



2 0 2 5

# JORNADA REFLEXIVA

O P L A N N E R

“O autoconhecimento...é mola impulsionadora  
do seu desenvolvimento pessoal e profissional.” \*

\*ALARCÃO, 2010, p.57

# SUGESTÕES DE USO

## **Como acessar e personalizar o planner:**

- Acesse o link do modelo do Canva e crie uma cópia para conseguir editar o planner conforme suas necessidades.
- Após a personalização, você pode baixar o documento no formato PDF para uso digital ou impressão.

## **Uso digital:**

- Para o uso digital, o planner pode ser aberto em aplicativos como Samsung Notes, GoodNotes, Notability ou qualquer outro app que permita escrita em PDF.
- Nesses aplicativos, será possível fazer anotações diretamente no planner, facilitando a organização e consulta.

## **Impressão e encadernação:**

- Para o uso impresso, basta baixar o planner em versão PDF.
- Para uma melhor experiência de uso, recomenda-se utilizar papel com gramatura de 90g ou superior para garantir maior durabilidade e evitar transparências ao escrever.
- Sugere-se utilizar a configuração “impressão em livreto”.
- A encadernação espiral ou capa dura é ideal para maior conforto no manuseio diário do planner.

2025

# JORNADA REFLEXIVA

O P L A N N E R

NOME:

.....

ENDEREÇO:

.....

EMAIL:

.....

CELULAR:

.....



## JANEIRO

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## FEVEREIRO

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

## MARÇO

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## ABRIL

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## MAIO

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## JUNHO

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

## JULHO

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## AGOSTO

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

## SETEMBRO

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## OUTUBRO

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

## NOVEMBRO

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

## DEZEMBRO

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# 2025

## DATAS COMEMORATIVAS

### **Janeiro**

4- Dia Mundial do Braille

### **Fevereiro**

11- Dia Internacional das Mulheres e Meninas na Ciência

### **Março**

22- Dia Mundial da Água

### **Abril**

19- Dia dos Povos Indígenas

23- Dia Mundial do Livro

### **Maiο**

1- Dia do Trabalhador

17- Dia Internacional da Reciclagem

### **Junho**

5- Dia do Meio Ambiente

### **Julho**

8-Dia Nacional da Ciência e do Pesquisador Científico

### **Agosto**

11-Dia do Estudante

22-Dia do Folclore

### **Setembro**

7-Dia da Independência do Brasil

21-Dia da árvore

### **Outubro**

12-Dia das Crianças

15-Dia do Professor

### **Novembro**

15-Dia da Proclamação da República

20- Dia da Consciência Negra

### **Dezembro**

10-Dia Internacional dos Direitos Humanos

# SONHOS PARA 2025

Programa-se para colocar seus sonhos em prática!

SAÚDE E BEM-ESTAR

Plano de ação

ESPIRITUALIDADE

Plano de ação

PROJETOS PESSOAIS

Plano de ação

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

ESTUDOS E CARREIRA

Plano de ação

VIAGENS

Plano de ação

\_\_\_\_\_

Plano de ação

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Etapas

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# CONTROLE FINANCEIRO

## ENTRADAS

DESCRIÇÃO	VALOR	MÊS

## GASTOS

DESCRIÇÃO	VALOR	MÊS

ENTRADAS

GASTOS

TOTAL

-

=

# CONTROLE FINANCEIRO

## ENTRADAS

DESCRIÇÃO	VALOR	MÊS

## GASTOS

DESCRIÇÃO	VALOR	MÊS

ENTRADAS

GASTOS

TOTAL

-

=



# 2025

## PLANEJAMENTOS

**Janeiro**

**Fevereiro**

**Março**

**Abril**

**Maiο**

**Junho**

**Julho**

**Agosto**

**Setembro**

**Outubro**

**Novembro**

**Dezembro**

# PREFÁCIO

Este *planner* foi elaborado pela professora Letícia Mara Diniz Ferreira, sob orientação do Prof. Dr. Thiago Mendonça, como produto educacional complementar à dissertação<sup>1</sup>, apresentada ao Programa de *Pós-Graduação em Educação em Ciências e Matemática da Universidade Federal de Viçosa* para a obtenção do título de *Magister Scientiae*.

