

NUNO MIGUEL PINTO CONTREIRAS

**RELATÓRIO DA ATIVIDADE PROFISSIONAL NO
ANO LETIVO 2021/2022**

Orientador: Prof. Doutor Francisco Alberto Ramos Leitão

Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2023

NUNO MIGUEL PINTO CONTREIRAS

**RELATÓRIO DA ATIVIDADE PROFISSIONAL NO
ANO LETIVO 2021/2022**

Dissertação defendida em provas públicas para obtenção do Grau de Mestre no Curso de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, conferido pela Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa, no dia 13 de março de 2023, perante o júri, com o Despacho de Nomeação Nº 103/2023, de 18 de janeiro de 2023, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Jorge dos Santos Proença Martins

Arguente: Prof. Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Orientador: Prof. Doutor Francisco Alberto Ramos Leitão

Universidade Lusófona – Centro Universitário de Lisboa

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2023

Agradecimentos

Agradeço a todos os intervenientes que fizeram parte desta caminhada a que chamo vida e me permitiram chegar ao patamar onde estou hoje. O espírito de sacrifício, a resiliência e o foco foram e são determinantes na superação das diversas batalhas diárias.

Agradeço ao Professor Doutor Carreiro da Costa por toda a disponibilidade demonstrada.

Agradeço ao Professor Doutor Francisco Ramos Leitão por ter aceite ser meu Orientador e por me acompanhar no desenvolvimento do meu projeto.

Um agradecimento a toda a minha família e amigos, em especial para a minha querida mulher Rita, por todo o seu apoio e por sempre acreditar em mim, em nós... e aos meus filhos José e Mariana pela fonte de inspiração que são para mim.

Resumo

Este trabalho é um Relatório da minha atividade profissional no ano letivo 2021/2022 na Escola Básica Integrada da Maia, conselho da Ribeira Grande, Ilha de São Miguel Açores.

Após fazer a minha apresentação pessoal faço uma caracterização da escola, nomeadamente ao nível dos recursos humanos, recursos materiais e funcionamento global da mesma com base no seu projeto educativo.

Com base no descrito anteriormente abordo a minha atividade docente nas seguintes dimensões:

- Científica e Pedagógica
- Participação na Escola e Relação com a Comunidade.
- Formação Contínua e desenvolvimento profissional.

É feita uma reflexão crítica e uma análise a tudo o que foi realizado ao longo do ano letivo, dando a conhecer as práticas exercidas e formações ao longo do ano na referida escola.

Palavras-chave: Educação Física, Ensino, Professor, Ensino-Aprendizagem, Diretor de Turma

Abstract

This work is a Report of my professional activity in the academic year 2021/2022 at Escola Básica Integrada da Maia, council of Ribeira Grande, São Miguel Azores Island.

After making my personal presentation, I characterize the school, namely in terms of human resources, material resources and overall functioning based on its educational project.

Based on what was described above, I address my teaching activity in the following dimensions:

- Scientific and Pedagogical
- Participation in the School and Relationship with the Community.
- Ongoing training and professional development.

A critical reflection and analysis is made of everything that was carried out throughout the school year, revealing the practices carried out and training courses throughout the year at that school.

Keywords: Physical Education, Teaching, Teacher, Teaching-Learning, Class Director

Índice Geral

Agradecimentos.....	1
Resumo.....	2
Abstract	3
1. Introdução	5
2. Apresentação Pessoal	7
3. Caracterização da Escola Básica Integrada da Maia.....	9
3.1 - Recursos Humanos.....	10
3.1.1 - Comunidade Educativa	10
3.1.2 - Pessoal Docente	10
3.1.3 - Pessoal Não Docente.....	11
3.1.4 - Pais e Encarregados de Educação	11
3.2 - Recursos Materiais.....	11
3.3 - Funcionamento Global da Escola	12
3.3.1 - Constituição de Turmas	12
3.3.2 - Perfil do Aluno à Saída do Ensino Básico	12
3.3.3 - Ação Social Escolar	12
3.4 - Projeto Educativo.....	12
4. Atividade Docente.....	14
4.1 Dimensões da Avaliação Docente.....	14
4.1.1 - A Dimensão Científica e Pedagógica.....	14
4.1.2 - Participação na Escola e Relação com a Comunidade Escolar	20
4.1.3 - Formação Profissional ao longo da Vida	22
5. Considerações finais.....	23

1. Introdução

“A Educação Física (EF) é uma disciplina escolar presente no sistema educativo da maior parte dos países do mundo e justifica-se no currículo por poder contribuir de forma singular e decisiva para a educação integral dos alunos, designadamente ao nível dos conhecimentos, atitudes e competências necessárias para a aquisição e manutenção de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável ao longo da vida (UNESCO, 2015). Este é, contudo, um enorme desafio que a sociedade, a escola e os profissionais de EF enfrentam pois atualmente muitas crianças e adolescentes apresentam níveis reduzidos de atividade física, sobretudo as raparigas e aqueles com um baixo estatuto socioeconómico (Hallal et al., 2012).” (Martins, Gomes, & Carreiro da Costa, 2017, p. 53)

Desta forma considero que toda a organização e planeamento do processo ensino-aprendizagem é complexo, exige uma reflexão constante por parte do professor e um enorme foco, dedicação e responsabilidade.

Segundo Gimeno, “a elaboração de um projecto educativo deverá atender às necessidades de uma comunidade, decidir sobre disciplinas e módulos de opção, realizar actividades culturais adequadas ao contexto de cada escola, organizar de modo mais eficiente os recursos, aglutinar pais, alunos e professores num estilo compartilhado de educação”. (Pacheco, J. A., 2001, p.89)

O presente relatório enquadra-se na obtenção do grau de mestre em Ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário, referindo-se à atividade docente realizada no ano letivo 2021/2022.

