espaço a que fosse possível realizar mais tarefas em cinquenta minutos em relação a uma

turma de maior número. Para estas aulas o aquecimento passava muito por situações de circuitos de coordenação motora e força para preparar os alunos para a realização dos testes.

O planeamento dos módulos durante o estágio revelou-se um verdadeiro desafio, pois exigiu a articulação de conhecimentos teóricos com a realidade escolar, à qual ainda não estava acostumado. Enfrentei dificuldades significativas numa fase inicial na adaptação dos conteúdos teóricos às necessidades específicas dos alunos, bem como na gestão do tempo das aulas para assegurar que todos os tópicos fossem abordados de forma eficaz. Contudo, essas dificuldades impulsionaram o meu crescimento, forçando-me a desenvolver estratégias e a aprimorar a minha capacidade de resolução de problemas. Senti uma evolução enorme nas minhas competências e na minha confiança enquanto educador, pois, ao ter como primeira experiência um curso profissional e as enormes discrepâncias nas horas destinadas a cada conteúdo, foi importante para que conseguisse adaptar-me às rotinas escolares rapidamente. Isso obrigou-me a ir à procura de informação e criar ideias e sistemas de organização para que os alunos fossem os mais beneficiados neste processo.

4.1.2 9 º ano

Como mencionado anteriormente, para que este ano fosse rico em experiências e desafios, foi me colocado, bem como aos meus colegas, a possibilidade de lecionar uma turma de 3º ciclo, assim foi feito. Fiquei encarregue de conduzir a turma pelo 3º período, o que na verdade foi benéfico na medida que consegui durante dois períodos observar e conhecer melhor a dinâmica da turma e cada uma das individualidades que a carateriza.

De acordo com o programa de EF as modalidades a abordar eram dança e ginástica e como primeiro passo de planeamento para a turma foi dividir cada um dos conteúdos pelas aulas disponíveis. A turma tinha EF três dias por semana durante cerca de cinquenta minutos. Infelizmente, neste período o número de aulas foi reduzido, ora pelo período em si ser curto e porque nos dois meses disponíveis coincidiram com feriados e atividades escolares que

obrigaram a abdicar de aulas. Portanto, em reunião com a PC ficou definido abordar ginástica em duas aulas e dança numa das aulas.

Em relação à UD de ginástica os conteúdos abordados e estabelecidos incidiam na ginástica de solo e aparelhos com foco no desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas. Logo, abordei em aula conteúdos como, saltos no minitrampolim, saltos no plinto, solo e trave.

Para conseguir abordar todos os conteúdos e manter a aula dinâmica tomei a decisão de organizar a sua estrutura em estações, em que cada uma era trabalhado um elemento gímnico específico e mantive a organização desta forma durante todo o período. Na minha opinião esta forma de organização era a mais benéfica para os alunos pois, apesar da turma ser um grupo muito heterogéneo, desta forma era possível que ao longo das aulas os alunos fossem capazes de trabalhar o máximo de conteúdo possível e durante muito tempo. No entanto, este tipo de organização tinha os seus contras e que ao longo do tempo foram-se evidenciando como o muito tempo de transição entre estação. Para combater isso coloquei um sistema de rotação pré-definido para que esse momento fosse o mais curto possível, o tempo de montagem e desmontagem do material obrigava a que tivesse de reduzir o tempo de aula, no entanto e para atenuar este aspeto destinei papéis de arrumação a cada grupo para tornar a aula mais eficiente. Apesar destes pontos menos positivos, a evolução era notória e a manutenção deste sistema organizativo pareceu-me ser a forma mais eficaz de dar aos alunos um processo de aprendizagem rico em prática.

Para enriquecer o desenvolvimento dos alunos, em cada estação foi colocada uma folha com vários níveis de elementos gímnicos que os alunos poderiam executar, se sentissem que estava no momento ideal para dar o passo seguinte no processo. Folhas estas que auxiliam e contemplavam componentes críticas sobre cada elemento, bem como progressões.

Desta forma e com um planeamento que promovia a autoaprendizagem, os alunos em muitos dos casos mostraram-se autossuficientes na procura pela evolução durante as nove aulas de ginástica neste período.

Para avaliação desta UD, o que foi estabelecido foi criar um sistema de avaliação contínua que como diz Benedetti (2023), é um método que avalia o

aluno por inteiro, ou seja, olha ao seu processo e foi isso que desde início ficou estabelecido, dar ênfase ao processo, fornecendo sempre feedback do seu desempenho e de como pode melhorar. Logicamente, foram aplicados momentos para uma avaliação sumativa, para perceber em que ponto se encontravam os alunos no final do período, mas na nota final o processo foi mais valorizado que o produto, pois alunos muito bons na prática tinham níveis de empenho e seriedade nas aulas muito baixos e nesse caso o produto não prevalecer no fim.

Já na UD de dança, o número de aulas foi escasso, somente cinco aulas para abordar os conteúdos programados para o 9ºano. No caso desta turma e como já havia abordado dança na turma de secundário a opção recaiu na rumba quadrada pelo simples facto de estar mais presente para ser ensinada.

Portanto, e como o número de aulas foi semelhante à turma de 12º ano, o planeamento era similar, dois novos conteúdos a cada aula. A turma nesta UD surpreendeu-me pela positiva, pois parecia capaz de captar muito facilmente as componentes fundamentais de cada passo novo, logo, no fim de cada aula abria sempre um espaço para que os alunos desenhassem uma coreografia própria, com tudo o que havia, até ao momento, sido ensinado em aula e que mais tarde viria a ser utilizada no momento de avaliação.

Apesar do tempo reduzido, a forma de planeamento permitiu ao aluno captar em cada uma das aulas tudo que tinha sido lecionado.

Nesta UD o processo de avaliação também se focou no processo em relação ao produto, no entanto, como em ginástica, foram estabelecidas aulas para realização de uma avaliação mais formal.

Este método de planeamento das UD enfatizou significativamente o processo, o qual considero mais importante em relação ao dito produto, mesmo em contexto de treino. Na medida em que se o trabalho realizado permitir a um aluno com dificuldades em realizar um rolamento à frente no início do ano, conseguir realizá-lo, ainda que com dificuldades, demonstra que houve evolução e aprendizagem. Demonstrou-me que, num curto espaço de tempo, é possível explorar inúmeras estratégias de funcionamento das aulas. No entanto, se mantivermos uma base sólida da nossa ideia pedagógica, e esta for eficazmente

transmitida e assimilada pelos alunos, o resultado será um processo de ensino-aprendizagem rico. No meu ver, quando os alunos se habituam às dinâmicas estabelecidas pelo professor, têm mais probabilidade de obter uma experiência educativa mais enriquecedora e eficiente. Esta sinergia entre planeamento e prática pedagógica é fundamental para o sucesso dos professores em aula.

4.2 Comportamento e gestão das aulas

O envolvimento com o treino desportivo durante três anos capacitou-me de determinadas competências para gestão de comportamentos e momentos do treino que em aula podem ou não resultar, e este ano mostrou-me que o contexto que iria enfrentar era totalmente distinto ao que estava habituado e as estratégias que tinha praticado em tempos, aqui poderiam não ter o mesmo efeito.

As duas turmas eram na sua íntegra totalmente opostas, de um lado tinha uma turma com adolescentes sensatos e maduros que sabiam que a atitude em aula devia ser de respeito com o professor e empenho na execução das tarefas e de um outro lado tinha um grupo de pré-adolescentes com alguns problemas comportamentais, falta de empenho e motivação. Logicamente esta caracterização retrata a turma pela maioria, um pequeno grupo de estudantes era exceção. Sabendo destas diferenças entre as turmas a minha postura, tal como os dois anos, foi totalmente distinta.

No 12º ano desde início procurei estabelecer-me como uma figura autoritária, com regras básicas de funcionamento das aulas bem definidas, mas ao mesmo tempo tentei passar aos alunos que seria o principal motivador para que eles se superassem dia após dia. Para que a aula funcionasse da forma esperada uma das regras principais era reunir sempre o grupo numa determinada zona do campo para poder explicar um exercício ou no início da aula sentá-los em meia-lua para uma breve explicação do que irámos abordar em aula e realização da chamada.

A turma como era caraterizada pelo bom comportamento não me causou transtornos na forma de funcionamento das aulas, ficando o mesmo a depender só de mim.

