

Data: 03/10/2025

Reflexão de aula N° 7

Na presente aula realizei a avaliação diagnóstica de futebol. Desde o início percebi que a motivação dos alunos para esta modalidade não é muito elevada. Ainda assim, com a utilização de estratégias dinâmicas e, principalmente, de exercícios lúdicos, consegui que participassem e mostrassem algum interesse, tal como já tem vindo a acontecer nas aulas anteriores.

Um dos pontos que considero ter corrido bem foi a gestão da organização dos exercícios. Era uma das minhas preocupações para esta aula, pois não queria perder tempo na preparação e transição entre tarefas. Para isso, adotei a estratégia de ir preparando o material para o exercício seguinte enquanto os alunos ainda estavam a realizar o anterior. Esta abordagem revelou-se eficaz sem momentos de espera desnecessários. Procurei sempre minimizar ao máximo o tempo de espera entre tarefas, garantindo que a aula se mantinha dinâmica.

A desmotivação da turma para a prática de Educação Física é uma característica que infelizmente é real, mas que encaro como um desafio positivo para mim. No exercício final, o jogo 5x5, propus aos alunos que formassem equipas com um capitão e que escolhessem um nome para a equipa. O objetivo foi começar a implementar o MED (Modelo de Educação Desportiva), que pretendo utilizar como forma de organização das aulas. Através deste modelo, quero providenciar aos alunos uma estrutura que os envolva mais ativamente, promovendo o sentido de equipa, de responsabilidade e de participação ao longo do processo.

Na parte do jogo, decidi diminuir o espaço, pois inicialmente tinha pensado em jogos com campos mais amplos, mas rapidamente notei que isso poderia prejudicar a dinâmica, já que a bola sairia mais vezes e o jogo seria constantemente interrompido.

No que diz respeito ao nível de jogo, identifiquei que, de forma geral, a turma se encontra num nível elementar. Apesar de ainda existirem alguns erros técnicos básicos que condicionam a fluidez do jogo, os alunos demonstraram compreender as regras e reconhecer as funções dentro do campo.

De um modo geral, considero que a aula correu bem. Consegui avaliar os alunos, perceber as suas dificuldades e a partir desta avaliação, será agora importante construir

uma unidade didática focada nos princípios de contenção, penetração e cobertura, para que os alunos possam desenvolver as bases do jogo e melhorar o seu desempenho de forma progressiva.