Na organização do presente relatório é realizada, em primeiro lugar, uma apresentação pessoal, seguida de uma contextualização da atividade profissional. Caracteriza-se a escola onde foi exercida a docência, seguindo-se uma análise reflexiva da prática profissional desenvolvida, de acordo com as seguintes dimensões:

- Científica e pedagógica - planeamento, organização e desenvolvimento de atividades, relação pedagógica com os alunos e avaliação.
- Participação na escola e relação com a comunidade - compromisso com os pares, escola e comunidade, nos cargos de diretor de turma e professor tutor.
- Formação contínua e desenvolvimento profissional - formação realizada, contribuindo para a melhoria da ação educativa e da construção do conhecimento profissional.

A premissa assenta no valor e importância do movimento, da prática de atividade física, da expressão corporal, como vocabulário fundamental, no processo de construção do indivíduo nas suas múltiplas dimensões.

Ao longo de todo o relatório pretendo dar a conhecer as práticas pedagógicas e as reflexões acerca das mesmas, recorrendo a revisão bibliográfica. As citações e referência bibliográfica seguem as normas da *American Psychological Association* (APA).

Nestes últimos anos de atividade docente testemunhei e fiz parte de projetos em que a aprendizagem motora foi um veículo de crescimento, desenvolvimento e integração social. Este percurso é o testemunho de uma carreira profissional dedicada não só à educação dos nossos jovens, como também utilizada como um poderoso instrumento de transformação e resposta às necessidades de uma comunidade em constante crescimento e de uma heterogeneidade cada vez mais complexa e desafiante. Neste caminho de ação-investigação-ação, fui sendo desafiado com novos paradigmas que, num esforço constante de transformar barreiras em facilitadores e constrangimentos em oportunidades, promoveram o meu crescimento pessoal, consolidando também a minha prática profissional. Importa partilhar boas práticas, estratégias de sucesso, novas formas de olhar o universo em redor e novas estratégias de intervenção como professor nesta área maravilhosa, abrangente e fundamental que é a Educação Física. É na convergência,

reflexão e partilha que poderemos caminhar para uma maior consolidação das práticas e contribuir para o desenvolvimento de cada um em particular, e do todo em geral.

Educar é promover o desenvolvimento harmonioso da pessoa, pela transmissão de conhecimentos e valores, sempre em evolução, com base em conhecimentos e valores anteriormente adquiridos na família e na comunidade de origem.

A escola deve ser encarada como um espaço de construção de conhecimentos, de formação de pessoas conscientes, participativas e capazes de viver integradas na sociedade. Como refere Canário:

“A escola é uma instituição que, a partir de um conjunto de valores estáveis e intrínsecos, funciona como uma fábrica de cidadãos, desempenhando uma papel central na integração social, na perspectiva durkheimiana de prevenir a anomia e reparar a inserção na divisão social do trabalho.” (Canário, 2005, p.62)

Pretende-se, assim, preparar indivíduos responsáveis, ativos, participativos e interessados na sociedade, pela promoção de valores como a autoestima, solidariedade, interajuda, tolerância e autonomia.

2. Apresentação Pessoal

Em termos pessoais, enquanto criança, os pais e avós proporcionaram-me várias experiências a nível das expressões que contribuíram para a aquisição do gosto pelas atividades desportivas.

Nascido em Lisboa, freguesia de São Sebastião da Pedreira, no ano de 1983, fiz a escola primária no externato “Grão Vasco” onde tive a minha primeira experiência com uma aula de expressão físico-motora. O passo escolar seguinte foi a Escola preparatória Quinta de Marrocos e a Escola Secundária José Gomes Ferreira em Benfica. Os excelentes professores e as fantásticas instalações marcaram-me bastante e condicionaram em muito a minha escolha em ser Professor de Educação Física.

Experienciei ao longo da infância as modalidades de Judo, Futebol, Surf e Natação. Foi praticante federado de Futebol e Surf tendo feito parte da Equipa de Surf da Universidade Lusófona.

Iniciei o meu percurso profissional como monitor e coordenador de diversos campos de férias, fui treinador de natação e treinador de surf.

Ingressei na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias no curso de Educação Física e Desporto e, no ano letivo de 2005/2006, tive o meu estágio pedagógico na escola secundária Pedro Alexandrino com o meu querido Professor Orientador João Calca.

Ter turmas à nossa responsabilidade, acompanhar uma direção de turma, ser responsável por um núcleo de desporto escolar, fazer parte integrante das dinâmicas do grupo disciplinar e colaborar na dinamização de atividades, foram fatores que contribuíram para a constante procura de boas práticas letivas.

Foi um momento de aprendizagem bastante difícil que me fez crescer muito como pessoa e como profissional, reforçando a motivação e o desejo em ser Professor de Educação Física.

A minha experiência como professor de Educação física iniciou-se com as Atividades Extra Curriculares e desde logo confirmei o gosto e motivação que tinha em ensinar e transmitir a importância do movimento, da prática de atividade física nas jovens crianças.

Em 2008 mudei-me para o arquipélago dos Açores, mais concretamente para a ilha de São Miguel onde pela primeira vez tive a oportunidade de concorrer ao concurso pessoal docente tendo lecionado durante vários anos em regime de substituição temporária e muitas vezes de horário incompleto. A dificuldade em ter colocação levou-me a investir em formações relacionadas com a área do ‘fitness’, tornei-me treinador pessoal, fiz uma pós-graduação em exercício para Populações Clínicas, curso de ‘pilates’ e ‘stretching’ global ativo. Durante uns anos trabalhei numa clínica de Fisioterapia como recuperador físico na área da reabilitação

sendo o responsável pela área do exercício físico. Paralelamente dediquei-me ao acompanhamento de idosos, elaborando projetos na área do treino integrado e funcional.

A área da Natação foi sempre transversal a todas estas atividades, lecionando natação para bebés, hidrogenástica, adaptação ao meio aquático e treino de competição. Neste momento sou o treinador responsável pelos Cadetes no Clube Naval de Ponta Delgada.

Apesar de estar satisfeito com a minha atividade profissional senti que a minha vocação era a escola, o ensino de Educação Física e voltei a concorrer ao concurso público de docentes tendo lecionado em diversas escolas públicas e profissionais do arquipélago dos Açores. No ano letivo anterior estive a lecionar na Escola Básica Integrada da Maia no concelho da Ribeira Grande.