No que concerne ao funcionamento das aulas a maior dificuldade sentida foi a gestão do tempo de cada exercício e consequentemente da aula. Em cada

exercício a instrução era distinta, logo, o seu tempo também e alguns momentos esse tempo era algo alongado o que me obrigava a ajustar certos exercícios e em muitos dos casos senti alguma dificuldade em fazer esses ajustes, *"Como aspeto a melhorar aponto o fato de ter encurtado um exercício involuntariamente tendo então de compensar num exercício posterior o que pode ter causado alguma fadiga aos alunos, mas ainda assim estes mantiveram-se empenhados ao longo da aula."* (Diário de Bordo, 26/09/2023). Esta problemática suscitou em mim a necessidade de ir além do que estava no plano de aula, com o passar do tempo aprendi a ler o exercício, a ver como os alunos se sentiam a realizá-lo e a perceber que o importante era tempo de empenhamento motor bem dirigido e que poderia sempre adaptar cada momento em função do estado do aluno.

A turma e o seu comportamento, permitiu que se criassem sempre momentos de descontração durante a aula, seja em momentos com exercícios lúdicos ou competição, nos quais prevalecia sempre o bem-estar.

Foi uma turma relativamente fácil de gerir os seus comportamentos e execução das tarefas, portanto, num balanço geral foi um privilégio ter 'comandado' este grupo e uma "sorte" ter ficado responsável por alunos responsáveis que tornavam todas as aulas em momentos de alegria para mim.

Com a prática e todas a experiências absorvidas até então, eis que chega o 3º período, aquele que para mim foi o mais desgastante e complexo deste percurso. A turma em nada facilitou o meu trabalho fazendo com que tivesse de me recriar e explorar um universo de estratégias que seguramente tornaram este momento muito enriquecedor, mas simultaneamente, desafiador.

Nas aulas de ginástica foi onde senti mais dificuldades em gerir a turma. Numa fase inicial construí equipas com a distribuição de papéis a cada elemento, no sentido de dar a todos os alunos um significado na aula, no entanto essa organização não funcionou, pois, a necessidade de passar de cinco para quatro estações, pois o empenho dos alunos não estava a ser o melhor, obrigou a que refizesse os grupos, mantendo-os até ao fim do ano letivo.

Com uma postura de circulação pelo espaço, constante tentativa de auxiliar os alunos e com uma organização em estações por vezes alguns alunos não realizavam o exercício, portanto, uma nova estratégia foi experimentada,

estações com execução em vaga após sinal do professor. Esta estratégia acabaria por ter os seus prós e contras com a coordenação entre o feedback e o sinal sonoro a ser o meu adversário nesta estratégia, mas que apesar dessa dificuldade mostrou-se a mais eficaz para a gestão do comportamento, pois estava posicionado num ponto estratégico no espaço e os alunos ao saírem somente após sinal era possível controlar quem realizava o exercício e quem não realizava.

Já em dança a turma aparentava ter uma atitude mais correta, apesar das brincadeiras e momentos fora da tarefa, a turma mostrava-se mais empenhada. Nesta UD a aula era conduzida de uma forma mais vocalizada, ou seja, os alunos reagiam por comando da minha voz em grande parte da aula. Os exercícios eram antecedidos sempre com uma explicação e posterior exemplificação e a prática era realizada por comando. Este tipo de estratégia mostrou-se muito eficaz para o funcionamento das aulas pois, dessa forma, tinha os alunos no meu raio de visão, logo, geria com mais facilidade os comportamentos desviantes da tarefa e para este conteúdo programático esta estratégia de reprodução por comando ajudou os alunos a absorverem os conteúdos abordados com relativa facilidade.

Como referi inicialmente esta turma foi definitivamente a turma que tornou o meu ano mais exigente colocando muitas vezes em dúvida toda a minha capacidade e motivação para continuar, *"A aula de hoje, sinto que foi a aula que desde o início desta caminhada me fez duvidar se realmente era este rumo que iria tomar"* (Diário de bordo, 09/05/2024), mas a procura por estratégias foi incessante, a mudança foi a palavra principal, mas o que fica são as experiências e os desafios que foram superados e a reflexão como principal auxilio para melhorar*, "Com a experiência, vêm as novas estratégias e soluções e acredito que esta aula servirá de aprendizagem e daqui para a frente espero ser capaz de controlar os alunos com métodos corretos e eficazes"* (Diário de Bordo, 09/05/2023).

No geral o balanço e a minha reflexão dia após dia diz-me que este processo de adaptação às características específicas de cada turma e cada indivíduo que nela está incluído é essencial no processo de ser professor, pois requer uma análise contínua das dinâmicas de grupo e dos perfis individuais dos alunos. A

gestão eficaz dos comportamentos em uma ou mais turmas implica a implementação de estratégias pedagógicas baseadas em teorias de gestão que cada um acredita ser um reflexo das suas ideias pedagógicas, mas ao mesmo tempo, que promovam um ambiente de aprendizagem estruturado. A busca pela melhoria, tanto nos domínios das competências pedagógicas como no desenvolvimento de habilidades interpessoais, é fundamental para o crescimento profissional do educador. Este processo de reflexão e adaptação não só enriqueceu a minha prática docente, como também contribuiu para a minha contínua formação integral enquanto futuro professor.

4.3 Avaliação

Quando olhamos para o processo de avaliação podemos olhar para um momento, que como diz Bratifische (2003), aponta as dificuldades no processo de aprendizagem, o que as causa e como se podem tornar em ganhos para o aluno, e a avaliação na EF trata o momento da mesma forma. Enquanto avaliadores devemos compreender quais são os problemas dos nossos alunos e arranjar soluções para resolvê-los, para isso é necessária uma observação e leitura das necessidades do nosso estudante.

Pela primeira vez no meu percurso era confrontado com a necessidade de avaliar e apesar de todo o que me foi passado no primeiro ano do mestrado sobre este ponto as dificuldades em realizá-lo foram evidentes, desde que método utilizar até à sua prática em momento de aula.

Na fase inicial do processo, ao contrário da maioria não realizei uma Avaliação Diagnóstica, que por seu significado e segundo Gonçalves et al (2014), situa o aluno em relação aos conhecimentos e aptidões de acordo com o seu nível de ensino, pois em todas reuniões com a PC foi-me deixado muito claro que o que iria enfrentar, tendo sido muito bem situado em relação ao nível de todos os alunos, portanto, a realização deste momento e em conjunto com a professora não foi considerado pertinente porque estava nítido qual o nível de ambas antes mesmo de começar a minha prática pedagógica.

A minha perceção acerca de como avaliar e que rumo tomar neste processo vai ao encontro do que já mencionei no ponto 4.1.2, valorizar o processo, fazer uma Avaliação Contínua, enfatizar aos alunos que o trabalho é importante e

consequentemente a sua evolução também, portanto, todas as aulas eram momentos de avaliação para mim e para os alunos. Logo, para poder dar aos alunos a oportunidade de terem uma aprendizagem mais autónoma (Gonçalves,2012), e de maneira que eles criassem ferramentas e capacidade de crescimento para o seu futuro, esta estratégia pareceu-me a mais acertada.

Apesar de esse ser o principal foco, avaliar o produto final também era uma necessidade, portanto, a realização de uma avaliação sumativa foi pertinente, ainda que em outra escala, para reconhecer o processo do aluno e em que nível final este se situava no fim do processo.

Para realizar este processo a busca da estratégia recaiu sobre uma "Checklist", que de uma forma breve é conhecida por ser uma folha de registo de habilidades especíiificas do conteúdo, mas para avaliar através da observação. Como referem Cristina e Smole (2001, p9) "(…) para observar é preciso direcionar o olhar, registar aquilo que é percebido (…)" e sendo um professor sem experiência este processo de observação causou-me algum transtorno aquando da sua prática, pois, em certos momentos tinha dificuldade em conseguir observar e registar e manter esta sequência num ritmo linear, muitas vezes conseguia assinalar uma habilidade com a ajuda daquilo que tinha sido observado ao longo de todas as aulas. Esta dificuldade, ao longo do ano foi ficando menos visível para através da criação de estratégias de observação, por exemplo: definir o que avaliar, e com a aula a decorrer normalmente avaliar cada grupo de trabalho durante um determinado tempo de prática, ao invés de tentar avaliar tudo em simultâneo sem definir ordens, conteúdos e sequências de execução. Esta estratégia acabou por se mostrar eficaz especialmente na UD de ginástica com a turma do 9º ano pois, dessa forma era ao indicar um determinado grupo para ser avaliada numa estação era capaz de controlar o funcionamento da aula e o registo das informações retiradas da observação.

Como experiência neste EP, proporcionei momentos de testes escritos que para mim se tornaram numa forma de inovar na forma como avalio e explorar outros caminhos que podem complementar ainda mais o meu processo de formação, saindo da zona de conforto e ir além do que está implícito na teoria.

