FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Estágio Profissional: Crescer ao som da banda sonora de um ano letivo de sonho

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional com vista à obtenção do 2º ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº 74/2006 de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei nº 65/2018, de 16 de agosto, com as alterações introduzidas pelo Decreto-Lei 27/2021, de 16 de abril e o Decreto-Lei nº 79/2014, de 14 de maio.

Orientadora: Professora Doutora Paula Maria Leite Queirós

Ana Rita Silva de Oliveira

Porto, julho de 2025

Ficha de Catalogação

Oliveira, A. R. (2025). *Estágio Profissional: Crescer ao som da banda sonora de um ano letivo de sonho.* Porto: A. Oliveira. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: DIRETOR DE TURMA; EDUCAÇÃO FÍSICA; EMOÇÕES; ESTÁGIO PROFISSIONAL; ESTILOS DE MÚSICA; EXPERIÊNCIA.

Dedicatória

Às minhas irmãs, Clara e Marta,

Nunca esquecerei as noites de luta livre que se transformaram em laços fortes, memórias, carinho e admiração, são e serão sempre o meu orgulho.

Aos meus pais,

Por acreditarem em mim e me deixarem seguir com os meus sonhos, por me permitirem constantemente tornar-me uma Mulher de M grande.

Ao meu amigo Maravilha,

Foste uma surpresa boa, onde quer que estejas, levar-te-ei para sempre, no coração e nas memórias.

Agradecimentos

"Sou o que sou, porque todos nós somos" - Ubuntu

A todos que a meu lado caminharam ao longo desta jornada, o meu agradecimento especial:

À FADEUP por ter sido a instituição que tão bem me acolheu, vivi longos, mas curtos anos, que carrego agora sob a forma de memórias.

À Professora Orientadora, Paula Queirós, pela disponibilidade e honestidade nas suas orientações. Pelas palavras sábias e conscientes no momento exato.

À Professora Cooperante, Andreia Canedo, pela confiança, prontidão e partilha, pelas sugestões assertivas que tanto me fizeram crescer.

Ao Maravilha e à Anita, o Núcleo de Estágio inigualável, o porto de abrigo que nunca imaginei encontrar, obrigada pelos dias ínfimos, pela compreensão e pelas palavras amigas e inteligentes, pela javardice, sabedoria, risos e descontração. Sincronizaram-nos no mesmo canal no *day* 1 e que sorte tive eu de vos privar desta forma tão intensa.

Ao Maravilha, sinto-te sempre bem perto, obrigada pela paz que transmitias, pela genuinidade e pureza que trazias contigo nesse teu sorriso, obrigada pelas piadas parvas nos momentos de maior pressão e pelos conselhos que me faziam parar e repensar. És e serás sempre eterno!

À Anita, amiga com a qual tive a sorte de partilhar estes 5 anos, obrigada pelas motivações constantes, pelo amparo, pelo jeito genuíno e honesto com o qual encaras a vida. Sou muito feliz a teu lado.

Aos alunos que por mim se cruzaram, com amor acrescido pelo meu 12ºano e 5ºano, obrigada por tanto.

Às minhas irmãs, Clara e Marta, razão de viver e ser, o meu maior orgulho é vê-las crescer, procuro ser exemplo, mas o maior exemplo é fazer por estar, nos bons e nos maus momentos, seremos sempre uma combinação semi-perfeita entre mar, terra, sol e chuva.

Aos meus pais, que demonstraram que num carrocel de emoções, as montanhas nem sempre são a descer, que a perseverança e a resiliência

correm-nos no sangue, que fazer por ser mais e melhor é um bem essencial. Obrigada por me permitirem viver e descobrir mundo, por me enriquecerem a mente, mas principalmente, o coração.

Aos meus queridos avós, Rosa e Joaquim, pelos longos anos de sustento, pelos almoços mágicos, pela companhia boa, mesmo que agitada quando o tempo não nos permitia mais, pelo carinho e pelo orgulho que depositam no meu ser, vos amo.

À minha família e amigos desde os zeros, "Mestres e Descendentes", por me permitirem estar numa constante redescoberta enquanto ser e me mostrarem o que é ter amigos de verdade.

À Trindas, pela amizade de ouro que tive a sorte de poder fazer por perdurar. Admiro-te de forma genuína, orgulho-me do teu caminho, e a verdade é que mesmo sem os atacadores juntos foi e é possível caminhar-se lado a lado. Obrigada pelas mil e uma histórias e memórias que vivemos e construímos.

À Quintal, por me teres depositado confiança para te guiar ao longo dos teus verdes anos, és esperança, num jeito puro e terno de ser.

Às "C´Delas", companheiras destes cinco anos, pela adrenalina e genuinidade de cada ação, pelas brincadeiras e união.

À Desportuna, vamos viver juntas? Facilmente responderia que sim, perdurarão no tempo, na memória e no coração as histórias, os desafios, aquilo que vivi e fiz viver, obrigada por tudo. Sem dúvida que cresci muito ao vosso lado.

Índice Geral

Índice de Figuras ..... **VIII**

Índice de Tabelas ..... **IX**

Índice de Anexos ..... **X**

Resumo ..... **XI**

Abstract ..... **XII**

Lista de Abreviaturas ..... **XIII**

1. Introdução **1**

2. Enquadramento Pessoal- Fado **4**

2.1. Quem sou e o que sou **4**

2.2. A Escola- O regresso **7**

2.3. Expectativa inicial perante a experiência **7**

3. Enquadramento Institucional **10**

3.1. Ver, aprender, aplicar- O Estágio Profissional- *Indie Folk* **10**

3.2. A Escola Cooperante- *Disco* **11**

3.3. Acompanhamento Docente- *Indie Rock* **14**

3.3.1. Professora Cooperante **14**

3.3.2. Professora Orientadora **15**

3.4. Pilar Emocional, o Núcleo de Estágio- *Reggae* **16**

3.5. As Turmas- *Rock Alternativo* **20**

3.5.1. Turma Residente (Ensino Secundário) **20**

3.5.2. Turma Partilhada (Ensino Básico) **23**

4. Várias intensidades, o diapasão **25**

4.1. O impacto com a realidade- *Jazz* **25**

4.1.1. Planeamento Anual **25**

4.1.2. Unidade Didática **27**

4.1.3. Plano de Aula **28**

4.2. Concretização da Prática Pedagógica- *Pop Vs Rock* **29**

4.3. Avaliação- Música Clássica **34**

4.4. Observar e Refletir para agir e redescobrir- *Metal* **37**

5. Viver a Escola e aquilo que nos oferece- *Hip-Hop* 41

5.1. Desporto Escolar..... 41

5.2. Atividades do Grupo de Educação Física..... 43

6. Desenvolvimento Profissional..... 46

6.1. "A perceção dos alunos acerca do papel do Diretor de Turma"..... 46

Resumo..... 46

Abstract 46

6.1.1. Introdução 47

6.1.2. O Diretor de Turma, a figura maior da gestão tríade- Professores, Alunos e Encarregados de Educação 48

6.1.3. Funções do Diretor de Turma..... 49

6.2. Metodologia 49

6.2.1. Participantes 49

6.2.2. Instrumento..... 50

6.2.3. Recolha e análise dos dados..... 50

6.3. Apresentação dos resultados 51

6.4. Discussão dos resultados..... 60

6.5. Considerações Finais 64

6.6. Conclusão..... 65

6.7. Referências Bibliográficas 67

7. Considerações finais e Perspetivas futuras- A banda sonora 69

8. Referências Bibliográficas..... 71

ANEXO XIV

Índice de Figuras

***Figura 1**- Pavilhão Desportivo* 12
***Figura 2**- Ginásio Central*..... 12
***Figura 3**- Ginásio Pequeno*..... 12
***Figura 4-** Espaço Externo*..... 13
***Figura 5**- Núcleo de Estágio* 18

Índice de Tabelas

***Tabela 1**- Blocos temáticos e respetivos objetivos, congregados nas respetivas perguntas. 51*

***Tabela 2**- Respostas efetuadas pela amostra..... 52*

***Tabela 3**- Perceção dos alunos face à 1ª questão aberta..... 59*

***Tabela 4**- Perceção dos alunos face à 2ª questão aberta..... 60*

Índice de Anexos

ANEXO 1- *Ficha de Caracterização do Aluno*..... XIV
ANEXO 2- *Planeamento Anual* XVI
ANEXO 3- *Calendário Escolar* XX
ANEXO 4- *Roulement de Instalações: Datas de Rotação* XXI
ANEXO 5- *Exemplar de Unidade Didática* XXII
ANEXO 6- *Exemplar de Plano de Aula* XXIII
ANEXO 7-*Exemplar Grelha de Avaliação Diagnóstica* XXIV
ANEXO 8- *Exemplar Grelha de Avaliação Sumativa* XXV
ANEXO 9- *Documentação relativa ao Corta-Mato Escolar: Cartaz*..... XXVI
ANEXO 10- *Questionário* XXVII

Resumo

Estágio Profissional: Crescer ao som da banda sonora de um ano letivo de sonho, é um documento que espelha aquilo que foi o Estágio Profissional inserido no Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. O Estágio Profissional reflete uma panóplia de experiências e emoções que, quando vividas intensamente, se cruzam com diferentes estilos musicais. Numa mistura de sensações, culmina num ano repleto de ensinamentos e aprendizagens, em busca de um sonho: tornar-me professora de Educação Física. Afloraram, fruto do confronto com o contexto real da prática pedagógica, os principais objetivos do meu Estágio, a aplicação de conhecimentos teóricos adquiridos ao longo de toda a formação académica, bem como, o desenvolver de competências pedagógicas e reflexivas acerca da prática. O Estágio, que aqui retrato, teve lugar na escola que outrora fui feliz enquanto aluna, agora, num outro papel, acompanhada por Professora Cooperante e Professora Orientadora, numa sinergia com Núcleo de Estágio, fui ditando a minha própria história no ramo da docência. Inicio a redação com um Enquadramento Pessoal, seguido de Enquadramento Institucional, onde caracterizo aqueles que de perto me acompanharam. De seguida, apresento, num conjunto de capítulos, aquelas que foram as minhas idealizações acerca da prática docente, onde exponho, não só os diversos desafios inerentes, desenvolvendo a forma como contornei tais problemáticas, como retrato também, as aprendizagens vividas ao longo do ano letivo. Gradualmente, fui procurando reencontrar-me, construindo a minha identidade profissional e moldando a minha pessoa face às necessidades daqueles que me rodeavam. Por fim, fruto da minha curiosidade incessante face ao papel de diretor de turma, surge o capítulo Desenvolvimento Profissional, onde procuro perceber qual a perceção dos alunos face ao papel deste interveniente de ensino. De forma a concluir o Relatório de Estágio, numa bagagem acompanhada de uma banda sonora de sonho, expresso, num ato reflexivo, aquilo que foi o ano letivo e o que virá num futuro.

PALAVRAS-CHAVE: DIRETOR DE TURMA; EDUCAÇÃO FÍSICA; EMOÇÕES; ESTÁGIO PROFISSIONAL; ESTILOS DE MÚSICA; EXPERIÊNCIA.

Abstract

School Placement: Growing to the Soundtrack of a Dream School Year is a document that reflects the journey of my School Placement part of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education. The School Placement represents a wide range of experiences and emotions that, when intensely lived, intertwine with different musical styles. In a blend of sensations, it culminates in a year full of teachings and learning moments, all in pursuit of a dream: to become a Physical Education teacher. As a result of facing the real context of pedagogical practice, the main objectives of my internship emerged — the application of theoretical knowledge acquired throughout my academic training, as well as the development of pedagogical and reflective skills regarding teaching practice. The school placement I portray here took place in the school where I was once a happy pupil. Now, in a different role, and supported by a Cooperating Teacher and a Supervising Teacher, in synergy with the school placement Group, I began to write my own story within the teaching profession. I begin this report with a Personal Framework, followed by an Institutional Framework, where I describe those who closely accompanied me. Next, in a series of chapters, I present my initial ideas about teaching practice. In these, I outline not only the various inherent challenges and how I managed to overcome them, but also the learning experiences I gathered throughout the academic year. Gradually, I sought to rediscover myself, building my professional identity and shaping who I am in response to the needs of those around me. Finally, as a result of my constant curiosity regarding the role of the form tutor, I include a chapter entitled Professional Development, where I seek to understand pupils' perceptions of this key educational figure. To conclude this Internship Report, carrying with me a soundtrack filled with dreams, I share a reflective summary of what this school year has meant to me and what lies ahead in the future.

KEYWORDS: CLASS DIRECTOR; EMOTIONS; EXPERIENCE; MUSIC STYLES; PHYSYCAL EDUCATION; SCHOOL PLACEMENT.

Lista de Abreviaturas

AD – Avaliação Diagnóstica

AI – Avaliação Intermédia

AS – Avaliação Sumativa

Db- Diário de Bordo

DE – Desporto Escolar

EE – Estudante(s) Estagiário(a)s

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

PA- Planeamento Anual

Pa – Plano(s) de Aula

PC – Professora Cooperante

PO – Professora Orientadora

PP – Prática(s) Pedagógica(s)

RE – Relatório de Estágio

TP – Turma Partilhada

TR – Turma Residente

UC – Unidade(s) Curricular(es)

UD – Unidade(s) Didática(s)

1. Introdução

No âmbito do segundo ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), pertencente ao segundo ciclo de estudos da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), surge o presente Relatório de Estágio (RE), concebido no desenrolar da Unidade Curricular (UC) Estágio Profissional (EP). Este documento tem como intuito expor de forma reflexiva a minha experiência enquanto estudante estagiária (EE), referindo e analisando a intervenção e o crescimento profissional durante a Prática de Ensino Supervisionada (PES) na disciplina de Educação Física (EF).

O EP surge como uma oportunidade de confronto constante com a realidade de ensino, onde diariamente fui desafiada e me senti constantemente posta à prova. Tratou-se de um período regular de busca pela identidade profissional, que se moldou perante aquele que foi o ambiente vivido, os profissionais com os quais me cruzei e alunos com os quais tive oportunidade de privar. De acordo com Wenger (2008) e Gee (2000) a construção da identidade está intimamente relacionada com o contexto em que nos encontramos e com o tipo de pessoa em que cada um se transforma através das interações, experiências e relações estabelecidas. Queirós (2014) refere ainda que é na escola, através de diálogos e rotinas, que se aprende a profissão de se ser professor. Assim sendo, surge em mim a necessidade de expor as experiências que vivi ao longo deste ano, durante a realização da prática profissional, considerando todas as sensações e intervenientes que suscitaram em mim, um outro olhar perante a vida, que exigiram um confronto constante entre as minhas ideologias, no sentido de investir, melhorar e superar.

É unânime que a música desperta no ser humano um misto de sensações. Para mim, a música é magia, traduz-se também num mistério quando ouvida pela primeira vez, transmitindo-nos, por vezes, uma profunda sensação de nostalgia, emoção, felicidade, saudade, entre outros. É impossível embarcar nesta experiência sem a minha banda sonora de sonho, tão diversificada como se de uma viagem se tratasse, composta por distintos estilos de música, equiparo-a, por isso, à minha experiência enquanto EE. Assim sendo, atribuí a cada estilo de música alguns sentimentos transmitidos:

- Fado: Introspeção, nostalgia e profundidade emocional;
- *Indie Folk*: Retorno às origens, confiança e esperança;
- *Disco*: Dinamismo, otimismo e alegria;
- *Indie Rock*: Autenticidade, solidariedade e partilha;
- *Reggae*: Tranquilidade, cooperação, alívio e sensatez;
- *Rock* Alternativo: Expressividade, equilíbrio e transformação;
- *Jazz*: Sensibilidade, criatividade e energia;
- *Rock*: Exigência e intensidade;
- *Pop*: Paixão, leveza e atenção;
- Música Clássica: Precisão e harmonia;
- *Metal*: Medo e inseguranças;
- *Hip-Hop*: Partilha, alegria e prazer;

De seguida, associei a cada capítulo um estilo musical que representa as sensações e emoções vivenciadas ao longo de cada temática. Surge, assim, a estrutura do meu RE, dividido em seis grandes capítulos. O primeiro capítulo, intitulado “Introdução”, apresenta a estrutura organizacional subjacente à elaboração deste relatório. O segundo capítulo, “Enquadramento Pessoal” consiste numa breve contextualização do meu percurso pessoal, conectado ao Fado, pela sensação de pertença e introspeção. Segue-se o terceiro capítulo, referente ao “Enquadramento Institucional”, no qual descrevo o contexto legal e institucional, explorando-o no subcapítulo “Ver, aprender, aplicar: O Estágio Profissional”, interligado com o *Indie Folk*. Este grande capítulo inclui ainda a exposição das primeiras vivências emocionais, ilustrando diferentes dimensões emocionais e profissionais sendo elas: “A Escola Cooperante”, associado ao *Disco*, por se traduzir num voltar ao passado, embarcar com nostalgia, apreensão e esperança; “Acompanhamento docente”, subdividido depois em “Professora Cooperante” e “Professora Orientadora”, está associado ao *Indie Rock*, pela harmonia e cooperação sentidas, representando a dedicação e compromisso, marcado pelo acompanhamento pedagógico; “Pilar Emocional, O Núcleo de Estágio” que simboliza a tranquilidade, o dinamismo, estando, por isso, associado ao *Reggae*; “ As Turmas” que remetem para os desafios pedagógicos, exigindo flexibilidade, dessa forma, filiado ao *Rock* Alternativo. O quarto capítulo, “Várias intensidades, o diapasão”, constitui o núcleo principal,

estando subdividido em várias camadas: “O impacto com a realidade”, associado ao *Jazz*, exigiu energia, criatividade e improviso; “Concretização da prática pedagógica” associo-o a um *versus* entre *Pop* e *Rock*; a “Avaliação” aparece associada à Música Clássica, pela precisão e sentido de responsabilidade; “Observar e Refletir para agir e redescobrir” equiparado ao *Metal*, onde apresento e analiso, de forma crítica e reflexiva, as experiências práticas vividas. No quinto capítulo, intitulado “Viver a Escola e aquilo que nos oferece”, surge um relacionamento com o *Hip-Hop*, referindo-se à vivência escolar mais sociável. No seguinte capítulo, “Desenvolvimento Profissional”, foi apresentado um estudo elaborado por mim sobre a perceção dos alunos relativamente ao papel do Diretor de Turma ao longo do percurso escolar. Por fim, o relatório encerra com o sexto capítulo, “Considerações Finais e Perspetivas Futuras: A banda sonora”, simbolizado pela compilação de estilos musicais formando, assim, a banda sonora de um ano letivo de sonho, que traduz o fecho emocional e inspirador do meu álbum de estágio.

Em jeito de conclusão, este RE procura expor as emoções vividas ao longo deste primeiro ano, num contexto real, que me fizeram apaixonar ainda mais por toda esta área, que tão fascinante é.

2. Enquadramento Pessoal- Fado

"Solta as asas, volta as costas
Sê forte, avança p'ra o mar
Sobe encostas, faz apostas
Na sorte e não no azar"
-Andorinhas, Ana Moura

2.1. Quem sou e o que sou

Com um xaile a abraçar aquilo que sou, acompanhada de instrumentos de corda tão esbeltos e um trinar de uma guitarra, mergulho nas letras intensas com vista ao que fui, ao que sou e ao que serei. Divagamos pelo fado, em busca de histórias que nos identifiquem, por entre a nostalgia que achamos perdida reencontramos o nosso caminho.

Desde cedo fui criando laços com o desporto, sempre o vi com bons olhos e o encarei como uma verdadeira paixão. Graças aos meus pais e avós, sempre tive uma infância bastante ativa, as tardes de domingo eram passadas junto à Foz onde passeava de bicicleta, o dia a dia na casa dos avós era sempre acompanhado de uma bola nos pés e aos poucos começava a despertar em mim uma vontade de ir em busca daquela paixão.

Aos quatro anos de idade iniciava uma jornada de vida cativante, foi no ballet que comecei a criar os meus primeiros laços e à medida que os anos avançavam, também a destreza e a atração por esta beleza natural cresciam. Com a entrada na escola, os intervalos, em contrapartida, eram passados nos campos com os rapazes a jogar futebol. Entrava numa bolha, onde não ouvia, nem via nada para além da bola e tudo o que queria naquele momento era sentir ainda mais a paixão e o chamamento pelo jogo. Foram inúmeras as vezes em que rasguei as meias que acompanhavam a saia, ou que esfolei todo o pedaço de pele que se fazia notar, ainda assim, não tinha dúvidas que era o local onde gostava de estar.

No meu 5ºano, com uma panóplia de disciplinas ao nosso dispor, surge então a ideia e começa a escrever-se um lindo sonho, sabia o que queria para o futuro e estava, a cada dia que passava, mais certa de que a minha profissão de sonho era ser Professora de EF. Esse ano de mudança traduziu-se nisso mesmo

e a grande culpada dessa mudança foi, na altura, a minha professora de EF que me incentivou a sair do ballet e a inscrever-me numa equipa de desporto coletivo.

Aos onze anos de idade tomei a decisão de entrar numa equipa de basquetebol, no Académico Futebol Clube, tornando-me atleta federada. Ora, nesse velhinho Académico, vivi uns fantásticos nove anos recheados de muita magia, memórias que permanecem e amigos que levo para sempre. Passei toda a minha formação lá e consegui aquilo que muitos anseiam e sonham que é um dia chegar à equipa sénior. Guardo tudo naquela gaveta a que chamo de memória, os desafios e os momentos de pura resiliência. Foi neste ilustre clube que conheci o poder que um balneário, colegas de equipa, treinadores, um campo, um treino e um jogo podem ter sobre uma pessoa. Cresci muito.

A pouco e pouco fui limando em mim aquilo que queria e no dia das candidaturas na faculdade não hesitei. Era na FADEUP que pretendia entrar, era nesta instituição que queria formar-me e era também aqui que queria evoluir na forma como olhava para o desporto. O dia em que soube que tinha entrado na minha primeira opção foi, sem dúvida, dos dias mais felizes da minha vida. Era o que queria e o sonho começava a ganhar cor.