Neste momento sou Pai de um menino de 12 anos, de uma bebé de 7 meses nascida em 25 de Abril de 2022 e tenho uma mulher linda que me apoia e me permite seguir com o meu sonho, acreditando sempre que será possível ter colocação no concurso pessoal docente e fazer o que mais gosto, influenciar positivamente as crianças e os jovens através da Educação Física.

3. Caraterização da Escola Básica Integrada da Maia

A Maia é uma freguesia rural do concelho da Ribeira Grande, com 21,97 km² de área e 1 901 habitantes, o que corresponde a uma densidade populacional de 86,5 habitantes/km². Localiza-se na costa norte da ilha de São Miguel.

A Escola Básica Integrada da Maia abrange a população escolar da zona oriental do Concelho da Ribeira Grande. Geograficamente, toda esta zona oriental fica na zona costeira, como acontece com a generalidade das povoações açorianas. No entanto, das seis freguesias que a compõem, apenas o Porto Formoso e a Maia têm acesso fácil ao mar, pelo que a vida marítima, sobretudo nos últimos tempos, tem pouca influência no quotidiano laboral das populações.

Toda esta zona foi povoada a partir de finais do século XV e princípios do século XVI. O Porto Formoso foi, durante muitos anos, o porto de abrigo mais seguro do Norte da ilha, ao ponto de, num mapa do século XVI, ser o único topónimo que consta em toda a referida costa. Nos Fenais d' Ajuda existiu um Convento Franciscano desde finais do século XVII, sendo da sua responsabilidade a educação religiosa. Gaspar Frutuoso insiste, com frequência, no estatuto social elevado de muitas famílias desta zona. No entanto, a partir do século XIX, há uma perda dessa importância social, provavelmente aliada à extinção do Convento Franciscano e à crise na agricultura. A partir de 1954, deu-se um grande fluxo emigratório para o Canadá e E.U.A. e com algum significado também para a Bermuda. Foi tão acentuada esta emigração que a população atual da zona é de cerca de metade da existente em meados da década de cinquenta. A emigração resultou num declínio de valor social e intelectual, dado que os emigrantes eram selecionados entre os mais aptos em todos os aspetos.

O tipo de povoamento é aglomerado e os locais de encontro são as igrejas, os centros paroquiais, os bares, os jardins públicos, as praias, os largos e as ruas.

A igreja e as tradições religiosas têm um papel marcante na população, sendo que as práticas religiosas são fundamentalmente rituais, tendo especial relevo o culto ao Espírito Santo.

A nível económico, houve um incremento das atividades relacionadas com o mar a partir da utilização industrial do ágar-ágar e da generalização dos aparelhos de mergulho, o que facilitou a caça submarina. Paralelamente, os praticantes destas atividades dedicam-se também à agricultura de subsistência, sendo a atividade agrícola dominante a da lavoura. Perderam-se, entretanto, culturas tradicionais de grande importância, como a do tabaco, que levou à extinção da fábrica do tabaco na Maia, pelo que as únicas unidades industriais em atividade na zona são a Fábrica de Chá Gorreana e a Fábrica de Chá do Porto Formoso. Contudo, a principal riqueza da zona é a produção de leite.

3.1 - Recursos Humanos

3.1.1 - Comunidade Educativa

A EBI da Maia abrange toda a população em idade escolar, até ao 9.º ano de escolaridade. As crianças e jovens são provenientes de diversos estratos socioeconómicos, sendo significativo um grande número de crianças provenientes de famílias com carências económicas. As famílias são predominantemente de tipo nuclear, não se verificando um elevado número de divórcios, de famílias monoparentais ou de crianças abandonadas. A população ativa está ligada, sobretudo, à lavoura. As mulheres são, maioritariamente, domésticas. Muitas crianças e jovens passam a maior parte do tempo entregues a si mesmos, sem orientação familiar ou outra. Nota-se a falta de espaços de lazer e de formação profissional principalmente para jovens e mulheres. As atividades culturais e a ocupação organizada de tempos livres são pouco significativas. As preocupações das pessoas, em geral, prendem-se, sobretudo, com o emprego, a habitação e a saúde. No que se refere aos jovens, nota-se uma atenção especial para as modas e para o namoro. A população ocupa os seus tempos livres nos bares, na rua, com a televisão, nas filarmónicas, nos grupos desportivos, grupos corais, grupos folclóricos e grupos de escuteiros. Nota-se um certo conservadorismo de mentalidade, com alguns focos de abertura a novas ideias e costumes nem sempre definidores de evolução culturalmente positiva. A cultura é a que resulta do ensino oficial obrigatório e, sobretudo, da influência veiculada pelos "media", com grande destaque para as redes sociais. Há ainda uma percentagem significativa de analfabetismo existente entre os mais idosos e o analfabetismo funcional das faixas etárias mais jovens.

3.1.2 - Pessoal Docente

A EBI da Maia é constituída por Educadores de infância, Professores do 1.º, 2.º e 3.º ciclos e Professores de Educação Especial.

Todo o corpo docente é profissionalizado, sendo a quase totalidade com o grau de licenciatura. No que concerne ao vínculo contratual e apesar dos quadros de escola estarem completos, caracteriza-se por um número inferior ao desejável de docentes do quadro a exercer funções na EBI da Maia. Um elevado número de docentes encontram-se em mobilidade noutras escolas. Esta realidade condiciona a continuidade pedagógica, a atribuição de cargos de gestão intermédia e o desenvolvimento de projetos de maior consistência, a médio e longo prazo. Esta realidade poderá contribuir para o aumento do insucesso e indisciplina.

3.1.3 - Pessoal Não Docente

O corpo não docente tem permanecido estável, sendo a maioria dos assistentes operacionais e técnicos pertencente ao quadro da EBI da Maia. Tem um número insuficiente de assistentes para as necessidades da Unidade Orgânica, quer pelo número de efetivos, quer pelo número de baixas médicas, idade e estado de saúde. A Escola tem recorrido a apoio de funcionários ao abrigo dos programas ocupacionais. No que concerne aos técnicos superiores a Escola também é deficitária, considerando o número de alunos com Necessidades Educativas Especiais e a dispersão geográfica das escolas que compõem a EBI da Maia, quer no número de Psicólogos e Psicomotricistas quer na ausência de outros técnicos auxiliares, como Terapeutas da Fala.