Como complemento à minha ideia de o processo prevalecer ao produto, um dos momentos que dava muita atenção e pedi especial critério aos alunos, era na autoavaliação, pois era neste momento que cada podia refletir sobre todo o processo e perceber em que patamar se encontravam. No meu entendimento, este momento mostrava se todas as minhas práticas pedagógicas tinham sido bem aplicadas, bem como os conteúdos e deixava explícito se a AC se tinha tornado num caminho positivo para o processo de aprendizagem de cada um. “A autoavaliação nas escolas constitui uma necessidade de introspeção e de reflexão sobre os seus processos e resultados, de forma a procurar o melhor caminho” (Faria, 2020, p3).

Quer o professor quer os alunos podem crescer a partir da reflexão, e se formos capazes de olhar ao nosso processo, decifrá-lo e perceber o porquê de tomarmos certas decisões, no futuro, certamente seremos pessoas e profissionais mais completos e mais capazes de exercer com mérito a sua função na sociedade.

4.4 Feedback

Na execução das funções de treinador ao longo destes últimos anos uma das bases que permite aos jogadores ter um processo de aprendizagem mais enriquecedor é a mensagem que passamos acerca da sua execução e que tipo de conteúdo disponibilizamos através das correções, sendo que na escola a base mantém-se. Quina (1998), diz-nos que o feedback cumpre duas funções, informar e reforçar, e se esse momento for feito com a devida pertinência, o aluno é beneficiado na sua totalidade e de acordo com diversos autores é considerado o comportamento mais influente na aprendizagem.

Existem diversos tipos de feedback, desde visual com a exemplificação do movimento técnico a verbal e ao longo deste ano executei essas variações em aulas de forma a permitir que os alunos compreendessem o momento e a ação requerida naquela fase do ano.

Ao longo das aulas e contrariamente ao treino senti muitas vezes que o feedback não estava a ser passado corretamente por um simples motivo, a duração. É comprovado por estudos já realizados na área, como Quina (1998) que feedbacks muito extensos são menos retidos que feedbacks menos

extensivos, e um dos principais erros que cometi era tornar esse momento muito longo, pois queria mostrar conhecimento aos alunos, mas a mensagem não era passada adequadamente.

Portanto, a forma que passei a fornecer informação e o momento de executar a função informativa, passou a ser mais curto e direto, prestando auxílio ao aluno daquilo que ele era mais carente no momento da execução. No entanto, ainda cometia um erro fulcral que comprometia o meu sucesso pedagógico, ao não realizar o momento de reforço. Apesar de reagir bem no momento de execução do aluno, direcionava o feedback e logo após não observava a execução do aluno, logo, o reforço era suprimido e apesar da informação ser passada como é que realmente tirava a conclusão que teria sido eficaz na minha ação se não fechava o ciclo do feedback?

Após ter sido chamado à atenção inúmeras vezes, essa lacuna na minha prática pedagógica foi-se desvanecendo com o passar dos dias.

Após realmente executar este momento com clareza e assertividade os alunos foram, ‘a olhos vistos’ os mais beneficiados do processo e a sua evolução foi de tal forma crescente que o feedback, a partir de um certo ponto, passou a ser mais feedback positivo da execução.

Esta forma de feedback criou nos alunos e, consequentemente, na aula um clima extremamente positivo, com os alunos quererem todos os dias serem melhores nas suas ações o que levou a um aumento exponencial do clima motivacional que se vivia nas aulas.

A capacidade de intervir e corrigir o aluno no momento certo, é um dos muitos *skills* que o professor deve adquirir na sua prática e que o tornam eficaz nas suas decisões, mas para tal é necessário um trabalho para conhecer um conteúdo para que a informação seja passada de forma clara para os alunos.

Se formos capazes de fornecer um feedback personalizado, construtivo e que atenda às necessidades da turma ou dos alunos individualmente, certamente que a motivação dos alunos aumenta porque estes irão sentir-se importantes e valorizados nas aulas e o clima de aula tornar-se-á positivo.

Portanto incentivar o aluno, feedback positivo, corrigir e informar o aluno, feedback corretivo e informativo, são valências indispensáveis ao professor e, no meu caso, as interações com a PC e as reflexões após as aulas tornaram-me mais eficaz nesse aspeto e sinto atualmente que sou um melhor professor nesse aspeto.

4.5 Reflexão

Como já foi abordado neste relatório uma das principais características que um PE deve ter na sua bagagem é a capacidade reflexiva sobre as suas ações, e num ano como o de estágio em que estamos num contexto no qual não temos experiência, mas temos o privilégio de ter pessoas que nos orientam ao longo das aulas, a reflexão deve fazer parte do nosso trabalho pós-aula. Saber pensar sobre o que foi feito na aula ajuda o nosso trabalho futuro a ser mais eficiente e ajuda-nos a sermos mais competentes no nosso trabalho.

Ter a capacidade de refletir é também ser capaz de encontrar caminhos alternativos aos que inicialmente tomamos, é ser capaz de tocar nos nossos erros e torná-los em momentos que nos vão deixar mais fortes para o futuro, (Carabetta Júnior, 2010)

4.5.1 Importância

“A dificuldade maior não é encontrar a resposta do problema e sim identificar o problema ou as situações problemáticas” (Rodrigues,1998, p.50). Esta breve citação resume em poucas palavras a importância que o momento reflexivo teve para mim ao longo deste percurso.

A capacidade de introspeção e reflexão que fui adquirindo torna-se importante dia após dia pois tornou-me capaz de conseguir identificar o erro cometido seja no planeamento ou na prática pedagógica. Ao ser “obrigado” a refletir aula após aula, com o passar dos dias tornou-se algo imprescindível e de uma importância incalculável para mim e para o meu trabalho. Identificar lacunas nas aulas, na minha prestação e depois passá-las para a escrita resultou no facto que a descoberta de soluções para os problemas apontados se tornasse ainda mais simples para mim.

A reflexão também se tornou importante para mim no sentido que me permitiu conhecer o ambiente que me rodeava aula após aula, ou seja, ao parar para pensar sobre o que foi feito, sobre a prestação dos alunos e as interações com a PC e refletir sobre tudo isto ajudou a que me identificasse mais com o contexto onde estava inserido, pois ia compreendendo cada aluno, cada prática positiva que resultava com determinada turma, logo, ia-me adequando cada vez mais ao meio no qual me inseria.

No meu ver, a reflexão é o momento mais importante da nossa prática pois é nesse momento que olhamos para a mudança e para algo novo. Se não refletirmos sobre o nosso trabalho não mudamos e se não mudamos, não melhoramos nem crescemos. Para chegar ao topo existem vários percursos diferentes, em cada um encontramos diferentes problemas e se não formos capazes de os desconstruir e refletir sobre eles o caminho torna-se mais difícil. O mais fácil é fazer sem olhar para trás, mas se olharmos o que vem depois com certeza que faremos com mais profissionalismo e critério.

4.5.2 O que mudou em mim?

Tendo já experiência do treino, no qual a reflexão também é peça fundamental do sucesso, o contexto de sala de aula não difere e, portanto, mudou em mim a maneira como encarava este momento.

Após perceber o verdadeiro significado deste momento nunca mais consegui deixar de o fazer e refletir sobre todas as minhas práticas, mesmo após um minuto da aula ter terminado e até durante a mesma. O meu dia a dia passou muito pela reflexão e todo o meu planeamento derivava daquilo que havia sido refletido sobre a aula anterior.

Também numa fase inicial do estágio dava muita atenção aos conhecimentos teóricos e por vezes focava-me demasiado nesse ponto, e com a reflexão entendi que temos de ser capazes de sair desse espetro e criar principalmente um ambiente de aprendizagem positivo para o aluno que consiga aliar as variantes contextuais da prática e a teoria.

O processo de reflexão também me permitiu moldar os meus diferentes tipos de abordagens a um determinado conteúdo consoante as necessidades dos

alunos, o que posteriormente resultou numa adaptação e modificação das minhas aulas.

Este processo passou, sem dúvida, a ser um momento imprescindível para mim, refletir é mudar. E atualmente este processo está presente em todos os momentos do meu trabalho.

5. Envolvimento com a comunidade educativa

Para nos enquadrarmos num contexto novo devemos procurar fazer parte desse contexto através da participação em todo o tipo de atividade que a escola ou o grupo se propõe a realizar ao longo do ano letivo.

Envolvermo-nos com os nossos “colegas” ajuda a que os nossos dias na escola sejam mais positivos, que as nossas interações sejam mais ricas e que possamos ter alguém que nos ajude em situações mais complexas na escola.

Felizmente, a escola que me acolheu é um estabelecimento muito ativo nesse aspeto e, especialmente, o grupo de EF. O grupo estava continuamente a procurar e a desenvolver ideias para atividades para os alunos saírem um pouco do habitual e tive o prazer de poder fazer parte de algumas dessas ideias, tais como torneios na escola e atividades de desportos radicais.

