



**A entrada na profissão docente e a ansiedade do começo:
Relato e Reflexão em contexto de Estágio Profissional**

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.

Professora Orientadora: Professora Doutora Maria Paula Silva

César Filipe Sousa Arruda

Porto, 2025

Ficha de catalogação

Mestrado: Arruda, C. (2025). *A entrada na profissão docente e a ansiedade do começo: Relato e Reflexão em contexto de Estágio Profissional*. Porto: C. Arruda. 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: EDUCAÇÃO FÍSICA, ESTÁGIO PROFISSIONAL
ANSIEDADE, DOCENTE

Dedicatória

Aos meus pais,
ao meu irmão,
à minha avó
e a todos os meus amigos e companheiros
nesta jornada!

Agradecimentos

À **Faculdade de Desporto da Universidade do Porto**, por ser um meio de conhecer a magnífica cidade do Porto e ter-me proporcionado a oportunidade de conhecer pessoas incríveis.

Ao Professor Cooperante, **Gabriel Guerreiro**, por todo o conhecimento partilhado connosco, por ser um exemplo de competência e pela sua disponibilidade e apoio para que chegasse ao final desta caminhada.

À Professora Orientadora, **Maria Paula Silva**, pela sua partilha de saberes e conhecimento e pelo apoio prestado ao longo desta caminhada.

À **Escola Secundária das Laranjeiras, Departamento de Educação Física e Desporto e restante pessoal docente e não docente**, por fazerem com que me sentisse parte da “família” da Escola das Laranjeiras.

À **Professora Natália**, pela sua enorme simpatia, amizade, apoio e partilha de experiências valiosas ao longo do estágio.

Ao **Gonçalo, João e Leonor**, pela partilha de saberes e experiências ao longo de todo o estágio e pelo companheirismo.

À **Escola Secundária Roberto Ivens** e ao Professor **José Guilherme**, pela colaboração e partilha de saberes.

Aos **meus pais**, por serem os meus ídolos, incansáveis no apoio nesta caminhada, espero um dia ser como eles.

À **minha avó**, pelo amor e carinho que sempre teve comigo.

Ao **Diogo e Miguel**, por me terem convencido a embarcar nesta jornada, o que levou a conhecer uma nova cidade e uma nova realidade que me apaixonei e espero um dia voltar.

Ao **Daniel, Pedro, Ana, Diogo, Tatiana, Tetyana, André, Luís, Fábio e restantes amigos e companheiros**, desde a licenciatura ao Mestrado, desde Rio Maior ao Porto, que apesar da distância, a amizade nunca acabou.

Aos **meus alunos**, que guardarei, com carinho, no meu coração.

O meu sincero obrigado a todos!

Índice Geral

Dedicatória	II
Agradecimentos	III
Índice de Figuras	VI
Índice de Tabelas	VII
Índice de Anexos	VIII
Resumo	IX
Abstract	X
Lista de Abreviaturas	XI
Introdução	1
Quem sou eu?	2
1. Realização da Prática de Ensino Supervisionada	4
1.1. Ansiedade do Começo	4
1.2. Novos ares	6
1.3. Novas caras	9
1.3.1. Núcleo de Estágio e Professor Cooperante	9
1.3.2. Turmas Residentes	11
1.3.3. Turma-piloto	13
2. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem	14
2.1. Planeamento	15
2.2. Avaliação	16
2.2.1. Avaliação Inicial	17
2.2.2. Avaliação Formativa	18
2.2.3. Avaliação Sumativa	19
2.3. Projeto Professor a Tempo Inteiro (PTI)	21
2.4. Projeto 2.º Ciclo	23
3. Área 2 – Participação na Escola e Relações com a Comunidade	26
3.1. Direção de turma	27
3.1.1. II Pequeno-Almoço Saudável	29
3.1.2. I Feira do Desporto	31
3.2. Atividades Desportivas Escolares	32
3.2.1. Mega Sprinter, Mega Salto e Cross Running	33
3.2.2. Jogos Desportivos Escolares (Fase de Ilha)	34
3.2.3. Jogos Desportivos Escolares (Fase Regional)	36

4. Desenvolvimento Profissional	39
4.1. <i>Podcast</i> com Nélson Évora.....	42
4.2. A Influência da Inteligência Emocional na Gestão dos Conflitos em Professores de Educação Física.....	45
Conclusões e Considerações Finais	52
Bibliografia.....	54
Anexos	X

Índice de Figuras

Figura 1 - Escola Secundária das Laranjeiras	7
Figura 2 - Complexo Desportivo das Laranjeiras	8
Figura 3 - Instalações do Complexo Desportivo das Laranjeiras	9

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Quadro resumo da literatura selecionada para a revisão.....	47
---	-----------

Índice de Anexos

Anexo I – Questionário de Caraterização do Aluno.....	X
Anexo II – Regras de Sala de Aula.....	XI
Anexo III – Planeamento Anual.....	XII
Anexo IV – Minuta de Plano de Aula.....	XIII
Anexo V – II Pequeno Almoço Saudável.....	XIV
Anexo VI – “Podcast com Nélson Évora”	XV
Anexo VII – JDE Futsal Feminino Secundário (Fase Ilha).....	XVIII
Anexo VIII – JDE Voleibol Masculino Secundário (Fase Regional).....	XIX
Anexo IX – JDE Futsal Feminino Secundário (Fase Regional).....	XX
Anexo X – I Feira do Desporto.....	XXI
Anexo XI – Formação “A Integração de Ferramentas de Inteligência Artificial na Aprendizagem dos Alunos – Iniciação – 4.ª edição”	XXII
Anexo XII – Formação “Preparação Física no Futebol”	XXIII
Anexo XIII – Formação Profissional SBV-AE.....	XXIV
Anexo XIV – Diploma Qualificação Treinador de Futebol Grau II.....	XXV

Resumo

O presente Relatório de Estágio apresenta aquilo que foi o meu Estágio Profissional, que é uma unidade curricular do segundo ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Dentro da lógica introduzida nos Estágios Profissionais, o Professor Estagiário é remunerado e tem a seu cargo duas turmas, para além de participar nas tarefas que estejam atribuídas ao Professor Cooperante. Este Relatório encontra-se dividido em quatro capítulos. O primeiro é referente à “Realização da Prática de Ensino Supervisionado”, no qual abordo diversos aspetos relacionados com a parte legal e institucional do Estágio, como a descrição da Escola Cooperante e dos seus vários intervenientes. Em seguida, no segundo capítulo, “Organização do Ensino e Aprendizagem”, faço uma reflexão sobre a minha prática profissional, nomeadamente sobre o planeamento, avaliação e projetos de lecionação desenvolvidos. Após isto, no terceiro capítulo, “Participação na Escola e Relação com a Comunidade”, abordo a minha participação na assessoria de direção de turma e nas diversas atividades na escola, mais concretamente as Atividades Desportivas Escolares e os Jogos Desportivos Escolares. Por fim, no quarto capítulo, “Desenvolvimento Profissional”, abordo as atividades e formações desenvolvidas, bem como apresento o estudo “A Influência da Inteligência Emocional na Gestão dos Conflitos em Professores de Educação Física”, uma revisão de literatura como via de reflexão e melhoria da minha atuação futura. Este relatório intitulado “A entrada na profissão docente e ansiedade do começo: Relato e Reflexão em contexto de Estágio Profissional” serviu para lembrar e refletir sobre tudo o que ocorreu na minha intervenção, em contexto real, contribuindo para um desenvolvimento pessoal e profissional.

PALAVRAS-CHAVE: EDUCAÇÃO FÍSICA, ESTÁGIO PROFISSIONAL
ANSIEDADE, DOCENTE

Abstract

This Report will present my professional practicum, which is a course unit in the second year of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education, at the Faculty of Sport of the University of Porto. In line with the logic introduced in the previous year's Teaching Education, the pre-service teacher is remunerated and is responsible for two classes, in addition to participating in the tasks assigned to the Cooperating Teacher and related to the class they teach. This Report is divided into four chapters. The first refers to the "Implementation of Teaching Practice." In it, I address various aspects related to the legal and institutional aspects of the practicum, such as the description of the Cooperating School and its various stakeholders. Then, in the second chapter, "Organization of Teaching and Learning," I reflect on my professional practice, specifically on the planning, evaluation, and teaching projects I have developed. After this, in the third chapter, "Participation in School and Relationship with the Community," I discuss my participation in class management and various related activities at the school, specifically School Sports Activities and School Sports Games. Finally, in the fourth chapter, "Professional Development," I discuss all the activities and training courses I have developed, as well as the topic "The Influence of Emotional Intelligence on Conflict Management in Physical Education Teachers," through a literature review, as a means of reflection and improvement of my future performance. This report, entitled "Entering the teaching profession and initial anxiety: Report and Reflection in the context of Professional Internship," served to recall and reflect on everything that occurred during my intervention in a real-world context, contributing to personal and professional development.

KEYWORDS: PHYSICAL EDUCATION, PROFESSIONAL INTERNSHIP, ANXIETY, TEACHER

Lista de Abreviaturas

AD – Avaliação Diagnóstica

ADE – Atividades Desportivas Escolares

AF – Avaliação Formativa

AI – Avaliação Inicial

AP – Avaliação Prognóstica

AS – Avaliação Sumativa

CDL – Complexo Desportivo das Laranjeiras

CE – Conselho Executivo

DEF – Departamento de Educação Física

DOG – Documento de Organização e Gestão

DT – Diretora de Turma

EC – Escola Cooperante

EP – Estágio Profissional

ESL – Escola Secundária das Laranjeiras

IE – Inteligência Emocional

JDE – Jogos Desportivos Escolares

MEC – Modelo de Estrutura de Conhecimento

PA – Planeamento Anual

PAP – Prova de Aptidão Profissional

PC – Professor Cooperante

PE – Professor Estagiário

PO – Professora Orientadora

PTI – Professor a Tempo Inteiro

UD – Unidade Didática

Introdução

O presente Relatório de Estágio irá apresentar aquilo que foi o meu Estágio Profissional (EP), que é uma unidade curricular do segundo ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

O EP foi realizado na Escola Secundária das Laranjeiras (ESL), localizada em Ponta Delgada, na ilha de São Miguel, com a supervisão de um Professor Cooperante (PC), docente da Escola Cooperante (EC) e a orientação de uma Professora Orientadora (PO) da FADEUP.

Este foi o segundo ano em que o Estágio Pedagógico foi realizado no formato idealizado pela falta de docentes na Região Autónoma dos Açores. De acordo com o Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, artigo 191.º, ponto 5, o estatuto do Professor Estagiário passou a ser remunerado, tendo a seu cargo duas turmas, bem como tem de participar em todas as tarefas atribuídas ao Professor Cooperante (PC). Este facto acrescentou ansiedade e aumentou a responsabilidade de procurar corresponder às expectativas, tendo em conta que esta nova realidade, iniciada no ano letivo anterior, com o Núcleo de Estágio (NE), foi pioneira neste novo regime de Estágios Pedagógicos.

Tendo isto em consideração, apresentei-me ao serviço na EC no dia 2 de setembro, no qual fui recebido pelo PC e pelo presidente do Conselho Executivo (CE), que me deram as boas-vindas. Esta foi uma entrada num mundo novo, em que passaria a estar do outro lado, ou seja, de aluno para professor de Educação Física (EF), responsável por duas turmas (7.º e 11.º anos), bem como assessor do Diretor de Turma (DT) da turma do 7.º ano, marcando uma nova etapa na minha vida, não só como estudante de Mestrado, mas também como pessoa.

O EP desempenha um papel fundamental na formação inicial de professores, não apenas pela aplicação de conhecimentos teóricos, mas também como mecanismo de reflexão e construção de identidade profissional. De acordo com Paniago & Sarmiento (2015), para muitos estagiários, o estágio supervisionado é compreendido como um momento de aprendizagem em que se entrelaçam saberes práticos e disciplinares, mirando o desenvolvimento da consciência profissional. Como tal, estruturei o meu relatório de estágio em quatro capítulos. O primeiro é referente à “Realização da Prática de Ensino

Supervisionado”, na qual abordo diversos aspetos relacionados com a parte legal e institucional do Estágio, como a descrição da EC e dos seus vários intervenientes. Em seguida, no segundo capítulo, “Organização do Ensino e Aprendizagem”, faço uma reflexão sobre a minha prática profissional, nomeadamente sobre o planeamento, avaliação e projetos de lecionação desenvolvidos. Após isto, no terceiro capítulo, “Participação na Escola e Relação com a Comunidade”, abordo a minha participação na assessoria de direção de turma e nas diversas atividades relacionadas à escola, mais concretamente as Atividades Desportivas Escolares e os Jogos Desportivos Escolares. Por fim, no quarto capítulo, “Desenvolvimento Profissional”, abordo as atividades e formações desenvolvidas, bem como o estudo “A Influência da Inteligência Emocional na Gestão dos Conflitos em Professores de Educação Física”, uma revisão de literatura, como via de reflexão e melhoria da minha atuação futura.

O relatório é intitulado “A entrada na profissão docente e ansiedade do começo: Relato e Reflexão em contexto de Estágio Profissional”, pois a ansiedade foi algo presente em toda a minha vida, e também foi uma constante ao longo de todo o ano letivo e na minha intervenção, para além de que este foi um mecanismo de reflexão sobre tudo o que ocorreu no meu EP e um relembrar de várias experiências que me marcaram, com toda a certeza, para o resto da minha vida.

Quem sou eu?

O meu nome é César Arruda e nasci há vinte e oito anos em São José, Ponta Delgada, na Ilha de São Miguel, Açores, numa das pérolas do Atlântico, que são as ilhas.

Ao longo da minha vida, tive a vontade de ser um praticante federado da modalidade de futebol. Nunca tive essa possibilidade, o que é, até aos dias de hoje, um dos meus maiores arrependimentos. Nunca deixei de ter essa paixão, inculcada pelo meu pai, que era um aficionado fervoroso da mesma, levando-me a assistir a jogos do clube local, onde cresci, o Clube Operário Desportivo. No entanto, durante um ano, fui praticante federado de basquetebol num clube da zona, a Associação Juvenil Clube Operário Desportivo, mas como não tive

muitas oportunidades, saí do mesmo e assim deixei de praticar, pois era algo que já não me era prazeroso e não me sentia valorizado.

Passando para o contexto escolar, nunca fui um aluno de excelência na disciplina de Educação Física, mas mantinha sempre o interesse quando eram modalidades coletivas, nomeadamente o futebol, que posso afirmar que é uma das “paixões da minha vida” e sem o qual não imaginaria viver.

Ao longo do meu crescimento enquanto ser humano e à medida que progredia nos vários ciclos de ensino na Escola, foi crescendo a vontade de me tornar um treinador de futebol, ou de estar envolvido na modalidade ou no contacto com crianças, que ocorre nos escalões de formação, ou poder ser um professor de Educação Física, sendo que aqui foi a primeira vez que considerei a ingressão na profissão de docente.

Na entrada no Ensino Superior, decidi prosseguir pela ingressão no curso de Treino Desportivo, com Especialização em Futebol, pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior, no distrito de Santarém, que frequentei entre os anos de 2017 e 2021, quando concluí a Unidade Curricular de Estágio na Fundação Pauleta, mais concretamente no Clube de Futebol Pauleta e Escola de Futebol Pauleta. Isto deixou-me realizado, pois consegui alcançar um dos objetivos traçados, quando era mais jovem, tornando-se ainda mais marcante pelo facto de ter estado longe da ilha e da minha casa, pela primeira vez na minha vida.

Focando no meu percurso como treinador, fui adjunto no escalão de Iniciados na Associação Académica Desportiva de Rio Maior (2018/2019), no Escalão de Iniciados do Núcleo Sportinguista de Rio Maior (2019/2020), adjunto no Escalão de Iniciados (2020/2021 e 2021/2022) e de Juvenis (2022/2023) no Clube de Futebol Pauleta, monitor de Sub-7 (2020/2021, 2021/2022 e 2022/2023) e de Sub-11/Su-13 (2021/2022) na Escola de Futebol Pauleta, bem como treinador principal de Benjamins Sub-10 B no Clube de Futebol Pauleta (2021/2022 e 2022/2023). Em 2023/2024, fui treinador no escalão de Benjamins Sub-11 no Grupo Desportivo São Roque. Atualmente, exerço funções como treinador principal de Benjamins Sub-10 A e treinador-adjunto nos Juvenis do Águia Clube Desportivo.

No final da temporada 2022/2023, veio à tona a vontade de ingressar na via do ensino, não só como uma nova oportunidade de carreira, mas como um instrumento de aprofundamento de conhecimento, preparando-me

adequadamente para enfrentar os desafios que acarretam a profissão de treinador e de professor, mais especificamente como um elemento preponderante no desenvolvimento de jovens, não só a nível motor, mas nível de aquisição de princípios e valores.

Tendo isto em mente, ingressei no Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, no ano letivo de 2023/2024, numa das instituições do ensino superior mais prestigiadas do país e, tornando-se num desafio excitante e num motivo de orgulhoso de fazer parte da mesma, capacitando-me de que teria de me superar para conseguir alcançar este novo marco, o de poder atingir o grau de Mestre no Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O facto de ser um dos poucos da minha família a ser licenciado e a poder obter o grau de Mestre também é algo que acrescenta a responsabilidade de os poder deixar orgulhosos, nomeadamente os meus pais, que foram inexcedíveis e que me apoiaram incondicionalmente em todas as minhas etapas de formação, para além de me incutirem valores fundamentais, sendo eles o “espelho” de quem eu quero continuar a ser no futuro, como profissional e como ser humano.