3.1.4 - Pais e Encarregados de Educação

A falta de acompanhamento regular e sistemático da vida escolar dos seus educandos continua a ser uma das grandes preocupações da EBI da Maia. Apesar dos esforços desenvolvidos na criação de atividades que envolvam pais e encarregados de educação há uma desresponsabilização da sua importante tarefa – o acompanhamento da vida escolar dos seus educandos. É apenas na entrega da avaliação sumativa de final de período que marcam a sua presença. A grande maioria não contata a escola ou o Titular/Diretor de Turma de sua livre iniciativa. A dispersão geográfica das comunidades, a distância à escola e as dificuldades económicas que caracterizam os agregados familiares poderão ser fatores que contribuem para esta realidade.

3.2 - Recursos Materiais

A EB 2, 3 da Maia funciona em instalações construídas para o efeito. O edifício é de arquitetura moderna, em bom estado de conservação, com amplas instalações que reúnem boas condições de funcionamento. Tem 35 salas de aula, 1 biblioteca, sala de convívio/trabalho de docentes, sala de diretores de turma, sala de informática, 1 gabinete de trabalho de departamentos, 1 gabinete de apoio à promoção da saúde escolar/ gabinete de combate à violência e promoção da cidadania em meio escolar, 2 gabinetes de atendimento aos encarregados de educação, refeitório/cozinha, sala de convívio de alunos, papelaria, reprografia, serviços administrativos, sala de ginástica, pavilhão desportivo, campo de jogos exterior, anfiteatro, 1 bar de alunos e pessoal docente e não docente e 1 bar exclusivo para pessoal docente e não docente. Este edifício carece de 2 laboratórios de ciências para aulas práticas e 2 salas normais, para poder libertar os laboratórios existentes que são utilizados para aulas de outras disciplinas.

Tanto a EB 2, 3 como as EB1/JI estão suficientemente equipadas e apetrechadas para o normal funcionamento das atividades letivas. O espólio da biblioteca é razoável sendo atualizado o acervo anualmente.

3.3 - Funcionamento Global da Escola

3.3.1 - Constituição de Turmas

Os critérios para a constituição de turmas resultam da auscultação feita pelo Conselho Pedagógico, das orientações que são emanadas dos Conselhos de Núcleo/Turma e da lei. O Plano Integrado de Promoção do Sucesso Escolar desta EBI define por si orientações que são consideradas pelo Conselho Pedagógico.

3.3.2 - Perfil do Aluno à Saída do Ensino Básico

O Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho homologa o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória que se afirma como referencial para as decisões a adotar por decisores e atores educativos ao nível dos estabelecimentos de educação e ensino e dos organismos responsáveis pelas políticas educativas. O Perfil do Aluno é elaborado em Conselho Pedagógico com o contributo dos Órgãos de Gestão Intermédia. Em Núcleo/Departamento curricular são delineados os conteúdos a lecionar em cada ano de escolaridade e cada área disciplinar, bem como a priorização dos conteúdos, em função da tipologia de aluno/turma.

3.3.3 - Ação Social Escolar

Tendo a Ação Social Escolar como princípio garantir a igualdade de oportunidades e equidade no acesso à educação, são aplicadas as seguintes medidas: Isenção de taxas de inscrição; Cobertura de seguro escolar; Disponibilidade de refeições a preços em consonância com o definido na lei; Fornecimento de leite a todos os alunos, independentemente do ano que frequentam; Empréstimo anual de manuais escolares, responsabilizando alunos e encarregados de educação para a sua conservação; Distribuição de material escolar, no início do ano letivo, para que os alunos possam iniciar com normalidade as atividades letivas.

3.4 - Projeto Educativo

O plano estratégico para a EBI da Maia será desenvolvido com base no Plano Integrado de Promoção do Sucesso Escolar – ProSucesso e Planos de Ação Estratégicos. Define a atuação estratégica para os próximos anos. A orientação aqui apresentada decorre da análise das potencialidades e das fragilidades da Unidade Orgânica de acordo com os princípios subjacentes à Missão que a seguir se indica:

Visão

Uma visão de futuro, orientada para o sucesso e para os novos desafios da sociedade moderna. Uma aposta contínua na Cidadania e na diversidade de inteligências do indivíduo e nas competências do século XXI.

Missão

Educar pelo exemplo, pelas ações e pela análise de cada aluno, tendo como principal finalidade o desenvolvimento das capacidades, dos conhecimentos e das atitudes. Criar condições para que todos os alunos sintam que têm as mesmas oportunidades de sucesso.

4. Atividade Docente

No ano letivo 2021/2022 fui contratado em Setembro, em regime de substituição temporária, na EBI da Maia, onde lecionei a disciplina de Educação Física até final do ano. Fui responsável por duas turmas do 8º Ano, 8º A e 8º B, duas turmas do 9º Ano, 9º B e 9º C e duas turmas dos Cursos de Formação Profissional inseridos no Programa Formativo de Inserção de Jovens (PROFIJ), 1A - Curso: Cuidador de Crianças e Jovens e 2A - Curso: Empregado/a de Restaurante/Bar.

Os Cursos de Formação Profissional inseridos no PROFIJ assumem-se como um itinerário formativo promotor do sucesso educativo dos jovens e, ao mesmo tempo, como um instrumento que contraria o abandono escolar precoce, permitindo a manutenção de jovens no sistema educativo.

Para além do mencionado fui ainda Diretor de Turma do 9º C, sendo responsável desta forma pela Assembleia de Turma e pela Tutoria.

4.1 Dimensões da Avaliação Docente

O docente preparou e organizou as suas atividades letivas em linha com as orientações do departamento curricular e adequando-as aos alunos, promovendo experiências de aprendizagem inovadoras e articuladas com dispositivos de avaliação congruentes e funcionais.