Barbosa (2016) pontua a importância dos professores refletirem sobre sua própria prática para fins de desenvolvimento de autonomia e visão crítica sobre o que ensinam e como ensinam e, ainda do contexto em que ensinam. Entretanto, existe uma dificuldade em ativar os mecanismos reflexivos (ALARCÃO, 2010).

Nesse sentido, e considerando que a carreira docente é um percurso de aprendizado e aprimoramento, este produto educacional possui uma vertente instrucional e foi intitulado de *“Jornada Reflexiva: o planner”*.

<sup>1</sup> link da dissertação

Este produto possui quatro propósitos, primeiro propor o ato de escrita, caracterizado por Alarcão (2010) como “um encontro conosco e com o mundo que nos cerca” (p.57), um processo que segundo a autora estimula reflexões com diferentes níveis de profundidade.

Segundo, estimular a construção do conhecimento de si mesmo, no que é, no que faz, no que pensa e no que diz (ALARCÃO, 2010, p.69).

Terceiro, fomentar as três principais áreas de pesquisa deste trabalho: Ambiência Docente, Prática Reflexiva, e CoPV.

E quarto, incentivar a criação da CoPV, entre os profissionais da educação, como um espaço para a Reflexão Docente Coletiva das narrativas individuais.

COMUNIDADE DE  
PRÁTICA VIRTUAL

# COMUNIDADE DE PRÁTICA VIRTUAL

Nos últimos anos, através da tecnologia, têm surgido novas experiências de aprendizagem e troca entre pares, modernizando as formas de comunicação e possibilitando o compartilhamento da prática docente de forma ampla e irrestrita (MACHADO, 2019). Esta inovação na comunicação possibilita uma ambiência docente de modo virtual, oportunizando discussões sobre diversos tópicos de interesse ao desenvolvimento profissional e, conseqüentemente, estimula a prática reflexiva coletiva. O uso das Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação (TDIC) como ferramentas para a interconexão docente propicia o desenvolvimento profissional, em um processo de Formação Continuada (FC) que considera os saberes experienciais, conceituado por Tardif (2012) como aqueles que são específicos e que surgem a partir do trabalho cotidiano.

Sobre a utilização das TDIC na FC, “existe um modelo que pode ser mais eficaz se for adotada uma nova forma de aprendizagem, a saber, as comunidades de prática” (MOSER, 2010, p.211). Neste sentido as Comunidades de prática (CoP) são uma alternativa para acompanhar os avanços tecnológicos, sendo estas descritas como “grupos de pessoas que compartilham uma preocupação ou uma paixão por algo que fazem e aprendem como fazê-lo melhor à medida que interagem regularmente” (WENGER, 2015, p.2). As comunidades em formato virtual são espaços que favorecem o trabalho colaborativo, a aprendizagem social e o desenvolvimento profissional, ao permitir que situações do dia a dia sejam refletidas e discutidas pelos membros, a fim de propor possíveis soluções (OLIVEIRA, 2019).

As CoP intermediadas pelas tecnologias ampliam o acesso dos membros, pois superam barreiras de espaço e tempo (BEZERRA, 2018).