1. Realização da Prática de Ensino Supervisionada

1.1. Ansiedade do Começo

No começo do ano letivo, tinha uma mistura de sentimentos, encontrando-me nervoso, mas também muito entusiasmado para começar esta nova etapa da minha vida, lembrando-me do sentimento que tive quando iniciei a frequência do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Aqui, passei a desempenhar o papel de professor, enfrentando os desafios que, há muitos anos, os meus professores enfrentavam quando eu era um aluno, procurando que me tornasse um ser humano íntegro, preparado para os desafios futuros como um dos adultos de amanhã, quer em nível de conhecimento, quer em valores.

A questão da ansiedade é algo que me acompanha ao longo da vida, ou seja, um sentimento de insegurança nas decisões que tomo. Primeiro, ao longo da minha licenciatura, passando pela minha experiência profissional como treinador de futebol e, para esta minha nova etapa profissional, como professor de EF.

Após os primeiros contactos com os alunos, das turmas do 7.º e 11.º anos de escolaridade, preocupava-me em manter sempre uma postura assertiva na minha apresentação e passar uma excelente primeira impressão aos alunos, fator extremamente decisivo para a minha atuação em aulas futuras.

Este relato pessoal insere-se numa realidade amplamente reconhecida na literatura científica, a transição da formação académica para a docência efetiva é uma fase crítica, intensamente marcada por sentimentos de ansiedade, dúvida, pressão e, simultaneamente, entusiasmo e esperança (Flores, 2001; Marcelo, 2009). O EP constitui, para muitos, o primeiro contacto sistemático com a complexidade do “chão da escola”, o que implica lidar com contextos imprevistos, dinâmicas interpessoais exigentes e a constante negociação entre as intenções pedagógicas e a realidade dos espaços de aula (Vieira et al. 2015).

No caso particular da EF, estes desafios assumem contornos ainda mais particulares: para além das competências pedagógicas e didáticas, o professor deve demonstrar capacidades de liderança, controlo disciplinar e gestão eficaz do tempo e do espaço – frequentemente em ambientes de ar livre, menos formais e mais imprevisíveis (Araújo, Mesquita & Hastie, 2014). Esta realidade requer uma preparação que vá para além dos conhecimentos técnicos, exigindo competências relacionais (Oliveira et al, 2020). O estagiário vê-se confrontado por isso, com a necessidade de projetar autoridade e confiança, mesmo quando internamente se debate com incertezas.

E precisamente nesta discrepância entre o “eu ideal” – o professor que gostaria de ser – e o “eu real” – o professor que é capaz de ser neste momento inicial – que a ansiedade mais se manifesta. Tal como referem Tavares, Silva e Gomes (2016), muitos professores estagiários sentem-se compelidos a construir desde cedo uma imagem de autoridade, receando que qualquer fragilidade percebida pelos alunos comprometa a sua eficácia futura. Esta pressão intensifica o peso emocional do início do estágio, tornando o simples ato de “entrar na aula” num momento carregado de significados, dúvidas e medos.

Mais do que um simples nervosismo, esta ansiedade é, muitas vezes, a expressão de um conflito identitário em processo de construção. A entrada na profissão docente obriga à ressignificação do próprio papel social, à apropriação de um novo “modo de ser”, e à aceitação de que o erro e a aprendizagem fazem parte do percurso profissional (Flores & Day, 2006). Em vez de ser um sinal de fraqueza, a ansiedade pode ser interpretada como um sinal de compromisso e de envolvimento emocional com a profissão, desde que acompanhada de uma capacidade de autorreflexão e de procura ativa por soluções.

Por outro lado, a ansiedade vivida nas primeiras semanas teve também um efeito mobilizador. O desejo de causar boa impressão, de conquistar o respeito dos alunos e de estar à altura do desafio impulsionou-me a preparar cuidadosamente cada aula, a refletir sobre cada estratégia e a escutar com atenção os feedbacks da professora orientadora, do professor cooperante e dos colegas. Nesse sentido, a ansiedade pode assumir uma função adaptativa e a promotora de desenvolvimento, desde que enquadrada num ambiente de apoio e reflexão crítica (Martins et al., 2014).

Em suma, a ansiedade no começo não foi um obstáculo a ultrapassar, mas uma parte integrante do processo de formação. Reconhecê-la, compreendê-la e dar-lhe um sentido é, porventura, um dos primeiros e mais importantes passos no caminho para me tornar, progressivamente, no professor que ambiciono ser.

1.2. Novos ares

A ESL, em que realizei o meu EP, foi inaugurada em 17 de dezembro de 1986, apesar de ter iniciado o seu funcionamento a 6 de outubro desse ano. Está numa zona urbana de Ponta Delgada (São Miguel, Açores), mais concretamente na freguesia de São Pedro, e a grande maioria dos seus alunos é proveniente de freguesias como Livramento, São Roque, Fajã de Baixo e São Pedro. É uma região com características demográficas diversas, com uma taxa de desemprego elevada, sendo de realçar o número elevado de alunos que beneficiam dos Serviços de Ação Escolar, aspeto que tem um efeito negativo na vida das várias famílias, tornando-se num fator a ter em conta, por parte da escola, na formulação das soluções às necessidades e realidades locais.



Figura 1 - Escola Secundária das Laranjeiras

A missão da escola é formar cidadãos com capacidades e competências, contribuindo para o desenvolvimento do espírito de responsabilidade, autonomia, solidariedade e profissionalismo, tendo como base uma sólida formação científica, social e pessoal, de modo a enfrentar de forma eficaz os desafios, indo ao encontro do lema da escola “Programando o futuro”.

Apresenta uma oferta formativa diversificada, ao nível do 3.º Ciclo e Secundário, PROFIJ (Programa de Formação e Integração de Jovens) de Nível II e IV, Programas Específicos de Escolarização e Formação, Ensino Especializado em Desporto, sendo também uma escola de referência, não só pelo Curso Profissional de Técnico de Desporto, que atrai alunos de diversos pontos da ilha, mas também pelo acolhimento de professores estagiários, de diversas entidades de ensino superior, ao longo dos anos.

Estes aspetos fizeram parte de uma caracterização da escola que formulei no início da minha ação e intervenção como professor estagiário. Como indica Lima (2002), a identificação das características organizacionais da escola, como alunos, projetos, recursos disponíveis, perfil do corpo docente e visão educativa, permite a um estagiário contextualizar o seu trabalho dentro de uma estrutura organizacional complexa e dinâmica.

A ESL conta com as instalações do Complexo Desportivo das Laranjeiras, entre as 08h30 e as 18h00, geridas pelos Serviços de Desporto de São Miguel.



Figura 2 - Complexo Desportivo das Laranjeiras

Estas instalações permitem, aos vários docentes de Educação Física, proporcionar um ensino de qualidade, com uma vasta variedade de matérias lecionadas, que se encontram presentes nos Programas Nacionais de Educação Física, através de instalações como: sala de Judo (12m x 12m), Pavilhão Desportivo com bancadas (40m x 20m), Piscina de Natação com água aquecida (25m), Sala de Ginástica equipada (21m x 21m), Sala de Treino Físico, Parede de Escalada, Polidesportivo ao Ar Livre, Campo de Futebol com relvado natural (100m x 64m) e uma Pista de Atletismo com 6 corredores de 400 metros.

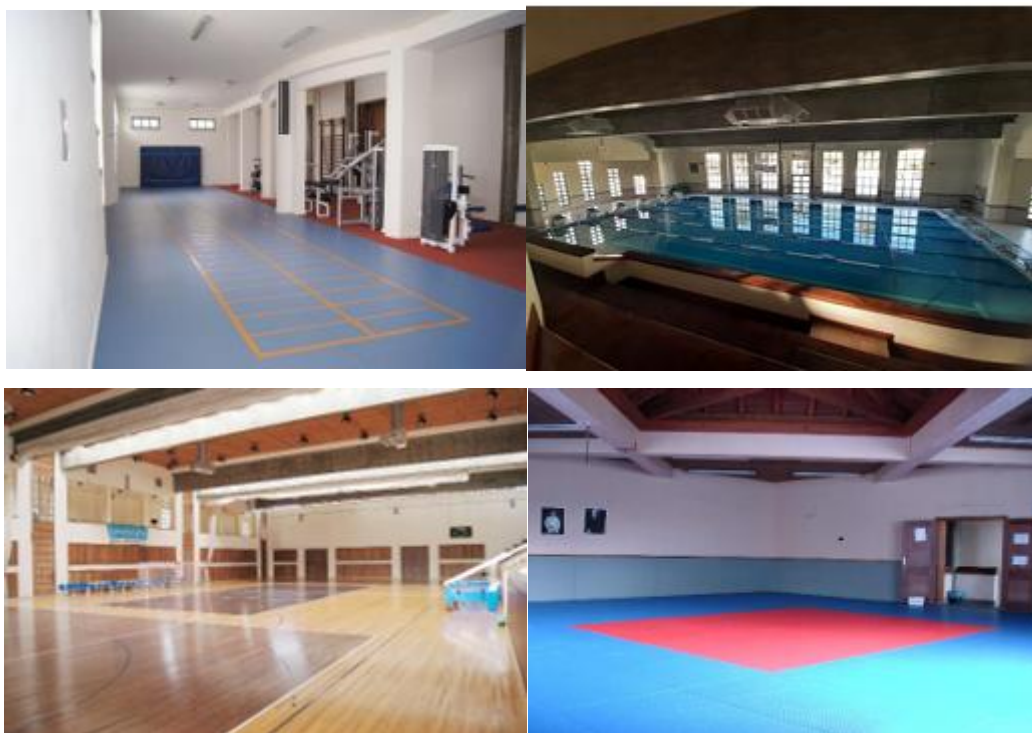




Figura 3 - Instalações do Complexo Desportivo das Laranjeiras

Conforme o Anexo 12 do Regulamento Interno, mais precisamente no Artigo 1.º (Normas de Utilização), em caso de condições atmosféricas diversas, que não permitam a realização das aulas de Educação Física na Pista de Atletismo e no Polidesportivo de Ar Livre, está prevista a utilização, em alternativa, da Sala de Treino Físico e de um terço do Pavilhão, respetivamente. Tendo tudo isto em mente, qualquer professor estagiário sente-se privilegiado por poder realizar o seu estágio e o primeiro ano de introdução nesta nova profissão num local com recursos e meios invejáveis, em comparação com outros contextos escolares da ilha, para a lecionação das várias modalidades e consequente atividade como professor.

1.3. Novas caras

1.3.1. Núcleo de Estágio e Professor Cooperante

Nesta nova jornada, que foi o estágio profissional, contei com o núcleo de estágio e com o professor cooperante, tornando-se parte do meu dia a dia e elementos essenciais na minha ação, com momentos de apoio e de orientação que se revelaram fulcrais durante todos os momentos de intervenção, junto dos alunos e de toda a restante comunidade educativa. Para além destes, contei com os restantes elementos do Departamento de Educação Física e Desporto, que, com a partilha de experiência, conhecimento e conselhos, mostraram ser uma grande ajuda na minha atuação como professor, como, por exemplo, no Projeto de Professor a Tempo Inteiro (PTI), que irei abordar mais à frente no presente relatório.

O PC revela-se como um ator importante no processo de formação, não sendo apenas um modelo pedagógico para nós, professores estagiários, mas também uma ponte de ligação entre o conhecimento académico e o conhecimento da prática. A sua atuação não é algo que possa ser unicamente direcionada para uma supervisão técnica e verificação do cumprimento das nossas tarefas, mas também para a construção da minha identidade e autonomia profissional. Para Alarcão (2009), o PC deve criar condições para que o estagiário pense nas decisões que tomou, refletindo com embasamento crítico, ou seja, orientando intencionalmente para o desenvolvimento da capacidade reflexiva.

A identidade dos professores em início de carreira é influenciada pelo que está ao seu redor, mais concretamente, pelos contextos onde atuamos e pelas relações que estabelecemos com outros profissionais (Flores & Day, 2006). O núcleo de estágio insere-se nesta dinâmica, pois o contexto de trabalho cooperativo foi um meio de construção da minha identidade como professor, pela partilha de conhecimento e de experiências, dos vários momentos de atuação nos vários contextos em que nos encontrávamos.

Para além de tudo isto, tínhamos uma sala à nossa disposição, com manuais de EF ao nosso dispor e livros diversos sobre outras modalidades, que se tornaram auxiliares fundamentais na formulação de diversos documentos de planeamento, como o Modelo de Estrutura de Conhecimento (MEC) de cada modalidade abordada ou os diversos planos de aula, para além de ser um local de partilha de conhecimento, quer no convívio do dia-a-dia, quer nas diversas reuniões que tivemos com o nosso professor cooperante.

Olhando em perspetiva, contribuíram positivamente para o ganho de competências, de repertório motor de ensino como professor, mas poderia ter aproveitado muito mais estas ferramentas, a escola, bem como os meios à disposição para o desenvolvimento das diversas ferramentas de planeamento. Poderia ter recorrido mais a estas, nos vários momentos em que a incerteza e a ansiedade me afetaram, em vários momentos do meu percurso, guiando-me no caminho a traçar nas várias tomadas de decisão a ter, bem como nos diversos documentos de suporte ao planeamento, o que empobreceu o meu processo de estágio.

1.3.2. Turmas Residentes

Na primeira reunião que tivemos com o nosso professor cooperante, de introdução e início da nossa intervenção e atuação como professores estagiários, foi definida a caracterização das turmas onde lecionaríamos, para termos um conhecimento mais aprofundado das mesmas, para basearmos as nossas tomadas de decisão, para além de guiar o comprometimento com a prática docente.

Em primeiro lugar, eu e os meus colegas estagiários consultamos os processos dos alunos, para termos um conhecimento prévio dos mesmos, nomeadamente do perfil de aluno, classificações prévias na disciplina de EF, registo de ocorrências e possíveis problemas de saúde ou adaptações curriculares.

De acordo com o trabalho de Gomes, Queirós e Batista (2019), destaca-se que o envolvimento emocional dos estagiários com o contexto em que nos encontramos inseridos potencia a autoconfiança e a motivação, aumentando o sentido de pertença e o comprometimento com a profissão de professor. Além disso, Barros (2018), a familiaridade com a realidade da turma para construir a sua identidade profissional, realçando possíveis ansiedades iniciais e necessidade de apoio.

Dauanny (2019), defende que o estágio é um espaço de produção de conhecimento docente, onde o contexto escolar, como a dinâmica da turma, se torna objeto de estudo e reflexão crítica.

A caracterização de turma é importante como base para as decisões pedagógicas conscientes e ajustadas à realidade dos alunos, conforme é relatado no relatório de estágio pedagógico de Machado (2021).

Tendo isto em mente, para além da consulta dos processos dos alunos, também aplicamos um questionário de caracterização do aluno, formulado pelo núcleo de estágio, a cada uma das nossas turmas, com intuito de aprofundar o nosso conhecimento das mesmas, para além de servir de base para deteção de alguma deficiência, como por exemplo do consumo do pequeno-almoço e que serviram de base para o planeamento e operacionalização do II Pequeno-Almoço Saudável, que irei abordar mais à frente.

Focando nas turmas propriamente ditas, a turma do 7.º ano, do 3.º Ciclo do Ensino Básico, na sua grande maioria, era constituída por alunos empenhados e com um bom comportamento e empenho, mas destaco algumas exceções à regra, em que se notaram comportamentos desviantes, que prejudicaram, por várias vezes, o bom funcionamento das aulas.

Isto tornou-se num dos obstáculos, enquanto professor estagiário, e o trabalho de Santos et al. (2018) aborda esse aspeto, pois a dificuldade em manter o controlo da turma em espaços abertos, sendo isto alimentado pela perceção de a EF ser uma disciplina meramente “prática”, o que pode levar a um enfraquecimento do reconhecimento da figura do professor como autoridade formativa.

Outro aspeto relevante a mencionar é o da autoeficácia, em que a mesma, no contexto da docência, emerge como variável fulcral para enfrentar situações de comportamento desafiante, em que professores mais confiantes tendem a adotar práticas mais harmoniosas e ajustadas (Fernandes et. al, 2019), algo com que me identifiquei, olhando para todo o processo de ensino-aprendizagem ao longo do ano letivo.

Ao longo das várias aulas, esta foi uma das lacunas que evidenciei e procurei colmatar, no decurso das várias aulas, mas creio que não fui bem-sucedido na mesma, em que isto foi prejudicial, principalmente para os alunos que procuravam cumprir com os objetivos delineados para a aula e cimentar as aprendizagens dos vários conteúdos lecionados. Apesar disto, também ocorreram momentos em que as aulas potenciaram a aprendizagem de novas competências e o interesse foi notório, o que me deixou satisfeito com o trabalho desenvolvido.

Focando na outra turma residente, a mesma era do 11.º ano do Ensino Profissional, mais concretamente do Curso de Técnico de Desporto. Após a consulta aos processos dos alunos e uma abordagem inicial junto dos mesmos, nas primeiras aulas, percebi que era uma turma em que havia um número considerável de praticantes de desporto federado. Contudo, havia muitos conflitos entre vários elementos, e alguns alunos não mostravam o empenho e interesse adequados em alguns dos módulos lecionados e conteúdos inerentes aos mesmos.