A reflexão sobre a atividade docente realizada neste último ano letivo foi realizada de acordo com o disposto no Artigo 4.º do Decreto Regulamentar n.º 26/2012, de 21 de fevereiro. Desta forma a avaliação do desempenho do pessoal docente deve incidir sobre as seguintes dimensões:

1. Científica e pedagógica;
2. Participação na escola e relação com a comunidade;
3. Formação contínua e desenvolvimento profissional.

4.1.1 - A Dimensão Científica e Pedagógica

Os fatores profissional, social e ético estão interligados e deverão funcionar como um todo, observar e absorver os diferentes contextos, as diferentes realidades, as diferentes culturas por forma a otimizar todo o processo Ensino-aprendizagem.

Todas as crianças deverão ter acesso à Educação Física, perceber a sua importância, compreender como funciona o seu corpo e ter conhecimento dos seus benefícios e vantagens. A Educação Física é muito mais do que as aprendizagens motoras e a aptidão física, sendo fundamental fomentar um comportamento pessoal e social responsável, resiliente, de ajuda e de liderança.

O docente participou nas atividades do departamento curricular, contribuindo para o sucesso das atividades realizadas.

A importância da escola, enquanto entidade promotora não só de aquisições cognitivas, mas de uma cultura holística de bem-estar físico e psicológico, é reconhecida pela American Academy of Pediatrics (2000), para a qual são enunciadas várias recomendações, tais como:

“Fornecer ambientes físicos e sociais que incentivem e permitam o desenvolvimento de forma segura das atividades físicas; implementação da educação física e educação para a saúde através de currículos que estimulem a participação de forma agradável dos alunos em atividades físicas, no sentido de desenvolver conhecimentos, atitudes, habilidades motoras e a confiança necessária para a adoção de estilos de vida fisicamente ativos.” (American Academy of Pediatrics [AAP], 2000, p.1156)

Tendo em consideração o aumento significativo de fatores relacionados com a obesidade, sedentarismo e toxicodependência é de extrema importância que, no âmbito da disciplina de Educação Física, promovam-se momentos de atividade física, competição desportiva e convívio entre toda a comunidade escolar. Revelando espírito de equipa e solidariedade o Docente empenhou-se e participou nas diversas atividades da EBI da Maia, nomeadamente no rastreio do Índice de Massa Corporal (IMC), na organização do Corta – Mato escolar e na Maratona de Futsal.

Segundo Nóvoa “as instituições adquirem uma dimensão própria, enquanto espaço organizacional onde também se tomam importantes decisões educativas, curriculares e pedagógicas” (Nóvoa, 1992, p.15)

Um professor é e será sempre um eterno aprendiz onde a procura e a formação deverão ser uma constante e uma premissa não só para o seu desenvolvimento mas também para o desenvolvimento dos discentes. Deverá estar consciente e passar uma mensagem positiva, competente e respeitosa. Na verdade deveremos ser um exemplo a seguir, um meio para que as jovens crianças possam criar as bases necessárias para poderem voar, para poderem atingir os seus objetivos.

1 - Preparação e Organização das Atividades Letivas

Na origem de todo o processo de ensino – aprendizagem está presente a noção de planeamento, na medida em que este deve ser visto como a base fundamental da estruturação de todo o processo letivo.

O planeamento deve ser elaborado ainda numa fase embrionária do ano letivo onde é necessário fazer uma previsão do trabalho a ser realizado, previsão essa que será o elo orientador de toda a ação. A previsão surge assim como uma necessidade, pois tratando-se de um processo complexo e de responsabilidade, não pode ocorrer de forma improvisada e aleatória.

Podemos então referir que o planeamento é um instrumento central para a eficácia da intervenção do professor, contribuindo significativamente para a melhoria do processo de ensino aprendizagem.

Para podermos planear tornou-se indispensável a realização das seguintes tarefas:

1. Analisar o programa nacional de Educação Física de forma a estabelecer os objetivos prioritários de cada ano;
2. Analisar as condições materiais, inventariando, caracterizando e potencializando os meios disponíveis;
3. Organizar e gerir os recursos temporais, como número de horas semanais; intervalo entre aulas; etc.;
4. Conhecer e integrar-se na estrutura humana presente no espaço escolar, organizar e gerir os recursos existentes - Roulement;
5. Conhecer os critérios de avaliação, assim como as diferentes modalidades da mesma.

A metodologia de planeamento utilizada corresponde ao Planeamento por Etapas, isto é, a organização do ano letivo, em períodos de tempo mais reduzidos, essenciais tanto para a orientação como para a regulação do processo ensino-aprendizagem. Mais precisamente, foram contempladas no Plano Anual cinco etapas tendo por base as conclusões retiradas na primeira etapa denominada Receção e Orientação aos alunos. O objetivo desta primeira etapa foi portanto, a Avaliação Inicial. Seguiram-se as etapas Aprendizagem/Desenvolvimento, o Desenvolvimento/Consolidação, o Desenvolvimento/Aplicação e a Preparação do Ano Seguinte.

As etapas assumem características diferentes ao longo do ano, que variam com o objetivo do professor e a aprendizagem dos alunos. Ou seja, esta forma de Planeamento permitiu estabelecer objetivos intermédios com uma maior coerência e ao mesmo tempo, uma melhor condução do processo ensino aprendizagem, onde existe sempre uma clara noção da orientação a seguir.

Outra vantagem desta forma de planear o ano letivo foi sem dúvida o facto de as matérias serem abordadas, conforme os objetivos, as intenções do professor, suportado pelas necessidades e características dos alunos. E não uma “lecionação por blocos”, onde quem dirige e decide as matérias e o processo é o espaço onde as aulas decorrem, ou seja, um fator exterior aos alunos. Este tipo de planeamento evita também a existência de enormes espaços temporais, onde os alunos não têm aulas de determinadas matérias, ficando com imenso tempo para degradar, reduzir e perder as competências adquiridas.

A um nível mais específico, surgem as unidades didáticas dentro de cada etapa. Deste modo, cada uma possui três unidades didáticas: introdução, desenvolvimento e conclusão, respetivamente. A estrutura em questão relaciona-se novamente com a intenção de controlar de forma mais precisa, o processo ensino aprendizagem, através do estabelecimento de objetos

adequados aos alunos, da diferenciação de ensino, potenciando assim, a sua aprendizagem e o alcance das grandes metas de final de ano.

