

## **Diário de Bordo**

### **Junho**

#### **05/06/2026 Última Aula do Ano Letivo**

A última aula com a minha turma residente acabou por ser muito mais do que uma simples aula de encerramento do ano letivo. Curiosamente, aconteceu exatamente no mesmo espaço onde tinha dado a primeira aula. Assim que entrei naquele local, foi impossível não me lembrar desse primeiro contacto com a turma. Lembro-me de uma turma bastante reservada e pouco comunicativa, o que me gerou altura receio e muitas dúvidas sobre a forma como seria o resto do ano. Questionava-me se conseguiria criar uma boa relação com eles, motivá-los e deixar uma marca positiva no seu percurso.

Hoje, olhando para trás, sinto exatamente o contrário. Sinto orgulho, felicidade e uma enorme sensação de realização. Aquela turma que inicialmente me parecia distante tornou-se uma turma com a qual construí uma relação de proximidade, confiança e respeito. Ao longo do ano fomos construindo uma relação de confiança, conheci cada aluno muito para além daquilo que demonstrava nas primeiras aulas e fui percebendo as suas personalidades, dificuldades, capacidades e formas de estar. Ao longo deste ano fomos crescendo juntos e, sem me aperceber, aqueles alunos passaram a fazer parte da minha rotina e da minha identidade enquanto professora.

Nesta última aula realizámos a autoavaliação. No entanto, para mim, esse momento foi muito mais do que uma atribuição de níveis ou classificações. Fiz questão de conversar individualmente com cada aluno e de lhes perguntar o porquê das suas respostas. Sempre gostei de perceber a forma como os alunos se veem a si próprios, como interpretam o seu percurso e quais as razões que os levam a considerar que estiveram a determinado nível. Essas conversas permitiram-nos fazer uma retrospectiva do ano, não apenas daquilo que aprenderam ou conseguiram fazer nas aulas, mas também do tipo de alunos que foram ao longo deste percurso.

Uma das ideias que procurei transmitir desde o início foi que valorizava acima de tudo o empenho. Mais importante do que conseguir à primeira, era tentar. Sempre dei valor ao aluno que dizia "não consigo, mas vou tentar" e que demonstrava vontade de melhorar, mesmo perante as dificuldades. Por isso, ouvir alguns alunos reconhecerem o seu esforço, a sua evolução e os desafios que ultrapassaram foi particularmente gratificante.

Sendo uma turma de 12.º ano, esta aula teve também um significado especial para eles. Não representava apenas o fim de mais um ano letivo, mas sim o encerramento de uma etapa importante das suas vidas. Foi estranho pensar que esta poderá ter sido uma das últimas aulas de Educação Física de muitos deles. Ao ouvi-los refletir sobre o seu percurso, também eu fui refletindo sobre o impacto que os professores têm na vida dos seus alunos. Muitas vezes não temos verdadeira noção da influência que exercemos, mas acredito que as relações que construímos, as palavras que dizemos e os valores que procuramos transmitir permanecem muito para além das aulas.

Saí desta última aula com um misto de emoções. Por um lado, a felicidade de olhar para tudo aquilo que foi construído ao longo do ano; por outro, a nostalgia de perceber que um ciclo chegou ao fim. Foi uma aula marcada pela reflexão, pelas memórias e pela consciência de que o receio que senti no primeiro dia deu lugar a um sentimento de orgulho e gratidão. Se no início tinha dúvidas sobre aquilo que conseguiria fazer com esta turma, hoje tenho a certeza de que crescemos juntos e de que este será um dos momentos que levarei comigo para o futuro.

### **05/06/2026 Torneio Interturmas Futebol 5x5**

O torneio interturmas de futebol foi, provavelmente, a atividade em que senti mais de perto os desafios associados à organização de eventos escolares. De todos os torneios em que estive envolvida ao longo do ano, este foi claramente o que gerou mais conflitos, algo que, na minha opinião, está muito relacionado com a própria modalidade.

Ao longo do torneio surgiram algumas discussões e situações de conflito, sobretudo relacionadas com resultados, decisões tomadas durante os jogos e questões regulamentares. Houve até casos em que algumas equipas tiveram de ser desclassificadas por integrarem elementos que não pertenciam à escola.