Apesar de tudo isto, este aspeto não era norma, e muitos dos alunos mostravam um interesse e empenho, o que aumenta a motivação de um professor, nomeadamente de um estagiário em processo de introdução nesta nova profissão, para além de respeito, que pode ser uma dificuldade nesta fase inicial.

1.3.3. Turma-piloto

De acordo com o artigo 192.º do Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, o professor estagiário desenvolve os seus trabalhos referentes às turmas que lhe foram atribuídas em regime de atividade docente supervisionada pelo orientador cooperante e participa, ainda, em todas as tarefas que estejam atribuídas ao orientador cooperante, referentes a uma turma que este leccione, ou noutras, em que o orientador cooperante possa colaborar e participar.

Entrando neste último ponto, em conjunto com o meu colega João Ferreira, lecionamos em uma turma do 8.º ano do 3.º Ciclo do Ensino Básico, sob a responsabilidade do nosso PC.

Nesta turma, tínhamos a liberdade, dada pelo PC, de testar novas abordagens e estratégias de lecionação de vários conteúdos, nas várias aulas, tendo em conta que a grande maioria destes coincidiam com os que abordávamos nas nossas turmas do 7.º ano, para além de autonomia no controlo das aulas, enquanto o PC observava a nossa atuação e depois, em conjunto, refletíamos sobre a mesma, para além de possíveis soluções de melhoria para alguns a melhorar detetados nas aulas.

Olhando em retrospectiva, nos vários momentos em que fui o responsável pela lecionação das aulas, poderia ter aproveitado mais esta ferramenta de aprendizagem, ao longo do ano de estágio, mais concretamente, com uma preocupação excessiva de que fazer tudo corretamente e “olhar excessivamente” para o PC, o que prejudicava a noção de quem é que tinha a autoridade e o controlo da aula, para além de aprofundar o meu conhecimento em algumas das disciplinas em que possuía maiores lacunas, como por exemplo, na ginástica e na natação, o que enriqueceria o meu repertório de ensino das mesmas para o futuro.

2. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem

Conforme o Regulamento da Unidade Curricular do EP, no Mestrado de Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade do Porto, mais concretamente o Artigo 4.º, baseados no Perfil Geral do Desempenho do Educador e do Professor (Decreto-Lei n.º 240/2001 de 17 de agosto), o EP está organizado em três áreas de intervenção: organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem; Participação na Escola/Agrupamento de Escolas e Relação com a Comunidade e Desenvolvimento Profissional.

Na área de Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem, segundo o ponto 7 do artigo 4.º, estamos responsáveis pela realização das diversas tarefas de planificação, realização e avaliação inerentes, no meu caso em específico, de uma turma do 7.º ano do 3.º Ciclo do Ensino Básico e uma turma do 11.º ano do Curso Profissional de Técnico de Desporto, bem como de uma turma-piloto, em conjunto com um dos meus colegas, da responsabilidade do professor cooperante.

O início da profissão é marcado por uma ansiedade criada pelo desconhecido e pelo contraste entre o que estávamos à espera e a realidade, nomeadamente, dificuldades no quotidiano, mas, em simultâneo, pela necessidade de estabelecer uma relação de identidade profissional com os nossos alunos (Olson e Osborne, citados por Alarcão e Roldão, 2014).

As dificuldades sentidas no início da profissão podem ser categorizadas em quatro dimensões, em que uma delas se centra na componente científica e pedagógica (gestão do ensino, problemas de indisciplina e desmotivação, diferenciação de ritmos de aprendizagem, relacionamento com os alunos, avaliação).

Os professores têm diversos dilemas a gerir no exercício da sua profissão, podendo ser agrupados em três tipos (Simões, 2008): relacionados com o ato do controlo educativo (tomada de opções como, por exemplo, abordagem centrada no aluno ou no professor), emergentes da gestão curricular (valorizar conhecimento quotidiano ou impor uma cultura de escola, aprendizagem ao ritmo dos alunos ou seleções exteriores, adotar avaliação não convencional ou quantificar o produto final) e socioculturais (confronto de várias culturas dos diversos intervenientes no processo do ensino).

2.1. Planeamento

Ao longo de todo o ano letivo, tive a responsabilidade de elaborar diversos documentos de planeamento das várias aulas e da minha intervenção, garantindo uma lecionação eficaz e de acordo com o que estava delineado no DOG do DEF.

Segundo Inácio et al. (2014), o planeamento é uma prática indispensável para os professores estagiários, mas também desafiante, pois exige competências de análise, previsão, organização e capacidade de adaptação a contextos educativos concretos. A articulação entre a teoria, os currículos e a realidade concreta constitui um grande desafio de quem planeia pela primeira vez.

Tendo isto em mente, dentro do Planeamento, elaborei os seguintes documentos: Agenda de Estágio, Planeamento Anual (PA), MEC, com base no modelo apresentado por Vickers, Unidades Didáticas e os respetivos Planos das várias aulas lecionadas.

A Agenda de Estágio e o Planeamento Anual auxiliavam na contextualização das diversas atividades que iria desenvolver e dinamizar ao longo de todo o ano letivo, dando-me um “norte” e permitindo uma organização adequada das mesmas.

Passando para as UD e os MEC, tive dificuldades ao longo de todo o ano letivo na sua formulação, quer ao nível de adequação de conteúdos e de tomadas de decisão, quer na gestão do tempo e das tarefas a desenvolver, o que me prejudicou no meu processo e levou ao desenvolvimento e à entrega tardios do PC. Contudo, estes documentos foram basilares para me situar e entender a sua importância no planeamento, mais concretamente na cimentação e estruturação de tudo o que iria abordar nas várias aulas das turmas residentes, tornando-se uma ferramenta de importância incomparável para o ensino dos diversos conteúdos.

Passando para os Planos de Aula, também tive dificuldades no delineamento dos mesmos, nomeadamente com a seleção adequada de objetivos, tempo disponível, entre outros fatores. Isto vai ao encontro do que é corroborado por Orge, Sandes e Oliveira (2023), que mencionam variáveis contextuais que interferem significativamente com o planeamento, como tempo

disponível, os recursos existentes, as características da turma e mecanismos de avaliação. Isto obriga os professores estagiários a lidar com as mesmas com uma postura de análise, replaneamento e ajustamento.

Concluindo, olhando para tudo o que foi mencionado nos parágrafos anteriores e tudo o que desenvolvi, consegui compreender a importância dos diversos instrumentos de planeamento e como os mesmos sustentam todas as tomadas de decisão, no que concerne à operacionalização e leccionamento dos conteúdos delineados.

2.2. Avaliação

Como PE, devo entender que a avaliação não pode ser definida como uma mera atribuição de um valor, mas como uma ferramenta que orienta a aprendizagem do aluno, promovendo o desenvolvimento integral dos nossos alunos.

Conforme Ferreira (2015), na formação inicial dos professores, a avaliação ganha uma função formativa, pois envolverá o diagnóstico de dificuldades, o ajustamento da intervenção pedagógica e o auxílio ao estagiário a ultrapassar os obstáculos inerentes ao percurso formativo.

Tendo isto em mente, o PC ganha um papel fulcral, pois, em contexto de estágio, como supervisor, procura práticas de avaliação como a clarificação de critérios de avaliação, a utilização de múltiplos instrumentos de recolha de dados e o feedback contínuo ao estagiário (Ferreira & Bastos, 2017).

Isto foi algo inerente ao meu processo de estágio, em que, por ser a primeira vez que estava responsável pela avaliação dos meus alunos, o papel do PC foi importante para clarificar diversos aspetos referentes à mesma, para que cumprisse, principalmente, com as normas do Departamento.

Ao longo do ano letivo, foram três as modalidades de avaliação utilizadas, mais especificamente, a avaliação inicial (AI) (diagnóstica (AD) e prognóstica (AP)), formativa e sumativa, que irei abordar aprofundadamente nos pontos a seguir, nomeadamente com a minha atuação com as mesmas e as principais dificuldades que enfrentei na sua realização.

2.2.1. Avaliação Inicial

Para a identificação de conhecimentos prévios, competências e dificuldades dos alunos, é necessária a realização de uma avaliação diagnóstica, que ocorre no início de um processo de ensino ou de uma nova unidade didática.

Black e Wiliam (1998) evidenciam que as avaliações aplicadas no início ou ao longo de uma unidade de ensino funcionam como um mecanismo de regulação, possibilitando ao professor adaptar tarefas e estratégias de ensino. Na EF, isto pode envolver testes de aptidão física, questionários sobre experiências desportivas anteriores ou a observação do nível de coordenação motora e de habilidades. As informações recolhidas são cruciais para que o professor possa planejar as suas aulas de forma mais adequada e personalizada, atendendo às necessidades específicas de cada aluno.

Por outro lado, a AP distingue-se pelo carácter preditivo, pois procura prever o potencial de desempenho do aluno ou a probabilidade de sucesso em determinada atividade ou conteúdo. Haywood e Getchell (2014), ao abordarem o desenvolvimento motor, sugerem a importância de se prever a evolução de competências a partir de indicadores iniciais. Na Educação Física isto manifesta-se na identificação de alunos com maior potencial para determinadas modalidades desportivas, ou na previsão de desafios que um aluno pode enfrentar, na abordagem de uma nova técnica ou modalidade, para antecipar cenários para um planeamento eficaz, bem como no desenvolvimento de estratégias de apoio.

Ao longo de todo o ano letivo, no início da lecionação das modalidades na disciplina de EF, recorri ao Protocolo de AI usado pelo DEF para a realização da avaliação inicial (diagnóstica), efetuando, com os dados obtidos, uma avaliação prognóstica do nível que o aluno poderia atingir na UD.

Considerando o que foi apresentado e transpondo para a minha intervenção, ou seja, na operacionalização desta modalidade de avaliação, nas primeiras vezes em que realizei a avaliação inicial tive dificuldades no domínio dos critérios e, muitas vezes, preocupava-me demasiado em averiguar os critérios presentes nos protocolos e, por consequência, poderia ter perdido algum detalhe importante na execução dos alunos, o que levaria a que não atribuísse o nível adequado ao aluno no momento.

Essa era uma questão que me deixava inquietante em todas as ocasiões em que a realizei, pois ficava sempre a questionar-me se tinha atribuído a classificação adequada, para situar as tomadas de decisão mais adequadas à informação recolhida nesta avaliação.

Com o passar do tempo, consegui adaptar-me a este modelo de avaliação e, principalmente, consegui dominar os vários critérios do protocolo de avaliação inicial, que também creio que advieram do domínio dos vários conteúdos relacionados com as várias modalidades (individuais e coletivas) delineadas e lecionadas ao longo de todo o ano letivo. Isto é fez com que tivesse maior segurança nestes momentos de avaliação, o que pode ter levado a registos mais fidedignos, ou seja, mais condizentes com a realidade e colocando o aluno no nível mais adequado à capacidade demonstrada, podendo assim prognosticar com maior exatidão o nível que poderiam alcançar no final de cada UD.

Concluindo, com o aprofundamento do conhecimento da matéria, e melhorando a observação ao longo das várias aulas que lecionei, a minha compreensão e aplicação do Protocolo de Avaliação Inicial melhoraram, mas ainda houve momentos em que ficava na incerteza se tinha atribuído o nível mais adequado e, conseqüentemente, prognosticar o nível a alcançar, de acordo com a aptidão demonstrada, e isto foi algo que procurei solucionar com o decorrer do ano letivo, mais concretamente, na procura de dominar os critérios de êxitos e conteúdos de cada modalidade delineada, de acordo com o PA e com embasamento nas AE e no DOG do Departamento de Educação Física e Desporto.

2.2.2. Avaliação Formativa

No acompanhamento de todo o processo de ensino e aprendizagem, a avaliação formativa (AF) é um procedimento contínuo e interativo, que ocorre durante todo o processo. O seu objetivo fundamental é dar feedback aos alunos e ao professor, permitindo ajustes e redireccionamentos na trajetória de aprendizagem.

Segundo Perrenoud (1999), a AF visa principalmente regular as aprendizagens em curso, ou seja, traduz-se em observações, durante a execução de movimentos, correção de posturas, feedback verbal imediato sobre uma determinada técnica ou participação em atividades de grupo. O objetivo,

contextualizado na EF, é aperfeiçoar o desempenho, superar dificuldades e consolidar aprendizagens à medida que elas acontecem, não tendo um carácter classificativo.

Este método de avaliação foi extremamente importante, pois era o que me permitia acompanhar a evolução dos alunos, ao longo das várias aulas, o que ocorria ao averiguar a execução e compreensão dos vários conteúdos abordados nas aulas e, tendo isto em mente, adequar as estratégias que selecionei, para conduzir o aluno ao sucesso na disciplina de EF, respeitando o seu nível e ritmo de aprendizagem, o que é fundamental.

Nas várias aulas, o questionamento era uma ferramenta utilizada, mas creio que, olhando para tudo o que aconteceu, poderia ter sido utilizado com maior frequência, reforçando a relação de professor-aluno e guiando o aluno no seu processo de aprendizagem e, consequentemente, no sucesso.

Outro aspeto relevante, e refletindo sobre a minha atuação e intervenção como professor, poderia ter utilizado outras estratégias na avaliação formativa, procurando guiar os alunos adequadamente, como registos fotográficos ou em vídeo (com necessária autorização dos encarregados de educação), coavaliação em pares, recorrer mais a um questionamento orientado, variando assim as ferramentas utilizadas na AF, enriquecendo este momento de avaliação, que é extremamente importante, pois é aqui que é possível acompanhar a evolução e obter dados que poderão ser utilizados numa AS, para sustentar a classificação atribuída.

Portanto, em suma, a AF foi um instrumento importante para acompanhar a evolução dos alunos e recolher dados importantes para a aferição da sua avaliação, no final da UD. No entanto, poderia ter adotado outras estratégias que pudessem conduzir o aluno àquilo que era pretendido, variando as mesmas e proporcionando novos estímulos e experiências, no caminho para o sucesso na UD lecionada no momento, enriquecendo a sua aprendizagem.

2.2.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa (AS), também conhecida como avaliação final ou classificatória, ocorre no final de um período de ensino, UD ou de um ciclo de aprendizagem, em que se verificará o grau de aprendizagem alcançado pelos alunos em relação aos objetivos propostos e, consequentemente, a atribuição

de um juízo de valor ou nota. Bloom, Hastings e Madaus (1971) destacam a AS como um meio de verificar a concretização dos objetivos. A EF pode envolver a aplicação de testes práticos de competências motoras, provas teóricas sobre regras, avaliação de participação e evolução num projeto ou observação final do desempenho numa atividade desportiva, com o foco na mensuração final da aprendizagem e na certificação.

AAS de cada UD delineada e planeada, quer para a turma do 7.º ano do 3.º ciclo, quer para a turma do 11.º ano do EP, era baseada no anexo I do DOG do DEF, por via de uma avaliação em relação a critérios delineados para cada nível (Introdutório, Elementar e Avançado), sendo esta uma base para a formulação das diversas grelhas de avaliação, das diversas UD lecionadas, adaptando os critérios aos conteúdos lecionados, para que a avaliação incidisse sobre o que foi lecionado nas várias aulas.

Nas aulas destinadas à AS, uma preocupação que tinha no seu planeamento relacionava-se com os exercícios e estratégias escolhidos, ou seja, se eram os mais adequados para poder averiguar se os alunos demonstravam, com sucesso ou não, os critérios delineados em cada uma das grelhas de avaliação utilizadas. Em algumas das ocasiões, mais concretamente nas primeiras vezes em que realizei a AS, não foram as mais corretas, pois as aulas tornaram-se monótonas, o que levou a refletir sobre isto e a melhorar o que retive das aulas.

A preocupação em recolher os dados para aferir a avaliação poderia cair na tendência de tornar as aulas muito monótonas, o que prejudicava o empenho dos alunos e, conseqüentemente, a consolidação das aprendizagens. Nas avaliações, procurei melhorar a leção das aulas destinadas à mesma, mas ainda fiquei com a impressão de que não superei completamente esta lacuna.

Um aspeto marcante no meu ano de estágio, no que concerne à avaliação, ocorreu no final do segundo semestre, em que foi pedida a revisão da nota de EF de um dos alunos da turma do 7.º ano. Isto foi algo que me afetou um pouco. Quando aconteceu, no final da minha atuação como docente na escola e em que sentia uma extrema ansiedade, me afetou no momento, criando sentimentos de incapacidade e de querer desistir de tudo, aliando a outros fatores que ocorriam no momento. No entanto, contei com um enorme apoio do PC, que fez com que compreendesse aquilo que não fiz corretamente e que me

tranquilizou sobre a situação, tal como a DT. Compreendi que deveria ter tido em atenção o que estava descrito no DOG, e que isto era algo que deveria ter refletido com mais cuidado e tempo, ou ter recorrido ao PC para esclarecer este aspeto e, assim, ter evitado esta situação.

No fim, após reflexão, admiti o meu erro e aceitei a alteração, para além de sugerir a alteração da avaliação de nota a mais dois alunos, procurando manter a coerência.