Por força daquela que foi também a metodologia de treino desportivo de basquetebol, presente nos meus 2º e 3º anos da licenciatura, acabei por me formar numa nova vertente que sempre tive interesse em aprofundar, ser treinadora de basquetebol, tendo atualmente o grau II de treinador. Este momento de EP permitiu-me ganhar novas competências e ligar-me com crianças e jovens que partilhavam a mesma paixão que eu.

Ainda acerca da minha licenciatura, tive a oportunidade de vivenciar a experiência do Programa de Mobilidade ERASMUS+ durante o meu 2ºano, tendo frequentado a *National and Kapodistrian University of Athens*, na Grécia. Foi sem dúvida um período único, vivenciei e explorei a cultura diversificada, desenvolvi diversas características, como a perspicácia, a superação e a comunicação. Tornei-me uma pessoa mais madura, mais flexível no sentido de me adaptar constantemente a diversos contextos e pessoas, cresci muito a nível mental e desenvolvi também aspetos importantes para a profissão que pretendia

seguir, não só na área de ensino, mas também, na área do treino, relativa à modalidade de basquetebol.

As crianças e os jovens sempre tiveram um papel bem vincado naquilo que era o meu ser. Irmã mais velha, acompanhando de perto o crescimento de uma petiza com doze anos de diferença, foi algo que me permite e permitiu olhar para as crianças com outros olhos. Gosto da genuinidade e da pureza que nos oferecem. Sou sem dúvida uma pessoa mais rica e mais feliz quando rodeada de crianças e fui percebendo isso ao longo dos anos.

Ao ser monitora em campos de férias (Quinta da Escola), ao dar treinos a minibasquetebol (Clube 5Basket) e ao dar aulas de atividades físicas e desportivas nas Atividades de Enriquecimento Curricular a turmas do primeiro ao quarto ano, comecei a desenvolver em mim novas vertentes e a perceber que era realmente no ensino que me via no futuro. É na transmissão de valores e conteúdos que me sinto bem, é no contacto com crianças e jovens que me sinto eu. Dessa feita, ingressar no MEEFEBS na FADEUP foi sempre uma realidade na qual pretendia fazer parte.

No meu 4ºano, já tendo entrado no MEEFEBS, com nova proposta para dar continuidade à performance enquanto atleta de basquetebol num outro clube, dei também continuidade ao papel de treinadora por sentir que era uma mais-valia e uma função à qual muito tinha para oferecer.

Aliado a tudo isto, motivada pela minha paixão pelo basquetebol e orgulho de representar a nossa faculdade, ingressei na equipa de basquetebol da Associação de Estudantes da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, no sentido de poder vivenciar mais aquilo que a faculdade me podia oferecer, tendo representado a instituição nos Campeonatos Nacionais Universitários e Campeonatos Académicos do Porto, desde 2020, ano em que ingressei na faculdade.

Para além disso, permitindo-me viver ainda mais a faculdade, tornei-me membro integrante da Desportuna, Tuna Feminina da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, que me possibilitou desenvolver inúmeras vertentes. Tornei-me um ser mais resiliente e persuasivo, perspicaz, expedito e comunicativo, ciente da pessoa que me estava a tornar, dia após dia, permitiu-

me e permite-me estar inserida em constantes desafios que me possibilitam uma redescoberta contínua enquanto ser.

Considero-me, atualmente, um ser bastante genuíno, criativo, divertido, atento aos pequenos pormenores, com uma boa capacidade de comunicação e cooperação, sou bastante exigente para comigo e por vez com os outros, exigindo sempre mais e melhor, por vezes até demais, para além disso, procuro constantemente deixar sempre um pouco da minha essência naquilo que faço.

2.2. A Escola- O regresso

Eleger a escola que me viu outrora crescer enquanto aluna foi desde logo a minha intenção, um sentimento único e difícil de descrever. Se ouvir ou cantar fado é remeter-nos ao passado, às origens dos nossos antepassados, somos, inevitavelmente, levados para dentro de nós próprios. Assim, quando soube que tinha entrado na escola de eleição, fui invadida por uma felicidade enorme. Desta forma, este regresso às origens, traduziu-se numa libertação emocional, um pequeno mistério, por estar desta vez num papel diferente daquele que tive enquanto aluna daquela instituição.

Entrar na escola pela primeira vez enquanto EE foi sem dúvida um momento incrível, senti uma nostalgia enorme ao subir os pequenos degraus da escola, ao percorrer cada um daqueles corredores, a reencontrar funcionários e professores que outrora me viram crescer. Foi como se o tempo tivesse paralisado e tudo aquilo que outrora deixara para trás, permanecera tal e qual como de antes, à minha espera. Ter a visão da escola enquanto aluna e enquanto PE na mesma instituição de ensino é realmente uma sensação fascinante, de constante choque com a realidade. Apesar de ser um ambiente conhecido e ao qual facilmente chamaria de casa, foi ao mesmo tempo tudo novo e a cada dia que passava, um novo ser nascia em mim.

2.3. Expectativa inicial perante a experiência

No arranque desta magistral experiência partia com a certeza de que iria desenvolver-me muito, na forma de ver este mundo, de o sentir, sabia que me iria desafiar e superar de forma a proporcionar um processo de ensino-aprendizagem rico e contínuo aos meus alunos. Foi nestas certezas que me

guiei, tinha, por isso, grandes expectativas naquilo que estaria por vir, apesar de permanecer consciente perante aquilo que o EP iria exigir.

Esta aproximação à realidade de me tornar professora de EF traduzia-se num cumprir de um sonho, de facto, acordar de manhã para se fazer o que se gosta é gratificante. Ainda assim, sem facilitismos, sabia que tinha de ser bastante metódica, rigorosa e disciplinada, para que tudo fosse fluindo. Para além disso, sabia que iria necessitar de estar mentalmente ativa e preparada para manter níveis de criatividade máxima e para me adaptar constantemente a diversas adversidades. Assim sendo, partia consciente perante a exigência que iria sentir. Nesta linha de pensamento, acreditava que o EP tinha uma importância enorme naquela que era a criação constante da minha identidade profissional. Esta que pode ser entendida como o tipo de pessoa que se é em determinado contexto (Gee, 2000). No que diz respeito ao processo de construção da identidade devemos ter em consideração três conceitos: compromisso – envolvimento ativo no processo de negociação e atribuição de significado através do qual a identidade se desenvolve; imaginação – criar novas perceções acerca do mundo e de nós como resultado do processo de aprendizagem, discussão e interação; alinhamento – coordenar a energia, investimento e atividades de forma que se integrem em estruturas mais amplas (Wenger, 2008).

"Ser-se professor é conviver constantemente com aquele que será o futuro da nossa sociedade, por isso, há que moldar e dar todas as ferramentas necessárias aos alunos para que estes adquiram o máximo de competências e capacidades possíveis e se tornem pessoas de valor, e esta será uma das minhas grandes missões nesta instituição."

- Apresentação inicial e expectativas para o ano letivo: 07/09/2024

Traduzia-se isto, num compromisso perante níveis de competência, que exigiam um domínio de conteúdo. Roldão (2007, p.102) refere que "a afirmação e o reforço de um saber profissional mais analítico, consistente e em permanente atualização, claro na sua especificidade, e sólido nos seus fundamentos" é fundamental. Efetivamente, no meu primeiro ano no MEEFEBS, consegui adquirir um conjunto de ferramentas e conhecimentos, que fui convocando

durante todo este ano de EP, com base neles tomei as melhores decisões, gerindo da melhor forma o processo de criação, correspondente ao planeamento, bem como, a análise às minhas práticas. Gradualmente, fui percebendo onde tinha de investir, no sentido de aprimorar as minhas técnicas e permanecer confiante perante os desafios encontrados.

"… (Sobre o EP) uma descoberta de identidade profissional, pelo descobrimento de como aplicar as nossas virtudes e conhecimentos, como colmatar as debilidades, como nos formar e como formar os alunos…"

- Reflexão acerca do 1ºperíodo

Para além disso, procurei também, desde o momento em que voltei a pisar a minha escola de formação, ligar-me novamente a todos os intervenientes de ensino, fomentando relações que me trouxeram grandes benefícios, sendo a (re) construção da identidade um processo complexo e contínuo, com um cariz extremamente social e dependente do contexto em que ocorre (Gee, 2000; Wenger, 2008) aliei este bom ambiente a uma boa prática.

Quando nos deparamos com a simplicidade de uma rosa branca, podemos facilmente associá-la à paz ou tranquilidade, ainda assim, escondido por entre o seu pequeno e fino caule podemos cruzar-nos com alguns acúleos, que deixam mazelas, sendo necessário contorná-los. Também no estágio, me deparei com momentos mais apreensivos, trabalhosos e desafiantes, momentos esses de pura superação.

Fui-me, então, ajustando às diferentes situações nas quais estive inserida, profissionalmente, adaptei-me à realidade de ensino tendo em conta alguns componentes de elevado valor, que irei explorar nos tópicos seguintes.

3. Enquadramento Institucional

3.1. Ver, aprender, aplicar- O Estágio Profissional: *Indie Folk*

Lady, runnin' down to the riptide
Taken away to the dark side
I wanna be your left hand man…"
-Riptide, Vance Joy

A um ritmo marcante, numa atmosfera contemplativa, surge o EP, uma experiência que, retratada aos olhos daqueles que por ele se cruzam, se reflete nas vivências e situações que se experiência. Apesar das grandes similaridades que se possam sentir, mantém um cunho muito pessoal.

De acordo com Batista e Queirós (2015, p. 41), o EP depreende-se como "uma UC que pretende dotar e capacitar o futuro professor de EF de ferramentas que o auxiliem a desenvolver uma competência baseada na experiência refletida e com significado". Assim, na ótica institucional, o EP é constituído por duas vertentes "a prática de ensino supervisionada, realizada numa escola cooperante com protocolo com a FADEUP" e "o Relatório de Estágio, orientado por um professor da Faculdade, o responsável da instituição de ensino superior pela supervisão do estudante estagiário no contexto da prática de ensino supervisionada" (Batista & Queirós, 2015, p. 37). Assim sendo, ambas as vertentes, com um peso de 50% na nota final, determinam a classificação final do EP.

O EP é, então, o momento mais ansiado pelos EE, o contacto com a realidade. Ademais, corresponde ao momento onde todo o conhecimento adquirido ao longo da formação académica é solicitado para o contexto real e onde, simultaneamente, se desenvolvem novas competências. A pouco e pouco, todos os receios sentidos após uma queda "brutal" no mundo real começam a desvanecer, fruto da prática, da necessidade constante de aprimorar as técnicas várias alicerçadas ao EP. Marcelo (2009, p.8) assume que "é imprescindível, que os professores… se convençam da necessidade de ampliar, aprofundar, melhorar a sua competência profissional e pessoal."

"Trata-se de um momento de constante superação, de saber o que fazer e como fazer, de não nos cingirmos apenas pelo conhecimento já assimilado,

mas por aquele onde nos sentimos débeis. Não corresponde apenas a um mero momento de partilha constante com os alunos …, mas sim, de um momento constante de… entrega, para aquele que é o bem dos nossos alunos."

- Projeto de Estágio, dezembro, 2024

Assim sendo, toda a experiência acaba por se traduzir numa descoberta constante onde, aos poucos, os EE vão percebendo onde têm de investir a nível de conhecimento e como devem interagir com os seus alunos no sentido de lhes proporcionarem melhores condições de ensino-aprendizagem. O profissional deve ainda ter a necessidade de sentir diariamente "a agradável experiência de aprender algo de novo cada dia, num princípio de sobrevivência incontornável" (Zabalza, 2000, p.165). Finalizando a etapa, os EE, enquanto futuros professores, devem demonstrar a capacidade de responder, de forma eficaz, às exigências e desafios inerentes ao exercício da profissão, fazendo uso das competências reflexivas e críticas desenvolvidas ao longo de todo o seu percurso formativo.

3.2. A Escola Cooperante- *Disco*

"Ah, ah, ah, ah, stayin' alive, stayin' alive
Ah, ah, ah, ah, stayin' alive"
-Stayin' Alive, Bee Gees

A escola que me acolheu foi a instituição ideal para a realização do meu EP. Fundada em 1906, localiza-se no centro da cidade do Porto, instituição esta que abrange o 2º e 3º ciclos do Ensino Básico e o Ensino Secundário, sendo também escola sede do agrupamento.

A escola é caracterizada por abranger, no seu núcleo estudantil, alunos com uma realidade social e económica debilitada, estando por isso, resguardada pelo Programa de Territórios Educativos de Intervenção Prioritária (TEIP). Para além disso, é no âmbito da educação especial, uma escola de referência para a educação de alunos cegos e com baixa visão e multideficiência, com vista à procura de "um mundo com mundo por dentro", que caracterizam o projeto da escola, procurando a melhoraria do estilo de vida destes alunos. O ambiente inclusivo e diverso da escola proporciona-lhe uma identidade única, marcada

pela riqueza de realidades e expressões, tal acontece na música *Disco*, onde diferentes ritmos e timbres se fundem num cenário enérgico, mas misterioso.

A escola sofreu modificações em 2007, pelo que, é uma instituição bastante rica a nível de infraestruturas gerais. No que diz respeito à prática desportiva, a escola oferece excelentes condições quer a nível de espaço quer a nível de material. Tínhamos à nossa disposição um Pavilhão Desportivo (PD) (Figura 1), com condições ideais para a prática de qualquer modalidade à exceção da Ginástica, tendo duas balizas fixas, seis balizas amovíveis, duas tabelas de basquetebol centrais, fixas, e quatro tabelas amovíveis, para além disso, possuía espaços para três redes de voleibol serem montadas. Existia um Ginásio Central (GC) (Figura 2), com condições não tão boas quando comparadas com as do PD, mas ainda assim, favoráveis ao bom ensino da Dança e de desportos com rede, como é o caso do Voleibol e Badminton. Em simultâneo, a escola apresentava um Ginásio Pequeno (GP) (Figura 3), atribuído ao ensino da Ginástica, pelas condições que nos oferecia em termos de materiais existentes, e da Dança. E por fim, tínhamos ainda um espaço externo, com dois campos de futebol e um campo de basquetebol, acompanhados de uma pista de velocidade.



Figura 1- *Pavilhão Desportivo*



Figura 2- *Ginásio Central*

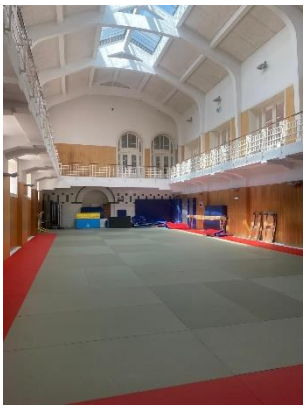


Figura 3- *Ginásio Pequeno*

Através do *roulement* construído no início do ano letivo, foi possível haver uma gestão eficiente de espaços, evitando a presença de mais de dois professores por instalação. Esta organização mostrou-se um fator facilitador para a tarefa de lecionar. Vale ressalvar que o espaço externo (Figura 4) não foi incluído nessas rotações, podendo nós beneficiar dele de uma forma autónoma.



Figura 4- *Espaço Externo*

Em termos de material, a escola era dotada não só de uma grande quantidade do mesmo, como de material em bom estado. O PD possuía uma arrecadação própria, onde todo o tipo de material era encontrado, desde bolas para todas as modalidades coletivas (basquetebol, rugby, andebol, futsal, …), material de apoio a modalidades individuais (atletismo: dardos, pesos, barreiras, …; patinagem: patins, …), material de sinalização (cones, sinalizadores, bolachas, …), coluna de som, entre outros. No GC, também encontrávamos uma arrecadação, porém mais simples, apresentando o básico para a lecionação: bolas de voleibol e de andebol, raquetes de badminton, volantes e material sinalizador. Já o JP, apresentava material de auxílio à Ginástica, como colchões, trampolins, trave, plinto, entre outros. Sem dúvida que para nós PE, ter à nossa mercê esta qualidade e quantidade de material foi um fator facilitador e determinante para o método de ensino e respetivo sucesso na prática pedagógica, durante o EP.

De facto, a diversidade de recursos permitiu-me adaptar estratégias de ensino às diferentes necessidades e estilos de aprendizagem dos alunos, na possibilidade, por exemplo, de ter todos os alunos em exercitação em simultâneo, através da quantidade vasta de material disponível, promovendo um maior envolvimento dos alunos no processo de ensino-aprendizagem. Assim, na prática efetiva, esta variedade não só contribuiu para tornar as aulas mais dinâmicas e motivadoras, como também favoreceu a diferenciação pedagógica. O acesso a equipamentos variados, aliado à existência de espaços diversificados, permitiu um planeamento mais completo e rigoroso, com um

maior dinamismo, permitindo aos alunos explorar diferentes contextos de prática, desenvolvendo competências motoras específicas e transversais. Estas experiências contribuíram para que os alunos levassem da EF não só aprendizagens técnico-táticas, mas também valores como a cooperação, o respeito, o esforço e o sentido de responsabilidade.

Ao escutar *Disco*, celebramos o movimento, a luz, a inclusão, de igual forma, a prática docente nesta escola sintonizou o dinamismo e a alegria, com valores primordiais, como o respeito, o bom-senso e a cooperação, criando um ambiente otimista para as crianças e jovens.

3.3. Acompanhamento Docente- *Indie Rock*

"Triangulate, triangulate, triangulate
Tessellate, tessellate, tessellate…"
-Tessellate, Alt-J

Promotor da liberdade criativa, o estilo *Indie Rock* procura valorizar a autenticidade e a identidade própria do artista. No fundo, traduz-se numa união de forças, que compiladas numa única tonalidade só, fundem-se numa atuação mais "crua", verdadeira. Como se de um *puzzle* se tratasse, a Professora Cooperante (PC) e a Professora Orientadora (PO) interligaram-se de uma forma bastante positiva, tornando o meu percurso ainda mais prazeroso, podendo eu beneficiar das experiências e vivências de cada uma.

3.3.1. Professora Cooperante

A PC, Professora Andreia Canedo, acompanhou-nos ao longo de todo o EP, sendo presença assídua no nosso dia a dia. Aos meus olhos, uma profissional de excelência, que manteve, durante toda a experiência, uma postura pedagógica e humana que nos impactou positivamente. Foi sempre muito prestável e disponível desde o primeiro dia, estando sempre pronta para nos orientar e salvaguardar quando das origens nos afastávamos. O seu elevado grau de exigência foi, desde o início, evidente, e acredito que esse rigor constituiu uma mais-valia para toda a nossa experiência.

"Tem uma dedicação fascinante... Temos realmente sorte de a ter, acreditamos que apesar da exigência esta nos permite crescer e tem-nos dado as ferramentas necessárias para começarmos a voar."

- Projeto de Estágio, dezembro, 2024

Algo que muito valorizei foi o facto de poder ter um contacto tão direto com uma profissional extremamente organizada, qualidade esta que incentivou em nós desde o início do ano letivo.

"A PC traduz-se realmente na voz da experiência e apesar dos longos anos de prática é um ser que se mantem constantemente atualizado, que procura saber mais, …um leque bastante abrangente de conhecimento permite-lhe ter noções claras e objetivos bem cientes enquanto professora de EF."

- Projeto de Estágio, dezembro, 2024

A relação, marcada por uma partilha constante de ideias, experiências e conhecimentos foi, sem dúvida, benéfica para mim, para além disso, durante todo o ano letivo, acabamos por nos interligar positivamente, permitindo-nos estar alinhadas em termos de pensamento.

Durante esta bela jornada, a PC promoveu constantemente a nossa veia reflexiva, ponto este essencial para o nosso crescimento enquanto PE. De acordo com Sá Chaves (2002), a prática reflexiva constrói respostas adaptadas à complexidade e incerteza das situações, desenvolver este aspeto ao longo do ano, foi perceber constantemente onde poderia investir, quais os caminhos a seguir, mediante sensações que tirava da minha prática pedagógica (PP), tendo ganho a capacidade de parar e pensar, refletir sobre o passado e atuar para um presente mais claro.

A PC sempre depositou uma grande confiança no meu e no nosso trabalho enquanto NE, tendo procurado sempre que a nossa essência fosse mantida, assim, valorizando os nossos bons passos, amparando possíveis quedas, senti que, de uma forma bastante presente, nos fez e muito crescer.

3.3.2. Professora Orientadora

Sempre longe, mas perto, a PO desempenhou, ao longo de todo o meu estágio, um papel fundamental. Assumindo uma posição de acompanhamento mais externo, mas relevante, procurou despertar a minha melhor versão.

Pimenta e Lima (2004) identificam a função do PO como sendo, à luz da teoria, um trabalho promotor de uma constante reflexão com os seus alunos

sobre as experiências que já trazem consigo, projetando um novo conhecimento que ressignifique as suas práticas, considerando as condições objetivas, a história e as relações de trabalho vividas por esse EE. Ora, através da sua zelosa intervenção, promoveu a constante reflexão crítica, perante os determinados momentos, atividades e funções que tinha a desempenhar no contexto escolar, de forma a melhorar aquela que era a minha PP, orientando e sugerindo como deveria, por vezes, contornar adversidades que sentia.

Disponível e colaborativa, partilhando a sua vasta experiência profissional de forma construtiva e enriquecedora, a PO permitiu-me desenvolver uma análise mais aprofundada sobre as decisões tomadas em contexto de ensino, contribuindo significativamente para o meu crescimento enquanto futura professora de EF.

3.4. Pilar Emocional, o Núcleo de Estágio- *Reggae*

"My dreams turned inna real life
Only God knows I much I pray
Only he knows how much I cry
See clouds turn into blue skies…

...And before I lose my voice, oh God
I just want to give thanks for
Having all that I asked for…"
- Before I Lose My Voice, Richie Campbell

Apesar de ouvir por muitas vezes que um bom Núcleo de Estágio (NE) traria grandes vantagens à experiência de EP, a verdade é que acreditei sempre que viveria uma realidade longínqua à qual toda essa cooperação me passaria ao lado. Pois bem, estava completamente enganada, fui brindada com um NE incrível, invejável, que nunca sequer pude imaginar. Eramos três, fomos sempre três e seremos sempre três, três guerreiros, sonhadores e puros.