# EIXOS PARA O CULTIVO DE COP VIRTUAL NA EDUCAÇÃO BÁSICA

**Quadro 3\*: Eixos para o cultivo de CoP Virtual na educação básica**

<b>Eixo</b>	<b>Questões diretrizes</b>
Profissional	<ul style="list-style-type: none"><li>• Qual profissional será mediador(a) da CoP Virtual?</li><li>• Como estimular os participantes a compartilharem suas próprias histórias?</li><li>• Quais concepções sobre conhecimento profissional serão compartilhadas entre os participantes?</li></ul>
Valorativo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Quais desejos, expectativas e necessidades os participantes apresentam em relação ao seu exercício profissional?</li><li>• Quais temáticas de interesse para os participantes?</li><li>• Quais benefícios para a carreira docente precisam ser explicitados para a participação na CoP Virtual?</li></ul>
Político-institucional	<ul style="list-style-type: none"><li>• A CoP Virtual será proposta por um grupo de profissionais de forma independente?</li><li>• A CoP Virtual será proposta pela secretaria de educação?</li><li>• A CoP Virtual será proposta pela coordenação pedagógica da escola?</li></ul>
Diretivo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Como o domínio de interesse da CoP Virtual será escolhido?</li></ul>
Intergeracional	<ul style="list-style-type: none"><li>• Como estimular a participação de profissionais com mais tempo e consequentemente mais experiência de docência?</li></ul>

Espacial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quais Tecnologias Digitais de Informação e Comunicação serão utilizadas?</li> <li>• Quais as possibilidades e limitações destas tecnologias?</li> <li>• Este espaço pode ser mantido ao longo do tempo?</li> <li>• Como serão organizados os momentos de fala para cada membro?</li> </ul>
Temporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como será a rotina da CoP Virtual?</li> <li>• Como os participantes poderão se organizar nessa rotina, considerando seu cotidiano de trabalho?</li> </ul>
Teórico-metodológico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quais interesses de aprendizagem podem ser compartilhados entre os participantes?</li> <li>• Quais perspectivas teóricas e metodológicas poderão ser compartilhadas?</li> <li>• Quais conhecimentos formados na profissão e em outros contextos serão discutidos?</li> </ul>
Material-financeiro	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No caso de CoP Virtual propostas pelos órgãos gestores, qual tipo de apoio financeiro pode ser mobilizado para auxiliar professores a dedicar mais tempo ao grupo?</li> </ul>
Identitário-narrativo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como permitir que professores da educação básica tragam suas próprias histórias para compor a história da CoP Virtual?</li> <li>• Quais símbolos serão compartilhados, construídos ou transformados na CoP Virtual?</li> <li>• Como identidades mútuas podem ser produzidas e projetadas a partir da participação?</li> </ul>

Fonte: adaptado de Souza (2022). \*Quadro resumido, versão completa descrita na dissertação.



AMBIÊNCIA DOCENTE

# AMBIÊNCIA DOCENTE

O termo *Ambiência Docente* configura um conjunto de forças ambientais capazes de influenciar o desenvolvimento profissional de forma a permitir ou restringir a [re]significação das experiências da trajetória formativa Maciel; Isaia; Bolzan (2009). As autoras classificam forças ambientais em objetivas (externas), subjetivas (intrapessoais) e intersubjetivas (interpessoais) (Figura 1).

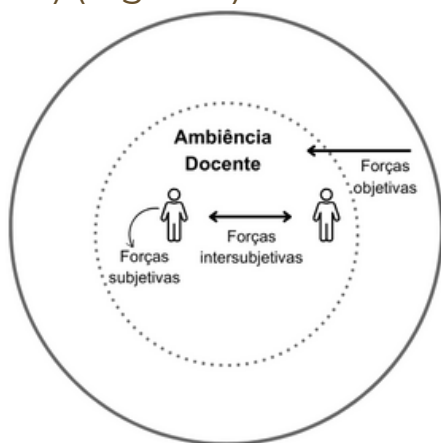


Figura 1: Forças ambientais da *Ambiência Docente*. Elaborado pela autora.

No contexto educacional, a palavra *ambiência* permite conjunções de conceitos relacionados como *ambiência de formação*, *ambiência construtiva*, *ambiência (trans)formadora*, *ambiência positiva* e *ambiência negativa* (SEHN, 2022).

Nesse sentido, o Quadro 1 apresenta a denominação dos conceitos de Ambiência Docente Positiva e Ambiência Docente (Trans)formadora, as quais são tratadas neste trabalho e o embasamento teórico da caracterização etimológica dos mesmos.

