

Diário de Bordo

Março

05/03/2026 Formação HIV

Neste dia acompanhei a turma da minha colega estagiária a uma formação dedicada ao tema do HIV. Considero que este foi um tema muito pertinente, especialmente para alunos do ensino secundário, uma vez que aborda questões relacionadas com a saúde, a prevenção, a responsabilidade e a tomada de decisões conscientes. Este tipo de formação permite esclarecer dúvidas, combater mitos e preconceitos ainda existentes e sensibilizar os alunos para a importância de adotarem comportamentos seguros e informados.

O impacto deste tema numa turma de secundário pode ser bastante significativo, pois os alunos encontram-se numa fase de desenvolvimento em que começam a ter maior autonomia e necessidade de informação credível sobre temas relacionados com a saúde. A abordagem destes conteúdos em contexto escolar contribui para a formação de jovens mais conscientes, responsáveis e preparados para fazer escolhas informadas, promovendo também o respeito por si próprios e pelos outros.

Enquanto professora de Educação Física, considero importante acompanhar este tipo de formações, uma vez que a disciplina está diretamente relacionada com a promoção de estilos de vida saudáveis e com o desenvolvimento integral dos alunos. O professor de Educação Física pode desempenhar um papel relevante no reforço destas mensagens, incentivando hábitos saudáveis, comportamentos responsáveis e um ambiente de respeito e confiança. Assim, este tipo de iniciativas contribui não só para a educação para a saúde, mas também para a formação pessoal e social dos alunos.

27/03/2026 Torneio Interturmas Voleibol 4x4

Neste dia realizou-se o torneio interturmas de voleibol 4x4, cuja organização ficou ao nosso cargo dos estagiários do Porto, uma vez que os estagiários da Universidade da Madeira não participaram nesta edição. Tivemos a responsabilidade de organizar todo o

evento, desde a elaboração do cartaz e da ficha de inscrição até à preparação de toda a logística necessária, como o material, o calendário de jogos, a gestão do tempo, a pontuação e a música ambiente. De forma geral, considero que o torneio correu muito bem, sem qualquer tipo de constrangimento, o que demonstrou uma boa organização e cooperação entre todos os envolvidos. Estes torneios interturmas já são uma tradição da escola, realizando-se habitualmente no último dia de aulas de cada período, proporcionando momentos de convívio, competição saudável e promoção da prática desportiva.

No entanto, este evento levou-me também a refletir sobre a importância da divulgação e da sensibilização dos alunos para a participação nestas atividades. Por exemplo, verifiquei que não houve participação de turmas de 12º ano, o que pode estar relacionado com o facto de apenas duas turmas desse ano terem aulas à sexta-feira, dia em que o torneio se realizou. Para além disso, sendo o último dia de aulas, muitos alunos acabam por não estar presentes ou não demonstrar tanto interesse em participar. Considero que, para promover este tipo de eventos, é fundamental garantir que a informação chegue de forma mais eficaz aos alunos, não apenas através da colocação de cartazes na escola, mas também através do incentivo direto por parte dos professores de Educação Física junto das suas turmas. Esta reflexão fez-me perceber que a organização de atividades não passa apenas pela logística do evento, mas também pela forma como conseguimos motivar e envolver os alunos, de modo a aumentar a participação e o sucesso destas iniciativas.

30/03/2026 Reunião de Avaliação com os Professores

Neste dia realizou-se a reunião de avaliação do 2º período com os restantes professores da turma. De forma geral, todos concordámos que a turma apresentou melhorias em alguns aspetos, nomeadamente ao nível da participação e do empenho. No entanto, verificou-se que alguns alunos continuam a demonstrar pouca participação nas aulas e algum receio em intervir oralmente perante a turma. Foram também analisados alguns casos de alunos com elevado número de faltas, incluindo faltas em momentos de avaliação importantes, o que acaba por prejudicar o seu aproveitamento escolar. Perante estas situações, foram definidas medidas universais com o objetivo de apoiar os alunos e promover a melhoria do seu desempenho.

Considero estas reuniões muito importantes, pois permitem trocar opiniões sobre os alunos e perceber como está a ser o seu percurso nas diferentes disciplinas, contribuindo para uma visão mais global do seu desenvolvimento. A minha participação nestes momentos é fundamental enquanto professora estagiária, pois permite-me compreender melhor as características da turma, identificar dificuldades comuns e refletir sobre estratégias que possam contribuir para a melhoria do processo de ensino-aprendizagem. Para além disso, ouvir a perspetiva dos outros professores ajuda-me a perceber diferentes formas de lidar com determinadas situações e a desenvolver uma prática pedagógica mais consciente e fundamentada.