Conheci a Ana, a quem chamo carinhosamente de Anita, no início da minha licenciatura, ficamos na mesma turma nesse nosso primeiro ano, de muitas descobertas pelo mundo académico, e a verdade é que desde aí começou a nascer uma amizade tremenda que perdura aos dias de hoje. Já o Rafael, genuíno Maravilha, conhecia-o apenas dos cruzamentos nos corredores

da faculdade. Ouvia falar muito bem dele, mas a vida nunca nos tinha permitido cruzar de verdade. Quando saíram as listas de colocados nas escolas cooperantes e me deparei com estes dois nomes para colegas de NE, não posso dizer que não fiquei surpresa e contente, ao mesmo tempo estava também receosa.

O *reggae* transmite-nos paz e de uma forma simples, abraça-nos com alegria, embarcando numa autenticidade pura e genuína. Também entre NE criamos laços de amizade, que nos permitiram ter liberdade para ser quem eramos, sem máscaras, sem receios, unidos por uma só paixão, o ensino, que se traduziu nas crianças e na pureza das nossas ações.

Ora, desde o momento em que começámos a comunicar, percebi que éramos bastante equilibrados, tínhamos todos um espírito bastante trabalhador e cooperante e ao mesmo tempo, tranquilizante e genuíno.

"(…) neste momento sinto que somos um, estamos inteiramente sincronizados e isso penso ser visível através da ligação e afinidade que transmitimos(...) Considero-nos realmente um pilar emocional."

- Projeto de Estágio, dezembro, 2024

Para mim, o NE foi peça fulcral no processo constante de aprendizagem daquilo que era a missão de ser-se e tornar-se professor. Durante todo o ano, vivemos muito a escola e vivemos ainda mais a presença de cada um. Acabamos por, no início do ano, incutir em nós o compromisso de estar presente nas aulas de cada à sua turma residente (TR). Utilizamos esses momentos não só como método de aprendizagem, como de troca de ideias e impressões, acerca das sessões uns dos outros.

"Estamos juntos e vamos crescer muito juntos, somos um porto de abrigo constante … Somos o que vivemos, e muito do que me estou a tornar, devo-o a eles. Têm sido realmente a leveza (…)."

- Projeto de Estágio, dezembro, 2024

Fomos sempre dividindo bem as tarefas que nos eram propostas e os trabalhos que tínhamos a organizar para a nossa turma partilhada (TP). Durante o período extra-aulas, demonstramo-nos seres muito responsáveis, apoiávamo-nos mutuamente, com momentos de constante partilha, com um auxílio constante em caso de necessidade, tiramos muitas vantagens uns dos outros, dos saberes de cada um.



Figura 5- *Núcleo de Estágio*

"Tive essa sorte, de o poder viver de perto. Ele era um pilar para o NE, no fundo, todos éramos, éramos um triângulo basilar que trabalhava em conjunto para a melhoria constante do todo, para a melhoria de cada um, de forma a oferecer aos alunos uma melhor experiência. Perder um dos pilares é perder um bocadinho de nós, é sentir um vazio forte, uma incompreensão."

- Db nº18 – 13 a 17 de janeiro

Com o iniciar do segundo período escolar muita coisa mudou, muitas barreiras foram ultrapassadas, mas a pouco e pouco, fomos superando e ganhando força novamente perante a negridão dos dias, que se foram tornando, gradualmente, menos cinzentos.

A união fez, definitivamente, a diferença e marcando o coração de cada um à sua maneira, a verdade é que crescemos imenso, a nível de maturidade, superação, força e sabedoria e fomentando os nossos laços, tal como *Bob*

Marley, assumimos sempre que "*Every little thing, gonna be all right"*, apesar de por vezes termos sido sobrevoados por breves tempestades, conseguimos novamente reerguer-nos. Assim, acredito que esta união nos caracterizou ao longo de todo o período de EP, para além da grande honestidade e tranquilidade com que ultrapassámos as diversas adversidades que o estágio nos proporcionou.

De facto, todos os momentos e memórias, que recordo com carinho, fazem-me respirar de alívio, tive uma sorte imensa de o privar, crescemos muito os três e depois, as duas. Ainda assim, somos e fomos muito felizes juntos, sinto que cresci muito e beneficiei muito de todos eles. De facto, trabalhar com amigos é estupendo, faltam-me palavras para exprimir o quanto lhes agradeço e o quanto orgulho tenho daquilo que construímos em conjunto.

No que restava do ano letivo, como seria de esperar, a sobrecarga aumentou ligeiramente, isto porque, dividir tarefas por duas pessoas era inevitavelmente diferente que fazê-lo com três pessoas. Ainda assim, eu e a Anita apoiamo-nos muito no sentido de distribuir e cooperar ao máximo para que o cansaço não fosse notório, para que as dificuldades fossem ultrapassadas, para que as melhores condições fossem dadas aos nossos alunos de forma a permitir o seu crescimento. A comunicação entre nós, demonstrou-se algo crucial para a fluidez e dinâmica entre ambas. Funcionámos realmente muito bem entre grupo e no final de contas, saímos todos beneficiados com isso.

3.5. As Turmas- *Rock Alternativo*

"But on and on
From the moment I wake
To the moment I sleep
I'll be there by your side"

-Shiver, Coldplay

No início do ano letivo, partimos para a experiência de EP com a certeza de que iriamos ter à nossa responsabilidade uma turma, TR, inteiramente ao nosso encargo e uma TP, onde todas as responsabilidades e tarefas seriam divididas por todos os elementos do NE.

De facto, no *Rock Alternativo* exige-se um equilíbrio de forças e intensidades, umas vezes mais pausado, outras vezes mais ritmado, divagando para um processo de transformação ajustado à necessidade da música, ou neste caso específico, às sensações do intérprete, viajamos para um misto de sensações gloriosas e, por vezes, resilientes.

Numa bolha de equilíbrios, gerindo da melhor forma possível aquilo que podia entregar a ambas as turmas, fui, paulatinamente, limando aquela que considerava ser a melhor versão para os meus alunos, consoante as suas necessidades.

3.5.1. Turma Residente (Ensino Secundário)

Relativamente à TR, mediante as três opções de turmas que nos foram apresentadas fizemos a gestão dentro de NE para atribuir uma turma a cada um. Ora, decidi abraçar uma turma de 12ºano que fazia parte do Curso de Línguas e Humanidades, constituída por um total de dezassete alunos, sendo treze do sexo feminino e quatro do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 16 e os 19 anos de idade.

Através de uma ficha de caracterização individual (Anexo 1) entregue aos alunos no início do ano, consegui aferir algumas peculiaridades relacionadas com a saúde dos alunos da turma. De uma turma de dezassete alunos, seis apresentavam problemas respiratórios, condicionando o desempenho a nível de resistência física dos mesmos. Dois alunos tinham escoliose, problema este que afetou alguns movimentos dos estudantes, nomeadamente em termos de

mobilidade e flexibilidade. Para além disso, um dos alunos tinha diabetes *mellitus* tipo 1, o que acabava por condicionar a capacidade do mesmo em aula e o seu desempenho, o que exigiu uma maior atenção da minha parte perante o seu comportamento e reação a diversas dinâmicas propostas. Ademais, um aluno sofria de ansiedade já diagnosticada, sendo preciso um maior cuidado na forma como se falava e agia para com o mesmo. Em acréscimo, um aluno requeria Necessidades Educativas Especiais (NEE), apresentando um Relatório Técnico-Pedagógico (RTP) delicado, que apesar de tudo, não afetou de uma forma elevada a logística da aula, uma vez que apresentava um professor de apoio, que o acompanhava durante as aulas de EF. Tendo em conta o histórico clínico da turma, depois destas informações, não poderia recear o início do ato da lecionação.

"… será uma turma bastante desafiadora, que precisa de atenção e motivação extra."

- Documento de Caracterização de Turma Inicial

A turma foi sempre acompanhada ao longo de todo o seu secundário pela nossa PC, o que me permitiu aferir, em conversações iniciais com a mesma, algumas características da turma que consegui ir comprovando ao longo do ano letivo.

Encontrei uma turma com pouca união, com casos de superação, mas em contrapartida, com muitas fragilidades, revelando um conjunto de debilidades significativas no domínio motor. Para além disso, nos primeiros momentos, uma parte considerável da turma apresentava dificuldades na coordenação de movimentos, nomeadamente em tarefas que exigiam a combinação simultânea de diferentes segmentos corporais. Em acréscimo, os níveis de resistência aeróbia e força muscular eram muito baixos, sendo estes visíveis na rápida fadiga da turma durante atividades mais exigentes, onde os alunos mostravam incapacidade em manter o esforço de forma contínua. Foi ainda notório que vários alunos tinham receio de experimentar o novo, evitando situações de desafio motor por medo de falhar ou de se expor ao "ridículo".

Inicialmente, procurei adaptar-me à turma e tentado dar resposta à forma como me acolheram, encarei a turma como um desafio, acreditei no meu dom e

procurei manter-me bastante fiel aos meus ideais, como forma de ultrapassar estas barreiras. Considero-me um ser bastante ambicioso e até exigente, não só comigo mesma, mas com os outros, porém, com a turma, tive realmente de dar um passo atrás, adaptando-me, no sentido de os cativar pela diferença, pelo jeito genuíno e afável que acreditava possuir, para que olhassem para mim, depositassem confiança no meu ser e respeito. As fragilidades acima enumeradas exigiram de mim um planeamento cuidado das atividades, com ênfase em tarefas progressivas, repetição orientada, assim como uso de *feedback* de forma frequente. Foram privilegiadas estratégias de diferenciação pedagógica, com adaptações ao nível da complexidade motora, apoio entre pares e valorização dos progressos individuais.

"Senti… que terei de me entregar de coração a esta experiência e tentar ligar-me ao sentimental dos alunos, para que, não só na minha disciplina, mas em todas, se sintam abraçados para o sucesso".

- Db nº2- 9 a 13 de setembro

Confesso que foi um processo longo e difícil fazê-los perceber que as aulas de EF poderiam ser divertidas e benéficas para os mesmos. Ainda assim, ao longo de todo o ano letivo, fui sentido a turma em constante crescendo, principalmente a nível de predisposição. Se com o iniciar do primeiro período sentia algum mau estar, pouca motivação, pouco empenho, no início do segundo período, notei alunos mais cooperantes uns com os outros, bastante respeitadores, a intervir e a questionar, com uma atitude completamente diferente daquilo que outrora verificava. Aproveitei a onda de positivismo e procurei manter este nível até ao final da experiência.

Efetivamente, chegando ao fim do ano letivo, transbordei de orgulho, a turma teve uma evolução gradual e constante, olhar para o que eram no início do ano e ver naquilo em que se transformaram foi, realmente, muito bom. Muito mais cooperantes, tranquilos e predispostos, demonstraram uma atitude completamente distinta, que não só os beneficiou, como também, provocou em mim uma sensação agradável.

3.5.2. Turma Partilhada (Ensino Básico)

Em simultâneo com a lecionação à minha TR, tive também a oportunidade de lecionar a uma turma do ensino básico, em conjunto com os meus colegas de NE, sendo esta, por isso, denominada TP, turma esta do 5ºano de escolaridade. Atendendo aos dados iniciais, a turma era constituída por vinte e um alunos, tendo terminado o ano com dezanove alunos, com idades compreendidas entre os 9 e os 12 anos de idade.

Após a primeira reunião de conselho de turma, conseguimos perceber que nos iríamos deparar com situações sensíveis. A nossa turma apresentava um número elevado de alunos com um RTP vasto, que necessitaram, durante o ano letivo, de um apoio profundo.

"(…) aquando da reunião de conselho de turma, ficamos ligeiramente assustados com a realidade dos alunos."

- Documento de Reflexão acerca do 1ºPeríodo

A turma possuía um aluno com autismo, capaz e autónomo, mas que em certos momentos não tinha a capacidade de lidar com certas adversidades emocionais. Tínhamos alunos com hiperatividade, que exigiam de nós um maior controlo, para um respeito mútuo conquistado. E, por fim, tínhamos três alunos com problemas severos de visão, um deles com cegueira total, aluno este que perdia completamente a autonomia em aula e que exigia um acompanhamento constante da nossa parte.

"Confesso que numa fase inicial, já na prática, estava a gostar da forma como tínhamos de acompanhar a aluna com total cegueira, fazendo de guias, porque acreditava ser um momento onde poderíamos desenvolver um novo conhecimento na maneira como agíamos. Atualmente, confesso ser desgastante acompanhar a mesma: ´ …tive que apenas estar a auxiliá-la, tornando-se muito complicado acompanhar os restantes alunos da forma que gostaria…acaba também por nos limitar na nossa ação´"

- Db nº12, 18 a 22 de novembro

As crianças nestas idades são puras, demonstram uma genuinidade constante na forma de pensar e de agir, e a forma como percecionam o mundo

é algo que me fascina. Dessa forma, em relação à turma no seu geral, marcaram-nos pela diferença. Apesar de serem uma turma fisicamente limitada, demonstraram-se bastante motivados durante as aulas, resilientes na forma como procuravam superar-se, apesar das dificuldades e, acima de tudo, muito honestos na forma de ser.

Quanto à minha prestação com a turma, inevitavelmente agia de uma outra forma, quando comparando a minha ação com a TR. Sentia-me realmente bem a dar aulas aos mais pequenos e tinha bem ciente que se fossemos competentes nesta fase, aquando do seu crescimento, estes poderiam ser mais competentes ao longo dos próximos anos, saindo os alunos beneficiados, assim como, futuros professores da turma.

Ora, durante todo o primeiro período, sendo nós três professores, cada dois, tinham à sua responsabilidade uma determinada Unidade Didática (UD). Com o iniciar do segundo período, com a nossa grande perda, acabei por eu e a Anita ficarmos responsáveis por todo o restante programa a lecionar, que conseguimos ir gerindo com qualidade para não haver sobrecargas. Para além disso, nesta fase tivemos um apoio incansável por parte da PC, que nos apoiou no momento da lecionação, tendo em conta os casos desafiantes de alunos com NEE na turma. Com uma turma tão atípica, com tantos casos de alunos com RTP questiono-me até como seria a intervenção por parte de um só professor, seria algo realmente exigente, desafiante até.

Algo que fui observando, em contrapartida com a realidade vivida na minha turma de 12ºano, foram as questões motivacionais. Apesar de haver um número elevado de alunos com dificuldades na execução de diversas habilidades motoras, os alunos demonstraram sempre um espírito bastante resiliente, evidenciando atitude perseverante e entusiasta perante os desafios propostos. Este foi sem dúvida um fator positivo e a favor para a lecionação.

4. Várias intensidades, o diapasão

4.1. O impacto com a realidade- *Jazz*

"I see trees of green, red roses too
I see them bloom for me and you
And I think to myself: What a wonderful world
-What a wonderful world, Louis Armstrong

O Jazz é um estilo musical acompanhado de momentos de inspiração constante, onde a criatividade é exigida, para um flutuar sob um conjunto de emoções, que nos fazem viajar por entre o passado, o presente e o futuro. Sensível, mas frenético, a maior característica é o improviso, que capacita o intérprete a criar, com ritmos não lineares, formando uma cadeia sonora autêntica e brilhante.

Pelas teclas do piano, deslizando por entre as chaves do saxofone, oscilando, por fim, pelas cordas do contrabaixo, surgem os próximos subtemas, que compilados, refletem efetivamente o momento de criação.

4.1.1. Planeamento Anual

Aparecendo como uma das primeiras tarefas propostas pela PC, surge a construção do Planeamento Anual (PA) (Anexo 2). Januário (1996) associa o PA à prevenção de comportamentos divergentes, promovendo uma melhor gestão do tempo. Assim, este inclui os objetivos específicos da disciplina no ciclo de ensino, identificados nas Aprendizagens Essenciais (DGE, 2018). O PA inclui ainda a caraterização da turma, que inclui as capacidades iniciais e caraterísticas específicas de alunos que merecem realce. Para além destes pontos anteriormente enumerados, a construção do mesmo teve ainda em considerações o calendário escolar (Anexo 3) o ano de escolaridade, horários de aulas de EF da turma, que variavam não só no dia, como no tempo de sessão (terças-feiras, sessão de 50 minutos, sextas-feiras, sessão de 100 minutos, para a TR, quartas-feiras, sessão de 100 minutos e sextas-feiras, sessão de 50 minutos, para a TP) e o *roulement* das instalações (Anexo 4), proposto pelo grupo de EF, sendo que a rotatividade acontecia aproximadamente de quatro em quatro semanas. Mediante todos estes fatores, foi também necessário, através

da análise do conteúdo programático a lecionar, fazer a correta distribuição das diversas UD pelo ano letivo.

"Esta semana foi marcada pela realização do planeamento anual, tendo em conta, para já, o 1ºmês, uma vez que ainda é possível verificar algumas alterações nos horários e, consequentemente, alteração do roulement. Assim, não vale a pena elaborar o PA para o ano inteiro, sem a certeza das instalações que serão atribuídas à minha turma."

- Db nº3- 16 a 20 de setembro

Sinto que numa fase inicial, não estava ainda bem ciente daquilo que era pretendido para uma correta estruturação de PA. Neste seguimento, a PC teve um papel essencial no processo de consciencialização da tarefa.

"Confesso ter tido alguns problemas iniciais na realização do mesmo, mas acredito que seja por não estar ainda muito familiarizada com o processo, acredito que futuramente correrá de forma mais fluída."

- Db nº3- 16 a 20 de setembro

Se na programação do primeiro mês revelei algumas dificuldades, a verdade é que, quando já tínhamos definido as variantes anteriormente colocadas como um entrave à conclusão do mesmo, consegui articular bem e fazer o correto planeamento com a gestão das diversas UD pelos espaços disponíveis, tendo ainda em consideração as planificações da disciplina de EF, com o estabelecer do número de aulas dedicados a cada modalidade.

De referir que, o PA para a TP foi realizado em conjunto, já depois de individualmente o termos realizado para as nossas TR, estando, por isso, mais familiarizados com a estruturação do mesmo.

Ao longo de todo o ano letivo, houve algumas vezes que o PA não foi cumprido, ou por atividades escolares marcadas para o tempo de aula, ou por ajustes que optei por fazer tendo em conta o nível e resposta da turma. Planear atividades para um ano inteiro exige capacidades de prever tempos letivos, interrupções, avaliações e imprevistos, sendo assim revelador que fazer um planeamento com estas dimensões implicou fazer alguns ajustes para o benefício da turma.

4.1.2. Unidade Didática

Construir o primeiro modelo de Unidade Didática (UD) (Anexo 5) foi, sem dúvida, um processo inicialmente complexo que, à medida que o ano letivo foi avançando, com a necessidade de construir outras UD, se tornou algo mais intuitivo e fluído. Efetivamente, construir uma UD exige um período de reflexão, um estabelecer de objetivos, distribuí-los pelos tempos de aula, número de aulas dedicadas a essa UD e nível da turma, ponto este fulcral para uma UD mais real.

Todas as UD elaboradas, tanto para a TR, como para a TP, foram construídas segundo o módulo IV (Extensão e Sequência da Matéria), pertencente à fase de decisão do Modelo de Estrutura do Conhecimento apresentado por Vickers (1990). Partindo deste modelo, juntamente com o programa proposto pelo Ministério da Educação (aprendizagens essenciais em anexo), bem como, com as competências desenhadas pelo grupo de EF da Escola e *roulement* existente, foi possível chegar à estrutura final desta.

A programação da UD foi composta por diversas funções didáticas, sendo elas: Avaliação Diagnóstica (AD), Introdução (I), Exercitação (E), Consolidação (C) e Avaliação Sumativa (AS), salvo a exceção da UD de Ginástica que incluiu também Avaliação Intermédia (AI). Todas as UD elaboradas foram divididas em quatro categorias transdisciplinares: Habilidades Motoras, Fisiologia do Treino e Condição Física, Cultura Desportiva e Conceitos Psicossociais. Já a construção das mesmas foi feita mediante a AD, onde consegui perceber em que nível se enquadrava a turma, tendo esta, por isso, uma importância fulcral para o processo de construção das UD. De acordo com Oliveira et al. (2022, pp. 21-28) a AD "serve tanto para coletarmos informação, como também, para averiguar e planear os métodos que servirão como ponto de partida para a caminhada" para além disso, acrescentam que "sempre que houver alguma interferência que impeça o avanço do aluno, serão identificados e estabelecidos novos critérios" de forma a resolver esses impasses, só assim se poderá definir os próximos passos e os meios para facilitar uma aprendizagem significativa.

Algo que tinha bem ciente era o facto de que, apesar de já construída, a UD poderia vir a sofrer alterações, não sendo, dessa forma, estanque, isto tendo em conta algumas adversidades com as quais me poderia deparar, como condições de espaço não favoráveis, condições climatéricas adversas ou

mediante respostas da turma, tendo em conta a sua evolução e comportamento, entre outras. Para além do referido anteriormente, alguns conteúdos poderiam também ser modificados no caso de sentir que os alunos necessitariam dessa alteração para seu benefício próprio e para uma melhor aprendizagem.

No fundo, ser-se professor é ter a capacidade constante de adaptação ao meio envolvente daí, se necessário, a UD podia ou não ser alterada em prol dos alunos e com o intuito de os ver crescer e evoluir dentro do que as diversas modalidades lhes poderiam oferecer.

4.1.3. Plano de Aula

O Plano de Aula (Pa) (Anexo 6) caracteriza-se por uma forma de planeamento mais detalhado, sendo um documento fundamental para garantir a eficácia do processo de ensino-aprendizagem. “O Pa é uma ferramenta que auxilia o professor a executar a sua aula de maneira organizada e precisa” (Tullio & Maciel, 2020, p. 171), dessa feita, atendendo à importância que acarretava, uma das tarefas iniciais pedida pela PC numa das nossas primeiras reuniões foi a construção do mesmo.

Tendo em conta aquele que tinha sido o nosso primeiro ano no MEEFEBS, com as diversas didáticas, tivemos possibilidade de ir até ao terreno, através de PP, tendo, por isso, estabelecido contacto com diferentes estruturas de Pa sugeridas pelos diferentes docentes. Dessa feita, entre NE, decidimos eleger o plano com o qual sentimos mais afinidade e, adaptando ao nosso contexto e realidade, acabamos por elaborar um plano estruturado (Anexo 5), utilizado para todas as turmas. No final de cada semana, os Pa para a semana seguinte eram entregues à PC, de forma a ser-lhe possível observá-los e fazer a sua apreciação, dando algumas sugestões para a melhoria do mesmo, de forma que fosse oferecido aos estudantes um melhor ambiente de ensino-aprendizagem.

