

Relatório de Estágio de Educação Física Realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Carolina Isabel Sousa Dias

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade

www.uma.pt

novembro | 2021

**Relatório de Estágio de Educação Física
Realizado na Escola Básica e Secundária
Dr. Ângelo Augusto da Silva**
RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Carolina Isabel Sousa Dias
MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

ORIENTAÇÃO
José Ricardo Velosa Barreto Ferreira Alves

“A tarefa não é tanto ver aquilo que ninguém viu, mas pensar o que ninguém ainda pensou sobre aquilo que todo mundo vê.”

Arthur Schopenhauer

Agradecimentos

Ao finalizar esta etapa que foi tão desafiante e importante para mim, tanto a nível pessoal, como a nível académico, expresso aqui o meu sincero agradecimento às pessoas que me acompanharam neste percurso:

À Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva e a todo o seu pessoal docente e não docente pela receção e disponibilidade demonstrada no decorrer do ano.

Ao orientador científico por fazer parte deste percurso académico e estar sempre pronto a ajudar e orientar todo este percurso. Obrigada pelas palavras amigas, pela partilha de experiência e pela excelência profissional e humana que demonstrou ao longo deste percurso.

Ao orientador cooperante por todo o acompanhamento, disponibilidade, partilha de momentos e experiência que fez com que tudo isto fosse possível. Agradeço o seu profissionalismo e ensinamentos.

Ao meu colega de estágio, Emanuel Fernandes, pelo facto de nos termos ajudado mutuamente e termos conseguido ultrapassar esta etapa com sucesso. Agradeço pelos momentos de partilha, pelos alertas e cooperação sempre demonstrados ao longo deste percurso.

Aos alunos da turma do 9º4 agradeço o facto de partilharem comigo este percurso, por todos os desafios colocados, enriquecendo este momento de aprendizagem.

À minha família, nomeadamente aos meus pais e à minha irmã que me acompanharam e partilharam o meu dia a dia neste processo, dando-me sempre o apoio e força necessária para finalizar este percurso.

À Liliana Guerra por estar sempre presente, mostrando-se preocupada e disponível em ajudar. Obrigada pelo apoio e amizade incondicional.

Ao Diogo Sousa por todo o apoio e disponibilidade em momentos de aflição, encorajando-me quando eu mais precisava. Obrigada pela paciência, pelo carinho e compreensão. Obrigada pelo teu positivismo nos momentos menos bons e por acreditares nas minhas capacidades, fazendo-me ser uma pessoa mais confiante.

Resumo

O presente documento é o culminar do processo de estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pela Universidade da Madeira, realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, no ano letivo 2020/2021. Este documento tem como objetivo a partilha de todas as atividades realizadas neste âmbito, bem como as experiências, reflexões e transformações que pessoalmente e profissionalmente tiveram um papel fundamental na evolução do professor estagiário.

Ao longo desta etapa de formação inicial foram desempenhadas diversas funções que vão muito além da orientação, gestão e lecionação de aulas a uma turma. O estágio pedagógico é uma etapa complexa e marcante para o professor estagiário na medida em que oferece diversas experiências e diferentes comportamentos solicitados, que vão assumir um papel essencial no enriquecimento de toda esta etapa. Deste modo, este processo permitiu adquirir uma visão mais global sobre as estruturas e dinâmicas vividas numa instituição escolar.

Assim, o estágio pedagógico permitiu um primeiro contacto com a atividade docente, onde foram colocadas em prática diferentes estratégias e metodologias, tendo sempre como principal objetivo colocar o aluno no centro do processo de ensino-aprendizagem. Neste sentido, vimos que o papel do docente não passa pela transmissão de conteúdos, dado que este deve procurar a formação eclética do aluno, contribuindo também para o desenvolvimento de atitudes e valores.

Palavras-Chave: educação física; estágio pedagógico; professor estagiário; aprendizagem

Abstract

This internship report is the culmination of the internship process of the master's degree in physical education teaching in Basic and Secondary Education, by the University of Madeira, held at Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, in the academic year 2020/2021. This document aims to share all the activities carried out in this area, as well as the experiences, reflections and transformations that played a fundamental role in the personal and professional development of the trainee teacher.

During this stage of initial training, several functions were performed that go far beyond the orientation, management and teaching of a set of classes in the context of a class. This complexity that characterizes the pedagogical internship process provided a set of experiences and requested different behaviors from the intern teacher, which contributed to the enrichment of this entire process. In this way, this process allowed us to acquire a more global view of the structures and dynamics experienced in a school institution.

Thus, the pedagogical internship allowed a first contact with the teaching activity, where different strategies and methodologies were put into practice, always with the main objective of placing the student at the center of the teaching-learning process. In this sense, we have seen that the role of the teacher does not pass through the transmission of content, as this must seek the eclectic training of the student, also contributing to the development of attitudes and values.

Keywords: physical education; teaching practice; teacher trainee; learning

Résumé

Ce rapport de stage est l'aboutissement du processus de stage du Master en enseignement de l'éducation physique dans l'enseignement de base et secondaire, de l'Université de Madère, organisé à l'école primaire et secondaire Dr. Ângelo Augusto da Silva, au cours de l'année académique 2020/2021. Ce document vise à partager toutes les activités menées dans ce domaine, ainsi que les expériences, réflexions et transformations qui ont joué un rôle fondamental dans le développement personnel et professionnel de l'enseignant stagiaire.

Au cours de cette étape de formation initiale, plusieurs fonctions ont été exercées qui vont bien au-delà de l'orientation, de la gestion et de l'enseignement d'un ensemble de cours dans le cadre d'une classe. Cette complexité qui caractérise le processus de stage pédagogique a fourni un ensemble d'expériences et demandé des comportements différents de la part de l'enseignant stagiaire, ce qui a contribué à l'enrichissement de l'ensemble de ce processus. De cette façon, ce processus nous a permis d'acquérir une vision plus globale des structures et des dynamiques vécues dans une institution scolaire.

Ainsi, le stage pédagogique a permis un premier contact avec l'activité d'enseignement, où différentes stratégies et méthodologies ont été mises en pratique, toujours avec l'objectif principal de placer l'étudiant au centre du processus d'enseignement-apprentissage. En ce sens, nous avons vu que le rôle de l'enseignant ne passe pas par la transmission de contenus, car celui-ci doit rechercher la formation éclectique de l'élève, contribuant également au développement des attitudes et des valeurs.

Mots clés: education physique; pratique de l'enseignement: professeur stagiaire; apprentissage

Resumen

Este informe de prácticas es la culminación del proceso de prácticas del Máster en Docencia de la Educación Física en Educación Básica y Secundaria, por la Universidad de Madeira, realizado en la Escuela Básica y Secundaria Dr. Ângelo Augusto da Silva, en el curso académico 2020/2021. Este documento tiene como objetivo compartir todas las actividades realizadas en este ámbito, así como las experiencias, reflexiones y transformaciones que jugaron un papel fundamental en el desarrollo personal y profesional del docente en formación.

Durante esta etapa de formación inicial se realizaron diversas funciones que van mucho más allá de la orientación, gestión y docencia de un conjunto de clases en el contexto de una clase. Esta complejidad que caracteriza el proceso de pasantía pedagógica brindó un conjunto de experiencias y solicitó diferentes comportamientos al docente pasante, lo que contribuyó al enriquecimiento de todo este proceso. De esta forma, este proceso nos permitió adquirir una visión más global de las estructuras y dinámicas vividas en una institución escolar.

Así, la pasantía pedagógica permitió un primer contacto con la actividad docente, donde se pusieron en práctica diferentes estrategias y metodologías, siempre con el objetivo principal de colocar al alumno en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje. En este sentido, hemos visto que el rol del docente no pasa por la transmisión de contenidos, ya que este debe buscar la formación ecléctica del alumno, contribuyendo también al desarrollo de actitudes y valores.

Palabras clave: educación física; práctica docente; professor en formación; aprendizaje

Índice

1. Introdução.....	1
2. Enquadramento do EP	5
2.1. Expetativas do EP	6
2.2. Expetativas dos efeitos do estágio	7
2.3. Expetativas em relação ao Núcleo de Estágio	9
2.4. Expetativas em relação ao Orientador Científico e ao Orientador Cooperante .	9
2.5. Objetivos do Estágio Pedagógico	10
2.6. Enquadramento Legislativo do Plano de Ensino à Distância (E@D) - Ano Letivo 2020/2021	12
2.7. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas no EP	14
2.8. A Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva	16
3. Prática Letiva.....	21
3.1. Enquadramento	21
3.2. Gestão do Processo Pedagógico: Modo de atuação.....	24
3.3. O planeamento	27
3.4. O plano anual	29
Uma Unidade Didática.....	33
3.5. O plano de aula	36
3.6. Assistência às aulas.....	39
3.6.1. Operacionalização	41
3.7. Plano de Ensino à Distância.....	43
3.7.1. Estratégias Didático-Pedagógicas.....	44
4. Estágio Pedagógico: um meio de transformação do professor estagiário	46
4.1. Reuniões: espaço de reflexão.....	47
4.2. Lecionação à turma do 2º ciclo	48
4.3. Avaliação em EF.....	50

4.4.	As dinâmicas de grupo.....	53
4.5.	A edição de vídeos: uma ferramenta educativa	55
4.6.	Dificuldades: um meio de aprendizagem.....	57
5.	Atividade de Integração no Meio	62
5.1.	Caraterização da turma	62
5.2.	Operacionalização	63
5.3.	Balanço.....	65
5.4.	Atividade de Extensão Curricular	67
5.4.1.	Conceptualização.....	67
5.4.2.	Operacionalização	68
5.4.3.	Balanço	70
6.	Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar	73
6.1.	Conceptualização	73
6.2.	Operacionalização.....	74
6.3.	Balanço	75
7.	Atividades de Natureza Científico-Pedagógica.....	78
7.1.	Ação Científico-Pedagógica Individual - O Kahoot como ferramenta de ensino-aprendizagem	78
7.1.1.	Conceptualização.....	78
7.1.2.	Operacionalização	80
7.1.3.	Balanço	81
7.2.	Ação Científico-Pedagógica Coletiva - Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de Educação Física	83
7.2.1.	Conceptualização.....	83
7.2.2.	Operacionalização	84
7.2.3.	Balanço	85
8.	Considerações finais.....	88
9.	Referências.....	93

Anexos	102
--------------	-----

Índice de Tabelas

Tabela 1- Matérias a abordar no 3º ciclo	31
Tabela 2- Estrutura da unidade didática	35
Tabela 3- Estrutura do plano de aula	38
Tabela 4- Avaliação na disciplina de EF	52

Índice de anexos

Anexo 1- Avaliação de risco das atividades físico motoras	103
Anexo 2- Plano de aula	104
Anexo 3- Instrumento de observação inicial	105
Anexo 4- Instrumento de observação final	106
Anexo 5- Autorização atividade extracurricular	107
Anexo 6- Informação do dia de EF	108
Anexo 7- Programa ACPI	109
Anexo 8- Poster ACPI	110
Anexo 9- Questionário de satisfação APCI	111
Anexo 10- Cartaz ACPC	118
Anexo 11- Informação sobre o estudo e consentimento informado	119
Anexo 12- Guião para a realização dos vídeos dos alunos	120
Anexo 13- Questionário para a ACPC	1
Anexo 14- UD não presencial	9

Abreviaturas

ACPC- Ação Científico Pedagógica Coletiva

ACPI- Ação Científico Pedagógica Individual

AE- Aprendizagens Essenciais

AEC- Atividade de Extensão Curricular

CT- Caracterização da Turma

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

EF- Educação Física

EFERAM-CIT- Educação Física nas Escolas da Região Autónoma da Madeira -

Compreender, Intervir e Transformar

EP- Estágio Pedagógico

MEEFEBS - Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

PAA- Plano Anual de Atividades

PEE- Projeto Educativo de Escola

PL- Prática Letiva

PNEF- Programa Nacional de Educação Física

UD- Unidade Didática

UMa- Universidade da Madeira

RI- Regulamento Interno

1. Introdução

O estágio é uma etapa fundamental na formação inicial do professor, pois o mesmo proporciona a relação teoria-prática, bem como conhecimentos na área de administração, pedagogia, organização do ambiente escolar, entre outros. Nesse sentido, o objetivo do estágio passa por aproximar o mais possível a ação pedagógica da realidade escolar, para que o futuro docente possa compreender os desafios que a sua profissão lhe oferecerá (Borssoi, 2008). Por outras palavras, o estágio pode ser entendido como uma preparação para o docente, que irá exercer futuramente no contexto escolar, oferecendo-lhe experiências e conhecimentos que mais tarde servirão de base para a sua atuação.

É de realçar que este processo serve como suporte da docência, onde através da possibilidade de ação e reflexão da sua própria prática, enquanto docente, o professor poderá realizar mudanças nas suas práticas pedagógicas futuras (Bento, 2018).

O Estágio Pedagógico (EP) caracteriza-se por ser rigoroso e complexo, solicitando dos estagiários total empenho, foco, capacidade de reflexão e de trabalho. Por este motivo este período é caracterizado por um misto de emoções e sensações que acabam por se manifestar devido a receios e ambições perante a responsabilidade que possuímos no processo de ensino-aprendizagem dos alunos. Esta responsabilidade de contribuir para o desenvolvimento integral do aluno, torna todo este processo e a nossa atuação marcante, rica e desafiante. Assim, dado que a educação assume um papel importante na mudança e na evolução social, é importante que o estagiário tenha a consciência que a sua atuação irá exigir que o mesmo se entregue de corpo e alma (Scalabrin & Molinari, 2013).

É relevante realçar que as características gerais da turma foram sempre tidas em consideração ao longo deste processo, bem como a individualização do ensino. Deste modo, cada processo de estágio é diferente consoante cada turma e as suas particularidades, bem como o contexto escolar que difere para cada professor estagiário.

Neste ponto de vista, a eficiência e eficácia do estagiário deverá ser entendida através da capacidade que o mesmo possui na resolução de problemas que lhe surgem, adequando as funções de ensino aos alunos em questão.

Neste sentido, ao realizar um documento com esta importância é fundamental expressar de forma crítica e reflexiva as competências e os conhecimentos que foram

adquiridos ao longo do EP. Assim é importante, muito mais que relatar, refletir sobre as atividades desenvolvidas durante o ano letivo, no sentido de no futuro diminuir o tempo investido e os erros cometidos nos processos de pré-impacto e impacto das mesmas. Isto surge com o propósito de enaltecer ainda mais as competências e capacidades desenvolvidas e adquiridas no decorrer do ano letivo. Desta forma, segundo Scalabrin e Molinari (2013) é importante que o professor reflita a sua prática docente a cada dia, com o objetivo de evoluir e contribuir de forma significativa para a aprendizagem do aluno.

Neste contexto, o EP deve ser visto como uma etapa fundamental na formação inicial do docente. Contudo após terminar este processo o professor deverá continuar a procurar evoluir, apostando na sua formação contínua, pois a sociedade sofre diversas transformações ao longo do tempo e torna-se importante que os professores consigam responder às exigências do contexto, adotando uma prática reflexiva (Scalabrin & Molinari, 2013).

A prática reflexiva entende-se como a utilização regular do processo diagnóstico, prescrição e controlo. Neste processo, o professor incide a sua prescrição em reflexões anteriores para depois voltar a refletir e assim estar em constante adaptação com o meio educativo.

Todas as atividades realizadas no âmbito do EP deixaram marcas diferentes no professor estagiário, dado que ao longo deste processo foram adquiridas diferentes aprendizagens e reflexões sobre as várias atividades, no sentido de tornar a formação do professor o mais eclética possível.

Neste propósito, é importante realçar que o EP inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensino Básico e Secundário (MEEFEBS) da Universidade da Madeira (UMa), para além de ser necessário garantir a lecionação de diversas aulas de uma turma, é necessário também assegurar a lecionação de uma turma de 2º ciclo em conjunto com os restantes professores estagiários. Para além disso, é necessário realizar as Atividades de Integração no Meio (caraterização da turma e ação de extensão curricular), a atividade de intervenção na comunidade escolar e duas ações de natureza científico pedagógica. Estas atividades foram um meio rico para solicitar diferentes comportamentos ao professor estagiário, onde este sentiu necessidade de planear, organizar e se preparar no sentido de obter o maior sucesso possível.

Apesar das expectativas o EP caracteriza-se por ser uma etapa complexa e com experiências inesperadas que implicam a adaptação constante do professor estagiário. Com isto, neste relatório serão igualmente refletidas algumas experiências que, no nosso entender, tornaram este EP mais enriquecedor e completo.

Neste sentido, é importante realçar que este EP foi realizado em ambos os regimes de ensino, ou seja, em regime presencial e em regime não presencial. Assim, ao lecionar no ensino não presencial foi necessário adaptar algumas metodologias e recorrer a outros meios e tecnologias que implicaram um estudo e conhecimento mais profundo do professor estagiário.

Na elaboração deste relatório pretendemos adotar uma estruturação de fácil compreensão e de simples acesso, tanto para nós como para quem o pretenda consultar futuramente. Deste modo, ao iniciar a leitura do documento apresentamos o enquadramento do estágio, onde serão apresentadas as nossas expectativas iniciais, os objetivos que nos propomos atingir, assim como a caracterização da escola onde realizamos o nosso estágio. Após isto, é apresentando um dos capítulos mais relevantes desta etapa, nomeadamente a PL onde está exposto todo o processo de ensino aprendizagem, como o planeamento e elaboração das unidades didáticas, os planos de aula, o planeamento anual e o uma etapa fundamental no estágio, como a assistência às aulas. Neste capítulo surge ainda o plano de ensino à distância onde serão apresentadas as estratégias e os meios utilizados nas aulas com o objetivo de as tornar diversificadas e motivante.

No capítulo 4 serão apresentadas algumas experiências consideradas mais marcantes no decorrer do EP, como as reuniões com o orientador cooperante, a reflexão feita sobre a avaliação e as suas componentes, a lecionação à turma do 2º ciclo, as dinâmicas de grupos e a sua influência numa aula e as dificuldades que surgiram ao longo do EP que foram vistas como potenciais momentos de aprendizagem.

De seguida serão expostas as atividades de integração no meio, da qual faz parte a caracterização da turma e toda a recolha de dados que foi necessário realizar, assim como as principais informações da turma e a atividade de extensão curricular realizada com a respetiva turma. Outra atividade que assumiu um papel importante para a integração do estagiário na escola foi a realização atividade de intervenção na comunidade escolar, dado que permitiu ao professor assumir um papel ativo nas atividades dinamizadas pela escola.

No capítulo apresentado de seguida serão abordadas as atividades de natureza científico pedagógica individual e coletiva que também assumiram um papel fundamental para a integração do estagiário na instituição de ensino e no grupo disciplinar, bem como na formação inicial do professor, tornando-a o mais completa possível.

Finalizando a estrutura do relatório serão ressaltadas as considerações finais mais relevantes na formação do professor estagiário e todas as atividades e situações que surgiram ao longo desta etapa que a tornaram o mais rica possível. Para além disso, nos anexos serão colocados alguns dos documentos que foram criados com o intuito de auxiliar todo o processo do EP.

É importante referir que ao longo deste processo contámos com o papel fundamental dos professores orientadores, tanto o orientador cooperante como o orientador científico, que foram peças essenciais no desenrolar deste processo. Para além disso, este EP foi caracterizado pelo trabalho colaborativo entre o colega de estágio e as colegas estagiárias da Universidade do Porto.

2. Enquadramento do EP

O EP é uma etapa essencial no processo de formação de um docente, pois é a partir deste que o estagiário conhece a realidade vivida em contexto escolar e é o meio pelo qual aplica a teoria e a prática (Chaves, Rodrigues & Silva, 2012). Ou seja, o processo de estágio oferece ao futuro docente a oportunidade de se integrar no contexto escolar, ficando a conhecer as funções da sua futura profissão ao mesmo tempo que reflete sobre as mesmas.

Segundo o exposto no artigo 33º do Decreto de Lei nº 49/2005 de 30 de agosto, a formação inicial dos docentes deve assentar numa formação de cariz superior, oferecendo aos professores métodos, técnicas científicas e pedagógicas, assim como formação pessoal e social adequadas à sua função. Para além disso, é importante que o professor tenha consciência que a sua formação não termina com a formação inicial e que é essencial apostar na formação contínua, visando a evolução da sua formação.

Neste sentido, a Universidade da Madeira (UMa) oferece a possibilidade de integrar o MEEFEBS, onde apresenta um plano de estudos abrangente às diferentes áreas do conhecimento, fazendo parte deste o EP. Este EP decorre ao longo do segundo e último ano deste mestrado, numa instituição escolar de cariz pública do ensino básico e/ou secundário no concelho do funchal.

Ao iniciar esta etapa na sua formação o professor estagiário terá pela frente um mundo de desafios, de imprevistos e algumas incertezas, pelo que será necessário sair da sua zona de conforto, aproximando-se dos seus limites, com o objetivo de finalizar esta etapa com sucesso e satisfação.

Assim, esta etapa de formação envolveu muito mais do que a lecionação e gestão do processo de ensino aprendizagem de uma turma, pois visto que a atividade docente vai muito mais além do que lecionar aulas, ao longo deste estágio foi desenvolvido um conjunto de atividades. Estas atividades foram desenvolvidas em contexto escolar, envolvendo uma ligação e interação com a prática letiva (PL) e com outras atividades inseridas no âmbito deste EP.

Tal como referido no artigo 11º do Decreto de Lei nº 79/2014 a 14 de maio, o EP é um dos elementos que assume um papel essencial na formação dos futuros professores, caracterizando-se como uma iniciação à futura prática profissional. Esta componente tem

como objetivo integrar os futuros docentes em situações reais de ensino, através da prática supervisionada, potenciando experiências ao nível da planificação, ensino e avaliação. Tal como refere Coelho (2016), a prática pedagógica é a etapa da formação que permite ao futuro docente aprender através da prática, envolvendo momentos de reflexão sobre as técnicas, instrumentos e estratégias utilizadas ao longo do processo formativo.

Ao explorar o site da UMa verificamos que através da unidade curricular de estágio (2021) o aluno deve ser um profundo conhecedor das componentes ligadas à EF, dominando saberes técnicos e científicos, através de pesquisa e investigação. Para além disso, o estagiário deve conseguir adaptar os programas à realidade do contexto educativo, através do profundo conhecimento do PNEF. O professor estagiário deve ser autónomo e pró-ativo, deve ser capaz de realizar trabalho em equipa e demonstrar capacidade de refletir criticamente. Por fim, o estagiário deve demonstrar capacidade de apresentar e argumentar todo o trabalho desenvolvido no âmbito do estágio.

Neste sentido, verificamos que o processo de estágio é uma etapa marcante na formação do futuro docente, sendo potenciado o seu crescimento tanto pessoal como profissional em contexto real de ensino. Neste momento é importante que o estagiário esteja preparado para atuar no meio escolar através da aplicação de diferentes estratégias e métodos, que posteriormente leve à respetiva reflexão. Como tal, é importante a supervisão de professores orientadores, com experiência e vivência em contexto real de ensino, com o intuito de potenciar a aprendizagem do professor estagiário. O orientador detém um papel fundamental ao longo do estágio, dado que os futuros professores se encontram numa fase de desenvolvimento e construção da sua identidade. Para além disso, poderá contribuir para que os estagiários possuam maior confiança no âmbito escolar (Barreto, Oliveira & Araújo, 2015).

2.1. Expetativas do EP

Ao iniciar este processo são criadas um conjunto de imagens e diversas expetativas de como será o desenrolar desta etapa, que muitas vezes se traduzem num conjunto de incertezas e dúvidas de como será a nossa atuação e capacidade de responder às exigências do contexto. Da mesma forma, visto que esta etapa é o ponto de partida da

nossa formação inicial, é expectável despertar nos estagiários um conjunto de emoções, força de vontade e grande motivação para ultrapassar esta fase com sucesso.

Assim, dada a complexidade que caracteriza o processo de EP e visto que este é um processo único na formação inicial, é expectável que o professor estagiário se dedique completamente, através da definição de prioridades, onde muitas vezes o trabalho irá se sobrepor aos tempos livres.

Assim, das situações relatadas pelos colegas estagiários de anos anteriores, iniciei o ano letivo com a visão de que o EP seria uma etapa marcante e complexa na minha formação, mas caracterizada por um ano de dificuldade e de trabalho árduo. Na verdade, a noção de ser responsável pelo processo de ensino-aprendizagem de uma turma levantava algumas dúvidas e receios que, como aponta Piéron (1996), o professor estagiário ao assumir a titularidade da aula encontra-se numa situação desconfortável, pois o mesmo passa a estar inserido num contexto que não lhe é familiar. Contudo, será essa insegurança e algum receio que permitirá ao estagiário abrir novos horizontes para refletir, corrigir, cair e voltar ao processo formativo, sendo que este ciclo poderá ocorrer diversas vezes ao longo do estágio (Coelho, 2016).

É interessante perceber que as expectativas iniciais são comuns à maioria dos estagiários e que estão ligadas a receios associados com o controlo da turma, muitas vezes associada à falta de experiência dos estagiários. Neste ponto de vista Teixeira (2013) refere que a atuação em contexto prático exige muito mais do que colocar em prática os conhecimentos teóricos adquiridos, pois nesta dimensão surgem contratempos, a necessidade de dominar o contexto e adequar as decisões tomadas.

Um aspeto que aumentava as nossas expectativas iniciais foi a pandemia em que nos encontrávamos, pois não saberíamos como iria decorrer o ano letivo e quais as reais limitações impostas para a nossa disciplina. Como tal, iniciámos este ano letivo sempre com a possibilidade do ensino à distância estar presente no nosso EP.

2.2. Expectativas dos efeitos do estágio

Antes de ingressar no Mestrado em Ensino da EF, realizei a minha formação no curso de EF e Desporto, finalizando a minha licenciatura em três anos. Durante estes três anos de licenciatura e o primeiro ano de mestrado fui adquirindo múltiplos conhecimentos

teóricos que aspirava poder colocar em prática ao longo do estágio. Com o estágio tencionava adquirir experiência e ferramentas que me possibilitassem vir a ser uma professora eficiente e eficaz, com capacidade de adaptação em relação às diferentes situações do quotidiano. O docente considerado eficiente, segundo Pereira (2020), é aquele que procura manter os alunos interessados e empenhados em função dos objetivos estabelecidos, num período de tempo relativamente elevado, sem recorrer a técnicas corretivas, negativas ou punitivas. Neste sentido, esperava que o estágio colocasse em evidência algumas lacunas presentes na minha educação e que estas pudessem ser preenchidas neste último ano de formação académica, através de uma prática reflexiva.

Apesar da formação dos quatro anos anteriores me terem fornecido diversos conhecimentos e ferramentas essenciais para conseguir atuar perante diversas situações, simultaneamente sentia que não possui uma bagagem ao nível da prática, em contexto real de ensino, suficiente que me permitissem assimilar a responsabilidade de assumir o controlo de uma turma. Estes receios estavam associados ao facto de ter consciência que neste ano iria perceber se correspondia ao desafio de ser professor e se era realmente o que esperava e pretendia.

Outro ponto onde sentia algum receio, associado à minha personalidade um pouco mais reservada, estava ligada à relação professor-aluno. No meu ponto de vista é importante que esta relação implique um certo grau de proximidade e de empatia, que permita ao aluno ver o professor como um ponto de apoio que o ajude a ultrapassar as suas dificuldades. Para além disso seria um ponto essencial para o bom funcionamento das aulas, através de um clima positivo, de respeito e trabalho. Como tal, dada a motivação e determinação em ultrapassar estes receios, este ponto foi visto apenas como o início de evolução pessoal e profissional.

É de realçar que no final do ano letivo o sentimento era completamente diferente daquele com que iniciei este processo. Os receios e as dúvidas sentidas foram se dissipando ao longo desta etapa e o EP veio revelar que eu estava preparada para responder ao desafio de ser professor.

2.3. Expetativas em relação ao Núcleo de Estágio

Relativamente ao núcleo de estágio, tive a oportunidade de escolher o grupo de trabalho para constituir o núcleo, o que foi bastante benéfico dado que eu e o meu colega já nos conhecíamos e já tínhamos tido a oportunidade de trabalhar em conjunto. Neste sentido, esperava um grupo unido, cooperante, com espírito de entreatajuda, mas com momentos de discussão, reflexão e confronto de opiniões. Estes momentos seriam importantes para a evolução pedagógica de ambos os estagiários, onde estariam envolvidas diferentes maneiras de pensar, atuar e refletir, assim como seria um meio de retirar diferentes elações para suportar atuações futuras. Como refere Ferreira (2013), nos dias de hoje é esperado que os professores reflitam e investiguem a realidade que os rodeia e que os mesmos estejam abertos à mudança, sempre prontos a partilhar com os seus colegas a análise dessa realidade.

A constituição dos elementos do núcleo de estágio é uma escolha que deve ser tomada com consciência e ponderação e não algo que se decida sem o mínimo de pensamento e reflexão. Esta escolha é de extrema importância, dada a complexidade do ano que se apresenta pela frente. Ou seja, é esperado um ano de trabalho árduo, onde o apoio do colega de estágio será fundamental para ultrapassar esta etapa com sucesso e em conjunto, daí ser importante formar um núcleo de estágio coeso.

2.4. Expetativas em relação ao Orientador Científico e ao Orientador

Cooperante

Relativamente aos orientadores, cooperante e científico, que orientavam todo este processo de estágio na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (EBSAAS), foram uma das principais razões para a escolha desta instituição de ensino, devido às informações anteriores de colegas de estágio, relativamente às metodologias de trabalho e acompanhamento e orientação ao longo de todo este processo.

É importante referir que a relação entre o professor estagiário e os orientadores é fundamental para o sucesso de todo o estágio, dado que estes estão sempre presentes durante o processo de formação do estagiário. Para Piéron (1996), as relações entre o orientador e o estagiário assemelham-se às do mestre e do aprendiz, em que o orientador disponibiliza toda a sua experiência e conhecimento ao dispor do estagiário que procura maximizar a teoria durante a sua formação.

Relativamente às expectativas acerca do Orientador Cooperante e de acordo com as referências dadas por colegas estagiários de anos anteriores, esperava um orientador com muita experiência no campo, assim como com muito rigor e exigência no planejamento e realização de todas as atividades desenvolvidas no estágio. Para além disso, expectava que o mesmo assumisse um papel fundamental neste estágio, na medida em que iria transmitir toda a sua experiência e conhecimento, com o objetivo de adotarmos as estratégias adequadas face às situações vivenciadas.

No caso do Orientador Científico as expectativas seriam igualmente altas e muito positivas, dado que nas experiências anteriores durante a minha formação obtive uma imagem positiva deste professor, no que diz respeito à sua postura, rigor e método de trabalho. Neste sentido, seria esperado que o mesmo nos orientasse durante este processo através de críticas construtivas, que teriam como objetivo potenciar a nossa evolução enquanto professores estagiários.

No que diz respeito à relação entre os três agentes do estágio (orientador cooperante, orientador científico e estagiário) esperava que os mesmos discutissem ideias, métodos de trabalho e estratégias de forma regular durante este processo, com o objetivo de melhorar a atuação do professor estagiário. Neste sentido Piéron (1996) refere que esta tríade seja um meio de debate e reflexão, com o intuito de apresentar diferentes pontos de vista, potenciando a evolução do processo pedagógico dos envolvidos.

2.5. Objetivos do Estágio Pedagógico

O processo de estágio é caracterizado como uma etapa obrigatória na formação académica de todos os professores, apresentando elementos desafiadores da prática pedagógica e das conceções dos futuros docentes ao longo da sua formação inicial. O objetivo deste processo passa pela realização da prática de ensino criando uma relação entre a parte teórica e a componente prática como efetivação do processo de ensino aprendizagem (Castro & Salva, 2012). Segundo os mesmos autores, visto que o estágio permite a inserção no ambiente escolar, proporcionando situações reais relacionadas ao processo de ensino-aprendizagem, é considerado um momento privilegiado de aprendizagem da docência.