Todas estas atividades permitiram que me aproximasse muito dos professores mais experientes e sem dúvida que tornou este ano muito especial e entusiasmante para mim.

5.1 Corta-mato

Como primeira atividade do ano e com vista ao encontro regional das escolas, o grupo de EF organizou o evento do corta-marto que abrangia todos os anos escolares. Este evento realizou-se no Parque Municipal de Santa Luzia no Funchal e contou com a ajuda dos professores de EF e dos alunos do curso de Técnico de Desporto.

A minha participação neste evento passou pela parte de registo de resultados dos participantes ao longo das provas. Como primeira atividade na escola senti que foi um momento importante para mim para me aproximar dos meus colegas

professores e conhecer um pouco mais da cultura da escola através da atitude dos alunos e da organização.

Nesta prova percebi a importância que este tipo de atividades tem para os alunos pela entrega e atitude competitiva de cada um e para os professores que promoveram um momento muito organizado e sistematizado para que os alunos pudessem usufruir do momento ao máximo.

Desde este dia percebi que a escola valoriza a inovação e a criatividade e que seria importante fazer parte destes momentos se me quisesse ambientar e efetivamente fazer parte do grupo.



Figura 2- Cartaz Corta-Mato

5.2 Inter-turmas

O inter-turmas de futsal foi a atividade que sem dúvida me deu mais prazer em participar porque me remeteu para os meus tempos de escola. Nesta atividade vi novamente o que era ser criança através do entusiasmo das crianças em cada jogo e poder estar de perto a acompanhar cada momento do torneio sem dúvida que facilitou em algum momento a minha passagem pela escola.

Ao contrário da primeira atividade que foi um momento de grupo, este torneio foi organizado por uma professora organizadora e diversos professores

colaboradores incluindo estagiários. Dividiu-se em dois momentos distintos em dias diferentes, num primeiro dia a fase de grupos e num segundo dia a fase final.

Num primeiro momento organizou-se o torneio por anos de escolaridades, com cada ano a ter dois grupos em que se apuravam os dois primeiros de cada grupo e o melhor segundo. Numa segunda fase, o momento de eliminatórias foi organizado através de jogos todos contra todos dentro de cada ano escolar entre as turmas apuradas. Este sistema organizacional para o torneio mostrou-se muito eficaz em termos de gestão de tempo, com todos os jogos a serem cumpridos dentro do horário estabelecido. Em termos de espaço foram utilizados quatro dos seis campos disponíveis para atividades. Nesta atividade fiquei responsável pelos jogos num dos campos, tinha o papel de registo de resultados, transições de jogos e gestão de comportamento dos alunos.

Foi um momento extramente rico e divertido para em que, mais uma vez, me aproximou da escola e da sua cultura.



Figura 3- Cartaz de Promoção do inter-turmas



Figura 4- Cartaz de eliminatórias do inter-turmas

5.3 Dia da Educação Física

O “Dia da Educação Física” é uma tradição escolar que já leva alguns anos e que tem por cultura ser organizada pelos dois núcleos de estágio que escola acolhe todos os anos, núcleo FADEUP e o núcleo UMA e este ano letivo não foi diferente.

No início deste projeto foi realizada uma reunião com ambos os núcleos e respetivos PC para alinhar ideias e perceber que tipo de atividades a escola normalmente procura neste dia festivo e após esse momento os PE reuniram-se discutiram ideias e determinaram diferenciaram diferentes papéis para cada um. A mim foi destinado organizar uma mega-aula de zumba e, portanto, coloquei ‘mãos à obra’ para que tal acontecesse e consegui recrutar uma aluna do curso Técnico de Desporto que iria apresentar o seu projeto final nesse contexto para poder lecionar essa mega-aula.

Para além desta atividade realizamos jogos tradicionais, demonstrações de Karting, Judo, Esgrima, Kick-Boxing, Hip-Hop, Capoeira e um jogo de futsal de professores contra alunos. Estas atividades foram possíveis através da tentativa de contactar cada associação e clube, que como consequência resultou em interações muito positivas e um estabelecimento de contactos que no futuro podem ser importantes.

Em termos de organização das atividades e sendo que as mesmas se destinavam às turmas que tinham EF no dia, foi criado um cronograma com os horários de cada turma e foi destinada a cada turma uma atividade durante o tempo de aula, à exceção das turmas com aulas de dois blocos que do primeiro para o segundo bloco mudavam de atividade.

Foi uma atividade muito interessante para os alunos na medida em que foi possível ter um dia diferente e fomos capazes de mostrar que a EF é muito além da sala de aula e que podemos realizar atividades relacionadas com o desporto e nos divertirmos ao mesmo tempo.

Com a colaboração de todos os PE a atividade foi muito bem-sucedida, com uma excelente organização e atividades muito interessantes e que pelos rostos dos alunos foram muito entusiasmantes.

Para mim, foi nesta atividade que me senti efetivamente um membro da comunidade pois tive o prazer de organizar os momentos, receber os

participantes e poder ser felicitado pelos que nos acompanharam, foi a melhor recompensa após a elaboração de uma atividade deste nível.



Figura 5- Cartaz dia da Educação Física

5.4 Desporto Escolar

Tal como foi proposto por ambas as partes responsáveis pelo meu processo de Estágio e como uma forma de me envolver com a escola afiliei-me ao núcleo de DE de Andebol. Esta decisão vem do peso de ter sido praticante da modalidade durante 10 anos e como nos anos anteriores estive ligado ao treino, mas na modalidade de futebol pareceu-me bem enveredar por outro caminho de forma a abrir os meus horizontes.

Cheguei a este desafio com a ideia de que seria muito parecido àquilo a que estava habituado na modalidade e que o processo de treino fosse semelhante ao de uma equipa. Após somente cinco minutos de treino deparei-me com uma realidade completamente diferente. Deparei-me com crianças que encaravam o treino de desporto escolar como o intervalo e outras que encaravam como uma brincadeira dificultando o meu trabalho e do professor responsável do núcleo em

gerir os comportamentos e de manter os alunos ligados ao treino. Mas, para além deste problema, o desporto escolar enfrente um problema ainda maior.

Em interações com o professor responsável percebi que o desporto escolar enfrenta o problema dos gadgets, ou seja, enfrenta o problema das tecnologias. Esta facilidade de acesso acaba por trazer consequências para todos os núcleos de desporto escolar. A principal consequência é a redução significativa do número de crianças em cada núcleo, e no meu caso para além do número reduzido de inscritos, a irregularidade na assiduidade de cada um também era um problema para o nosso processo de treino.

Esta facilidade de acesso a aparelhos eletrónicos afasta os jovens da prática desportiva dentro e fora da escola, então, eu encarei o desafio do desporto escolar como um desafio ainda maior do que aquilo realmente é, o meu objetivo para além de atrair crianças para o núcleo era mantê-las ligadas ao desporto.

A escola tendo uma afiliação ao Clube Escola Levada tem o objetivo de recrutar jogadores do desporto escolar para o clube de competição na Associação de Andebol da Madeira, e o nosso principal propósito era esse, manter os alunos no clube.

Ainda que o número de participantes fosse reduzido tentei sempre ao máximo passar aquilo que adquiri ao longo de anos na modalidade para os alunos e torná-los uns amantes da modalidade, mas, principalmente, do desporto e de uma vida saudável. Tentei sempre ser parte ativa do processo de aprendizagem de cada um através de demonstrações e participação no treino e com isso senti que com o passar do tempo os alunos cresceram como praticantes e ao mesmo tempo consegui cativá-los a gostar da modalidade e serem frequentes nos treinos e concentrações que se iam realizando ao longo das semanas.

Na região, ocasionalmente, existiam concentrações de desporto escolar pela ilha, sendo que tive o prazer de acompanhar a escola em algumas concentrações em que jogávamos contra outras escolas e, a meu ver, mostrava aos alunos um lado mais competitivo do desporto escolar indo mais além de uma atividade da escola.

Esta oportunidade foi muito especial para mim, pois permitiu que me mantivesse ligado ao treino, ainda que numa modalidade diferente, proporcionando-me momentos que as aulas propriamente ditas não me proporcionaram, como situações mais lúdicas e descontraídas e também fez com me aproximasse dos alunos e da escola pois quando estava em contexto de competição sentia-me efetivamente parte da escola e da sua estrutura.

