

Data: 16/09/2025

Reflexão de aula N° 2

Sendo esta a minha primeira experiência na elaboração de um planeamento anual, com base no mapa de instalações fornecido aos professores do departamento de Educação Física, deparei-me com a realidade e as dificuldades que este processo implica.

Ainda com alguma dificuldade em definir as matérias a abordar em cada aula, procurei organizar uma prática distribuída, com o objetivo de trabalhar pelo menos seis matérias, para que fosse possível avaliar os alunos no final do período. Assim, consegui planear e decidir as modalidades a lecionar ao longo do ano letivo.

Para esta aula, o espaço atribuído foi o ginásio, onde optei por trabalhar ginástica de solo, deixando a ginástica de aparelhos para a próxima aula. Só na prática percebi a dificuldade que é avaliar todos os alunos de modo a colocar a turma num nível. De facto, a avaliação diagnóstica revelou-se um desafio. Ainda assim, foi possível verificar que, de forma geral, a turma se encontra num nível introdutório, embora alguns alunos tenham apresentado maiores dificuldades técnicas.

No que toca à organização, considero que a aula correu de forma positiva e consegui fazer uma avaliação satisfatória. Para as próximas aulas, pretendo melhorar o ambiente da aula, torná-lo mais positivo e investir numa boa relação com os alunos.

Notei também que a turma não se relaciona muito, o ambiente foi calmo, mas pouco participativo. Os alunos não conversaram nem demonstraram divertimento, o que me faz perceber que será importante adotar estratégias para tornar as aulas mais dinâmicas e promover a interação entre eles. Pretendo que, através das minhas aulas, a turma se torne mais unida e aprenda a trabalhar em conjunto.

Outro aspeto que observei foi o medo que muitos alunos tiveram em experimentar os exercícios, preferindo não os realizar. Isto mostrou-me que devo dar mais atenção à segurança, de forma a transmitir confiança. Apesar da escola dispor do praticável, reconheço que poderia ter utilizado colchões para reduzir o receio dos alunos e criar um ambiente mais seguro.

Além disso, percebi que uma aluna estava lesionada e ficou apenas a observar. Apesar de se tratar de uma aula diagnóstica, compreendo que poderia ter-lhe atribuído alguma tarefa que a mantivesse envolvida na aula.

De uma forma geral, esta experiência fez-me refletir sobre a importância de adaptar a aula às necessidades da turma, garantindo segurança, motivação e oportunidades de participação para todos.

Acredito que com estratégias de progressão adequadas e atividades que respeitem o ritmo de cada aluno será possível desenvolver gradualmente as capacidades da turma.

Tendo em conta esta visão, a próxima aula que irei lecionar será a continuação da ginástica, mas neste caso de aparelhos, onde pretendo começar com um exercício mais lúdico para despertar o interesse dos alunos e envolvê-los mais desde o início. Com isto, espero criar um ambiente mais participativo, motivador e favorável à aprendizagem.