Em suma, agora encaro este momento como uma nova aprendizagem, pois, como o PC e a DT deixaram claro, não seria ou serei o primeiro ou o último professor a ter uma das suas avaliações como alvo de revisão e que, no futuro, quando efetuar uma nova avaliação e atribuir classificações, terei de ter atenção às mesmas e refletir com um maior cuidado, refletindo o que realmente se passou. Para além disso, revelei algumas lacunas na operacionalização das aulas de AS, em que muitas se tornavam monótonas, o que prejudicou a recolha de dados e, consequentemente, a consolidação e demonstração das aprendizagens adquiridas, algo que procurei superar nos momentos subsequentes, mas que sei nem sempre com sucesso.

2.3. Projeto Professor a Tempo Inteiro (PTI)

Justificação do Projeto

A prática docente na área da Educação Física e do Desporto exige não apenas um conhecimento teórico e técnico, mas também uma capacidade de adaptação e gestão eficaz do tempo e das turmas. Tendo isto em conta, o projeto “Professor a Tempo Inteiro (PTI)” visa proporcionar aos professores estagiários uma experiência intensiva de lecionação, durante uma semana, assumindo um horário completo de 22 segmentos semanais, incluindo não apenas as turmas residentes, mas também turmas de outros colegas de departamento.

Este projeto justifica-se pela necessidade de compreender os vários desafios inerentes à carga horária semanal e ao contacto com diferentes perfis de alunos. Isto permite desenvolver competências essenciais, como a gestão do tempo, a diversificação das metodologias de ensino e a adaptação a distintos contextos pedagógicos. Além disso, possibilita uma troca de experiências e estratégias com outros docentes do DEF, promovendo um ambiente de cooperação e melhoria contínua (Silva & Matos, 2019; Pereira et al., 2021).

Outro fator relevante a mencionar é que este contacto com diferentes turmas dará a oportunidade de avaliar a minha eficácia em grupos distintos, contribuindo para a inovação e dinamização das práticas educativas (Costa & Almeida, 2020).

Por fim, o projeto PTI buscou reforçar a valorização do professor enquanto profissional capaz de atuar de forma flexível e eficaz em diferentes contextos. Ao enfrentar os desafios de um horário intensivo e diversificado, o docente desenvolve resiliência, autonomia e um olhar mais amplo sobre o seu papel na escola, o que se traduz em benefícios diretos para a qualidade do ensino (Fernandes & Lopes, 2018; Martins, 2022).

Tendo tudo isto em conta, creio que constituiu uma estratégia essencial para o fortalecimento da minha prática pedagógica, testando a minha capacidade de lidar com diversos contextos e de conseguir adequar as estratégias aos mesmos, o que contribuirá positivamente para o meu processo de inserção na carreira docente, que está a começar neste ano letivo.

Reflexão

Em primeiro lugar, de forma geral, foi uma experiência enriquecedora para mim, enquanto docente que está a começar a sua inserção na carreira de professor e enfrentar um projeto destes, em que me deparei com uma realidade que poderá ser a minha no futuro, e enfrentar os diferentes desafios que a mesma acarreta e procura formar de os superar foi importante, ainda mais com o lidar de realidades distintas das que estou acostumado, com destaque para o DOV A, em que os alunos possuem um nível cognitivo e motor é reduzido, equiparados a alunos do 1.º ciclo.

No planeamento e organização, houve sempre alguma dúvida se os conteúdos delineados, e respetivas situações de aprendizagem, para cada uma das aulas eram adequados para cada turma, mas no final se revelaram certos pois permitiram que cumprisse com os objetivos. Para além do mais, não houve grande entraves na gestão do tempo útil da aula.

A experiência de lecionar a tempo inteiro foi enriquecedora e o desafio de gerir o desgaste físico e mental que a mesma poderia causar, ao longo da semana, deu-me a possibilidade de ganhar mecanismos de resiliência, com o intuito de manter a motivação e o dinamismo das aulas. Em cada uma das aulas,

procurei sempre manter-me “ligado”, ou seja, focado em todas as tarefas que os alunos realizavam.

A interação com os alunos, nos diversos contextos, foi positiva, apesar do nervosismo inicial de estar em contacto com turmas a que não estou acostumado. Os alunos estiveram empenhados e recetivos em todas as situações de aprendizagem, proporcionando um ambiente propício à aprendizagem, permitindo-me que não me preocupassem tanto em gerir os comportamentos dos mesmos e estivessem concentrados na tarefa.

As principais dificuldades que poderiam ter ocorrido, nas várias aulas, relacionavam-se com o domínio dos critérios de êxito de algumas das modalidades, nomeadamente do Andebol e da Ginástica Acrobática, o que não se sucedeu com o Futebol, que domino e do qual sou treinador. Creio que estive bem, mas há espaço para melhorias nesta área.

Os momentos de partilha de conhecimentos e de balanço das aulas com os docentes das turmas também foi enriquecedora, pois a troca de ideias é algo sempre importante, pois são momentos de aprendizagem e os seus pontos de vista, relativamente a tudo o que aconteceu em cada uma das aulas pode levar a que reflita sobre as diversas estratégias que utilizei e nos diversos a ter em conta quando leciona uma aula de EF.

Concluindo, foi uma semana diferente do habitual e muito importante para o meu crescimento enquanto PE, com novos perfis de alunos e contextos distintos vivenciados e a procurar de superar os desafios que cada um deles impunha, fez com que tivesse de adotar estratégias e alguns métodos de ensino diferente do que habitualmente utilizo, o que enriquece o meu repertório de ensino e me dará um bagagem importante, caso tenha um horário completo de 22 segmentos semanais, bem como lidar com várias turmas e perfis distintos de alunos no dia-a-dia da profissão.

2.4. Projeto 2.º Ciclo

Justificação do Projeto

O projeto intitulado "Projeto 2.º Ciclo" surgiu no âmbito de proporcionar uma nova experiência e desafio neste meu ano de estágio, que consistiu em lecionar aulas de Educação Física a uma turma do 2.º Ciclo, mais

especificamente uma turma do 5.º ano, um contexto distinto ao que habitual, conciliando com as minhas aulas na Escola Secundária das Laranjeiras.

Este projeto está previsto no Regulamento do EP da FADEUP, pois este mestrado nos habilita a dar aulas ao 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico, e este projeto enquadra-se nesta perspetiva.

Esta experiência permitiu uma abordagem pedagógica coerente e integrada com o ciclo em questão (2.º Ciclo), em que o grau de complexidade dos conteúdos é completamente diferente, pois muitos dos alunos irão experienciar, nas aulas de EF, a introdução de diversas modalidades, já que, em muitos casos, tal não ocorreu no 1.º Ciclo, onde os conteúdos abordados se focam nas Perícias e Manipulações, Deslocamentos, Equilíbrios e Jogos, conforme disposto nas Aprendizagens Essenciais de Educação Física do 1.º ao 4.º ano de escolaridade.

O projeto contribuiu para o enriquecimento do meu repertório de ensino, por via da partilha de conhecimento e de experiências com o professor de EF responsável da turma, o professor José Guilherme Calado, no que concerne às estratégias adequadas de lecionação ao escalão etário em questão, em relação à organização da aula, à gestão da turma e à adaptação da minha intervenção para garantir a compreensão dos alunos relativamente às tarefas propostas (Martins & Lopes, 2017; Almeida & Santos, 2020).

Outro aspeto relevante a mencionar é que me deu a oportunidade de avaliar a eficácia das estratégias escolhidas junto dos alunos de uma faixa etária distinta da que normalmente lido no meu contexto de estágio pedagógico, ou seja, com turmas do 3.º Ciclo do Ensino Básico e Ensino Profissional. Isto servirá de reflexão crítica sobre as mesmas, um processo contínuo e essencial na profissão docente, particularmente durante o primeiro ano de introdução à carreira (Costa & Ferreira, 2021; Oliveira et al., 2018).

A oportunidade de lecionar numa turma do 2.º Ciclo do Ensino Básico foi algo que se revelou enriquecedor para mim, como docente no início de carreira, em que enfrentei um contexto diferente do que estou inserido neste meu ano letivo de estágio, enfrentando os desafios inerentes e procurar forma de os superar, ainda mais numa faixa etária mais nova, em que muitos deles, neste ano de escolaridade, irão ter a introdução a várias modalidades desportivas.

No planeamento e organização, houve sempre alguma dúvida de como conseguir manter os alunos empenhados e focados na tarefa, ainda mais numa modalidade como a Patinagem, bem como das situações de aprendizagem selecionadas, ou seja, se as mesmas iriam potenciar o cumprimento dos vários critérios de êxito delineados para cada conteúdo.

Na primeira aula, tive dificuldades em focar-me na emissão de feedback e no controlo das situações de aprendizagem, muito por me perder e estar demasiado focado nos patins dos alunos, pois muitos deles estavam constantemente a sair e foi algo que me foquei em melhorar nas aulas subsequentes, apesar de os alunos se manterem em prática.

Nas aulas subsequentes, procurei adotar estratégias de potenciar o meu envolvimento nas situações de aprendizagem, ou seja, focar-me mais naquilo que os alunos estavam a executar e emitir, se necessário, feedbacks de correção, levando-os a compreender o que deveriam melhorar para ir ao encontro dos objetivos. As mesmas ficaram marcadas por um bom tempo útil de prática e com uma evolução na aquisição e compreensão das diversas habilidades motoras.

A interação com os alunos, nos diversos contextos, foi positiva, pois é uma faixa etária com que tenho experiência a lidar, pelos vários anos como treinador principal de futebol em equipas de Benjamins (jogadores de 9 e 10 anos). Os alunos estiveram empenhados e recetivos em todas as situações de aprendizagem, o que fez com que não me preocupasse tanto em gerir possíveis comportamentos desviantes.

As principais dificuldades que poderiam ter ocorrido, nas várias aulas, relacionavam-se com o domínio dos critérios de êxito das diversas habilidades motoras de Patinagem, por ser a primeira vez que abordava, enquanto professor, a mesma. Creio que, para a primeira vez a lecionar este conteúdo, consegui dominar os mesmos, mas houve momentos nas aulas em que deveria referi-los com maior regularidade, algo que levo desta experiência e que irei procurar melhorar nas próximas aulas.

Os momentos de partilha de conhecimentos e de balanço das aulas com o professor José Guilherme, o docente titular da turma, foram enriquecedores, pois possui uma vasta experiência e conhecimento na leção de Educação Física nestas faixas etárias, sendo momentos em que refletimos sobre as

estratégias utilizadas e diversos aspetos a ter em conta nas aulas de Educação Física neste ciclo de ensino.

Concluindo, foram duas semanas muito importantes para o meu desenvolvimento enquanto professor estagiário, num contexto distinto e serviram para enriquecer o meu repertório de ensino, bem como a inserção numa potencial realidade profissional no futuro. A abordagem de uma modalidade que nunca tinha lecionado até ao momento deu-me uma bagagem importante e uma compreensão das estratégias mais adequadas no ensino da mesma.

3. Área 2 – Participação na Escola e Relações com a Comunidade

Esta parte do meu processo de estágio engloba todas as atividades não letivas, realizadas por mim e em conjunto com os meus colegas de núcleo de estágio, ao longo do presente ano letivo, quer ao nível da DT, como ao nível das Atividades Desportivas Escolares.

De acordo com o artigo 192.º do Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, de 26 de junho, no âmbito da atividade docente supervisionada, o professor estagiário deve participar em todas as reuniões do conselho de turma e dos restantes órgãos da unidade orgânica, o que aconteceu com a minha inclusão no processo de assessoria da DT do 7.º, turma do 3.º ciclo do Ensino Básico em que lecionei, tendo a docente responsável a seu cargo várias tarefas, regulamentadas no artigo 7.º do Decreto Regulamentar n.º 10/99 de 21 de julho, em que é responsável pela coordenação das atividades do conselho de turma, e compete-lhe: assegurar a articulação entre os professores da turma e com os alunos, pais e encarregados de educação; promover comunicação e forma de trabalho cooperativo entre os professores e alunos; coordenar a adequação de atividades, conteúdos, estratégias e métodos de trabalho à situação do grupo e especificidade de cada aluno; articular atividades de turma com os pais e encarregados de educação; coordenar o processo de avaliação dos alunos e apresentar à direção executiva um relatório crítico e anual de todo o trabalho desenvolvido. Para além de presenciar todas estas tarefas e adquirir conhecimentos e competências relativamente a elas, também estive a cargo da organização e do planeamento de atividades como o “II Pequeno Almoço Saudável” e a “I Feira do Desporto”, inserida na “Semana da Educação Física”.

Tal como referido, para além da direção de turma, estive envolvido, tal como os meus restantes colegas de núcleo de estágio, nas Atividades Desportivas Escolares (ADE), sendo que o Desporto Escolar, a nível Regional, está regulamentado pelo Decreto Legislativo Regional n.º 19/2023/A, capítulo VI, artigo 109.º a 113.º e no capítulo VIII, secção III, artigos 120.º e 121.º. Destaco os artigos 110.º, que indica que o desporto escolar desenvolve-se em quatro níveis: atividades desportivas escolares (primeiro nível), jogos desportivos escolares (segundo nível), atividades físicas e desportivas com ou sem enquadramento federado (terceiro nível) e participação nas atividades de desporto escolar nacional e internacional.

Focando na minha intervenção propriamente dita, ela situou-se nos dois primeiros níveis, em que no primeiro, juntamente com os restantes elementos do grupo das Atividades Desportivas Escolares, organizamos vários torneios, como o Tribol (Voleibol, Basquetebol e Futsal), Torneio de Raquetas (Badminton e Ténis de Mesa), o V Cross Running e as Fases de Escola do Mega Sprinter e Mega Salto, para além de representar a escola nas Fases de Ilha do Mega Sprinter, Mega Salto e Corta-Mato; no segundo nível, representei, tal como os meus restantes colegas de estágio, a Escola Secundária das Laranjeiras nas Fases de Ilha e Regional dos Jogos Desportivos Escolares (JDE) de Futsal Secundário e de Voleibol do Secundário.

Tudo isto proporcionou um leque diversificado de experiências, dentro das ADE e dos JDE, contribuindo para um entendimento pleno de tudo o que está por detrás, bem como da sua importância na educação dos alunos, principalmente na transmissão de valores fundamentais para a sua formação como os “homens” e “mulheres” de amanhã, contribuindo para uma educação plena, não só apenas baseada na aquisição de competências de natureza motora.

3.1. Direção de turma

O professor estagiário, ao abrigo do artigo 192.º do Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, de 26 de junho, no âmbito da atividade docente supervisionada, deve participar em todas as reuniões do conselho de turma e dos restantes órgãos da unidade orgânica, o que ocorreu comigo na turma do

7.º que lecionei, onde estive em co assessoria da direção de turma. Esta participação nas mais diversas atividades e tarefas da direção de turma representou uma das experiências mais enriquecedoras do meu processo formativo. Assumindo um papel de observador e colaborador próximo da professora titular da direção de turma, consegui compreender a importância desta função, nomeadamente na construção de uma escola inclusiva, dialogante e centrada no aluno.

Tal como tive a oportunidade de presenciar, o diretor de turma assume um papel de figura central na mediação entre diferentes atores da comunidade educativa, como aponta a literatura, sendo responsável pela gestão administrativa da turma e pela orientação pedagógica, emocional e social dos alunos (Correia, 2014). Evidenciei estes aspetos ao longo do ano letivo, nomeadamente na maneira como a diretora de turma lidava com situações de indisciplina e absentismo de alguns elementos da turma, o que, felizmente, não era o caso da grande maioria dos alunos, que exibiam comportamentos exemplares, e as dificuldades, olhando para o caso da EF em concreto, era sobretudo na compreensão dos diversos conteúdos lecionados e na execução motora dos mesmos.

Na fase inicial do ano letivo, deparámo-nos com o caso de uma transferência de um aluno para a nossa escola, e cedo percebemos que se tratava de um aluno que não enquadrava com o perfil da restante turma, revelando-se ser muito perturbador na relação com vários elementos da comunidade educativa, registando um número elevado de ocorrências e com diversos períodos em que esteve suspenso. Para além do mais, não aparecia às aulas, algo transversal a todas as disciplinas, também às aulas de EF. A diretora de turma tentou resolver e ir ao encontro das necessidades deste aluno, mantendo um contacto permanente com o seu encarregado de educação, a sua avó, para ficarmos a par de várias situações e do contexto em que o aluno vivia.

Isto levou-me a refletir sobre as diversas exigências e dificuldades que acarreta a função de diretor de turma, exigente e multifacetada, pois implica uma série de competências de gestão, comunicação, mediação e liderança pedagógica (Fernandes, Leite & Morgado, 2020). Além disso, a carga horária atribuída ao desempenho das múltiplas tarefas da direção de turma é

insuficiente, o que levava a que, em muitas ocasiões, a docente titular tivesse de tratar de muitas situações em casa, fora do seu horário escolar.

Para além disso, permitiu-me aproximar de situações reais de tomada de decisão educativa, reflexão sobre o papel social do professor e a compreensão de diálogo constante com pais, serviços de psicologia e estruturas de apoio ao aluno (Imaginário & Vieira, 2009).