O plano era subdividido em três momentos: inicial, fundamental e final; incluindo também tempo disponibilizado para cada exercício, objetivos específicos, situação de aprendizagem e critérios de êxito. Já o cabeçalho albergava a UD a lecionar, função didática, bem como, objetivos da aula, para

além disso, apresentava ainda informações relativas ao número de aula da UD, espaço, duração da sessão e material necessário.

Os Pa eram elaborados tendo em conta o nível cognitivo da turma, sendo o conteúdo lógico e progressivo. Por vezes, fui algo ambiciosa e irrealista com alguns exercícios planeados, já em aula, em crescendo, fui tendo a capacidade de adaptar e ajustar conteúdos quando sentia que não verificava a fluidez que pretendida. Se num início sentia algum medo por realizar alterações ao inicialmente estipulado, fui aos poucos percebendo que essas alterações eram importantes para os alunos, dessa feita, fui ganhando confiança e agindo com mais prontidão quando sentia a necessidade para tal. Libâneo (2013) defende que o Pa deve ter flexibilidade, que o professor está constantemente a organizar e reorganizar o seu trabalho, dessa feita, o plano deve ser visto como sendo um guia e não uma decisão inflexível.

Sem dúvida que fazer o planeamento das aulas se assumiu uma tarefa essencial para o ato da lecionação, permitindo-me ter um pensamento mais organizado, com o auxílio dos objetivos e critérios de êxito, fazendo com que fosse mais fácil expor aos alunos aquilo que pretendia deles com os diversos exercícios propostos, funcionando realmente como um guia de estruturação e ideias.

4.2. Concretização da Prática Pedagógica- *Pop Vs Rock*

"She's got a smile that it seems to me
Reminds me of childhood memories
Where everything was as fresh
As the bright blue sky"
-Sweet Child O' Mine, Guns N´Roses

"You're the fear, I don't care
'Cause I've never been so high
Follow me to the dark
Let me take you pass the satellites
You can see the world you brought
To life, To life"
-Love Me Like You Do, Ellie Goulding

Num paradigma bastante diferenciado, o *Rock,* intenso e exigente, confronta o *Pop*, leve e atento, num embate forte entre diferentes tonalidades, associo-os à PP que tantas emoções me despertou.

Como seria de esperar, ao longo da experiência fui procurando definir aquilo que era enquanto profissional e muito desta definição proveio do meu confronto com a realidade, no sentido de perceber quais as modalidades nas quais me sentia mais à vontade, quais as que necessitava de maior pesquisa, na busca pelo conhecimento.

Assim sendo, nos próximos subtópicos constam os meios que serviram como linha orientadora da minha PP ao longo de todo o EP, aparecendo em paralelo com as modalidades abordadas ao longo do ano letivo.

Andebol e Basquetebol

A modalidade de Andebol apareceu como uma opção a escolher dentro dos Jogos Desportivos Coletivos, que incluem para além deste, o Basquetebol, o Futsal e o Voleibol. Os alunos tiveram contacto com esta modalidade no 10ºano, como modalidade obrigatória no que às aprendizagens essenciais dizia respeito, porém, no 11º não se deu seguimento com a mesma. No 12º ano, já com opção de escolha, optaram pela mesma. Relativamente à modalidade de Basquetebol, esta apareceu igualmente como uma das opções a escolher pelos alunos, ainda assim, o contacto com a modalidade foi praticamente nulo ao longo de todos os ciclos de estudo, tanto no ensino básico, como no secundário. Apesar das diferenças entre modalidades, ambas apresentaram, para mim, algumas similaridades a nível de ensino, daí as ter juntado neste subtópico.

No que ao andebol diz respeito, inicialmente, pressupus que a turma já apresentava os conteúdos básicos incutidos, porém, através da realização da AD foi possível decifrar o nível em que a turma se encontrava, tendo, então, construído uma UD de acordo com o nível introdutório que aferi. Com pouco dinamismo verificado, com pouco conhecimento acerca da modalidade, foi sempre um desafio transmitir-lhes os diversos conteúdos. Demorei tempo a captar a atenção da turma e o gosto dos mesmos para com a modalidade, o que de certa forma, me deixava com uma ligeira sensação de incompreensão. Tive de constantemente adaptar as minhas práticas, fazer uso de diversos meios para lhes transmitir a informação pretendida e a pouco a pouco, comecei a observar uma turma em crescendo.

Sendo a primeira UD a lecionar, a verdade é que tive logo de início um choque grande com a realidade da turma, lidar com diferentes personalidades e predisposições, gerir os diversos egos, perceber o tipo de *feedback* que tinha de transmitir, adaptar-me à realidade da turma era uma necessidade, tive de ser menos ambiciosa e mais realista no sentido de perceber quem eu tinha "ao meu dispor", decifrando, assim, a melhor forma de atuar perante a turma.

No que à modalidade de basquetebol concerne, confesso que, apesar de ser uma modalidade com a qual tenho uma grande ligação, estando, por isso, muito por dentro do que nos oferece e do que nos exige, tinha novamente receio de exigir demasiado dos alunos. Senti a necessidade de gerir da melhor forma possível a forma de intervenção para com a turma e penso que essa foi a minha maior dificuldade ao longo desta UD, conseguir um equilíbrio, tanto para os alunos, parte fulcral e mais importante, como para mim.

Lecionar esta modalidade foi gratificante, deparei-me com uma turma com poucas ou nenhumas bases, sem noções básicas de jogo, o que fez com que tivesse de construir as minhas aulas com um grau de dificuldade bastante reduzido. Os alunos foram respondendo muito bem aos diversos estímulos propostos e a verdade é que, olhar para a primeira aula de basquetebol, fechar os olhos e reabri-los no último dia, foi ter a perfeita noção da evolução da turma. Senti que a turma me surpreendeu pela positiva, pela entrega a cada aula, pela curiosidade que depositavam perante a modalidade.

Atletismo

Enquanto aluna, nunca me considerei muito cativada à realização das compilações de disciplinas integradas no atletismo. Senti, dessa forma, a necessidade de me distinguir daquilo que outrora, enquanto aluna, vivenciei, adaptando, assim, as realidades de ensino. Assim, fazendo uso do carácter lúdico e competitivo, bem como, da criatividade, procurei motivá-los à prática. Tal aconteceu, por exemplo, no lançamento do dardo, onde inicialmente senti que a lecionação se estava a tornar demasiadamente monótona.

"Para aulas futuras, fica a ideia de inovar constantemente, evitar que a monotonia prevaleça e arranjar ferramentas para que os alunos se sintam motivados no decorrer da UD, isto usando sempre a criatividade. Uma frase que

tento cumprir a rigor, que levo para qualquer meio em que estou inserida é a de que "a energia se contagia", assim, é agora altura de tentar captar o gosto nos alunos para que eu mesmo me sinta concretizada a dar aulas…, para uma fluidez e um ambiente mais leve durante as aulas."

- Db nº12- 18 a 22 de novembro

Com a necessidade de captar a atenção da turma, fazer uso de tais ferramentas, tornou as aulas mais apelativas observando, por isso, um crescendo grandioso, que se refletiu também no aumento da minha confiança na transmissão de conteúdo. Para além disso, como tinha planeado no PA, algumas disciplinas do atletismo foram dadas em parceria com outras UD, o que me permitiu conseguir balancear níveis de motivação.

"Rolim e Colaço (2002, p.183) referem que "quando as propostas de aprendizagem do Atletismo são centradas num tecnicismo exacerbado, sem a realização de formas jogadas, sem conteúdo lúdico na sua abordagem, os alunos desmotivam-se deste processo". Dos três exercícios realizados, de facto, os alunos pareceram gostar mais do jogo … com uma vertente lúdica."

- Db nº 6- 7 a 11 de outubro

Ginástica Acrobática e Dança

A Ginástica Acrobática aparecia como modalidade obrigatória para o 12º ano, sendo o primeiro ano em que os alunos entraram em contacto com a mesma. Assim sendo, nas primeiras aulas, senti a necessidade de realizar um trabalho introdutório, que evoluiu à medida que as aulas avançaram. A distribuição das aulas foi feita tendo em consideração as instalações disponíveis, uma vez que esta UD apenas poderia ser desenvolvida no GP, isso provocou um pausar de UD. Assim sendo, esta UD diferiu das restantes por ter optado por realizar, para além da Avaliação Sumativa (AS), uma Avaliação Intermédia (AI) antes da primeira troca de instalação. De forma similar também a Dança aparecia como disciplina obrigatória para o 12º ano, porém, os alunos já tinham tido contacto, em anos anteriores, com a mesma pelo que, a metodologia de trabalho que decidi impor aos alunos exigiu uma maior autonomia da sua parte. Uma vez que se tratava de uma turma de 12ºano, decidi exigir e promover um maior

trabalho, para além de autónomo, cooperativo. Dessa forma, em ambas as UD dividi a turma em pequenos grupos de trabalho.

O objetivo da ginástica era que os alunos chegassem ao final e apresentassem um esquema acrobático, que incluísse figuras de pares, trios, quadras e pirâmides, assim como a interligação com elementos de ligação e elementos gímnicos de solo. Sincronizados com uma música, escolhida pelos mesmos, fomentariam o controlo corporal, a coordenação entre elementos do grupo, a criatividade e a sincronização com a música. Assim, na AI, os alunos foram avaliados no que a habilidades motoras, de uma forma independente, dizia respeito.

"…a motivação dos alunos sofreu grandes modificações e para melhor, os sorrisos sobressaíram, a criatividade e as ligações foram sendo fomentadas, pareceu-me uma turma completamente diferente da que tinha abraçado inicialmente."

- Reflexão acerca do 1ºperíodo

O resultado final foi também ele bastante positivo, tendo os diferentes grupos apresentado esquemas bastante criativos e dinâmicos.

Em consonância, a dança foi uma UD que exigiu igualmente muita criatividade e permitiu aos alunos divagar na forma como interpretaram e reagiram a diversos estímulos. Ora, dediquei as primeiras aulas à transmissão de noções básicas de ritmo, compreensão da música, posteriormente, passando à prática, propus aos grupos a construção de uma coreografia que englobasse dois estilos de dança distintos. Senti que os alunos passaram por um período em que o processo criativo estava a ser bastante reduzido.

"Confesso que me deu uma certa ansiedade olhar para os grupos na penúltima aula antes da avaliação e perceber que ainda não tinham algo coeso, que o diálogo para um consenso era algo complicado de se atingir e que a contribuição de ideias acabava por partir muito de vídeos ou sugestões da minha parte. Ainda assim, com a aula de apresentação coreográfica, saiu-me um peso de cima, porque a verdade é que as apresentações foram briosas e tiveram qualidade elevada."

- Reflexão acerca do 2ºPeríodo

Apesar de serem ambas UD nas quais assumi uma postura mais orientadora e observacional, onde os alunos assumiram a responsabilidade para a construção dos esquemas e coreografias finais, a verdade é que os fui acompanhando, dando *feedback* construtivo ao longo do processo. O resultado acabou por ser muito positivo.

Patinagem

Esta era uma modalidade completamente nova para mim, sem nunca ter estabelecido qualquer tipo de contacto, sentia-me receosa com a lecionação. Foi sem dúvida uma surpresa muito grande aquilo com que me deparei.

Efetivamente, tirei grande vantagem da lecionação à TP para aquilo que vim a construir com a TR. Tivemos a necessidade de dividir a turma em dois níveis distintos, uma vez que havia grande discrepância quanto às valências de cada um, isto na TP, já na TR, não o consegui fazer, uma vez que esta UD foi bastante curta no que ao número de aulas dizia respeito. O trabalho realizado teve um carácter mais descontraído, o que a certo ponto me deixava com uma certa sensação de impotência. Esta UD promoveu também a autonomia, mas desta vez, individual, tendo os alunos que perceber os seus limites e ir procurando, aos poucos, aumentar as suas qualidades.

4.3. Avaliação- Música Clássica

"Moonlight" Sonata, nº14, Op.27, nº2 - *Beethoven*

Ao som de um delicado piano, ao redor de uma orquestra agitada, realço a precisão, a harmonia para um derradeiro final. Toda esta sensação de claridade e escuridão, de intensidade e quietude, facilmente relaciono com o processo de avaliação. Tal como acontece na avaliação, também na música clássica há uma certa complexidade estrutural e na verdade, a ausência de uma letra de fundo acaba por nos guiar, de uma forma individual, para as nossas próprias interpretações. A avaliação é, assim, um processo muito nosso, muito pessoal, uma vez que cabe a nós, professores, observar e filtrar informações retiradas desses mesmos momentos.

Enquanto aluna, sempre olhei para os momentos avaliativos com uma certa apreensão e, na tentativa de largar a pressão e o receio sentidos, tentei, quase sempre, agarrar-me à típica frase dita pelos professores de que estamos constantemente a ser avaliados, sendo a avaliação, por isso, um processo contínuo. Efetivamente, agora enquanto EE, a esta frase me cingi, de facto, Freitas et al. (2014) referem que, na escola, a avaliação das aprendizagens do aluno deve ser feita de uma forma contínua, atribuindo valores quantitativos ou qualitativos, perante capacidades demonstradas por eles, de acordo com objetivos pré-definidos no início da UD. Limitar a avaliação a um momento só, é algo descabido, a continuidade da avaliação é, então, importante no sentido em que, todo o processo de evolução é também ponderado. Assim, ver o desenvolvimento dos alunos, olhar para o que eram, ver depois no que se tornaram foi, sem dúvida, o meu maior triunfo.

A avaliação formal, dividiu-se maioritariamente em dois momentos distintos, AD e AS, salvo a exceção da ginástica acrobática que, por ter sido uma UD dividida por períodos, devido às mudanças de instalação exigidas pelo *roulement*, teve também um momento de AI.

Ora, aquando do início de uma nova UD, optei por realizar a AD, através do auxílio de uma grelha (Anexo 7), de forma a decifrar o nível da turma, perceber onde se enquadravam para que a construção das seguintes aulas fosse feita de forma equilibrada, ponderada, permitindo aos alunos evoluir através das propostas de ensino-aprendizagem corretamente desenhadas. Quina (2009, p.128) refere que as informações retiradas da AD nos permitem tomar as "primeiras decisões sobre as valências e as prioridades a atribuir aos diferentes conteúdos e blocos programáticos, a organização geral da turma e o estilo de aula a criar".

No caso de UD a lecionar pela primeira vez ou UD construídas de uma forma diferenciada, não me fez sentido realizar uma AD, uma vez que se tratavam de conteúdos novos, nunca experimentados pelos alunos, como foi o caso da patinagem, e da criativa dança e ginástica acrobática.

Das primeiras dificuldades sentidas, realço a incapacidade de olhar para o todo, provindo da minha inexperiência, sentia muitas dificuldades em observar

a totalidade dos alunos nos desempenhos das habilidades motoras pré-selecionadas. Sentia-me num verdadeiro concerto, onde muita coisa acontecia em simultâneo e o meu foco de atenções não estava a ser regrado da melhor forma.

"Confesso ter tido algumas dificuldades em avaliar todos os conteúdos nos alunos... acerca dos conteúdos que coloquei na grelha, numa próxima avaliação poderei fazer o ajuste e perceber se há algo que possa ou deva alterar"

- Db nº4- 23 a 27 de setembro

Tinha também muitas inquietações no estabelecimento do critério avaliativo, não sabia se deveria ter um critério mais contido ou mais alargado, tendo também em conta a turma que tinha à minha frente. Porém, troquei algumas impressões e sensações com a PC e com os meus colegas de NE, que me ajudaram a interpretar os meus problemas e a contorná-los de forma gradual.

"Tinha previamente construído a grelha de avaliação, onde tinha colocado as habilidades motoras …Já em conversações com a PC, alguns aspetos acabaram por ser retirados, ou aparecido em moldes ligeiramente diferentes. "

- Db nº11-11 a 15 de novembro

Todas as UD culminaram num momento de AS, onde os alunos foram formalmente avaliados no que a determinados conteúdos, que achei importante incluir, dizia respeito. Araújo (2017) considera este momento como um fecho de um ciclo onde, por meio qualitativo, guiado por critérios previamente estabelecidos, se procura apreciar e classificar os desempenhos dos alunos. Carvalho (1994, p.136) refere ainda que a AS é um "processo que nos permite recolher e interpretar informações para tomar decisões".

Nas AS, tive também dificuldade a gerir a quantidade de conteúdos a avaliar pelo curto espaço de tempo, o que fez com que a tarefa se tornasse exigente, porque inicialmente optei por grelhas muito vastas. Apercebendo-me que tantos conteúdos não me trariam vantagens na observação e posterior avaliação, moldei a grelha de AS (Anexo 8), assumindo-a como mais clara e simples, de forma a permitir olhar e codificar, atribuindo a classificação sentida perante o desempenho do aluno. Com o tempo e com a experiência comecei a

limitar os conteúdos, o que me permitiu ter a capacidade de observar tudo e todos.

"Ainda sobre o momento avaliativo, dizer que, em relação aquelas que foram as minhas capacidades de observar e ir preenchendo a grelha de avaliação …(Revelei) mais dificuldades em preencher de forma mais afincada e mais objetiva a grelha, pelo que chegou um momento em que tive que ir efetivamente acelerando o processo."

- Db nº11- 11 a 15 de novembro

Por fim, realço ainda que na avaliação de dança e de ginástica acrobática, por ter um processo artístico incluído, associei ao método de avaliação o auxílio de aparelhos videográficos, onde, através da filmagem, consegui, posteriormente, observar e avaliar, de uma forma mais detalhada os critérios existentes na grelha de avaliação.

4.4. Observar e Refletir para agir e redescobrir- *Metal*

"Hey you, big mood
Guide me to shelter
'Cause I'm through
When the two hits the six
And it's summer (cloud)"
-My Own Summer (Shove It), Deftones

Em criança, quando os meus ouvidos se cruzavam, sem querer, com o estilo de música *Metal*, não posso negar que era o medo que reinava em mim, sentindo quase que uma incompreensão por aquele estilo tão pesado. Como é que alguém conseguiria apreciar "berros"? Não fazia sentido para mim. Atualmente, apesar de mentalmente mais madura, este estilo continua bastante distante para mim, na verdade, nunca procurei aproximar-me dele.

Poderia, à semelhança daquilo que fiz nas anteriores temáticas, "sentar-me à mesa com o *Metal*" e procurar perceber aquilo que me poderia oferecer, mas não, inverti os papéis e, vivendo esta temática de forma intensa, procurei perceber se viria a perceber realmente este estilo musical.

Decidi juntar a observação com a reflexão uma vez que acredito que uma não acontece sem a outra e, se inicialmente parti para a experiência de EP com algum receio destes dois subtópicos, por não saber se os ia conseguir fazer com exatidão e precisão, a verdade é que se revelaram autênticas surpresas.

Efetivamente, no que concerne ao processo de observação consigo subdividi-lo em dois momentos, observação formal e observação informal. No que à observação formal diz respeito, Rink (1993, p.318) refere que existem distintas técnicas e métodos de observação que irão fornecer ao observador diferentes tipos de informações, desta forma, com uma folha de papel podemos registar o que nos interessa, como por exemplo, características específicas, um conjunto de comportamentos, contabilizar número de execuções de tarefas, cronometrar tempo de tarefa, categorizar comportamentos, contabilizar intervalos ou momentos específicos, entre outros. Tal foi feito durante dez aulas destinadas a observações formais de aulas dos meus colegas de NE, onde quatro aulas focaram em "Ganhar confiança e estabelecer o controlo", outras quatro foram reservadas ao ato de "Rentabilizar o tempo de aula (Gestão)" e, por fim, duas aulas foram dirigidas a "Melhorar a qualidade da informação (Instrução)".

"Acerca do processo de observação, senti que é realmente difícil de o fazer, a verdade é que os parâmetros presentes (na grelha) me parecem mais suscetíveis a identificação de erros e pontos a melhorar e não tanto às qualidades do professor… transpareciam uma mensagem irreal, de que a aula tinha corrido mal, quando não foi de todo isso que aconteceu. Acredito que à medida que as aulas de observação avancem, também haveremos de melhorar as nossas capacidades avaliativas, … (o que) nos permite, enquanto professores, ter a noção de pontos a melhorar e pontos a manter, para que a aula corra melhor."

- Db nº9- 28 a 31 de outubro

Durante todo o ano letivo, enquanto NE, criamos uma prática que acredito ter-me trazido grandes regalias, assistir a todas as aulas uns dos outros e, beneficiando da honestidade e do à vontade com que falávamos acerca de tudo, acabávamos por trocar algumas impressões no final das aulas, opiniões essas

que nos fizeram parar e repensar nas nossas práticas, no sentido de evoluir. Confesso que, observar as aulas deles me permitiu, não só, perceber os pontos positivos e negativos das suas práticas, como perceber onde podia investir tendo em consideração aquilo que observava e as respostas das turmas a diversos estímulos. Estar de fora promove uma maior atenção, porque nos vemos quase que impotentes, sem poder agir, dessa forma considero que estamos mais alerta neste *"background"*. Todo este tipo de observação, considero como observação informal, apesar da importância elevada que acarreta para um EE.

"Tem sido bom poder estar do lado de observador porque isso me permite refletir acerca das suas aulas… Lecionar a idades tão similares permite-me também poder retirar alguns pontos importantes de exercícios que os meus colegas façam, que acho que poderão funcionar com a minha turma residente"

- Db nº4- 23 a 27 de setembro

Ainda dentro deste paradigma, coloco a observação da minha própria prática, que se reflete na capacidade de estar constantemente em alerta, tendo a capacidade de ver, filtrar e agir com prontidão. Porém, nesta fase, torna-se já inevitável falar acerca do processo reflexivo. De facto, considero que o trabalho reflexivo teve em mim um peso grandioso, fez-me muitas vezes ter a capacidade de me reencontrar, permitindo-me o confronto com as minhas próprias ideias, no sentido de investir, melhorar e superar. Como corroboram Fontana e Fávero (2013), há uma necessidade constante de o professor questionar e reformular aquilo que é o processo de ensino-aprendizagem, procurando, acima de tudo, adequar as atividades às exigências e necessidades dos alunos. Pacheco e Flores (1999) consideram ainda que a reflexão é um momento em que o professor pensa sobre, justifica, analisa, questiona, avalia, interpreta e ajuíza a ação, na mesma linha de pensamento, Amaral et al. (1996) revelam que o professor reflexivo deve saber observar, pensar e julgar a ação, e tirar conclusões.