“A qualidade da aprendizagem dos alunos nas aulas de EF está relacionada com a qualidade do ensino. Por sua vez, a qualidade do ensino depende, em grande parte, da capacidade do Professor de EF construir um projeto pedagógico em que, por um lado, estabelece as finalidades da EF e, por outro lado, define e domina os meios necessários para as concretizar. Um ensino de qualidade em Educação Física está relacionado, portanto, com uma determinada dimensão moral e ética, e com uma dimensão técnica.” (Martins, et al., 2017, p. 54)

Assim, as Técnicas e Estratégias de Ensino utilizadas durante as aulas relacionaram-se diretamente com três fatores: Gestão, Instrução e Clima.

O Docente procurou sempre ser um “BOM Gestor”, proporcionando atividades diversificadas que conduzissem o aluno ao desafio e à permanente tentativa de autossuperação, aumentando desta forma o tempo potencial de aprendizagem e diminuindo os comportamentos de tarefa e indisciplina. Para isto foi fundamental a criação de rotinas de organização, das quais se destacam o rápido registo de presenças, a pontualidade do Professor e, por conseguinte, do aluno, a promoção de tarefas de execução rápida e de qualidade, a utilização de diferentes sinais de chamamento para diferentes situações, como exemplo, arrumar material, mudar de estação, arrumar material, paragem, etc., assegurando um comportamento dinâmico de entusiasmo e incitação nos momentos organizativos.

“A investigação no ensino em Educação Física demonstra que a organização é uma das variáveis mais consistentes quando se trata de analisar os professores mais eficazes (Carreiro da Costa, 1995; Siedentop & Tannehill, 2000)” (Martins, et al., 2017, p. 62)

Relativamente à Instrução houve um esforço para comunicar de forma clara e objetiva, privilegiando as demonstrações e o uso de material visual extra, como documentos de apoio e quadro pedagógico, assegurando sempre que o aluno conhecia o objetivo e a forma de realização das atividades. O questionamento era muitas vezes a melhor forma encontrada para perceber se os critérios de êxito da atividade tinham sido compreendidos. Por conseguinte realizaram-se feedbacks imediatos, prescritivos e relevantes, relativamente aos objetivos de aprendizagem, procurando não só individualizar cada aluno no momento da realização mas também realizando balanços no final e início das aulas.

Em relação ao Clima procurou-se sempre criar um bom clima de aula, promovendo a simpatia, amizade, compreensão e solidariedade entre os alunos. Para que estes se sentissem estimulados e confiantes o Docente tentou sempre quanto possível trabalhar em grupos de ensino diferenciado, criando objetivos diferentes para cada aluno de acordo com o seu nível. Ter sido Diretor da turma 9ºC permitiu-me atingir um grau de confiança elevado e uma relação diferente em relação às restantes turmas.

A planificação das aulas foi desta forma elaborada com coerência e correção, proporcionando atividades inclusivas, ecléticas e multilaterais adequando estratégias que

promovessem o máximo de empenhamento motor e o mínimo de comportamentos de indisciplina e fora de tarefa, respeitando o roulement e os recursos existentes.

Importa ainda referir que foi sempre tido em consideração a análise dos Planos Curriculares de Turma e Planos individuais na definição de estratégias citadas anteriormente, nomeadamente na procura de rotinas de organização e métodos de trabalho.

Relativamente à Avaliação procurou-se sempre realizar registos de observação dos alunos, de acordo com o departamento curricular da escola.

2 - Realização das Atividades Letivas

O docente realizou as suas atividades letivas com correção científica e pedagógica, promovendo experiências de aprendizagem significativas, inovadoras e de comprovada eficácia

O Docente procurou que as atividades letivas fossem sempre realizadas com rigor e correção científico-pedagógica, utilizando estratégias adequadas a cada aluno de forma a potencializar o sucesso ensino-aprendizagem. Desta forma todas as atividades letivas foram prognosticadas do simples para o complexo, decompondo o objetivo final em várias etapas, a saber, unidades didáticas e planos de aula, tendo sempre por base a avaliação inicial.

Existiu ainda um esforço e uma preocupação em desenvolver as capacidades físicas, nomeadamente através de circuitos de condição física e corridas em redor do espaço escolar.

3 - Cumprimento das Orientações Curriculares

O docente desenvolveu um trabalho aprofundado e contextualizado, cumprindo a globalidade das orientações curriculares, programáticas e planos fixados para os alunos.

Tendo em consideração que apenas existe uma aula de 90 minutos por semana nas aulas de currículo normal, os objetivos definidos foram reajustados de forma a serem desafiantes e motivadores, nunca esquecendo que o gosto pela atividade física e pela criação de hábitos de vida saudável é deveras importante no desenvolvimento multilateral da criança. Existiu sempre a preocupação em oferecer atividades diferenciadas de forma a potenciar o crescimento saudável dos jovens.

4 - Processo de Avaliação das Aprendizagens dos Alunos

Deste modo, a avaliação assume-se como um elemento integrante e regulador da prática educativa, permitindo a recolha de informações essenciais na tomada de decisões adequadas à promoção da qualidade das aprendizagens. A avaliação visa apoiar o processo educativo de modo a sustentar o sucesso de todos os alunos, certificar as várias aprendizagens e competências adquiridas pelo aluno e contribuir para a melhoria da qualidade do sistema educativo.

Os procedimentos de avaliação das aprendizagens seguidos pelo docente respeitam os documentos orientadores e estão adequados às necessidades dos alunos.