O Regulamento da Prática de Ensino Supervisionada dos Mestrados em Ensino da UMA, homologado a 9 de março de 2021 e em conformidade com o Decreto-Lei nº 74/2006 de 24 de março, é um documento onde são apresentadas as condições para a realização da Prática de Ensino Supervisionada na Escola do curso de mestrado que fornece habilitação profissional para a docência nos ensinos pré-escolar, básico e secundário. Desta forma, os objetivos da prática supervisionada na escola são:

“(a) Desenvolver a capacidade de análise e reflexão sobre as situações de ensino-aprendizagem e avaliação das aprendizagens, sobre os problemas da prática profissional, mobilizando saberes adquiridos e construindo novos saberes; (b) Desenvolver a capacidade de trabalho cooperativo e a assumir na sua prática uma perspetiva profissional tendo um comportamento mais produtor que reprodutor, desenvolvendo a reflexão e o espírito crítico, a criatividade, a tomada de decisão e a capacidade de adaptação a diferentes contextos; (c) Conhecer a instituição escolar nos seus aspetos globais aprofundando as características das instituições escolares com os agrupamentos protocolados; (d) Aplicar os conhecimentos científicos e metodológicos adquiridos nas diferentes componentes de formação de uma forma integrada e interdisciplinar; (e) Adequar e integrar propostas inovadoras de acordo com o currículo e/ou orientações curriculares; (f) Dominar métodos e técnicas relacionadas com o processo de ensino e aprendizagem, o trabalho em equipa, a organização da escola e a investigação educacional; (g) Aprofundar e operacionalizar competências adquiridas nos domínios científicos e pedagógico-didáticos” (PESE, 2º artigo- Objetivos da prática de ensino supervisionada na escola)

Sendo o processo de estágio uma etapa complexa e rica em atividades desenvolvidas pelo futuro docente, não se limita apenas à orientação de um conjunto de

aulas de uma turma, mas também a diversas atividades desenvolvidas pelo estagiário junto da comunidade escolar. Assim sendo, são desenvolvidas algumas atividades ao longo desta etapa que pretendem complementar a formação do professor estagiário, tais como as atividades de natureza científico-pedagógica, atividades de integração no meio e as atividades de intervenção na comunidade educativa. Através destas atividades o estagiário adquire uma visão sobre o funcionamento do meio escolar, desenvolve uma melhor compreensão dos alunos e desenvolve um espírito crítico e reflexivo essenciais na sua atuação enquanto docente. Para além disso, permite ao futuro docente desenvolver a sua capacidade de comunicação oral e escrita, adequada ao seu público-alvo.

Posto isto, ao longo do processo de estágio realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, pretendíamos alcançar os seguintes objetivos:

1. Aplicar e compreender os conhecimentos adquiridos a novas situações em contexto escolar;
2. Demonstrar um espírito crítico e reflexivo, capacidade de entreaajuda em contexto escolar e sentido de aprendizagem;
3. Demonstrar capacidade de resolver problemas e desenvolver soluções no âmbito da EF;
4. Promover nos alunos o gosto pela prática de atividade física ao longo da vida;
5. Demonstrar capacidade de argumentação e discussão sobre as atividades desenvolvidas ao longo do estágio;
6. Perceber a realidade vivida em contexto escolar;
7. Adquirir competências e conhecimentos essenciais para a minha formação enquanto futura docente de EF.

2.6. Enquadramento Legislativo do Plano de Ensino à Distância (E@D) - Ano Letivo 2020/2021

No ano de 2020 chegou a Portugal uma doença designada de novo coronavírus, que levou ao isolamento social da população, com o intuito de combater o contágio entre as pessoas. Contudo, este isolamento afetou diversos setores, sendo o educacional um deles. Neste sentido, e de forma a evitar a transmissão do novo coronavírus (COVID-19), o governo central, no dia 13 de março de 2020, através da publicação do Decreto-Lei nº10-A/2020 implementou o Plano de Ensino à Distância. Neste documento consta

diversas medidas excepcionais e temporárias referentes à situação epidemiológica provocado pelo COVID-19.

O ensino à distância é uma modalidade de ensino que surge como alternativa de qualidade para os alunos impossibilitados de frequentar presencialmente a escola. Esta modalidade está assente na integração das tecnologias nos processos de ensino e aprendizagem, proporcionando o acesso de todos à educação (Portaria nº. 359/2019). Segundo o exposto no mesmo documento:

“O Ensino a distância é a modalidade educativa e formativa em que o processo de ensino e aprendizagem ocorre predominantemente com separação física entre os intervenientes, designadamente docentes e discentes, em que: i) A interação e participação são tecnologicamente mediadas e apoiadas pelo professor-tutor e por equipas educativas de ensino a distância, abreviadamente designadas por equipas educativas E@D, responsáveis pelo processo de ensino e aprendizagem; ii) O desenho curricular é orientado para permitir o acesso sem limites de tempo e lugar ao currículo e aos processos e contextos de ensino e aprendizagem; iii) O modelo pedagógico é especialmente concebido para o ensino e a aprendizagem em ambientes virtuais.” (Artigo 4º)

Dado que desde novembro de 2020 tem vindo a ser renovado o estado de emergência devido ao crescente número de casos, foi publicado o Decreto-Lei nº10-B/2021, no dia 4 de fevereiro onde estabelece medidas excepcionais e temporárias para a educação referentes ao ano 2021. Do mesmo modo, o Governo Regional da Madeira (RAM) apresenta a resolução nº 216/2021 a 1 de abril de 2021 onde renova a suspensão das aulas presenciais dos alunos do ensino secundário até dia 7 de abril de 2021, tal como a interrupção das aulas presenciais para os alunos do 3º ciclo até ao dia 9 de abril de 2021. Como tal através o Decreto nº. 3-D/2021, de 29 de janeiro, determina a retoma das aulas a partir do dia 8 de fevereiro, em regime não presencial. Segundo o exposto no Decreto n.º 3- D/2021, apesar de as escolas serem consideradas locais seguros para os alunos, a decisão da suspensão das aulas presenciais teve por objetivo evitar a propagação da doença COVID-19. Assim, através de um esforço geral na alteração dos comportamentos,

o recolher domiciliário teve por objetivo reduzir a circulação associada ao normal funcionamento das escolas.

Neste seguimento, e tal como ocorreu no ano letivo 2019/2020, foi apresentado o Decreto-Lei nº 22-D/2021, a 22 de março de 2021 cujo objetivo passava por contribuir para um quadro de equidade e justiça quanto à avaliação e certificação de aprendizagem. Deste modo, nesse ano foram canceladas as prova de aferição do 2º, 5º e 8º anos de escolaridade do ensino básico e provas finais do ensino básico do 9º de escolaridade. Já as classificações atribuídas em cada disciplina tiveram por base a globalidade das aprendizagens realizadas até ao final do ano letivo, apesar do regime em que foram realizadas.

2.7. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas no EP

O processo de estágio é uma etapa fundamental na formação académica do professor, tratando-se de um processo global onde são realizadas diversas atividades, com o objetivo de desenvolver algumas competências necessárias para a atuação de um professor. Ou seja, a visão de que este processo se encontra centrado apenas na lecionação das aulas está desassociada da realidade. Deste modo, podemos verificar que esta etapa é caracterizada pela sua complexidade e pelo forte papel que terá na evolução do docente.

O papel do professor e a sua forma de atuação perante os alunos tem vindo a ser alvo de diversos estudos ao longo dos tempos. Nos dias de hoje pretende-se que o professor abandone o papel de transmissor de conhecimento e que atue no sentido de produzir conhecimento junto dos seus alunos. Neste sentido, Bulgræn (2010) defende que o professor deve atuar como mediador, ou seja, deve se colocar como ponte entre o aluno e o conhecimento, com o intuito de fazê-lo pensar e questionar por si mesmo, invés de receber a informação de forma passiva.

Nesta etapa o estagiário possui múltiplas tarefas a realizar que se encontram divididas em quatro áreas, nomeadamente a PL, as Atividades de Integração no Meio, as Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar e as Atividades de Natureza Científico-Pedagógicas.

Relativamente à PL, este é o processo com mais relevo de todo o processo de estágio, pois conta com o planeamento e lecionação de diversas aulas de uma turma. Para

além disso, envolve também a realização da avaliação dos alunos e a consequente reflexão sobre todo o trabalho desenvolvido, de forma a evoluir no processo. Apesar de ser a componente de estágio onde é necessário maior investimento a nível temporal e de trabalho é também a componente que mais nos motiva em todo o processo de estágio.

Ao iniciar as aulas, é necessário realizar duas tarefas associadas as Atividades de Integração no Meio, como a caracterização da escola e a caracterização da turma. A primeira tem como objetivo recolher um conjunto de informações que serão essenciais para todo o planeamento de EP. Desta forma, foi identificado - através da missão, visão e valores da escola - qual o tipo de Homem que a mesma pretende formar, orientando a nossa atuação nesse sentido. Após recolher todas estas informações sobre a escola, sentiu-se a necessidade de realizar o mesmo, mas para os alunos da turma, ou seja, foi elaborada a caracterização da turma atribuída ao professor estagiário. Assim, estas duas tarefas são importantes para este processo, pois permite-nos conhecer o contexto escolar onde vamos atuar e recolher informações sobre os alunos da turma, indicando potenciais dificuldades, necessidades e interesses. Dentro desta componente ainda faz parte a Atividade de Extensão Curricular (AEC), que tem por objetivo dotar os professores estagiários de experiências e de ferramentas de atuação e organização de eventos que envolvam a participação dos alunos numa saída da escola, experienciando uma atividade em contexto real. Desta forma, procuramos realizar uma atividade que tivesse sido pouco vivenciada pelos alunos e que fosse uma experiência adequada às necessidades e escolha dos mesmos. Para além do mais, esta atividade foi uma oportunidade para fortalecer a relação entre professor- aluno, pois foi possível conviver um pouco mais com a turma, sempre dentro dos limites do respeito, fora do ambiente escolar.

Relativamente à Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar, esta tem como objetivo envolver e promover uma interação e ligação entre os professores estagiários e os professores do grupo disciplinar de EF. Apesar disso, um dos objetivos da realização destas atividades é a integração da restante comunidade educativa como os funcionários, os docentes de outras áreas disciplinares, os alunos de outras turmas e os encarregados de educação. Ou seja, nesta componente o professor estagiário participa nas atividades desenvolvidas pela escola, funcionando como um elo de ligação do estagiário à restante comunidade educativa.

No âmbito do EP são realizadas duas ações de natureza científico-pedagógica: uma ação científico-pedagógica individual (ACPI) e uma ação científico-pedagógica coletiva (ACPC).

A ACPI destina-se ao grupo disciplinar de EF da escola de estágio, onde a organização e planeamento da ação está à responsabilidade do núcleo de estágio, com a orientação dos seus orientadores científico e cooperantes. A temática da ação normalmente é selecionada tendo em conta as necessidades, interesses e motivações que o estagiário identifica naquele contexto e que considera ser crucial desenvolver.

Já a ACPC tem como objetivo discutir e refletir temas relacionados com a EF, tendo como público-alvo professores da disciplina, treinadores e alunos universitários. Toda a envolvimento da ação está ao encargo dos estagiários, com a orientação e supervisão do orientador científico e dos seus orientadores cooperantes. Dado o vasto público-alvo esta ação é caracterizada por um nível de exigência mais elevado, ao mesmo tempo que nos fornece diversos momentos de discussão e reflexão, através do tempo disponibilizado para o debate.

A realização destas atividades faz com que este processo de estágio seja o mais completo possível, onde o professor desenvolve competências de organização, dinamização e planeamento, para além da experiência de lecionação de um conjunto de aulas.

É importante salientar que ao mesmo tempo que eram desenvolvidas e planeadas as atividades descritas anteriormente, ocorria em simultâneo todo o processo da PL. Assim, era exigido ao estagiário uma grande capacidade de articulação e organização de todo este processo, bem como uma boa dinâmica e cooperação com o colega estagiário.

2.8.A Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

A caracterização da instituição de ensino que nos acolhe é uma das tarefas inseridas no EP, onde o seu objetivo passa por identificar as dinâmicas vividas na escola, dando-nos um olhar global sobre o seu contexto real. Através deste primeiro passo, o professor estagiário fica a compreender o contexto onde está inserido, permitindo-lhe atuar com mais eficácia.

Esta procura de informação sobre a instituição de ensino é um aspeto fundamental para o desenvolvimento do EP, dado que auxilia o estagiário nas tomadas de decisões, de acordo com a missão e visão da escola. Para além disso, para o seu futuro profissional, este aspeto é uma forma de preparação, dado que em qualquer situação profissional, como por exemplo uma entrevista, é essencial conhecer a realidade da instituição onde se irá atuar.

Apesar de a caracterização da escola parecer ser uma tarefa relativamente simples de realizar e uma mera formalidade, esta envolve alguma complexidade, dado que a mesma recai sobre o conhecimento de uma instituição com estruturas e dinâmicas próprias. Tal como refere Ceia (2011), cada escola é representada pelo seu ambiente único e personalidade própria que a caracteriza perante os que a frequentam e pelos que lá trabalham. Deste modo, o professor estagiário deve procurar conhecer a missão da instituição que o acolhe e ir ao encontro da mesma durante a sua atuação. Contudo, este reconhecimento do meio onde irá decorrer o EP solicita no estagiário diferentes comportamentos e dificuldades, tornando este processo rico em estímulos.

A caracterização da escola é uma etapa importante no estágio, pois permite ao professor estagiário compreender e identificar algumas dinâmicas e relações que se estabelecem dentro da instituição de ensino, oferecendo uma visão global do espaço onde decorrerão as aprendizagens. Como tal, este processo implica muito mais do que o conhecimento das instalações desportivas onde se irá desenrolar a aula de EF e os recursos materiais disponíveis. Esta caracterização é um dos primeiros passos realizados pelo professor estagiário ao iniciar esta etapa de formação numa escola que desconhece.

Visto que cada escola possui as suas próprias dinâmicas é importante que o professor estagiário recorra ao Regulamento Interno da Escola e ao Projeto Educativo como forma de recolher informação importante para o planeamento das suas aulas. Para além disso, estes documentos definem o regime de funcionamento da escola e servem como o ponto de referência de atuação de toda a comunidade educativa. Através do Projeto Educativo o professor fica a conhecer o tipo de Homem que a escola pretende formar, cidadãos responsáveis e autónomos, tendo como destino uma melhor sociedade. Nesta ordem de ideias e segundo Ceia (2011), o Projeto Educativo tem como objetivo apresentar a política da escola, nomeadamente os seus princípios e linhas orientadoras. Segundo o mesmo autor, este documento deve ainda incluir a caracterização da escola e

do seu meio envolvente, bem como os problemas e potencialidades que possam afetar as decisões tomadas. Outra fonte importante para potenciar o conhecimento e integração do professor no contexto escolar são as reuniões de grupo, dado que estas são um meio importante para que o professor consiga efetuar uma ligação entre a informação digital recolhida e o contexto real da EBSAAS.

A Escola da Levada surge na década de 70, como escola vocacionada para o 3º ciclo. Mais tarde os pavilhões pré-fabricados evidenciaram as suas carências e foi decidido construir uma Escola Secundária de raiz. Desta forma, foi inaugurada, no ano letivo de 1984/85, pelo Presidente do Governo Regional da Madeira, Dr. Alberto João Jardim, a nova escola, com o nome do ilustre pedagogo madeirense Dr. Ângelo Augusto da Silva, de acordo com a Resolução do Governo Regional nº 913/83 de 20 de outubro de 1983.

Na atualidade, a EBSAAS, é uma das escolas de referência na cidade do Funchal, principalmente ao nível do ensino no 2º ciclo. No presente ano letivo a escola possui uma oferta educativa diversificada, lecionando no ensino regular, do 5º ano ao 12º ano, no ensino profissional e cursos CEF de secundário e 3º ciclo. Para além disso, a escola tem vindo a oferecer, também, ao longo dos anos atividades de complemento curricular através de projetos e clubes, com o intuito de promover valores culturais e cívicos aos alunos, bem como educação para a saúde e EF e desportiva. Os projetos, nas escolas, têm como objetivo a criação de dinâmicas que favorecem a imagem da escola, como uma escola ativa que procura qualidade e inovação (Ceia, 2011).

Neste sentido a escola possui como missão

“Ser uma escola/equipa motivada, orientada para o sucesso, para os novos desafios e para uma contínua valorização das relações humanas é a missão desta instituição. Desta forma, imbuídos num espírito de responsabilidade e balizados por critérios de exigência, pretende-se proporcionar aos alunos um percurso de rigor que lhes permita adquirir as principais competências previstas no Perfil dos Alunos, ao longo da escolaridade obrigatória, desenvolvendo capacidades de participação cívica, ativa, consciente e responsável.” PEE (2019-2023)

Como tal, a escola tem vindo a adaptar-se ao longo dos tempos, procurando oferecer cursos adequados à realidade da Região, com o objetivo de preparar os seus alunos para a sociedade e o mercado de trabalho que se vê cada vez mais competitivo.

No que concerne à lecionação das aulas de EF, a escola conta com um ginásio, uma sala para o departamento de EF, quatro campos exteriores e um pavilhão gimnodesportivo. A escola dispõe ainda de uma arrecadação relativamente bem equipada, oferecendo aos alunos a possibilidade de experimentarem diferentes matérias de ensino. Associada a estes aspetos surge a rotação das instalações desportivas que permite a todas as turmas a passagem pelos diferentes espaços, não significando que a lecionação de uma matéria de ensino esteja associada a um determinado espaço físico. Esta gestão fica à responsabilidade do professor que define a matéria de ensino, tendo por base o diagnóstico que realiza dos seus alunos, com o objetivo de colmatar as suas necessidades. Para além disso, o professor deve analisar ao máximo as potencialidades de cada instalação, explorando todas as capacidades da mesma. Contudo, esta é uma tarefa algo exigente que envolve alguma experiência, mas o EP é a etapa que irá permitir essa reflexão e experimentação com o auxílio dos orientadores.

Relativamente ao grupo disciplinar de EF, este é um grupo unido e coeso que procura remar em direção a um objetivo comum, ou seja, têm em vista realçar junto dos alunos a importância da disciplina de EF, promover hábitos de vida saudáveis, bem como o gosto pela prática de atividade física. A nossa integração no seio deste grupo foi positiva, pois houve sempre ajuda, tanto dos professores como dos estagiários na dinamização e realização de diversas atividades realizadas na escola.

No que diz respeito às disposições dos espaços da escola, as mesmas foram bem pensadas, pois esta organização dos espaços permite que a relação entre professor e aluno seja potenciada, visto que o contacto entre ambos é recorrente, possibilitando o diálogo entre todos os agentes educativos.

Como tal, após esta breve caracterização da EBSAAS podemos afirmar que esta instituição possibilitou ao estagiário uma experiência rica e completa, devido às suas características e multiplicidade de instalações desportivas. Para além disso, os agentes da comunidade educativa presentes nesta escola, desde os professores aos funcionários,

facilitaram a nossa integração no meio, visto que fomos recebidos de braços abertos por todos eles.

3. Prática Letiva

3.1. Enquadramento

A PL é considerada uma etapa marcante do processo de EP, onde na mesma o estagiário possui ao seu encargo a lecionação das aulas de uma determinada turma e consequente gestão do processo ensino. Esta componente é vista como um momento de mudança, preparando os futuros docentes na utilização de múltiplas metodologias, alteração de rotinas e operacionalização de novos exercícios.

Visto que vivemos num mundo marcado por rápidas e constantes mudanças, que solicitam respostas igualmente rápidas e eficazes do Homem, cabe à escola assumir um papel fundamental na formação e transformação dos jovens, preparando-os para corresponder aos desafios impostos pela sociedade (Vieira, Fernando, Apolinário & Lopes, 2014). Para os mesmos autores o sistema educativo deve privilegiar a formação de jovens capazes de se adaptarem a diferentes contextos, capazes de tomarem decisões em situações críticas e autónomas, ou seja, um Homem com competências de um ser produtor num mundo de incertezas.

Neste ponto de vista Silva e Delgado (2018) defendem que o papel da escola não passa somente por ensinar o aluno a ler e escrever, mas sim formar um aluno de forma integral, capaz de contribuir positivamente para a sociedade. Como tal, o professor, sendo uma das variáveis mais importantes do processo de ensino-aprendizagem, adquire um papel de extrema importância enquanto mediador desse processo (Albuquerque, 2010).

As condições em que o professor atua estão inseridas no seio de uma sociedade complexa e cheia de incertezas, caracterizadas por uma diversidade de alunos, tanto em termos cognitivos como em termos culturais. Desse modo, o professor da atualidade é considerado um profissional que reflete sobre a sua prática, que pesquisa e avalia o seu próprio desempenho, sendo autónomo, responsável e criativo (Galvão & Ponte, 2018). Neste sentido, a PL foi vista como uma atividade de resolução de problemas (Santos e Ponte, 2002) na qual tivemos a oportunidade de melhorar a nossa atuação, utilizando a ferramenta de diagnóstico, prescrição e controlo. Assim, o docente tem o papel de refletir diariamente a sua prática, para que assim possa evoluir e contribuir para que o aluno adquira a bagagem necessária para ser um cidadão produtivo na sociedade (Scalabrin e Molinari, 2013).

Neste sentido, o professor deve adotar um conjunto de estratégias de intervenção que permitam rentabilizar os recursos disponíveis e selecionar os processos pedagógicos inerentes à aprendizagem que mais se adequem ao tipo de Homem que pretende formar (Vieira, et al. 2014). Como tal, a rentabilização do processo pedagógico teve por base o defendido por Almada, Fernando, Lopes, Vicente e Vitória (2008), onde é essencial adotar uma metodologia que na fase diagnóstico permita: (a) compreender os fenómenos; (b) saber como atuar perante esses fenómenos; e (c) identificar os meios disponíveis; Relativamente à fase de prescrição a metodologia adotada seja capaz de: (d) montar estratégias; (e) desenvolver as estratégias consideradas mais ajustadas; Por fim a fase de controlo onde se pretende (f) controlar a evolução da aplicação dessas estratégias

Visto que educar tem sempre consequências é desejável que as mesmas sejam aquelas que o professor pretende alcançar (Lopes, Simões, Vicente, Prudente & Fernando, 2017). Posto isto, durante a sua atuação o professor estagiário deve selecionar de forma adequada o foco do seu ensino. Este foco está entre duas opções que o estagiário tem o poder de selecionar, nomeadamente manter o foco na reprodução ou atuar com base na produção. A seleção do foco do ensino terá transformações divergentes nos alunos, ou seja, um ensino focado na reprodução levará ao aluno apenas a reproduzir as diferentes técnicas transmitidas pelo docente. Se o foco do ensino for na produção isto levará a que o aluno procure por respostas, originando o conhecimento das funcionalidades das situações (Lopes, Fernando & Vicente, 2008). Visto que o que se pretende é formar um cidadão autónomo e criativo na sociedade o professor deve ter em atenção que “educar é desenvolver as capacidades e potencialidades de cada um e não formatar em função de padrões pré-estabelecidos” (Lopes et. al, 2017 p.113). Neste sentido, segundo os mesmos autores é importante que o processo pedagógico seja monitorizado constantemente para que o diagnóstico-prescrição- controlo seja realizado de forma personalizada e em tempo útil.

Dado que todo este processo do EP e conseqüente PL, possui a interação com outros agentes da comunidade educativa, logo é assumido que, naturalmente, a prática profissional do professor vai muito mais além da PL. Como tal, durante a sua prática o professor assume um papel participativo na vida da escola, na relação com a comunidade e em diversas atividades desenvolvidas pela instituição de ensino (Santos & Ponte, 2002).

Todo este processo de PL envolveu a interação e relação entre o professor estagiário com os restantes agentes do processo educativo, nomeadamente os alunos e os restantes professores da escola. Neste sentido, o professor de hoje é visto como uma pessoa que privilegia o trabalho em equipa (Galvão & Ponte, 2018), procurando resolver problemas práticos e decidir acertadamente em interação com os restantes agentes do processo de ensino aprendizagem (Santos & Ponte, 2002). Assim, as relações com outros professores demonstraram ser muito importantes para o bom funcionamento do EP, pois a relação entre estagiário-orientadores-colega estagiário fez com que a nossa atuação fosse mais adequada ao meio onde estávamos inseridos.

É de evidenciar a relação de tríade (Piéron, 1996) entre os orientadores e o professor estagiário ao longo da PL, onde através de sugestões mais teóricas (orientador científico) e orientações mais práticas (orientador cooperante) o estagiário procura aprimorar a sua atuação. Através desta interação entre orientador e estagiário, onde são compartilhadas sugestões, trocas de experiências e reflexão sobre o trabalho realizado, o estagiário soma na sua bagagem académica sugestões que o permitem atuar com mais segurança (Scalabrin & Molinari, 2013). Deste modo, é essencial a interação e comunicação entre os orientadores, pois estes terão um papel fundamental na formação inicial do estagiário, sendo os pilares que orientaram a sua atuação.

Já no que diz respeito à relação entre o professor e o aluno, esta é uma relação intrínseca ao processo pedagógico e que é determinante para a formação humana dos indivíduos e para o sucesso do ato educativo (Costa & Silva, 2020). Deste modo, o professor deve ter consciência da importância da sua função e deve procurar criar situações que levem o aluno a construir o seu próprio conhecimento, estimulando um processo autónomo de aprendizagem (Linhares, Irineu, Silva, Figueredo & Sousa, 2014). A relação professor-aluno caracterizada pela cooperação, respeito e crescimento é ainda mais significativa no período exigente de pandemia que atravessamos. Neste sentido, sempre foi tida em conta a qualidade da relação entre o professor e o aluno, mas sem nunca ultrapassar os limites e sem nunca favorecer nenhum dos alunos da turma.

3.2. Gestão do Processo Pedagógico: Modo de atuação

O processo pedagógico define-se como um conjunto de ações educativas que visam o sucesso escolar dos alunos. Estas ações são desenvolvidas de forma intencional e sistematizada para a eficácia do processo ensino-aprendizagem (Santos, 2018). Este processo pode ser entendido como uma ferramenta onde se poderá ajustar a sua utilização aos objetivos que se pretende atingir e ao tipo de Homem que se pretende formar. Isto é, se o objetivo passar por formar um aluno reproduzidor de conhecimento e sem capacidade de analisar e pensar criticamente, o processo pedagógico será um. Se, por outro lado o objetivo for formar um aluno que seja produtor, autónomo, criativo e com espírito crítico, o processo pedagógico será outro (Lopes, 2014). Contudo, o sistema educativo encontra-se ainda aprisionado a uma escola do século passado, onde se transmite em vez de se transformar (Lopes, 2015). Neste sentido Lopes, Simões, Vicente, Prudente e Fernando (2017) referem ser necessária uma mudança na dinâmica do processo pedagógico, na tentativa de colocar o aluno no centro deste processo.

No nosso caso, todas as ações foram desenvolvidas tendo por base os objetivos da EBSAAS, os objetivos gerais e específicos do Programa Nacional de EF (PNEF), as orientações expressas nas aprendizagens essenciais, bem como o nível de proficiência demonstrado pelos alunos na avaliação inicial. Neste sentido, procurou-se colocar o aluno no centro do processo visto que o objetivo passava por formar cidadãos bem instruídos, motivados e aptos a pensar e refletir criticamente, analisando os problemas da sociedade, com o objetivo de procurar soluções e de aceitar responsabilidades sociais (UNESCO, 1998).

O processo pedagógico no decorrer da PL foi executado, ao contrário de anos anteriores na EBSAAS, recorrendo à abordagem por etapas. Esta abordagem é a defendida pelas diretrizes do PNEF, visto que facilitam a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem. Esta opção não foi selecionada pelo professor estagiário, contudo é igualmente defendida pelo mesmo, visto que permite adequar o tempo das etapas às necessidades dos alunos. Assim, a organização das etapas, numa fase inicial, teve por base o calendário escolar e as características das instalações desportivas, tendo em atenção o sistema de rotação das mesmas.

Deste modo, podemos verificar a existência de três tipos de avaliação em educação, nomeadamente a diagnóstica, formativa e sumativa (Guerra, 2016). A primeira

etapa, e segundo as diretrizes do PNEF, realizada no início do ano letivo, pretende identificar as dificuldades e habilidades dos alunos nas diferentes matérias. Já a avaliação formativa, que foi realizada, serviu de base para ajustar todo o processo de ensino. Por fim, visto que a avaliação sumativa contemplava todas as aprendizagens que foram realizadas ao longo do ano letivo, serviu como ferramenta para finalizar o ano e finais de período.

Relativamente à seleção das matérias de ensino, as mesmas foram definidas pelo grupo disciplinar de EF, ficando assim o professor estagiário fora desta decisão. Contudo, procurou-se ir ao encontro das necessidades dos alunos, uma vez que os conteúdos lecionados respeitaram a avaliação inicial efetuada. Posto isto, procurou-se olhar para as matérias de ensino como um meio e não como um fim em si mesmo, procurando provocar transformações e dotando os alunos com ferramentas invés de técnicas (Lopes, Fernando & Vicente, 2008).

Relativamente aos estilos de ensino, existe um esquema de estilos de ensino que representam duas capacidades humanas básicas: a capacidade de reprodução de ideias e movimentos e a capacidade de produção de novo conhecimento como a descoberta de novos movimentos (Gozzi & Ruete, 2006). Neste sentido, numa fase inicial foram adotados estilos de ensino mais à direita do espectro com o objetivo de dar mais autonomia aos alunos. Contudo, devido às características dos alunos e à quantidade de comportamentos desvios durante a aula, onde era necessário investir mais tempo no início da aula e nas transições de exercícios, foi necessário adotar um estilo de ensino mais rígido. Complementando este facto, decidimos adotar algumas rotinas de funcionamento com o objetivo de rentabilizar a aula e potenciar o tempo de empenhamento motor dos alunos. É de salientar que é fundamental o estabelecimento de regras e limites pelos docentes, de forma a ensinar as crianças a viver em comunidade (Almas, 2019). Assim o cumprimento do regulamento específico da EF, nomeadamente o vestuário adequado, ausência de acessórios e pastilha elástica, sempre foi tido em consideração por motivos de segurança e integridade física de todos os alunos. Para além disso, foram estabelecidas rotinas no sentido de diminuir o tempo de gestão da aula, como por exemplo quando os alunos entravam no espaço da aula colocavam-se em xadrez por ordem numérica. Esta regra tinha por objetivo evitar realizar efetivamente a chamada, mas sim enquanto os alunos realizavam a parte inicial da aula rapidamente era identificado se algum aluno

estava em falta. Nas transições entre exercícios, após o apito a turma sabia que deveria colocar o material no chão e se dirigir para o local indicado; para iniciar o exercício os alunos deslocavam-se para o local da tarefa e iniciavam autonomamente o exercício solicitado. Um aspeto que ajudou na organização e gestão da aula e que consideramos ser uma rotina, foram os exercícios selecionados para a aula, onde o objetivo poderia ser diferente, mas a organização do mesmo era semelhante.

Devido ao ano de pandemia em que nos encontramos foram acrescentadas algumas regras de funcionamento criadas pela escola, que visavam a diminuição de contactos entre os alunos, como a circulação pelo espaço, a definição das entradas e saídas do espaço da aula, a utilização de máscara e desinfeção das mãos nas aulas. Adicionada a estas definimos a rotina de entrada e saída em fila dos alunos, entrando/saindo um aluno de cada vez do espaço de aula, com o intuito de evitar aglomerados. Com o fecho das escolas e o início do ensino à distância que “impactou significativamente na forma de trabalho dos professores de EF e na forma de participação dos alunos” (Coelho, Xavier & Marques, 2010) foram estabelecidas novas rotinas de funcionamento, de modo a minimizar estes impactos.

É importante referir que as regras devem ser apresentadas como meios e não como fins em si mesmos, onde o professor deve explicar aos alunos a sua fundamentação, visto que esta compreensão, por parte do aluno, pode promover o cumprimento das mesmas (Pereira, 2010).

Por outro lado, e, depois de implementadas as rotinas, o estilo de ensino adotado dependia dos conteúdos e dos exercícios da aula. Sendo que em alguns exercícios era dada mais liberdade aos alunos, adotando um estilo mais à direita do espectro, enquanto em exercícios que o sucesso dependia do comportamento dos alunos era utilizado um estilo mais à esquerda do espectro. Esta decisão teve por base a tentativa de, novamente, colocar o aluno no centro do processo, com o objetivo de ir ao encontro das necessidades dos mesmos.

3.3. O planeamento

O planeamento pode ser entendido como um processo de reflexão, racionalização, organização e coordenação da ação docente, que tem por objetivo articular a atividade escolar (Bossle, 2002). No mesmo ponto de vista Inforsato e Robson (2011) referem que o planeamento pode ser entendido como uma ação de pensamento profundo sobre o que se quer da educação dos alunos, mais precisamente os objetivos que se pretende atingir, os conteúdos a abordar e definição das práticas metodológicas que devem ser colocadas em ação, de forma a desenvolver com sucesso o processo de aprendizagem.