6.Estudo: A influência do sexo na participação das aulas de Educação Física

6.1. Resumo

O presente estudo de investigação teve como principal objetivo apurar se existem diferenças significativas entre sexos na participação dos alunos nas aulas de Educação Física. No estudo participaram cerca de 143 alunos do 9º ano de escolaridade, sendo que destes, 52,4% eram do sexo feminino e 47,6% do sexo masculino. Foi aplicado um inquérito no qual se incluíam dois questionários distintos que abordavam a motivação para a prática e os motivos para a prática. Os dados foram sujeitos a uma análise estatística descritiva e de correlação que levaram à conclusão de que os rapazes são mais motivados para as aulas em relação às raparigas. Como ponto fundamental do estudo foi possível determinar que efetivamente existem diferenças significativas entre os sexos na participação nas aulas de Educação Física.

6.2. Abstract

The main aim of this research study was to find out whether there are significant differences between the sexes in students' participation in Physical Education classes. Around 143 9th grade students took part in the study, 52.4 per cent of whom were female and 47.6 per cent male. A survey was administered which included two separate questionnaires addressing motivation to practice and reasons for practicing. The data was analysed for descriptive statistics and correlations, which led to the verdict that boys are more motivated to attend classes than girls. As a fundamental point of the study, it was possible to determine that there are indeed significant differences between the sexes in participation in Physical Education classes in this context.

6.3. Introdução

Desde sempre soubemos que existem diferentes níveis de motivação para praticar desporto dentro e fora do contexto escolar, e estes podem variar de indivíduo para indivíduo. Ao longo deste ano letivo percebi que os alunos cada vez mais estão menos motivados para as aulas de EF e esta falta de vontade parecia ser geral. Portanto um dos desafios para os professores de EF é perceber se efetivamente existe uma tendência neste sentido e de que forma podemos quebrar este ciclo que a cada dia que passa se torna cada vez mais evidente no panorama escolar e da Educação Física.

Historicamente associa-se o sexo a uma determinada prática desportiva, por exemplo, ao sexo masculino associamos desportos mais corajosos, de maior virilidade e agressividade, já ao sexo feminino associamos desportos mais harmoniosos e suaves, e esta associação ou estereótipo que se cria pode influenciar o envolvimento dos estudantes nas aulas de EF.

Partimos com a ideia de que as habilidades específicas desportivas, o professor de EF, o desporto que está a ser lecionado influenciam o envolvimento do aluno na aula (Bidutte, 2001) e cada indivíduo tem a sua própria forma de se adaptar ao contexto em que está inserido e aos problemas que surgem resultando em diferentes níveis de motivação que diferem entre rapazes e raparigas.

Bidutte (2001) num estudo realizado sobre a motivação dos alunos para a EF concluiu que os alunos do sexo feminino têm índices de motivação mais baixos em comparação com os alunos do sexo masculinos ora porque as expectativas não eram correspondidas ora porque a perceção da competência era menor, portanto, entender estas disparidades entre sexos e perceber se influencia na participação das aulas num contexto próximo é pertinente para compreender e futuramente desenhar estratégias que permitam a todos os estudantes serem parte ativa do processo de aprendizagem.

Conseguir compreender as diferenças de níveis de motivação entre alunos e saber o porquê de haver diferenças significativas entre sexos na participação poderá ser um passo importante para a EF.

Parece haver um consenso entre autores como Bidutte (2001) e Marzinek (2004) que afirmam que os alunos do sexo masculino são mais motivados que os do sexo feminino e no presente estudo no contexto onde lecionei, perceber a relação que existe entre sexo e envolvimento será o ponto fulcral.

Neste sentido a investigação tem como objetivo principal: Verificar se existem diferenças significativas entre os sexos na participação das aulas de EF.

6.4. Metodologia

Participantes

Na tabela seguinte estão representadas as percentagens de sexo na amostra.

	n	%
Raparigas (0)	75	52,4
Rapazes (1)	68	47,6

Tabela 1- Medidas descritivas do sexo dos alunos

Os participantes do estudo são alunos da Escola Básica e Secundária da Região Autónoma da Madeira, que frequentavam o 9º ano de escolaridade. Foram recolhidas cerca de 143 respostas, sendo 75 alunos do sexo feminino (52,4%) e 68 do sexo masculino (47,6%).

Instrumentos

Foi aplicado um questionário aos alunos através da plataforma Google Forms no qual estava incluído o questionário Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire (BREQ-4) desenvolvido por Assor, A., Vansteenkiste, M., & Kaplan, A. (2009), que me ajudou a compreender os indicadores de motivação dos alunos para a participação nas aulas de EF. O questionário enquadrava cerca de seis dimensões de avaliação, que foram respondidas ao longo de vinte oito itens. Itens estes que que se mediram numa de escala de 0 (Discordo Totalemente) a 4 (Concordo Totalmente). Num segundo questionário da motivação QMPD Gill, D.L., Gross, J.B., & Huddleston, S. (1983), realizei uma adaptação tendo retirado duas dimensões de estudo: Estatuto e Competição.

Portanto o questionário contemplava cerca de 6 dimensões, medidas numa escala de 1 (Nada Importante) a 5 (Totalmente Importante).

Após a aplicação do questionário as respostas foram transferidas para o Microsoft Excel para revisão e alterações de alguns pontos e de seguida para o software IBM SPSS Statistics 29 no qual foram realizados todos os testes de análise estatística.

A análise começou por uma análise da estatística descritiva de forma a determinar valores de mínimo, máximo, média e desvio padrão dos itens que foram abordados ao longo do estudo.

De seguida, e para compreender as diferenças entre os sexos em relação aos motivos para a prática das aulas e as suas relações realizou-se os testes de Correlação de Pearson de forma a associar várias variáveis distintas (Filho, 2009).

Após estes testes ainda foi realizado um teste de amostras independentes de forma a poder analisar se existiam diferenças significativas entre sexos nos parâmetros abordados no estudo

6.5. Apresentação e análise dos resultados

Após o tratamento de dados no software SPSS, passei à análise da estatística descritiva e foi possível reunir todos os resultados na Tabela 2.

	Min.	Max.	*M*	*DP*
Amotivação	,00	4,00	,674	,949
Regulação externa	,00	4,00	,781	,943
Introjectada de evitamento	,00	4,00	1,290	1,076
Introjectada de aproximação	,00	4,00	2,261	,845
Regulação identificada	,00	4,00	3,105	,909
Regulação integrada	,00	4,00	2,529	1,099
Motivação intrínseca	,00	4,00	3,073	1,038
Forma física	1,25	5,00	4,328	,865
Emoções	1,00	5,00	3,744	,990
Prazer	1,00	5,00	4,159	,921
Desenvolvimento técnico	1,33	5,00	4,312	,796
Afiliação geral	1,00	5,00	4,047	,962
Afiliação específica	1,00	5,00	3,564	,874

Tabela 2- Medidas Descritivas das Variáveis

De uma forma resumida podemos identificar dimensões como a “Forma Física”, o “Desenvolvimento Técnico” e o “Prazer” como dimensões que se destacaram com valores mais altos de média (4,328 ± 0,865), (4,312 ± 0,796) e (4,159 ± 0,921). Ao contrário das dimensões da “Amotivação” e “Regulação Externa” que apresentam valores sensivelmente mais baixos em relação às restantes, (0,674 ± 0,949) e (0,781 ± 0,943).

Em relação à forma como todas estas variáveis interagem entre si, podemos observar a tabela 3.

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
1.Amotivação	1	,796***	-,222	-,436***	-,663***	-,588***	-,717***	-,584***	-,558***	-,655***	-,692***	-,441***	-,383***
2.Regulação externa	,709***	1	-,089	-,242	-,465***	-,391***	-,562***	-329*	-,378***	-.380***	-,534***	-,284	- ,211
3.Introjectada evitamento	-,154	,023	1	,730***	,463***	,438***	,354*	,377***	,283	,326*	,352*	,030	,164
4.Intojectada aproximação	-,405***	-,255	,674***	1	,684***	,679***	,581***	,594***	,585***	,564***	,582***	,278	,436***
5.Regulação identificada	-,755***	-,607***	,274	,612***	1	,697***	,781***	,709***	,615***	,741***	,737***	,539***	,475***
6.Regulação integrada	-.674***	-,517***	,367*	,630***	,782***	1	,742***	,627***	,621***	,668***	,694***	,470***	,582***
7.Motivação Intrínseca	-,752***	-,667***	,152	,479***	,778***	,709***	1	,693***	,667***	,711***	,704***	,548***	,635***
8.Emoções	-,586***	-,400***	,226	,514***	,810***	,678***	,730***	1	,731***	,778***	,726***	,678***	,692***
9.Prazer	-,509***	-,414***	,061	,324	,589***	,582***	,570***	,676***	1	,714***	,784***	,710***	,649***
10.Des. Técnico	-,604***	-,513***	,135	,500***	,770***	,614***	,642***	,678***	,744***	1	,739***	,641***	,622***
11.Forma física	-,644***	-,552***	,115	,426***	,697***	,724***	,662***	,690***	,829***	,749***	1	,701***	,559***
12.Afiliação geral	-,353*	-,324	-,067	,112	,483***	,406***	,442***	,455***	,602***	,604***	,531***	1	,645***
13.Afiliação especifica	-,401***	-.313	,017	,392***	,613***	,556***	,549***	,619***	,629***	,658***	,607***	,699***	1

*Note. *p < .05; **p < .01; ***p < .001*

Tabela 3- Correlação entre as varáveis

Através da análise profunda, a dimensão mais importante neste sentido seria a motivação intrínseca pois é um ponto fundamental deste estudo, portanto é possível compreender que a motivação intrínseca, no sexo masculino, tem uma correlação negativa muito significativa com a amotivação (r = -0,717; p < 0,001), o que mostra que quanto maiores os níveis de motivação intrínseca menores os níveis de amotivação.