No meu processo de co assessoria com docente titular da turma, há que destacar o preenchimento e gestão de processos de alunos com dificuldades de aprendizagem, na implementação de medidas de suporte à aprendizagem e inclusão (MSAI), como o Anexo A — Relatório Técnico Pedagógico (RTP), previsto no artigo 20.º, do Decreto Legislativo Regional n.º 5/2023/A, de 17 de fevereiro, em que aprova o modelo de educação inclusiva na Região Autónoma dos Açores. Outra ferramenta de implementação dessas mesmas medidas foi a Ficha A, destinada a alunos com dislexia, após uma descoberta, posteriormente ao início das atividades letivas, de um aluno com este problema, através de um relatório de diagnóstico feito pelo CDIJA (Centro de Desenvolvimento Infantojuvenil dos Açores). A mesma foi fornecida pelo EMAEI (Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva) e, posteriormente, preenchida, em conjunto, entre o mesmo e os professores do conselho de turma do aluno.

Em suma, todas estas experiências vividas em contexto de direção de Turma permitiu ter uma noção da complexidade inerente a esta função e como a mesma pode ser desgastante, pois pelo tempo atribuído a mesma na carga horária do professor, obrigando a que tenha de trazer “trabalho para casa”, bem aumentar o meu conhecimento de como é conduzida a direção de turma e tudo o que está por trás, preparando-me para uma eventual ocasião em que possa assumir este cargo.

3.1.1. II Pequeno-Almoço Saudável

Na sequência do que foi desenvolvido pelo NE de EF do ano letivo anterior, organizamos o "Pequeno-Almoço Saudável" pelo segundo ano consecutivo, com base na proposta inicial do professor cooperante no início do ano letivo, em colaboração com o Gabinete de Saúde Escolar, com o intuito de sensibilizar os alunos para hábitos de vida mais saudáveis. Esta iniciativa

responde a uma necessidade identificada através de um questionário aplicado às turmas do 7.º ano, que apontou uma lacuna nos hábitos alimentares dos alunos.

Foi destinada a 3 turmas do 7.º ano, dos professores estagiários, bem como às turmas do Programa Ocupacional (OC) e de Despiste e Orientação Vocacional (DOV). Para além destes, envolveu as turmas-piloto, membros da comunidade escolar, mais especificamente, assistentes operacionais e Conselho Executivo.

Nas funções que exerci antes da atividade, foi proveitoso participar na coordenação com o Gabinete de Saúde Escolar e com os docentes responsáveis e alunos do PROFIJ de Serviço de Mesa e Bar e de Cozinha, pois permitiu-me ter a noção de tudo o que envolve essa coordenação e como é importante para haver organização, de modo as que as coisas corram como o pretendido. Um aspeto a melhorar foi a requisição e verificação dos equipamentos eletrónicos, pois deveria ter verificado mais cedo se funcionavam corretamente e não no dia do evento, pois era algo que poderia prejudicar o que estava delineado para o dia.

Durante o evento fiquei responsável pela alimentação bem como pela gestão e pelos registos fotográficos. Creio que as mesmas foram cumpridas com êxito e fazer parte de um evento desta natureza é uma experiência enriquecedora e um momento de aprendizagem, pois poderei estar envolvido numa atividade do género em outras oportunidades e, nesse momento, com uma ideia de como proceder.

Após o evento, participar nos procedimentos formais de redigir ofícios de agradecimento às entidades que participaram também foi muito importante, pois foi algo inédito para mim e, nas próximas ocasiões, saberei como o fazer.

Por fim, fazer parte de eventos deste tipo transmitiu-me um pouco do que deve ser uma Escola, ou seja, uma instituição que procura que os alunos aprendam por meio das vivências, que as mesmas sejam significativas na sua aprendizagem e que contribuam para o seu crescimento como ser humano, algo inerente à nossa profissão de professor, em que formamos os adultos de amanhã.

3.1.2. I Feira do Desporto

Neste ano letivo, foi decidido a operacionalização de um formato inovador de apresentação das Provas de Aptidão Profissional (PAP) do Curso de Técnico de Desporto, inseridas na Semana da Educação Física da ESL, e o mesmo resultou na I Feira do Desporto onde, para além do mencionado, também ocorreu a dinamização de diversas atividades e *stands*, com o intuito de promover hábitos de vida saudável junto da comunidade escolar.

A mesma foi destinada a toda a comunidade escolar, como alunos, assistentes operacionais e membros do CE. As turmas presentes na mesma foram escalonadas, consoante a disponibilidade das mesmas, com destaque para as turmas do 7.º ano dos professores estagiários.

Antes do evento, estive responsável pela procura de apoios/patrocínios de diversas entidades, bem como pela formulação dos respetivos ofícios. Durante o evento, auxiliei na gestão dos diversos stands e no *coffee break* para os convidados, no intervalo das atividades nos dois dias da Feira do Desporto. Além do mais, estive em contacto com vários organismos de comunicação social, mais concretamente, participando em entrevistas com o Açoriano Oriental e com o Programa “Açores Hoje” da RTP Açores, como divulgação da mesma. Isto foi um fator de pressão em mim mesmo, pois, ao dar a cara nestes momentos, pensava sempre em conseguir transmitir corretamente o que pretendíamos da atividade para toda a comunidade local e, tal como na atividade com o atleta Nélson Évora, que irei abordar mais à frente, foi uma conquista pessoal passar por esta experiência, de contacto com o público, deixando-me mais à vontade para momentos como este.

Concluindo, olhando em perspetiva, ter feito parte de uma iniciativa como esta é um motivo de orgulho e uma experiência riquíssima, que marcou este ano de estágio, mas olhando para a minha atuação no decorrer desta, houve momentos em que estava um pouco perdido, provavelmente ansioso para que tudo corresse como pretendido e um pouco mais de calma poderia ter potenciado a minha atuação na mesma, mas creio que os objetivos foram cumpridos, na medida em que as apresentações das diversas PAPs decorrem positivamente e a atividade teve uma excelente receção junto de toda a comunidade escolar,

transmitindo-lhes a importância de hábitos de vida saudável a toda a comunidade escolar.

3.2. Atividades Desportivas Escolares

As Atividades Desportivas Escolares (ADE), inserem-se no primeiro nível do desporto escolar, conforme disposto no Decreto Legislativo Regional n.º 19/2023/A, capítulo VI, artigo 110.º. Em conjunto com os restantes elementos do núcleo de estágio e docentes com atribuição de carga horária das ADE, realizamos uma série de atividades, que estavam programadas e que foram dadas a conhecer na primeira reunião, sendo elas: o Torneio Tribol (Voleibol, Basquetebol e Futsal), Torneio de Raquetas (Badmínton e Ténis de Mesa) e as Fases de Escola do Mega Sprinter, Mega Salto e Cross Running.

Numa fase inicial, nos primeiros dias em que estava inserido num novo contexto e numa nova realidade, sentia-me nervoso, pois esta seria a primeira vez que exploraria a mesma, ainda mais no papel de professor, o que aumentou o meu nervosismo e ansiedade ao encarar esta nova etapa no meu processo de estágio.

Durante muito tempo, o desporto escolar era visto como algo que iria diminuir o rendimento escolar dos alunos, uma ideia defendida por muitos ao longo dos anos. Trudeau e Shepard (2008), numa revisão sistemática, abordaram essa temática e denotaram que há benefícios na prática de desporto escolar, por ser promotora de maior envolvimento dos alunos com a escola, pela redução da evasão escolar, pelo aumento da motivação extrínseca, pelo apoio à socialização e disciplina, bem como pelo fortalecimento da identidade estudantil.

Voltando às ADE desenvolvidas na escola, estive envolvido na organização e gestão de todas as atividades mencionadas anteriormente. Como referi, isto causava-me nervosismo e ansiedade, pois queria sempre que tudo decorresse como o planeado, e não queria ser um fator causador de algum inconveniente no decorrer das mesmas.

Olhando, em perspetiva, para todas as ADEs operacionalizadas pelo núcleo das ADEs, foi possível verificar uma boa participação dos alunos nas mesmas, o que reforçou o sentimento de maior envolvimento destes com a

escola e o reforço da identidade estudantil, que pretendíamos com a dinamização destas, indo ao encontro dos objetivos delineados.

3.2.1. Mega Sprinter, Mega Salto e Cross Running

Em conjunto com os meus colegas estagiários, fizemos parte do grupo organizador das Fases de Escola do Mega Sprinter, Mega Salto e Cross Running, junto com o professor Fernando Melo.

Foi uma experiência única para mim, pois nunca tinha estado anteriormente envolvido em provas de Atletismo e foi fascinante entender tudo o que está por trás da sua organização, ainda mais com um profissional com uma enorme experiência na modalidade e na operacionalização das mesmas, como era o caso do docente Fernando Melo, que era um dos elementos mais antigos do DEF.

Em vista da preparação para estes eventos, tivemos a possibilidade de ter uma Formação de Árbitros de Atletismo, dinamizada pelo próprio docente Fernando, que mencionarei novamente no tópico do Desenvolvimento Profissional, o que aumentou o nosso repertório de conhecimento sobre a arbitragem no atletismo e preparou-nos adequadamente para as provas propriamente ditas.

Nos dias das provas, a participação dos alunos foi um pouco abaixo do que esperávamos no Mega Salto e no Mega Sprinter, o que se deveu à posterior reflexão com os diversos elementos do Núcleo das ADEs e do DEF, as mesmas serem na quarta-feira à tarde e não coincidirem com o período de aulas, que poderia aumentar a adesão. Contudo, a mesma foi positiva e a oportunidade de aplicar na prática os conhecimentos adquiridos na formação, nomeadamente no Mega Salto, foi enriquecedora para o meu processo de introdução na profissão, inteirando-me da realidade das ADEs a nível escolar.

Nas fases de ilha dos Megs (Sprinter e Salto) e do Corta-Mato, acompanhamos os alunos para as provas e durante a realização das provas, o que aumentou o nosso sentimento de pertença à comunidade das Laranjeiras, por representarmos a escola e procurei sempre passar uma boa imagem, como docente da mesma, pois sentia um enorme sentimento de dever e missão.

Concluindo, a minha imersão e introdução nos Megas e no Corta-Mato Escolar foi incrível e importante, pois foi a minha primeira vez, quer como aluno ou professor, que estive envolvido na dinâmica de organização das mesmas, revelando-se mais uma vez enriquecedor na aquisição de competências como professor, nomeadamente na organização de atividades desta natureza, compreendendo tudo o que está por trás das mesmas, o que poderá ser importante para futuras experiências.

3.2.2. Jogos Desportivos Escolares (Fase de Ilha)

Numa fase inicial, após ter ficado responsável pelo equipamento de futsal feminino da ESL, bem como pelo equipamento de voleibol masculino, veio à tona um misto de emoções, indo de nervosismo e sentido de missão, ou seja, de representar a escola da melhor maneira possível. Para além disso, também senti uma pressão adicional, algo que já me é intrínseco, de levar a equipa ao segundo título consecutivo nos JDE, que foi um feito alcançado com os professores estagiários do ano anterior, algo inédito no feminino, enquanto, no masculino, o histórico da escola é de uma sequência vitoriosa nessa mesma prova.

Olhando para este raciocínio, é algo que podemos considerar que foge do que pensamento adequado e dos valores que pretendemos passar aos nossos alunos, pois nós, como professores de EF, pretendemos que os mesmos adquiram competências, não só a nível motor, mas também a nível de valores, procurando conduzi-los ao pleno desenvolvimento como seres humanos, preparado para enfrentar os desafios do mundo atual.

Isto vai ao encontro do que é abordado na dissertação de mestrado desenvolvida por Von Ah (2015), em que afirma que atividades desportivas, como os JDE, promovem uma maior responsabilização social, espírito de equipa e autoeficácia, o que reforça a ideia de que as mesmas podem ser catalisadoras de competências humanas gerais.

Para além disto, também fiquei com a noção de que o estágio profissional não é algo que possa reduzir a uma mera transmissão de conteúdos técnicos. O estudo de Gomes, Queirós & Batista (2019) aborda isto, em que as experiências emocionais vividas no estágio, no domínio da ação física e no contacto com os alunos são essenciais na construção da identidade profissional.

Tendo tudo isto em mente, a minha perceção inicial mudou, focando em apenas procurar transmitir valores humanos como cooperação, respeito mútuo e resiliência, procurando que a sua participação no desporto escolar refletisse esses mesmos valores.

Focando na Fase de Ilha dos Jogos Desportivos Escolares, no voleibol masculino, a equipa da ESL apurou-se diretamente para a Fase Regional, que se disputou na própria ESL, pois nenhuma outra escola participou nessa mesma fase.

No que concerne à Fase de Ilha de futsal feminino, disputamos uma eliminatória a duas mãos com a Escola Básica e Secundária do Nordeste, em que o vencedor representaria a Ilha de São Miguel na Fase Regional.

Nas semanas que antecipavam a mesma, nomeadamente no treino de captação, apareceram alguma alunas, sendo muitas delas do ano anterior, o que me deixou satisfeito, pois haveria uma base e um grupo que entendia tudo o que estava por detrás desta experiência, podendo até considerar como um elemento de aprendizagem para mim, de compreender, estar ciente de tudo o que engloba e do seu significado para os alunos. Nos vários treinos de preparação, contudo, não foi possível treinar com todas as alunas selecionadas, pois muitas delas não conseguiam conciliar os mesmos com os seus compromissos no Estágio, inseridos na Formação em Contexto de Trabalho, relativo ao Curso Profissional de Técnico de Desporto, o que condicionou o trabalho de alguns conteúdos que achava, em conjunto com a professora estagiária Leonor, importante para que estivessem preparadas adequadamente.

Na primeira mão, disputamos no pavilhão da Escola do Nordeste e, na segunda mão, recebemos a equipa representante da mesma no pavilhão do CDL. Em ambos os jogos, havia uma pressão e preocupação para que tudo corresse como o pretendido e, principalmente, conseguíssemos passar uma boa imagem da Escola e representá-la da melhor maneira possível.

No cômputo geral dos dois jogos, vencemos a Escola Básica e Secundária do Nordeste, apurando-nos para a Fase Regional, ou seja, dando-nos a possibilidade de representar a Ilha de São Miguel. Para as alunas finalistas, isto significou muito, pois iriam passar por esta experiência uma última vez, de sentir orgulho de representar a Escola, o que me deixou satisfeito e feliz.

As alunas, para além do que foi mencionado anteriormente, mostraram um elevado nível de empenho e compromisso, bem como espírito de grupo e entreajuda, para além de um bom nível de jogo apresentado, apesar dos poucos treinos que tivemos. Foi uma grata surpresa e que me deixou com uma enorme expectativa e um pouco mais aliviado de que iríamos conseguir passar uma boa imagem da Escola das Laranjeiras, quando chegasse a Fase Regional de Futsal do Secundário.

3.2.3. Jogos Desportivos Escolares (Fase Regional)

Após a nossa classificação para a Fase Regional de Futsal, havia uma expectativa positiva dentro da equipa pois, tal como referi anteriormente, seria a última possibilidade de poderem representar a escola, para as alunas finalistas do 12.º ano, quer do ensino regular, quer do ensino profissional (Curso Profissional de Técnico de Desporto).

Mas, antes de abordar a minha experiência na Fase Regional do Futsal do Secundário, irei focar na Fase Regional de Voleibol do Secundário, na qual, em conjunto com o meu colega João Ferreira fomos responsáveis pela equipa de Voleibol Masculino.

Tal como referido no ponto anterior, a equipa masculina qualificou-se diretamente para a Fase Regional, pois nenhuma outra escola se inscreveu para a Fase de Ilha Masculina, em contraste com o que aconteceu na Fase de Ilha Feminina, em que a escola das Laranjeiras disputou com a Escola Armando Corte-Rodrigues e com a Ribeira Grande, em que a última foi a vencedora desta fase e, por consequente, seria a representante de São Miguel no Voleibol Feminino.

A Fase Regional de Voleibol do Secundário realizou-se na ESL, o que nos acrescentou um pouco mais de pressão e a noção de procurar representar a escola da melhor maneira possível, deixando uma imagem positivada escola, da equipa propriamente dita e também como membro do DEF e docente da ESL.

Mas, antes do evento propriamente dito, a preparação da equipa para o torneio, no meu ponto de vista, prejudicou a prestação da equipa pois, tivemos apenas dois treinos de captação, não apareceram atletas suficientes para fazermos a convocatória e, tendo poucos treinos, no treino seguinte preparamos, dentro do possível, os diversos conteúdos técnicos e táticos para o torneio.

Ambos os treinos foram de captação, de forma a podermos avaliar adequadamente os alunos que estiveram presentes e, com isto, selecionar quem iria representar a nossa escola na Fase Regional.

Saltando para o evento propriamente dito, que decorreu entre os dias 30 de abril e 2 de maio, ficamos no grupo com a Escola Básica e Secundária de Santa Maria e com a Escola Básica e Secundária das Flores. Perdemos ambos os jogos por dois sets a zero, em que os nossos adversários foram claramente superiores, mas ficou um sentimento de orgulho nos nossos alunos, pois foram competitivos, dentro das nossas possibilidades, diante dos nossos adversários, que eram mais capazes, tendo a Escola Básica e Secundária das Flores sido a equipa vencedora.

Tendo em mente tudo o que ocorreu nestes três dias, foi extremamente gratificante fazer parte de uma experiência deste nível, algo inédito na minha vida, e fazer o grande trabalho que os alunos do Curso Profissional do Técnico de Desporto, Departamento de Educação Física e Desporto e Escola Secundária das Laranjeiras fizeram na organização de todo este evento, em que foi passada uma boa imagem da instituição.