“Ao entendermos por avaliar o processo que nos permite «recolher e interpretar informações para tomar decisões», podemos identificar três tipos de informações diferentes que estão na origem de decisões com propósitos distintos:

- quando, no início do ano, queremos saber o que é que os nossos alunos «podem» aprender, situamo-nos no quadro da avaliação inicial e na dimensão projectiva da nossa intervenção, está em causa a orientação do processo de ensino-aprendizagem;
 - quando, ao longo do ano, recolhemos informações que nos permitem ajuizar da forma como os alunos estão, realmente, a aprender, o nosso propósito é o de, no quadro da avaliação formativa, regular o processo de ensino-aprendizagem aproximando-o da direção definida.
 - quando está em causa uma decisão de classificação dos alunos em função do grau de consecução dos objectivos, estamos no domínio da avaliação somativa.”
- (Carvalho, L., 1994, p. 136,137)

Com base no referido em cima, o processo de avaliação das aprendizagens dos alunos foi realizado de acordo com os critérios definidos pelo Departamento, com uma base comum constituída por Avaliação Inicial, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa.

A Avaliação Inicial, diagnóstica e prognóstica, foi realizada sempre no primeiro contacto com as turmas e teve como objetivo analisar as aptidões dos alunos em cada matéria, constatando as suas dificuldades gerais, como matérias em que todos os alunos apresentam dificuldades, bem como dificuldades específicas de cada aluno em matérias particulares, definindo assim o grau de exigência e as prioridades de desenvolvimento.

A Avaliação Formativa, geralmente designada por avaliação contínua, teve lugar em todas as aulas de modo informal, sendo resultado da interação do aluno com o professor, com os colegas e com o próprio, revelando-se nos desafios colocados, nos feedbacks, nas decisões relativas aos problemas de disciplina, etc. Desta forma foi possível uma informação permanente ao aluno, diretor de turma e encarregado de educação da sua prestação nas diferentes matérias. Este acompanhamento permitiu-me refletir sobre a atividade letiva e adaptar as metodologias de ensino às diferenças individuais observadas na aprendizagem.

A Avaliação Sumativa foi efetuada com base nos critérios/parâmetros de avaliação definidos pelo departamento e teve como objetivo ser um reflexo justo do desempenho dos alunos no processo de ensino - competências motoras, qualidades físicas, conhecimentos e atitudes e valores - ao longo do período de aprendizagem, no que à consecução de objetivos diz respeito.

Considero o processo de avaliação um momento muito exigente e delicado do processo ensino-aprendizagem. Desta forma:

“A Avaliação tem sempre uma forte componente subjectiva.

- Na Educação Física, no domínio da avaliação das aprendizagens motoras essa componente agrava-se pela ausência de produtos permanentes de avaliação (testes escritos, fichas, etc.)
- O nosso instrumento de avaliação por excelência é a OBSERVAÇÃO! Duas pessoas a olhar, olham, inevitavelmente, de maneira diferente.
- Assumir a subjectividade não significa renunciar à objectividade e rigor da avaliação. Não equivale a deixar de preparar e planificar cuidadosamente a avaliação.
- O rigor (pedagógico) está associado à validade daquilo que se avalia, trata-se de avaliar aquilo que é crítico e importante no percurso de aprendizagem dos alunos.

- Rigor não significa «pormenor», mas sim «pormaior» ie, escolher aquilo que é importante, o que se avalia e quem se avalia.
- A objectividade é «garantida» pela escolha criteriosa das situações de avaliação, pela definição de critérios e indicadores de observação precisos, pela quantidade de informações recolhidas e pelos resultados da auto e hetero-avaliação dos alunos.” (Carvalho, L., 1994, p. 151).

5 - Desenvolvimento de práticas conducentes à melhoria do desempenho escolar tendo em conta o contexto socioeducativo do aluno

O docente demonstrou ter desenvolvido práticas conducentes a uma melhoria significativa do desempenho escolar dos alunos.

Na EBI da Maia, onde o meio socioeconómico envolvente é médio-baixo, o docente procurou saber mais sobre os seus gostos e hábitos desportivos bem como das suas expectativas para com a disciplina de Educação Física, de forma a poder proporcionar atividades adequadas e estimulantes. A realização de caminhadas na natureza, em parceria com outras disciplinas, foi uma estratégia utilizada para dinamizar e motivar os alunos.

4.1.2 - Participação na Escola e Relação com a Comunidade Escolar

Existiu logo desde o início do ano letivo uma boa relação dos alunos e do Professor com toda a comunidade escolar. Esta foi melhorando ao longo dos meses de trabalho. Houve uma permanente partilha de conhecimento entre os alunos de outras turmas, nomeadamente, turmas do Professor Luís Silva quando existia partilha do mesmo espaço, nomeadamente através de torneios e desafios, e os alunos das minhas turmas. Desta forma foi possível manter os níveis de motivação sempre elevados o que permitiu atingir os objetivos propostos no início do ano.

Existiu sempre uma boa dinâmica entre mim e o pessoal não docente, nomeadamente as funcionárias do pavilhão, o que permitiu que existisse sempre um enorme respeito e o cumprimento das normas de funcionamento.

Participei ainda, juntamente com os colegas de departamento de Educação Física, na organização do torneio de futsal que teve bastante adesão e foi um sucesso.

1 - Diretor de Turma

Segundo os autores Vaz & Lemos, é necessário a existência na escola de alguém que atue como “agente catalisador de um sistema de relações interpessoais favorável aos alunos” (Vaz, J.P. & Lemos, F.F., 1991, p. 5). Desta forma, cabe ao diretor de turma assumir este papel, por forma a conseguir responder a tal necessidade, uma vez que o mesmo apresenta uma relação de maior proximidade com os alunos, encarregados de educação e restantes professores do conselho de turma, ou seja, encontra-se numa posição privilegiada para facilitar esse processo.

O papel do Diretor de Turma na prossecução dos objetivos é cada vez mais importante e evidente, na medida, em que a escola se caracteriza cada vez mais pela impessoalidade e pelo isolamento. Torna-se muito importante, relevante e pertinente promover a comunicação e a entreajuda, criando e apoiando expectativas de sucesso.

Para uma grande parte da população o diretor de turma é a figura que, na escola, transmite informação e gere faltas. Hoje em dia, com a quantidade de horas que docentes e discentes passam nos estabelecimentos escolares, as relações que se estabelecem entre todas as estruturas e falta de tempo dos encarregados de educação para o devido acompanhamento dos seus educandos no dia-a-dia, são provas que desconstroem a informação anterior.