Em relação a correlações positivas significativas a motivação intrínseca tem relação positiva com a regulação integrada (r = 0,742; p < 0,001) o que nos pode levar a que quanto mais temos os nossos objetivos pessoais adquiridos e estipulados maior será a nossa motivação. Em simultâneo esta dimensão apresenta valores de correlação significativamente positivos com os parâmetros de desenvolvimento técnico (r = 0,711; p < 0,001) e forma física (r = 0,704; p <

0,001), sugerindo assim que a motivação intrínseca está relacionada com a melhoria de habilidades e condição física

Já no sexo feminino, a Motivação Intrínseca relaciona-se negativamente com a amotivação ($r = -0,753$; $p < 0,001$). Pelo contrário esta tem uma correlação positiva forte com a Regulação identificada ($r = 0,778$; $p < 0,001$), que nos mostra que quanto mais as alunas criam motivos para participar nas aulas, a sua motivação aumenta, consequentemente. Ainda, a motivação intrínseca apresenta valores positivas com as emoções ($r = 0,730$; $p < 001$), indicando que o bem-estar emocional nas alunas aumenta os índices de motivação.

Para comparar as diferenças entre sexos, foi realizado o um teste amostras independentes, representado na tabela 4, que nos permite dizer que existem diferenças significativas entre os dois sexos na regulação externa, motivação intrínseca e afiliação específica. Nestes parâmetros os homens apresentam valores mais elevados na motivação intrínseca e afiliação específica.

	Raparigas n=75		**Rapazes n=68**			
	M	***SD***	***M***	***SD***	***t***	***p***
1.Amotivação	0,77	1,03	0,57	0,83	1,26	0,209
2.Regulação externa	0,97	1,09	0,57	0,70	2,66	0,009
3.Introjectada evitamento	2,73	0,90	2,25	0,78	0,93	0,354
4.Intojectada aproximação	1,37	1,09	1,20	1,06	0,19	0,849
5.Regulação identificada	3,30	0,95	3,18	0,85	-0,94	0,348
6.Regulação integrada	2,43	1,12	2,63	1,06	-1,10	0,272
7.Motivação Intrínseca	2,85	1,11	3,31	0,90	-2,71	0,008
8.Emoções	3,69	1,05	3,79	0,92	-0,58	0.563
9.Prazer	4,04	0,99	4,28	0,82	-1,56	0,120
10.Des. Técnico	4,28	0,86	4,34	0,72	-0,44	0,661
11.Forma física	4,24	0,96	4,42	0,73	-1,31	0,097
12.Afiliação geral	3,99	1,06	4,10	0,83	-0,72	0,235
13.Afiliação especifica	3,41	0,96	3,73	0,74	-2,31	0,022

Tabela 4 - Teste de amostras independentes

Significância > 0,05

Na Tabela 5 podemos apurar se existem efetivamente diferenças significativas entre sexos na participação nas aulas de Educação Física.

	df	Sig.
Qui-quadrado de Pearson	1	0,20

Tabela 5- Teste de Qui-quadrado de Pearson

Através do teste de qui quadrado de Pearson, e indo ao encontro do ponto crucial do estudo é possível determinar através da tabela 5 que existem diferenças significativas entre sexos no que concerne à participação nas aulas de EF.

6.6. Discussão dos resultados

Como foi referido inicialmente neste estudo, o principal objetivo foi compreender se existiam diferenças significativas entre os sexos na participação das aulas de EF, e para tal a análise de parâmetros motivacionais seria fundamental para chegar a uma conclusão final.

Para tal e em forma de discussão e após toda a análise de dados, numa primeira instância e observando com atenção a tabela 2, os valores mais altos como os da forma física e o desenvolvimento técnico são valores preponderantes para os alunos participarem ativamente e com regularidade nas aulas de EF. Estes valores vão ao encontro do estudo de (Deci & Ryan, 2000), em que estes valores mais elevados nestes pontos, correspondem a uma noção que os alunos podem ter de que para além da melhoria da capacidade física e das suas habilidades. Estes ajudam no aumento da motivação intrínseca de cada aluno o que por sua vez leva a que estes sejam mais assíduos nas aulas pois procuram sempre a evolução e melhoria dia após dia. Já o valor elevado na dimensão do prazer pode relacionar-se com a motivação intrínseca pelo facto desta proporcionar aos alunos momentos agradáveis e quanto mais um aluno sentir prazer a realizar a aula, maior será a sua motivação para estar presente e realizar todas a atividades propostas como nos diz, Kobal, M. C. (1996), num estudo realizado.

Por outro lado, e ainda na tabela 2, valores mais baixos como a amotivação mostram-nos que os alunos não se sentem com falta de vontade para realizar as aulas ou os exercícios propostos. Os valores inferiores de regulação externa

“na qual a pessoa age para obter ou evitar consequências externas.” (Guimarães, 2008), significa que neste contexto os alunos não fazem aulas em busca de uma recompensa externa. Esta conclusão vai ao encontro de estudos anteriores como (Ntoumanis, 2005), que quanto mais as aulas são direcionadas para o desenvolvimento do aluno maior será a sua motivação e consequente participação.

Agora com o olhar debruçado sobre a tabela 3, quer o sexo feminino como o masculino apontam resultados óbvio no que concerne à correlação entre motivação intrínseca e amotivação, que como é possível observar, quanto menor for a amotivação maior será a motivação intrínseca dos alunos para as aulas (Alivernini & Lucidi, 2008). A forte correlação entre a motivação intrínseca e a regulação integrada deve-se, provavelmente, ao fato de a motivação ser o principal fator para aumentar a vontade de realizar atividades por vontade própria do aluno, e como a regulação integrada nos diz que um jovem pratica um determinado desporto quando este vai ao encontro dos seus valores (Wekesser et al., 2021) a motivação pode influenciar nesse aspeto.

Ainda no sexo masculino a forte correlação entre o desenvolvimento de habilidades e forma física com a motivação, como comparado por (Goudas & Biddle, 1994) um aluno quanto mais motivado para aula será mais propenso a melhorar as suas habilidades específicas.

Já nas mulheres encontramos uma forte correlação entre regulação identificada e motivação intrínseca pois como sabemos a regulação identificada, pode ser tida como a valorização do comportamento e fazer por perceber a sua importância (Guimarães, 2008) e, portanto, com o passar do tempo esta valorização pode passar a uma motivação do aluno.

Para concluir e olhando para a última tabela olhamos a diferenças significativas entre sexos na regulação externa com as mulheres a obterem valores mais elevados, mostrando que estas realizam as atividades à espera de uma recompensa e não por vontade própria ao contrário dos homens que na motivação intrínseca tem valores superiores mostrando que estes realizam as atividades forma autónoma. Já na afiliação específica os homens têm valores

mais elevados levando a querer que estes sentem mais necessidade de pertencer ao grupo turma.

Como ponto fundamental do estudo foi possível concluir que existem diferenças significativas entre sexos na participação nas aulas de Educação Física, com cerca de dezanove raparigas a responderem que não participavam quer por motivos de saúde, interesse ou motivação, enquanto somente sete rapazes responderam que não participam nas aulas. Portanto os homens, no contexto em que estava inserido são mais participativos nas aulas.

6.7. Considerações finais

Após a realização do estudo, surgiram algumas dificuldades nomeadamente nos aspetos da análise dos dados, utilização do software do tratamento estatístico para o estudo, dificuldades estas que foram posteriormente ultrapassadas.

Ainda assim, foi possível concluir que existem diferenças significativas entre sexos na participação nas aulas de Educação Física, com o sexo masculino a ser mais presente nesse momento em particular.

Foi possível, em simultâneo, determinar que os rapazes são mais motivados intrinsecamente em comparação com as raparigas para a realização das aulas, indo assim ao encontro da literatura existente no que concerne a este tema de estudo.

As raparigas, neste estudo, são mais motivadas externamente do que os homens levando assim a concluir que estas realizam as aulas em busca de uma recompensa.