Para além do mais, fiquei extremamente orgulhoso da prestação dos alunos, nas três partidas disputadas, tendo em conta os constrangimentos na preparação e o elevado nível das equipas presentes no torneio. Quero também ressaltar o enorme contributo da colega Leonor Marques, ao longo dos vários jogos, para as nossas tomadas de decisão e na gestão da equipa, pois a sua experiência como atleta federada de Voleibol e tendo em conta que não era a modalidade coletiva de maior domínio minha e do meu colega João, tornou-se imprescindível a sua ajuda e experiência, no que considerei fundamental para a boa performance da equipa.

Voltando para a Fase Regional do Futsal do Secundária, ambas as equipas, Feminina e Masculina, eram campeãs em título e isto acrescentou o nível de pressão e responsabilidade em todos os professores estagiários de sermos dignos representantes da escola e de que as coisas decorressem da melhor forma possível, sem nenhum percalço e que se tornasse numa experiência inesquecível para todos, para nós professores estagiários, mas também para os alunos, em especial os finalistas e que representariam, pela última vez, a escola.

Ao longo dos vários dias, foi notório o espírito de união dentro do grupo, não apenas no espaço competitivo como nos momentos de convívio fora dos jogos, o que foi um fator decisivo para que tudo decorresse conforme o pretendido.

No torneio feminino de Futsal do Secundário, foram quatro as equipas que o disputaram, sendo elas a ES Jerónimo Emiliano de Andrade (anfitriã), a ES Manuel de Arriga da Madalena (Ilha do Faial), a EBS da Madalena e a ES das Laranjeiras. O formato foi de fase de grupos, em que as duas primeiras classificadas iriam disputar a final.

No torneio propriamente dito, a equipa venceu os primeiros dois jogos, mostrando uma enorme qualidade e espírito de entreajuda em ambas as partidas, o que me deixou satisfeito enquanto um dos responsáveis pela equipa. Era possível ver, nas alunas, um enorme sentimento de pertença e uma identificação com a escola, mais concretamente nas alunas finalistas, visivelmente emocionadas por ser a última vez que vivenciavam algo deste género. A minha colega Leonor foi fundamental como elo de ligação entre mim e as alunas, contribuindo positivamente para o bom ambiente.

O único episódio em que houve algumas “quebras” no bom ambiente da equipa registou-se após o jogo da terceira e última jornada da Fase de Grupos, em que algumas jogadoras ficaram insatisfeitos com a atitude de uma das suas colegas, considerando que virou as costas à equipa e que não tinha dado o seu máximo.

Em conjunto com a Leonor, decidimos convocar uma reunião de equipa, em que todas tiveram a oportunidade de exporem o que sentiam e achavam daquela situação. A mesma foi proveitosa, em que o espírito de grupo e de união saiu reforçado, bem como o sentido de missão de representar as Laranjeiras da melhor maneira possível na final, diante da Escola Jerónimo Emiliano de Andrade.

Antes da final, a motivação estava lá em cima, estando elas focadas e motivadas para o jogo. E na minha preleção antes do jogo, passei para elas o que realmente sentia no momento, ou seja, um enorme orgulho nelas e o quanto aquela experiência marcou o ano de estágio, enriquecendo o mesmo, independentemente do resultado final. Infelizmente, não conseguimos revalidar o título do ano anterior, mas isso não mudou o meu enorme orgulho e satisfação

com o que elas demonstraram no jogo, dando o seu máximo em cada lance do jogo e disputando taco a taco com a equipa adversária, numa final marcada por um enorme fair-play entre equipas.

Algo que reforçou o meu sentimento de dever cumprido e de transmissão de valores pessoas às alunas foi a escolha da nossa equipa como a equipa Fair Play do Torneio Feminino, o que reforça a ideia que há algo mais importante do que apenas ganhar ou perder, mas também a transmissão de valores, pois nós, enquanto professores, contribuímos para o crescimento dos alunos como os futuros “adultos de amanhã”, não nos limitando a procurar com que evoluam na aquisição de competências técnicas e táticas, na realização das diversas ações motoras.

Tendo em perspetiva tudo o que o aconteceu nos vários dias em que estivemos juntos, esta foi uma experiência inesquecível, que enriqueceu com certeza o meu ano de estágio e o meu sentimento de pertença, enquanto docente das Laranjeiras, e o convívio existente com outros elementos da organização e dos alunos das várias escolas contribuiu para que se tornasse marcante, principalmente para as alunas que representaram a escola, com destaque para as finalistas, em que se tornou evidente a emoção sentida, da última vez que vivenciavam algo do género, o que me tocou, tal como elas me tocaram pelo esforço e pelo seu comportamento, ao longo dos vários dias, que culminou com o Prémio Fair Play.

4. Desenvolvimento Profissional

Nesta área engloba todas as atividades e vivências importantes na construção da competência profissional, percebendo a minha necessidade por via da reflexão das condições e do exercício da atividade, da experiência, da investigação e outros recursos de desenvolvimento profissional.

O professor é visto como um agente ético na sociedade, assentando esta ideia em três pilares: ética como essência da docência, relação entre ética e autonomia e ethos da profissão docente (Caetano & Silva, 2009).

As mesmas autoras referem que a ética é um elemento intrínseco ao trabalho e que os professores não apenas transmitem conhecimento, mas também valores e atitudes, impactando a formação dos alunos. Os professores

enfrentam pressões institucionais, curriculares e sociais, e as decisões éticas dos mesmos são fundamentais para preservar a autonomia e credibilidade profissional. Também falam do ethos da profissão, sendo o conjunto de valores que norteiam a identidade profissional dos professores e que o mesmo não é estático, pois é construído continuamente na interação com alunos, colegas e comunidade escolar.

Para Meira (2013), o estágio é um momento de aprendizagem situada, em que o futuro professor assume papéis reais e é chamado a agir de forma autônoma, mas com acompanhamento e reflexão, pois a parte da ética e a identidade profissional não se ensinam diretamente, mas são desenvolvidas por meio da experiência, diálogo e da problematização da prática.

Olhando para isto, consigo transpor estes aspetos para a minha realidade como PE, olhando para todo o meu percurso no Estágio Profissional, apesar de que poderia ter retirado mais proveito para conseguir desenvolver, com maior consistência, a minha identidade profissional e soluções para as problemáticas inerentes da profissão.

Tendo isto em mente, o trabalho cooperativo com os restantes colegas do NE de EF, no trabalho cooperativo que ocorreu em vários momentos do presente ano letivo, foi um meio de desenvolvimento e de criação de identidade profissional, por meio de troca de informações e experiências. Para Kane e Russel (2005), a colaboração entre colegas é um meio de ultrapassar dificuldades num processo de socialização, por meio de conversas, sugestões, confronto de estratégias, partilha de dificuldades e de soluções. Estes aspetos também foram evidentes na minha interação com os vários colegas do DEF, em que a troca de experiências e conhecimento revelou-se valiosa para obter soluções para a resolução de problemas, no desenvolvimento da atividade como professor. Para além disto, o DOG mostrou-se como um instrumento de aprendizagem extremamente valioso, pois serviu para me mostrar como são balizadas as várias tomadas de decisão do departamento, ao nível da leção e do processo de avaliação.

O PC, no desenvolvimento profissional do estagiário, tem um papel fulcral no mesmo, pois atua como um modelo a seguir, orientador e facilitador da aprendizagem profissional, auxiliando na construção da minha identidade docente e na aquisição de competências pedagógicas fundamentais.

Zeichner (1986) refere que o PC é essencial no desenvolvimento da reflexão crítica sobre a prática pedagógica, com a promoção de momentos de análise, feedback e diálogo construtivo, auxiliando a interpretar a ação educativa, identificar fragilidades e consolidar estratégias. Segundo Meirinhos e Osório (2010), estimula a autonomia progressiva do PE, permitindo errar, corrigir e crescer num ambiente seguro, contribuindo para o desenvolvimento da identidade profissional.

Olhando em perspetiva, para o meu caso em particular, o PC procurou sempre, nos momentos de acompanhamento e reflexão após aulas, estimular a reflexão sobre tudo o que ocorreu, procurando identificar aspetos a melhorar e encontrar soluções para solucioná-los, indo ao encontro da ideia da interpretação da minha ação educativa, identificação de fragilidade e consolidação de estratégias. Contudo, creio que nem sempre tirei proveito desse fato, nomeadamente nas aulas com as turmas-piloto, em que me era dada total autonomia para poder experimentar possíveis estratégias de lecionação, preocupando-me demasiado com fatores extra-aula e impedindo-me de estar completamente focado e seguro das decisões que deveria tomar.

Na identificação de possíveis lacunas, bem como para enriquecer o meu repertório motor, frequentei diversas ações de formação, como a formação de árbitros de Atletismo, com o docente Fernando Melo, em conjunto com o restante do núcleo de estágio e os alunos do Curso Profissional de Técnico de Desporto, preparando-nos adequadamente para o Mega Sprinter e Mega Salto. Além do mais, frequentei uma ação de formação de Suporte Básico de Vida (SBV-DAE) e a componente de estágio profissional do Curso de Treinadores UEFA B/Grau II, pois era também um dos objetivos que pretendia alcançar, avançando mais uma etapa na minha formação como treinador de futebol.

Ao abrigo do artigo 216.º do Estatuto da Carreira Docente da Região Autónoma dos Açores, aprovado pelo Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, de 26 de junho, mais especificamente no capítulo VIII, realizei uma formação creditada, para efeitos de avaliação de desempenho de docentes. A mesma foi feita, em formato online, entre os dias 6 de maio e 11 de junho de 2025, intitulada “A Integração de Ferramentas de Inteligência Artificial na Aprendizagem dos Alunos — Iniciação 4.ª edição”.

Além do mais, pois ao abrigo da legislação apresentada no parágrafo anterior, formulei o relatório de avaliação de desempenho, em que o mesmo serviu como um instrumento de reflexão sobre a minha ação como docente, abrindo caminho para outro olhar e perspetiva sobre o meu desempenho profissional, ou seja, reforçou a reflexão sobre a minha prática profissional, mais concretamente das práticas pedagógicas em relação aos alunos e entendimento das componentes deontológicas e éticas da profissão.

Outro aspeto relevante para o meu desenvolvimento profissional foi a formulação da ata de uma das reuniões de Departamento de Educação Física e Desporto, vivenciando novamente uma nova experiência, que permitiu enriquecer competências futuras, caso passa novamente por esta função numa futura reunião de Departamento, em alguma outra escola.

A organização da I Feira do Desporto, iniciativa inovadora para apresentação das Provas de Aptidão Profissional (PAP) dos alunos do 12.º ano do Curso Profissional de Técnico de Desporto, inseridos na Semana da Educação Física, também foi outra experiência enriquecedora, tal como na organização de outras atividades, como o “Pequeno-Almoço Saudável” e o “Podcast com o Nélon Évora”, em que neste último estive em conversa com o próprio, em público, outra experiência única, pois o facto de falar em público é algo que tenho de melhorar, estas iniciativas permitem explorar a minha capacidade neste quesito, podendo até ter um transfere para quando defender o meu relatório de estágio.

Concluindo, esta parte permitiu-me a aquisição de competências, bem, em momentos, refletir sobre a minha identidade profissional, embora nem sempre com sucesso, não conseguindo tirar proveito dos vários momentos de reflexão para tal, não conseguindo descobrir concretamente qual a identidade profissional que deveria adotar, no futuro, caso prossiga, como professor de educação física.

4.1. *Podcast com Nélon Évora*

O atleta Nélon Évora, por ocasião da São Silvestre de Ponta Delgada, veio a São Miguel e, em conjunto com o núcleo de estágio e o professor cooperante, decidimos promover uma atividade, em formato de podcast, destinada aos alunos do Curso Profissional de Técnico de Desporto, com o

intuito de transmitir valores, ética, princípios e metodologias de treino, através das experiências pessoais e da história inspiradora de vida do atleta, proporcionando-lhes uma experiência inesquecível de adquirir este conhecimento e vivência de que um dia é possível eles próprios atingirem outros patamares seja em que área ou modalidade for, compreendendo aprofundadamente os desafios e sacrifícios envolvidos no treino de um atleta de alta competição.

A atividade “Podcast com Nélson Évora”, destinada às turmas do Curso Profissional de Desporto revelou-se ser uma iniciativa bem-sucedida, alcançando os objetivos propostos com sucesso. Conseguimos proporcionar aos alunos uma experiência única, ou seja, estar em contacto com um atleta de um palmarés riquíssimo e currículo invejável, algo que não acontece com muita frequência na realidade onde nos inserimos. A moldura humana presente e a atenção dada, no decorrer de toda a atividade, foram gratificantes, sendo este um dos nossos grandes objetivos com a mesma.

Esta atividade revelou-se ser um desafio pessoal muito grande, nomeadamente no contacto direto com o próprio Nélson e o facto de estar no palco, em frente a um auditório composto. A apresentação e exposição em frente a um auditório ou local com uma grande número de pessoas presentes foi sempre uma das minhas grandes dificuldades, ao longo de todo o meu processo de ensino e na vida profissional e o facto de ter o superado foi um grande conquista pessoal, tornando-me mais capaz quando estiver novamente numa situação semelhante a esta.

Nas minhas funções, coube-me a participar na coordenação com o professor Josué, do curso Profissional de Animador Sociocultural, na formulação do Croqui com a disposição dos alunos, professores e restantes convidados, para além de requisitar o material necessário, auxiliar na aquisição das ofertas e preparação do espaço e na condução da atividade, no palco, junto do meu colega João, no dia da atividade.

No cômputo geral, foi uma atividade enriquecedora, para os alunos e para mim, pessoalmente, pois tive a oportunidade de estar em contacto com um atleta de renome e ter aprendido imenso com tudo o que ele transmitiu ao longo de toda a atividade. No final, a satisfação e o entusiasmo do convidado, bem como

dos que assistiram, refletiram o sucesso da mesma, cumprindo o que era pretendido.

4.2. A Influência da Inteligência Emocional na Gestão dos Conflitos em Professores de Educação Física

O porquê deste tema?

A EF constitui uma disciplina peculiar no panorama educativo, caracterizada pela elevada intensidade física, interação social permanente e diversidade de situações competitivas e cooperativas. Estas particularidades, embora enriquecedoras, tornam as aulas especialmente suscetíveis a conflitos interpessoais (Rodrigues, Santos & Lopes, 2024). Conflitos mal geridos podem comprometer o ambiente de aprendizagem, afetar negativamente a motivação dos alunos e potenciar comportamentos disruptivos.

Ao longo de todo o meu processo de estágio, creio que foi uma das lacunas que evidenciei na minha atuação como professor, o que fez com que este tema ganhasse ainda mais relevância no processo de desenvolvimento e aquisição de competências como professor, ao longo deste ano de introdução nesta nova profissão.

Neste enquadramento, a inteligência emocional (IE) emerge como um construto relevante, uma vez que se refere à capacidade de reconhecer, compreender e gerir as emoções próprias e alheias (Mayer, Caruso & Salovey, 2016). Embora a IE tenha sido amplamente estudada noutros contextos educativos, a sua relação específica com a gestão de conflitos em Educação Física continua a ser um campo de investigação incipiente.

Palavras-chave: Inteligência emocional no ensino, Gestão de conflitos em Educação Física, Competências socioemocionais de professores, Inteligência Emocional e clima escolar.

Metodologia

O objetivo da exploração desta temática, que norteou esta revisão de literatura, foi averiguar como a inteligência emocional dos professores de Educação Física influencia a capacidade de gerir conflitos dos seus alunos.

Portanto, é de muita importância explorar esta temática, especialmente no contexto da Educação Física e tendo em conta a argumentação apresentada anteriormente, decidi realizar uma revisão de literatura sobre a mesma. Segundo

Rother (2007), é um método eficaz para apresentar uma visão abrangente sobre um tema, possibilitando analisar o seu desenvolvimento no panorama atual de uma área em específico, considerando aspetos teóricos e práticos.

As questões que orientaram a pesquisa foram as seguintes:

1. De que forma a inteligência emocional impacta a gestão de conflitos nas aulas de EF?
2. Que competências emocionais são mais relevantes para um bom controlo de situações conflituosas?
3. Que estratégias os professores de EF com alta inteligência emocional adotam?

Os critérios de inclusão utilizados focaram-se em estudos sobre a inteligência emocional em professores, gestão de conflitos escolares e artigos sobre Educação Física relacionados com comportamento e relações interpessoais.

Para a recolha dos artigos relevantes na literatura existente, efetuou-se uma pesquisa em três bases de dados: B-on, Scopus, Web of Science. Foram considerados todos os trabalhos em língua portuguesa e inglesa produzidos no período dos últimos 20 anos (janeiro, de 2005 a dezembro de 2024), assegurando uma visão pertinente e atualizada.

A pesquisa realizou-se recorrendo à relação de “e” (“AND”) entre as palavras-chave “Emotional Intelligence” AND “Conflict Management” AND “Physical Education”, aplicadas em títulos, resumos e palavras-chave.

Numa fase inicial, foram obtidos 68 artigos (25 na B-on, 28 na Scopus e 15 na Web of Science). Após a eliminação de duplicados, restaram 54 artigos únicos. Na primeira triagem, pela leitura de resumos e títulos, excluímos estudos que não incidiam sobre o contexto escolar ou que abordavam a inteligência emocional em contextos clínicos, empresariais ou desportivos fora do âmbito educativo.