Sendo que a educação está inserida na rápida transformação social, o planeamento deve assumir o papel de originar uma reflexão constante para que a educação atinja o êxito esperado. É através da educação que observamos a formação do cidadão para o mundo contemporâneo, onde as mudanças procuram estar adequadas às exigências de formação e desempenho exigidos pela sociedade. Estas mudanças visam o desenvolvimento da autonomia dos alunos, com o objetivo de os levar a aprender por iniciativa própria ao longo da vida (Tormena, 2010).

No âmbito do EP o planeamento é uma ferramenta disponível ao professor estagiário, que serve como meio para atingir as transformações que se pretende nos alunos. Desta forma, é importante ter em atenção que o planeamento não é uma finalidade em si, mas sim um instrumento para que a aprendizagem se realize (Inforsato & Robson, 2011).

O planeamento é caracterizado como um ato complexo, visto que este deve estar adequado à realidade que o professor vai atuar. Neste sentido, para um planeamento considerado eficaz é necessário que o professor conheça a turma em que vai atuar e o aluno com quem irá trabalhar (Santos & Perin, 2013). Dessa forma, é necessário a realização de um diagnóstico por parte do docente, tendo em consideração o maior número de variáveis possíveis, com o intuito de atingir os comportamentos que se pretende. Neste ponto de vista, Inforsato e Robson (2011) apontam que a primeira etapa do planeamento diz respeito ao conhecimento da realidade onde se vai atuar, sendo importante conhecer as características das mesmas. Este diagnóstico deverá ser efetuado em diversas ocasiões e oportunidades recolhendo conhecimentos aprofundados dessa realidade que servirão de base para eventuais modificações e rearranjos no planeamento.

Após esta fase de diagnóstico, que permitiu um estudo aprofundado e identificação do ponto de partida e projeção do possível caminho a percorrer, surge uma etapa mais exigente. Nesta nova etapa será evidenciado o caráter dinâmico do planejamento, que irá requerer constantes decisões que poderão comprometer o produto final. Segundo Souza e Santos (2019) o planejamento não pode ser visto como um documento rígido e absoluto, dado que o processo de ensino está em constante movimento, ou seja, este deve ser flexível e aberto a modificações. Esta etapa é vista como o desenvolvimento do plano de trabalho, onde todas as ações que foram organizadas e planejadas são colocadas em prática, com o objetivo de efetivar o processo de aprendizagem (Santos & Perin, 2013).

Nesta perspectiva, o planejamento deve ser realizado com comprometimento com a educação (Simão, 2012), sendo que é exigido do professor uma atitude reflexiva constante, de modo a criar e redirecionar ações sempre que surgirem imprevistos que despertem novos interesses e motivações (Tormena, 2010). Segundo o mesmo autor, estas alterações no planejamento não significam despreparo do professor, mas sim competência para agir e decidir. Dessa forma, o planejamento poderá ser flexível, mas a ação pedagógica não deverá ser improvisada, na medida em que esta demonstra a postura de compromisso assumido pelo docente (Tormena, 2010).

Como vimos anteriormente o planejamento deve estar adequado à realidade onde o professor irá atuar, o que torna este processo complexo visto que estão em causa ritmos de aprendizagens diferentes e necessidades também divergentes. Como tal, o professor tem a o papel de adequar as suas ações e os seus métodos ao ritmo e às necessidades dos alunos (Inforsato & Robson, 2011). Neste sentido, o planejamento deve ser realizado de forma progressiva, aula após aula, tendo por base as respostas demonstradas pelos alunos. Pois, segundo Tormena (2013), um professor que não planeia não está a refletir sobre a sua atuação, acabando por improvisar ao longo da sua prática, não conhecendo verdadeiramente os resultados do seu trabalho. Ou seja, um docente que não reflete sobre a sua prática, comete o erro de lecionar ao aluno aquilo que mais gosta, sabe ou que está acostumado a dar e não o que o aluno necessita (Vasconcellos, 2002).

Na disciplina de EF o planejamento é necessário e essencial, pois ao ser construído com motivação, os objetivos definidos terão mais probabilidade de serem alcançados. Para além disso, o docente de EF tem a possibilidade de consciencializar o aluno da

importância da disciplina para o seu bem-estar, contribuindo para a formação de um indivíduo crítico e participativo (Simão, 2012). Relativamente à sistematização dos conteúdos da disciplina, o professor deve ter em consideração a maturação, as diferenças individuais, as necessidades e interesses dos alunos. Neste sentido o professor deve potenciar um ambiente lúdico com oportunidade de reflexão, discussão e trabalho em equipa, deixando aluno se relacionar com o seu meio social (Simão, 2012).

3.4. O plano anual

O planeamento anual é um documento flexível que tem como objetivo orientar os docentes na organização das atividades e conteúdos a trabalhar nas aulas, expondo os objetivos que cada docente ou turma deve alcançar no final do ano letivo. Este documento possibilita ao professor o conhecimento das necessidades da sua organização, definindo de forma coerente as metas e objetivos que pretende atingir. Por outro lado, permite realizar a distribuição dos recursos temporais e materiais no espaço e no tempo, propondo várias estratégias de intervenção tendo em conta as matérias a abordar.

O desenvolvimento do planeamento é um processo de elevada complexidade, visto que deve estar adequado à realidade onde se irá atuar, tendo em consideração as especificidades e necessidades da turma no seu todo e dos alunos em específico. Assim, a diferenciação do ensino deve ser contemplada através de um plano anual (PA) específico de cada turma. Esta diferenciação tem em conta as características da turma, identificando de que forma as ações se enquadram melhor na mesma, permitindo que os alunos expressem os seus interesses e ideias. Para além disso, é importante que o professor de EF tenha consciência desta diferenciação e que o seu planeamento tenha em conta as características individuais, fazendo com que este seja transformador (Guirra & Mourao, 2017).

Na elaboração do PA o professor deve ter em consideração um conjunto de fatores que devem ser tomados em conta no sentido de otimizar todas as ações. Desta forma, a elaboração do PA deve ter em consideração o calendário escolar (os períodos letivos e as interrupções das aulas), as características das instalações desportivas, assim como as condições climáticas ao longo do ano, procurando aproveitar de forma eficaz os diversos recursos oferecidos pela escola (Jacinto, Comédias, Mira & Carvalho, 2001). Contudo, existem outras opções merecedoras de um investimento temporal ao nível do

planeamento por parte do docente, nomeadamente as opções estratégicas das diferentes matérias de ensino, mais especificamente a solicitação de comportamentos adequados a cada fase de aprendizagem do aluno.

Outro aspeto que poderá influenciar a elaboração do PA, e que é importante referir, são as habilidades e o conhecimento mais profundo, por parte do docente, na lecionação de algumas matérias. Com isto, o docente não deve valorizar um conjunto de matérias em função da sua formação específica, mas sim detetar essas lacunas na sua formação, com o objetivo de as suprimir e potenciar a aprendizagem dos alunos. Neste processo de EP as necessidades sentidas pelo docente associaram-se à lecionação das matérias de orientação, dança e desportos de raquetes, onde foi necessária uma procura de informação, mais profunda em relação às restantes, que auxiliasse a sua atuação.

Assim, ao ser identificado o ciclo de escolaridade atribuída ao professor estagiário torna-se importante consultar alguns documentos que irão auxiliar e orientar todo o desenvolvimento do PA. Deste modo, através do site da escola foi consultado os documentos que permitiram entender a missão, as metas e estratégias que a escola se propor a atingir, nomeadamente o PEE, o PAE e o RIE. De seguida, tornou-se importante consultar também documentação educacional, como o PNEF e as AEEF, dando-nos a conhecer os objetivos gerais, as finalidades e os objetivos da disciplina de EF e das suas matérias de ensino. Assim, o PNEF constitui-se,

portanto, um guia para a acção do professor, que, sendo motivada pelo desenvolvimento dos seus alunos, encontra aqui os indicadores para orientar a sua prática, em coordenação com os professores de EF da escola (e das «escolas em curso») e também com os seus colegas das outras disciplina. (Jacinto et al. 2001, p.5)

Posto isto, foi importante identificar também os recursos materiais disponíveis, bem como as instalações para a realização das aulas e os critérios de avaliação para as diferentes áreas. Assim, ao iniciar o EP foi mostrado aos professores um documento onde

constavam as respetivas matérias a abordar por cada ano de escolaridade, onde cada docente deveria respeitar e seguir as diretrizes apresentadas pela escola (tabela 1).

Tabela 1- Matérias a abordar no 3º ciclo

ANOS	AFD 2020/21 <u>Aprovado em 08-07-2019</u>	Observações
3.º Ciclo		
7.º	Atletismo JDC (Basquetebol + Voleibol) Ginástica Desportos Raquetas Percursos-Orientação ou Desp. Combate	5 Matérias Nível Introdução
8.º	Atletismo JDC (Andebol + Futebol) Desportos Raquetas Ginástica ARE (Dança) Percursos-Orientação ou Desp. Combate	6 Matérias Nível Introdução
9.º	Atletismo JDC – Futebol ou Basquetebol JDC - Voleibol Ginástica ARE (Dança) Desportos Raquetas (Badminton / T. Mesa)	6 Matérias 5 Nível Introdução 1 Nível Elementar

Contudo, devido à situação de pandemia foi necessário realizar alguns ajustes neste documento, tendo por base a avaliação de risco das atividades físico desportivas (Anexo 1). Neste sentido, o grupo disciplinar de EF tomou a decisão de não lecionar a matéria de ginástica, pois esta envolvia um grande contacto físico entre os alunos e partilha de materiais.

O facto da seleção das matérias a abordar já se encontrarem pré-definidas, condicionou a atuação do professor, uma vez que o mesmo não as pode selecionar de acordo com as necessidades dos alunos. Contudo, com a definição das matérias a atuação do docente ficou de certa forma facilitada, dado que assim o mesmo apenas deveria se centrar nas mesmas, prosseguindo-se assim para o PA da turma atribuída.

Inforsato e Santos (2011) referem que se o docente pretende que haja êxito nas suas ações deve realizar um planeamento eficaz, sendo que este é o grande trunfo para que os alunos possam aproveitar a aprendizagem ao máximo. Contudo, o que assistimos são as chamadas “receitas de bolo”, onde as atividades apenas são copiadas e repetidas em diferentes espaços pelos mesmos professores, muitas vezes descontextualizadas da realidade dos alunos (Aguiar & Marçal, 2010). Neste sentido, no início do EP foi solicitado o PA, em que as matérias a abordar já estavam selecionadas e apenas era solicitado identificar os conteúdos a abordar e quais as estratégias e meios a utilizar. Deste modo, segundo Vasconcellos (2002), os professores olham para o planeamento apenas como uma forma de cumprir uma função burocrática, pois afirmam ser difícil prever o que fazer em cada situação. Assim, o facto de o PA ser realizado antes da AI dos alunos faz com que seja necessário realizar diversas modificações no mesmo, pois segundo Inforsato e Santos (2011) a sua elaboração depende de vários fatores. Assim sendo, o PA poderia ser realizado após a AI de forma a ajustá-lo adequadamente às necessidades dos alunos.

Após consultados todos os documentos fundamentais para a elaboração de um PA ajustado à realidade, aplicamos vários instrumentos qualitativos no âmbito do Projeto EFERAM-CIT, com o intuito de recolher dados e informações sobre os alunos que posteriormente seriam apresentadas no conselho de turma.

Concluída a fase de recolha de informação e dados sobre os alunos, procedeu-se à realização da AI nas diferentes matérias de ensino a abordar. Neste sentido, a AI é vista como um processo decisivo, dado que permite adequar o trabalho do professor em relação aos seus alunos, adequando o nível de objetivos aos mesmos (Jacinto et al. 2001). Assim sendo, as informações recolhidas nesta avaliação serviram para definir os objetivos que orientaram o processo de aprendizagem dos alunos durante o ano letivo. Contudo, para a distribuição dos conteúdos não foi só tido em consideração a AI, como também foram realizados alguns ajustes decorrentes da avaliação contínua, procurando respeitar o ritmo

de aprendizagem dos alunos. Com esta avaliação podemos identificar o ponto da situação relativamente à progressão dos alunos e utilizar esses resultados para orientar atividades futuras, reformulando ou mantendo o mesmo rumo conforme as necessidades do contexto (Duarte, 2014).

Foi utilizado o ciclo de diagnóstico, prescrição e controlo, com o objetivo de privilegiar etapas de aprendizagem nas diferentes matérias de ensino, ou seja, potenciar a fase de aquisição ou a fase de consolidação da aprendizagem, como exposto no PNEF:

Ao longo do ano lectivo devem prever-se períodos em que é predominante determinada matéria (aprendizagem concentrada) e períodos de revisão/aperfeiçoamento posteriores, em ciclos mais curtos ou em partes de aula sistematicamente mantidas num determinado número de semanas (aprendizagem distribuída), de modo a garantir ou a confirmar a consecução dos objectivos no final do ano de escolaridade. (Jacinto et al., 2001, p.28)

Ao longo do ano letivo foram surgindo imprevistos que provocaram alterações no planeamento já realizado, como por exemplo as condições climáticas, a ocupação das instalações desportivas para eventos e a situação de pandemia COVID-19. Dessa forma, não foi possível manter a carga letiva prevista nas matérias de ensino, pois com o fecho das escolas não foi exequível realizar as aulas práticas.

Uma Unidade Didática

Devido às progressivas transformações que a sociedade tem vindo a sofrer (Duarte, 2018) a educação procurou se desenvolver de acordo com as necessidades da sociedade, com o intuito de corresponder às exigências da época (Sá, 2013). Assim, o processo pedagógico precisa de se adequar a esta nova realidade, utilizando novas metodologias que provoquem transformações nos alunos, tornando-os seres pensantes e mais ativos (Duarte, 2018).

Deste modo, surgiu a necessidade de elaborar um documento, a Unidade Didática (UD), onde constasse toda a informação necessária à prática pedagógica adequada às necessidades e interesses dos alunos. Segundo Carmona (2012) uma UD é uma forma de planificar e organizar o processo de ensino aprendizagem, onde a mesma é desenvolvida segundo um tema.

Para Pais (2013), as unidades didáticas são consideradas espaços de organização didática, onde estão definidos modos de atuar. Estas normalmente apresentam características como: serem práticas, reais e úteis, definição com clareza dos objetivos didáticos a atingir, respeitam uma sequência didática de progressão, são flexíveis e motivadoras, implicando ativamente o aluno no processo.

No planeamento de uma UD o professor deve pensar de forma estruturada o modo como irá apresentar os conteúdos aos seus alunos, de forma a provocar as transformações que pretende nos mesmos. Neste sentido, Carmona (2012) refere que “as atividades que o professor prepara para os seus alunos devem estar integradas de forma que funcionem como instrumento e estratégia de ensino”.

No âmbito do EP na elaboração das unidades didáticas procurou-se definir os objetivos de forma clara, com os conteúdos adequados ao nível dos alunos, bem como abordá-los respeitando os princípios de progressão, indo do mais simples para o complexo. Esta estruturação é essencial, pois segundo Verissimo, González e Garcia (2016), a planificação e a definição dos objetivos da aprendizagem vão influenciar o processo de ensino aprendizagem. Desta forma, o pretendido foi ir ao encontro das metas de aprendizagem do PNEF, onde se procurou adaptar os conteúdos às características dos alunos. Assim, a distribuição dos conteúdos teve por base a avaliação inicial realizada, onde esta foi sendo ajustada tendo por base a evolução dos alunos. Assim, é importante este processo de avaliação esteja refletido na UD, pois é a partir deste que o professor irá refletir, planificar e reajustar a prática pedagógica, consoante as necessidades dos alunos.

O EP envolve diversas complexidades, das quais algumas das decisões não são tomadas pelo professor estagiário. Devido ao facto de a rotação das instalações e da atribuição de cada matéria de ensino por instalação ter sido definida pelo grupo disciplinar, condicionou a nossa atuação na abordagem do modelo por etapas. Para a elaboração das unidades didáticas tivemos por base a Taxonomia de Fernando Almada

que tem na sua essência os comportamentos solicitados e as variáveis em jogo. Neste sentido, as matérias eram organizadas conforme o modelo simplificado. Como tal, na UD de Desportos Coletivos estavam inseridas as matérias de voleibol, futebol e basquetebol. Na UD de Desportos Individuais estava inserido o atletismo e na UD de Desportos de Confrontação Direta o badminton. Já na UD de Desportos de Adaptação ao meio fazia parte a matéria de orientação e por fim, foi elaborada uma UD de Atividades Rítmicas Expressivas.

Segundo Andrade (2013), não existe apenas uma forma de estruturar uma UD, mas sim um vasto conjunto de hipóteses, tendo por base as crenças do docente e o contexto onde irá atuar. Na nossa perspetiva, uma UD deve: estar adequada ao contexto, ou seja, à instituição escolar e às características dos alunos; deve respeitar uma sequência lógica dos conteúdos e os princípios de progressão; ser flexível; e ser avaliada e refletida ao longo do processo de ensino aprendizagem. Relativamente à estruturação das unidades didáticas, estas estavam estruturadas em seis seções como ilustrado na tabela 2.

Tabela 2- Estrutura da unidade didática

Informação de cada UD	
Introdução	-Matérias a serem lecionadas
Enquadramento	-Enquadramento espacial; -Recursos disponíveis.
Objetivos	-Objetivos de cada matéria; Conhecimentos e competência que os alunos devem atingir.
Avaliação inicial	-Estado inicial dos alunos
Calendarização	-Sequência dos conteúdos; Justificação da sequência.
Reflexão	-Aspetos positivos; Aspetos negativos.

No entanto, devido aos constrangimentos provocados pela pandemia COVID-19, foi necessário passar do ensino presencial para o ensino não presencial ao longo do 2º

período. Como tal, as unidades didáticas dos desportos coletivos e de confrontação direta foram influenciadas no número de sessões. Desta forma, foi realizada uma UD de ensino não presencial (Anexo 14) onde o foco foi essencialmente aptidão física e componente teórica sobre as matérias selecionadas para o ano letivo. Visto que devido à pandemia não foi possível lecionar a matéria de ginástica em regime presencial, esta matéria foi abordada no regime de ensino à distância através de uma componente teórica.

Para além disso, recorremos a duas aplicações com o objetivo diversificar as aulas à distância e de motivar os alunos para as mesmas. Isto porque, tanto no ensino à distância como no ensino presencial o material didático é de extrema importância, podendo se caracterizar como um dos instrumentos mediadores do processo de ensino-aprendizagem (Padilha & Selvero, 2012). Neste sentido utilizamos a aplicação Kahoot, devido à sua capacidade de tornar a aula mais interativa e com os conteúdos a serem lecionados de forma mais motivante para os alunos (Martins, Geraldés, Afonseca & Gouveia, 2018). Outra aplicação que foi utilizada neste âmbito foi o SWORKIT, tratando-se de uma aplicação destinada ao treino, onde o seu objetivo é o incremento da aptidão física. Estas duas aplicações foram escolhidas com o objetivo de tornar as aulas à distância o mais completas possível, uma vez que foi possível complementar a teórica com a prática.

Para a realização da parte prática e como forma de verificar se a intensidade dos exercícios estava adequada à capacidade dos alunos, recorremos ao controlo da frequência cardíaca. Desta forma, antes de iniciarmos a componente prática era solicitado aos alunos que indicassem a sua frequência cardíaca de repouso e depois a mesma era verificada novamente a meio da componente prática e no final da mesma.

3.5. O plano de aula

Para Fernandes (2014) o plano de aula é considerado o aspeto mais operacional de todo o processo de ensino-aprendizagem. Na mesma ordem de ideias Takahashi e Fernandes (2004) afirmam que o plano de aula é uma forma aplicar metodologias a que incluem o processo de ensino-aprendizagem, envolvendo o aluno de forma planeada e participativa, na procura uma educação transformadora.

O plano de aula pode ser visto como uma forma, que o professor possui, de transpor os conteúdos teóricos que pensou anteriormente, para a componente prática. Como tal, é uma peça fundamental na construção de um processo de planeamento,

conceção e reflexão, sendo que por este motivo foi alvo de diversas alterações ao longo da PL.

Dada a complexidade que caracteriza o processo da PL, o plano de aula foi um instrumento que foi sofrendo algumas mudanças, com o objetivo de o tornar o mais operacional possível. Estas alterações incidiram maioritariamente na informação que constava no plano, ou seja, pretendíamos colocar toda a informação necessária, mas sem colocar texto muito longo. Assim, de forma a tornar este instrumento o mais operacional possível, facilitando a transposição do papel para a prática, tivemos a colaboração do orientador cooperante e científico neste processo.

Numa fase inicial, o plano de aula era pouco operacional, visto que contava com muita descrição e explicação das tarefas a realizar, apresentando-se como instrumento muito descritivo. Com o avançar da PL e com a aquisição de competências, o objetivo seria reduzir a extensão do plano de aula, definindo um limite de uma folha por plano. Assim, a informação contida no plano associou-se à descrição das estratégias de organização e com a apresentação dos objetivos dos exercícios, visto que estas demonstraram assumir um papel essencial no sucesso da aula.

Outra reflexão que foi realizada ao longo da PL, e das adaptações que foram surgindo no plano de aula, foi a influência das instalações desportivas com os conteúdos das matérias a ser lecionadas, procurando respeitar as dinâmicas que o espaço oferecia. Por exemplo, na leção da matéria de atletismo planeamos abordar o salto em altura quando tínhamos um espaço no pavilhão, por questões ligadas à segurança e aos recursos materiais. Além disso, e por questões ligadas ao distanciamento físico devido à pandemia, era necessário ter em conta as questões estratégias de organização, tendo em conta o espaço oferecido pela instalação.

Outra alteração que demonstrou ser pertinente, auxiliando na atuação do professor, foi a colocação de uma grelha de registo, onde no final da aula eram realizadas apreciações sobre o desempenho dos alunos na aula. Esta alteração apresenta diversos benefícios, sendo que um deles está associado ao acompanhamento individual e contínuo do aluno, estabelecendo um fio condutor no processo de ensino aprendizagem. Para além disso, outra alteração que surgiu e que se demonstrou pertinente foi a colocação dos

grupos que seriam utilizados na aula. Esta estratégia veio reduzir o tempo na organização dos alunos, logo é uma metodologia útil que poderá ser utilizada no futuro.

Assim, a estruturação definida para o plano de aula contou com sete seções, como ilustrado na tabela 3, pois estas apresentaram um papel importante para o bom funcionamento da aula.

Tabela 3- Estrutura do plano de aula

Informação do Plano de Aula	
Cabeçalho	-Número de alunos, ano e turma; -Data, horário, duração, número do plano; -Instalação, modalidade; -Recursos materiais e objetivos gerais.
Conteúdos/Objetivos	-Nome da tarefa; -Objetivos específicos.
Estratégias/Organização	-Descrição das tarefas; -Estratégias a adotar.
Esquema Gráfico	-Disposição e explicação visual da tarefa.
Duração	-Duração da tarefa; -Tempo acumulado das tarefas.
Observações	-Formação de grupos/pares; -Trabalho para os alunos que não realizaram a prática
Sumário	- Conteúdos de cada aula

Assim sendo, verificamos que o plano de aula é um instrumento que visa auxiliar o docente na organização e planeamento de cada aula, procurando ser o mais operacional possível. Neste sentido, a sua estrutura será modificada de docente para docente, consoante as suas necessidades e o contexto onde irá atuar.

Visto que o EP é visto como uma iniciação à nossa prática profissional, no futuro seria importante tentar torná-lo ainda mais operacional possível. Assim, seria pertinente

colocar um espaço no plano onde fosse possível anotar no momento um aspecto ou outro, que tivesse corrido menos bem no desenrolar dos exercícios.

Na elaboração dos primeiros planos o tempo despendido era maior, pois a nossa experiência na elaboração de um plano de aula era relativamente reduzida. Contudo, com o conhecimento que fomos adquirindo sobre os alunos e quais os exercícios mais adequados ao nível da turma, a elaboração do plano foi sendo mais simples e eficaz.

3.6. Assistência às aulas

A assistência às aulas assume um papel fundamental para a evolução do futuro docente, tanto a nível pessoal como a nível profissional, contribuindo para a melhoria da sua atuação. Dessa forma, como defendem Gomes e Zinke (2015) a observação não pode ser entendida como um ato vago ou sem finalidade, mas sim como um instrumento que permita analisar criticamente determinada realidade.

A observação das aulas assume um papel fundamental para a melhoria da qualidade do ensino e da aprendizagem, sendo caracterizada como uma fonte de inspiração e de motivação, funcionando como um catalisador de mudança na escola (Reis, 2011).

Segundo Fialho (2016), a assistência das aulas de um outro professor demonstra-se ser útil, dado que permite questionar as suas práticas em contexto real, promovendo as aprendizagens adquiridas pelo professor que observa e reflete sobre as práticas do professor observado. Estas observações permitem identificar novas abordagens curriculares, inovadoras e diversificadas, considerando as diferentes situações com que o docente se confronta no processo de ensino-aprendizagem. Assim, a observação deve ser vista pelo observador, como um meio de lhe provocar transformações, que poderão se refletir mais tarde na alteração da sua atuação.

Reis (2011) afirma que a observação possui diversos objetivos, tais como identificar os aspetos da atuação docente a melhorar, ajustar o processo de supervisão às características e necessidades de cada professor, reconhecer as bases que sustentam uma tomada de decisão adequada ao processo de ensino e aprendizagem e oferecer o contato e reflexão sobre as potencialidades e limitações de diferentes estratégias.

Neste âmbito, de EP, a assistência às aulas é um meio de o professor estagiário realizar uma observação criteriosa e intencional sobre as aulas de outro docente, com o

intuito de identificar as suas dificuldades e aspetos a melhorar na atuação do professor observado, mas também nas capacidades de observação do docente, que se encontra a observar. Desta forma, é importante que esse processo seja caracterizado também pela componente de reflexão, por parte de quem observa, no sentido de potenciar as aprendizagens no professor estagiário que levem “a uma mudança na prática de ensino através da reflexão na ação e depois da ação” (Martins, 2011, p.19).

Com isto, o processo de assistência às aulas simultaneamente com a supervisão pedagógica das aulas lecionadas pelos estagiários, demonstraram ser dois meios enriquecedores do EP, oferecendo ao estagiário uma visão mais ampla da complexidade inerente à PL. Portanto, a supervisão dos orientadores assume um papel fundamental ao nível da reflexão partilhada com o estagiário, sobre o que foi observado, visto que “o papel do supervisor/orientador consiste em ajudá-lo a analisar os dados, a atribuir-lhes significado e a tomar decisões relativamente à ação a seguir” (Martins, 2011, p16).

Após compreendidas as principais finalidades da observação, a etapa seguinte diz respeito à preparação de todo o processo de recolha de informação, através da observação de um professor de EF. Com este ato de observar o professor visa tentar identificar e caracterizar os estilos e estratégias utilizados pelo professor observado e o impacto que poderá ter nos alunos. Assim, de acordo com Reis (2011), esta tentativa de identificação na atuação do professor serve como instrumento de potencial evolução ao nível da eficácia pedagógica de ambos os professores.

Visto que quando o processo de observação é realizado com regularidade e envolve uma discussão e reflexão de qualidade, o mesmo assume um papel importante ao nível do desenvolvimento pessoal e profissional do professor (Reis, 2011). Assim, no âmbito do EP, onde cada escola possui o seu núcleo de estágio, em que estão integrados dois professores estagiários, é importante que ambos vejam o processo de assistência às aulas como meio de auxiliar na atuação do colega. Deste modo, as críticas realizadas deverão ter um caráter objetivo e formativo, permitindo ao futuro professor aderir verdadeiramente aos resultados (Martins, 2011).

Com isto sentiu-se a necessidade de delinear objetivos para este processo, de forma a ultrapassar as lacunas e dificuldades observadas. Como tal foi elaborado um

instrumento de observação que fosse ao encontro das nossas necessidades e que avaliasse efetivamente a atuação dos professores estagiários.

Assim, e tendo em consideração alguma da informação recolhida, estabeleceram-se os seguintes objetivos:

- Desenvolver competências de reflexão e análise;
- Identificar as fragilidades e potencialidades do professor estagiário durante a PL;
- Promover a cooperação entre os professores estagiários;
- Construir um instrumento de observação;
- Analisar o controlo por parte do professor perante a inatividade dos alunos e/ou comportamentos desvios;
- Verificar se o empenhamento motor dos alunos nas tarefas propostas é satisfatório.

3.6.1. Operacionalização

No âmbito do EP era necessário observar vinte aulas do professor estagiário do nosso núcleo de estágio. Apesar disso foram observadas a maioria do total de aulas lecionadas, contabilizando mais do que as propostas, com o objetivo de retirar o máximo partido deste processo para a evolução da nossa atuação. É de salientar que no 2º período devido ao fecho das aulas e pelo facto das aulas serem lecionadas através da plataforma Google Classroom foram realizadas menos observações. Ainda assim, foram observadas aulas neste contexto, visto que era importante analisar a estrutura das aulas e os métodos utilizados para supervisionar e controlar os alunos.

De forma que o docente melhore a sua capacidade de observação, o mesmo terá de elaborar um instrumento de observação com base naquilo que pretende observar (Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012). Assim, numa fase inicial a observação foi realizada de forma informal, onde não era utilizada nenhuma folha de registo, e procurou-se identificar algumas lacunas na atuação do professor estagiário.

Com o avançar da PL foi necessário construir um instrumento de observação que nos permitisse recolher e anotar o máximo de informação possível (Anexo 3), contudo este

demonstrou ser muito aberto e subjetivo, pelo que foi necessário alterar. Estas alterações são importantes e fazem parte do processo de EP, pois devido à sua complexidade as necessidades vão se modificando e com isso é necessário adaptar as metodologias e estratégias utilizadas.

Contudo, numa fase inicial da observação o professor que se encontrava a observar estava muito centrado nos comportamentos dos alunos em detrimento da atuação do professor observado. Assim, esta foi uma lacuna que foi detetada com o auxílio do orientador cooperante e que rapidamente se procurou melhorar, através da adequação do instrumento de observação.

Neste sentido foi sugerido pelos orientadores a utilização do instrumento de registo utilizado pelos estagiários do ano anterior (Anexo 4), onde apenas realizamos algumas modificações nos critérios a observar, com o objetivo de o adequar, o máximo possível, ao que pretendíamos analisar. Assim, o instrumento utilizado era constituído por componentes defendidas por Batalha (2004), ligadas às funções de ensino como a apresentação do conteúdo, a organização da aula, o feedback, o clima, a disciplina e a afetividade.

Já os momentos de reflexão que eram partilhados após a assistência às aulas, com o orientador cooperante e com o colega de estágio, foram um meio propício a transformações e aprendizagens muito significativas, pois tínhamos a oportunidade de repensar a nossa observação de forma diferente. Nestes momentos eram discutidas as tomadas de decisões do professor observado, fornecendo também alternativas às mesmas, pelo que enriquecíamos as ilações retiradas da aula.

Segundo Reis (2011), a assistência às aulas e a observação são duas ferramentas pertinentes na atuação dos professores, visto que oferece a oportunidade de identificar aspetos que originaram o sucesso da sua atuação. Para o mesmo autor, ao longo deste processo é importante um espírito de camaradagem e partilha, passando a assumir-se como um instrumento colaborativo do conhecimento de dois ou mais professores.

Nesta perspetiva, a assistência às aulas é um instrumento com muito potencial na intervenção dos docentes, pois as suas finalidades são múltiplas, nomeadamente: (a) permite diagnosticar um problema; (b) avaliar um desempenho; (c) partilhar um sucesso;

(d) avaliar a evolução do observado; (e) testar novas metodologias; e (f) apoiar um colega (Reis, 2011).

Relativamente ao ponto (a), as observações realizadas às aulas do colega estagiário permitiram identificar algumas lacunas que o mesmo tinha na sua atuação, onde o objetivo seria transmitir as mesmas ao colega para que este procurasse as suprimir ao longo do tempo. Neste sentido, uma das lacunas observadas estava relacionada com o fecho do ciclo de feedback, pois muitas vezes o colega estagiário fornecia o feedback ao aluno, mas não observava se este realizava o solicitado pelo professor. Contudo, sabemos que esta é uma capacidade que envolve alguma experiência e que por isso poderá ser uma dificuldade comum entre os professores estagiários quando iniciação a lecionação das aulas.

No que toca ao ponto (f) de apoiar um colega, as críticas eram sempre apontadas com o objetivo de serem construtivas, bem como as sugestões que eram fornecidas. Nesse sentido, estas sempre foram bem recebidas por parte do estagiário observado, que aproveitava de forma eficaz estes momentos de reflexão e estava sempre disponível a recebê-las com o intuito de melhorar a sua atuação.