Apesar de podermos, por vezes, olhar para a reflexão e traduzi-la num momento só, espontâneo, que nos permite agir a curto prazo, não podemos descurar a importância da reflexão após as nossas ações, já fora do cenário de ação. Foi precisamente o que aconteceu com a realização dos Diários de Bordo

(Db) semanais, que foram fundamentais para que conseguisse desenvolver as minhas capacidades reflexivas, com análise às minhas aulas, mas também às aulas dos meus colegas e a todos os eventos da semana que achei importante referir. De facto, Azevedo et al. (2014, p.17) expõem que “os EE referem a vantagem de rever a aula, evitar/corrigir erros, propor estratégias, e justificar a diferença entre planeamento e realização.” Assim, a prática reflexiva constrói respostas adaptadas à complexidade e incerteza das situações (Sá Chaves, 2002).

Em dias de maior aperto, dá vontade de nos fecharmos da realidade e dar um grito infinito na escuridão, que é o que, por vezes, o *Metal* transmite através das cordas tocadas com dureza, que como na reflexão, promovem a introspeção.

5. Viver a Escola e aquilo que nos oferece- *Hip-Hop*

"Atitude positiva, underground oh
Quem sente, sente até ao fim e sente o nosso som
Hip-hop do mais puro, a partir tudo
Reconhece puto tem muita pica e conteúdo"
-Põe a mão no ar, Mundo Secreto

Pelas ruelas e calçadas, o ritmo oscila, fazendo tremer o solo, com movimentos ousados e batidas fortes e audazes. Envolver-me na comunidade escolar foi fundamental para o meu EP, uma vez que, ser parte ativa me trouxe grandes benefícios. "Beber" do conhecimento de professores mais experientes, vivenciar funcionários e alunos que marcam a escola, foi perceber o dinamismo e identidade escolar assumindo, estes, características muito próprias.

Foi-me dada a oportunidade de me envolver nas atividades escolares, como foi o caso do Desporto Escolar (DE) e das atividades organizadas pelo grupo de EF, possibilidades essas que não deixei escapar.

5.1. Desporto Escolar

No que concerne ao DE, a verdade é que enquanto aluna nunca lhe atribuí grande importância. Atualmente vejo-o com grande admiração e com a sensação de que se trata de uma janela de oportunidades para que alunos sigam bons hábitos e, quiçá, consigam manter este gosto pelo desporto bem presente no seu dia a dia. Ora, a escola tinha ao seu dispor diversas modalidades, entre elas, Voleibol, Patinagem, Ténis de Mesa, *Goalball*, *Tag Rugby* e Giravólei. Uma das minhas ambições era interligar-me com uma modalidade com a qual não tinha antes estabelecido qualquer tipo de contacto e, atendendo à minha disponibilidade, acabei por conseguir fazê-lo, tendo optado pela modalidade de Ténis de Mesa.

Efetivamente, a minha ligação com o Ténis de Mesa traduzia-se numa relação informal, tive, por isso, a necessidade de procurar saber mais acerca da modalidade e investir um pouco do meu tempo na busca de conhecimento. Como é lógico, muito do conhecimento que acarretamos provém da prática e nisso, o professor responsável pela modalidade teve, em mim, uma importância enorme, porque me deu abertura para questionar e aumentar o leque de informação que

tinha acerca da modalidade. “No estágio, os EE encontram-se imersos num contexto social diferente do habitual, assumindo uma posição de novos membros em busca de novo conhecimento, sendo o acesso a esse conhecimento permitido ou não pelos membros mais antigos e experientes” (Alves, Batista, & Queirós, 2017, p. 170), confesso que tive uma sorte grande ao estar inserida neste contexto, com um profissional que admirei e que me deu provas mais que evidentes do seu exímio profissionalismo.

Em contrapartida com o que acontecia numa aula de EF, no treino de DE havia uma outra liberdade, outra vontade e, de facto, o DE é uma via que, na sua vertente extracurricular, permite criar motivação aos alunos para com a escola, ajudando na aquisição de hábitos de trabalho, na procura de um estilo de vida saudável e na estruturação de personalidade. O facto de o DE contemplar as duas vertentes, lazer e rendimento, fazem dele um ótimo veículo educativo (Lucas et al., 2012).

Quanto aos treinos propriamente ditos a verdade é que nos deparávamos, treino após treino, com níveis de jogo bastantes distintos, por força também das grandes disparidades de idades dos alunos, sendo os treinos compostos, na sua maioria, por alunos do 5º ao 10ºano.

“O facto de ter idades bastante distintas é algo que, por um lado, é bastante positivo para os alunos porque lhes permite conectar e aprender com os que mais experiência e maturidade têm, que no dia-a-dia, é algo difícil de se ver. Por outro lado, é complicado, porque exige uma melhor gestão da nossa parte, por haver um nível bastante diferenciado entre todos.”

- Db nº29- 31 de março a 9 de abril

Os treinos exigiam, de facto, uma melhor gestão, para uma distribuição correta de forma a oferecer o mesmo número de oportunidades a todos os atletas. Com apenas quatro mesas disponíveis, a verdade é que essa gestão, por vezes, se tornava difícil, ainda assim, de forma a manter alunos ativos, optávamos pelo desenvolvimento das noções de arbitragem, jogos reduzidos, com maior rotação e sequências, aumentando assim a rotatividade entre eles, bem como, a cultura desportiva da modalidade.

Durante todo o ano letivo foram realizados, para além dos treinos semanais, competições, traduzidas em torneios, interescolares, com competições individuais e competições de pares. Estes foram mais um momento que me possibilitou o contacto com a modalidade e que me fez perceber o poder que a competição acarretava para os alunos que demonstraram sempre um espírito aguerrido perante outras instituições.

Olhando agora para o meu 1º treino e compará-lo com a atualidade é ter a noção que cresci em termos de confiança, em termos de análise de jogo e conforto no *feedback* transmitido aos alunos.

"Tem sido bom ver o crescimento do nível de jogo destes alunos (alunos mais débeis) e sinceramente, até gosto mais de me focar neles porque sinto que o meu sentido mais observador e crítico acaba por ser posto à prova e de se destacar, exigindo de mim uma maior atenção aos erros cometidos."

- Db nº14 – 2 a 6 de dezembro

Ser figura presente nos treinos e torneios de DE permitiu conectar-me com mais alunos, vivenciar momentos mais descontraídos, se bem que igualmente exigentes, o que fortaleceu o vínculo pedagógico e a confiança mútua. Esta relação favoreceu, posteriormente, a dinâmica dos treinos, onde os alunos se mostraram mais recetivos e participativos. Sem dúvida que esta experiência me permitiu perceber o alcance e a importância do papel do professor para além das aulas curriculares, assim, considero que a multiplicidade de funções foi fundamental para a minha construção contínua enquanto profissional.

5.2. Atividades do Grupo de Educação Física

Na reunião inicial com o grupo da área disciplinar de EF foi possível obtermos diretrizes perante o que o ano letivo nos iria exigir, sendo uma das temáticas o delineamento dos eventos desportivos a realizar, com definição de datas e responsáveis dos eventos. Foi interessante ver que o grupo de EF se juntou e uniu no sentido de proporcionar aos alunos um maior número de atividades desportivas, sendo eles a organização do Dia Europeu do Desporto Escolar e realização do Corta-Mato e Torneios de Voleibol, Basquetebol, Ténis de Mesa e Futsal.

A primeira atividade disponibilizada aos alunos foi a participação ativa no Dia Europeu do Desporto Escolar, onde os alunos tiveram a possibilidade de experimentar alguns dos desportos disponíveis para eles nos treinos de DE, tendo sido incluídos o Ténis de Mesa, a Patinagem, o Voleibol e o *Tag Rugby*. Tive a sorte de vivenciar este dia de uma forma afincada e, acompanhando de perto a minha TR, pude observar a curiosidade e perspicácia de alguns alunos na busca pelo desconhecido ou pelo chamamento do jogo que já os apaixonava. Foi, sem dúvida, uma manhã bastante enriquecedora, durante a qual tive oportunidade de contactar com modalidades que até então não tinha vivido de perto, como o Ténis de Mesa, a Patinagem e o *Tag Rugby*.

Seguiu-se a realização do Corta-Mato (Anexo 9), que incluiu não só alunos da nossa escola, como alunos de todo o agrupamento. Ficou definido na reunião de grupo de EF que o NE, em conjunto com a PC e com outra professora do grupo, estaria responsável pela elaboração desta atividade. Ter a oportunidade de estar por detrás da organização de um evento permitiu-me ganhar noções acerca do processo de gestão, pré, durante e após a atividade. Chegando ao dia, tendo tudo bem definido, foi possível, ainda que com alguma pressão no sentido de perceber se estaria tudo a correr bem, desfrutar do momento.

"…enquanto estudante, a atividade de corta-mato sempre me cativou, principalmente pelo seu espírito, alunos na bancada a torcer pelos colegas, a música audível, o ambiente sentido, o nervosismo miudinho antes da prova começar, o recompensar final após término da prova e as ligações criadas entre participantes, sempre foi algo que apreciei. Vivenciar agora este momento enquanto professora foi sem dúvida mágico."

- Db nº13- 25 a 29 de novembro

No que concerne às restantes atividades do grupo, estive presente em todas elas. Os torneios de voleibol e de basquetebol, foram realizados ao longo do 2ºPeríodo, já o torneio de ténis de mesa e o de futsal foram realizados no 3ºperíodo.

O torneio de futsal acabou por se diferenciar dos restantes por ter sido maioritariamente organizado pela Associação de Estudantes da escola, o que

demonstra também o interesse e envolvimento da massa estudantil para o bem comum, envolver os próprios alunos. De facto, os torneios são realizados para os alunos, com o intuito de lhes dar oportunidade de poder ter um contacto com a competição, desfrutar o momento e o ambiente. Em todos os eventos, tive representantes das minhas turmas, o que me deixou deveras orgulhosa com as suas prestações e presença.

"Para mim, enquanto aluna, o torneio de basquetebol, assim como o corta-mato, eram as provas que me davam um maior prazer participar, dessa forma, ver alunos a seguir as mesmas pisadas e a participar nas diversas atividades propostas pelo grupo de EF torna-se algo gratificante."

- Db nº27- 17 a 21 de março

6. Desenvolvimento Profissional

6.1. "A perceção dos alunos acerca do papel do Diretor de Turma"

Resumo

Ser-se professor é uma tarefa que ultrapassa o trabalho da docência, sendo, dessa forma, complementado com o cargo de direção de turma. A verdade é que um diretor de turma pode ter uma influência no papel do aluno enquanto indivíduo na sociedade. Através de um acompanhamento mais preciso, com a fomentação de ligações entre professores, alunos e encarregados de educação, o objetivo final é simples, trabalhar conjuntamente em prol do sucesso do aluno. Assim sendo, este estudo de investigação teve como objetivo compreender a perceção dos alunos acerca do papel do Diretor de Turma, enquanto promotor do sucesso escolar. A investigação seguiu uma abordagem mista, tendo sido aplicado um questionário a uma amostra constituída por 45 participantes, alunos do ensino secundário de uma escola localizada no centro do Porto. De um modo geral, os resultados obtidos revelaram indicadores positivos de que os alunos reconhecem o Diretor de Turma como uma figura de apoio e orientação, valorizando a sua disponibilidade, proximidade e comunicação. Conclui-se que, do ponto de vista dos alunos, o Diretor de Turma pode ter um impacto significativo no percurso escolar, sendo a qualidade da relação estabelecida um fator-chave para o sucesso educativo.

PALAVRAS-CHAVE: DIRETOR DE TURMA; PERCEÇÃO DOS ALUNOS; RELAÇÃO ESCOLA-FAMÍLIA; RELAÇÃO PROFESSOR-ALUNO.

Abstract

Being a teacher goes beyond the act of teaching itself and is therefore complemented by the role of Class Director. The truth is that a Class Director can significantly influence the student's development as an individual in society. Through closer monitoring and fostering connections between teachers, students, and parents or guardians, the ultimate goal is simple: work together in pursuit of student success. This research study aimed to understand students' perceptions of the role of the Class Director as a promoter of academic success.

The investigation followed a mixed-methods approach, and a questionnaire was administered to a sample of 45 secondary school students from a school located in the centre of Oporto. Overall, the results revealed positive indicators that students recognise the Class Director as a supportive and guiding figure, valuing their availability, approachability and communication. It was concluded that, from the students' perception, the Class Director can significantly impact their educational journey, with the quality of the relationship established being a key factor in academic success.

KEYWORDS: CLASS DIRECTOR; STUDENT PERCEPTION; SCHOOL-FAMILY RELATIONSHIP; TEACHER-STUDENT RELATIONSHIP.

6.1.1. Introdução

O presente estudo enquadra-se na Área 3, correspondente ao Desenvolvimento Profissional, no qual se "pretende que o estudante-estagiário desenvolva a sua competência profissional, na lógica de procura permanente do saber, através da reflexão, investigação e ação". Esta área aparece, em consonância com a "Área 1- Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem e Área 2- Participação na Escola e Relações com a Comunidade" (Batista & Queirós, 2015, p.38), como áreas de desempenho aliados ao EP.

Durante todo o ano letivo, para além do contacto com a lecionação acabei por presenciar, de forma minuciosa, aquele que era o trabalho ativo de um Diretor de Turma (DT), isto porque, a minha Professora Cooperante (PC) era a DT da minha Turma Residente (TR). Surge, assim, a curiosidade de perceber, na ótica dos alunos, de que forma o DT poderia ou não ter realmente influência na vida dos estudantes, como é que o seu papel poderia ou não promover a aprendizagem dos mesmos, para além da fomentação dos laços enquanto grupo, benefício este que traria um melhor ambiente socio-emocional para turma.

O DT tem ao seu dispor uma multiplicidade de funções, sendo visto como um mediador privilegiado entre os três intervenientes mais importantes no processo educativo: professores, alunos e encarregados de educação (Zenhas (2006). Marcado pela diferença e proximidade, este acaba por assumir um papel

claro de liderança e coordenação analisando e promovendo procedimentos de forma a agir eficazmente junto da sua turma (Sousa, 2009). Assim, o DT procura que os alunos vão ao encontro da máxima concordância possível entre as suas capacidades, atitudes, valores e interesses, de modo a conseguir a sua autorrealização (Coutinho, 1994).

Deste modo, acreditei que seria uma mais-valia para o meu futuro, enquanto professora de EF e DT, investigar esta temática, permitindo-me perceber se num futuro próximo, enquanto profissional, poderei vir a influenciar os alunos de uma forma positiva na grande missão de os guiar ao tão desejado sucesso.

6.1.2. O Diretor de Turma, a figura maior da gestão tríade- Professores, Alunos e Encarregados de Educação

Aparecendo como gestor pedagógico, o DT tem a complexa função de perceber a realidade contextual dos alunos, de forma a compreendê-los melhor, traduzindo-se este comportamento num método para potencializar as suas aprendizagens (Clemente & Mendes, 2013). A Teoria da Sobreposição das Esferas de Influência de Sanders e Epstein (1998), refere que nas investigações sobre os efeitos da família, da escola e da comunidade, os resultados educativos englobam óticas educativas, sociais e psicológicas acerca de organizações sociais.

De facto, Diogo (1998) refere que a colaboração entre a escola e as famílias promove, nos alunos, melhorias no rendimento escolar, autoestima, aprendizagem significativa face a atitudes positivas e sensação de realização pessoal. Lopes (2016, p.11) considera ainda que o DT "tem vindo a ganhar cada vez mais importância dentro e fora do recinto escolar. Para além de todo o trabalho burocrático e de liderança face a uma turma e aos respetivos professores que nela lecionam, o cargo de diretor de turma tem-se destacado principalmente na vida dos alunos, ao estabelecer-se como um elo entre a escola e a família, sendo muitas vezes um mediador de conflitos". Manter estes elementos a trabalhar em conformidade traduz-se na valorização do estudante, representando uma melhor gestão da função através da fomentação da ligação entre professores, alunos e encarregados de educação.

6.1.3. Funções do Diretor de Turma

O DT tem à sua responsabilidade uma panóplia de tarefas. Marques (2002) assume que as funções do DT se subdividem em três tipos de funções: administrativas, pedagógicas e disciplinares. Inserido na panóplia de funções, associamos a orientação, onde referimos que o DT assume esta função perante alunos e professores.

Zenhas (2006, p.49) refere que "a qualidade do trabalho desenvolvido no exercício do cargo de direção de turma… depende muito do indivíduo que o ocupe, dada a inexistência da definição de um perfil, a inexistência de formação específica dos professores para este cargo e a forma, algo vaga, como a lei estabelece as suas competências." A mesma autora acrescenta que, "para exercer todas as suas funções, o DT deve caracterizar-se por um perfil que abrange o domínio de competências muito diversas", sendo a comunicação e o relacionamento interpessoais competências com destaque particular (Zenhas, 2006, p.50). Relativamente a este último ponto, Henderson et al. (1994) enfatizam a relevância da dimensão afetiva nas relações interpessoais, considerando fundamental reconhecer o interlocutor na sua plenitude enquanto ser humano. Zins e Ponti (1996) solicitam ainda a existência de empatia, autenticidade e disponibilidade para o fortalecimento de uma boa relação interpessoal.

6.2. Metodologia

6.2.1. Participantes

No presente estudo participaram 45 alunos, de ambos os sexos, 25 do sexo feminino e 20 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos de idade (média 16,98 anos) , alunos, estes, que compunham duas turmas de 12ºano de escolaridade, uma do curso de Línguas e Humanidades, outra do curso de Ciências e Tecnologias e uma turma do 10ºano de escolaridade, do curso de Ciências e Tecnologias, matriculados no presente ano letivo, 2024/2025, numa escola básica e secundária localizada no centro do Porto.

6.2.2. Instrumento

O presente estudo seguiu uma abordagem mista, predominantemente quantitativa, mas com elementos qualitativos incluídos, de forma a enriquecer a interpretação dos dados. Os participantes preencheram uma versão simplificada e adaptada do questionário "*O Diretor de Turma como mediador entre o Conselho de Turma, os Alunos, e os Encarregados de Educação: contributos para a avaliação da Direção de Turma"* (Sousa, 2009). Este questionário inclui 13 itens associados à perceção dos alunos quanto à importância da relação com a/o atual DT ao longo do ano letivo, no sentido de perceber a sua influência para o bom aproveitamento escolar, estabilidade emocional e melhoria das relações entre alunos-alunos e professores-alunos. Utilizou-se uma escala de *Likert* de quatro pontos (1 = Concordo Totalmente; 2 = Concordo; 3 = Discordo; 4 = Discordo Totalmente), sendo os participantes obrigados a responder a todas as questões do referido questionário. Em adição, é composto por duas questões de resposta aberta, também elas de carácter obrigatório, permitindo uma compreensão mais aprofundada das perceções ou opiniões dos participantes perante a temática.

6.2.3. Recolha e análise dos dados

Para aplicar o questionário foi utilizada a plataforma *Google Forms.* Antes do preenchimento do questionário foi entregue, a todos os Encarregados de Educação dos estudantes participantes, um documento de consentimento informado. O *link* do questionário foi, depois, disponibilizado a todos os alunos autorizados pelos Encarregados de Educação, pertencentes às TR de todos os EE do NE e turma atribuída à PC, com garantia de anonimato das respostas, sendo apenas solicitada informação pessoal relativa à identidade de género, idade e ano de escolaridade, tendo o questionário sido partilhado através da ferramenta *Microsoft Teams.*

Foi depois realizada uma análise descritiva dos dados, recorrendo à apresentação de percentagens relativas às respostas dos participantes.

Com todas as respostas já efetuadas pelos alunos, com a colaboração do *Software Microsoft Excel*, foram congregados os dados, com os respetivos objetivos, em cinco blocos distintos:

I- Dados pessoais dos alunos adquiridos;

II- Caracterização do trabalho do DT;

III- Relação com o DT;

IV- Valorização do trabalho que o DT desenvolve junto aos alunos;

V- Opinião complementar e pessoal sobre o DT.

Por fim, a cada banda anteriormente exposta, associei um objetivo que foi explorado através de determinadas questões, apresentados de seguida.

Blocos	Objetivos	Questões
I- Dados pessoais dos alunos adquiridos	Recolher informação relatica aos alunos e ao seu percurso escolar, bem como, aos seus encarregados de educação.	I a IV
II- Caracterização do trabalho do DT	Saber como é que os alunos caracterizam o trabalho do DT	1 a 6
III- Relação com o DT	Saber como é que, pessoalmente, os alunos se relacionam com o DT	7 a 9
IV- Valorização do trabalho que o DT desenvolve junto aos alunos	Compreender se os alunos reconhecem que o DT é importante na fixação do aluno à escola e na sua formação	10 a 13
V- Opinião complementar e pessoal sobre o DT	Identificar se os alunos têm, maneiras diferentes de ver e sentir o/a DT, as quais sejam de interesse para si e para os outros	14 a 15

***Tabela 1**- Blocos temáticos e respetivos objetivos, congregados nas respetivas perguntas.*

6.3. Apresentação dos resultados

Os dados recolhidos através do questionário foram analisados de acordo com blocos temáticos, cada um centrado na dimensão específica acerca da perceção dos alunos relativamente ao papel do DT. A presente organização contribuiu para uma apresentação estruturada dos resultados, assegurando a correspondência entre os objetivos traçados e a leitura interpretativa das respostas.

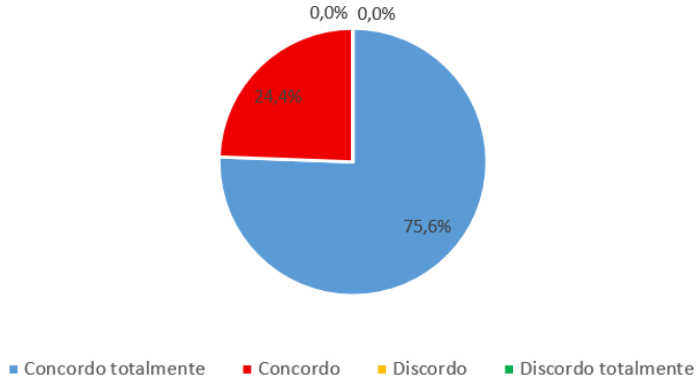
A *Tabela 2* espelha os resultados obtidos na totalidade das questões que serão, posteriormente, detalhadamente analisadas.

