**Reflexão Semanal**

A primeira aula realizada nesta semana, mais concretamente no dia 21-1-2025, foi destinada á aula nº4 da modalidade de natação, esta decorreu conforme o planeado, onde os objetivos foram todos cumpridos. Porém senti que os alunos não estavam concentrados como na aula passada, onde as conversas paralelas decorriam com frequência. Neste sentido, na próxima aula irei fazer com que os tempos de descanso serem mais curtos de modo a impossibilitar os alunos de terem conversas paralelas e para além disso, os alunos presentes na pista nº7, irão começar a realizar o menos número de metros do que a pista 6.

Relativamente aos alunos da pista 8, senti uma enorme melhoria, ondeja foram capazes de concretizar o batimento dos MI de forma correta e também coordenado com a respiração, e por este mesmo motivo, na próxima aula já irei introduzir 1 MS, de modo a progredir na aprendizagem dos alunos.

Em suma, apesar de os objetivos para esta aula terem sido cumpridos, alguns alunos não se encontravam focados na realização dos mesmos e desta forma irei diminuir as paragens durante os exercícios.

Relativamente à segunda aula desta semana, mais especificamente á 4ª da modalidade de atletismo do dia 17-1-2025, esta decorreu dentro do previsto, onde os alunos mostraram-se empenhados, não havendo comportamentos desviantes durante a realização da mesma. Também é de realçar que a turma chegou quase toda a horas à aula.

Por outro lado, o meu feedback corretivo devia ter sido melhor, mais especificamente na estação 4, onde deveria ter estado mais atento ao posicionamento corporal dos alunos, apesar de ter dado esse feedback. Também, o exercício das estafetas não foi o mais indicado, no sentido em que o propósito do exercício levou para outro conteúdo, ou seja, este exercício deu a entender que se estava a trabalhar a velocidade máxima, sendo que se estava a trabalhar a posição ereta e o olhar para a frente.

Para além disso, um dos aspetos que tenho que melhorar é a movimentação durante a aula, de modo a puder dar mais feedback aos alunos e também os puder observar durante a realização da mesma.

Em suma, apesar de aula ter decorrido dentro do previsto, terei que melhorar o meu feedback corretivo durante a aula e também a minha movimentação de modo a puder abranger todos os alunos.