<b>Quadro 1: Caracterização etimológica dos conceitos de ambiência docente. Organizado pela autora.</b>		
<b>Sigla</b>	<b>Denominação</b>	<b>Caracterização etimológica</b>
ADP	Ambiência Docente Positiva	A troca de ideias e um clima favorável às conversas abertas propiciam uma ambiência positiva entre pares (SEHN, 2022).
ADT	Ambiência Docente (Trans)formadora	“O mundo interior daquele que ensina é dinamizado por cognições e sentimentos que se expressam na experiência docente de forma positiva, quando encontram um contexto desenvolvente, configurando nos processos interativos, uma ambiência [trans] formadora” (MACIEL; ISAIA; BOLZAN, 2009, p.4).

Fonte: elaborado pela autora.

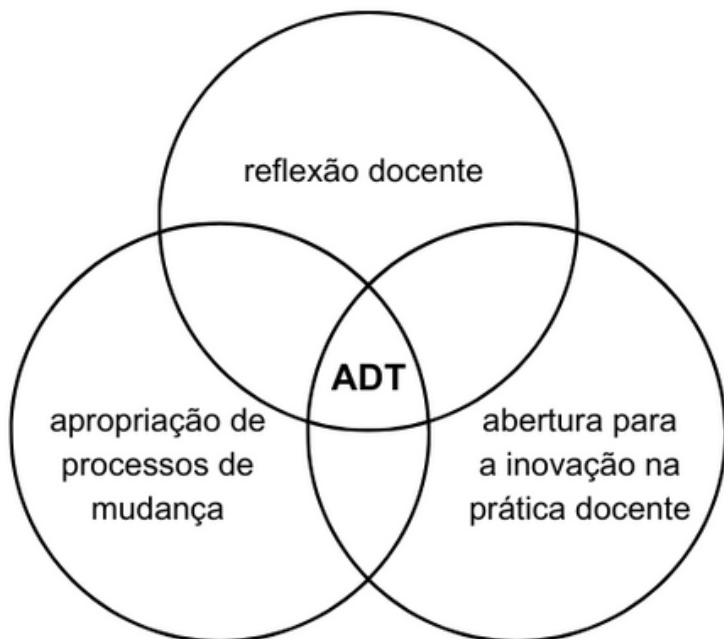
A seguir apresenta-se as tríades para cada tipo de ambiência supracitada.

# TRÍADE DA AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA



As estratégias desenvolvidas por professores em busca de uma Ambiente Docente Positiva (ADP) estão relacionadas com os sentimentos de pertencimento, motivação e bem-estar (TREVISAN, 2014).

# TRÍADE DA AMBIÊNCIA DOCENTE TRANS(FORMADORA)



Segundo Nóvoa (2009) a partir das Comunidades de Prática os professores têm oportunidade de se apropriarem dos processos de mudança, assim como concretizá-los em práticas concretas de intervenção.

## *RODA DA*

# AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

Esta roda é uma ferramenta para auxiliar na investigação e aprimoramento da Ambiência Docente Positiva entre pares. Pense nas 8 situações enumeradas abaixo e classifique-as de 1 a 10 na próxima página.

1 - Costumo refletir sobre o impacto de minhas ações no ambiente docente.

2-Tenho uma escuta ativa para as ideias e opiniões dos meus colegas de trabalho.

3-Apoio a equipe em momentos de dificuldades/desafios.