Estabeleceram-se os seguintes critérios de exclusão:

- a) Estudos que não abordassem professores ou alunos em contexto escolar;
- b) Investigações que focassem apenas em rendimento desportivo, sem ligação à gestão de conflitos ou às competências emocionais;
- c) Publicações sem acesso ao texto integral.

Decorrente desta análise, com base nos critérios anteriores, resultaram 14 artigos potencialmente relevantes e, após a leitura integral, 6 artigos foram considerados relevantes e, por isso, utilizados nesta revisão (Tabela 1).

Tabela 1 – Quadro resumo da literatura selecionada para a revisão

Autor(es)	Título	Objetivos	Principais Conclusões
Jennings & Greenberg (2009)	<i>The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes</i>	Analisar a relação entre competências socioemocionais docentes e o clima escolar	Professores emocionalmente competentes criam ambientes mais positivos, reduzem conflito e melhoram os resultados académicos.
Valente e Lourenço (2002)	<i>Inteligência emocional e gestão de conflito na interação pedagógica</i>	Explorar a relação entre IE e a capacidade de gestão de conflitos em contexto pedagógico	Professores com maior IE regulam melhor as emoções e utilizam estratégias preventivas de conflito.
Valente et al. (2022)	<i>Gestão de conflito em sala de aula: A importância da regulação emocional do professor</i>	Investigar a importância da regulação emocional na mediação de conflitos escolares	A regulação emocional docente está diretamente associada a uma redução de situações conflituosas.
Rodrigues, Santos & Lopes	<i>A relação entre Apoio Social, Inteligência Emocional e Estratégias de Gestão de Conflitos</i>	Avaliar o papel da IE e do apoio social na gestão de conflitos escolares	Professores com alta IE antecipam conflitos e utilizam estratégias de comunicação não violenta.
Lobo (2023)	<i>As competências dos/as professores/as na gestão do conflito numa perspetiva</i>	Estudar a perceção dos professores sobre competências	Reconhecimento das emoções dos alunos e autorregulação docente associam-se a menor frequência de conflitos.

	<i>de desenvolvimento socioemocional</i>	emocionais na gestão de conflitos	
Skaalvik & Skaalvik (2017)	<i>Still motivated to teach? A study to school context variables, stress and job satisfaction among teachers</i>	Analisar fatores de contexto escolar no stress e motivação docente	O clima escolar positivo potencia o impacto das competências emocionais na prevenção e resolução de conflitos.

Desenvolvimento

A inteligência emocional (IE) no contexto educativo tem vindo a ganhar reconhecimento como uma competência essencial para o sucesso docente e o bem-estar escolar (Jennings & Greenberg, 2009). De acordo com Valente e Lourenço (2022), a IE dos professores está positivamente correlacionada com a qualidade das relações interpessoais em sala de aula, o desempenho académico dos alunos e a gestão de comportamentos desafiantes.

Professores emocionalmente competentes conseguem interpretar os sinais emocionais dos alunos, regular as próprias emoções em situações de stress e utilizar estratégias de comunicação empática e assertiva (Jennings & Greenberg, 2009). Estas competências traduzem-se na capacidade de desativar conflitos emergentes e promover um ambiente de respeito mútuo.

Apesar dos avanços conceituais, a maioria dos estudos recorre a instrumentos de autorrelato, o que pode comprometer a objetividade dos resultados (Jennings & Greenberg, 2009). Adicionalmente, focam-se em contextos de ensino teórico, não considerando as especificidades práticas da Educação Física.

A especificidade da EF enquanto disciplina curricular influencia o tipo e a frequência de conflitos observados. A natureza competitiva das atividades, a necessidade de cooperação e as emoções que transbordam na prática física criam terreno para emergir desentendimentos e comportamentos agressivos (Rodrigues et al., 2024).

Rodrigues, Santos e Lopes (2024) referem que os conflitos nas aulas de EF podem ser resultados de disputas interpessoais entre alunos ou de dificuldades de gestão das emoções que possam advir do desempenho físico. O professor, tendo isto em mente, é confrontado com desafios que exigem, uma intervenção inteligente, a nível emocional, para prevenir eventuais escaladas de tensão.

A literatura aponta para uma ligação entre níveis elevados de inteligência emocional e uma gestão de conflitos mais eficaz (Valente & Lourenço, 2022). Professores que possuem uma maior consciência emocional, conseguem antecipar potenciais focos de tensão e intervir imediatamente, utilizando-se de técnicas de comunicação não violenta e mediação emocional.

Lobo (2023), num estudo sobre competências docentes, inserido numa dissertação de mestrado, verificou que a capacidade de reconhecer as emoções dos alunos, bem como de regular a própria reação emocional, estava associada a uma redução do número de conflitos reportados em contexto escolar.

Há que salientar que a IE não atua de forma isolada, pois a eficácia da gestão de conflitos depende também de fatores como o clima escolar, o apoio da liderança e das políticas institucionais (Jennings & Greenberg, 2009).

O impacto da inteligência emocional na gestão de conflitos é mediado por fatores contextuais, entre os quais o clima escolar assume especial relevância. Um clima escolar positivo, caracterizado por relações de respeito e apoio mútuo, potencia a eficácia das competências emocionais dos professores (Skaalvik & Skaalvik, 2017).

Para além disso, a formação contínua dos docentes é fundamental para o desenvolvimento e consolidação das competências emocionais. Contudo, a oferta de formação específica para a realidade da EF é limitada. Rodrigues et al. (2024) alertam para o facto de muitas formações serem excessivamente teóricas e descontextualizadas da prática pedagógica específica da disciplina de EF.

Assim, torna-se necessário desenvolver programas de formação contínua que integram módulos de regulação emocional, gestão de conflitos em contextos de alta exigência e dinâmicas de grupo.

Conclusões e Considerações Finais

A análise realizada permitiu-me compreender aprofundadamente a relevância da inteligência emocional na prática docente, em particular na disciplina de EF. Sendo uma área marcada pela forte interação social, competitividade e intensidade emocional, é natural que possam surgir conflitos. Percebi, ao longo de todo este ano de estágio, que a forma como giro esta situação influencia diretamente não apenas o clima da aula, mas também a motivação e o envolvimento dos alunos na mesma.

A literatura consultada reforça a ideia de que os professores com níveis mais elevados de inteligência emocional revelam maior capacidade de autorregulação, empatia e comunicação assertiva, competências que permitem prevenir escaladas de tensões e transformar conflitos em oportunidades de crescimento e aprendizagem. Enquanto futuro docente, reconheço a importância de cultivar estas competências, para que não apenas a intervenção se limite à gestão técnica, mas também seja promotora de um ambiente saudável e cooperativo, aspetos com que tive de lidar e refletir ao longo do estágio.

A inteligência emocional não atua isoladamente. A eficácia da sua aplicação depende do clima escolar, do apoio da liderança e das oportunidades de formação contínua. Esta constatação leva-me a refletir sobre a importância de procurar, ao longo da minha carreira, contextos educativos que valorizem o desenvolvimento socioemocional dos professores e que disponibilizem espaços de formação adequados às especificidades da EF.

Este trabalho contribuiu igualmente para uma consciência crítica sobre as minhas próprias lacunas enquanto professor em formação. A constatação de que, em determinados momentos do estágio, a gestão de conflitos representou um desafio, motivou-me a aprofundar esta investigação e incentivou-me a assumir um compromisso com o desenvolvimento contínuo das minhas competências emocionais.

Contudo, há limitações ao estudo realizado que tenho de reconhecer. O facto de a maioria dos trabalhos encontrados se basear em metodologias de autorrelato limita a objetividade dos resultados, e a escassez de investigações aplicadas especificamente ao contexto de Educação Física dificulta a generalização das conclusões, ou seja, que se recorra a metodologias mais diversificadas e observacionais.

Em suma, creio que a inteligência emocional se assume como uma competência indispensável para a minha futura intervenção profissional enquanto professor de EF. O domínio destas competências permitirá não só gerir conflitos de forma mais eficaz, mas também contribuir para um ambiente de aprendizagem mais justo e motivador, onde os alunos se sintam apoiados e valorizados. Levo desta revisão conhecimento científico e, sobretudo, uma orientação para a construção de identidade profissional assente na integração equilibrada entre o domínio pedagógico e a competência socioemocional.

Referências Bibliográficas

Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The Prosocial Classroom: Teacher Social and Emotional Competence in Relation to Student and Classroom Outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491–525

Lobo, L. F. dos S. (2023). *As competências dos/as professores/as na gestão do conflito numa perspetiva de desenvolvimento socioemocional* (Dissertação de mestrado, Universidade da Maia).

Rodrigues, A., Santos, B., & Lopes, S. (2024). A relação entre Apoio Social, Inteligência Emocional e Estratégias de Gestão de Conflitos: Evidências de um Estudo Empírico. Conferência - *Investigação e Intervenção em Recursos Humanos*, (12).

Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Still motivated to teach. A study of school context variables, stress and job satisfaction among teachers in senior high school. *Social Psychology of Education*, 20(1), 15–37.

Valente, S., & Lourenço, A. A. (2022). Inteligência emocional e gestão de conflito na interação pedagógica. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 9, 181–192.

Valente, S., Lourenço, A. A., Domínguez-Lara, S., Németh, Z., & Almeida, L. S. (2020). Gestão de conflito em sala de aula: A importância da regulação emocional do professor. In M.P. Bermúdez, A. A., Muelas & A. I. A., Romero (Coords.), *Avances en ciencias de la educación: Investigación y práctica* (pp- 41-47). Editorial Dykinson.

Conclusões e Considerações Finais

Olhando para trás, para tudo o que ocorreu ao longo de todo o meu percurso neste EP, foi uma experiência que me marcou profundamente, enquanto pessoa, pois tive a possibilidade de estar na pele de um professor e enfrentar os vários desafios que esta profissão acarreta e como o mesmo os procura solucionar.

A ESL foi fundamental em todo este processo, não só pela recepção e pelo acolhimento que me proporcionaram, fazendo com que me sentisse como “parte” de uma família, mas pelas condições invejáveis que proporcionam a qualquer PE, nesta etapa de conclusão da sua formação como docente de EF.

O PC e a PO foram apoios fundamentais para que finalizasse este percurso, nomeadamente na parte final, em que sentia que tudo estava a desabar e que não era “digno” ou “merecedor” de estar nesta posição, de professor estagiário, muito por culpa minha, e fizeram com que me focasse na reta final, o que fez com que chegasse à conclusão do meu EP e na elaboração do meu Relatório Final de Estágio.

Ao longo de todo o ano letivo, em que lecionei na ESL, todas as tomadas de decisão e os diversos contextos que tive a oportunidade de vivenciar tornaram-me numa pessoa mais capaz, olhando em retrospectiva. A oportunidade de lecionar duas turmas, uma do 3.º Ciclo e outra do Ensino Profissional, proporcionou desafios distintos, que procurei solucionar com o intuito de guiar os meus alunos ao sucesso, umas vezes com sucesso e outras nem por isso, o que não deixou de ser um mecanismo de aprendizagem para o futuro.

Mas um sentimento que me marcou, lembrando tudo aquilo que fiz, foi de que poderia ter dado mais, não me deixar afetar tanto pela ansiedade que sentia de que não poderia errar e não deixar que a procrastinação prejudicasse aquilo que eram as minhas obrigações, levando a que não me prevenisse adequadamente de possíveis constrangimentos à minha prática. Levo isto como uma aprendizagem para o futuro, não só como possível futuro docente, mas também como desenvolvimento pessoal, sendo capaz de lidar com adversidades e obstáculos.

Contudo, nem tudo foi mau, e os meus alunos foram parte fundamental deste percurso, desde os mais esforçados aos mais traquinas, pois sem eles, quem seríamos nós, professores, sem eles? Estarei sempre grato a eles e ficarão para sempre na minha memória como “os meus primeiros alunos”, com um orgulho enorme. A partilha de experiência com o PC e os restantes colegas do NE enriqueceu o meu repertório de conhecimento e o convívio diário com os mesmos também foi marcante nesta experiência.

Concluindo, foi um ano com altos e baixos, com experiências inesquecíveis, mas também marcado por um sentimento de que poderia ter dado mais. A experiência de ser docente foi marcante, mas ainda é algo que irei refletir, nos próximos tempos, sobre se irei prosseguir com a mesma ou não, nada que me impeça de sentir feliz, comigo mesmo, ao finalizar este percurso.

Bibliografia

Alarcão, I. (2009). Formação e supervisão de professores: uma nova abrangência. *Sísifo. Revista de Ciências da Educação*, (8), 119–127.

Alarcão, I. & Roldão, M. (2014). Um passo importante no desenvolvimento profissional dos professores: o ano de indução. *Formação Docente*, volume 6, número 11 (agosto/dezembro), 109-126

Araújo, R., Mesquita, I., & Hastie, P. (2014). *Os desafios da formação de professores de Educação Física: Reflexões sobre a prática pedagógica*. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, 36(2), 439-456.

Barros, I., Pacheco, A.R., & Batista, P. (2018). *A experiência de estágio: o impacto e as primeiras vivências do estudante estagiário de Educação Física*. *Revista Brasileira de Estudos pedagógicos*, 99(253), 605-632.

Black, P., & William, D. (1998). Assessment and classroom learning. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 5(1), 7-74.

Bloom, B. S., Hastings, J. T., & Madaus, G. F. (1971). *Handbook on formative and summative evaluation of student learning*. McGraw-Hill.

Caetano, A. P., & Silva, M. de L. (2009). Ética profissional e formação de professores. *Revista Brasileira de Educação*, 14(42), 269–279.

Correia, A. (2014). O diretor de turma e os desafios da escola inclusiva. *Revista Lusófona de Educação*, (26), 125–138.

Costa, L., & Almeida, R. (2020). *Avaliação formativa e prática docente: desafios e oportunidades na Educação Física escolar*. *Revista Portuguesa de Educação*, 33(3), 210-227.

Dauanny. E.B., Lima, M. S. L., & Pimenta, S. (2019). *A produção teórico-prática sobre o estágio na formação do professor*. *Revista SULEAR*, 1(3).

Decreto Legislativo Regional n.º 5/2023/A, de 17 de fevereiro de 2023

Decreto Legislativo Regional n.º 19/2023/A

Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/A, de 26 de junho

Decreto *Regulamentar* n.º 10/99 de 21 de julho

Escola Secundária das Laranjeiras. *Plano de Escola 2024-2027*

Fernandes, P., Leite, C., & Morgado, J. C. (2020). O papel do diretor de turma na mediação pedagógica: Um estudo em contexto português. *Revista Brasileira de Educação*, 25, e250038.

Fernandes, M., & Lopes, C. (2018). *Flexibilidade e resiliência na profissão docente: um estudo sobre práticas em Educação Física*. *Educação & Formação*, 40(2), 115-130.

Fernandes, M. M., Costa Filho, R. A., & Iaochite, R. T. (2019). *Teacher Self-efficacy of future Physical Education teachers in inclusive settings*. *Revista Brasileira de Educação Especial*. 25 (2), 217-230.

Ferreira, C. A. A. S. (2015). *A avaliação das aprendizagens na formação inicial de professores: discursos de professores/formadores*. *Educação em Revista*. 31(3). 225-249.

Ferreira, C. A., & Bastos, A. M. (2017). *A avaliação das aprendizagens no contexto do estágio no 1.º ciclo do ensino básico português: o relato do supervisor da universidade*. *Avaliação*. 22(2). 420-439.

Flores, M. A. (2001). *Person and context in becoming a new teacher*. *Journal of Education for Teaching*, 27(2), 135-148.

Flores, M. A., & Day, C. (2006). *Contexts which shape and reshape new teachers' identities: A multi-perspective study*. *Teaching and Teacher Education*, 22(2), 219-232.

Gomes, P. M. S., Queirós, P. M., & Batista, P. M. F. (2019). *Aprender a ser professor em contexto de estágio: Um estudo com recurso a timelines em entrevistas de natureza biográfica*. *Revista Brasileira de Educação*, 24, e240015.

Haywood, K. M., & Getchell, N. (2014). *Life span motor development (6th ed.)*. Human Kinetics.

Imaginário, L., & Vieira, F. (2009). *Formação de professores: identidade e desenvolvimento profissional*. Lisboa: Relógio d'Água.

- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2014). *Planeamento na ótica dos professores estagiários de Educação Física: dificuldades e limitações*. Revista Portuguesa de Pedagogia, 48(1), 55-67.
- Lima, J. A. (2002). A escola como organização educativa: Culturas organizacionais e liderança. *Revista Portuguesa de Educação*, 15(2), 7–29.
- Machado, D. A. C. (2021). *Relatório de estágio pedagógico: A caracterização da turma como recurso para a prática docente*. Universidade de Coimbra.
- Marcelo C. (2009). *Desenvolvimento profissional docente: Passado e futuro*. Sísifo. Revista de Ciência da Educação, 8, 7-22.
- Martins, C., Lopes, A., & Lima, C. (2014). *Ansiedade, stress e burnout no início da carreira docente: Um estudo com professores estagiários*. Revista Portuguesa de Educação, 27(1), 141-164.
- Martins, F. (2022). *Desafios da gestão do tempo e autonomia profissional no início da carreira docente*. Revista Lusófona de Educação, 59(1), 85-100.
- Meira, L. (2013). A formação de professores e o desenvolvimento profissional: Práticas de ensino reflexivas. *Revista Portuguesa de Educação*, 26(2), 7–29.
- Meirinhos, M., & Osório, A. (2010). A importância do professor cooperante na formação inicial de professores: Entre a supervisão e a formação. *Revista da UIIPS*, 2(1), 39-55.
- Oliveira, A., Vieira, F., & Sá, C. (2020). *A inteligência emocional na formação de professores: Uma dimensão esquecida?* Revista Lusófona de Educação, 48, 113-128.
- Olson, M. R., & Osborne, J. W. (1991). Learning to teach: The first year. *Teaching and Teacher Education*, 7(4), 331-343.
- Orge, F. R., Sandes, F. S., & Oliveira, J. F. (2023). *Planejamento e variáveis interferentes no estágio supervisionado*. Perspetivas em Diálogo, 10(22), 59-74.
- Paniago, R. N., & Sarmiento, T. J. (2015). *O processo de estágio supervisionado na formação de professores portugueses e brasileiros*. Educación em Cuestión, 53(39).