3.7. Plano de Ensino à Distância

A pandemia COVID-19 desencadeou diversas mudanças no nosso quotidiano, alterando a nossa forma de trabalhar, interagir e estudar. Na educação as limitações impostas pela pandemia também se fizeram sentir, sendo necessário realizar um processo total e rápido do ensino presencial para o ensino remoto, repensando a forma de ensinar, aprender e de avaliar (Simão, Pereira & Costa, 2020).

Assim, no âmbito do EP esta situação propôs-nos, enquanto professores estagiários, ainda mais desafios, em que procurámos responder de forma adequada e com determinação. Deste modo, esta situação esteve presente em todo o nosso ano de estágio, mas foi no 2º período que surgiram mais desafios e imprevistos, dado que tivemos que passar do ensino presencial, já composto por muitas limitações práticas, para o ensino não presencial.

Numa fase inicial a disciplina de EF, em regime presencial, era constituída por um bloco de noventa minutos e outro bloco de quarenta e cinco minutos. No entanto e de

acordo com a Resolução do Conselho de Ministros n.º 53-D/2020 de 20 de junho, cabe às escolas adequar a organização e funcionamento das atividades letivas e formativas no regime não presencial. Neste sentido, foi proposto que a disciplina de EF fosse lecionada duas vezes por semana, em um bloco de sessenta minutos e outro bloco de trinta minutos.

Dessa forma, em discussão com o orientador cooperante, procurámos estruturar as aulas, de modo a manter a atividade física dos alunos e potenciar os seus conhecimentos teóricos sobre as matérias de ensino e as componentes da atividade física. Neste sentido ficou definido que nas aulas de 60 minutos seriam abordados conteúdos teóricos e conteúdos práticos, enquanto nas aulas de 30 minutos apenas seriam abordados conteúdos práticos.

No sentido de adequar as aulas à disponibilidade dos alunos foi realizado um levantamento, na primeira aula do ensino à distância, sobre o espaço que tinham disponível em casa para a realização dos exercícios práticos, bem como os materiais disponíveis e a existência de câmara e microfone. Assim foi verificado que a grande maioria dos alunos não possuía materiais em casa, como cordas ou bolas o que era importante ter em atenção na seleção dos exercícios.

Para além disso, foi importante ter em consideração o facto de alguns alunos viverem em apartamentos e que por isso não era viável realizar alguns exercícios que pudessem causar muito barulho, como por exemplo os saltos.

3.7.1. Estratégias Didático-Pedagógicas

As estratégias didático-pedagógica têm como objetivo potencializar e tornar eficaz o processo de ensino-aprendizagem, proporcionando um clima positivo de aprendizagem. Deste modo, as estratégias didático-pedagógicas tornam-se indispensáveis, já que auxiliam na condução dos conteúdos de ensino. Deste modo, quanto mais o docente recorrer a estratégias mais diversificadas serão as oportunidades de melhorar os conteúdos de ensino (Adelino, 2012).

Assim, para a leção das aulas não presenciais recorreremos a uma grande variedade de suportes digitais e aplicações que nos auxiliaram a rentabilizar o tempo de aula e a diversificar a leção das mesmas. Desta forma, a plataforma mais utilizada e que foi definida pela escola para a leção das aulas foi a plataforma *Google*

Classroom. Esta plataforma foi escolhida por ser de simples utilização, gratuita e por ser utilizada por qualquer dispositivo com internet. Através desta plataforma era possível entrar em contacto direto com os alunos, dando-nos a possibilidade de realizar atividade física em tempo real. Neste sentido foi possível realizar coreografias de dança e vários exercícios de aptidão física, onde foram partilhados vídeos com os alunos que continham os exercícios a realizar. Esta ferramenta também foi importante para a realização dos trabalhos de grupo dos alunos, onde através desta foi possível retirar dúvidas e expor o trabalho realizado no final. Para além disso, a utilização desta plataforma permitiu que o processo de reflexão partilhada com os orientadores continuasse a existir, através de reuniões após as aulas ou em outros momentos necessários. As reuniões de grupo disciplinar continuaram a existir através desta plataforma, o que foi importante no sentido em que eram discutidas ideias e novas estratégias a utilizar neste regime não presencial. Ou seja, para que o conteúdo abordado pelo docente seja trabalhado de forma efetiva pelos alunos é importante que o professor conheça todas as possibilidades que a plataforma digital disponibiliza (Souza, 2016).

Assim, as novas tecnologias vieram alterar a forma de vida da nossa sociedade, por um lado favorecem a inatividade física, incentivando o sedentarismo, mas por outro é possível observar a colaboração dessas tecnologias à prática de exercício. Assim sendo, os profissionais de EF possuem o desafio de promover o equilíbrio entre o consumo passivo e a prática ativa de atividade física, através da divulgação de incentivos e possibilidades para a sua prática, com o objetivo de combater o sedentarismo (Marques 2007).

Neste sentido, para as aulas práticas recorreremos à aplicação *SWORKIT*, visto que a mesma oferecia uma variedade de exercícios de condição física com vídeos demonstrativos. Esta aplicação demonstrou-se útil, pois, para além de ser uma forma de diversificar a realização da componente prática, possibilitava a construção do treino por parte do professor consoante as necessidades dos alunos e os conteúdos da aula. Ainda na componente prática recorreremos ao treino em Tabata, onde através deste método de treino foram elaborados vídeos com a demonstração tanto pelo professor como pelos alunos, em que os mesmos eram projetados nas aulas e os alunos realizavam em simultâneo. A escolha da aplicação *SWORKIT* e de vídeos demonstrativos de diversos Tabatas tiveram por base o facto de os alunos não possuírem material desportivo em casa.

Através destas ferramentas foi possível ter uma componente prática motivante e sem material específico, que refletiu numa diminuição do sedentarismo que a situação pandémica tanto convidava.

Já para a componente teórica era utilizado maioritariamente o *Power Point*, onde eram apresentados os conteúdos da aula, recorrendo a imagens e vídeos. De forma a tornar esta componente mais apelativa para os alunos utilizamos a aplicação Kahoot, de modo a verificar os conhecimentos dos alunos, no que diz respeito aos conteúdos teóricos abordados na aula. Através desta aplicação era elaborado um jogo, em formato *Quiz*, onde os alunos respondiam utilizando o telemóvel em estilo de competição. Visto que num estudo realizado por Pinto (2019), onde 71% dos alunos classificou o Kahoot como muito motivador, recorreremos a esta aplicação nas nossas aulas como forma de cativar e motivar os alunos no processo de ensino aprendizagem. Como apontado por Delicado (2019), dado o interesse que os jovens possuem em relação aos jogos digitais e à utilização dos dispositivos tecnológicos torna-se essencial associar o jogo à aprendizagem, aproximando a sala de aula ao mundo tecnológico e competitivo.

Como sugestões futuras, seria importante a utilização de uma aplicação que facilitasse o contacto entre o professor e os alunos, no sentido de fazer passar a informação de forma rápida, visto que único veículo de informação utilizado por nós foi o *Google Classroom*. Como tal, uma sugestão de aplicação seria o *WhatsApp* visto que esta aplicação possui múltiplas funções para além da comunicação, como a partilha de documentos, de vídeos e até a possibilidade de realizar pequenas videoconferências. Para além disso, é uma aplicação que a maioria dos alunos possui no seu telemóvel e que permite um tempo de respostas mais rápida, visto que é mais utilizada pelos alunos ao contrário do email.

4. Estágio Pedagógico: um meio de transformação do professor estagiário

O ano de estágio foi, sem dúvida, um ano de vários desafios e aprendizagens, onde o estagiário sentiu a necessidade de realizar constantes adaptações, mas foi um ano de grande evolução, de crescimento profissional e pessoal.

Neste capítulo serão realçadas as experiências consideradas mais marcantes no decorrer do EP. Neste sentido, vamos abordar a reflexão realizada nas reuniões com o orientador, a reflexão feita sobre a avaliação e as suas componentes, a lecionação à turma do 2º ciclo e as dinâmicas de grupos e a sua influência numa aula.

4.1. Reuniões: espaço de reflexão

Ao longo do EP contamos com a ajuda de um orientador cooperante que foi uma peça fundamental para o desenrolar deste processo. Assim, após a lecionação das aulas dava-se lugar a um espaço de reflexão, através de reuniões, em que se levantavam questões sobre a aula lecionada e se refletia sobre aspetos importantes para o sucesso da PL e do EP. Como refere Silveira (2009) estes momentos de reflexão entre o orientador e o estagiário são essenciais na medida em que o constante questionamento e experimentação possibilitam alcançar uma prática consciente.

Visto que o orientador é considerado o agente preponderante na formação de um estudante estagiário (Silveira, 2009), a supervisão do orientador ao longo do EP foi vista como um momento de reflexão e discussão, no sentido de refletir sobre a atuação anterior, procurando melhorar a atuação futura. Neste sentido, através de um feedback construtivo e objetivo eram apontados os aspetos mais positivos da atuação do estagiário e através do questionamento eram levantadas questões, com o intuito de levar o professor estagiário a refletir sobre a sua atuação futura.

Estas questões que eram colocadas foram importantes na construção do conhecimento do estagiário e conseqüentemente novas competências, tendo na sua base a reflexão. Como tal, estes desequilíbrios que eram provocados no estagiário contribuíram para a sua evolução, onde o mesmo passou a atuar com mais segurança e de forma mais eficaz. Neste sentido, este espaço de reflexão é uma ferramenta importante na formação inicial de um professor estagiário, sendo considerado um instrumento de aquisição de uma nova realidade (Linhares et al. 2014).

Segundo Lopes (2019) é importante que o orientador dê espaço ao estagiário para este refletir sobre o desenvolvimento do processo ensino aprendizagem dos alunos e sobre a sua própria atuação, nomeadamente os seus comportamentos e atitudes. O orientador

nesta fase possui o papel de fomentar e orientar esta reflexão com as informações da observação realizada.

O orientador cooperante demonstrou ser um docente experiente, capaz de resolver diversos problemas no seu quotidiano da vida docente. Assim, este foi um meio para rentabilizar as aulas, através de estratégias de organização e de controlo e supervisão dos alunos. Após implementadas estas estratégias foi possível rentabilizar as aulas, dando mais tempo para a prática e menos tempo despendido nas transições.

Em forma de conclusão, é possível verificar que o papel que o orientador cooperante assume neste processo de formação inicial do futuro docente é de extrema importância, pois estes momentos são um meio de melhorar a prática pedagógica, através da partilha de saberes e de experiências junto dos estagiários.

4.2. Lecionação à turma do 2º ciclo

No âmbito do EP é essencial que a realidade vivida seja o mais próxima possível do contexto real, e por essa razão o estágio decorre no seio de uma escola que procura solicitar comportamentos no estagiário, que serão essenciais para o seu futuro profissional. Pois segundo Pimenta (1999) os cursos de formação inicial que se baseiam em atividades e conteúdos diferenciados da realidade, pouco contribuem para formar uma nova identidade do profissional docente.

Para além disso este processo é tão importante na formação do docente, pois ao ingressar numa escola é mais do que habitual o professor orientar mais do que uma turma e, em muitos casos, de ciclos diferentes.

No âmbito deste EP o docente estagiário teve a hipótese de lecionar em duas turmas diferentes: uma delas seria a turma em que o estagiário asseguraria a lecionação de todas as aulas e o processo de avaliação, enquanto na outra turma a responsabilidade era compartilhada com outros professores. Este processo tornou-se mais complexo pois as turmas eram de ciclos diferentes, ou seja, a turma principal era do 3º ciclo de ensino e a turma partilhada com os restantes professores estagiários era do 2º ciclo.

Embora este processo tenha sido algo complexo, visto que envolveu estratégias e metodologias diferenciadas, foi bastante enriquecedor para a formação do professor, pois

ofereceu a possibilidade de se aproximar do contexto real da sua profissão, enquanto docente de EF.

Visto que a turma principal, de 3º ciclo, era uma turma com alguns comportamentos desvios e com algumas dificuldades na prática, foi necessário implementar algumas rotinas de funcionamento, com o objetivo de potenciar o processo de ensino aprendizagem dos alunos.

Já na turma de 2º ciclo, o facto de cada estagiário apenas ter de lecionar seis aulas tornou este processo mais simples, onde a nossa atuação estava focada em ir ao encontro do exposto no PNEF.

Desta forma, o capital de tempo investido, as estratégias e metodologias utilizadas foram diferentes em cada uma destas turmas. Visto que a turma de 3º ciclo era a turma principal do professor estagiário, foi aquela que necessitou de mais tempo investido e uma metodologia mais rigorosa. Já a turma partilhada foi vista como um espaço de reflexão e de teste de algumas estratégias que se fossem colocadas em prática na turma principal poderiam comprometer alguns dos objetivos pretendidos e possivelmente seria mais complicado fazê-lo devido às características da turma.

Este processo foi importante na formação do estagiário também porque lhe solicitou diferentes comportamentos, onde o objetivo passava por adequar a sua atuação às exigências de cada contexto. Para além disso, visto que a turma era partilhada com outros professores estagiários, permitiu a observação de mais aulas, permitindo retirar mais ilações sobre a atuação dos outros colegas.

Dessa forma, antes de iniciar a lecionação nesta turma foram observadas diferentes aulas lecionadas por outros professores estagiários, com o objetivo de conhecer um pouco a turma, anotando aspetos que contribuíssem para a elaboração dos planos de aula e na gestão e controlo da turma.

Uma das principais dificuldades sentidas ao longo deste processo foi o adequar o nível e exigência dos exercícios à faixa etária e nível de proficiência da turma. Como tal, nem sempre a atuação do professor foi eficaz nesse sentido e houve a necessidade de realizar alterações em algumas aulas, perante o insucesso de alguns alunos nas tarefas solicitadas. Para além disso, outra dificuldade sentida foi o facto de as rotinas não estarem

implementadas como na turma principal, o que em alguns momentos dificultava o início da aula e o tempo das transições.

Um aspeto que necessitava ser melhorado nesta etapa estava relacionado com o contacto entre os professores estagiários, com o intuito de realizar um documento que expressa-se a distribuição de todos os conteúdos ao longo do ano letivo. A elaboração deste documento teria sido útil para organizar e planear de forma adequada os conteúdos, tendo por base o nível dos alunos e as suas necessidades. Dessa forma, o que se procurou realizar relativamente ao voleibol e aos jogos pré desportivos, que foram as matérias lecionadas por nós, foi o contacto com os outros dois professores que iriam lecionar estas matérias, no sentido de lhes transmitir o que foi lecionado e os conteúdos onde seria necessário investir mais tempo.

É importante realçar que este processo assume um papel importante na formação inicial do docente e que por isso deverá ser reforçada no futuro, para que o estagiário adquira a capacidade de se adaptar a diferentes contextos, conhecendo melhor o seu futuro profissional. Segundo Chaves, Rodrigues e Silva (2012), através da formação inicial o docente desenvolve as suas habilidades e competências com o objetivo de aperfeiçoar o processo de ensino aprendizagem. Assim, é importante que os professores estejam preparados para lidar com estas mudanças, procurando alternativas para melhorar a prática docente e contribuir de modo significativo na aprendizagem dos alunos.

4.3. Avaliação em EF

A avaliação é considerada parte integrante do processo de ensino aprendizagem dos alunos, logo esta não deve ser vista como uma simples atribuição de notas, com rotulação dos alunos, mas sim como um meio de orientar o docente na sua prática pedagógica, procurando ir ao encontro das reais necessidades dos seus alunos (Simões, Fernando & Lopes, 2014).

No caso da EF, visto que esta procura potenciar diferentes capacidades nos alunos, é importante verificar se as mesmas tiveram o efeito pretendido, recorrendo à avaliação (Simões, Fernando & Lopes, 2014). Neste sentido, o processo de avaliação é tão importante pois permite alterar o processo caso seja necessário, pois “não basta solicitar

determinados comportamentos, temos de avaliar para ver se estes foram induzidos” (Simões, Fernando & Lopes, 2014, p22).

Assim é verificada uma ligação entre o processo pedagógico e a avaliação, dado que ambos têm o objetivo de pesquisar e refletir sobre a ação pedagógica. Desta forma, estes dois processos não podem ser vistos de forma desintegrada, dado que a avaliação assume um papel essencial na adaptação da intervenção pedagógica, consoante o diagnóstico realizado e a identificação de causas e falhas no processo de aprendizagem (Bratfische, 2003).

Cada instituição de ensino seleciona o seu método de avaliação, sendo que a EBSAAS possui uma proposta de avaliação, a qual os docentes devem respeitar. Assim de acordo com o grupo disciplinar os alunos devem se desenvolver de acordo com três domínios: o domínio cognitivo, o domínio psicomotor e o domínio altitudinal (tabela 4).

Sendo que este método de avaliação implicava o seu respeito, enquanto professores estagiários, o mesmo não é da nossa opção, visto que é complicado a divisão da atuação e desempenho dos alunos em três domínios.

Tabela 4- Avaliação na disciplina de EF

7º, 8º e 9º Anos	Disciplina: EF	
Domínios/ Temas/ Módulos	Conhecimentos, capacidades e atitudes Áreas de competência do Perfil do aluno (ACPA)	Instrumentos de avaliação e ponderação
Competência Cognitiva	<p>Área dos Conhecimentos – Saber saber (ACPA - A, B, C, D, E, F, G, H, I)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aquisição e aplicação de conhecimentos. - Compreensão, interpretação e expressão oral e escrita. 	<ul style="list-style-type: none"> - Teste Escrito e/ou Trabalho de Grupo, e/ou Intervenções / Questões Aula e/ou Relatórios de Aula e/ou Fichas de Observação e Registo e/ou Funções de Arbitragem e/ou Atividades de Organização / Apoio da aula de EF (15%)
Competência Psicomotora	<p>Área das Atividades Físicas – Saber fazer (ACPA - A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho Aula - Empenhamento Motor / Habilidades Motoras Técnico / Táticas e Desportivas. <p>Área da Aptidão Física – Saber fazer (ACPA – D, E, F, G, I, J)</p> <p>Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Grelha de Observação e Registo da prática motora geral e específica e/ou Grelha de Observação e Registo da avaliação técnico/tática das AFD abordadas (50%) - Bateria de Testes do programa FitEscola e/ou Grelha de Observação e Registo do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas (10%)
Competência Atitudinal	<ul style="list-style-type: none"> - Saber ser / saber estar (ACPA: C; D E; F; G; j) - Responsabilidade - Empenho/participação/autonomia - Respeito/cooperação 	<p>Grelhas de observação (25%)</p>

Neste sentido, verificamos que a avaliação na educação procura responder ao conjunto de mudanças estruturais da sociedade, que se refletem nas alterações do comportamento humano, nos avanços tecnológicos, entre outros (Bratfische, 2003). Assim, analisando mais profundamente a percentagem que a escola fornece a cada domínio, verificamos que a competência atitudinal assume uma percentagem relativamente elevada na avaliação final do aluno. Para além disso verificamos que a escola atribui outros quinze por cento à componente cognitiva. Isto leva a uma reflexão relacionada com o tipo de Homem que a escola pretende formar, onde este deverá ter características de um ser virado para o social e com grande capacidade de reprodução/decorar. Se olharmos para a EF como uma disciplina prática (tal como ela é) a escola pretende que quarenta por cento de cada aluno seja tudo menos prático. Dentro da restante percentagem, dez por cento desta avalia a componente que não necessita de

qualquer pensamento nem reflexão sobre a tarefa. Neste sentido podemos afirmar que a competência realmente psicomotora (o que caracteriza a nossa disciplina) e que necessita de compreensão das atividades físicas é apenas metade do aluno na sua globalidade.

Numa escola que possibilite uma maior flexibilidade na avaliação global dos alunos poderá haver uma união entre o domínio cognitivo e o psicomotor, visto que a componente cognitiva pouco influencia a ação dos alunos na prática. Posto isto deveria ser questionado aos alunos conteúdos relacionados com a compreensão das atividades desportivas, no sentido de verificar se este consegue colocar em prática o que respondeu, ou seja, aliar o discurso ao percurso.

4.4. As dinâmicas de grupo

A escola é considerada a segunda instituição após a família do aluno, sendo esta o espaço onde as crianças se relacionam e adquirem normas de convivência. Neste sentido é no contexto escolar que haverá socialização e formação da personalidade da criança. Mais especificamente na aula de EF o aluno terá mais contacto com atividades de grupo, o que será fundamental para o seu desenvolvimento não só físico, mas também psicológico (Santana,2012).

A disciplina de EF pode ser vista como um meio de estimular o desenvolvimento físico, psicológico e social dos alunos. Deste modo é importante que o professor conheça os seus alunos, tanto a nível físico, como psicológico e social, pois o processo de formação de grupos poderá influenciar, positiva ou negativamente, na aula de EF. Com o conhecimento por parte do docente sobre os seus alunos, este pode adotar diferentes estratégias na formação dos grupos de trabalho, consoante as características dos alunos e dos objetivos das tarefas a realizar em grupo (Costa, Simões & Neves, 2009).

O Homem é um ser social que se desenvolve e se transforma na relação com os outros, contribuindo para a sua evolução e para a dos grupos sociais onde está inserido. Assim é importante que as metodologias de ensino contemplem as dinâmicas grupais, indo ao encontro das capacidades de cada indivíduo, correspondendo assim às necessidades do ser humano (Almada et al. 2008).

A EF apresenta um elevado potencial de se afirmar como um espaço de aprendizagem social, devido à possibilidade de adequar as situações de aprendizagem,

aos objetivos que se pretende e pelo seu leque de matérias de ensino, que oferece a possibilidade de o aluno socializar em diferentes contextos. Desta forma é importante que o docente tenha em consideração a formação dos grupos de trabalho nas aulas, tendo como objetivo estabelecer interações significativas na formação global dos alunos.

Neste EP esta gestão de formação de grupos para a realização das aulas foi algo que esteve sempre presente na atuação do professor, no sentido de otimizar as aprendizagens dos alunos. Foi identificado, nas primeiras aulas, que a formação dos grupos influenciava o bom funcionamento e a dinâmica da aula, havendo alunos com determinadas características que eram necessárias ter em conta no processo de seleção dos mesmos. Para além disso verificou-se que a ausência de determinados alunos na aula, alterava o funcionamento da mesma e por vezes o comportamento e empenhamento de outros alunos.

Perante os resultados do teste sociométrico realizado no início do 1º período, os dados foram analisados e recorremos aos mesmos para a constituição dos grupos, com o objetivo de potenciar interações positivas e essenciais para o desenvolvimento dos alunos. Assim, visto que dois alunos foram significativamente votados nas questões de exclusão, podendo indicar que estes alunos possam ter atitudes, comportamentos ou até mesmo questões de personalidade que façam com que os colegas não queiram lidar com estes. Dessa forma, o professor procurou trabalhar estes aspetos, com o objetivo de envolver estes alunos e diminuir as situações de exclusão. Este aspeto teve por base a tentativas de formar bons cidadãos e transmitir o princípio de que é normal não nos identificarmos com todas as pessoas, mas que o respeito deve ser sempre um aspeto a considerar. Como tal procurou-se inserir estes alunos nos grupos em que estavam inseridos os líderes da turma, na tentativa de facilitar a sua inclusão.

Do mesmo modo, procuramos privilegiar alguns aspetos mencionados no PNEF (2001, p5), como por exemplo “Orientação da sociabilidade no sentido de uma cooperação efectiva entre os alunos, associando-a à melhoria da qualidade das prestações, especialmente nas situações de competição entre equipas, e também ao clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao prazer proporcionado pelas actividades”. Este ponto foi visível, pois apesar de os alunos terem demonstrado a existência de grupos na turma, quando apresentados os grupos realizados tendo em conta o teste sociométrico, os alunos sempre respeitaram os colegas e cooperaram uns com os outros.

Uma dificuldade sentida na constituição dos grupos tinha como aspeto influenciador os níveis de proficiência, ou seja, colocar os alunos mais proficientes num grupo e os menos proficientes em outro grupo. A elaboração dos grupos desta forma levou a que o funcionamento da aula e o empenhamento motor dos alunos não fosse tão positivo, principalmente no grupo com os alunos mais proficientes. Isto ocorreu, pois no grupo encontravam-se os alunos com mais comportamentos desvios e que, apesar de possuírem mais facilidade na prática, necessitavam de mais intervenção do professor, devido às brincadeiras e comportamentos fora da tarefa. De modo a colmatar esta dificuldade e potenciar a aprendizagem de todos os alunos, os grupos passaram a ser realizados por nível de comportamento em detrimento do nível de proficiência. Dessa forma, procurou-se constituir grupos que através das suas interações promovessem maior empenhamento, responsabilidade e aprendizagem dos alunos.

Como tal, este processo de constituição dos grupos foi uma gestão que esteve sempre presente ao longo do ano letivo, onde foram procuradas diferentes estratégias, com o objetivo de identificar aquela que potenciase a aprendizagem dos alunos, assim como tornasse a aula mais rentável e motivante.

4.5. A edição de vídeos: uma ferramenta educativa

Desde fins do século XX que as escolas são confrontadas com o potencial anunciado relativamente às tecnologias na educação, levando-as a repensar a sua organização e os modos de trabalho tradicionais (Pires, 2016).

O conhecimento que os professores têm sobre as novas tecnologias e as aplicações existentes, poderá ser um meio para a utilização de alternativas diversificadas nas aulas de EF. Assim, segundo Pires (2016), é importante que o professor procure desenvolver as competências necessárias para a utilização destas tecnologias de forma autónoma, crítica e coerente, de modo que as práticas docentes respondam às exigências da atualidade.

Estas alternativas digitais que os professores utilizam nas suas aulas têm por objetivo tornar os conteúdos mais compreensíveis para os alunos, mas também diversificar o processo de ensino aprendizagem, dado que “que estas ferramentas podem ser mais atrativas e motivadoras” (Pires, 2016 p.4).

No âmbito deste EP e devido à situação de pandemia, que levou ao fecho das escolas, o professor estagiário sentiu a necessidade de recorrer a estes meios digitais, com o intuito de motivar os alunos para as aulas à distância e promover um papel mais ativo do aluno nas aulas. Assim, para além das aplicações mencionadas no capítulo do plano de ensino à distância (Kahoot e SWORKIT), que também levaram a uma pesquisa e investigação por parte do professor, recorreremos aos vídeos como forma de apresentar aos alunos os conteúdos e exercícios da aula.

Contudo, a experiência do docente estagiário nesta área era reduzida pelo que no início era despendido algum tempo na edição dos vídeos. Como tal, foi necessário recorrer a um programa que auxiliasse na edição dos vídeos, procurando diminuir o tempo que era despendido nesta edição. Assim, surgiu o Filmora, um editor de vídeos que assumiu um papel importante nesta etapa de ensino à distância.

Para as aulas de dança em regime online foram utilizados vídeos gravados e editados pelo professor, que seriam apresentados na aula para que os alunos realizem a coreografia exposta. Esta opção foi importante, pois assim o professor ficava livre para observar todos os alunos e fornecer os feedbacks necessários. Para além disso, visto que muitas vezes era necessário repetir os passos esta ferramenta facilitava o processo, pois apenas era necessário puxar o vídeo para trás.

Neste âmbito e com o desenvolvimento das competências do professor, foi realizado um vídeo com a coreografia abordada na turma. Para este vídeo foi pedido que cada aluno gravasse a sua execução, para que no final o professor juntasse todos os vídeos, surgindo uma espécie de videoclip. Outra forma de utilizara edição de vídeos no auxílio das aulas, foi a pesquisa dos vídeos no Youtube e cortar a parte dita fundamental para a compreensão dos conteúdos das aulas. Por exemplo, foi utilizado vídeos explicativos das diferentes formas da contagem de tempos na dança.

Como forma de desenvolver a aptidão física, para além do SWORKIT, foi utilizado método de treino Tabata, onde inicialmente foi gravado apenas o professor estagiário a realizar os exercícios. Com a boa aceitação por parte dos alunos, surgiu a ideia de compilar vários Tabatas com as imagens de execução dos alunos. Esta estratégia revelou-se eficaz para utilizar no ensino à distância, assim como no ensino presencial,

pois foi um meio de tornar as aulas mais interessantes, visto que os alunos demonstraram-se mais motivados e aplicados ao se verem nos vídeos.

Por fim, em forma de análise podemos afirmar que este foi um momento rico de aprendizagem, visto que foi realizada tarefa semelhante em outra turma e todos os vídeos associados à aptidão física foram compartilhados com o grupo disciplinar, onde recebemos diversos elogios pelo trabalho realizado.

4.6. Dificuldades: um meio de aprendizagem

Um aspecto que torna o EP mais enriquecedor é o vivenciar dificuldades, ultrapassando-as com o objetivo de alcançar o sucesso. Esta procura pelo sucesso teve por base o processo de diagnóstico, prescrição e controle onde muitas das situações resolveram-se por tentativa e erro, ou seja, procurávamos adotar estratégias que tinham grande probabilidade de resolver a questão. Apesar disso, muitas dessas estratégias revelaram-se pouco eficazes que levaram a que houvesse a procura de outras, no sentido de tornar todas essas questões as mais eficientes possíveis.

Como se diz frequentemente “errar é humano” e esta afirmação não nos indica a incapacidade ou falta de competência daquele que erra, mas sim a possibilidade de acertar no futuro, tendo por base o erro que ocorreu anteriormente. Ou seja, são utilizadas as informações passadas com o objetivo de controlar e tornar mais eficazes as situações futuras, de forma a alcançar o objetivo (Tani, 1989).

Nesta perspectiva, as dificuldades sentidas e os erros que foram cometidos durante o processo de EP foram vistos como uma oportunidade de evoluir na nossa atuação, uma vez que estes foram fundamentais na promoção de aprendizagens e conseqüentemente na melhoria do processo de ensino e aprendizagem.

Deste modo, a evolução da humanidade depende também da evolução de como vemos e compreendemos o mundo. Assim, para que o professor continue a sua evolução, enfrentando as mudanças do mundo, é importante a sua habilidade de saber aprender e “desaprender” com certa agilidade. Assim, as aprendizagens contínuas assumem um papel essencial na formação do professor, visto que é o que faz com que este melhore a sua atuação, tendo por base as informações do passado.

As aprendizagens associadas às reflexões fazem com que a atuação do professor se torne cada vez mais eficaz e adequada aos diferentes contextos e alunos. Nesta perspectiva, a reflexão que o professor realiza sobre a sua atuação é fundamental para a

melhoria da qualidade das atividades desenvolvidas durante a ação pedagógica e também para o desenvolvimento do processo de ensino aprendizagem dos alunos (Schmitt, 2011). No futuro, o professor estagiário, para além de continuar a apostar em diferentes formações contínuas, deve estar consciente que é fundamental ter na base da sua atuação a reflexão sobre a sua atuação, procurando adquirir continuamente ferramentas/aprendizagens que serão pilares da sua personalidade profissional.

Olhando para toda a reflexões sobre o EP é importante ressaltar um conjunto de ferramentas/aprendizagens adquiridas no decorrer do mesmo, que resultaram das dificuldades ultrapassadas, das estratégias assumidas e dos fracassos vivenciados. Nesta ordem de ideias as aprendizagens surgiram de diversas situações que caracterizam o meio rico que envolve o EP. Grande parte das aprendizagens decorreram de todo o envolvimento da PL, onde as dificuldades foram a base de prescrições futuras. Como exemplo é possível salientar as dificuldades sentidas no controlo da turma, onde, devido às repercussões que tinham no sucesso das aulas, foi necessário resolver o problema o mais rapidamente possível. Para resolver este problema foi necessário olhar para as componentes de preparação das aulas, nomeadamente a circulação pelo espaço, a formação de grupos e a organização dos exercícios e do material no decorrer da aula.

Relativamente à preparação das aulas as maiores aprendizagens adquiridas ligaram-se com a adoção de rotinas no decorrer das aulas, com o objetivo de tornar as mesmas mais rentáveis, com menos comportamentos desvios e com maior tempo para a prática, que consequentemente aumentou o tempo de empenhamento motor dos alunos. Alguns exemplos destas rotinas foi a adoção de uma organização em xadrez no início da aula, mandar sentar os alunos sempre que era necessário apresentar um novo conteúdo e a maioria das transições entre exercícios era feita grupa a grupo, com o objetivo de minimizar ao máximo o tempo de transição. Estas estratégias tornaram as tarefas do professor mais ativas, frequentes e repetitivas no decorrer da aula toda, mas ao mesmo tempo menos desgastantes relativamente ao controlo dos alunos.