	Concordo Totalmente	Concordo	Discordo	Discordo Totalmente
1- O Diretor de Turma (DT) é necessário à escola.	75,60%	24,40%	0,00%	0,00%
2- O DT é um professor que controla o comportamento dos alunos da turma.	17,80%	57,80%	24,40%	0,00%
3- O DT é um professor que coordena o Conselho de Turma	44,40%	51,10%	4,40%	0,00%
4- DT é um professor que contacta os Encarregados de Educação	75,60%	22,20%	2,20%	0,00%
5- O DT é o professor que, em caso de necessidade, atua quando um aluno excede questões comportamentais ou de desempenho escolar.	62,20%	35,60%	2,20%	0,00%
6- O DT é o professor que organiza eventos para a turma	8,90%	44,40%	42,20%	4,40%
7- Da minha experiência, porto-me melhor ou pior dependendo do DT que tenho.	6,70%	15,60%	42,20%	35,60%
8- Não preciso do DT porque me porto bem.	11,10%	11,10%	53,30%	24,40%
9- Gosto de ter DT, apesar de me portar bem.	62,20%	31,10%	2,20%	4,4,%
10- Acho que o meu DT tenta incentivar os que não gostam da escola.	13,30%	66,70%	15,60%	4,40%
11- Acho que o meu DT tenta controlar a aquisição das aprendizagens.	8,90%	77,80%	11,10%	2,20%
12- Acho que o meu DT tenta incentivar os que têm maus resultados.	33,30%	46,70%	15,60%	4,40%
13- Acho que o DT deveria estar mais disponivel para os seus alunos da Direção de Turma.	15,60%	42,20%	31,10%	11,10%

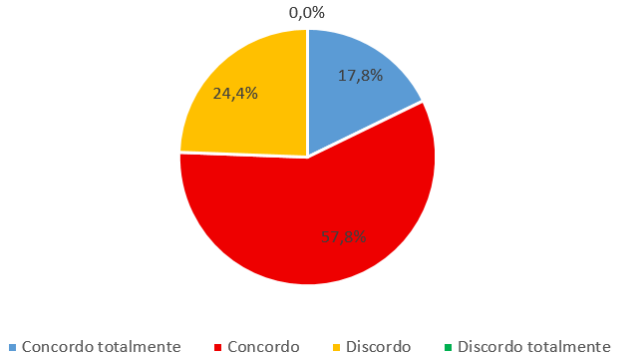
Tabela 2- *Respostas efetuadas pela amostra.*

Caracterização do trabalho do DT

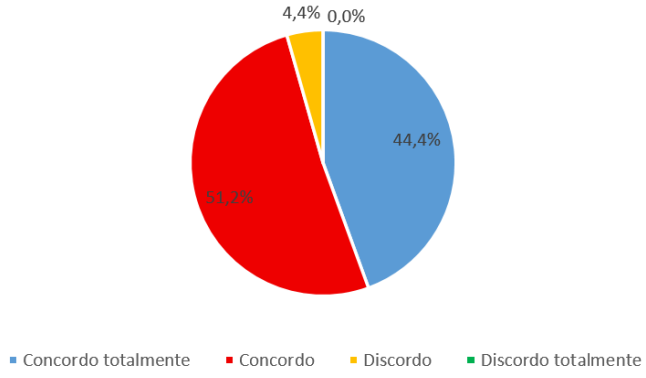
Quando questionados se *"O DT é necessário à escola"*, a amostra apresentou concordância total de 100% (75,60% concordaram totalmente, 24,40% concordaram), o que espelha a necessidade e importância deste cargo na ótica dos alunos.



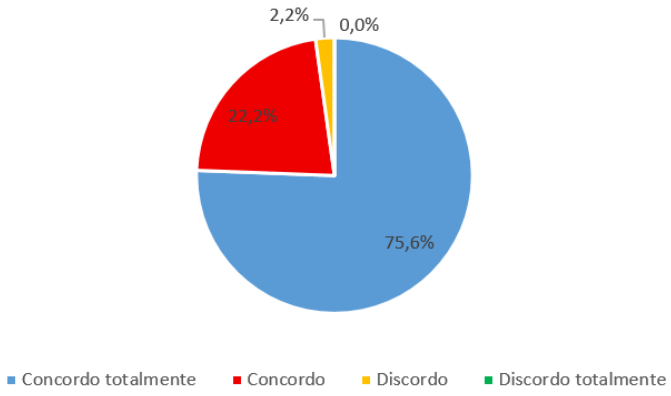
Relativamente ao controlo comportamental da turma, 17,80% concorda totalmente que se trata de uma das tarefas do DT, 57,80% concorda com a afirmação, espelhando a maioria da amostra e 24,40% discorda, o que pode indicar que a amostra reconhece essa função, porém não a vê como a mais dominante dentro das funções do DT.



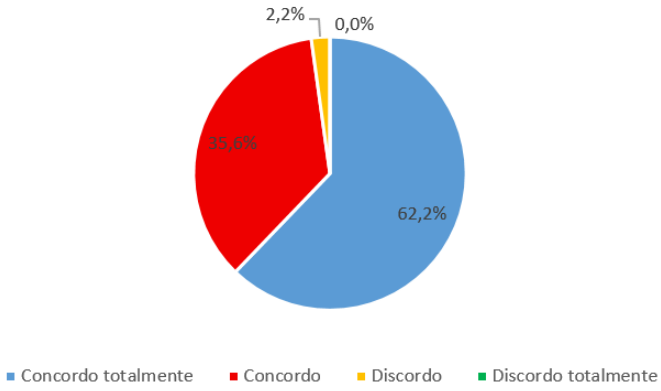
No que concerne à afirmação: *"O DT é um professor que coordena o Conselho de Turma*", a maioria dos inquiridos concorda com a afirmação, com 44,40% a assumir total acordo e 51,10% a concordar, já 4,40%, discordam, ainda assim, prevê-se uma perceção globalmente positiva.



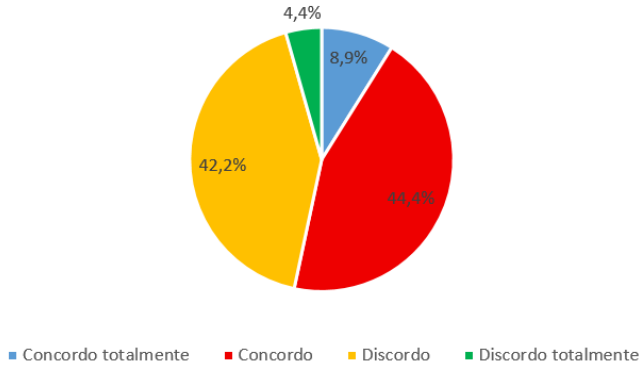
Na questão *"O DT é um professor que contacta com o Encarregado de Educação*", a maioria absoluta corroborou com a afirmação, 75,60% a concordar na totalidade e 22,20% a concordar, ainda assim, 2,20% assumiu discordar.



No que à supervisão do comportamento e desempenho escolar diz respeito por parte do DT, também a maioria da amostra, com 62,20% concordou totalmente e 35,60% apenas concordou, o que demonstrou concordância, ainda assim, apresentou 2,20% a discordar.

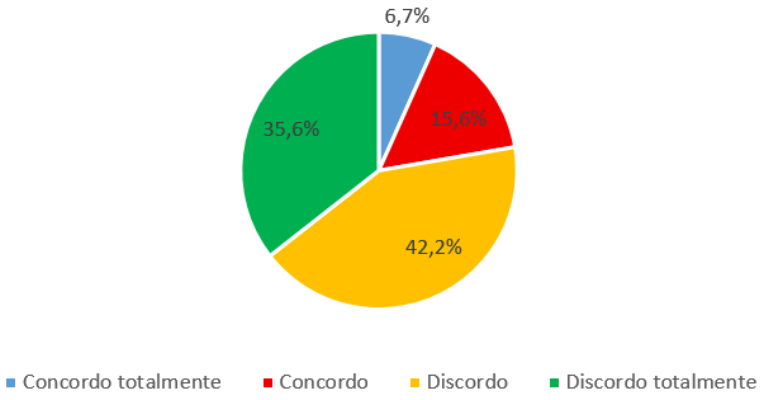


Por fim, no que à organização de eventos para a turma diz respeito, não houve consenso no que a respostas dizia respeito, com uma totalidade de 44,40% a concordar e 42,20% a discordar, com os acréscimos de 8,90% a concordar totalmente e 4,40% a discordar totalmente, o que demonstra alguma falta de clareza para com este ponto.

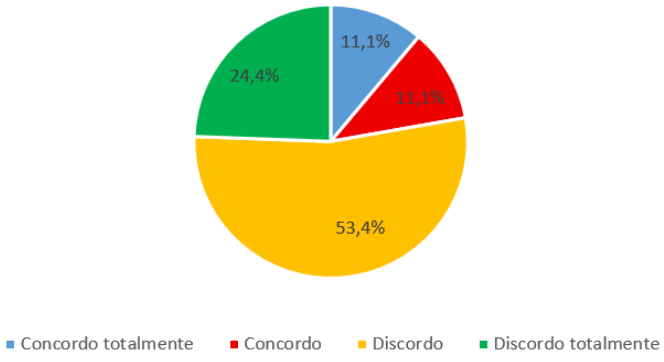


Relação com o DT

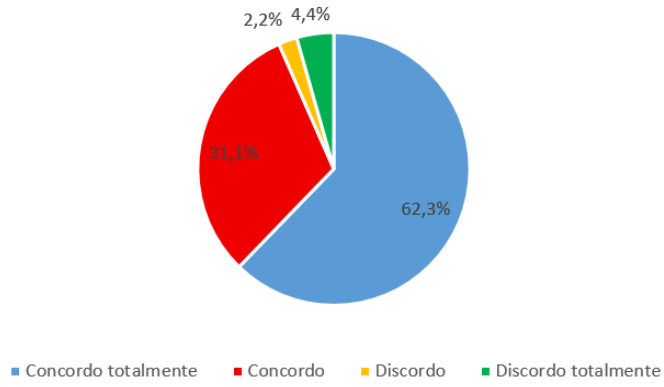
Questionados sobre o comportamento dependendo do DT que se tem, os alunos tiveram respostas muito divididas, com a maioria a discordar com a afirmação, 77,80% (42,20% discorda, 35,6% discorda totalmente) e 22,30% a concordar (6,70% a concordar totalmente e 15,60% a concordar), o que mostra que a maioria valoriza a presença do DT independentemente do seu comportamento.



No que concerne à necessidade de termos um DT, apesar do bom comportamento que se possa ter, 22,20% concordaram com a situação (11,10% a concordar totalmente e 11,10% a concordar) e 77,70% discordou (53,30% discordou e 24,40% discordou totalmente).

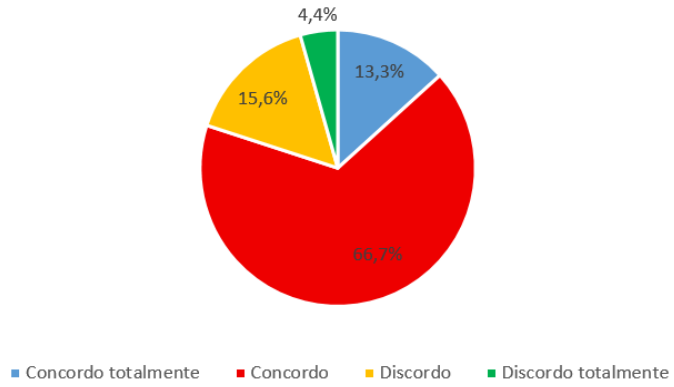


"Gosto de ter DT, apesar de me portar bem", 93,3% dos alunos concordaram com a afirmação (62,20% concorda totalmente e 31,10% concorda), o que sugere uma perceção afetiva positiva, com apenas 6,60% a discordar (2,20% a discordar, 4,40% a discordar totalmente).

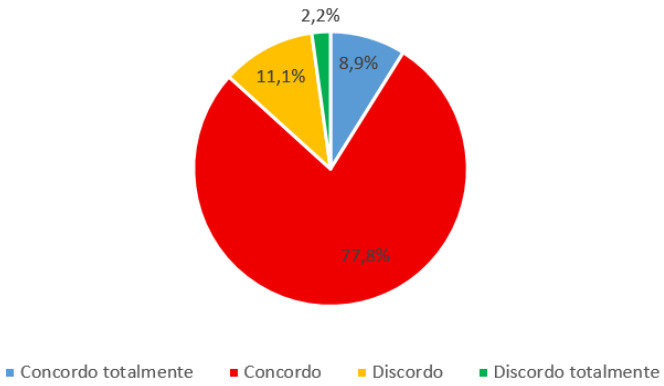


Valorização do trabalho que o DT desenvolve junto aos alunos

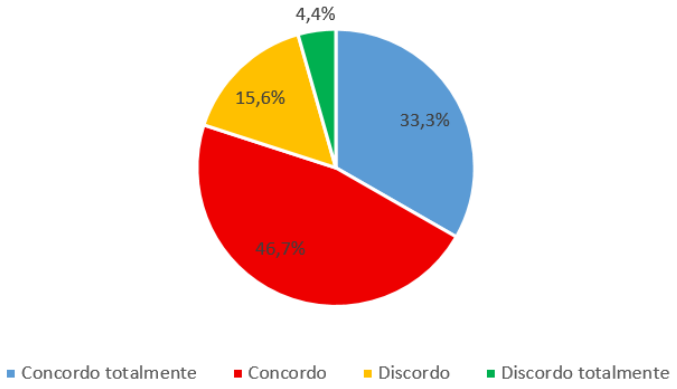
"Acho que o meu DT tenta incentivar os que não gostam da escola", 13,30% concordou totalmente com a afirmação, 66,70% concordou, enquanto 15,60% discordou e 4,40% discordou totalmente.



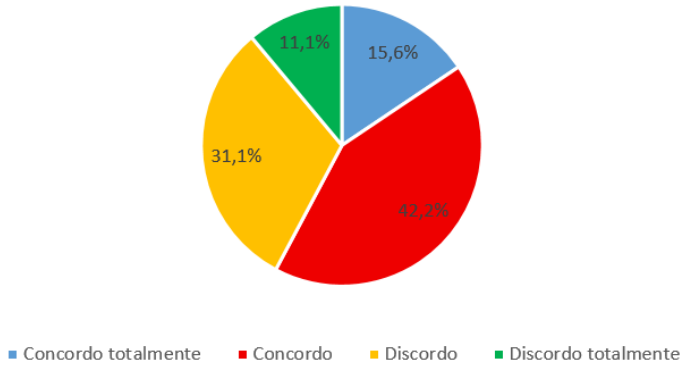
Relativamente ao controlo das aprendizagens por parte do DT, 8,90% assumiu concordar totalmente, enquanto 77,80%, espelhando a maioria, concorda. Ainda assim, 11,10% discordou e 2,20% discordou totalmente.



No que concerne ao incentivo do DT perante os alunos com maus resultados, 33,30% concordou totalmente nessa ação, e 46,70% concordou, por sua vez, 15,60% discordou e 4,40% discordou totalmente.



Por fim, quando questionados "*Acho que o DT deveria estar mais disponível para os seus alunos da Direção de Turma"*, 57,80% da amostra respondeu que concordava (15,60% concorda totalmente e 42,20% concorda) e 42,20% da amostra discordou (31,10% discordam e 11,10% discordam totalmente) o que, apesar da ligeira supremacia nos que concordaram, não deixa de apresentar uma visão bastante dividida por parte dos alunos.



<u>Opinião complementar e pessoal acerca do papel do DT</u>

Neste bloco, os alunos responderam abertamente acerca das suas perspetivas perante duas questões. As respostas foram analisadas recorrendo à técnica de análise de conteúdo. De acordo com Bardin (2016, p.15) a análise de conteúdo pode ser caracterizada como sendo "um conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais sutis em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a 'discursos' (conteúdos e continentes) extremamente diversificados".

Na ótica de Valle e Ferreira (2025, p.1), “a análise de conteúdo, na perspetiva de Bardin, oferece várias contribuições importantes para a pesquisa qualitativa em educação, incluindo uma análise sistemática e rigorosa dos dados, uma compreensão mais profunda dos fenómenos estudados, uma abordagem flexível e adaptável…e a triangulação dos dados.” Bardin (2016) acrescenta ainda que a análise de conteúdo é constituída por três etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados e interpretação. Assim sendo, foram identificadas categorias principais, a partir da leitura e codificação das respostas dos alunos. De seguida, para cada categoria, selecionei um conjunto de respostas que considerei relevantes para o estudo.

No que concerne à primeira questão aberta: “*Na tua opinião, quais são os papéis do DT, dentro e fora da escola, estando com ou sem a turma presente?”*, foram codificadas cinco categorias:

Categoria 1- Acompanhamento do comportamento e desempenho dos alunos;

Categoria 2- Comunicação com encarregados de educação;

Categoria 3- Apoio emocional e disponibilidade para ajudar;

Categoria 4- Mediação entre professores e alunos;

Categoria 5- Figura de referência dentro e fora da escola.

CATEGORIA	EXEMPLOS DE CITAÇÃO
1. Acompanhamento do comportamento e desempenho dos alunos;	"Acompanhar o comportamento e desempenho da turma…"
	"Ajudar os alunos."
	"…procurar melhorar o desempenho e comportamento da turma."
	"Estar atenta/o à turma e apoiar no que for preciso (dar na cabeça quando preciso)"
	"Tem um papel fundamental no controlo e funcionamento da turma sendo dentro e fora de escola."
	"O Diretor de Turma acompanha os alunos, ajuda a resolver conflitos e motiva a turma quando está com ela."
	"O DT apesar de ter a função de professor, tem uma grande responsabilidade sob a turma, atuando como referência para qualquer tipo de problema ou dúvida."
	"Incentivar a turma a melhorar cada vez mais, e ajudar os alunos."
	"Quando está com a turma, o DT atua como um orientador, acompanhando o comportamento, o rendimento escolar e ajudando na resolução de conflitos, promovendo um ambiente saudável e organizado."
	"Um papel de líder."

2. Comunicação com encarregados de educação;	"O/a DT é o professor responsável por reportar o que se passa na escola aos pais."
	"O DT é ser mais próximo dos alunos e dos encarregados de educação para relatar os comportamentos e o quotidiano do aluno dentro e fora do recinto escolar."
	"…comunicar aos pais mau comportamentos dos alunos."
	"Acompanhar e ajudar em qualquer ocasião os alunos e comunicar as informações necessários dos alunos aos seus encarregados de educação respectivos."
	"...meio de comunicação entre os alunos, os pais e os professores."
3. Apoio emocional e disponibilidade para ajudar;	"É o representante da turma e tem um grande papel no seu desenvolvimento."
	"O DT é como se fosse um líder, organiza eventos e é o cargo mais alto da turma."
	"Coordena os professores e controla os movimentos da turma."
4. Mediação entre professores e alunos;	"Figura que tem mais autoridade, mediador das informações e dos alunos."
	"Ajudar os alunos quando precisam e agir como meio de comunicação entre professores e encarregados."
5. Figura de referência dentro e fora da escola.	"Ele cuida, orienta, escuta e acompanha, esteja ele em sala, na escola ou em contacto remoto."
	"Mesmo fora da escola, serve de apoio para além da dinâmica escolar."

Tabela 3- *Perceção dos alunos face à 1ª questão aberta.*

Relativamente à segunda questão aberta: *"Na tua opinião o que faz de um DT um profissional especial e diferente dos outros professores, numa ótica positiva ou negativa?"*, foram codificadas novas cinco categorias:

Categoria 1- Relação de proximidade com os alunos;

Categoria 2- Apoio emocional e acompanhamento pessoal;

Categoria 3- Responsabilidade e funções adicionais

Categoria 4- Comunicação com os EE e professores

Categoria 5: Diferenciação

CATEGORIA	EXEMPLOS DE CITAÇÃO
1. Relação de proximidade com os alunos;	"Tem uma relação mais próxima com os alunos."
	"Tem uma relação mais íntima com os alunos."
	"Tem uma relação mais pessoal entre nós, pois sabe de certos assuntos que os outros professores provavelmente não."
	"...apoia nas dificuldades e dá confiança aos alunos."
	"responsabilidade, carisma, humildade e amigável."
	"...relação mais próxima com os alunos, comparado a outros professores."
2. Apoio emocional e acompanhamento pessoal;	"Um bom DT destaca-se pelo apoio e acompanhamento de turma…"
	"Positiva saber conviver com os seus alunos…"
	"Ouve os alunos..."
	"Ser interessado e estar disponível para os alunos…"

3. Responsabilidade e funções adicionais;	"Um DT difere já que este se conecta entre os diversos cargos diferentes (aluno,encarregado e professores). Sendo assim "especial" já que é necessário para manter uma boa harmonia na educação escolar."
	"Uma boa gestão da turma e controlo dos mesmos."
	"...trabalho complicado e com muita responsabilidade."
	"...não se limita a ensinar uma disciplina. Ele acompanha-nos de forma mais próxima, preocupa-se com o nosso percurso, tanto a nível escolar como pessoal, e tenta sempre ajudar, mesmo fora das aulas."
4. Comunicação com os EE e professores;	"...é importante manter comunicação com os encarregados de educação sobre o desempenho dos alunos, assiduidade e pontualidade…"
5.Diferenciação.	"...o que torna uma pessoa diferente é a pessoa que é e não o papel que empenha..."

Tabela 4- *Perceção dos alunos face à 2ª questão aberta.*

6.4. Discussão dos resultados

Os dados recolhidos acerca da perceção dos alunos evidenciam positivamente o papel e nível de intervenção do DT, revelando uma certa coerência perante os pressupostos pedagógicos e legais, que sustentam esta função.