Foi possível aferir também que os rapazes são mais participativos nas aulas em relação às mulheres.

6.8. Referências Bibliográficas

- Alivernini, F., & Lucidi, F. (2008). The academic motivation scale (AMS): Factorial structure, invariance, and validity in the Italian context. TPM - Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology, 15, 211–220.
- Assor, A., Vansteenkiste, M., & Kaplan, A. (2009). Identified versus introjected approach and introjected avoidance motivations in school and in sports: The limited benefits of self-worth strivings. Journal of Educational Psychology, 101(2), 482–497. https://doi.org/10.1037/a0014236.
- Bidutte, L. D. C. (2001). Motivação nas aulas de educação física em uma escola particular. Psicologia Escolar e Educacional, 5(2), 49–58.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The «What» and «Why» of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. Psychological Inquiry, 11(4), 227–268.
- Filho, D. B. F. (2009). Desvendando os Mistérios do Coeficiente de Correlação de Pearson (r)∗. 18(1).
- Gill, D.L., Gross, J.B., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. International Journal of Sport Psychology.
- Goudas, M., & Biddle, S. (1994). Perceived motivational climate and intrinsic motivation in school physical education classes. European Journal of Psychiatric Education, 9, 241–250.
- Guimarães, S. É. R. (2008). Propriedades psicométricas de um instrumento para avaliação da motivação de universitários.
- Kobal, M. C. (1996). Motivação intrínseca e extrínseca nas aulas de educação física. Universidade Estadual de Campinas, 1-179.
- Marzinek, A. (2004). A motivação de adolescentes nas aulas de educação física.

- Ntoumanis, N. (2005). A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Using a Self-Determination Theory Framework. Journal of Educational Psychology, 97(3), 444–453.
- Taylor, I. M., Ntoumanis, N., & Standage, M. (2008). A Self-Determination Theory Approach to Understanding the Antecedents of Teachers' Motivational Strategies in Physical Education. Journal of Sport and Exercise Psychology, 30(1), 75–94.
- Wekesser, M. M., Harris, B. S., Langdon, J., & Wilson, C. H. (2021). Coaches' impact on youth athletes' intentions to continue sport participation: The mediational influence of the coach–athlete relationship. International Journal of Sports Science & Coaching, 16(3), 490–499. https://doi.org/10.1177/1747954121991817

7. Considerações Finais

Com este primeiro percurso finalizado, é necessário parar e pensar o que é que levei deste ano de EP.

No começo do ano sentia que o receio e por vezes o medo de falhar fossem tomar conta de mim e da minha atuação, mas pouco tempo depois percebi que se falhasse teria a oportunidade no dia a seguir de melhorar e crescer como futuro professor e isso, dia após dia motivou-me a querer a continuar.

Nem tudo foi fácil, conteúdos que pensei dominar foram colocados à prova e fizeram-me cair numa realidade da qual desconhecia, mas a resiliência, o trabalho e principalmente a comunicação fizeram-me uma pessoa e professor mais forte, em que com o passar do tempo foi capaz de atuar em situações que numa fase inicial pensei serem de difícil resolução.

Neste ano, fui colocado em dois contextos de extremos opostos, por um lado e numa fase inicial, fui inserido numa turma na qual os problemas não existiam, as aulas eram bem estruturas e com uma condução fácil, também pela ajuda dos alunos. Turma esta, que permitiu que não desistisse e me mantivesse sempre ligado a cada um deles para poder resolver as necessidades de cada um deles. No outro lado, uma turma em que os momentos menos bons foram mais abundantes que os momentos de sucesso, e que, ao contrário da primeira turma, me fizeram questionar por diversas se realmente estava preparado. Num curto espaço de tempo fizeram-me perder a alegria que as aulas de EF me proporcionavam, mas olhando para trás fico orgulhoso pois foi um obstáculo que fui capaz de ultrapassar com muito trabalho.

Vivi momentos que jamais esquecerei, com as turmas, com o meu núcleo de estágio e com a minha professora cooperante. Momentos estes que me ajudaram a ser o que sou hoje como professor, pois todas as interações com cada interveniente marcaram-me e de uma forma foram fundamentais para tomar as minhas decisões e construir o meu “eu” professor.

Não tenho quaisquer dúvidas que a EF é o que amo fazer e quero fazer, sinto que hoje estou preparado para auxiliar as crianças e jovens que futuramente irão cruzar-se comigo, e afirmo que a cada dia que passa sou mais apaixonado pelo que faço e vou fazer para o resto da minha vida.

Não foi uma jornada fácil, pelo contrário, mas foi a minha jornada de construção daquilo que pretendo ser, tudo o que passei e aprendi ao longo deste ano, eu jamais esquecerei.

Todos estes momentos contribuíram para que hoje saiba quem é o “eu” professor de Educação Física.

8. Referências Bibliográficas

- (Prates et al., 2018) - Prates, M. E. F., Both, J., & Rinaldi, I. P. B. (2018). Os professores de Educação Física e a paixão pela atividade docente. *Journal of Physical Education*, *30*(1), 3015.
- Batista, P., Graça, A., & Queirós, P. (2014). O estágio profissional na (re) construção da identidade profissional em Educação Física. Porto: FADEUP.
- Benedetti, T. (2023, setembro 13). Avaliação contínua: Como aplicar na educação.
- Carabetta Júnior, V. (2010). Rever, pensar e (re)significar: A importância da reflexão sobre a prática na profissão docente. Revista Brasileira de Educação Médica, 34(4), 580–586
- Corrêa, C. C. M. (2021). Formação de professores e o estágio supervisionado: tecendo diálogos, mediando a aprendizagem. Educação em Revista, 37, e29817.
- Cristina, K., & Smole, S. (2001). Avaliação escolar.
- Diniz, L. (2012). O que faz um professor ser competente? Gazeta do Povo
- Faria, R. M. P. (2020). A importância das práticas de autoavaliação de uma organização escolar na consecução do seu projeto educativo.
- Felício, H. M. D. S., & Oliveira, R. A. D. (2008). A formação prática de professores no estágio curricular. Educar em Revista, 32, 215–232
- Gonçalves, F. (2012). Formative evaluation in Physical Education initial teacher training courses.
- Gonçalves, F., Fernandes, M., Gaspar, A., Oliveira, R., & Gouveia, É. (2014). *A* Avaliação Diagnóstica em Educação Física: Uma Abordagem Prática a Nível Macro.
- MENDES, P. S. A formação inicial de professores e o choque da realidade: expectativas e vivências sobre o ano de estágio. 2002. Dissertação (Mestrado em Educação) - Departamento de Pedagogia e Educação, Universidade de Évora, Évora, 2002.

- Ministério da Educação. (2018). Consulta pública: Currículo dos ensinos básico e secundário: Documento síntese (Revisão do Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho).
- P. Gomes, A. L. Pereira, Braga Santos Graça, A., Leite Queirós, P., & Batista, P. (2014). O estágio profissional em análise: Estudo com estudantes estagiários de educação física. Journal of Sport Pedagogy and Research. 1 (3), 37-47.
- Quina, J. (1998). O feedback pedagógico Análise da informação retida pelos alunos em aulas de Educação Física.
- Rodrigues, A. T. (1998). A questão da formação de professores de Educação Física e a conceção de professor enquanto intelectual-reflexivo-transformador. Pensar a prática, 1, 48-58.
- Souza, R. V. (2016). Os Professores Regentes Frente Aos Estágios Supervisionados: Contribuições E Desafios Deste Profissional. GEOSABERES: Revista de Estudos Geoeducacionais, 7(12), 119–134.
- Ventura, M., Neves, M., Loureiro, C., Frederico-Ferreira, M., & Cardoso, E. (2011). O “bom professor” – opinião dos estudantes. Revista de Enfermagem Referência, III Série (no 5), 95–102.