Para além disso, este foi também o torneio que exigiu maior logística. A enorme adesão dos alunos obrigou a um trabalho de organização muito mais exigente, desde a elaboração do calendário de jogo à gestão dos horários, dos espaços e de todos os recursos necessários para que os jogos decorressem da melhor forma possível. Foi necessário encontrar soluções para alguns imprevistos e garantir que tudo funcionava de forma organizada.

Apesar dos desafios, considero que o balanço final foi bastante positivo. A participação dos alunos foi impressionante e demonstrou a importância que este tipo de iniciativas tem na vida escolar. Ver tantos alunos envolvidos, a apoiar as suas turmas e a viver o torneio com entusiasmo fez com que todo o trabalho realizado valesse a pena. Esta experiência permitiu-me perceber que organizar um torneio vai muito além da gestão dos jogos. Exige capacidade de comunicação, tomada de decisão, gestão de conflitos e, acima de tudo, a capacidade de manter um ambiente justo e positivo, mesmo quando surgem dificuldades.

Apesar de ter sido o torneio mais exigente e aquele onde surgiram mais desafios, foi também um dos que mais impacto teve junto dos alunos, tornando-se uma experiência bastante enriquecedora.

### **08/06/2026 Reunião de Avaliação com os Professores**

A reunião de avaliação constituiu um importante momento de reflexão e partilha entre os professores da turma. Durante a discussão, foi consensual que, de uma forma geral, os alunos apresentaram um comportamento muito positivo ao longo do ano letivo, destacando-se pelo respeito demonstrado pelos professores, pela boa relação entre colegas e pela ausência de problemas disciplinares significativos. Este foi, sem dúvida, um dos aspetos mais valorizados por todos os docentes, contribuindo para um ambiente de aprendizagem tranquilo e favorável ao desenvolvimento das aulas.

No entanto, apesar deste comportamento adequado, vários professores referiram que nem sempre foi fácil promover uma participação ativa e consistente por parte dos alunos. Muitas vezes, foi necessário recorrer a diferentes estratégias para incentivar a intervenção nas aulas e aumentar o envolvimento nas atividades propostas. Esta questão levou-me a refletir sobre o facto de uma turma poder ser bastante correta em termos de comportamento, mas nem sempre demonstrar os níveis de participação que gostaríamos de observar.

Fez-me também compreender que o envolvimento dos alunos é um desafio constante e que exige do professor capacidade de adaptação, criatividade e reflexão permanente sobre a sua prática.

Esta reunião reforçou ainda a importância do trabalho colaborativo entre professores. A troca de opiniões e experiências permitiu-me conhecer melhor os alunos noutras disciplinas e compreender aspetos que, por vezes, não são tão evidentes dentro da nossa área de intervenção. Considero que estes momentos são fundamentais para construir uma visão mais completa dos alunos e para apoiar decisões pedagógicas mais adequadas e fundamentadas.

### **09/06/2026 Reunião de Entrega de Avaliação aos EE**

A reunião de entrega de avaliação aos encarregados de educação para além de permitir o contacto direto com as famílias, proporcionou-me uma oportunidade de perceber de que forma o trabalho desenvolvido ao longo do ano foi sentido pelos alunos e pelos seus encarregados de educação.

Algo que me marcou particularmente foi o facto de vários pais já saberem quem eu era através dos comentários feitos pelos próprios alunos em casa. Muitos encarregados de educação referiram que os seus educandos falavam frequentemente das aulas de Educação Física e das atividades realizadas, o que me fez perceber que as experiências vividas nas aulas tiveram impacto para além do contexto escolar.

O feedback recebido foi extremamente positivo e deixou-me muito orgulhosa de mim mesma. Alguns destacaram a relação próxima que consegui estabelecer com os alunos, enquanto outros referiram a motivação com que os seus filhos participavam nas aulas e o entusiasmo com que falavam das atividades desenvolvidas.

Ouvir estas palavras teve um significado muito especial para mim. Mais do que uma valorização do trabalho realizado, fez-me perceber que consegui criar relações positivas com os alunos e proporcionar experiências que marcaram o seu percurso ao longo do ano. Saber que os alunos levavam para casa uma imagem positiva das aulas de Educação Física foi, sem dúvida, um dos aspetos mais gratificantes desta experiência.