Estes momentos de partilha e reflexão permitem também reforçar a importância do trabalho colaborativo entre professores, essencial para acompanhar os alunos de forma mais eficaz e coerente. Para mim, participar nestas reuniões ajuda-me a refletir sobre o percurso dos alunos, a importância das medidas implementadas e o papel do professor enquanto elemento ativo na promoção do sucesso educativo.

31/03/2026 Reunião de Entrega de Avaliação aos EE

Neste dia, no âmbito das tarefas da direção de turma, realizámos a entrega das avaliações aos Encarregados de Educação da minha turma. Este é um momento de grande importância, pois representa uma oportunidade de comunicação direta com os pais, permitindo transmitir informações relevantes sobre o desempenho, comportamento e evolução dos alunos ao longo do período. Os Encarregados de Educação assumem um papel fundamental no percurso escolar dos alunos, sendo uma ligação importante entre a escola e o contexto familiar, o que torna essencial que estejam informados sobre a situação escolar dos seus educandos.

Para mim, enquanto professora estagiária, participar neste momento foi bastante significativo, pois permitiu-me desenvolver competências de comunicação com os pais, transmitindo informações de forma clara, objetiva e construtiva. Esta experiência levou-me a refletir sobre a importância de estabelecer uma relação de confiança e cooperação com os Encarregados de Educação, uma vez que o seu envolvimento pode ter um impacto positivo na motivação e no sucesso dos alunos. Considero que estes momentos reforçam a ideia de que o processo educativo é um trabalho conjunto entre escola e família, sendo

fundamental existir diálogo e articulação para promover o desenvolvimento acadêmico e pessoal dos alunos.

Reflexão Pessoal – 2º Período

O segundo período do meu estágio representou uma fase de consolidação de aprendizagens, marcada por uma maior segurança na minha intervenção pedagógica e por uma consciência mais clara das competências que tenho vindo a desenvolver. Comparativamente ao primeiro período, sinto que consegui ganhar maior confiança na condução das aulas, na gestão da turma e na forma como comunico com os alunos. Progressivamente, fui-me sentindo mais confortável no papel de professora, o que me permitiu focar não apenas na organização das tarefas, mas também na qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

Uma das capacidades que considero ter desenvolvido foi a gestão da aula, nomeadamente ao nível da organização do tempo, do espaço e do material, conseguindo criar aulas mais estruturadas e dinâmicas. Sinto também que evolui na forma como comunico com os alunos, procurando transmitir instruções de forma mais clara e objetiva, o que facilita a compreensão das tarefas propostas. A relação pedagógica que tenho vindo a construir com a turma é outro aspeto que considero positivo, pois tenho procurado criar um ambiente de respeito, confiança e motivação, incentivando os alunos a participarem e a superarem as suas dificuldades. Também a capacidade de adaptação tem sido uma competência em desenvolvimento, uma vez que percebo cada vez mais que aquilo que é planeado nem sempre corresponde ao que acontece na prática, sendo necessário ajustar estratégias em função das necessidades e características dos alunos.

Apesar das evoluções sentidas, reconheço que existem ainda capacidades que pretendo continuar a desenvolver para me tornar uma professora de Educação Física mais completa. Considero que a diferenciação pedagógica é um dos aspetos que ainda posso melhorar, procurando adaptar as tarefas de forma mais eficaz aos diferentes níveis de desempenho dos alunos, garantindo que todos tenham oportunidade de evoluir. Também a avaliação continua a ser um desafio, especialmente no que diz respeito à tomada de decisões justas e coerentes, integrando os diferentes critérios de forma equilibrada. Acredito que com a experiência irei aperfeiçoar a minha capacidade de observar de forma mais criteriosa e fundamentar melhor as minhas decisões avaliativas.

Outra competência que pretendo continuar a desenvolver prende-se com a minha capacidade de intervenção pedagógica durante a aula, nomeadamente ao nível do feedback que dou aos alunos, procurando que seja cada vez mais específico, útil e ajustado às necessidades de cada um. Pretendo também investir na minha capacidade de promover maior autonomia nos alunos, incentivando-os a assumir um papel mais ativo no seu processo de aprendizagem.

. Sinto que tenho evoluído de forma positiva, mas também tenho consciência de que o processo de aprendizagem enquanto futura docente é contínuo e exige reflexão constante sobre a prática. Para o próximo período, pretendo continuar a investir no meu desenvolvimento profissional, procurando melhorar os aspetos que ainda considero mais frágeis, com o objetivo de me tornar uma professora mais segura, competente e capaz de promover aprendizagens significativas nos meus alunos.