9. Anexos

ANEXO 1 - Estrutura de plano de aula



Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

PLANO DE AULA Nº

Aula nº	**Professor Estagiário:**	
Data: **Hora:** **Duração:** **Local:**	**Módulo:** **Objetivos da aula:** **Motor:** **Cognitivo:** **Socio afetivo:**	**Nº de Alunos:** **Material:**

	⏱	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM	CRITÉRIOS DE ÊXITO
INICIAL				
FUNDAMENTAL				
FINAL				
OBSERVAÇÕES:				

ANEXO 2 - Ficha de assiduidade

Ficha de Assiduidade 12ª7																
Módulo	Tempos	Dia														
11	1															
11	2															
11	3															
11	4															
11	5															
11	6															
11	7															
11	8															
11	9															
11	10															
11	11															
11	12															
11	13															
11	14															
Total	14															

ANEXO 3 - Grelha de Avaliação de Ginástica

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA Dr. ÂNGELO AUGUSTO DA SILVA
EDUCAÇÃO FÍSICA

Grelha de avaliação - Ginástica

	Salto de Vela	Meia Pirueta	Engrupado	Encarpado	Roda	R.F	R.A	Avião	Salto de eixo	Comportamento	Nível Atual

ANEXO 4 - Ficha de avaliação de Orientação

Secretaria Regional de Educação, Ciência e Tecnologia **Escola Básica e Secundária** **Dr. Ângelo Augusto da Silva** Escolha um item. **Disciplina:** Educação Física **Duração:** 40 **minutos** **Professor:** _____	**Nome:** _____ **Nº** ____ ____ **º Ano / Turma:** ____ **Data:** ___ / ___ / 20___ **Classificação:** ☐☐☐ _____ **Insuficiente** ☐ **Suficiente** ☐ **Bom** ☐ **Muito Bom** ☐ **Enc. Educação:** _____

Este teste de avaliação terá a duração de 40 minutos e é uma tarefa de realização individual.

1. **O "jogo" de Orientação federado é:**

   a) Uma corrida coletiva;
   b) Uma corrida individual;
   c) Uma corrida a pares;
   d) Corrida em grupo;

2. **A corrida tem a duração de:**

   a) 2 horas;
   b) Não tem tempo limite;
   c) 1 hora;
   d) 3 horas;

3. **Assinala a/as opções corretas: O material necessário para a prática desta modalidade é:**

   a) Chapéu;
   b) Bússola;
   c) Mapa;

4. **Assinala a/as opções corretas: O "jogo" pode ser realizado…**

   a) Na floresta;
   b) Na escola;
   c) Em espaços urbanos;
   d) No mar;

5. **Vence a corrida quem…**

   a) Terminar o percurso corretamente e em menor tempo;
   b) Terminar o percurso corretamente;
   c) Terminar o percurso em menor tempo;

6. **No caso de me perder durante o percurso devo:**

   a) Voltar ao ponto anterior e orientar-me de novo;
   b) Gritar e chamar ajuda;
   c) Continuar a correr para frente;

7. **Se encontrar um colega lesionado durante o percurso devo:**

   a) Continuar a fazer a prova sem perder tempo;
   b) Fingir que não é nada comigo;
   c) Parar e ajudar o meu colega;

8. **Ao realizar o percurso de orientação devo:**

   a) Orientar o mapa, lê-lo muito bem, concentrar-me, pensar e escolher o melhor percurso;
   b) Seguir o meu instinto e seguir o que acho melhor;
   c) Esperar por um colega e ir atrás dele;

9. **A primeira prova de Orientação realizada na história realizou-se em:**

   a) 1897
   b) 1899
   c) 1898
   d) 1900

10. **Em Portugal, a primeira prova realizou-se no ano de:**

    a) 1975
    b) 1974
    c) 1973
    d) 1971

11. **Em linguagem simbológica, a cor preta significa:**

    a) Elementos construídos;
    b) Vegetação;
    c) Terreno Rochoso;
    d) Pântanos;

12. **Num mapa com uma escala de 1:20000, 1cm no mapa corresponde a:**

    a) 20 metros no terreno
    b) 2 metros no terreno
    c) 200 metros no terreno

13. No mapa, esta simbologia representa: 

a) Uma rocha;
b) Uma colina;
c) Uma falésia;

14. Para além dos demais objetivos, que outro objetivo faz parte da Orientação:

a) Preservar o meio ambiente;
b) Tirar fotos às diferentes espécies de animais;
c) Encurtar caminho através do corte de plantação;

15. Indique pelo menos duas modalidades da Orientação, para além da Orientação pedestre:

_____

_____

16. Legenda as figuras:











17. **Descreva a Técnica do Polegar.**

18. **Desenhe a Rosa do Ventos e legenda com as siglas dos pontos cardeais e colaterais.**

19. <u>Leia atentamente as afirmações seguintes e classifica como verdadeiras ou falsas.</u>

AFIRMAÇÕES	V	F
A Orientação em BTT é uma disciplina da Orientação.		
Pessoas com mais de 75 anos não podem praticar esta disciplina.		
Para realizar um percurso é necessário saber a sinalética de cor.		
Esta sinalética corresponde a um lago. 		
No mapa, o relevo é caraterizado pela cor verde.		
Uma curva de nível é uma linha imaginária no solo a uma altitude constante.		
O Norte Geográfico é um dos locais onde converge o eixo imaginário de rotação da terra, também chamado de Pólo Norte.		
As linhas de Norte são linhas paralelas desenhadas do Sul Magnético para o Norte Magnético.		
Preservar o meio ambiente não é um dos objetivos da modalidade de Orientação.		

5

ANEXO 5 - Quadro competitivo inter-turmas de futsal

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

COMPETIÇÃO 4 EQUIPAS

EQUIPA	ESCALÃO:	9º ANO SERIE A

1 9º2
2 9º5
3 9º7
4 9º9

2023-2024
DESPORTO ESCOLAR
11/jan/23

Nº J	Data	Hora	Jogo (Resultado)				Campo	Jornada
1	01-03.2019	14:30-17:00	9º2	2	9º5	0		1ª
2			9º7	0	9º9	3		
3			9º9	2	9º5	0		2ª
4			9º7	0	9º2	4		
5			9º5	4	9º7	1		3ª
6			9º9	0	9º2	1		

ANEXO 6 - Cronograma de atividades - Dia da Educação Física

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva
Educação Física
Ano Letivo 2023/2024

Cronograma de Atividades - XII Festival de Desporto da Levada (21 março)						
Horário	**Turma**	**Nº de Alunos**	**Professor**	**Instalação**	**Responsável pela Atividade**	**Atividade**
8:00 - 8:50	10º.2	20		**Pavilhão 1**		**Esgrima**
	5º.8	23		**Campo 3**		**Frisbee**
	11º.4	20		**Pavilhão 2**		**Boccia**
8:50 - 9:40	5º.5	20		**Campo 3**		**Frisbee**
	6º.7	22		**Pavilhão 1**		**Judo**
	9º.3	22		**Pavilhão 1**		**Esgrima**
	11º.4	20		**Ginásio**		**Break Dance**
	12º.6	9		**Pavilhão 1**		**Kickboxing**
	12º.7	14				
Intervalo + Demonstração de Karting						
9:55 - 10:45	7º.3	21		**Pavilhão 1**		**Judo**
	7º.9	16		**Ginásio**		**Break Dance**
	8º.10	23		**Pavilhão 1**		**Esgrima**
	11º.4	20		**Pavilhão 2**		**Capoeira**
	12º.5	18		**Pavilhão 1**		**Kickboxing**
	12º.6	9		**Pavilhão 2**		**Boccia**
10:45 - 11:35	5º.4	19		**Pavilhão 2**		**Capoeira**
	6º.6	21		**Pavilhão 1**		**Judo**
	11º.3	17		**Pavilhão 1**		**Esgrima**
	11º.4	20		**Pavilhão 1**		**Kickboxing**
	12º.5	18		**Ginásio**		**Break Dance**
Intervalo						
11:45	5º.6	20	Secundino C.	**Pavilhão 1**	Marisa Fernandes	

Professores Estagiários: João Olim, Rodrigo Caires, Tatiana Andrade, Francisco Rodrigues, Afonso Calado e Ernesto

- **12:35**	6º.5	25				**Mega aula de Zumba**
	10º.3 A	28				
	12º.3	21				
	12º.5	18				
Intervalo + Demonstração de Karting						
13h00 às 13h50		**Pavilhão 1**			**Torneio Futsal Professores Alunos**	

Nota: Para além dos convidados responsáveis pelas atividades os professores da turma também serão responsáveis pelo acompanhamento da turma e por auxiliar nas atividades.

Professores Estagiários: João Olim, Rodrigo Caires, Tatiana Andrade, Francisco Rodrigues, Afonso Calado e Ernesto

ANEXO 7 - Certificado de participação no seminário - "Seminário Desporto e Ciência 2024"

CERTIFICADO

UNIVERSIDADE da MADEIRA

Para os devidos efeitos se certifica que **Luís Afonso Alves Calado Nunes** , portador(a) do Cartão do Cidadão [Citizen Card] nº 14922127 participou no "**Seminário Desporto e Ciência 2024**", organizado pela Faculdade de Ciências Sociais, Departamento de Educação Física e Desporto, da Universidade da Madeira, com o apoio do Centro de Desenvolvimento Académico, que decorreu nos dias 14 e 15 de março de 2024, com um total de 13 hora de duração.

Funchal e Universidade da Madeira, 18 de março de 2024.

A Organização,



Prof. Doutor Rui Nuno Trindade de Ornelas