Caracterização do trabalho do DT

Face ao objetivo de percecionar a caracterização do trabalho do DT, na ótica dos alunos, a verdade é que, dentro das seis questões enumeradas, todas, à exceção da questão número 6, *"O DT é um professor que organiza eventos para a turma"*, foram respondidas positivamente. De facto, o DT é um ser necessário à escola e esta unanimidade na concordância nas respostas demonstra o reconhecimento do valor estrutural desta figura. Segundo o Decreto-Lei n.º 115-A/98, de 4 de maio, estabelecido pelo Decreto Regulamentar n.º 10/99, de 21 de julho, o Governo decreta as seguintes funções para este cargo:

"Artigo 7.º - Diretor de Turma

a) Assegurar a articulação entre os professores da turma e com os alunos, pais e encarregados de educação;
b) Promover a comunicação e formas de trabalho cooperativo entre professores e alunos;

c) Coordenar, em colaboração com os docentes da turma, a adequação de atividades, conteúdos, estratégias e métodos de trabalho à situação concreta do grupo e à especificidade de cada aluno;
d) Articular as atividades da turma com os pais e encarregados de educação promovendo a sua participação;
e) Coordenar o processo de avaliação dos alunos garantindo o seu carácter globalizante e integrador;
f) Apresentar à direção executiva um relatório crítico, anual, do trabalho desenvolvido."

Tendo em consideração as respostas dadas pelo alunos, estes demonstram perceber que o DT é um professor com funções específicas, compreendendo a existência de uma tríade relacional entre professores, alunos e encarregados de educação, corroborando Zenhas (2006) que assume que o DT orienta diretamente os educandos face à necessidade da escola, dos professores, dos alunos e dos encarregados de educação, trabalharem em conformidade, mesmo que não de uma forma sincronizada, mas com um único fim, o sucesso do aluno. Assim, o DT é um comunicador e acompanhador global dos alunos, articulando com os diversos intervenientes do processo educativo a melhor forma de os guiar. Favinha (2012) é de opinião que o DT poderá desempenhar o papel de dinamizador de estratégias mediadoras, enquanto líder intermédio, precisamente pelo estabelecimento dessa relação entre vários intervenientes.

Para além disso, relativamente às tarefas atribuídas ao DT, os alunos destacaram, de forma clara, a supervisão do comportamento e desempenho escolar, bem como a coordenação do Conselho de Turma e a comunicação com os encarregados de educação. A maioria da amostra reconhece essas tarefas como centrais, embora a função de organização de eventos surja com perceções mais dispersas, o que poderá refletir uma indefinição quanto à pertinência desta ação no âmbito do cargo.

Relação com o DT

No que concerne à perceção acerca da relação com o DT, esta também mereceu particular destaque. Embora a grande maioria da amostra tenha

discordado da ideia de que o comportamento depende do DT que se tem, essa maioria assumiu valorizar a sua presença, apresentando, ainda assim, um comportamento adequado. Esta compilação de respostas torna-se relevante porque permite perceber que o DT é valorizado como alguém que contribui para o bem-estar e para um bom ambiente de ensino-aprendizagem e não apenas como uma figura que exige disciplina. Tal conclusão vai ao encontro de Coutinho (1994, p.27) que acredita que o DT "atende aos aspetos do desenvolvimento, da maturação, da aprendizagem, da orientação da turma e de cada um dos seus alunos, proporcionando, através de uma educação integral, a sua formação como pessoa". A autora acrescenta ainda que "a orientação é uma das atividades educativas que, no atual contexto escolar, adquiriu uma importância fundamental" (Coutinho, 1994, p.15), o que acaba por se interligar integralmente ao processo formativo e educativo do aluno, auxiliando no desenvolvimento de competências para que num futuro próximo consiga ser um indivíduo com um papel ativo na sociedade.

Valorização do trabalho que o DT desenvolve junto aos alunos

No que se refere ao incentivo ao sucesso escolar, valorizando-se o trabalho que o DT desenvolve junto dos alunos, estes demonstram reconhecer o esforço dos DT na motivação daqueles que apresentam maiores níveis de desinteresse ou maiores dificuldades. Todavia, uma percentagem significativa acredita que o DT poderia estar mais disponível para os seus alunos. O DT deve conter, por entre as suas qualidades: compreensão, autenticidade, capacidade de comunicação, aceitação, exigência, amizade, justiça, maturidade e disponibilidade (Marques, 2002), contudo, fruto de alguma sobrecarga de funções que a ele lhe são atribuídas, esta disponibilidade poderá ser comprometida, porém, o acompanhamento a alunos mais frágeis deve ser uma prioridade. Favinha et al. (2012, p.10) referem que a coordenação do DT, enquanto coordenador do Conselho de Turma, deve contribuir para "identificar, caracterizar as situações problemáticas da turma e resolver os problemas detetados e proceder à (re)organização da filosofia de trabalho adequando-o ao contexto real da turma". Assim, perante esta situação, a gestão curricular relaciona-se com processos e procedimentos onde se tomam decisões

necessárias quanto à forma como devemos organizar e implementar o currículo proposto à escola (Roldão, 1995).

Opinião complementar e pessoal acerca do papel do DT

A análise das questões abertas permitiu um aprofundar de perceções que os alunos tinham acerca do trabalho do DT, o que, de certa forma, enriqueceu a investigação. Analisando a primeira questão, as respostas foram divididas em cinco categorias distintas: Acompanhamento do comportamento e desempenho dos alunos; Comunicação com encarregados de educação; Apoio emocional e disponibilidade para ajudar; Mediação entre professores e alunos; Figura de referência dentro e fora da escola. Estas categorias sugerem uma compreensão abrangente e realista acerca das dimensões do trabalho do DT. De um modo geral, os alunos foram muito claros nas respostas elaboradas e tendo estas perceções, transmitem uma valorização face ao cargo do DT, realçando com mais afluência o acompanhamento do comportamento e desempenho dos alunos, bem como da importância da comunicação.

Já na segunda questão, as respostas foram novamente divididas por cinco categorias, sendo elas: Relação de proximidade com os alunos; Apoio emocional e acompanhamento pessoal; Responsabilidade e funções adicionais; Comunicação com os EE e professores; Diferenciação. Os alunos destacaram, com maior apreço, a relação de proximidade entre alunos e DT e a responsabilidade nas funções adicionais, acreditando que estes dois subtópicos tornam a profissão especial. Estas perceções evidenciam a valorização do DT, olhando para ele como uma figura de responsabilidade elevada, porém, com um também papel de auxiliador e orientador. Assim, muito para além do cargo de professor, temos o lado quase “maternal/paternal”, refletindo a pessoa que se é, o que vai ao encontro de Gonçalves (2009) que refere que o desempenho de variados cargos está relacionado com o professor “Pessoa”. Gonçalves (2009, p.23) acrescenta ainda que “a carreira profissional docente é um percurso relacional e contextualmente vivenciado e construído, em que a pessoa-professor se vai diacronicamente desenvolvendo, segundo um conjunto de etapas ou fases com características próprias, em espaços e tempos diferenciados e com necessidades específicas de formação”.

Em suma, os dados demonstram uma perceção globalmente positiva dos alunos acerca do DT, tanto na vertente relacional, como funcional, o que confirma a relevância desta figura no sistema educativo, não só na promoção do sucesso escolar, como também no acompanhamento dos alunos, na articulação perante a comunidade educativa. Ainda assim, as respostas indicam também áreas nas quais deveríamos refletir, para uma melhoria mútua perante várias funções, principalmente em termos de disponibilidade e a consistência das práticas entre diferentes Diretores de Turma.

6.5. Considerações Finais

Este estudo levou-me a pensar no cargo de Diretor de Turma, ao qual nem sempre damos o devido valor. Efetivamente, existem grandes dificuldades associadas ao desempenho de funções de ordem pessoal e institucional. Marques (2002, p.25), de facto, expressa que deveria existir uma formação específica, subdividida em quatro grandes núcleos temáticos: “conhecimentos gerais de pedagogia; conhecimentos gerais de psicologia; conhecimentos específicos de didática; conhecimentos específicos de orientação”, numa perspetiva de completar esta entidade, não só a nível profissional, como pessoal. De facto, Ferreira (2014, p.49 citando Marques, 2002), assume que “as dificuldades de ordem pessoal passam pela falta de formação pedagógica e específica, a pouca aptidão para o papel de orientador de um grupo turma e ainda a falta de motivação. As dificuldades de ordem institucional prendem-se com o excesso de burocracia e com o facto de a legislação ser pouco clara em determinados assuntos, turmas com um grande número de alunos, o escasso número de horas que é atribuído para o desempenho deste cargo, entre outros”.

Em acréscimo, Gonçalves (2009) subdivide sensações sentidas por profissionais ao longo dos anos de experiência: Início: traduz-se num choque constante com a realidade, uma espécie de descoberta, onde tudo nos parece incrível por ser a primeira vez em que nos encontramos no cargo; Estabilidade: após alguns anos, começamos a ter segurança perante as nossas tarefas, ficando mais maduros e cientes, o entusiasmo torna-se notável; Divergência: O tempo mostra-se aliado, ou não, da profissão, o empenho e o entusiasmo podem enaltecer o ser ou, por sua vez, a diferença e a sensação de rotina podem surgir;

Serenidade: Aparecendo com um ato reflexivo, demonstramo-nos satisfeitos a nível pessoal, o que pode levar a duas vias possíveis: Renovação do interesse ou Desencanto. O primeiro, aparece como uma renovação do entusiasmo, a sensação de querer mais e melhor, já o segundo, aparece como saturação e desinvestimento face ao cargo. Isto leva-me a pensar que gradualmente nos vamos desenvolvendo e evoluindo. Ainda assim, tal como na área do ensino, há uma necessidade de ir aprimorando as nossas técnicas e ir em busca constante de conhecimento para uma atualização contínua, também no cargo de DT o mesmo tem que acontecer, devendo, enquanto futura DT, manter-me constantemente em alerta, cuidando e dando conta dos “meus”, neste caso, os meus alunos, que estando à minha mercê, lhes devo a complexa função de os guiar e incentivar, ao tão merecido sucesso.

6.6. Conclusão

A análise de resultados obtidos permitiu-me concluir que a perceção dos alunos, relativamente ao papel do DT, está alinhada com aquilo que a literatura descreve. Para além disso, as respostas dos inquiridos evidenciaram uma considerável unanimidade em relação às várias dimensões investigadas.

Efetivamente, o DT é uma figura central na comunidade educativa, assumindo múltiplas responsabilidades que exigem não só competências pedagógicas, mas também qualidades pessoais e capacidades de liderança. Foi possível, através da investigação, constatar que os alunos valorizam as ações do DT, reconhecendo-o como agente orientador da turma, essencial à promoção do sucesso escolar. Neste sentido, o papel do DT, para além da gestão administrativa e académica, funde-se nas relações interpessoais com alunos, professores e encarregados de educação. O reforço destas ligações, baseado na proximidade e confiança, constitui uma mais-valia para o desenvolvimento integral do aluno, figura central de toda a ação educativa.

Importa sublinhar que o cargo de DT possui um carácter marcadamente pessoal, uma vez que é influenciado pela personalidade, atitudes e estilo de liderança de quem o desempenha. Embora as tarefas estejam formalmente definidas, a forma como são concretizadas varia significativamente de acordo

com a disponibilidade, sensibilidade e visão pedagógica de cada docente. Assim, o sucesso na função está intrinsecamente ligado às características individuais do profissional que a exerce.

Em suma, a elaboração deste estudo, integrado no desenvolvimento profissional, contribuiu para o aprofundamento do entendimento acerca desta temática, o que reforçou a minha consciência sobre a relevância do papel do DT, de forma a orientar os alunos para o sucesso, não só escolar, como pessoal. Deste modo, com uma visão mais clara e fundamentada, a investigação sensibilizou-me para a responsabilidade e importância do cargo, bem como do impacto que este pode acarretar na vivência dos alunos. Futuramente, assumindo este papel sinto uma responsabilidade acrescida. Permanecendo com consciência crítica, desejo contribuir positivamente para o percurso dos meus alunos. Assim sendo, este estudo revelou-se bastante enriquecedor para o meu ser.

6.7. Referências Bibliográficas

Bardin, L. (2016). *Análise de Conteúdo.* São Paulo: Edições 70.

Batista, P., & Queirós, P. (2015). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em educação física* (pp. 33-52). Porto: FADEUP.

Clemente, F. & Mendes, R. (2013). Perfil de Liderança do Diretor de Turma e Problemáticas Associadas. Exedra, *Revista Científica ESEC*. Coimbra. Instituto Politécnico de Coimbra, Escola Superior de Educação de Coimbra.

Coutinho, M. (1994). *O papel do diretor de turma na escola actual.* Porto: Porto Editora.

Diogo, J. (1998). *Parceria escola-família: A caminho de uma educação participada*. Porto: Porto Editora.

Favinha, M. (2012). *A mediação e a criação de novos contextos educativos.* Repositório Científico da Universidade de Évora

Favinha, M., Góis, M., & Ferreira, A. (2012). *A importância do papel do diretor de turma enquanto gestor do currículo.* Repositório Científico de a Universidade de Évora.

Ferreira, M. (2014). *O Diretor de Turma no papel de líder intermédio.* Viseu. Universidade Católica Portuguesa.

Gonçalves, J. (2009). Desenvolvimento profissional e carreira docente- Fases da carreira, currículo e supervisão. Sísifo. *Revista de Ciências da Educação*, 8, (pp. 23-36).

Governo da República Portuguesa. (1999). *Decreto-Regulamentar nº 10/99* de 21 de julho. Diário da República, 1ª série B, (168), 4492–4494. https://files.diariodarepublica.pt/1s/1999/07/168b00/44904494.pdf

Henderson, M., Hunt, S. & Day, R. (1994). A model for developing pre-service parent-teacher conferencing skills. *Journal of Instructional Psychology,* 21(1), (pp.31-35).

Lopes, F. (2016). *O papel do Diretor de Turma na vida dos alunos.* Porto: FLUP.

Marques, R. (2002). *O Diretor de Turma e a relação Educativa.* Lisboa: Editorial Presença.

Roldão, M. (1995). *O Diretor de Turma e a gestão curricular.* Instituto de Inovação Curricular.

Sanders, M. & Epstein, J. (1998). *International perspectives on School, Family and community Parternships. Childhood Education,* 74(6), (pp.340-341).

Sousa, M. (2009). *O Director de Turma como mediador entre o Conselho de Turma, os Alunos, e os Encarregados de Educação: contributos para a avaliação da Direcção de Turma*. (p. 171).

Valle, P. & Ferreira, J. (2025). Análise de Conteúdo na perspetiva da Bardin: Contribuições e Limitações para a pesquisa qualitativa em Educação. *EDUR-Educação em Revista,* 41, e49377. https://doi.org/10.1590/0102-469849377 .

Zenhas, A. (2006). *O Papel do Diretor de Turma na colaboração Escola – Família.* Porto: Porto Editora.

Zin, J. & Ponti, C. (1996). *The influence of direct training in problem solving on consultee problem clarification skills and attributions.* Remedial and Special Education, 17(6), (pp.370-376).

7. Considerações finais e Perspetivas futuras- A banda sonora

"… passou tudo tão depressa e eu só queria prolongar a minha estadia por este mundo que tantos frutos me deu."

- Db nº36- 2 a 6 de junho

Com a viagem dada como terminada, levo comigo uma bagagem cheia de distintas sensações, que representadas sob a forma de estilos musicais, formam uma banda sonora de um ano letivo de sonho. Refletindo acerca da trajetória, efetivamente, foi um ano repleto não só de experiências que me permitiram abrir horizontes e ampliar a minha visão acerca da realidade de ensino, como também me permitiram evoluir a nível pessoal e profissional.

O confronto com a realidade, vivido de uma forma intensa por entre as diversas dimensões associadas à área da docência, permitiram-me sentir uma certa materialização, perante aprendizagens e desafios, objetivando e refletindo acerca de distintos momentos vivenciados. As dificuldades que encontrei ao longo do EP transformaram-se em oportunidades de crescimento, elevando o meu espírito crítico e reflexivo. De forma a contornar todas as possíveis problemáticas, senti a necessidade de me ajustar constantemente e adaptar às diferentes realidades que, apesar de exigentes, contribuíram para a construção da minha identidade profissional, esta mais coesa e confiante, mas não estanque, uma vez que ambiciono continuar a crescer, aprender e melhorar, de forma a contribuir positivamente para o desenvolvimento das futuras gerações.

A interação com os alunos, bem como, a ligação fomentada com todos os intervenientes de ensino, permitiram-me pôr em prática conhecimentos teóricos e desenvolver competências essenciais à profissão. Esta vivência saudável por entre o ambiente escolar, foi sem dúvida essencial para o desenvolvimento de competências didáticas, comunicativas e reflexivas. De facto, foi um processo desafiante, mas olhando agora numa ótica já longínqua, foi bastante enriquecedor ver aquilo que era e sou e ver também os meus alunos, pensar no que eram e ver no que se tornaram. De facto, o Professor de Educação Física, para além de um transmissor de conteúdo, aparece como um promotor de

valores, atitudes e hábitos de vida saudáveis, assim, sinto realmente que consegui marcar os alunos que se cruzaram no meu caminho, ciente de que a missão ainda não está, de todo, concluída.

Em suma, tal como diferentes músicas e artistas se tornam eternos, permanecendo ao longo do tempo na nossa memória, são também, por outro lado, algo efémero, porque a verdade é que o ser humano se encontra em constante atualização, ouvindo novos sons. Ora, também no ensino, há uma necessidade de aprendizagem constante, assim, não nos devemos cingir apenas aquilo que está à nossa frente, mas sim, alargar horizontes e ver além, nunca privando o nosso ser daquilo que é o conhecimento que nos rodeia, indo em busca do mesmo. Com um desejo contínuo em aperfeiçoar e alargar o meu conhecimento, a verdade é que me sinto bastante orgulhosa e grata pelo sonho que vivi, ciente de que, o verdadeiro valor da vida está no partir, onde nos lançamos à experiência, vivenciando aquilo que o caminho nos oferece, confiando que o melhor está por vir.

"Em qualquer aventura,

O que importa é partir, não é chegar."

Viagem, Miguel Torga

8. Referências Bibliográficas

Alves, M., Batista, P. & Queirós, P. (2017). O valor formativo das comunidades de prática na construção da identidade profissional. *Revista Portuguesa de Educação,* (pp. 159.185).

Amaral, M., Moreira, M. & Ribeiro, D. (1996). O papel do supervisor no desenvolvimento do professor reflexivo- estratégias de supervisão. In I. Alarcão (org.), *Formação Reflexiva de Professores: Estratégias de Supervisão* (pp.89-122). Porto: Porto Editora.

Araújo, F. (2017*).* A avaliação das aprendizagens em Educação Física. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: Referenciais para o ensino de qualidade* (pp. 119-149). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

Azevedo, M., Portela, A., Graça, A. & Ávila, L. (2014). Compreensão da Reflexão na Formação de Professores. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (eds.), *Formação inicial de Professores- Reflexão e Investigação da Prática Profissional* (pp. 17). Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Batista, P., & Queirós, P. (2015). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em Educação Física* (pp. 33-52). Porto: Editora FADEUP.

Carvalho, L. (1994). *Avaliação das aprendizagens em educação física.* Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física (10/11), (pp.135-151).

Direção-Geral da Educação (2018). Educação Física: *Aprendizagens essenciais.* https://www.dge.mec.pt/educacao-fisica .

Fontana, M., & Fávero, A. (2013). Professor reflexivo: Uma integração entre teoria e prática. *Revista de Educação do IDEAU*, 8(17), (pp.1-14).

Freitas, S., Costa, M., & Miranda, F. (2014). Avaliação Educacional: formas de uso na prática pedagógica. *Revista Meta: Avaliação*, 6(16), (pp.85-98).

Gee, J. (2000). *Identity as an analytic lens for research in education*. Review of Research in Education (pp. 25, 99-125).

Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula.* Coimbra: Livraria Almedina.

Libâneo, J. (2013). *Didática. 2 ed.* São Paulo: Cortez.

Lucas, M., Pereira, B. & Monteiro, A. (2012). Desporto Escolar: Dinâmicas e Valores. In: B. Pereira, A. Silva & G.Carvalho (eds.), *Atividade Física, Saúde e lazer. O Valor Formativo do Jogo e da Brincadeira* (pp. 153-165). Braga: Centro de Investigação em Estudos da Criança – Instituto de Educação – Universidade do Minho.

Marcelo, C. (2009). Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro. Sísifo – *Revista de Ciências da Educação*, 8, (pp. 7-22).

Oliveira, R., Mota, A. & Sousa, J. (2022). *Avaliação Educacional- Uma breve análise das modalidades: diagnóstica, formativa e sumativa.* Cadernos da Pedagogia- Dossiê: Avaliação Educacional: Reflexões Introdutórias (pp. 21-28).

Pacheco, J. & Flores, M. (1999), *Formação e Avaliação de Professores*. Porto: Porto Editora

Pimenta, S. & Lima, M. (2004). *Estágio e Docência.* São Paulo. Cortez Editora.

Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In P. Batista, P. Queirós, & A. Graça (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física.* (pp.67-83). Porto: FADEUP.

Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física.* Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.

Rink, J. (1993). *Teaching Physical Education for Learning.* Times Mirror College Publ. St Louis.

Roldão, M. (2007). Função docente: natureza e construção do conhecimento profissional*. Revista Brasileira de Educação*, 12(34), (pp.94-103).

Rolim, R. &. Colaço, P. (2002). *A Escola, o Atletismo e os Materiais Improvisados.* Congresso Desporto, Actividade Física e Saúde o contributo da ciência e o papel da escola.

Sá Chaves, I. (2002). *A Construção de conhecimento pela Análise Reflexiva de Praxis.* Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian- Fundação para a ciência e tecnologia.

Tullio, M. & Maciel, M. (2020). Planejamento nas aulas de Educação Física Escolar. *Faculdade Sant´Ana em Revista:* https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/index (p.171).

Vickers, J. (1990): *Instituctional design for teaching Physical Activities. A Knowledge Approach. Human Kinetics Books*. Champaign, Illinois.

Wenger, E. (2008). *Communities of practise. Learning, meaning and identity.* Cambridge: Cambridge University Press.