Este momento reforçou a minha autoconfiança para seguir a profissão docente e ao mesmo tempo, fez-me perceber que a relação que construímos com os alunos pode ter

um impacto muito maior do que imaginamos, influenciando não apenas a forma como vivem a disciplina, mas também a forma como falam sobre a escola junto das suas famílias.

### **Reflexão Pessoal – 3º Período**

Este terceiro período teve para mim um significado muito especial, não apenas por representar a fase final do estágio pedagógico, mas também por ser um momento de consolidação de tudo aquilo que fui aprendendo ao longo do ano. Ao olhar para trás, sinto que chego ao final deste percurso com uma visão muito diferente daquela que tinha no início. Se nas primeiras aulas predominavam as dúvidas, a insegurança e a preocupação constante em fazer tudo corretamente, neste momento sinto-me mais confiante, mais consciente das minhas decisões e mais capaz de lidar com a complexidade que caracteriza a profissão docente.

Uma das aprendizagens mais importantes deste período foi perceber que ensinar implica uma adaptação constante. Ao longo das aulas continuei a deparar-me com imprevistos, alterações de espaço, limitações de tempo, diferenças nos ritmos de aprendizagem dos alunos e situações que exigiram decisões rápidas. No entanto, aquilo que mudou foi a forma como passei a encarar esses momentos. Se anteriormente via estas situações como obstáculos ao planeamento, hoje vejo-as como parte natural do processo de ensino. Sinto que desenvolvi uma maior capacidade de analisar os contextos, ajustar estratégias e tomar decisões mais seguras em função daquilo que os alunos realmente precisavam.

Também me apercebi de que fui dando cada vez mais importância aos alunos enquanto indivíduos. Ao longo deste período, muitas das minhas reflexões deixaram de estar centradas apenas nas tarefas, nos exercícios ou nos conteúdos e passaram a focar-se mais nas pessoas que tinha à minha frente. Procurei compreender melhor as suas dificuldades, as suas motivações e a forma como cada um vivenciava as aulas.

Outro aspeto que marcou este período foi a crescente consciência da importância da reflexão. Muitas vezes, após as aulas, dei por mim a pensar não apenas no que correu bem ou menos bem, mas sobretudo no porquê. Porque resultou determinada estratégia? Porque é que os alunos reagiram daquela forma? O que poderia fazer de maneira diferente? Este hábito de questionar a minha própria prática tornou-se uma ferramenta

fundamental para a minha aprendizagem e ajudou-me a olhar para os desafios não como fracassos, mas como oportunidades de melhoria.

Contudo, aquilo que mais marcou este terceiro período foi a consciência de que estava a chegar ao fim. À medida que as últimas aulas se aproximavam, comecei inevitavelmente a recordar o início do estágio. Lembro-me perfeitamente da primeira aula, do nervosismo, da incerteza e da responsabilidade que sentia. Na altura parecia impossível imaginar tudo aquilo que iria viver ao longo do ano. Hoje, ao olhar para trás, percebo o quanto cresci enquanto professora, mas também enquanto pessoa.

A última aula com a turma teve um impacto emocional que não estava à espera de sentir. Estar novamente no mesmo espaço onde tudo começou fez-me recordar o percurso realizado e perceber que, sem me dar conta, fui construindo uma relação significativa com os alunos. As conversas individuais durante a autoavaliação, as reflexões sobre o percurso de cada um e a oportunidade de ouvir as suas perspetivas. Muitas vezes, aquilo que fica não são os conteúdos ensinados, mas as experiências vividas, as relações criadas e as mensagens que conseguimos transmitir.

Este período fez-me compreender que ser professora não é apenas ensinar uma modalidade ou avaliar desempenhos. É acompanhar percursos, ajudar os alunos a acreditar mais em si próprios e estar presente em momentos que, mesmo parecendo simples, podem ter significado para eles. Da mesma forma, também os alunos deixam marcas em nós. Esta turma ficará sempre associada ao meu primeiro ano de estágio e a todas as emoções, desafios e aprendizagens que o acompanharam.

Termino este percurso com um sentimento de orgulho por tudo aquilo que consegui alcançar, mas também com a consciência de que ainda tenho muito para aprender. Acima de tudo, termino com a certeza de que este estágio me confirmou aquilo que já suspeitava: é na relação com os alunos, nos desafios diários e na constante procura por fazer melhor que encontro o verdadeiro sentido de ser professora.