Outro aspeto que mereceu muita reflexão foi a disposição dos exercícios em cada plano de aula, pois em grande parte do EP procurou-se dispor os conteúdos das aulas tendo por base a complexidade dos exercícios, a facilitação em formar grupos, assim como a distribuição e recolha do material. Neste sentido a maior aprendizagem retirada neste aspeto está diretamente ligada com uma organização dos exercícios do simples para o complexo, onde a utilização do material deve ir reduzindo com o avançar da aula e de

exercício para exercício. A mesma ilação foi retirada da formação de grupos, onde procurou-se fazê-los no início da aula e com o decorrer da mesma apenas eram feitos pequenos ajustes, com a junção de pequenos grupos num grupo maior.

Outro aspeto relacionado com o sucesso da aula e controlo dos alunos foi a deslocação do professor pelo espaço, onde inicialmente esta era feita muito no centro do espaço e entre os alunos, que fazia com que nem todos os alunos estivessem no campo de visão do professor. Com o decorrer do EP procurou-se explorar muito mais as extremidades do espaço e circular mais na periferia. Juntando a isto os circuitos de deslocação nem sempre regulares que tornava a colocação do professor menos previsível para os alunos que tendiam a ter comportamentos desvio.

A preparação das aulas ia para além do apresentar à turma os conteúdos a realizar, pois é fundamental planear o que fariam os alunos que não iam realizar a componente prática. Assim, fomos verificando que as tarefas teóricas que eram solicitadas aos alunos não eram eficazes, nomeadamente o relatório da aula ou preenchimento de fichas de jogo, pelo que foi necessário colocar os alunos com um papel mais ativo na aula. Assim passámos a distribuir tarefas relacionadas com a organização do material ou com a recolha de dados, como por exemplo a distância de cada aluno no salto em comprimento. Contudo, também verificámos que o sucesso deste papel era influenciado com o tipo de tarefa solicitado e com o tipo de aluno em questão. No nosso caso, visto que o aluno responsável por estas tarefas era um aluno que comprometia o bom funcionamento das aulas, era necessário ter em atenção o tipo de tarefas a solicitar, ou seja, era importante evitar tarefas que aumentassem o contacto com a restante turma, procurando diminuir possíveis brincadeiras e comportamentos desvios.

Quando falamos em dificuldades, muitas vezes estas estão associadas a características e à personalidade do próprio professor. Neste sentido, a colocação da voz foi uma das dificuldades visíveis no início ano letivo relativamente ao professor estagiário e que se procurou suprimir através do recurso a outros meios. Desta forma, uma das estratégias foi aproveitar os momentos de mais silêncios para transmitir alguma informação e intervir mais eficazmente. Para além disso, procuramos utilizar o apito, que foi uma ferramenta importante para a procura desse silêncio e consequente intervenção. Outra estratégia utilizada foi o feedback mais personalizado, ou seja, o feedback era transmitido junto do próprio aluno de forma a facilitar a transmissão da mensagem.

Este ano letivo contou com uma pandemia que alterou toda a funcionalidade da escola. Neste sentido, a abordagem dos jogos desportivos coletivos ficou condicionada, visto que uma das regras de segurança impostas foi a não realização do jogo formal e a limitação de elementos por equipa. Estes aspetos influenciaram a forma como os alunos encaravam as aulas, uma vez que demonstravam muitas vezes desmotivação nos exercícios propostos. Para colmatar este problema utilizou-se sempre que possível o jogo reduzido e procurou-se dar maior responsabilidade aos alunos mais proficientes e que tinham a tendência a desestabilizar o normal funcionamento da aula.

Outro problema relacionado com a motivação dos alunos associou-se à abordagem do atletismo na escola, mais precisamente nos conteúdos da corrida. Nos saltos e lançamentos os alunos demonstraram-se mais motivados e empenhados, provavelmente por serem conteúdos menos abordados na escola. Por outro lado, o cenário era completamente diferente quando eram abordados diferentes tipos de corrida, possivelmente pelo facto de os alunos terem dificuldade em atribuir o objetivo correto para cada exercício, ou seja, correr uma distância o mais rapidamente possível. Como forma de resolução procurou-se inserir a componente da competição entre os alunos e organizar a aula de uma forma que todos os alunos estivessem a realizar todos os conteúdos ao mesmo tempo, em vez do trabalho por estações. A organização da aula desta forma, possibilitava um maior controlo de todos os alunos, assim como estes viviam mais intensamente a componente competitiva. No futuro seria indispensável elaborar um instrumento de recolha de dados para fazer uma avaliação mais global de cada aluno, assim estes podiam ver a sua evolução de aula para aula e fazer a sua comparação com os colegas.

Por fim, como forma de comparar duas abordagens de duas matérias de ensino aproveitamos para retirar ilações da abordagem da capoeira e da dança, procurando criar pontos semelhantes na ação do professor. Neste propósito, a lecionação da capoeira não correu como previsto, ou pela falta de preparação por parte do professor ou pela desmotivação apresentada pelos alunos, devido ao pouco conhecimento desta matéria e à grande semelhança com a matéria da dança. Devido à situação de pandemia a abordagem desta matéria não era aconselhada, mas a mesma foi lecionada abdicando da parte do confronto devido ao distanciamento físico. Esta limitação também poderá ter sido um dos motivos para a pouca aceitação por parte dos alunos. A lecionação da dança, apesar das reticências iniciais por parte dos alunos, correu de forma diferente, dado houve uma

melhor preparação da mesma para as aulas. O facto de ter iniciado a lecionação desta matéria nas aulas à distância, onde foi abordada uma componente teórica e então uma componente prática, onde foi realizada e filmada uma coreografia, vez com que os alunos não sentissem tanto o “choque” inicial nesta matéria. Refletindo sobre estes aspetos o que diferenciou a abordagem destas duas matérias de ensino foi a preparação do professor e o facto de os alunos terem poucas experiências nessa matéria, o que leva a crer que seja importante dar mais tempo na abordagem desta matéria.

Assim, o erro deve ser visto como um trampolim na procura do conhecimento, onde o individuo deve olhar para o insucesso como um ponto de partida para atingir as metas. Desta forma, devemos aprender a partir daquilo que não se aprendeu anteriormente, com o intuito de melhorarmos no futuro (Luckesi, 2011). Ou seja, perante as dificuldades ou os erros que possam ser cometidos ao longo do processo é importante que não olhemos para estes como um fracasso, mas sim como uma oportunidade de refletir e fazer melhor no futuro.

Como tal, a PL foi vista como uma atividade de resolução de problemas, onde o professor possui o papel de desenvolver no aluno saberes, saberes fazer e saberes ser. Dessa forma, esta prática é caracterizada pela sua complexidade e singularidade, onde muitas vezes as situações com que os professores se deparam no seu dia a dia não estão bem definidos (Santos & Lopes 2011). Segundo os mesmos autores perante a diversidade de situações com que o professor enfrenta ao longo da sua prática profissional, até com professores com largos anos de serviço, nem para estes problemas existe muitas vezes uma solução já identificada e pronta a utilizar. Assim, é importante que o professor saiba interpretar estas situações e entendê-las como problemas, delimitando com mais precisão a área onde se inserem, de forma a procurar estratégias de intervenção adequadas (Santos & Lopes, 2011):

5. Atividade de Integração no Meio

Uma das atividades desenvolvidas neste âmbito foi a caracterização da turma (CT), que se encontra associada à nossa capacidade de recolher informação sobre os alunos que irão fazer parte do nosso EP e condicionarão a nossa atuação. Em outro momento do EP é necessário desenvolver um evento que tem por objetivo organizar e planear uma atividade com o apoio dos alunos, no sentido de envolver os restantes agente da comunidade educativa.

5.1. Caracterização da turma

Ao iniciarmos a PL assumimos a responsabilidade por uma turma na qual desenvolvemos o seu processo de ensino-aprendizagem. Daí se tornar fundamental recolher alguns dados e informações, com o objetivo de conhecer um pouco os alunos da turma, pois é sobre os mesmos que iremos intervir. Do mesmo modo, conhecer um pouco o meio em que os alunos se inserem permite percebê-los um pouco melhor, na tentativa de colocá-los no centro do processo de ensino-aprendizagem.

A CT poderá ser vista como um processo de diagnóstico que auxilia o professor a identificar as potencialidades e fragilidades dos alunos, bem como as suas necessidades e características, adequando as estratégias às reais necessidades da turma. Neste sentido, como referem Vicente, Fernando e Lopes (2015), de forma a potencializar as transformações em cada indivíduo é importante recorrer a uma metodologia que tem por base o ciclo de diagnóstico, prescrição e controlo. Para estes autores a fase de diagnóstico é fundamental para identificar as características, capacidades e potencialidades do Homem.

Neste contexto, a CT é realizada com o objetivo de potenciar a atuação do professor, uma vez que nos permite conhecer o aluno em particular e a turma em geral, relativamente aos seus hábitos, preferências e limitações. Nesta perspetiva e segundo o exposto nos princípios orientadores do Projeto de Autonomia e Flexibilidade Curricular, no DL N.º 55/2018 de 6 de julho, o processo de diagnóstico visa a condução de um ensino personalizado, inovador e flexível que pretende corresponder às necessidades diferenciadas dos alunos (artigo 4ºC).

A elaboração da CT tem acima de tudo o objetivo de adequar e contextualizar a prática pedagógica aos alunos, realizando um planejamento, consciente e personalizado da turma a nosso encargo. Neste sentido, os objetivos da CT passaram por (a) caracterizar a turma a nível biográfico, demográfico e socioeconómico; (b) analisar a função cognitiva dos alunos; (c) verificar os hábitos/rotinas desportivas dos alunos; (d) identificar possíveis patologias ou condicionantes à prática da EF; (e) identificar as dinâmicas entre os alunos, assim como a existência de grupos no seio da turma.

Esta etapa foi realizada com a coordenação e cooperação dos diferentes núcleos de estágio, onde recorreremos a diversos instrumentos e métodos que possibilitaram a recolha dos dados de forma fidedigna e eficaz. Como tal, com o Projeto EFERAM-CIT e das suas ferramentas, aplicámos nos diferentes núcleos de estágio os seguintes instrumentos de recolha de informação: (a) questionário sobre a EF e o Estilo de Vida, recolhendo dados demográficos e socioeconómicos dos alunos e a sua perceção, motivação e hábitos de vida; (b) teste de competências Pessoais e Sociais com o objetivo de identificar a capacidade de resolução de problemas, regulação emocional e relações interpessoais; (c) teste sociométrico para identificar possíveis grupos na turma; (d) teste COGTEL para avaliar o nível cognitivo dos alunos e (e) testes de aptidão física, com o intuito de verificar a composição corporal, a aptidão muscular e aeróbia dos alunos.

5.2. Operacionalização

A CT demonstrou ser um processo complexo onde foi necessário um investimento temporal razoável na recolha e organização da informação. Como tal, numa fase inicial, antes da lecionação das aulas, foi solicitada ao professor de EF do ano anterior alguma informação sobre os alunos, nomeadamente o número de cartão de cidadão, o nome completo e os alunos com necessidades educativas especiais. Esta informação foi solicitada por uma professora orientadora, responsável pelo projeto EFERAM-CIT, com o objetivo de identificar as possíveis limitações dos alunos para a realização dos testes.

Na primeira aula fornecemos aos alunos um questionário com o objetivo de complementar a informação anterior. Assim, foi entregue, em papel aos alunos, um questionário composto por três secções: a primeira seção sobre a escola, a segunda sobre o historial desportivo e por fim, a terceira seção sobre o historial clínico dos alunos.

Nas aulas seguintes, e com o objetivo de enriquecer os dados da caracterização da turma, foi utilizada uma metodologia comum a todos os núcleos de estágio inserida no projeto EFERAM-CIT. Desta forma aplicamos aos alunos diversos questionários onde o objetivo passava por recolher informações individuais através do questionário *online*, identificar inter-relações na turma através do teste sociométrico, teste para avaliar a função cognitiva (COGTEL), teste de motivação e percepção dos alunos sobre o docente estagiário, e por fim testes de aptidão física.

Deste modo, torna-se necessário explicar cada instrumento utilizado:

1. Questionário *online*: constituído por onze seções com o objetivo de recolher informações sobre os dados pessoais dos alunos, dados socioeconómicos, dados sobre a atividade física, autopercepção do aluno, percepção, motivação e conhecimento sobre a atividade física, dados sobre a Escola, rendimento académico e EF, atividades sedentárias e horas de sono.
2. Questionário sociométrico: é composto por oito questões, onde em cada uma delas o aluno deve indicar o nome de três colegas por ordem de preferência/exclusão.
3. Avaliação da aptidão física: composto por vários testes inseridos em duas componentes: a avaliação das medidas antropométricas (peso, pregas, altura e perímetro abdominal) e avaliação da aptidão aeróbia (vai e vem), da flexibilidade (senta e alcança), da aptidão muscular (abdominais, flexões, dinamometria) e da agilidade.
4. Questionário de Avaliação da Função Cognitiva (COGTEL): composto por seis sub-testes, avaliando a memória prospetiva, memória verbal a curto e longo prazo, a memória de trabalho, a fluência verbal e o raciocínio indutivo. Este questionário é aplicado por um professor.
5. Questionário de Motivação para a EF: utilizado para identificar a motivação dos alunos para as aulas de EF, bem como a sua percepção sobre o professor estagiário.

Para o sucesso e eficácia da implementação dos testes físicos em 90 minutos de aula, foi necessário realizar uma gestão eficiente dos recursos humanos, materiais e espaciais disponíveis. Assim, a organização dos avaliadores no campo foi realizada por

uma professora orientadora, visto que era uma tarefa algo complexa, que envolvia a gestão de diferentes horários e a distribuição específica dos recursos humanos pelos testes. Por outro lado, a responsabilidade de organizar o espaço da aula para a implementação dos testes e a recolha do material necessário recaía sobre o professor estagiário da respetiva turma. Assim, no dia anterior à realização da bateria de testes foi enviado aos avaliadores que estariam presentes um croqui com a disposição dos testes pelo espaço e com o respetivo avaliador por teste.

Já no que diz respeito à implementação dos questionários, a tarefa de calendarizar a realização dos mesmos e a disposição dos avaliadores por escola recaiu novamente sobre a mesma professora orientadora. O nosso papel enquanto professores estagiários, neste momento, seria a requisição de um espaço calmo e com internet disponível para a implementação dos mesmos.

Neste sentido, foram fornecidos aos diferentes núcleos de estágio as bases de dados referentes a cada questionário, onde seria importante o seu preenchimento até à data estipulada. Com esses dados, foi realizado uma pequena apresentação em formato Power Point, com o objetivo de a apresentar no Conselho de Turma, complementando as informações sobre os alunos.

A aplicação dos testes físicos e dos questionários foi realizada ao longo de todo o ano letivo, sendo que os testes físicos foram realizados no 1º início do período e no final do 3º período. A aplicação dos testes/questionários permite o docente um conjunto de indicadores que permite identificar ou não a evolução dos alunos.

5.3. Balanço

A CT é um aspeto fundamental para a elaboração de todo o planeamento e orientação do processo pedagógico. Assim, dada a sua importância é essencial realizar esta etapa nas primeiras aulas de EF, uma vez que nos permite preparar e planear todo o ano, de acordo com as informações recolhidas no âmbito desta caracterização.

Tendo em conta os diversos métodos e instrumentos de recolha de dados, possíveis de serem utilizados, no âmbito do nosso EP recorreremos a uma metodologia comum a todos os núcleos de estágio.

É de realçar que os instrumentos de recolha de dados que também estão integrados no projeto EFERAM-CIT possibilitam uma recolha relativamente rápida e fiável da informação, permitindo organizar o nosso processo de PL. Contudo, analisando a diversidade de questionários e testes realizados verificamos que este processo é complexo e que só foi possível de efetuar devido à dinâmica e cooperação com os orientadores científicos e cooperantes, bem como os colegas de estágio.

Analisando toda esta envolvimento verificamos que num cenário normal de docência, onde o professor possui ao seu encargo várias turmas e com a responsabilidade unicamente no mesmo, não seria exequível realizar uma caracterização tão aprofundada e específica num espaço curto de tempo. Para tal, o docente poderá recorrer a um breve questionário elaborado pelo mesmo ou a uma entrevista direcionada às questões que pretende saber, como por exemplo limitações para a prática da EF, identificar a prática de modalidades desportivas, etc.

Um aspeto que promoveu o bom funcionamento na aplicação dos testes e questionários nos diferentes núcleos de estágio, está relacionado com a formação dos avaliadores antes do início do ano letivo. Nestes meses conseguimos identificar as nossas dificuldades no campo e treinar em diversos indivíduos, o que nos ofereceu uma bagagem de vivências para o contexto escolar.

Enquanto professora estagiária esta etapa foi importante para a minha formação na medida em que adquiri competências de recolha, tratamento, análise e interpretação da informação recolhida. No entanto, este foi um processo difícil e que nos fez investir bastante tempo, influenciando nas restantes tarefas inerentes ao EP. Como forma de potencializar este processo, seria importante fazer uma melhor identificação de cada questionário, ou seja, colocar um cabeçalho de fácil compreensão e se possível ter alguém responsável por alertar para as datas de aplicação e o respetivo questionário a aplicar. Para além disso, e tal como ocorreu neste ano letivo, é importante ter uma pessoa responsável pela recolha e transporte do material para a realização dos testes físicos, pois diminui o risco de perder o material, assim como o tempo despendido na deslocação para a recolha do mesmo.

5.4. Atividade de Extensão Curricular

5.4.1. Conceptualização

O planeamento desta atividade teve em consideração o público-alvo a que se destina, ou seja, os alunos da turma onde se procurou elaborar a temática tendo em conta as características dos mesmos. Como tal, o planeamento da atividade foi sofrendo diversas alterações, na medida em que eram exploradas diferentes hipóteses para o que poderia ser a sua temática.

A AEC serve para dotar os professores estagiários de experiências e de ferramentas de atuação e organização de eventos que envolvam a participação dos alunos numa saída da escola, com o objetivo de experienciarem uma atividade em contexto real. Para além disso, como futuros profissionais de EF a nossa atuação poderá não estar apenas direcionada às aulas e ao contexto escolar, mas também a atividades e eventos fora da escola.

A ilha da Madeira oferece a oportunidade de potenciar a formação eclética do aluno, devido à sua variedade de espaços e riqueza de atividades ao ar livre. Como tal, o professor deve assegurar a aprendizagem de diferentes matérias, promovendo o desenvolvimento integral e harmonioso do aluno, recorrendo às atividades físicas de exploração da natureza nas suas dimensões técnica, organizativa e ecológica (Jacinto, Comédias, Mira & Carvalho, 2001).

É importante que a escola reconheça que a sala de aula não é o único local de aprendizagem e que procure proporcionar um ambiente que suporte o processo de aprendizagem, estimulando a inovação (Bernardo, 2018). Deste modo, o docente deve procurar potenciar o processo de ensino aprendizagem e o clima relacional com os alunos, através de atividades em outros espaços educativos. Estes espaços mais informais oferecem a troca de saberes, onde os alunos possuem vivências e aprendizagens adquiridas por meio desses espaços. Para além disso, os diferentes espaços educativos ajudam no desenvolvimento cognitivo, uma vez que permitem aos alunos desenvolver relações com diferentes áreas do conhecimento (Neves, 2014). Neste caso, o mar, enquanto instrumento, pode ser visto como potenciador da rotura do processo pedagógico, visto que exige do aluno planeamento, adaptação permanente e pensamento prospetivo, que são as competências que a Escola deve potenciar (Lopes, 2015).

Nesta lógica, a atividade recaiu sobre diversas atividades náuticas, presentes no PNEF como matérias alternativas, nomeadamente a canoagem e a vela. Contudo, surgiu a oportunidade de realizar uma estação de *stand up paddle*, que nos pareceu bastante positivo, pois é uma modalidade que tem vindo a ter maior visibilidade na RAM e conta com uma grande riqueza de movimentos ligados ao equilíbrio, força e postura (Pereira, 2014).

A intenção de juntar todos os encarregados de educação e alguns dos professores nesta atividade era um dos objetivos que se ponderou numa fase inicial. Contudo, a realização desta atividade não correspondeu plenamente aos objetivos, pois devido à pandemia considerámos que a presença dos encarregados de educação e da restante comunidade educativa, constituía um ambiente pouco seguro devido ao número elevado de participantes. Como tal, decidimos restringir a atividade apenas aos alunos da turma e aos respetivos professores de EF, com o objetivo de diminuir contactos entre as pessoas.

Devido à escassa lecionação destas atividades nas escolas, associada aos obstáculos em termos de recursos materiais e/ou temporais que limitam o historial desportivo dos alunos, decidimos oferecer uma experiência que também evidenciasse o variado leque de hipóteses à prática de atividade física, num ambiente diferente do comum. A lecionação desta matéria ocorre de forma muito pontual devido ao facto de as escolas não possuírem equipamentos nem os materiais necessários para uma abordagem mais contínua, acabando por não oferecer grandes transformações nos alunos. Para tal, seria fundamental desenvolver uma parceria com clubes e associações, para a cedência de espaços ou materiais, com o objetivo de enriquecer o processo de ensino aprendizagem dos alunos (Abreu, Félix, Carvalho & Correia, 2014).

5.4.2. Operacionalização

A atividade desenrolou-se junto à Praça do Mar no Varadouro de São Lázaro, sendo este um ponto acessível a partir da EBSAAS. Para além disso, demonstrou-se ser um espaço mais indicado para o desenvolvimento destas atividades próximo à instituição escolar e assim fornece uma abordagem o mais contínua possível.

Devido ao facto de a atividade se desenrolar no centro do Funchal foram levantadas um conjunto de situações que, para além de estarem associadas aos

comportamentos que pretendíamos solicitar e aos objetivos da atividade, encontravam-se associadas também a questões de segurança. Para além disso, foi equacionado também os recursos financeiros e materiais disponíveis pelos alunos, pois pretendíamos envolver a totalidade da turma.

Assim, no 1º período foi realizada uma auscultação aos alunos sobre a atividade que gostavam de realizar fora da escola, com o objetivo de organizar uma atividade do agrado dos mesmos. Dessa auscultação foram sugeridas atividades náuticas, desportos de combate ou atividades em contacto com a natureza (serra). Assim, procurou-se verificar quais as atividades possíveis de serem realizadas dentro das sugestões dos alunos. Uma possibilidade foram os desportos de combate, mas perante as restrições do covid-19 esta possibilidade foi ficando à parte devido aos contactos físicos que ocorrem. Deste modo, analisamos em mais pormenor as atividades náuticas e antes de apresentar sugestões aos alunos contactamos uma empresa de catamaran que realizava a viagem por 12,5 euros e o Clube Naval do Funchal que realizava a canoagem, a vela e o paddle por 2 euros. Contudo, devido à pandemia, mas também ao valor da atividade, a viagem de catamaran foi colocada à parte, pois envolvia muitos contactos com pessoas exteriores à escola. Assim, no 2º período nas aulas online, realizámos novamente uma auscultação aos alunos, mas desta vez sobre a atividade no Clube Naval e a resposta dos mesmos foi positiva. Desta forma, todo o processo que levou à seleção da atividade foi positivo, pois foi algo que havia sido sugerido pelos alunos e possibilitou a experiência em três atividades náuticas distintas.

Na semana antes da data prevista da atividade foi enviada uma autorização aos encarregados de educação, com o intuito de recolher a autorização dos seus educandos na atividade e de fornecer os pormenores da mesma.

O desenrolar da atividade demonstrou-se ser rica para os alunos, pois para além de experienciarem diversas atividades náuticas, puderam interagir com o material utilizado e receber uma instrução que lhes permitiu ficar familiarizados com a dinâmica da atividade. Para além disso, o facto de interagirem com os instrutores e auxiliarem na arrumação e lavagem das embarcações valorizou toda a experiência dos alunos, apelando espírito de entajuda e responsabilidades dos alunos.

Já os alunos que não puderam realizar a componente prática desta atividade, acompanharam o grupo até ao local da mesma e apesar de não realizarem a componente prática, estiveram a auxiliar todo o desenvolvimento da atividade. Assim, estes alunos tiraram notas sobre a componente teórica explicada pelos instrutores que serviram para ficarem a conhecer um pouco melhor as regras e o funcionamento destas atividades náuticas. Para além disso, alguns deles estiveram encarregues de recolher um conjunto de imagens e vídeos dos colegas nas atividades para depois ser divulgado no grupo da turma.

5.4.3. Balanço

A organização de toda a atividade foi realizada com a antecedência necessária, visto que conseguimos recolher todas as autorizações, o valor monetário para a realização da atividade e os contactos com os intervenientes necessários. Estes contactos foram realizados com a colaboração do orientador cooperante que disponibilizou o contacto de um elemento do Clube Naval, o que facilitou a comunicação, de forma rápida e eficaz. O contacto com as professoras das disciplinas também foi positivo, dado que ambas aceitaram e colaboraram na preparação da atividade e dessa forma pudemos iniciar a atividade uma hora mais cedo do que o horário da aula.

Perante o tempo disponível para realizar a atividade foi necessário identificar os meios de deslocação que fossem mais rápidos para a chegada ao local e ao regresso à escola. Deste modo, perante o horário dos autocarros disponíveis verificamos que a forma mais rentável seria descer a pé com os alunos e regressar de autocarro. Assim, estratégia foi benéfica para os alunos que não possuíam passe, dado que alguns deles desceram a pé e regressaram com os encarregados de educação e não tiveram de despende mais dinheiro para a atividade.

A descida a pé para o local da atividade foi pensada com o objetivo de garantir a segurança, o controlo e a supervisão de toda a turma. Assim, o orientador cooperante foi à frente com os alunos, indicando o caminho e marcando o ritmo da descida, enquanto o colega de estágio foi no meio do grupo e o professor estagiário no final, para garantir que nenhum aluno se afastava dos restantes. Esta estratégia funcionou bem pois a descida foi realizada de forma tranquila e rápida, sempre com o controlo de todos os alunos. Este aspeto foi fundamental pois o percurso envolvia algumas passagens pela estrada e como responsáveis pelos alunos era crucial garantir a segurança dos mesmos.

Durante a atividade foi visível que os alunos estavam a gostar da experiência, pois estavam divertidos e motivados nas diferentes atividades. É importante ter noção que para muitos dos alunos esta foi a sua primeira experiência com estas atividades e que provavelmente alguns deles não voltarão a ter oportunidade de repetir esta experiência. Dessa forma, estes momentos são importantes para o historial desportivo dos alunos, sendo importante garantir uma experiência positiva e enriquecedora para os mesmos.

É de realçar que aqueles alunos com mais dificuldade em se relacionar, nas matérias mais abordadas na escola, principalmente nas matérias coletivas, adotaram um comportamento participativo e motivado. Este foi um aspeto bastante positivo visto que também era um dos objetivos da atividade, isto é, oferecer aos alunos uma experiência positiva e marcante fora do contexto da aula, onde através da mesma era potenciada a interação entre os alunos.

Apesar de toda a atividade ter corrido bem e dos alunos terem tido uma boa experiência, alguns deles não conseguiram experimentar as três atividades devido à falta de tempo. Do mesmo modo, a subida de autocarro que estava prevista para as 13h20 atrasou-se para as 14h05, devido ao mesmo motivo. Assim, uma forma de combater este aspeto seria a atividade ter sido realizada num dia em que os alunos não tivessem aulas depois da mesma. Contudo, a probabilidade de irem menos pessoas era maior, pois alguns deles já têm coisas marcadas fora do horário das aulas, como treinos e explicações. Por outro lado, visto que esta lacuna ocorreu devido à falta de um responsável exclusivo para esse fim, no futuro seria indicado definir uma pessoa em terra que tivesse a função de controlar o tempo das estações.

A divulgação da atividade e o compromisso dos alunos foi positivo, visto que houve grande adesão da turma para a realização da atividade. Apenas cinco alunos não quiseram realizar a atividade, alguns deles porque não sabiam nadar e tinham vergonha e falta de confiança para a realizar. Apesar disso, os alunos acompanharam o grupo na mesma e ficaram a assistir à atividade dos colegas, o que foi importante pois todos estavam envolvidos e puderam na mesma conhecer as diferentes atividades náuticas. Para além disso, o feedback geral foi bastante gratificante, o que demonstra que esta atividade contribuiu para a formação dos alunos, oferecendo-lhes experiências marcantes.

Com o objetivo de colmatar o facto de os encarregados de educação não participarem na atividade, poderíamos ter realizado uma recolha de imagens mais pormenorizada ao longo da manhã, de forma a oferecer um vídeo da atividade aos pais.

A organização desta atividade apresentou-nos uma limitação para a realização de atividades desta natureza com mais frequência ao longo do ano letivo. Como tal, os tempos para a disciplina de EF deveriam estar integrados nos horários como a primeira aula da manhã ou da tarde ou como a última aula do dia, de forma que fosse possível os alunos se dirigirem diretamente para o local da atividade e com tempo suficiente para o desenrolar da mesma, não comprometendo os atrasos para as outras disciplinas. Contudo, esta seria uma possibilidade que necessitaria de maior estudo e análise, de forma a verificar a exequibilidade da sua operacionalização.

6. Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar

6.1. Conceptualização

A organização desta atividade teve como objetivo potencializar atividades lúdico-desportivas em contexto escolar, sendo este um meio para o desenvolvimento de experiências pessoais e sociais, oferecendo aos participantes o contacto com outras pessoas, podendo contribuir para a integração de todos os agentes da comunidade educativa.

Assim a atividade de intervenção na comunidade escolar tem como objetivo envolver e promover uma interação e ligação entre os professores estagiários, os professores do grupo disciplinar de EF e a restante comunidade educativa como os funcionários, os docentes de outras áreas disciplinares, os órgãos executivos da escola, os alunos de outras turmas e os encarregados de educação.

Visto que um professor de EF não tem a sua atuação limitada à lecionação das aulas, o nosso EP inclui uma componente ligada à organização de uma atividade para toda a comunidade educativa. Esta atividade também tem com o objetivo de fornecer ferramentas importantes de comunicação e organização que serão importantes para o nosso futuro profissional.

Para esta atividade, foi sugerido pelos orientadores cooperantes, a continuidade do “Festival de Desporto da Levada”. Como tal, pretendíamos proporcionar aos alunos da escola um dia com atividades diferentes daquelas que praticam no seu quotidiano, indo assim ao encontro de um dos objetivos do PNEF que é promover o gosto pela prática desportiva e pela atividade física.

No entanto, com o surgimento da pandemia COVID-19 foram colocadas algumas limitações na organização e no desenrolar da atividade. Uma delas está relacionada com o facto de a atividade só ocorrer para os alunos que se encontravam na escola com aulas presenciais, ou seja, os alunos do 2º ciclo. Para além disso, tinham de ser selecionadas atividades que cumprissem com as normas de segurança e distanciamento físico entre os participantes da atividade. Assim, em reunião com os orientadores cooperantes e com as professoras estagiárias da Universidade do Porto decidimos organizar uma atividade com jogos lúdicos e jogos tradicionais com o objetivo de dar continuidade aos anos anteriores. Assim fomos ao encontro do que é defendido por Ribeiro (2011), onde promovemos o

jogo, visto que este é entendido como o espaço onde a criança se diverte, experimenta, produz e adquire a sua identidade cultural de outras gerações e da sua cultura local. Para além disso, o jogo tradicional permite à criança absorver o conhecimento que a rodeia, tornando-se num instrumento importante na estruturação da sua personalidade.

Como tal, pretendíamos com esta atividade fomentar nos alunos o gosto pela prática desportiva e atividade física, demonstrar à comunidade educativa a importância da disciplina de EF, bem como proporcionar à comunidade educativa diversas atividades e jogos.

É importante realçar que para o planeamento, organização e dinamização desta atividade contamos com a colaboração das professoras estagiárias da universidade do porto, o que foi um ponto positivo, dado que seriam mais sugestões e professores a auxiliar e controlar os alunos no dia da atividade.

6.2. Operacionalização

Devido aos constrangimentos impostos pela pandemia Covid-19 o Festival de Desporto da Levada não pode ter a envolvência e a logística que sempre teve, tendo de ser adaptado à realidade em que nos encontramos. Assim, para além da atividade na escola para os alunos do 2º ciclo foi realizado também, com a colaboração de todos os professores de grupo de EF, uma partilha de diversos vídeos no grupo do *Classroom*, com o objetivo de auxiliar nas aulas do ensino à distância. Estes vídeos foram gravados e/ou preparados pelos professores de EF e contavam com exercícios físicos, para serem utilizados nas aulas online ou com componentes teóricas sobre as diferentes matérias de ensino.

Esta estratégia foi importante na medida em que se tentou alcançar o máximo de alunos e professores, apesar do condicionalismo provocado pela pandemia. Para além disso, procuramos auxiliar na atuação dos professores através de meios (vídeos) para diversificar as aulas.

