**Reflexão Semanal**

A primeira aula realizada nesta semana, mais concretamente no dia 21-1-2025, foi destinada á aula nº3 da modalidade de natação e de uma forma geral, a aula correu dentro do previsto, onde o objetivo era trabalhar o estilo de costas. Os alunos mostraram-se empenhados durante a realização das tarefas propostas e cumpriram com o pressuposto para esta aula, no entanto, a demora no início de cada exercício, fez com que a aula não fosse tão dinâmica. Por este mesmo motivo, na próxima aula para aumentar a dinâmica da mesma, irei dar a partida no início de cada exercício de modo que os alunos comecem mais rápido a trabalhar o exercício proposto e por consequência aumentar a dinâmica do exercício.

Relativamente à segunda aula desta semana, mais especificamente á 3ª da modalidade de atletismo do dia 17-1-2025, esta decorreu conforme o planeamento previsto para a realização da mesma, onde os alunos foram essenciais para que fosse possível acontecer, ou seja, o empenhamento motor apresentado pelos alunos, ajudou a tornar a aula dinâmica e propícia à aprendizagem.

Um dos aspetos que tenho de ter mais atenção é conseguir dar feedback corretivo a todos os alunos, pois esta modalidade requer muita execução técnica bem feita e no meu ponto de vista, tenho que melhorar este ponto. Para além disso, no que diz respeito ao tempo de exercitação das estações, apesar de os alunos estarem empenhados na realização das tarefas, achei que a segunda vez que as realizaram, não estavam com a mesma vontade do que quando realizaram a 1ª vez, e por este motivo, na próxima aula, irei dar mais tempo de exercitação em cada estação e só as irão realizar 1 vez, o que me irá permitir dar mais feedback corretivo a todos os alunos. É de salientar também a realização da aula por parte da aluna Viviane e do seu empenho, tendo em conta as suas dificuldades e o seu passado na anterior turma.