

Data: 21/11/2025

Reflexão de aula N° 21

Nesta aula lecionei badminton e, sendo esta a última aula antes da avaliação sumativa, decidi focar-me nas sequências de batimentos que os alunos irão realizar na avaliação final. Ao longo da aula, pude observar novamente a grande evolução dos alunos: conseguem realizar os batimentos com muito mais segurança e começam a demonstrar capacidade para decidir quando utilizá-los no jogo, algo que no início da unidade era praticamente inexistente. Esta progressão deixa-me bastante satisfeita, pois mostra que todo o trabalho feito ao longo das aulas está a dar bons resultados.

Aproveitei também esta aula para realizar os últimos dois testes de aptidão física do FitEscola: os abdominais e a flexibilidade de ombros. Com estes, concluo todos os testes previstos para este período. Os resultados foram razoáveis, embora exista margem para melhoria algo que espero desenvolver ao longo do ano, integrando pequenas tarefas de desenvolvimento da aptidão física em todas as aulas.

Um aspeto que apenas percebi mais tarde foi que, nesta aula, deveria ter exercitado novamente o drive, que tinha sido introduzido na aula anterior. Por lapso, esqueci-me de o incluir nos exercícios práticos. Os alunos não tiveram oportunidade de o treinar, mas no final da aula reforcei o conteúdo verbalmente e esclareci a sua importância. Além disso, é um batimento que poderá surgir no teste escrito, podendo assim avaliar o conhecimento teórico mesmo não tendo sido exercitado nesta aula específica.

De um modo geral, considero que a aula correu bem. Os alunos estiveram empenhados, senti que consolidaram os conteúdos necessários para a avaliação e consegui cumprir os objetivos essenciais da aula. Este pequeno lapso no planeamento fez-me perceber a importância de rever cuidadosamente cada detalhe antes das aulas, mas também me mostrou que, mesmo quando algo falha, é possível ajustar e garantir que os alunos não ficam prejudicados.