No que diz respeito aos recursos humanos esta atividade foi desenvolvida pelo núcleo de estágio da Universidade da Madeira e da Universidade do Porto e pelos professores do grupo de EF da EBSAAS e contamos também com a colaboração dos funcionários e alunos da escola. Assim, nas reuniões de grupo, realizadas online,

procurámos abordar os professores sobre o evento, na tentativa de recolher opiniões sobre quais os jogos escolhidos e sugestões para o bom funcionamento da atividade. Após chegarmos a um consenso a atividade contou com quatro jogos e ficou agendada para o dia 18 de março de 2021 para as turmas de 2º ciclo, que tivessem aulas de EF na parte da manhã.

O passo seguinte seria enviar por email a todos os docentes que iriam participar as fichas com a explicação de cada jogo e a folha de inscrição onde cada turma deveria se organizar em quatro grupos. Esta etapa do processo tinha como objetivo esclarecer os professores sobre as regras de cada jogo, dando já a conhecê-las aos alunos antes da atividade, de forma a rentabilizar o tempo no dia da mesma.

Relativamente ao tempo disponível para a atividade e a duração dos jogos, o nosso objetivo seria proporcionar aos alunos o máximo de experiências possíveis, como tal, o intuito seria durante 45 minutos (tempo da aula de EF) os alunos passarem pelas quatro estações, que equivale a 10 minutos em cada estação.

De forma a rentabilizar a organização da atividade e garantir os recursos humanos suficientes, elaboramos uma tabela com o horário e turmas participantes, onde distribuámos os professores responsáveis por cada turma e horário. Esta organização foi importante, pois permitiu verificar se para cada horário estaria um ou mais professores responsáveis.

Por fim, com o objetivo de rentabilizar o tempo no dia da atividade e verificar se o material e a disposição dos jogos estavam adequados realizamos a montagem dos jogos no dia antes.

6.3. Balanço

O Festival de Desporto da Levada é uma atividade que tem vindo a ser desenvolvida nos últimos anos e a sua organização é importante para envolver todos os elementos da comunidade educativa, num dia diferente, dando também visibilidade a novos desportos e à importância da atividade física. Como tal, procurámos ir ao encontro destes objetivos e ao propósito das edições anteriores, mesmo com algumas limitações associadas à pandemia. Desta forma, realizámos algumas reuniões com os orientadores cooperantes da escola com o objetivo de selecionarmos o tema, a organização e

funcionamento da atividade. Relativamente ao funcionamento da atividade, mais precisamente à existência ou não de competição entre as equipas, chegamos à conclusão que seria mais benéfico retirar esta vertente e realizar uma atividade onde as turmas experimentassem os diferentes jogos. A ideia da competição pareceu-nos bastante motivadora para os alunos, mas devido aos poucos recursos humanos não seria viável realizar a atividade desta forma. Era importante ter um professor fixo por jogo e as turmas iam rodando até experimentarem o máximo de jogos possíveis e desta forma seria possível apresentar mais jogos. Assim, este era um aspeto a melhorar no futuro na organização de uma próxima atividade. Contudo, como sabemos a competição está sempre presente entre os alunos, nestas idades muito mais, e este aspeto foi visível entre os grupos nos diferentes jogos.

Relativamente aos jogos escolhidos considero que os mesmos foram adequados às idades dos alunos e aos objetivos da atividade. Procurámos selecionar jogos onde os alunos estivessem sempre em empenhamento e jogos motivantes que os permitissem estar dedicados na tarefa durante o tempo estipulado. Apesar disso, no meu ponto de vista, alterava o jogo da corda para um jogo mais ativo, como por exemplo a corrida de sacas. Uma outra alternativa seria numa das cordas realizar o mesmo jogo e na outra corda realizar uma atividade de saltar à corda. Pois para além de ser o jogo onde os alunos estavam em menos atividade, muitos deles reclamaram que a corda magoava nas mãos, pelo que na maioria das vezes era necessário rodar antes do tempo. Na minha opinião o jogo que os alunos mais gostaram foi o jogo de transporte de água, pois era uma atividade completamente diferente do habitual e que envolvia um elemento atrativo (água) para os alunos.

Um outro ponto positivo e que demonstra também a escolha atrativa dos jogos foi o facto de uma turma de 12º ano ter solicitado participar na atividade. O feedback transmitido por estes alunos foi positivo e apontaram como os jogos mais divertidos a corrida de três pernas e o jogo de transporte de água.

Relativamente à quantidade de jogos apresentados estes tinham de estar de acordo com o número de professores na atividade e como tal selecionamos quatro jogos. Contudo, considerámos que seria importante ter um jogo suplente para o caso de acontecer algum imprevisto na rotação e montamos também o jogo das três pedras, pois era um jogo que necessitava de pouco material e era rápido de se adaptar. Como tal,

verificamos que este ponto foi importante pois este jogo foi utilizado várias vezes, devido ao facto de no jogo da corda os alunos ficarem menos tempo devido à questão de magoar as mãos.

Em relação à divulgação da atividade considero que a via utilizada (email) foi a mais adequada porque as turmas já se encontravam na escola e a frequentar a disciplina de EF, sendo que o objetivo era substituir a aula pela atividade.

O facto de termos solicitado, aos professores de cada turma, que realizassem antecipadamente os grupos permitiu rentabilizar o tempo no dia da atividade, pois os alunos já tinham os grupos escolhidos. Para além disso, os grupos foram realizados com a orientação do professor o que foi importante para a criação de grupos equilibrados, permitindo uma competição mais equilibrada e justa.

Um aspeto que estava a correr menos bem e que teve de ser ajustado logo no início da atividade foi a disposição dos alunos no jogo do transporte de água. No início estávamos a iniciar a partida sempre de onde estava o garrafão com água, ou seja, uma turma chegava e começava a transportar a água do centro para a linha do fundo, a seguinte turma já iniciava na linha de fundo, pois era onde a turma anterior tinha enchido os garrafões, e assim sucessivamente. Desta forma o objetivo seria rentabilizar o tempo e não ser necessário trocar os garrafões, mas ao iniciar na linha de fundo os alunos não tinham espaço suficiente para cumprir o distanciamento físico. Assim, esta disposição foi alterada e a partida deu-se sempre do centro do campo para a linha de fundo, com um cone a sinalizar a posição de cada aluno, cumprindo a distância entre os mesmos. Neste sentido, demos maior importância à segurança e ao distanciamento social em detrimento da rentabilização do tempo, apesar disso esta situação nunca condicionou o normal funcionamento da atividade.

Por fim, demonstrou-se positivo o facto de termos correspondido ao objetivo do Festival de Desporto da Levada e de ainda ter sido criado um grupo entre os professores de EF para a partilha de vídeos realizados por nós. Desta forma, conseguimos chegar a todos, ou seja, aos alunos e docentes que estavam no ensino à distância e aos que se mantiveram no ensino presencial, incluindo mais pessoas da comunidade educativa.

7. Atividades de Natureza Científico-Pedagógica

No âmbito do EP são realizadas duas ANCP, com o objetivo de solicitar aos professores estagiários comportamentos de comunicação oral, capacidade de exposição da informação e aquisição de à-vontade perante um determinado público-alvo. Assim, são delineadas duas atividades, que deverão integrar o EP dos mestrandos: uma ação científico-pedagógica individual e uma ação científico-pedagógica coletiva.

A realização destas ações no processo de estágio dá oportunidade aos estagiários de assumirem um papel ativo na formação contínua dos professores. Tal como refere Pereira (2009), é essencial fornecer aos docentes um espaço/tempo articulado de questões associadas à teoria, à prática e à investigação, com o objetivo de formar especialistas interventivos e conscientes das potencialidades da sua área de formação.

O conceito de educação e a diversidade de atividades educativas tem vindo a sofrer alterações ao longo dos tempos, ou seja, os seus conceitos têm vindo a ser alargados o que origina numa diversificação da ação pedagógica na sociedade (Libâneo, 2001). Nesta perspetiva, é de salientar a pertinência da realização destas ações no âmbito do estágio, pois permite-nos aprofundar temáticas do nosso interesse e paralelamente solicita-nos comportamentos ao nível de estruturação do conhecimento, de metodologias de trabalho e organização da sua exposição.

Estas ações científicas, devido aos comportamentos que solicitaram nos professores estagiários, fizeram com que o processo de formação inicial fosse ainda mais rico, visto que proporcionou um trabalho de estruturação mais profundo, solicitando comportamentos ligados à estruturação, à recolha e tratamento da informação.

7.1. Ação Científico-Pedagógica Individual - O Kahoot como ferramenta de ensino-aprendizagem

7.1.1. Conceptualização

Nos dias de hoje a tecnologia assume um papel fundamental nas diferentes áreas da sociedade, onde as mesmas beneficiam dos meios tecnológicos existentes para melhorar as suas atividades e necessidades. No campo da educação o mesmo acontece, onde as tecnologias contribuem para melhorar o processo de ensino-aprendizagem através de novas formas de ensinar e aprender (Garcia, 2013).

Do mesmo modo, Vieira e Restivo (2014), afirmam que as novas tecnologias vieram transformar tanto a sociedade como também a área da educação, pois alteraram a forma de estar no espaço educativo. Esta alteração coincidiu com o novo paradigma de ensino onde o aluno era considerado o centro do processo de ensino-aprendizagem, promovendo estratégias para o tornar cada vez mais autónomo. Assim, o papel do professor foi redefinido e a sua missão deixou de ser apenas a transmissão de material e conteúdo.

Neste sentido, as escolas passaram a ter como objetivo fornecer bagagem de conhecimento aos alunos e dinamização de atividades que tornem os mesmos capazes, criativos, competitivos e inovadores. É assim, necessário adotar um ensino que provoque alterações do comportamento dos alunos, preparando-os de uma forma eficaz para a sociedade atual (Alonso, 2012).

A ACPI é uma das atividades a ser desenvolvidas durante o EP que visa envolver os professores estagiários no processo de formação contínua dos docentes. Não sendo este o único propósito da ação, a mesma oferece a oportunidade de integração e proximidade entre o professor estagiário com os docentes do grupo disciplinar de EF. Esta atividade é fundamental para potenciar a relação dos estagiários com os restantes docentes, visto que o diálogo entre os intervenientes é potenciado essencialmente em dois momentos: antes da ação, com o objetivo de realizar uma auscultação sobre o tema e após a ação de forma a perceber o impacto que a mesma teve nos docentes, ou seja, se os nossos objetivos foram cumpridos.

Assim, como referido anteriormente, após a auscultação realizada e visto que um dos objetivos da ACPI é fazer com que o estagiário assuma um papel ativo na formação contínua dos docentes da escola onde estão inseridos, procurou-se colmatar uma das lacunas associada à vivência do ensino à distância ocorrida no ano letivo anterior. Desta forma, e como solicitado pelos docentes, procurou-se apresentar uma ferramenta acessível e gratuita, possível de ser utilizada em regime online, tornando a aprendizagem motivante para os alunos. Assim, sabíamos que estávamos a planear uma ação realmente do interesse dos professores e que ao mesmo tempo seria importante para nós, enquanto futuros professores de EF.

Deste modo surge o Kahoot como tema da ação, tratando-se de uma plataforma online de aprendizagem baseada em jogos com diferentes modalidades, onde o professor cria as questões, tendo em conta os conteúdos da disciplina e os objetivos que pretende alcançar. Além do mais, o recurso ao Kahoot oferece ao professor uma ferramenta que permite avaliar o desempenho e progresso dos alunos ao longo das aulas. Uma das potencialidades desta ferramenta é que a mesma poderia ser utilizada em diferentes momentos nesta disciplina, nomeadamente para realizar a avaliação dos alunos ou para introduzir um novo conteúdo e mais ainda, poderia ser utilizada tanto em regime online como em regime presencial.

Perante a potencialidade desta ferramenta de ensino pretendeu-se analisar de forma aprofundada as potencialidades e lacunas da mesma, bem como o seu método de funcionamento. Assim, surgiu o tema “O Kahoot como ferramenta de ensino-aprendizagem”, explorando a sua utilização no contexto educativo com o objetivo de inovar o ato de ensinar e aprender.

7.1.2. Operacionalização

As novas tecnologias têm vindo a evoluir cada vez mais e em grande velocidade na sociedade e cabe ao sistema educativo o desafio de incluir estas novas descobertas para tornar as aulas mais motivantes (Rhoden, 2017). Assim, cabe ao professor explorar e investigar as potencialidades destas ferramentas digitais que podem assumir um papel importante no processo de ensino-aprendizagem.

A EF possui um conjunto de conhecimentos, competências e habilidades importantes de serem desenvolvidas e que podem ser enriquecidos com o uso das tecnologias, como o computador, rádio ou internet. Contudo, é importante ter consciência que as tecnologias por si só não alteram os resultados, mas será a reflexão e postura do professor que irá criar mudanças (Junior, 2015). Estas mudanças implicam conhecimentos e metodologias por parte do docente, que deve procurar se atualizar e acompanhar as transformações para não se sentir desorientado no atual cenário pedagógico (Junior, 2015).

Deste modo, pretendíamos realizar uma ação com valor formativo para os professores da escola e que a mesma fosse útil na sua ação docente. Neste sentido, em reunião com os orientadores tivemos por base as dificuldades levantadas pelos docentes,

nas reuniões de grupo, sobre estratégias a utilizar no ensino à distância. Assim, a data da ação esta estava prevista para dia 12 de fevereiro, mas devido à situação de pandemia e das aulas estarem a ser lecionadas à distância sentimos a necessidade de antecipar a ação para dia 5 de fevereiro. Esta alteração teve por objetivo fornecer aos professores uma oportunidade de colocar em prática os conteúdos abordados na ação, visto que é uma das valências desta aplicação e poderá ser uma oportunidade de utilização nas aulas presenciais.

Para alguns docentes a utilização de jogos virtuais nas aulas de EF parece ser uma distorção real do objetivo da disciplina que passa por realizar uma atividade corporal. Contudo, o jogo virtual deve ser visto como mais uma ferramenta pedagógica, tal como a bola, a corda, entre outros (Junior, 2015). Assim, no início da ação foi realizado um enquadramento teórico sobre a ferramenta Kahoot demonstrando as suas potencialidades, limitações e momentos de aplicação, sempre enfatizando a utilização da mesma como complemento às aulas. Assim, o professor deve recorrer a esta ferramenta ou a outro recurso digital, de forma a potenciar os objetivos que propõe para a aula, ou seja, deve ser utilizada de forma contextualizada e não apenas para “utilizar umas coisas modernas” (Lopes et al. 2017).

Assim, a organização e realização de uma ação de carácter inovador e com pertinência para a atuação dos docentes, foi bastante motivador para nós pois procuramos contribuir para melhorar o ato de ensinar e de aprender, através de novas ferramentas de ensino aprendizagem.

7.1.3. Balanço

Após finalizado todo o planeamento e desenrolar da ação é importante refletirmos sobre os pontos que correram menos bem, de forma a melhorá-los no futuro e apontar os pontos positivos, com o objetivo de os manter ou, se possível, potenciá-los ainda mais.

Na fase de planeamento da ação possuímos alguma dificuldade em selecionar a nossa temática central, visto que gostaríamos de realizar algo diferente dos anos passados, que fosse de interesse e pertinente para os docentes. Como tal, levantamos as seguintes questões “O que podemos trazer de novo para a escola? O que poderá motivar e auxiliar os docentes na sua atuação?” E foi assim que nos apercebemos da realidade pandémica em que estávamos a viver e da dificuldade que era inovar as aulas e motivar os alunos.

Assim, esta temática surgiu com o objetivo de reduzir algumas lacunas existentes na formação dos docentes, associada à falta de vivências e experiência no contacto com as novas tecnologias. Devido a esta falta de experiência e à idade de algum dos docentes tivemos alguma dificuldade na estruturação dos conteúdos da ação, visto que pretendíamos simplificar o funcionamento desta ferramenta de ensino. Como tal, procurámos realizar uma lógica coerente entre a parte teórica com a parte prática, utilizando um discurso e vocabulário acessível, com recurso a imagens e vídeos, como forma de contornar este obstáculo.

Devido às incertezas impostas pela situação de pandemia, de como seria realizada a ação, ou seja, presencial ou em formato online, era importante possuir uma apresentação compatível com os dois formatos. Assim, este foi um ponto positivo no planeamento da apresentação pois esta poderia ter sido utilizada também de forma presencial. O facto de ter sido realizada em formato online foi uma mais-valia para os professores, pois puderam observar o funcionamento da aplicação no formato onde os mesmos apresentam mais dificuldades.

Já no final da ação, quer no dia da mesma quer em dias seguintes, fomos abordados por diferentes professores que nos forneceram o seu feedback positivo e expuseram algumas dúvidas que foram surgindo à medida que foram utilizando a ferramenta nas suas aulas. Isto para nós foi bastante positivo pois demonstrou que os professores atribuíram significado ao que transmitimos na ação e deram uma oportunidade a esta ferramenta de ensino e experimentaram junto dos seus alunos. Para além disso, foram elaborados diferentes jogos que depois foram partilhados entre alguns dos professores no grupo criado no próprio Kahoot.

Por fim, o facto da ação ter sido realizada em formato online fez com que esta fase fosse menos complexa, pelo facto de não ter sido necessário prestar tanta atenção a alguns aspetos relacionados com a logística da ação. Estes aspetos estão associados com as transições entre as apresentações e a parte teórica com a parte prática, a disposição da sala, a requisição das instalações, a impressão do material de divulgação e a utilização de outros meios de divulgação.

7.2. Ação Científico-Pedagógica Coletiva - Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de Educação Física

7.2.1. Conceptualização

A ACPC tem como objetivo discutir e refletir temas relacionados com a EF, tendo como público-alvo professores da disciplina, treinadores e alunos. Toda a envolvimento da ação está ao encargo dos estagiários, com a orientação e supervisão do orientador científico e dos orientadores cooperantes. Deste modo, visto que a ação pretende corresponder à atualidade e de ser tonar motivante e com valor formativo para o público foi definido como tema central “A Educação Física e o Ensino à Distância- Limitações e Potencialidades”.

Como verificamos a sociedade atual está em constante mudança, sendo necessário rápidas e adequadas adaptações, de modo a acompanhar a evolução dos tempos. Devido à pandemia covid-19, todos tiveram de se adaptar, realizando mudanças no seu cotidiano. A escola e a EF não foram exceção, sendo forçadas a parar o ensino presencial, adaptando-se com o ensino à distância.

O fecho das escolas, a paragem competitiva e o recolher obrigatório obrigaram os alunos a ficar em casa, diminuindo a atividade física. Apesar disso, o panorama nacional demonstrava que os alunos tinham níveis insuficientes de atividade física na pré-pandemia (Batista, Silva, Santos, Marques, Mota, Santos & Helena, 2011). Tendo em conta estes dados consideramos fundamental apresentar a aplicação Sworkit, de modo a aumentar os níveis de atividade física dos alunos nas aulas e como complemento destas através de trabalho não presencial. Esta é uma aplicação destinada ao treino, tendo em vista a manutenção ou incremento da aptidão física, dependendo do objetivo do utilizador.

As novas tecnologias têm vindo a evoluir e conquistado cada vez mais espaço na educação, mais precisamente nas salas de aula. As tecnologias para além de um meio de aprendizagem, servem também como forma de interação entre professor e professor, e também professor e aluno, tornando a escola mais atrativa para todos (Otto, 2016). Para além disso, o professor que pretende atuar com criatividade e oferecer ao aluno o máximo de possibilidades para melhorar a sua aprendizagem deve incluir nas suas práticas pedagógicas os recursos tecnológicos (Weber & Behrens, 2011).

Dessa forma, dado o interesse que os jovens possuem em relação aos jogos digitais e à utilização dos dispositivos tecnológicos torna-se essencial associar o jogo à aprendizagem, aproximando a sala de aula ao mundo tecnológico e competitivo (Delicado, 2019). Deste modo, exploramos a aplicação Kahoot com o objetivo de cativar e motivar os alunos no processo de ensino-aprendizagem.

Posto isto, o nosso núcleo de estágio procurou desenvolver e aprofundar a temática apresentada na ACPI, pois consideramos que a mesma poderia ser útil para o público-alvo e com ligação ao trabalho desenvolvido por nós na escola. Deste modo, o nosso tema foi “Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de EF”, onde apresentaremos duas aplicações que já foram utilizadas por nós no âmbito do EP.

7.2.2. Operacionalização

O professor deverá apostar nos materiais didáticos como forma de tornar o ensino significativo e motivante para os alunos. Assim, ao planear as aulas o professor poderá incorporar e explorar os recursos oferecidos pelos ambientes virtuais de aprendizagem, como por exemplo a inserção de áudios e imagens ou ferramentas de chats e fóruns (Padilha, Selvero, 2012). Como tal, recorreremos a uma metodologia baseada num processo de revisão de literatura, avançando para uma reflexão crítica e posterior discussão de todo o trabalho de pesquisa. Este processo permitiu contextualizar a problemática para a área da EF, mais precisamente para as potencialidades, limitações e momentos de utilização destas ferramentas, tanto nas aulas online como nas aulas presenciais.

De forma a contextualizar o uso destas aplicações no âmbito do nosso EP procedemos à gravação de vídeos com a opinião dos nossos alunos acerca destas ferramentas ao longo das aulas. Para tal, elaborámos uma autorização (Anexo 11) para os encarregados de educação para a utilização das imagens dos alunos durante a ação. De seguida, estruturámos um guião (Anexo 12) de forma a uniformizar o discurso dos alunos na gravação dos vídeos. Com o mesmo objetivo, elaborámos um questionário baseado na revisão de literatura inicial, visto que pretendíamos analisar e apresentar a opinião dos alunos e dos docentes sobre as tecnologias e as aplicações nas aulas.

Outra etapa importante neste processo foi o convite de cada núcleo de estágio entre 2 a 4 preletores com o objetivo de complementar e enriquecer a ação. Neste sentido, o nosso núcleo de estágio decidiu convidar dois professores da escola que, do nosso ponto de vista, fossem dar um bom contributo à ação. Um dos professores é o responsável pela videoteca da escola, onde são divulgados vários vídeos com exercícios de condição física ou de atividades realizadas na escola. O outro professor convidado foi o responsável pela implementação da aplicação Sworkit para os alunos e professores da escola e divulgação da aplicação Kahoot. A escolha dos preletores teve maior relevância pois procurámos convidar dois professores com alguma diferença de idades e de tempo de serviço, demonstrando dois pontos de vista sobre a utilização das novas tecnologias.

Por fim, devido à situação de pandemia provocada pelo Covid-19 a organização da ação foi diferente dos anos anteriores, dado que a mesma se desenrolou em formato online através da plataforma Zoom. Posto isto, o agendamento da ação foi realizado pelos orientadores científicos, assim como a organização do programa. Deste modo, a ação desenrolou-se ao longo de dois dias, no dia 23 de abril, sexta-feira e no dia 24 de abril, sábado.

7.2.3. Balanço

A organização da ACPC é uma etapa do estágio que implica um grande investimento de trabalho pelos estagiários, devido ao seu número de participantes, certificação científica e notoriedade. Contudo, é também uma etapa que nos permite adquirir várias competências de expressão oral e de capacidade de apresentar para um público relativamente extenso.

Posto isto, na fase pré-impacto, onde está inserido todo o processo de planeamento e organização é importante o trabalho de equipa e cooperação entre os núcleos de estágio. Porém, o facto de a ação ter sido realizada em formato online, tornou o processo menos complexo, pois não foi necessário nos preocuparmos com aspetos associados à logística da ação, ou seja, a organização do espaço, o coffee break, entre outros.

No que concerne ao tema geral da ação “A EF e o Ensino à Distância- Limitações e Potencialidades”, procurámos abordar um tema associado à nossa experiência na PL e que tivesse valor formativo e significado tanto para nós como para o público-alvo. Neste sentido, o tema pensado por nós “Utilização das novas tecnologias como complemento

às aulas de EF”, teve por base as dificuldades sentidas pelos professores na leção das aulas à distância, mais precisamente ao nível da inovação, estratégias e motivação dos alunos. Por estes motivos, consideramos que este tema foi adequado e interessante face aos objetivos da ação e às necessidades dos docentes.

No que diz respeito à recolha dos dados, considero que o processo foi eficiente e eficaz, pois conseguimos alcançar um número considerável de alunos e quase a totalidade de professores do grupo de EF. O facto de o formulário ter sido realizado através do *Google Forms* e, visto que os alunos ainda se encontravam em aulas online, fez com que facilitasse o processo de recolha, uma vez que permitiu chegar a um maior número de alunos e num curto espaço de tempo. Relativamente às perguntas dos inquiridos, as mesmas tiveram por base a literatura encontrada sobre as respetivas aplicações. No meu ponto de vista, a escolha das perguntas foram as mais adequadas para atingir os objetivos do trabalho.

Já o processo de recolha dos vídeos dos alunos não correu como planeado, dado que alguns dos alunos contactados não realizaram a sua filmagem. Este facto fez com que tivéssemos que filmar na escola e por esse motivo a qualidade dos vídeos não foi a melhor, devido aos ruídos de fundo e ao facto de os alunos ficarem mais envergonhados connosco a filmar. Esta recolha de testemunhos, por intervenientes que utilizaram as aplicações, demonstrou-se uma estratégia benéfica que enriqueceu e contextualizou ainda mais o momento da apresentação.

Visto que o núcleo de estágio da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco iria também apresentar algumas aplicações possíveis de serem utilizadas no ensino à distância, entramos em contacto com o respetivo núcleo de forma a complementar as apresentações. Neste sentido, sabíamos que os nossos colegas iriam também abordar o Kahoot, mas de forma mais generalizada, e como tal procuramos chegar a um consenso para evitar sobreposição de temas. Posto isso, consideramos que foi uma interação positiva entre os dois núcleos, pois foi uma forma de enriquecer a ação e evitar que alguns participantes perdessem o interesse na mesma.

Relativamente ao tempo apresentação, foi-nos solicitado pelo orientador científico que realizássemos a distribuição e a duração da nossa apresentação e dos preletores convidados. Neste sentido, delineamos 1h15 para a nossa apresentação e cerca

de 10 minutos para a apresentação de cada convidado. Contudo, devido a questões de organização este tempo foi alterado, passando a 40 minutos para cada núcleo de estágio. Essa redução de tempo levou a que fizéssemos algumas adaptações na nossa apresentação, mais concretamente na componente prática, onde decidimos não abordar os exercícios do Sworkit. Para além disso, entramos em contacto com um dos preletores convidados e com o orientador científico, no sentido de nos disponibilizar algum do seu tempo de apresentação, para que fosse possível apresentar a componente prática do Kahoot.

Dado que a formação foi realizada em formato online e visto que os estagiários que iriam apresentar se encontravam em locais diferentes, era necessário uma boa coordenação e preparação entre as apresentações, com o objetivo de evitar tempos mortos entre os discursos, tornando a apresentação fluida e dinâmica.

Em suma, esta foi uma etapa extremamente gratificante e rica para todos os participantes, nomeadamente o público-alvo e os núcleos de estágio. Para além disso, foi um processo que nos possibilitou desenvolver algumas competências importantes para a nossa formação, associadas a questões organizativas, tomadas de decisão, de comunicação e responsabilidade. Ou seja, este foi um momento de reflexão, interação e interpretação que também fazem parte do papel de ser professor.

8. Considerações finais

O EP oferece a possibilidade ao professor estagiário de conhecer o contexto real onde irá lecionar futuramente, conhecendo as dinâmicas, especificidades e dificuldades de uma instituição escolar. Esta é uma etapa marcante e fundamental para a formação inicial do professor, solicitando diversas competências e comportamentos associados ao processo de ensino aprendizagem dos alunos. Contudo, ao terminar esta fase o professor deve continuar este caminho na construção do conhecimento, tendo sempre na sua base uma atitude reflexiva sobre a sua atuação.

Nesta perspectiva, um dos aspectos a salientar ao longo desta etapa foi o papel que o professor desempenha junto dos alunos, ou seja, muitas vezes o professor é visto como um exemplo a seguir para alguns alunos, pelo que deverá ter em conta este aspeto, de forma a potenciar a formação eclética dos mesmos. Dessa forma, a atuação do professor não deverá incidir apenas nos aspetos tático-técnicos e conteúdos das matérias de ensino, mas também nos aspetos relacionados com o desenvolvimento humano, com os valores e atitudes. Neste sentido, a formação de grupos de trabalho para as aulas teve por base este objetivo, onde se procurou potenciar o respeito pelo outro apesar das diferenças e ligações entre os alunos.

Este processo de estágio proporcionou uma primeira experiência ao nível do trabalho docente, que se refletiu num desenvolvimento a dois níveis: pessoal e profissional. A nível profissional, este processo contribuiu para o aumento da bagagem do professor, ao nível dos conteúdos de ensino das diferentes matérias abordadas, devido à pesquisa que foi necessária realizar ao longo do ano letivo. Foi possível aplicar diferentes metodologias de ensino e estratégias tendo por base as exigências do contexto e as necessidades dos alunos. Neste sentido, o EP é considerado a fase “que nos permite aprender através da prática e esta aprendizagem ocorre quando existe reflexão diária sobre todas as técnicas, estratégias e instrumentos, que integram o processo formativo” (Coelho, 2016, p.2). Este momento de formação permitiu também um desenvolvimento a nível pessoal, associada às atitudes e valores, pois como foi dito anteriormente é essencial formar pelo exemplo, procurando potenciar a formação destes valores humanos também nos alunos.

Podemos assim verificar que o papel do professor não pode ser visto como um transmissor de conhecimento, em que os alunos absorvem a informação, pois esse tipo de prática pedagógica não contribui para o desenvolvimento cognitivo do aluno (Oliveira, 2014). Neste sentido, educar é um processo muito mais complexo que visa o desenvolvimento integral do aluno, através da colocação do mesmo no centro do processo de ensino aprendizagem. Este processo implica que o professor procure identificar quais as necessidades e dificuldades dos alunos, bem como os seus gostos e receios, fazendo com que estes assumam um papel ativo no seu processo de aprendizagem, tornando-se seres críticos e reflexivos na sociedade. Assim, segundo Oliveira (2014) “o professor tem a responsabilidade de preparar o aluno para se tornar um cidadão ativo dentro da sociedade, apto a questionar, debater e romper paradigmas” (p.4).

Desconhecendo a realidade dos outros estabelecimentos de ensino, consideramos que a EBSAAS é uma escola que proporciona um meio rico na formação de professores estagiários. Ou seja, reúne um conjunto de condições e características que torna o EP muito mais completo. Nesta ordem de ideias, é de realçar que o modo como a escola está construída torna a relação professor-aluno mais próxima, devido ao facto de os espaços lúdicos para os alunos estarem relativamente próximos dos espaços de circulação dos professores de EF. Para além disto possui um vasto número de instalações e materiais com qualidade suficiente para exercer com sucesso o papel do professor de EF. Juntando a isto, o grupo disciplinar de EF demonstrou ser um bom anfitrião, dado que procurou integrar da melhor forma os professores estagiários, assim como participar em todas as atividades promovidas pelos mesmos. O facto de o professor estagiário se sentir bem integrado torna esta fase importante da sua vida mais motivante e faz com que este se identifique e participe mais ativamente nas atividades promovidas pela escola.

Um outro aspeto importante para a formação inicial do docente é o contacto com diferentes turmas e de diferentes ciclos, visto que este é um cenário muito provável no seu futuro profissional. Desta forma, ao longo deste EP tivemos contacto com pelo menos cinco turmas, desde o 2º ciclo, 3º ciclo e uma turma do secundário, referente ao nosso colega estagiário. O facto de termos lecionado várias turmas permitiu identificar as verdadeiras limitações na nossa atuação, bem como testar a nossa capacidade de adaptação a diferentes contextos. Através destas experiências foi possível verificar que

um dos aspetos que considerava ser uma dificuldade, apresentaram-se com um dos aspetos positivos, como a relação professor-aluno.

Um dos aspetos mais fundamentais deste EP e que assumiu um papel importante para a evolução da nossa atuação foram os momentos de reflexão com os orientadores, onde eram discutidas ideias, sugestões e experiências. Assim, podemos concluir que este espaço foi um meio de transmissão de ferramentas que contribuíram para a melhoria da prática pedagógica do estagiário.

Apesar da lecionação das aulas ser a parte visível de todo este processo, a atuação do professor não se reduz apenas à orientação e lecionação de um conjunto de aulas de uma turma. Com isto, o professor é um dos elementos participativos nas atividades promovidas pela escola e por outras instituições, como a universidade. A participação do estagiário nestas diferentes atividades são uma forma de contacto e de preparação com o contexto real. Neste sentido, é importante que a formação inicial do futuro docente seja o mais completa possível, com o intuito de adquirir ferramentas essenciais, como de organização, dinamização e planeamento, para o seu futuro profissional.

