

Data:23/01/2026

Reflexão de aula N° 33

Nesta aula dei continuidade ao trabalho de preparação das coreografias para a avaliação sumativa. De um modo geral, as coreografias estão a evoluir de acordo com o que era pretendido, o que me permite perceber que os alunos compreenderam os objetivos da tarefa e sabem o que lhes é pedido. Este acompanhamento mais próximo do trabalho em grupo tem sido importante para perceber como cada grupo está a organizar ideias e a tomar decisões.

Notei que, apesar de os alunos demonstrarem algum receio em incluir os elementos de solo nas coreografias, a existência de diferentes níveis de aprendizagem acabou por ser uma mais-valia. Esta estratégia permitiu que cada grupo incluísse os elementos de acordo com as suas capacidades, sem se sentir pressionado a executar elementos para os quais ainda não se sente preparado. Esta situação fez-me refletir sobre a importância de diferenciar tarefas, sobretudo numa modalidade como a ginástica, onde o medo e a insegurança podem condicionar bastante a participação dos alunos.

Considero que os pontos mais fortes das coreografias estão relacionados com a ginástica acrobática, área onde os alunos se mostram mais confiantes e motivados. Ainda assim, tendo em conta o número reduzido de aulas disponíveis para a prática da ginástica, considero positivo que os alunos tenham conseguido perceber o processo de evolução dos elementos de solo. Para mim, mais importante do que a qualidade técnica final é o facto de os alunos compreenderem como devem praticar para melhorar.

O facto de a coreografia permitir liberdade de escolha, partilha de ideias e tomada de decisões em grupo tem contribuído para uma maior envolvimento dos alunos na aula. Sinto que esta abordagem ajuda os alunos a olhar para a ginástica de uma forma mais positiva, menos rígida e mais criativa, o que se reflete no empenho demonstrado ao longo da aula. Esta experiência reforça a minha convicção de que dar espaço aos alunos para participarem ativamente no processo de aprendizagem pode ser determinante para o sucesso da aula e para a forma como encaram a modalidade.