Pereira, J., Silva, T., & Matos, A. (2021). *Cooperação entre docentes como estratégia para a melhoria do ensino na Educação Física*. Cadernos de Educação, 31(1), 45-60.

Perrenoud, P. (1999). *Avaliação: da excelência à regulação das aprendizagens – entre duas lógicas*. Artmed Editora.

Regulamento da Unidade Curricular do Estágio Profissional, no Mestrado de Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade do Porto

Santos, I. L., Rodrigues, H. A., Fuzzi, F. T., Oliveira, R. S., Oliveira, M. K., Peluqui, D. F., & Darido, S. C. (2008). *As percepções e os significados para os estagiários de Educação Física em relação à indisciplina na escola*. Revista da Escola de Educação Física “Movimento”. 14 (3), 117-137.

Silva, M., & Matos, L. (2019). *Gestão do tempo e organização curricular no estágio de professores de Educação Física*. Revista Ibero-Americana de Educação, 77(2), 125-140.

Tavares, J., Silva, A., & Gomes, M. C. (2016). *A construção da autoridade do professor estagiário: Tensões e desafios*. Revista Interações, 12(42), 38-57.

Trudeau, F., & Shepard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(1), 10.

Vieira, F., Moreira, M. A., & Sá, C. (2015). *Desenvolvimento profissional de professores em início de carreira: Desafios e propostas*. Revista Lusófona de Educação, 30, 49-66.

Von Ah, A. R. (2015). *Projeto social esportivo e desenvolvimento humano: O esporte como estratégia de inclusão e formação de valores* [Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Campinas].

Zeichner, K. (1986). Content and contexts: Neglected elements in studies of student teaching as an occasion for learning to teach. *Journal of Education for Teaching*, 12(1), 5–24

Anexos

Anexo I – Questionário de Caracterização do Aluno



Professor:
Ano Letivo 2024/2025

Questionário de Caracterização do Aluno

1. Dados Pessoais

1.1. Nome: _____

1.2. Data de Nascimento: ____/____/____

1.3. Vives com os Pais? Sim ☐ Não ☐

1.4. Quem é o teu Encarregado de Educação? Mãe ☐ Pai ☐ Outro ☐

2. Dados Escolares

2.1. Indica as 2 disciplinas preferidas:

Matemática ☐ Português ☐ E. Física ☐

TIC ☐ Físico-química ☐ Ciências Naturais ☐ História ☐ Geografia ☐

Francês ☐ Inglês ☐

2.2. Indica as 2 disciplinas que gosto menos são:

Matemática ☐ Português ☐ E. Física ☐ TIC ☐ Físico-química ☐

Ciências Naturais ☐ História ☐ Geografia ☐

Francês ☐ Inglês ☐

2.3. No futuro qual a profissão gostavas de ter? _____

2.4. Deslocação para a Escola? Carro ☐ autocarro ☐ a pé ☐ Outro ☐

Quanto tempo demoras a chegar à escola? 5 min ☐ 10 min ☐ 15 min ☐

20 min ☐ + 25 min ☐

Anexo II – Regras de Sala de Aula

Regras da aula de Educação Física

A Educação Física é uma disciplina que tem como objetivo contribuir para um desenvolvimento harmonioso do corpo e da mente. Nas tuas aulas de Educação Física, terás tempo para te divertires, para aprenderes e para conviveres com os teus colegas de forma saudável. Para que a aula decorra num ambiente agradável e pacífico, é necessário que sejas responsável e que sigas as seguintes indicações:

1. Traz para todas as aulas o equipamento da escola (**t-shirt laranja e calção preto**). Este deve encontrar-se limpo e deve ser utilizado apenas durante a aula;
2. Utiliza sempre **calçado apropriado** para a prática desportiva, mesmo em caso de dispensa;
3. Utiliza sempre o **cabelo amarrado** com uma elástico se o teu cabelo for comprido;
4. **Sê assíduo e pontual**. Entra para o balneário atempadamente e equipa-te de forma rápida para não te atrasares. **Não há tolerância!**
5. Retira todos os objetos que te possam magoar (relógios, pulseiras, brincos, anéis...) como também os objetos de valor (telemóvel, carteira...). Coloca-os no cesto no início da aula;
6. Evita brincar no balneário. Coloca as tuas coisas no local destinado à tua turma;
7. Só podes beber água se trouxeres uma garrafa de água. Não são permitidas idas à casa de banho para beber água (Sugestão: traz uma garrafa vazia e enches no balneário, **antes da aula**);
8. As paragens para beber água são feitas apenas à ordem do professor e ocorrem somente nas aulas de 90 minutos;
9. Para as **aulas de natação** deves trazer fato de banho/calção de licra/tanga, touca, chinelos e se quiseres óculos e t-shirt de licra;
10. Para as **aulas de ginástica** deves trazer sabrinas ou, em alternativa, descalço ou meias antiderrapantes. Não são permitidas a utilização de meias normais;

Anexo III – Planeamento Anual

NOME		Linha 1										Linha 2										Linha 3										Linha 4										Linha 5										Linha 6										Linha 7										Linha 8										Linha 9										Linha 10										Linha 11										Linha 12										Linha 13										Linha 14										Linha 15										Linha 16										Linha 17										Linha 18										Linha 19										Linha 20										Linha 21										Linha 22										Linha 23										Linha 24										Linha 25										Linha 26										Linha 27										Linha 28										Linha 29										Linha 30										Linha 31										Linha 32										Linha 33										Linha 34										Linha 35										Linha 36										Linha 37										Linha 38										Linha 39										Linha 40										Linha 41										Linha 42										Linha 43										Linha 44										Linha 45										Linha 46										Linha 47										Linha 48										Linha 49										Linha 50										Linha 51										Linha 52										Linha 53										Linha 54										Linha 55										Linha 56										Linha 57										Linha 58										Linha 59										Linha 60										Linha 61										Linha 62										Linha 63										Linha 64										Linha 65										Linha 66										Linha 67										Linha 68										Linha 69										Linha 70										Linha 71										Linha 72										Linha 73										Linha 74										Linha 75										Linha 76										Linha 77										Linha 78										Linha 79										Linha 80										Linha 81										Linha 82										Linha 83										Linha 84										Linha 85										Linha 86										Linha 87										Linha 88										Linha 89										Linha 90										Linha 91										Linha 92										Linha 93										Linha 94										Linha 95										Linha 96										Linha 97										Linha 98										Linha 99										Linha 100										Linha 101										Linha 102										Linha 103										Linha 104										Linha 105										Linha 106										Linha 107										Linha 108										Linha 109										Linha 110										Linha 111										Linha 112										Linha 113										Linha 114										Linha 115										Linha 116										Linha 117										Linha 118										Linha 119										Linha 120										Linha 121										Linha 122										Linha 123										Linha 124										Linha 125										Linha 126										Linha 127										Linha 128										Linha 129										Linha 130										Linha 131										Linha 132										Linha 133										Linha 134										Linha 135										Linha 136										Linha 137										Linha 138										Linha 139										Linha 140										Linha 141										Linha 142										Linha 143										Linha 144										Linha 145										Linha 146										Linha 147										Linha 148										Linha 149										Linha 150										Linha 151										Linha 152										Linha 153										Linha 154										Linha 155										Linha 156										Linha 157										Linha 158										Linha 159										Linha 160										Linha 161										Linha 162										Linha 163										Linha 164										Linha 165										Linha 166										Linha 167										Linha 168										Linha 169										Linha 170										Linha 171										Linha 172										Linha 173										Linha 174										Linha 175										Linha 176										Linha 177										Linha 178										Linha 179										Linha 180										Linha 181										Linha 182										Linha 183										Linha 184										Linha 185										Linha 186										Linha 187										Linha 188										Linha 189										Linha 190										Linha 191										Linha 192										Linha 193										Linha 194										Linha 195										Linha 196										Linha 197										Linha 198										Linha 199										Linha 200										Linha 201										Linha 202										Linha 203										Linha 204										Linha 205										Linha 206										Linha 207										Linha 208										Linha 209										Linha 210										Linha 211										Linha 212										Linha 213										Linha 214										Linha 215										Linha 216										Linha 217										Linha 218										Linha 219										Linha 220										Linha 221										Linha 222										Linha 223										Linha 224										Linha 225										Linha 226										Linha 227										Linha 228										Linha 229										Linha 230										Linha 231										Linha 232										Linha 233										Linha 234										Linha 235										Linha 236										Linha 237										Linha 238										Linha 239										Linha 240										Linha 241										Linha 242										Linha 243										Linha 244										Linha 245										Linha 246										Linha 247										Linha 248										Linha 249										Linha 250										Linha 251										Linha 252										Linha 253										Linha 254										Linha 255										Linha 256										Linha 257										Linha 258										Linha 259										Linha 260										Linha 261										Linha 262										Linha 263										Linha 264										Linha 265										Linha 266										Linha 267										Linha 268										Linha 269										Linha 270										Linha 271										Linha 272										Linha 273										Linha 274										Linha 275										Linha 276										Linha 277										Linha 278										Linha 279									
------	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Anexo IV – Minuta de Plano de Aula

Escola Secundária das Laranjeiras



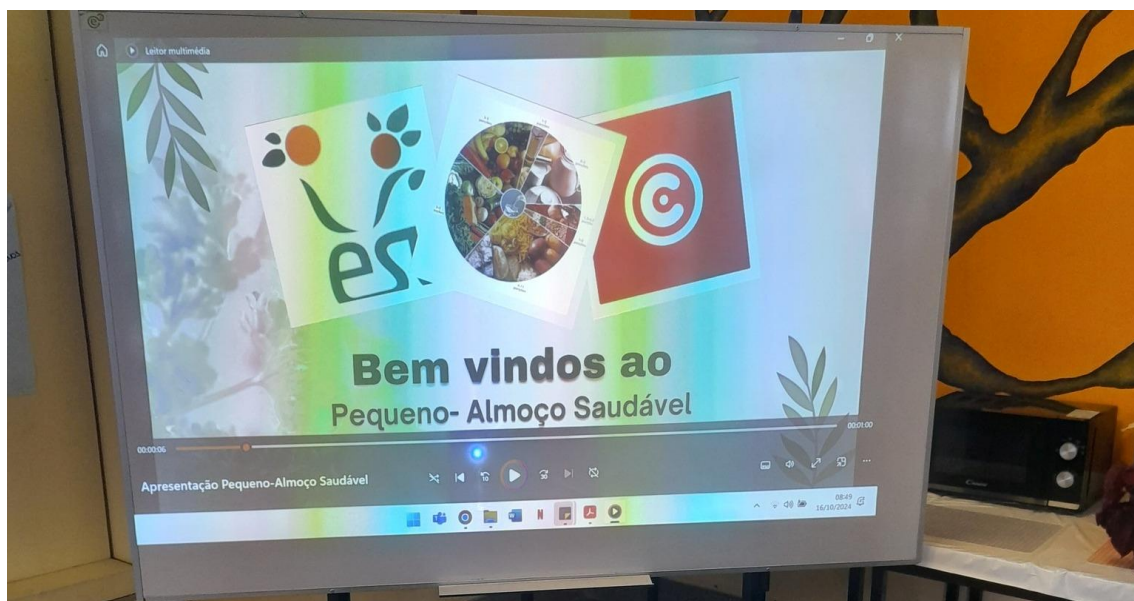
PLANO DE AULA – 7.º A		
Aula nº	Professor: César Amada	Nº de Alunos: Material:
Aula UD:	Unidade Didática:	
Data:	Objetivos da aula:	
Hora:	Motor:	
Duração:	Cognitivo:	
Local:	Socio afetivo:	

	①	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM	CRITÉRIOS DE ÊXITO
INICIAL				
FUNDAMENTAL				

Turma: 7.º A

Ano Letivo 2024-25

Anexo V – II Pequeno Almoço Saudável



Anexo VI – “Podcast com Nélson Évora”



Os alunos de mestrado responsáveis pela organização deste evento, Leonor Marques, Gonçalo Cabral, João Ferreira, César Arruda e o seu orientador Gabriel Guerreiro,



Anexo VII – JDE Futsal Feminino Secundário (Fase de Ilha)



Anexo VIII – JDE Voleibol Masculino Secundário (Fase Regional)



Anexo IX – JDE Futsal Feminino Secundário (Fase Regional)



Anexo X – I Feira do Desporto

I Feira do Desporto foi um “sucesso” e é “para repetir”

César Arruda, professor estagiário na Escola Secundária das Laranjeiras, admitiu que o feedback da I Feira do Desporto foi “muito positivo” por parte de toda a comunidade escolar

29 de May de 2025, 10:51



© Gabriel Pinto da Costa

Link da Notícia no Açoriano Oriental:

<https://www.acorianooriental.pt/noticia/i-feira-do-desporto-foi-um-sucesso-e-e-para-repetir-368983>

Anexo XI – Formação “A Integração de Ferramentas de Inteligência Artificial na Aprendizagem dos Alunos – Iniciação – 4.ª edição”



CERTIFICADO DE FORMAÇÃO

A Entidade Formadora «Destilga - Associação de Promoção da Cidadania Digital» (DREAçores/ENT-AEF/001/2022) certifica que o(a) formando(a) **César Arruda**, com número de identificação fiscal 249025205, realizou com aproveitamento a ação de formação abaixo indicada.

DADOS DO(A) FORMANDO(A)

Categoria Profissional: Docente com habilitação profissional
Unidade Orgânica / Entidade Patronal: Escola Secundária das Laranjeiras

FORMAÇÃO

Nome: **A Integração de Ferramentas de Inteligência Artificial na Aprendizagem dos Alunos - Iniciação - 4.ª edição**
Código de Acreditação: DREAçores/AAFC/068/2023
Público-Alvo: Docentes
Modalidade: Curso de formação
Datas: de 06/05/2025 até 11/06/2025
Local: Plataforma Ilhéu
Formador(es): José António Simões Freire
Creditação: ação creditada para todos os grupos de docência.

AVALIAÇÃO

Classificação: 5 (Muito Bom)
Duração e Unidades de Crédito: 16 horas, equivalente a 0.6 unidade(s) de crédito

A presente ação, cujo certificado se emite, releva efeitos de avaliação de desempenho de docentes (professores ou educadores de infância), de acordo com o previsto no artigo 216.º do Estatuto da Carreira Docente da Região Autónoma dos Açores, aprovado pelo Decreto Legislativo Regional n.º 23/2023/IIA a 26 de junho de 2023.

Presidência do Conselho Regional dos Docentes



© 2023 DRE AÇORES | Presidência do Conselho de Formação dos Alunos. Todos os direitos reservados.

Anexo XII – Formação “Preparação Física no Futebol”



Anexo XIII – Formação Profissional SBV-DAE

Renata - Emergência e Formação, Lda
Taguspark, Edifício Qualidade C1, Piso 0
2740-296 Porto Salvo
NIPC 510738567
Capital Social: 1.000,00 Euros

renata
REDE NACIONAL DE
TREINO EM SBV-DAE

Certificado de Formação Profissional **SUPORE BÁSICO DE VIDA E DAE**

Certifica-se que César Filipe Sousa Arruda,
nascido(a) em 30/08/1996, com o número de identificação civil ****7131,
concluiu com aproveitamento e com a classificação de 20 valores
o curso de formação profissional de Suporte Básico de Vida e DAE
que decorreu em 23/11/2024, com a duração de 7 horas e 5 anos de validade.

Porto Salvo, 23 de novembro de 2024

O Coordenador Pedagógico,



Enf. Nelson Santos



Nº 24250203



Verifique autenticidade em
www.renata.pt/certificado
ou digitalize o código QR

Anexo XIV – Diploma Qualificação Treinador de Futebol Grau II

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE FUTEBOL

ipdj
INSTITUTO PORTUGUÊS DE QUALIFICAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DO JOGADOR

FORMAÇÃO
DE FUTEBOLISTAS

 **Diploma de Qualificação**

Treinador/a de Desporto de
FUTEBOL – GRAU II

Faz-se saber que César Filipe Sousa Arruda, nascido(a) em 29/04/1992, com o n.º de Identificação Civil 15077131, concluiu com aproveitamento, em 30/06/2025, o Curso de Treinadores de FUTEBOL - GRAU II, com a duração total de 299 horas e com a classificação de * valores.

Ponte Delgada, 30/06/2025


PEDRO PROENÇA
PRESIDENTE FPF

Código do Curso n.º: 56427485

Diploma de Qualificação n.º: FPF/2025/FUTII/0410

 FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE FUTEBOL

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE FUTEBOL

fpf.pt