Este EP contou com diversas atividades, que como foi dito anteriormente, procuram uma formação mais global do professor estagiário. As atividades de integração no meio e a atividade de intervenção na comunidade escolar contribuíram para uma melhor integração e conhecimento da escola, dado que solicitaram a pesquisa de informação, assim como a interação com vários agentes da comunidade educativa. Já as atividades de natureza científico-pedagógica foram um meio de ir ao encontro das necessidades do grupo disciplinar da escola e conseqüentemente colmatar algumas lacunas na formação contínua dos professores. Por outro lado, é importante participar ativamente na formação contínua dos professores de EF, pois podemos estar a influenciar a atuação futura destes professores e quem sabe promover transformações no futuro da disciplina de EF.

Uma experiência que é importante realçar foi a lecionação das aulas em regime online devido ao fecho das escolas. Este foi um momento de algumas dúvidas e incertezas, visto que era uma experiência pouco vivenciada por todos os agentes educativos. Contudo, esta situação originou a necessidade de pesquisar e investigar os meios disponíveis e rentáveis que poderiam ser utilizados nestas aulas. Como tal, a

capacidade de adaptação e o sentido de proatividade do estagiário demonstraram-se positivos, dado que o mesmo correspondeu às exigências da situação e recorreu a diferentes estratégias e recursos que tinham o objetivo de potenciar o processo de ensino aprendizagem. Neste sentido, é de salientar a edição dos vídeos como ferramenta educativa, visto que esta área era pouco conhecida pelo estagiário, mas com a necessidade de recorrer a estes meios nas aulas, fizeram com que o mesmo procurasse suprimir esta lacuna na sua formação.

É de salientar todo o trabalho colaborativo entre os estagiários do núcleo da escola, bem como os diferentes núcleos de estágio da UMA e até mesmo com as professoras estagiárias da EBSAAS, mas da universidade do porto. Esta cooperação e entre ajuda foi importante para o desenrolar do EP com sucesso, na medida em que eram trocadas experiências e sugestões entre os estagiários, evidenciando as estratégias e formas de organização que funcionavam com as diferentes turmas ou não. Dentro do próprio núcleo da EBSAAS, foi sempre evidenciado um trabalho colaborativo nas diferentes atividades que eram necessárias organizar e planear, bem como no auxílio para a realização dos testes físicos nas turmas das estagiárias do porto.

É de salientar também que durante este processo de EP foram vividas diversas dificuldades e desafios que foram vistos como momentos de aprendizagem, em vez de situações que pudessem provocar algum desânimo. Com isto, procurou-se refletir sobre os acontecimentos que haviam corrido menos bem, numa fase anterior, de forma a melhorar alguns aspetos na nossa atuação futura. Assim, através desta visão a nossa atuação foi evoluindo e melhorando tendo sempre como objetivo principal a potencialização da aprendizagem dos alunos.

Assim, a principal dificuldade sentida, numa fase inicial deste processo, foi a tarefa de organizar e estruturar todo o ano letivo. Dada a pouca experiência no contexto educativo a tarefa de distribuir os conteúdos, implica um conhecimento mais profundo sobre as diferentes matérias de ensino e sobre as potencialidades dos alunos e as suas reais limitações. Estas competências de observação e análise do contexto foram sendo adquiridas ao longo do ano letivo através da constante reflexão que foi sendo realizada. Para além disso, a implementação de algumas estratégias e metodologias nem sempre foram fáceis de colocar em prática, ou por falta de capacidade do professor estagiário ou pelas exigências do contexto. Apesar da exigência é importante que o professor estagiário

execute e teste estas metodologias, visto que o EP é o momento de testar e colocar em prática os conhecimentos adquiridos, refletindo sobre essa atuação. Contudo, estas dificuldades foram sendo suprimidas ao longo do EP através de uma maior reflexão sobre o assunto e com o conhecimento dos alunos da turma.

Neste sentido, após terminar esta etapa podemos verificar que este processo possibilitou adquirir um conjunto de conhecimentos mais profundos sobre os programas de EF, nos vários níveis de ensino. Assumi um papel fundamental no incremento da nossa capacidade de debate e de reflexão sobre variados temas ligados à educação e mais especificamente à EF, através de toda a PL e das ações de natureza científico pedagógica. Neste âmbito a nossa capacidade de comunicação oral e escrita também foram potenciados através da organização e planeamento de todas as atividades do EP. E por fim, devido a todo o processo de debate, reflexão, planeamento e dinamização que assumiu um papel fundamental no desenvolvimento da nossa autonomia, do trabalho colaborativo, na cooperação e no espírito crítico e reflexivo.

Assim, podemos concluir que no EP é onde se iniciam as transformações no docente, oferecendo a oportunidade ao estagiário de se transformar num profissional reflexivo, adquirindo competências investigativas que o auxiliam a compreender a realidade onde está atuando (Felício & Oliveira, 2008). Nesta perspetiva, podemos afirmar que o individuo que iniciou esta etapa ao ingressar no mestrado há dois anos atrás já não é o mesmo após terminar esta etapa, rica em experiências, contactos, desafios e aprendizagens.

Contudo, visto que o mundo se encontra em constantes mudanças estamos cientes que a realização do MEEFEBS é apenas um ponto de partida na nossa formação contínua ao longo da nossa carreira profissional.

Por fim e como forma de resumo “Aprender a ser professor é uma viagem longa e complexa, repleta de desafios e emoções. Inicia-se com a experiência que temos com os nossos pais e irmãos; prossegue, à medida que vamos observando professor após professor, ao longo dos anos de escolaridade. Culmina, formalmente, com a formação profissional, mas continua nas experiências de ensino por que vamos passando ao longo da vida” (Arends, 1995, p.19).

9. Referências

- Abreu, É., Félix, L., Carvalho, M. L., & Correia, A. L. (2014). Matérias alternativas: potencialidades e equívocos—basebol e canoagem. *Problemáticas da EF I*, 140-146
- Adelino, F. (2012). As estratégias pedagógicas utilizadas no processo de ensino-aprendizagem: concepções dos alunos de secretariado executivo da *UFPB*. *Revista de Gestão e Secretariado*, 3(1), 05-29
- Aguiar, A. & Marçal, I. (2010). Planejamento em EF: Ocorre de fato?. Universidade do Estado do Pará, Belém, Pará, Brasil
- Albuquerque, C. (2010). Processo Ensino-Aprendizagem: Características do Professor Eficaz. *Millenium*, 39: 55-71
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A., & Vitória, M. (2008). *A Rotura- A sistemática das actividades desportivas*. Edição VML, Torres Novas
- Almas, L. (2019). As regras e os limites na sala de aula-algumas propostas didáticas. Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1º Ciclo do Ensino Básico
- Alonso, R. (2012). A física no desporto: atividades de índole interdisciplinar com EF. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências- Universidade do Porto, Portugal
- Andrade, P. (2013). Relatório de Estágio Pedagógico na Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia
- Baptista, F., Silva, A., Santos, D., Marques, E., Mota, J., Santos, R., . . . Helena, M. (2011). Livro Verde da Atividade Física. Obtido em 01 de abril de 2021, de https://www.researchgate.net/publication/282122342_Livro_Verde_da_Atividade_Fisica
- Barreto, E.; Oliveira, M. & Araújo, M. (2015). Estágio Supervisionado Obrigatório: contribuições de supervisores e orientadores na formação do futuro professor de Ciências e Biologia da UFRPE. X Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciências. Universidade Federal Rural de Pernambuco
- Batalha, P. (2004). Metodologia do Ensino da Dança. Cruz Quebrada:FMH

Bento, J. (2018). A importância do estágio para a formação docente. Universidade Federal da Paraíba

Bernardo, J. (2018). Pensar a escola do futuro, pp 41-58. Universidade de Évora

Bossle, F. (2002). Planejamento de ensino na EF-uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8(1), 31-39.

Borssoi, B. (2008). O estágio na formação docente: da teoria a prática, ação-reflexão. Simpósio Nacional de Educação, 20

Bratfische, S. (2003). Avaliação em EF: um desafio. *Journal of Physical Education*, 14(2), 21-31

Bulgraen, V. (2010). O papel do professor e a sua mediação nos processos de elaboração do conhecimento. *Revista Conteúdo*, v.1, 30-38. Consultado a 6 de agosto 2021. Disponível em http://www.moodle.cpscetec.com.br/capacitacaopos/mstech/pdf/d3/aula04/FOP_d03_a04_t07b.pdf

Carmona, A. (2012). A UD como estratégia de ensino integrado: dos fundamentos didatológicos aos processos de construção: relatório de estágio. Dissertação de Mestrado

Castro, A. & Salva, S. (2012). Estágio como espaço de aprendizagem profissional da docência no curso de pedagogia. Seminário de Pesquisa em Educação na Região Sul

Delgado, O. & Silva, E. (2018). O processo de ensino-aprendizagem e a prática docente: reflexões. *Espaço Acadêmico*, v. 8, n. 2

Ceia, A. (2011). Um olhar de dentro: o clima de escola na perspectiva dos alunos (Dissertação Mestrado).

Chaves, I.; Rodrigues, J. & Silva, B. (2012). A importância do estágio na formação de professores, *Anais da Semana da Pedagogia*, v.1, 1-9. Consultado a 7 de agosto de 2021 Disponível em, <http://www.ppe.uem.br/semanadepedagogia/2012/pdf/T2/T2-003.pdf>

Coelho, E. (2016). O Estágio Pedagógico como lugar de aprendizagem da profissão docente na formação inicial de Educadores de Infância e Professores do 1º Ciclo do Ensino Básico. Relatório de Estágio Profissional, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas-Universidade dos Açores, Portugal

- Coelho, C.; Xavier, F. & Marques, A. (2020). EF escolar em tempos de pandemia da covid-19: a participação dos alunos de ensino médio no ensino remoto. *Intercontinental Journal on Physical Education*, 2(3), e2020018. Disponível em: <http://www.ijpe.periodikos.com.br/article/5f87ba8e0e882579783901ab>
- Delicado, G. (2019). Contributo da App Kahoot na aprendizagem da física do 8º ano. Faculdade de ciências Humanas e Sociais. Algarve: Universidade do Algarve
- Duarte, A. (2014). Influência das estratégias de avaliação contínua no rendimento escolar dos alunos. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
- Escudero, N. & Neira, M. (2011). Avaliação da aprendizagem em EF: uma escrita autopoiética. *Estudos em Avaliação Educacional*, 22(49), 285-304
- Felício, H. & Oliveira, R. (2008). A formação prática de professores no estágio curricular. *Educar em revista*, 215-232
- Flores, M. Simão, A.; Barros, A.; Flores, P.; Pereira, D., Fernandes, E. L., ... & Costa, L. (2021). Ensino e aprendizagem à distância em tempos de COVID-19. Um estudo com alunos do Ensino Superior. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 55, e055001-e055001
- Fernandes, I. (2014). Relatório de estágio de EF realizado na Escola Secundária de Francisco Franco. Dissertação de mestrado. Funchal: Universidade da Madeira
- Ferreira, M. (2013). Trabalho colaborativo na Escola- Um desafio! Relatório de Estágio Profissional, Instituto Superior de Ciências Educativas-ISCE, Portugal
- Fialho, I. (2016). Supervisão da Prática Letiva. Uma Estratégia Colaborativa de Apoio ao Desenvolvimento Curricular. Évora: *Revista de Estudos Curriculares*. Obtido de <https://www.nonio.uminho.pt/rec/index.php/rec/article/view/16/14>
- Garcia, F. (2013). A importância do uso das tecnologias no processo de ensino-aprendizagem. *Educação a Distância*, 3, 25-48
- Guerra, J. Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada na Escola Básica Conde de Vilalva em Évora por João Filipe Calado Guerra
- Guirra, F. & Mourao, R. (2017). A importância planejamento para a Educação Física escolar: Repensando práticas novas metodologias, debatendo velhas. In 12º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias 13 al 17 de noviembre 2017 Ensenada,

Argentina. Educación Física: construyendo nuevos espacios. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física

Gomes, A., Costa, F., Cunha, J., Simões, J., Gomes, S., & Neves, R. (2009). A formação de grupos na organização das atividades físicas e desportivas no 1º ciclo do ensino básico. *EFDeportes.com*, Revista Digital

Gozzi, M. & Ruete, H. (2006). Identificando estilos de ensino em aulas de EF em segmentos não escolares. *Revista Mackenzie de EF e Esporte*, 5 (1), 117-134

Inforsato, E. C.; Robson, A. S. A preparação das aulas. In: Universidade estadual Paulista. Prograd. Caderno de Formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2011, p. 86-99, v. 9

Martins, E., Geraldes, W., Afonseca, U., & Gouveia, L. (2018). Uso do kahoot como ferramenta de aprendizagem. Goiás

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). Programa Nacional de EF para 3º ciclo: Lisboa: Direção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação

Junior, A. (2015). As tecnologias nas aulas de EF Escolar. Anais do XIX Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte. Brasil

Libâneo, J.C. (2001). Pedagogia e pedagogos: Inquietações e buscar. *Educar*, 17. 153-176

Linhares, P.; Irineu, T.; Silva, J.; Figueredo, J. & Sousa, T. (2014). A importância da escola, aluno, estágio supervisionado e todo o processo educacional na formação inicial do professor- DOI: 10.5216/teri.v4i2.35258. *Revista Terceiro Incluído*, 4(2), 115–127

Lopes, H., Fernando, C. & Vicente (Julho, 2008). Meios e processos da pedagogia no treino desportivo- Um exemplo no Judo. In Narici, M (presidência), 13th *Annual Congress f the European College of Sport Science*. Conferência organizada por European College of Sport Science, Estoril

Lopes, H. (2014). O PNEF: instrumento facilitador ou inibidor da rotura no processo pedagógico?. *Problemáticas da EF I*, 116-121

- Lopes, H. (2015). Pedradas no charco: contributos para a rotura do processo pedagógico
- Lopes, H., Simões, J., Vicente, A., Prudente, J., & Fernando, C. (2017). A personalização do processo pedagógico-a percepção dos alunos. (Contra) tempos de educação e democracia, evocando John Dewey, 113-123
- Lopes, N. (2019). Supervisão pedagógica: função do professor cooperante na escola durante o estágio. *Revista Practicum*, 4(1), 55-69
- Luckesi, C. (2011). Avaliação da aprendizagem escolar: Estudos e preposições. (22.^a ed.). São Paulo: Cortez Editora
- Martins, A. (2011). A observação no EP dos professores de EF. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias- faculdade de EF e Desporto
- Marques, R. (2007). Influência da tecnologia sobre a prática cotidiana de atividade física. Obtido em 25 de março de 2021 de https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/tecnologia_praticas_cap1.pdf
- Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R., & Damásio, A. S. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em EF. Exedra: *Revista Científica*, (6), 57-70
- Neves, M. (2015). Organização do espaço educativo: " Quebrar a rotina" (Doctoral dissertation)
- Oliveira, W. (2014). Uma abordagem sobre o papel do professor no processo ensino/aprendizagem. RESUMO, Inesul, Londrina
- Padilha, E. C., & Selvero, C. M. (2012). A importância da motivação no ensino à distância (EAD. Inletras, UNIFRA, Santa Maria/RS. Obtido em 15 de março de 2021 de <https://silo.tips/download/a-importancia-da-motivacao-no-ensino-a-distancia-ead>
- Pais, A. (2013). A unidade didática como instrumento e elemento integrador de desenvolvimento da competência leitora: crítica da razão didática. Didática e práticas: a língua e a educação literária, 66-86
- Pereira, C. (2009). O lugar da investigação na formação de professores. In X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação.
- Pereira, D. (2014). Stand Up Paddle, sobre pranchas e remos. *EFDeportes*, Revista Digital. Buenos Aires

- Pereira, J. (2010). Como promover um clima positivo de sala de aula: um contributo para a prevenção da indisciplina. *Revista-Caderno Escolar ESAD*, 31-36
- Pereira, P. (2010). Relatório final de estágio: Escola Secundária José Falcão (Doctoral dissertation)
- Pedroza, S. (2013). A evolução da educação: necessidade de uma nova gestão escolar. 25º Simpósio Brasileiro de Políticas e Administração da Educação, PUC-SP.(sp) Recuperado de <http://anpae.org.br/simposio2011/cdrom2011/PDFs/trabalhosCompleto/comunicacoesRelatos/0482.pdf>
- Piéron, M. (1996). Formação de professores: aquisição de técnicas de ensino e supervisão pedagógica. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana
- Pinto, H. (2019). O Kahoot como ferramenta motivadora no processo de ensino-aprendizagem integrado numa UD de língua estrangeira. Porto: Faculdade de Letras da Universidade do Porto
- Pimenta, S. (1996). Formação de professores: saberes da docência e identidade do professor. *Revista da Faculdade de Educação*, 22(2), 72-89
- Pires, A. (2016). O papel de um estúdio de televisão digital na conceção, organização e difusão de RED numa escola de ensino secundário
- Ribeiro, J. (2011). Os jogos tradicionais e os valores associados à memória e à cultura local. Projeto em Cultura Visual, Comunicação e Multimédia
- Rohden, R. (2017). Uso das tecnologias nas aulas de EF escola. Universidade Federal de Santa Catarina. Campus Joinville. Ciência e Tecnologia.
- Santana, E. (2012). A importância da EF no desenvolvimento da criança. *Revista Eletrónica da Faculdade Metodista Gransbery*
- Santos, L. & Ponte, J. (2002). A prática letiva como atividade de resolução de problemas: Um estudo com três professoras do ensino secundário. *Quadrante*, XI (2), 29-54
- Santos, M. & Perin, C. (2013). A importância do planeamento de ensino para o bom desempenho do professor em sala de aula. Versão On-line ISBN, 978-85
- Scalabrin, I. & Molinari, A. (2013). A importância da prática do estágio supervisionado nas licenciaturas. *Revista Unar*, 7(1), 1-12

- Schmitt, M. (2011). Ação-Reflexão-Ação: A Prática Reflexiva como elemento transformador do cotidiano educativo. *Protestantismo em Revista*, 25, 59-65
- Simão, N. (2012). O planejamento das aulas de EF nas escolas das redes estadual e municipal do município de Balneário Gaivota-SC
- Simões, J., Fernandes, C., & Lopes, H. (2014). Avaliar em educação física: a necessidade de um quadro conceptual. *Problemáticas da educação física I*, 17-23.
- Silveira, G. (2009). Razões e sentidos para ser orientador de estágio pedagógico: estudo realizado em orientadores da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
- Souza, J. & Santos, M. Planejamento escolar: um guia da prática docente. *Revista Educação Pública*, v. 19, nº 15, 6 de agosto de 2019
- Souza, A. (2016). Uso da Plataforma Google Classroom como ferramenta de apoio ao processo de ensino e aprendizagem: Relato de aplicação no ensino médio
- Silva, G. & Silva, C. (2017). A importância da aprendizagem significativa nos anos iniciais. *Revista Científica Semana Académica*. fortaleza
- Souza J. & Silva, E. As influências da relação pedagógica professor/aluno no processo de ensino-aprendizagem: o diálogo como fundamental para o ato educativo
- Tani, G. (1989). Significado, Detecção e Correção do Erro de Performance no Processo de Ensino-Aprendizagem de Habilidades Motoras. *Revista Brasileira de Ciências & Movimento*, 3, 50-58
- Takahashi, R., & Fernandes, M. (2004). Plano de aula: Conceitos e metodologia. *Acta Paul. Enf*, 17. (1), 114-118. Retirado de http://lms.ead1.com.br/upload/biblioteca/modulo_5096/8QT71NFP3D.pdf
- Teixeira, T. (2013). A observação como chave no desenvolvimento profissional do estudante universitário de EF. Relatório de Estágio Profissional, Faculdade de Desporto- Universidade do Porto, Portugal
- Tormena, A. (2010). Planejamento: a importância do plano do trabalho docente na prática pedagógica, v1. Paraná
- UNESCO, (1998). Declaração Mundial sobre Educação Superior no Século XXI: Visão e Ação. Consultado em, <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/Direito-a->

Educa%C3%A7%C3%A3o/declaracao-mundial-sobre-educacao-superior-no-seculo-xxi-visao-e-acao.html

Veríssimo, S.; González, R., & García, L. (2016). Unidades didáticas à luz da teoria dos conceitos nucleares: Um exemplo em geometria

Vasconcellos, C. (2002). Planejamento: projeto de ensino-aprendizagem e projeto político-pedagógico. São Paulo: Libertad, 1

Vieira, F., & Restivo, M. (2014). Novas Tecnologias e Educação: Ensinar a Aprender a Ensinar. Porto: Biblioteca Digital da Faculdade de Letras da Universidade do Porto

Vieira, M., Fernando, C., Apolinário, J., & Lopes, H. (2014). Os Desportos de Combate enquanto meio de transformação do homem. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 1(5), 43-48

Weber, M. & Behrens, M. (2011). A formação continuada dos docentes com integração de tecnologias. *Revista Intersaberes*, Curitiba, a.6, n.12, p.70-89

Zinke, I. & Gomes, D. (2015). A prática de observação e a sua importância na formação do professor de geografia. In XII Congresso Nacional de Educação. Anais.... Em: XII Congresso Nacional de Educação, PUCPC

Referências Legislativas

Decreto-Lei n.º 10-A/2020, Diário da República n.º 52/2020, 1º Suplemento, Série I de 2020-03-13

Decreto-Lei n.º 10-B/2021, Diário da República n.º 24/2021, 2º Suplemento, Série I de 2021-02-04

Decreto n.º 3-C/2021, Diário da República n.º 15/2021, 1º Suplemento, Série I de 2021-01-22

Decreto-Lei n.º 22-D/2021, Diário da República n.º 56/2021, 1º Suplemento, Série I de 2021-03-22

Decreto-Lei n.º 79/2014, Diário da República n.º 92/2014, Série I de 2014-05-14

Decreto-Lei n.º 55/2018 Diário da República n.º 129/2018, Série I de 2018-07-06

Resolução n.º 216/2021, Jornal Oficial, n.º 60/2021, Série I de 1 de abril de 2021

Resolução do Conselho de Ministros n.º 53-D/2020 Diário da República n.º 139/2020, 2.º Suplemento, Série I de 2020-07-20

Lei n.º 49/2005, Diário da República n.º 166/2005, Série I-A de 2005-08-30

Portaria n.º 359/2019 Diário da República n.º 193/2019, Série I de 2019-10-08

Anexos

Anexo 1- Avaliação de risco das atividades físico motoras

Avaliação do nível de risco das Atividades Físicas e respetivas adaptações metodológicas

ATIVIDADES FÍSICAS	NÍVEL DE RISCO	ADAPTAÇÕES METODOLÓGICAS
Andebol	Skills técnicos individuais com bola para cada aluno	<ul style="list-style-type: none"> • Uma bola por aluno • Exercícios individuais
	Jogo reduzido e condicionado	<ul style="list-style-type: none"> • Equipas reduzidas • 2x1; 3x0, etc.
	Jogo formal	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitado
Aptidão Física	Sem materiais	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios individuais • Treino por circuito usando estações com pequenos grupos
	Com materiais e/ou mãos no chão	<ul style="list-style-type: none"> • Higienização regular dos materiais e das mãos
Atletismo	Corridas e saltos (comprimento e triplo salto) individuais	<ul style="list-style-type: none"> • Atividade realizada no exterior • Distanciamento na fila
	Corrida de estafetas, salto em altura, lançamento do peso/dardo, (partilha de materiais)	<ul style="list-style-type: none"> • Higienização regular dos materiais e das mãos
Basquetebol	Skills técnicos individuais com bola para cada aluno	<ul style="list-style-type: none"> • Uma bola por aluno • Exercícios individuais
	Jogo reduzido e condicionado	<ul style="list-style-type: none"> • Equipas reduzidas • 2x1; 3x0, etc.
	Jogo formal e 3x3	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitado
Dança	Line dance ou dança individual	<ul style="list-style-type: none"> • Distanciamento de 3m
	Dança a pares	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitada
Desportos de combate (Judo)	Skills técnicos individuais nos tapetes (quedas)	<ul style="list-style-type: none"> • Higienizar o tapete (se possível) e as mãos do aluno antes e depois de cada utilização • Um aluno por tapete
	Imobilizações, projeções e luta (contacto físico)	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitado
Desportos Náuticos (Remo, SUP)	Partilha de remos e barco	<ul style="list-style-type: none"> • Atividade realizada no exterior • Higienização regular dos materiais e das mãos
	Ergómetros e bicicletas estáticas	<ul style="list-style-type: none"> • Afastamento dos ergómetros e bicicletas (3m) • Higienização regular dos materiais e das mãos
Desportos de raquetes (Badminton, Ténis de Mesa)	Volante/bola circula entre 2 alunos	<ul style="list-style-type: none"> • Higienização regular do volante/bola de ténis de mesa e das mãos • Higienizar os cabos das raquetes ou uso exclusivo de raquete pessoal
Futsal	Skills técnicos individuais com bola para cada aluno	<ul style="list-style-type: none"> • Uma bola por aluno • Exercícios individuais
	Jogo reduzido e condicionado	<ul style="list-style-type: none"> • Equipas reduzidas • 2x1; 3x0, etc.
	Jogo formal	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitado
Ginástica de solo	Cada aluno utiliza um tapete	<ul style="list-style-type: none"> • Higienizar o tapete (se possível) e as mãos do aluno antes e depois de cada utilização
Ginástica de aparelhos	Minitrampolim, trave	<ul style="list-style-type: none"> • Promover distanciamento entre alunos
	Boque, Plinto, Paralelas simétricas	<ul style="list-style-type: none"> • Grupo reduzido de alunos • Cabeça do boque/plinto coberto por uma capa de proteção que é substituída após cada aula • Higienização regular das mãos
Ginástica acrobática	Contacto entre alunos, por vezes, face a face	<ul style="list-style-type: none"> • Devem ser evitada
Jogos pré-desportivos	Com distanciamento físico e sem troca de materiais	<ul style="list-style-type: none"> • Promover o distanciamento entre os alunos
	Grupos reduzidos com troca de materiais	<ul style="list-style-type: none"> • Jogo reduzido e condicionado
Natação	Número reduzido de alunos por pista	<ul style="list-style-type: none"> • Desinfecção das mãos antes de entrar no cais da piscina • Número reduzido de alunos por pista • Uso obrigatório de óculos de natação
Patinagem	Cada aluno utiliza um par de patins e capacete	<ul style="list-style-type: none"> • Espaço amplo • Higienização regular das mãos e do material • Sempre que possível usar patins e capacete pessoal
Orientação	Atividade realizada no exterior	<ul style="list-style-type: none"> • Atividade realizada no exterior • Cartas de orientação e cartões de controlo individuais ou plastificados e higienizados
Voleibol	Skills técnicos individuais com bola para cada aluno	<ul style="list-style-type: none"> • Uma bola por aluno • Exercícios individuais
	Jogo reduzido e condicionado	<ul style="list-style-type: none"> • Equipas reduzidas • Não realizar o bloco
	Jogo formal	<ul style="list-style-type: none"> • Deve ser evitado

Legenda: ■ Risco não incrementado; ■ Risco potencialmente incrementado; ■ Risco incrementado
(Nível de risco adotado da proposta da SPEF & CNAPEF - Propostas para a realização em regime presencial das aulas práticas de EF e do DE)

Plano de Aula nº				
UD:	Ano/Turma:	N ^a de alunos:	Data:	Hora:
	Instalação:		Plano de aula:	Duração:
Recursos materiais:				
Objetivos Gerais:				
Conteúdos/objetivos	Descrição da Organização/ Estratégias	Esquema Gráfico	Duração	
			T E	T A
Parte Inicial				
Parte Fundamental				
Parte Final				

Sumário:

Observações:

Observação: 1				
UD: Av. diagnóstica de futebol e basquetebol	Ano/Turma: 11° 1	N^a de alunos: 21	Data: 23/09/20	Hora: 08:00-09:30
	Observador: Carolina	Observado: Emanuel	Instalação: Campo 4	Duração: 90'

Aspetos Positivos	Aspetos Negativos
Parte Inicial	
Tempo de instrução adequado	Deveria ter aproveitado os grupos dos exercícios para a montagem do aquecimento
Inicia a aula a horas	
Boa colocação da voz	
Parte Fundamental	
Colocação na aula	Não observa o aluno após o feedback
Reduzidos tempos de transição	Alguns comportamentos desvios nas transições/tempos de espera
Boa organização dos alunos	Muito tempo em cada exercício
Demonstração do exercício	
Montagem rápida dos exercícios	
Parte Final	
Questiona se existem dúvidas	Alguns alunos não realizavam os alongamentos

Instrumento de Observação para assistência às aulas 6			
Observador: Carolina		Observado: Emanuel	Ano e Turma: 11 ^o 1
		Matéria: Futebol e Atletismo	Data: 25/11/2020 Hora: 10:35-12:05
Critérios		Avaliação (1 a 5)	Observações
Tempo de Aula	Tempo de Instrução	4	Na primeira metade da aula, ou seja, no futebol o tempo de empenhamento motor foi maior do que no atletismo. Os tempos de transição também aumentaram no atletismo.
	Tempo de Transição	4	
	Tempo de Empenhamento Motor	4	
Apresentação do conteúdo	Inicia a aula a horas	5	Nas estações de atletismo deveria ter explicado cada uma das estações a toda a turma, pois <u>havia</u> alguns alunos com dúvidas ao iniciar a estação.
	Colocação da voz	5	
	Explica os objetivos e tarefas da aula	4	
	Demonstração do exercício	5	
Organização geral da aula	Atividades adequadas ao nível da turma	5	Devido à situação de pandemia em que nos encontramos a quantidade de material que foi utilizada foi numerosa. O distanciamento entre os alunos no <u>início</u> e no final da aula, como também nas transições foi reduzido.
	Tempo útil de aula maximizado	4	
	Utiliza o espaço de forma racional	5	
	Quantidade de material adequado	3	
	Respeita o distanciamento físico	3	
Supervisão e controle dos Alunos	Circula de modo a controlar a aula	4	Na maioria das vezes circulou junto à vedação para observar os dois campos, mas o campo 3 ficou algumas vezes sem supervisão. Procurava interagir com os alunos mais distantes, demonstrando a sua presença na aula.
	Interage com os alunos mais afastados	5	
	Mantém todos os alunos no ângulo de visão	4	
	Circula pela periferia	5	
Afetividade	Procura criar um clima positivo com os alunos	5	Procura incluir a opinião dos alunos na estruturação da aula, indo ao encontro daquilo que os agrada mais. Questiona no final da aula se existem dúvidas e realiza um balanço positivo da aula e da execução dos alunos.
	Conhece e trata os alunos pelo nome	5	
	Procura interagir igualmente com todos os alunos	5	
	Questiona se existem dúvidas	5	
Feedback	Transmite o feedback no momento certo	4	
	Utiliza feedbacks específicos, permitindo o aluno resolver problemas	N/A	
	Privilegia os feedbacks positivos e interrogativos	4	
	Observa o aluno após o feedback	3	
Comentários e sugestões:			
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Devido à pouca vivência que os alunos possuem do atletismo foi benéfico dividir a aula em duas matérias de ensino, tornando-a menos aborrecida para os alunos. ➤ Uma sugestão ao utilizar estações na aula será reduzir o número de estações, ou seja, procurar utilizar até o máximo de 4 estações dividindo a turma em 4 grupos de trabalho. Ao utilizar 6 estações o trabalho do professor poderá ser dificultado, assim como a supervisão e controle dos alunos. 			

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA Dr. ÂNGELO AUGUSTO DA SILVA

Departamento de Expressões - Disciplina de EF

Ano Letivo 2020/2021

Autorização - Atividade Extracurricular

No dia **06 de maio de 2021, 5.ª feira**, a turma **9.ª4**, realizará uma **Atividade Náutica** em parceria com o **Clube Naval do Funchal**. Esta atividade decorrerá no **Centro Náutico de São Lázaro**, Funchal e insere-se no âmbito da disciplina de EF.

A deslocação para a atividade será feita **a pé com saída da escola**.

A atividade terá um custo de **2 euros por aluno/participante** pelo que, no ato da entrega da presente autorização ou no próprio dia da atividade devem entregar o valor referido ao professor de EF para que este efetue o pagamento à entidade organizadora.

Nota: Informa-se que a atividade terminará sensivelmente às 13:00h, no Centro Náutico de São Lázaro, pelo que, os alunos podem ou não regressar à escola (hora de almoço). Se pretender recolher o(a) seu educando(a), deve fazê-lo num local próximo da realização da atividade.

