

Coaching educativo e journaling no 8.º ano, em física e química: autonomia, pensamento crítico e aprendizagens mais conscientes

AUTOR(ES)

José Alberto Ferreira

Ana Margarida Alves

Escola Secundária da Senhora da Hora

Leadingflow

GRANDE AUDITÓRIO

CCVF

Num contexto educativo marcado por distrações constantes, dificuldades de concentração e reduzida capacidade de reflexão dos alunos sobre a própria aprendizagem, torna-se cada vez mais importante criar estratégias simples, práticas e humanizadas que aumentem o envolvimento dos alunos nas aulas.

A investigação na área da aprendizagem autorregulada demonstra que os alunos aprendem melhor quando conseguem refletir sobre aquilo que fazem, identificar dificuldades e definir estratégias de melhoria.

Esta perspetiva encontra-se alinhada com o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), que valoriza competências como pensamento crítico e criativo, autonomia, relacionamento interpessoal, responsabilidade e desenvolvimento pessoal, colocando o aluno no centro do processo educativo. Neste sentido, foi implementada uma metodologia de *coaching* educativo e *journaling* reflexivo em turmas do 8.º ano, na disciplina de Física e Química. O trabalho desenvolvido surgiu da necessidade de ajudar os alunos a compreender melhor aquilo que aprendem, identificar dúvidas reais e ganhar maior consciência sobre os seus hábitos de estudo, participação e responsabilidade.

Após uma atividade experimental e com a exploração de fenómenos físicos, os alunos realizaram pequenas reflexões orientadas através de questões simples. Estas práticas aproximam-se dos modelos de *journaling* reflexivo descritos por Moon (2006), nos quais a escrita reflexiva promove maior consciência metacognitiva e consolidação das aprendizagens.

As rotinas de reflexão, realizadas de forma breve e regular, permitiram transformar um momento final de aula numa oportunidade de pensamento crítico e autorregulado. Foram integradas estratégias de *coaching* educativo através de perguntas orientadoras, *feedback* formativo e proposta de pequenas metas individuais. Estudos sobre *coaching* educativo demonstram impacto positivo no desenvolvimento da metacognição, definição de objetivos e responsabilização dos alunos perante a aprendizagem.

A análise das respostas dos alunos revelou, não apenas dificuldades científicas e conceções alternativas em conteúdos de Física e Química do 8.º ano, como luz, espelhos, ondas e radar, mas também dificuldades de atenção, organização e comunicação científica. Verificou-se uma melhoria gradual das reflexões, maior capacidade dos alunos verbalizarem aquilo que não compreendiam e um aumento do envolvimento nas atividades da aula e no esclarecimento de dúvidas.

Esta metodologia demonstrou ser de fácil aplicação e sustentável em contexto real de sala de aula, contribuindo para o desenvolvimento de competências essenciais como autonomia, pensamento crítico, responsabilidade e consciência do próprio processo de aprendizagem, indo ao encontro das orientações internacionais para uma educação mais participativa, reflexiva e promotora de competências para um futuro sustentável (UNESCO, 2017), fundamentais para os desafios educativos e sociais do século XXI.