4-Compartilho materiais e práticas pedagógicas

5-Colaboro em projetos interdisciplinares

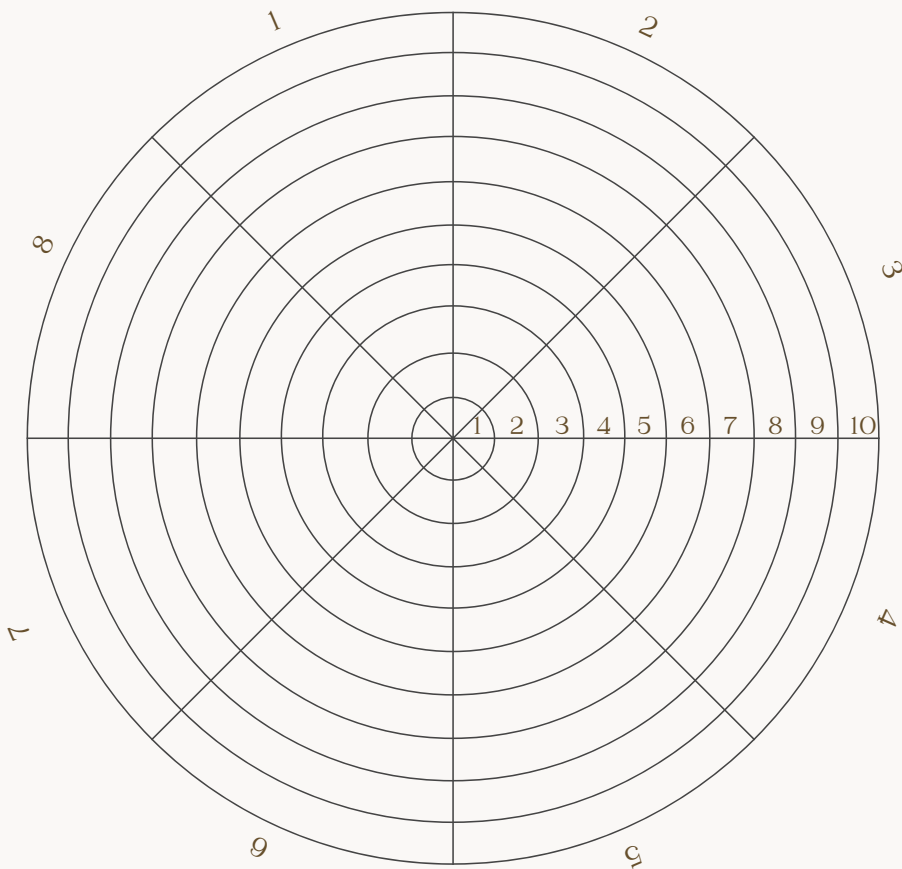
6-Participo dos momentos de formação continuada ofertados.

7-Apoio a equipe em momentos de dificuldades/desafios.

8-Motivo colegas a inovar em suas práticas pedagógicas.

# RODA DA

# AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA



Fonte: elaborada pela autora.





# Desafio

## AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

### PERTENCIMENTO

Ação	Como fazer?	x*
<b>Crie um mural</b>	Cole imagens ou frases inspiradoras sobre a docência.	
<b>Acolha novos colegas</b>	Se disponibilize a tirar dúvidas e a passar informações.	
<b>Trabalhe coletivamente</b>	Escolha um tema e convide colegas para colaborar em atividades interdisciplinares.	
<b>Compartilhe</b>	Envie uma sugestão ou material que possa ser útil para outros colegas.	
<b>Converse com seus colegas</b>	Encontre-se com seus colegas para trocar ideias sobre a profissão.	

\*Marque um X na coluna quando executar a ação.







# Desafio

## AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

### BEM-ESTAR

Ação	Como fazer?	X*
<b>Agradeça</b>	Crie o hábito de escrever seus agradecimentos.	
<b>Pratique o autocuidado</b>	Inclua na rotina cuidados com a saúde física e mental, com a alimentação e com a apresentação pessoal.	
<b>Organize a rotina</b>	Anote as prioridades do dia e comece pelas mais importantes.	
<b>Elogie</b>	Diga algo positivo para os colegas.	
<b>Pratique a reflexão</b>	Registre situações importantes e avalie como foi a experiência.	

\*Marque um X na coluna quando executar a ação.