Itinerário: EBSAAS – Centro Náutico de São Lázaro (Av. Sá Carneiro) - EBSAAS
Horário: Início/Partida: 10h00 → Fim/Término: 13h00
Objetivos: - Proporcionar vivências em matérias de adaptação ao meio/grandes espaços; - Promover as atividades náuticas; - Desenvolver a cooperação e responsabilidade cívica dos alunos.
Atividades a Desenvolver: Canoagem, Stand Up Paddle e Vela.
Responsáveis: Professores Adérito Nóbrega e Carolina Dias.
Os alunos deverão levar: Equipamento desportivo apropriado (fato de banho, calções, t-shirt, chinelos, toalha de praia, muda de roupa), protetor solar, boné, água e lanche.

Os Professores Responsáveis: _____ /

O Conselho Executivo: _____

Autorização / Declaração

Eu, _____ Encarregado de Educação do(a) aluno(a) _____ n.º _____, da turma _____, do _____º ano, declaro que autorizo o meu educando a participar na **Atividade Náutica, do Clube Naval do Funchal (Centro Náutico de São Lázaro)**, que se realizará no dia **06 de maio de 2021 (5.ª feira)** entre as **10h00 e as 13h00**.

Depois da atividade o(a) aluno(a) deverá (assinalar com um ☒):

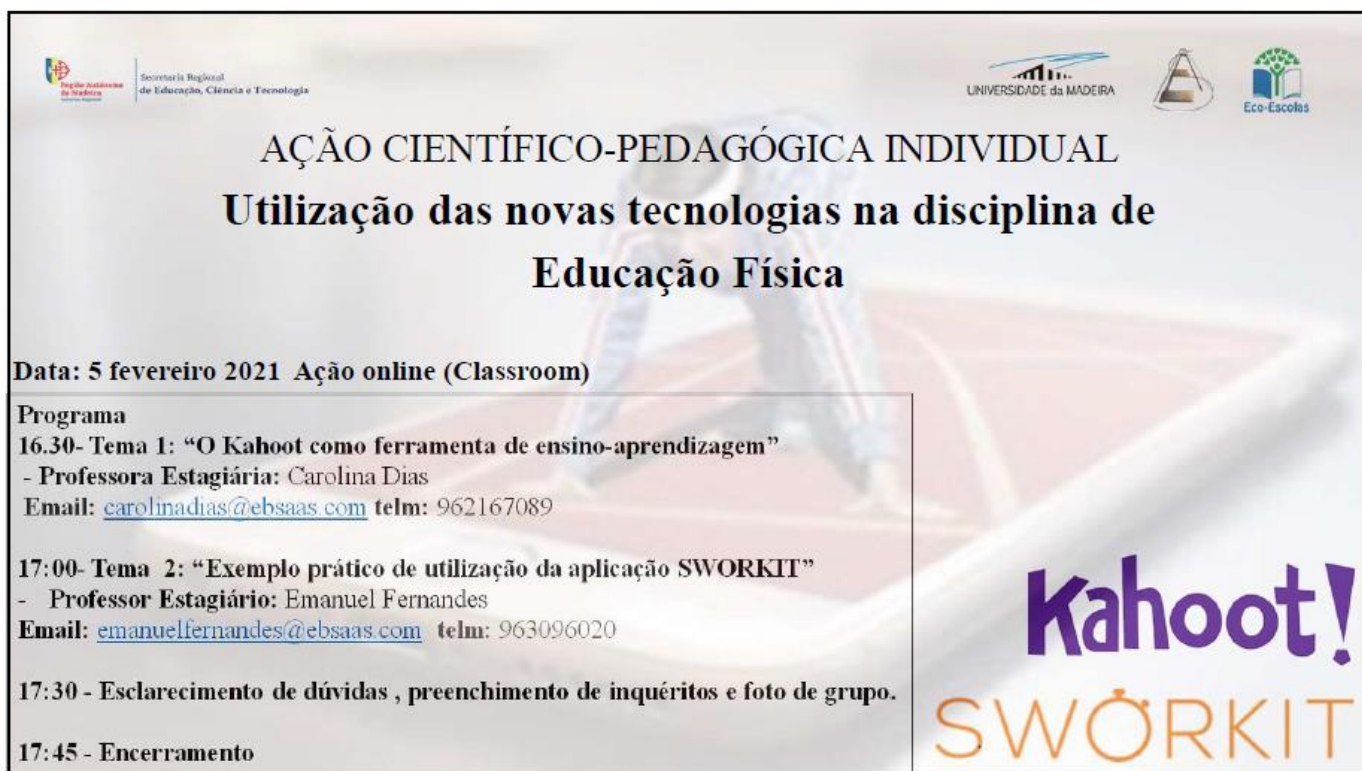
O Dia da EF - "9.º Festival de Desporto da Levada": 18 de Março 2021


Caros colegas de EF, como é do vosso conhecimento no próximo dia 18 de março de 2021, das 08h00 às 13h20, decorrerá o 9º Festival de Desporto da Levada para os alunos do 2º ciclo, organizado pelos professores estagiários do núcleo de EF. Esta atividade irá contemplar 7 atividades lúdicas e jogos tradicionais, sendo eles: jogo das 3 pedras, o jogo da corda, corrida a 3 pernas, jogo do transporte de água, jogo de hóquei, jogo da bola no arco e corrida a carrinho de mão. Estas atividades irão decorrer no pavilhão e no campo 6 da escola.


Para que esta atividade decorra de maneira dinâmica e organizada será necessário a colaboração dos professores responsáveis pelas turmas do 2º ciclo. Deste modo, solicitamos aos docentes a partilha da ficha de inscrição para o Grupo de EF no Classroom, até ao dia 16, contemplando informações como os jogos escolhidos e a divisão da turma em 4 grupos homogéneos e mistos. Devido aos poucos recursos humanos e materiais cada turma deverá selecionar dentro dos jogos apresentados apenas 4.

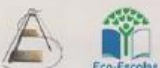
Agradecemos antecipadamente a vossa colaboração.

Atenciosamente,
O núcleo de estágio



 Secretaria Regional
de Educação, Ciência e Tecnologia

 UNIVERSIDADE da MADEIRA

 Eco-Escolas

AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA INDIVIDUAL

Utilização das novas tecnologias na disciplina de Educação Física

Data: 5 fevereiro 2021 Ação online (Classroom)

Programa

16.30- Tema 1: “O Kahoot como ferramenta de ensino-aprendizagem”
- Professora Estagiária: Carolina Dias
Email: carolinadias@ebsaas.com telem: 962167089

17:00- Tema 2: “Exemplo prático de utilização da aplicação SWORKIT”
- Professor Estagiário: Emanuel Fernandes
Email: emanuelfernandes@ebsaas.com telem: 963096020


17:30 - Esclarecimento de dúvidas , preenchimento de inquéritos e foto de grupo.

17:45 - Encerramento

Kahoot!
SWORKIT

O KAHOOT como ferramenta de ensino-aprendizagem

Carolina Dias¹; Adérito Nobrega²; Ricardo Alves¹
¹ Universidade da Madeira
² Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva



UNIVERSIDADE da MADEIRA

1. INTRODUÇÃO


As novas tecnologias têm vindo a evoluir e conquistado cada vez mais espaço na educação, mais precisamente nas salas de aula. As tecnologias para além de um meio de aprendizagem, servem também como forma de interação entre professor e professor, e também professor e aluno, tornando a escola mais atrativa para todos (Otto, 2016). É importante motivar os alunos para o processo de aprendizagem, utilizando novas estratégias e métodos, onde os alunos assumem um papel ativo. Para além disso, como professor torna-se importante adaptar-nos à realidade e adaptar os materiais existentes aos alunos que temos, com o objetivo de tornar a aprendizagem mais interessante e desafiante (Pinto, 2019).

O Kahoot é uma plataforma online de aprendizagem baseada em jogos com diferentes modalidades, onde o professor cria as questões, tendo em conta os conteúdos da disciplina e os objetivos que pretende alcançar. Para além disso, a utilização do Kahoot fornece ao professor uma ferramenta que permite avaliar o desempenho e progresso dos alunos ao longo das aulas.

2. ENQUADRAMENTO

Nos dias de hoje a tecnologia assume um papel fundamental nas diferentes áreas da sociedade, onde as mesmas beneficiam dos meios tecnológicos existentes para melhorar as suas atividades e necessidades. No campo da educação o mesmo acontece, onde as tecnologias contribuem para melhorar o processo de ensino-aprendizagem através de novas formas de ensinar e aprender (Garcia, 2013).



4. POTENCIALIDADES DO KAHOOT




3. O KAHOOT

O Kahoot é uma plataforma online que foi criada em 2013 com o objetivo de tornar a aprendizagem divertida através de jogos. Esta aplicação está disponível em <https://kahoot.com/schools-u/>, acessível a qualquer pessoa, com registo gratuito e de forma simples. Esta aplicação permite criar jogos com perguntas de escolha múltipla ou verdadeiro e falso utilizando para o efeito qualquer dispositivo tecnológico conectado à internet (Pinto, 2019).

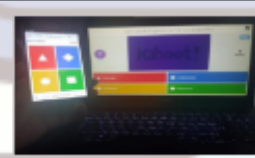
3.1. REGISTO

3.2. TIPO DE PERGUNTAS




3.3. O JOGO

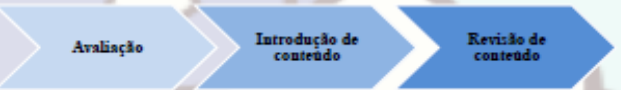




5. LIMITAÇÕES DO KAHOOT



6. MOMENTOS DE APLICAÇÃO

Podem parecer um pouco contraditório a utilização do Kahoot nas aulas de Educação Física, dado que estas são caracterizadas pela componente prática. Contudo, se analisarmos com atenção podemos verificar que é possível utilizar esta aplicação na Educação Física em diversos momentos e com objetivos distintos.



7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O professor deve procurar que nas suas aulas os alunos sejam o centro de todo o processo, assumindo um papel ativo e deixando de ser apenas um rector do conhecimento. Assim, o professor deve criar atividades interessantes, tornando o processo de ensino-aprendizagem em algo motivante para ambas as partes. Uma estratégia que pode ser empregue para esse fim é a utilização do jogo em sala de aula (Pinto, 2019). Como tal, o Kahoot surge com o objetivo de tornar a aprendizagem divertida através de jogos, envolvendo ativamente os alunos no processo de aprendizagem. Esta aplicação permite criar questões de escolha múltipla ou de verdadeiro e falso aos alunos, utilizando imagens ou vídeos para orientar a sua aprendizagem. Por vezes, os professores colocam barreiras na utilização de novas tecnologias ligadas ao desconhecimento e à dificuldade de utilização das mesmas. Contudo, como observamos anteriormente o Kahoot demonstra ser uma ferramenta acessível a qualquer pessoa e simples no seu processo, desde o registo à concepção de um jogo. Fazendo a análise custo-benefício podemos concluir que o Kahoot é uma ferramenta que oferece mais potencialidades do que limitações, fazendo com que seja uma ferramenta rica para utilizar no processo de ensino-aprendizagem das aulas de Educação Física.

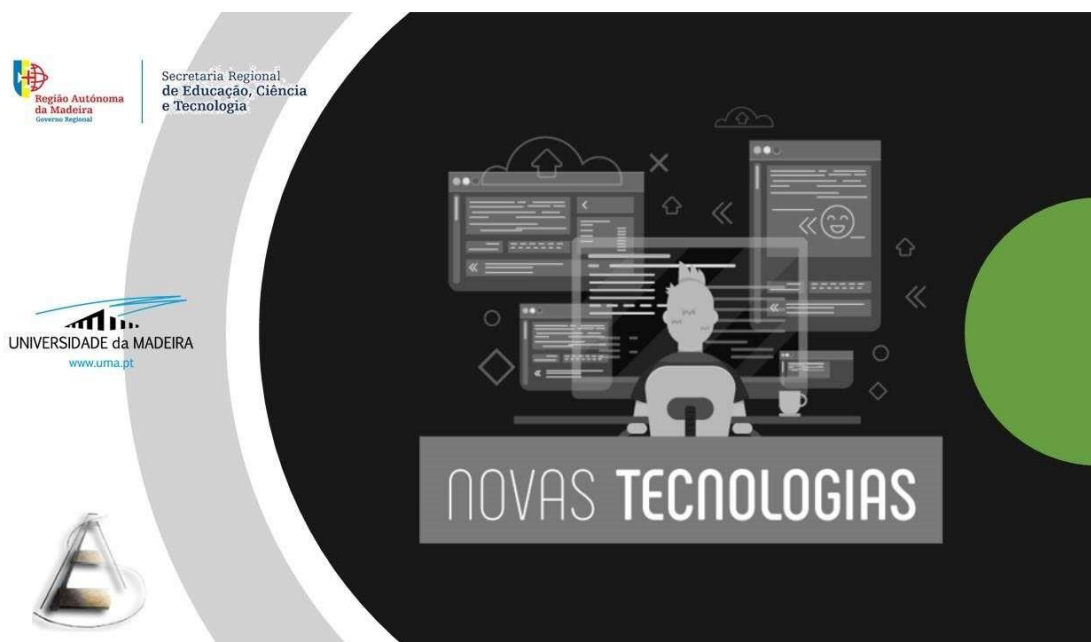
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Otto, P. (2016). *A importância do uso das tecnologias nas salas de aula nas séries iniciais do ensino fundamental I*. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina.
 Pinto, H. (2019). *O Kahoot como ferramenta motivadora no processo de ensino-aprendizagem integrado numa unidade didática de língua estrangeira*. Porto: Faculdade de Letras da Universidade do Porto.
 Garcia, F. (2013). A importância do uso das tecnologias no processo de ensino-aprendizagem. *Educação a Distância*, 3, 25-48.

Novas Tecnologias

O presente questionário baseia-se na apresentação da Ação Científico Pedagógica Individual intitulada “Utilização das novas tecnologias na disciplina de Educação Física” apresentada pelos estagiários da escola no passado dia 5 de fevereiro. Tem como objetivo perceber se a ação teve efeitos práticos na ação docente e conseqüentemente nas aulas de Educação Física. Assim pretendemos saber se mais professores utilizam as aplicações apresentadas e perceber quais as dificuldades sentidas de forma a podermos ajudar. O preenchimento deste inquérito é facultativo e anónimo. Os dados recolhidos serão utilizados na Ação Científico Pedagógica Coletiva. Em caso de dúvidas não hesite em contactar-nos.

***Obrigatório**



1. 1- Idade *

Marcar apenas uma oval.

<40

40-50

50-60

>60

2. 2- Género *

Marcar apenas uma oval.

Masculino

Feminino

3. 3- Com que frequência utiliza cada um dos seguintes dispositivos tecnológicos para uso pessoal? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Não utilizo	Raramente utilizo	Utilizo diariamente
Computador	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Telemóvel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Máquina fotográfica/filmar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. 4- Com que frequência utiliza cada um dos seguintes dispositivos tecnológicos para uso profissional? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Não utilizo	Raramente utilizo	Utilizo diariamente
Computador	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Telemóvel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Máquina fotográfica/filmar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5 5 Como é que classifica o seu domínio em relação à utilização das novas tecnologias? *

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5	
Domínio pouco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Domínio completamente

6. 6- O que acha da utilização das novas tecnologias nas aulas de EF presenciais? *

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5	
Pouco útil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito útil

7. 7- O que acha da utilização das novas tecnologias nas aulas de EF no ensino à distância? *

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5	
Pouco útil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito útil

8. 8- O que acha da utilização das novas tecnologias como trabalho não presencial? *

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5	
Pouco útil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito útil

9. 9 Acha que as novas tecnologias contribuem para o apoio à ação docente? *

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5	
Pouco útil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito útil

10. 10- Na sua opinião acha possível recorrer às novas tecnologias para aumentar os níveis de atividade física dos alunos? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não

Aplicações

Nesta secção do questionário iremos abordar umas questões sobre as aplicações Kahoot e SWORKIT.

11. 11-Antes da ação realizada pelos estagiários já utilizava alguma destas aplicações?

*

Marcar tudo o que for aplicável.

Kahoot

SWORKIT

Nenhuma

12. 12-Após a ação realizada pelos estagiários utilizou alguma destas aplicações? *

Marcar apenas uma oval.

Kahoot e SWORKIT *Avançar para a pergunta 14*

SWORKIT *Avançar para a pergunta 14*

Kahoot *Avançar para a pergunta 14*

Nenhuma

13. 12.1- Se respondeu nenhuma, por favor informe-nos porquê?

Aplicações

14. 12.2- Com que objetivo utilizou as aplicações

Marcar tudo o que for aplicável.

Avaliar

Treino físico

Consolidar conhecimentos

Introduzir novos conteúdos

Motivar os alunos

Outra: _____

15. 12.3- Quais as principais dificuldades sentidas ao utilizar estas aplicações? *

16. 13- Considera que alguma destas aplicações auxilia no processo de ensino-aprendizagem? *

Marcar tudo o que for aplicável.

- Kahoot
- SWORKIT
- Nenhum

17. 14- Em que contexto é que considera útil a utilização destas aplicações? *

Marcar tudo o que for aplicável.

- Nas aulas presenciais
- Nas aulas à distância
- Não considero útil

18. 15- Como considera ser o comportamento dos alunos na utilização destas aplicações relativamente a...? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	1	2	3	4	5
Recetividade	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Motivação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Participação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Empenho	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

The poster features a central illustration of a hand holding a smartphone displaying a person running, with a laptop and a pink apple nearby. The background is decorated with colorful geometric shapes and icons representing education and technology.

UNIVERSIDADE da MADEIRA
Ação Científico-Pedagógica Coletiva

CDA
CENTRO DE DESENVOLVIMENTO ACADÉMICO

A Educação Física e o Ensino à Distância: Limitações e Potencialidades

23	abril 2021	14h00 – 19h00	24	abril 2021	9h00 – 13h00 14h30 – 18h30
----	---------------	---------------	----	---------------	-------------------------------

Formato on-line (Zoom)

Ação validada – 13 horas para os grupos de recrutamento 160, 260 e 620

Contacto: acpcoletiva2020.2021@gmail.com
(Valéria Andrade)

Inscrições
(Até 22 de abril de 2021)

<https://bit.ly/3vD1OLj>



Informações sobre o Estudo e Consentimento Informado

Título do estudo: Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de Educação Física

Enquadramento: Este estudo surge no âmbito do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da universidade da Madeira, desenvolvido pelos professores estagiários Carolina Dias e Emanuel Fernandes e com a supervisão do professor orientador científico Ricardo Alves e dos professores orientadores cooperantes Adérito Nóbrega e Ricardo Oliveira.

Contactos:

- Carolina Dias – carolinaisdias@ebsaas.com
- Emanuel Fernandes- emanuefernandes@ebsaas.com

Procedimento

Este estudo tem como objetivo apresentar duas propostas de ferramentas de apoio à ação docente, nomeadamente as aplicações “Kahoot” e “SWORKIT”. Para além disso, apresentaremos os dados recolhidos sobre a opinião dos alunos e professores da escola, através do formulário realizado no Google Forms. De modo a criar um maior impacto na nossa apresentação teremos testemunhos de dois professores da escola e gostaríamos de contar com a colaboração do seu educando para dar a sua opinião através de um vídeo sobre como foi utilizar as respetivas aplicações na aula de Educação Física.

Eu _____ na qualidade de encarregado de educação do aluno _____ autorizo o meu educando a realizar este vídeo, assim como a sua partilha na apresentação do estudo intitulado “Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de Educação Física”.

Assinatura do(a) Encarregado(a) de Educação

Data 19/03 /2021

Guião para a realização do vídeo de colaboração ao estudo intitulado:

Utilização das novas tecnologias como complemento às aulas de EF

Indicações para a filmagem

Realiza um curto vídeo (máximo 1 minuto) em que dês a tua opinião relativamente à utilização das aplicações (Kahoot e Sworkit) na aula de EF. Na filmagem deves aparecer apenas da cintura para cima, num fundo branco e com a orientação do telemóvel na vertical.

No teu discurso deverás responder às seguintes questões:

1. Gostaste de utilizar estas aplicações nas aulas de EF?
2. Achas que a utilização destas aplicações torna as aulas mais motivantes?
3. O que é que mais gostas em cada uma destas aplicações?
4. A utilização destas aplicações facilitou a passagem do ensino presencial para o ensino online? Porquê?

Exemplo:

Olá, sou o/a _____ tenho ____ anos e frequento o ____ano. Gostei/Não gostei de utilizar o Kahoot e o Sworkit nas aulas de EF porque _____.

Acho que estas aplicações tornam as aulas mais _____ porque _____.

O que gosto mais na aplicação Kahoot é _____. O que gosto mais na aplicação Sworkit é _____.

O ensino online foi mais _____ devido à utilização destas aplicações nas aulas pois _____.

Agradecemos a vossa colaboração.

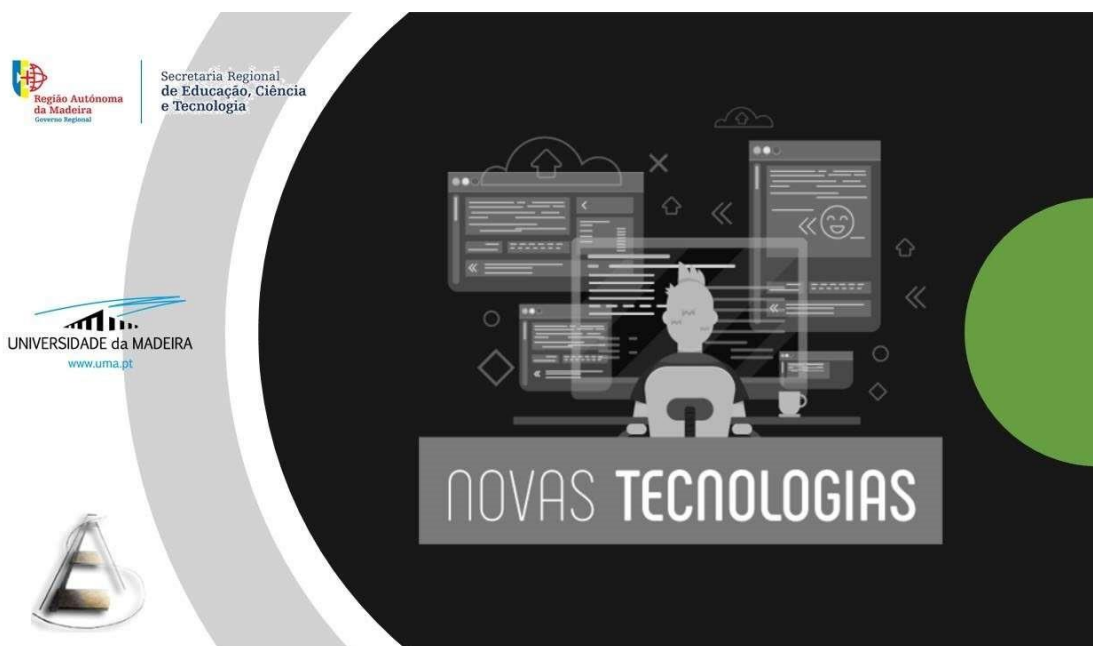
Em caso de dúvida contactem os professores de EF da turma.

Utilização das Novas Tecnologias

Este questionário foi elaborado pelos professores estagiários da disciplina de Educação de Física, Carolina Dias e Emanuel Fernandes com o objetivo recolher dados relativamente à utilização das novas tecnologias pelos jovens. O presente questionário insere-se no âmbito do estágio pedagógico do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Os dados obtidos neste questionário serão utilizados na Ação Científico Pedagógica Coletiva com o título “Utilização das novas tecnologias na disciplina de Educação Física”, mantendo o anonimato dos participantes.

***Obrigatório**



1. 1-Idade: *

Marcar apenas uma oval.

11

12

13

14

15

16

17

18

19

2. 2- Ano de escolaridade: *

Marcar apenas uma oval.

7º

8º

9º

10º

11º

12º

3. 3- Género: *

Marcar apenas uma oval.

Masculino

Feminino

4. 4-Com que frequência utilizas cada um dos seguintes dispositivos tecnológicos para uso pessoal? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Não utilizo	Raramente utilizo	Utilizo diariamente
Computador	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Telemóvel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Máquina fotográfica/filmar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Utilização das Novas Tecnologias

5. 4.1- Caso utilizes outros dispositivos tecnológicos menciona qual/quais:

6. 5- Antes do Covid, com que frequência utilizavas cada um dos seguintes dispositivos tecnológicos para uso escolar? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Não utilizo	Raramente utilizo	Utilizo diariamente
Computador	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Telemóvel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Máquina fotográfica/filmar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. 6- Já utilizaste a aplicação Kahoot na aula de Educação Física? *

Marcar apenas uma oval.

Sim *Avançar para a pergunta 9*

Não *Avançar para a pergunta 8*

8. 7- Já utilizaste a aplicação SWORKIT na aula de Educação Física? *

Marcar apenas uma oval.

Sim *Avançar para a pergunta 10*

Não *Avançar para a pergunta 11*

Kahoot

Nesta fase do questionário irás responder a questões relacionadas com a aplicação Kahoot.

9. 8-Numa escala de 1 a 5 diz o quanto concorda com as seguintes questões, sendo que 1 -Discordo totalmente e 5- Concordo Totalmente. *

Marcar apenas uma oval por linha.

	1 - Discordo Totalmente	2 - Discordo	3 - Nem Concordo nem Discordo	4 - Concordo	5 - Concordo Totalmente
É fácil jogar o Kahoot em qualquer dispositivo móvel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
É divertido competir com outros jogadores.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fico mais motivado nos conteúdos depois de entrar no jogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Prefiro saber logo o resultado invés de ter que esperar dias para poder receber a avaliação.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aprendo mais quando pratico este jogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Enquanto jogava senti que estava envolvido nos assuntos da aula.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Considero importante comparar o meu desempenho com o dos colegas para saber como está o meu nível de desempenho.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Considero que a utilização do Kahoot torna as aulas de Educação Física mais motivantes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Avançar para a pergunta 8

Sworkit

Nesta fase do questionário irás responder a questões relacionadas com a aplicação SWORKIT.

Secção sem título

10. 9- Numa escala de 1 a 5 diz o quanto concorda com as seguintes questões, sendo que 1 -Discordo totalmente e 5- Concordo Totalmente. *

Marcar apenas uma oval por linha.

	1 - Discordo Totalmente	2 - Discordo	3 - Nem Concordo nem Discordo	4 - Concordo	5 - Concordo Totalmente
Considero que a utilização do SWORKIT torna as aulas de Educação Física mais motivantes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto mais motivado ao trabalhar a aptidão física através do SWORKIT.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
As demonstrações (vídeos) ajudam-me a realizar corretamente o exercício.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto que a aplicação poderá me ser útil futuramente (ajudando nos treinos).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Acho que a aplicação tem treinos suficientes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sinto que treino mais utilizando a aplicação.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Outras aplicações

11. 10- Já utilizaste outra aplicação na Educação Física ou na área do treino? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

Outra: _____

12. 10.1- Se respondeste que "sim" indica qual/quais

13. 11- Conhecês outra aplicação que pudesse ser interessante utilizar nas aulas de Educação Física? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

Outra: _____

14. 11.1- Se respondeste que "sim" indica qual/quais

UD Ensino Não Presencial

Enquadramento

Face aos constrangimentos causados pelo Covid-provocando o fecho das escolas, torna-se fundamental adaptar o ensino presencial para ensino não presencial, recorrendo às novas tecnologias com o objetivo de superar os inconvenientes face ao ensino normal da EF. Posto isto, o 2º período foi caracterizado pelas aulas à distância e foi necessário alterar todo o planeamento para este período. As aulas de EF continuaram a ser lecionadas duas vezes por semana, mas uma aula de 30 minutos e outra aula de 60 minutos. Desta forma, foram abordados alguns conteúdos teóricos no início destas aulas através do power point, mas o foco foi essencialmente a aptidão física através de aulas síncronas e assíncronas, recorrendo a vídeos realizados pelo professor e pelos alunos e ao método de treino Tabata.

Na primeira aula foi realizado um levantamento aos alunos sobre o espaço que tinham disponível em casa para a realização dos exercícios práticos, bem como os materiais disponíveis e da existência de câmara e microfone. Assim, foi verificado que a grande maioria dos alunos não possuía materiais em casa, como cordas ou bolas o que era importante ter em atenção na seleção dos exercícios.

UD Ensino Não Presencial	
Ano de escolaridade	9.º ano
Turma	4
Total de alunos	24
Género masculino	15
Género feminino	9
Início da UD	07/01/2021
Final da UD	18/03/2021
Recursos Temporais	19 aulas
Recursos Materiais	Computador, telemóvel
Recursos Espaciais	Cada aluno na sua casa

Nível de Partida desta UD: A turma possui vivências ao nível da aptidão física, tendo realizado testes físicos no âmbito do projeto EFERAM-CIT, bem como em vários momentos de exercício físico no início das aulas de EF. Apesar da turma possuir algumas

vivências neste âmbito e de se encontrar num nível médio relativamente à aptidão física, possui dificuldades ao nível da resistência e da força.

Objetivos:

- Potenciar as qualidades físicas;
- Reduzir a sedentariedade;
- Potenciar um estilo de vida ativo;
- Promover valores como o respeito, a empatia e o fair-play;
- Aumentar a força e a resistência muscular;
- Consolidar conteúdos teórico

Plano nº	Dia	Tempo	Matéria	Regime	Método
37 e 38	07/01/2021	90'	Basquetebol	Teórico	Power Point + Kahoot
40 e 41	14/01/2021	90'	Voleibol	Teórico	Power Point + Kahoot
42	18/01/2021	45'	Voleibol (continuação)	Teórico	Power Point + Kahoot
43 e 44	21/01/2021	90'	Basquetebol (revisão) Voleibol (revisão) Processos de controlo do esforço	Teórico/Prático	Power Point + Kahoot + Vídeo (Tabata)
45	25/01/2021	45'	Badminton	Teórico/Prático	Power Point + Kahoot+ Alongamentos
46 e 47	28/01/2021	90'	Badminton (continuação)	Teórico/Prático	Power Point + Kahoot + Vídeo (Tabata)
48	01/02/2021	45'	Dança	Teórico/Prático	Power Point+ Contagem de tempos
49/50	04/02/2021	90'	Dança	Teórico/Prático	Power Point+ Coreografia
51	08/02/2021	45'	Dança	Prático	Coreografia
52/53	11/02/2021	90'	Atletismo	Teórico/Prático	Power Point + Kahoot + Tabata
54/55	18/02/21	90'	Atletismo	Teórico/Prático	Power Point + SWORKIT
56	22/02/21	45'	Atletismo	Teórico/Prático	Power Point + SWORKIT
57/58	25/02/2021	90'	Ginástica	Teórico/Prático	Power Point+Kahoot + Vídeo (Tabata)
59	01/03/2021	45'	Condição Física	Prática	Sworkit
60/61	04/03/2021	90'	Avaliação Prática	Prática	Vídeo (Tabata)
62	08/03/2021	45'	Atividade Física	Teórico/Prático	Power Point+ Sworkit
63/64	11/03/2021	90'	Avaliação Prática	Pratico	Vídeo (Tabata)
65	15/03/2021	45'	Autoavaliação	Teórico/Prático	Power Point+Bingo

66/67	18/03/2021	90'	Atividade Física	Teórico/Prático	Kahoot+ Tabata
-------	------------	-----	------------------	-----------------	----------------

Estratégias Didático-Pedagógicas

As estratégias didático-pedagógica têm como objetivo potencializar e tornar eficaz o processo de ensino-aprendizagem, proporcionando um clima positivo de aprendizagem. Assim, as estratégias didático-pedagógicas tornam-se indispensáveis, já que auxiliam na condução dos conteúdos de ensino. Deste modo, quanto mais o docente recorrer a estratégias mais diversificadas serão as oportunidades de melhorar os conteúdos de ensino.

1. Recurso à aplicação SWORKIT: foi utilizada esta aplicação que oferece uma variedade de exercícios de condição física com vídeos demonstrativos com o objetivo de diversificar a realização da componente prática;
2. Recurso à aplicação Kahoot: esta aplicação serviu para verificar os conhecimentos dos alunos no que diz respeito aos conteúdos teóricos que iam sendo abordados nas aulas. Através desta, é possível criar um Quis onde os alunos respondem às questões elaboradas pelo professor em estilo de competição;
3. Recurso ao treino em Tabata: através deste método de treino foram elaborados vídeos com a demonstração tanto pelo professor como pelos alunos, onde seriam projetados nas aulas e os alunos realizavam em simultâneo.