

**Data: 07/11/2025**

**Reflexão de aula N° 17**

Na presente aula, estava previsto lecionar badminton, mas devido ao encerramento temporário do pavilhão para obras, não foi possível realizar essa aula. Como já tinha conhecimento antecipado dessa situação, decidi planejar uma alternativa e lecionar futebol. Esta aula corresponde à aula número 5/11 da unidade didática, e tendo em conta que anteriormente não consegui lecionar a aula número 4 devido às condições climáticas, optei por repor essa sessão na aula anterior e dar continuidade nesta.

Desta forma, consegui manter a coerência e a sequência da unidade didática, sem deixar nenhum conteúdo por lecionar.

Reconheço que esta aula não correu da melhor forma desde o início. O primeiro exercício, de aquecimento, decorreu bem e os alunos mostraram-se participativos, mas a partir do momento em que comecei os exercícios com conteúdos mais específicos, as coisas começaram a correr menos bem. Quando passei do primeiro exercício, em que os alunos estavam organizados em equipas, para o segundo, a dinâmica alterou-se bastante, e no terceiro exercício voltei a precisar das mesmas equipas. Percebo agora que poderia ter mantido essa organização desde o início, o que teria facilitado a transição e poupado tempo.

Durante a aula, senti algumas dificuldades em manter a concentração, e isso refletiu-se na forma como expliquei as tarefas. As explicações foram longas e pouco objetivas, o que resultou em muita perda de tempo de exercitação. Também percebi que tinha planeado exercícios a mais para o tempo disponível. Com as explicações mais demoradas e as transições entre tarefas, os alunos acabaram por ter pouco tempo de empenhamento motor, e acabei por não conseguir realizar um dos exercícios previstos no plano.

Esta aula fez-me perceber que preciso de melhorar o planeamento, sobretudo na definição dos tempos e da sequência das atividades. Por vezes, menos é mais é preferível ter menos exercícios, mas bem consolidados que promovam o tempo de empenhamento motor dos alunos, do que tentar fazer tudo e acabar por perder qualidade na execução. Apesar de não ter corrido como esperava, encaro esta aula como uma oportunidade de aprendizagem e uma forma de perceber melhor como ajustar a minha prática para que as

próximas aulas sejam mais organizadas e eficazes. Estas falhas ajudaram-me a perceber que o erro também faz parte do processo e que é através dele que me torno uma mais confiante e preparada para lidar com os desafios do ensino.