Zabalza, M. (2000). Los nuevos horizontes de la formación en la sociedad del aprendizaje: Una lectura dialéctica de la relación entre formación, trabajo y desarrollo personal a lo largo de la vida. In A. Monclús Estella (Ed.), *Formación y empleo: Enseñanza y competencias* (pp. 165–198). Comeres.

ANEXOS

ANEXO 1- Ficha de Caracterização do Aluno

FICHA INDIVIDUAL DO ALUNO

Identificação do Aluno

Nome completo:_____
(sublinha o nome pelo qual gostas de ser chamado/a)

Turma:_____N.º: _____

Data de nascimento:_____/____/_____Idade:_____ Nacionalidade: _____

Identificação do(a) Encarregado(a) de Educação

Encarregado(a) de educação: Pai ☐ Mãe ☐ Outro(a) ☐ Quem? _____

Nome : _____

Nº de irmãos: _____ Idades: ____ ____ ____ ____

Com quem vives?_____

Situação Escolar Anterior

Ano de escolaridade:_____ Transitei ☐ Não transitei ☐

É o 1º ano nesta escola? Sim ☐ Não ☐

Se sim, em que escola andaste?_____

Se não, há quanto tempo frequentas esta escola? _____

Disciplina que mais gosto: _____

Disciplina que menos gosto: _____

Educação Física

Quais as modalidades em que te sentes **mais à vontade**?_____Porquê? _____

Quais as modalidades em que tens **mais dificuldades**?_____Porquê?_____

Gostas da disciplina de Educação Física? Sim ☐ Não ☐ Porquê? _____

Ocupação dos tempos livres/Atividades

Praticas alguma atividade ou desporto nos teus tempos livres? Sim ☐ Não ☐

Se sim,

O que praticas?	Quantas vezes por semana?	Há quanto tempo praticas?	Qual o clube onde praticas?

Já praticaste ou praticas algum desporto federado? Sim ☐ Não ☐

Se sim, quais? _____

Doenças ou Problemas de Saúde

Tens alguma alergia ou doença crónica (epilepsia, …) ? Sim □ Não □

Se sim qual? _____

Tens problemas de visão? Sim □ Não □ Tens problemas auditivos? Sim □ Não □

Tens problemas respiratórios (asma, bronquite, …)? Sim □ Não □ Se sim, quais? _____

Tens problemas cardiovasculares? Sim □ Não □ Se sim, quais? _____

Outros? Sim □ Não □ Se sim, quais? _____

Hábitos Alimentares

Quantas refeições fazes por dia? 3□ 4□ 5□ 6□ 7 ou mais □

Consideras-te uma pessoa saudável? Sim □ Não □

Tomas pequeno-almoço? Todos os dias □ De vez em quando □ Quase nunca □

ANEXO 2- Planeamento Anual

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

Planeamento Anual

Ano: º Turma: 1º Período

Mês	Dia	Aula nº	Hora	Espaço	Aula nº UD	UD
S E T E M B R O	13	1	9:15	GC		Apresentação
	13	2	10:25	GC		Testes FITescolas
	17	3	12:20	GC		Testes FITescolas
	20	4	9:15	GC		Testes FITescolas
	20	5	10:25	GC	1	AD Andebol
	24	6	12:20	GC	2	Testes FITescolas /AD Andebol
	27	7	9:15	GC		Dia Desporto Escolar
	27	8	10:25	GC		Dia Desporto Escolar
O U T U B R O	1	9	12:20	GC	3	Andebol
	4	10	9:15	GC	4	Andebol
	4	11	10:25	GC	5	Andebol
	8	12	12:20	GC	1	Resistência
	11	13	9:15	GC	2	Resistência
	11	14	10:25	GC	6	Andebol
	15	15	12:20	GC	3	Resistência
	18	16	9:15	GC	7	Andebol
	18	17	10:25	GC	8	Andebol
	22	18	12:20	PD1	4	Resistência
	25	19	9:15	PD1	9	Andebol
	25	20	10:25	PD1	10	Andebol
	29	21	12:20	PD1	5	Resistência
N O	5	22	12:20	PD1		Avaliação Testes FITescolas
	8	23	9:15	PD1	11	Andebol
	8	24	10:25	PD1	12	Andebol
	12	25	12:20	PD1	6	AS Resistência

V	15	26	9:15	PD1	13	AS Andebol
E	15	27	10:25	PD1	14	AS Andebol
M	19	28	12:20	GP	1	Ginástica
B	22	29	9:15	GP	2	Ginástica
R	22	30	10:25	GP	3	Ginástica
O	26	31	12:20	GP	4	Ginástica
	29	32	9:15	GP	5	Ginástica
	29	33	10:25	GP	6	Ginástica
D	3	34	12:20	GP	7	Ginástica
E	6	35	9:15	GP	8	Ginástica
Z	6	36	10:25	GP	9	Ginástica
E	10	37	12:20	SA		Teste de Avaliação
M	13	38	9:15	GP	10	AI Ginástica
B	13	39	10:25	GP	11	AI Ginástica
R	17	40	12:20	GP		Auto-avaliação
O						

Ano: **Turma:** **2º Período**

Mês	Dia	Aula nº	Hora	Espaço	Aula nº UD	UD
	7	41	12:20	PD2	1	AD Basquetebol
	10	42	9:15	PD2	2	AD Basquetebol
	10	43	10:25	PD2	3	Basquetebol
J	14	44	12:20	PD2	4	Basquetebol
A	17	45	9:15	PD2	5	Basquetebol
N	17	46	10:25	PD2	6	Basquetebol
E	21	47	12:20	PD2	7	Lançamento do Dardo
I	24	48	9:15	PD2		Torneio de Vólei
R	24	49	10:25	PD2		Torneio de Vólei
O	28	50	12:20	PD2	8	Lançamento do Dardo
	31	51	9:15	PD2	7	Basquetebol
	31	52	10:25	PD2	8	Basquetebol
	4	53	12:20	GC	9	Lançamento do Dardo
	7	54	9:15	GC	10	AS Lançamento do Dardo
F	7	55	10:25	GC	11	Velocidade
E	11	56	12:20	GC	12	Velocidade
V	14	57	9:15	GC	1	Dança
E	14	58	10:25	GC	2	Dança

R E I R O	18	59	12:20	GC	13	Velocidade
	21	60	9:15	GC	3	Dança
	21	61	10:25	GC	4	Dança
	25	62	12:20	GC	14	Velocidade
	28	63	9:15	GC	5	Dança
	28	64	10:25	GC	6	Dança
	7	65	9:15	GC	7	AS Dança
M A R Ç O	7	66	10:25	GC	8	AS Dança
	11	67	12:20	PD1	15	Velocidade
	14	68	9:15	PD1	9	Basquetebol
	14	69	10:25	PD1	10	Basquetebol
	18	70	12:20	PD1		Teste teórico
	21	71	9:15	PD1	11	Basquetebol
	21	72	10:25	PD1	12	Basquetebol
	25	73	12:20	PD1	16	AS Velocidade
	28	74	9:15	PD1	13	AS Basquetebol
	28	75	10:25	PD1	14	AS Basquetebol
AB RI L	1	76	12:20	PD1	15	AS Basquetebol
	4	77	9:15	PD1		Auto-avaliação
	4	78	10:25	PD1	16	Torneio de Basquetebol

Ano: **Turma** **3º Período**

Mês	Dia	Aula nº	Hora	Espaço	Aula nº UD	UD
ABR IL	22	79	12:20	GP	12	Ginástica
	29	80	12:20	GP	13	Ginástica
M A I O	2	81	9:15	GP	14	Ginástica
	2	82	10:25	GP	15	Ginástica
	6	83	12:20	GP	16	Ginástica
	9	84	9:15	GP	17	Ginástica
	9	85	10:25	GP	18	Ginástica
	13	86	12:20	GP	17	Avaliação Testes FitEscola
	16	87	9:15	GP	19	AS Ginástica
	16	88	10:25	GP	20	AS Ginástica
	20	89	12:20	PD2	1	Patinagem
	23	90	9:15	PD2	2	Patinagem
	23	91	10:25	PD2	3	Patinagem
	27	92	12:20	PD2	4	Patinagem
	30	93	9:15	PD2	5	Patinagem
	30	94	10:25	PD2	6	AS Patinagem

JU	3	95	12:20	PD2	7	AS Patinagem
NH	6	96	9:15	PD2		Torneio de Futsal
O	6	97	10:25	PD2		Auto-avaliação

LEGENDA:

AD- Avaliação Diagnóstica

AS- Avaliação Sumativa

AI- Avaliação Intermédia

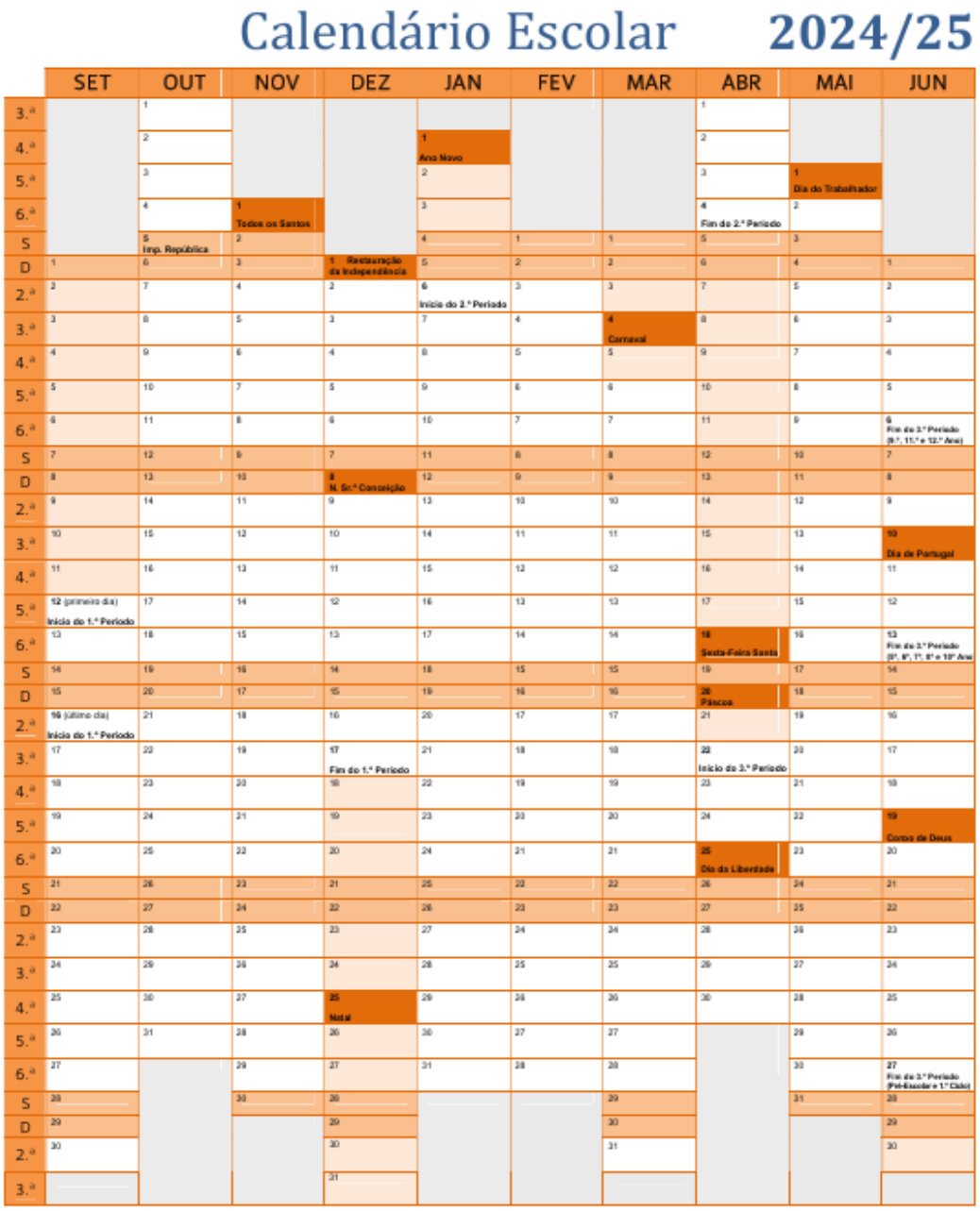
GC- Ginásio Central

PD1- Pavilhão Desportivo 1

GP- Ginásio Pequeno

PD2- Pavilhão Desportivo 2

ANEXO 3- Calendário Escolar



Período	Calendário Escolar		Aulas Previstas					n.º dias úteis
	Início	Fim	2.ºs	3.ºs	4.ºs	5.ºs	6.ºs	
1.º	12 a 16 setembro	17 dezembro	14	14	13	13/14	12/13	66 a 68
2.º	6 janeiro	4 abril	12	12	12	13	13	62
3.º (9.º, 11.º e 12.º ano)	22 abril	6 junho	6	7	7	6	6	32
3.º (5.º, 6.º, 7.º, 8.º e 10.º ano)	22 abril	13 junho	7	7	8	7	7	36
3.º (Pré-Escolar e 1.º Ciclo)	22 abril	27 junho	9	9	10	8	9	45

	Interrupções Letivas	
	Início	Fim
Natal	18 dezembro	3 janeiro
Carnaval	3 março	5 março
Páscoa	7 abril	21 abril

ANEXO 4- Roulement de Instalações: Datas de Rotação

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

DATAS PARA ROTAÇÃO DAS INSTALAÇÕES E BALNEARIOS

1º Período – 12 de setembro a 17 de dezembro

Rotação	Datas
1ª	12 de setembro a 18 de outubro
2ª	21 de outubro a 15 de novembro
3ª	18 de novembro a 17 de dezembro

2º Período – 6 de janeiro a 4 de abril

Rotação	Datas
4ª	6 de janeiro a 31 de janeiro
1ª	3 de fevereiro a 7 de março
2ª	10 de março a 4 de abril

3º Período – 22 de abril a 6 ou 13 de junho

Rotação	Datas
3ª	22 de abril a 16 de maio
4ª	19 de maio a 6 e 13 de junho

Legenda

PD1 – Pavilhão Desportivo – entrada
PD2 – Pavilhão Desportivo – fundo
PD3 – Pavilhão Desportivo – centro
GC – Ginásio Central
GP – Ginásio Pequeno
Ext – Campos Exteriores

Interrupções das atividades letivas
18 de dezembro de 2023 a 3 de janeiro de 2024 - Natal
3 de março a 5 de março de 2025 - Carnaval
7 de abril a 21 de abril de 2025 - Páscoa

Ano letivo 2024/2025

ANEXO 5- Exemplar de Unidade Didática

PLANO UNIDADE DIDÁTICA ATLETISMO																	
TURMA																	
Data			08/out	11/out	15/out	22/out	29/out	12/nov	21/jan	28/jan	04/fev	07/fev	07/fev	11/fev	18/fev	25/fev	11/mar	25/mar
Nº de AULA			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Instalação Desportiva			GC	GC	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT	EXT
Tempo de Aula			50´	50´	50´	50´	50´	50´	50´	50	´50	´50´	50´	50´	50´	50´	50´	50´
CONTEÚDO																		
Habilidades Motoras	Resistência	Noção de Ritmo	I/E	E	E	E	E/C	AS										
		Noção de Espaço	I/E	E	E	E	E/C	AS										
		Noção de Tempo	I/E	E	E	E	E/C	AS										
	Lançamento do Dardo	Pega do Engenho							I/E	E	E/C	AS						
		Lançamento							I/E	E	E/C	AS						
		Corrida de Balanço Frontal								I/E	E/C	AS						
		Corrida de balanço Lateral								I/E	E/C	AS						
		Recuperação								I/E	E/C	AS						
	Técnica de Corrida												E	E	E	E	E	
	Velocidade	Partida de pé											I/E	E	E	E	E/C	AS
		Reação											I/E	E	E	E	E/C	AS
		Aceleração											I/E	E	E	E	E/C	AS
		Partida de Blocos												I/E	E	E	E/C	AS
		Velocidade Maximal													I/E	E	E/C	AS
Fisiologia do Treino e Condição Física	Condicionais	Força							X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Resistência	X	X	X	X	X	X										
		Velocidade							X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Coordenativas	Ritmo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Reação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Orientação Espacial	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Equilíbrio	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Diferenciação Cinestésica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Cultura Desportiva		Terminologia	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Regulamento	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		História da Modalidade				X			X							X		X
Conceitos Psicossociais		Cooperação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Respeito	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Comunicação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
		Responsabilidade	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

LEGENDA	
I	Introdução
E	Exercitação
C	Consolidação
AS	Avaliação Sumativa

AD	Avaliação Diagnóstica
GC	Ginásio Central
PD	Pavilhão Desportivo
EXT	Exterior

ANEXO 6- Exemplar de Plano de Aula

PLANO DE AULA Nº		
Aula nº de **Data:** / /2025 **Hora:** **Duração:** min **Espaço:** **Turma:**	**Unidade Didática:** **Função Didática:** **Professor:** Ana Rita Oliveira **Objetivo da aula:**	**Nº de Alunos:** **Material:**

		OBJETIVOS ESPECÍFICOS	SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM	CRITÉRIOS DE ÊXITO
INICIAL				
FUNDAMENTAL				
FINAL				

OBSERVAÇÕES DE AULA

ANEXO 7-Exemplar Grelha de Avaliação Diagnóstica

TÉCNICA	**Passe de ombro**																	
	"Armar" o braço (antebraço no prolongamento do Ombro e o braço virado para cima: 90º)																	
	Receção																	
	Feita a 2 mãos																	
	Após receção, orienta-se para a baliza																	
	Remate em Suspensão																	
	Realiza corretamente os apoios: terminando com o pé contrário à mão lançadora																	
	Defesa																	
	Interseção e Desarme																	
TÁTICA																		
	Consegue desmarcar-se para espaço livre, criando linhas de passe																	
	Passe e vai																	
	Defesa Individual																	
	Defesa Zonal																	
TOTAL:																		

ESCALA: 1-3
0- Não realiza
1- Realiza com muitas dificuldades
2- Realiza
3- Realiza sem dificuldade

ANEXO 8- Exemplar Grelha de Avaliação Sumativa

Grelha de Avaliação Sumativa da Patinagem

Número	Nomes	Deslizamento para a frente	Deslizamento de cócoras	Deslocamento num apoio	Deslocamento em "oitos"
1					
2					
3					
4					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
19					

Escala 1-5

1- Não executa
2- Executa com muitas dificuldades
3- Executa com algumas dificuldades
4- Executa com alguma qualidade
5- Executa com qualidade elevada

ANEXO 9- Documentação relativa ao Corta-Mato Escolar: Cartaz

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO



LOCAL:

Escalão		Distância (voltas)	Levantamento de dorsais	Partida
Juvenis sub-18 (2007 a 2009) / Juniores sub-21 (2003 a 2006)	Masc	3500 mts (7)	9.30h	10.00h
Juvenis sub-18 (2007 a 2009) / Juniores sub-21 (2003 a 2006)	Fem	2500 mts (5)	10.00h	10.30h
Iniciados sub-15 (2010 a 2011)	Masc	2500 mts (5)	10.30h	11.00h
Iniciados sub-15 (2010 a 2011)	Fem	2000 mts (4)	11.00h	11.30h
Infantis B (2012 a 2013) / Adaptado B	Fem Mas	1500 mts (3)	11.30h	12.00h
Infantis A (2014 a 2016) / Adaptado A	Fem Masc	1000 mts (2)	12.00h	12.30h



Corre pela tua alegria!

Inscreve-te junto do teu professor de Educação Física!

PESSOAS 2030 | PORTUGAL 2030 | Cofinanciado pela União Europeia

ANEXO 10- Questionário

Questionário para Alunos

Com vista à realização de um Estudo de Investigação, a incluir no meu Relatório de Estágio Profissional do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, solicito a tua colaboração para responder ao seguinte questionário. Importa referir que na realização do questionário, o anonimato será mantido. Para além disso, as tuas respostas são importantes para todo o meu processo de investigação e não pretendem avaliar-te. Obrigada!

Responde selecionando a resposta escolhida.

Esta primeira parte é de carácter informativo, apenas para agrupar os dados de forma organizada.

I- Sexo:
Masculino ( ) Feminino ( ) Outro ( ) Prefiro não responder( )

II- Idade _____

III- Ano de Escolaridade _____

IV- Quem é o teu Encarregado de Educação (EE)
Mãe____
Pai____
Avó____
Avô____
Tia____
Tio____
Irmão/a____
Tu próprio no caso de já seres maior de idade____
Instituição____
Tribunal____

De seguida, apresentam-se diversas questões com o objetivo de investigar a perceção dos alunos quanto à importância da relação com a/o atual Diretor(a) de Turma (DT) ao longo do ano letivo, no sentido de perceber a sua influência para o bom aproveitamento escolar, estabilidade emocional e melhoria das relações entre alunos-alunos e professores-alunos.

1- O Diretor de Turma (DT) é necessário à escola.
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

2- O DT é um professor que controla o comportamento dos alunos da turma.
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

3- O DT é um professor que coordena o Conselho de Turma
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

4- O DT é um professor que contacta os Encarregados de Educação
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

5- O DT é o professor que, em caso de necessidade, atua quando um aluno excede questões comportamentais ou de desempenho escolar.
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

6- O DT é o professor que organiza eventos para a turma
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

7- Porto-me melhor ou pior dependendo do DT que tenho
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

8- Não preciso do DT porque me porto bem
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

9- Gosto de ter DT, apesar de me portar bem
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

10- Acho que o meu DT tenta incentivar os que não gostam da escola
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

11- Acho que o meu DT tenta controlar a aquisição das aprendizagens
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

12- Acho que o meu DT tenta incentivar os que têm maus resultados
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

13- Acho que o DT deveria estar mais disponível para os seus alunos da Direção de Turma
Concordo totalmente___
Concordo___
Discordo___
Discordo totalmente___

As questões que se seguem, são de carácter obrigatório, nas quais deves dar a tua opinião acerca do questionado, expondo os teus pontos de vista, e refletindo acerca das diversas temáticas expostas de forma livre e espontânea.

14- Na tua opinião, quais são os papéis do DT, dentro e fora da escola, estando com ou sem a turma presente.

15- Na tua opinião o que faz de um DT um profissional especial e diferente dos outros professores, numa ótica positiva ou negativa.