Ao longo de todo o ano letivo procurei manter contacto permanente estabelecendo uma tríade Professor – Aluno – Encarregado de Educação no sentido de potenciar todo o processo ensino- aprendizagem. Os contactos com os Encarregados de Educação eram semanais, efetuados maioritariamente por telefone e, em alguns casos, presencialmente. Salienta-se ainda o fato destes contactos serem também realizados para a passagem de um comportamento ou atitude positiva do discente e não somente nos casos negativos. Desta forma foi possível estabelecer um contacto estável, saudável e de cooperação.

Existia ainda a Assembleia de Turma que, não sendo semanal, é um espaço onde os alunos e professor reúnem e debatem as aprendizagens e as relações sociais que estabelecem enquanto grupo.

De acordo com Picanço:

“Hoje em dia existe cada vez mais a necessidade de a escola estar em perfeita sintonia com a família. A escola é uma instituição que complementa a família e juntas tornam-se lugares agradáveis para a convivência de todos. A educação constitui uma das componentes fundamentais do processo de socialização de qualquer indivíduo, tendo em vista a integração plena no seu ambiente. A escola não deveria viver sem a família nem a família deveria viver sem a escola. Uma depende da outra, na tentativa de alcançar um maior objetivo, qualquer um que seja, porque um melhor futuro para os alunos é, automaticamente, para toda a sociedade.”
(Picanço, 2012, p. 14)

2 - Professor Tutor

A Tutoria é a Orientação Educativa alicerçada na experiência docente e nas condições idóneas e humanas do professor. É com base na sua maturidade humana e na sua experiência educativa que o professor estabelece contactos com os alunos sob forma de entrevistas periódicas e sistemáticas:

1. Orientação Escolar: Vai ajudá-los e orientá-los na atividade académica
2. Orientação Pessoal: Vai acompanhá-los nos processos de aprendizagem e na maturação
3. Orientação Profissional: Vai encaminhá-los na escolha de estudos posteriores e na passagem para a vida ativa

A tutoria surge assim como uma consequência lógica da educação escolar, constituindo-se como uma tarefa habitual e uma obrigação formal de todo o professor: a orientação educativa não é apenas a missão de uma determinada classe de profissionais especializados ou de alguns professores com qualidades especiais: Ela é um elemento inerente e inseparável do processo educativo e portanto essencial.

4.1.3 - Formação Profissional ao longo da Vida

O docente participou, com aproveitamento, em ações de formação contínua na sua área específica de docência ou centradas na escola e nos contextos profissionais de trabalho, nos termos do Estatuto da Carreira Docente na Região Autónoma dos Açores (RAA).

A formação tem sido uma constante ao longo do meu percurso profissional conforme é referido na apresentação pessoal.

Neste último ano Letivo participei, com aproveitamento, na formação na área do Yoga, nomeadamente um curso de aprofundamento extensivo do mesmo, e fiz uma formação creditada “Educar com o Kahoot e dar voz aos alunos com o Flipgrid (3.^a edição)”.

5. Considerações finais

Ao longo do Período de acompanhamento foi possível cumprir na sua globalidade as tarefas propostas, cumprindo os objetivos do Planeamento inicial nas áreas abordadas. Não obstante, foram desenvolvidas rotinas de trabalho das diferentes capacidades físicas que permitiram melhorar a saúde e condição física dos alunos. Os alunos permaneceram motivados ao longo do ano letivo e o resultado foi positivo, não existiu nenhuma negativa, todos os alunos tiveram sucesso na disciplina de Educação Física.

Relativamente à turma do nono ano, turma C, a minha direção de turma, existiu desde o início um excelente trabalho de comunicação entre alunos, encarregados de educação e restantes professores do conselho de turma.

Após refletir sobre todo este ano letivo percebo que tive alguma dificuldade em controlar os comportamentos desviantes da maioria dos alunos da turma na maior parte das disciplinas. A maior parte deles não tinha regras nem motivação para frequentar a escola e o acompanhamento dos encarregados de educação era inicialmente baixo, mesmo na Educação Física. Foi uma caminhada dura e longa mas, com o apoio das Comissões de Proteção de Crianças e Jovens, psicólogos, conselho de turma, conselho executivo e com a insistência em recuperar os encarregados de educação para o ambiente e realidade escolar foi possível controlar e orientar estes alunos no caminho do sucesso. As sessões de acompanhamento tutorial foram muito positivas, todos os alunos subiram as suas notas e melhoraram os seus comportamentos não existindo nenhuma retenção. Considero no global que os objetivos foram atingidos.

6. Bibliografia

- American Academy of Pediatrics. (2000). *Physical fitness and activity in schools*. *Pediatrics*, 105, 1156-1157.
- Canário, R. (2005). *O que é a escola? Um olhar sociológico*. Porto: Porto Editora.
- Carvalho, L. (1994). *Avaliação das aprendizagens em Educação Física*. *Boletim da SPEF*, 10-11, 135-151.
- Decreto Regulamentar n.º 26/2012, de 21 de fevereiro. Ministério da Educação e Ciência.
- Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho. [Gabinete do Secretário de Estado da Educação](#) [GSEE].
- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J. & Carvalho, L. (2001). *Programa Nacional de Educação Física (reajustamento)*. Lisboa: Ministério da Educação.
- Lemos, F. & Vaz, J. (1991). *O director/orientador de turma no apoio às dificuldades curriculares*. *O Professor*, 15.
- Martins, J., Gomes, L., & Carreiro da Costa, F. (2017). *Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade*. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade* (pp. 53-82). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.
- Nóvoa, A. (1992). *Os professores e a sua formação*. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- Pacheco, J. A. (2001). *Currículo: Teoria e Práxis*. Porto: Porto Editora.
- Picanço, A. (2012) *A Relação entre Escola e Família – As Suas Implicações no Processo de Ensino-Aprendizagem*. Tese apresentada na Escola Superior de Educação João de Deus, para a obtenção do Título de Mestre em Supervisão Pedagógica, sob a orientação do Professor Doutor José Maria de Almeida, Lisboa.