# Desafio

## AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

### MOTIVAÇÃO

Ação	Como fazer?	X*
<b>Estabeleça metas</b>	Anote algo que quer alcançar e registre os avanços.	
<b>Registre datas importantes</b>	Anote as datas importantes e verifique periodicamente suas anotações.	
<b>Inicie uma leitura inspiradora</b>	Escolha um artigo ou livro e anote uma ideia interessante que aprendeu.	
<b>Faça cursos</b>	Pesquise formações que possam beneficiar sua prática docente.	
<b>Faça uma autoavaliação</b>	Autoavalie sua prática docente periodicamente.	

\*Marque um X na coluna quando executar a ação.



# Desafio

AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

## AGRADEÇO

A series of horizontal dashed lines providing space for writing a message of gratitude.





# Desafio

## AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

### MINHAS METAS

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____





Desafio

AMBIÊNCIA DOCENTE POSITIVA

MINHAS LEITURAS

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____



# A TEORIA DO PROFESSOR REFLEXIVO

A teoria do professor reflexivo não é homogênea e não se resume à teorização de Donald Schön, pois outros autores também se apropriaram deste termo e, desta forma, não existe um consenso sobre o significado do conceito “professor reflexivo” (BARBOSA, 2016). Esta mesma autora destaca em seu texto que alguns pesquisadores compreendem o conceito de Professor Reflexivo de forma mais abrangente, como por exemplo, Isabel Alarcão.

Para Alarcão, “a noção de professor reflexivo baseia-se na consciência da capacidade de pensamento e reflexão que caracteriza o ser humano como criativo e não como mero reprodutor de ideias e práticas que lhe são exteriores” (ALARCÃO, 2010, p.44). Ela ainda pontua a relevância de refletir coletivamente para que a escola seja reflexiva (ALARCÃO, 2010).

Em 1981, no Canadá, Kenneth Zeichner propunha a inclusão da prática reflexiva para a formação de professores. Quase trinta anos depois, em 2008, este mesmo autor voltou a analisar esta temática e descreveu o movimento de prática reflexiva:

O movimento da prática reflexiva envolve, à primeira vista, o reconhecimento de que os professores devem exercer juntamente com outras pessoas, um papel ativo na formulação dos propósitos e finalidades de seu trabalho e de que devem assumir funções de liderança nas reformas escolares (ZEICHNER, 2008, p. 539).

No caso da formação continuada de professores, Barbosa (2016) sugere que esta vise a formação em serviço, relacionando prática e teoria “e, também, reflexão, que possa promover a emancipação dos professores e uma visão crítica do que ensinam, de como ensinam e do contexto em que ensinam...” (p.143).

ESTRATÉGIAS DE  
DESENVOLVIMENTO  
DA CAPACIDADE DE  
REFLEXÃO<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Alarcão (2010).



## A ANÁLISE DE CASOS

Para Alarcão *casos* são entendidos como uma manifestação do pensamento em virtude de sua capacidade de chamar nossa atenção e por essa razão merecem a nossa reflexão. Ela também esclarece que por serem contextualizados e revelarem conhecimento sobre algo, geralmente são complexos e sujeitos a interpretações.

A autora diz que casos contados por professores “revelam o que eles ou seus alunos fazem, sentem, pensam, conhecem” (ALARCÃO, 2010, p. 56). Desta forma, para ela a análise casuística de episódios reais se apresenta como uma estratégia capaz de desvelar situações complexas, ao mesmo tempo que permite a construção de conhecimentos, agregando a esta estratégia alto valor formativo.

## AS NARRATIVAS

Sobre as narrativas, inicialmente Alarcão pondera que a prática da escrita permite reflexões com diferentes níveis de aprofundamento e estas traduzem como os seres humanos experienciam o mundo. Ela pontua que “enquanto adultos, as situações por nós vividas constituem-se normalmente como pontos de partida para a reflexão” (ALARCÃO, 2010, p.57).

Outro ponto considerado importante para a compreensão de uma narrativa é o registro além dos fatos, contemplando também o contexto físico, social e emocional do momento. Para vencer a dificuldade inicial da escrita a autora sugere algumas perguntas auxiliares: “O que aconteceu? Como? Onde? Por quê? O que senti, eu e/ou outras pessoas envolvidas? O que penso relativamente ao que aconteceu?”(ALARCÃO, 2010, p.57).

As narrativas para os professores podem ter caráter autobiográfico ou serem utilizadas para relatar assuntos relacionados aos alunos, a escola ou a sociedade perante a educação. A partir desta estratégia é possível registrar “aspectos conseguidos e aspectos a melhorar” (ALARCÃO, 2010, p.58).

## METARREFLEXÃO ESTRUTURANTE

Além destas estratégias, Alarcão apresenta um entrelaçamento de três construções teóricas capazes de explicitar o valor da pesquisa-formação-ação para o desenvolvimento da comunidade escolar: a pesquisa-ação, a aprendizagem experiencial e a abordagem reflexiva (Figura 3).

Denominado de metarreflexão estruturante, este entrelaçamento apresenta-se com viés direcionador para a inicialização da prática reflexiva por parte dos profissionais da educação básica.

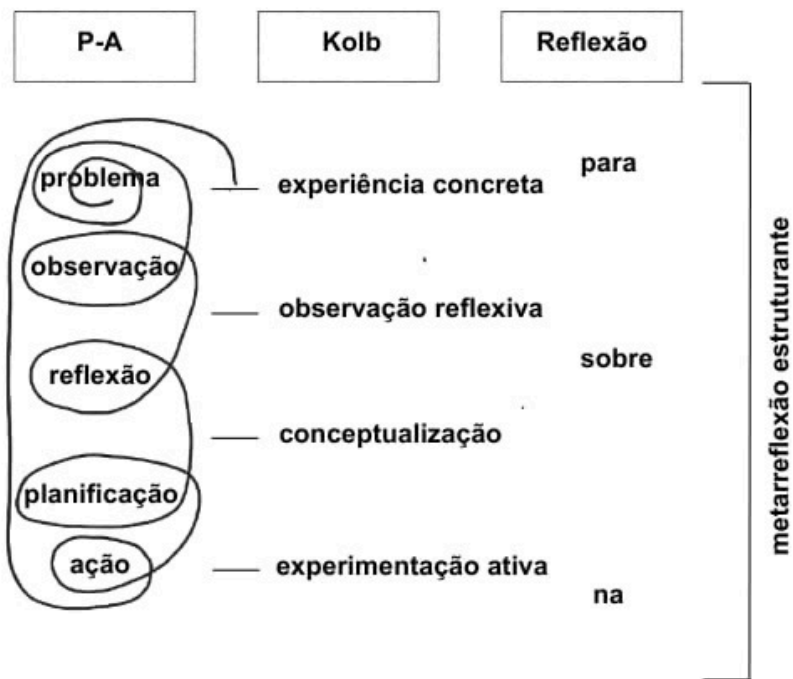


Figura 3: Alarcão (2010, p.52). Reproduzido pela autora. P-A (ciclos da metodologia pesquisa-formação-ação); Kolb (Abordagem experiencial proposta em 1984).

# RESENHA DO LIVRO

## **Professores reflexivos em uma escola reflexiva**



### **RESUMO**

Apresentamos a resenha do livro *Professores reflexivos em uma escola reflexiva*, de autoria de Isabel Alarcão, publicado no ano de 2011 pela editora Cortez. A obra discute as seguintes temáticas: competências e conhecimentos profissionais, a formação do professor reflexivo e a escola reflexiva como comunidade de aprendizagem. O estudo foi explorado por meio das experiências pessoais e das pesquisas bibliográficas pela autora, de modo crítico e reflexivo. Os resultados do estudo contribuem na compreensão das mudanças institucionais e profissionais para criar uma escola participativa e professores mediadores. O livro nos proporciona pensar as transformações no âmbito educacional, principalmente na relação instituição, formação profissional e sociedade.

**Palavras-chave:** Professores Reflexivos; Escola Reflexiva; Educação.

**Referência:** NESTOR DA SILVA ANDRÉ, A.; LIMA COSTA, S. Professores reflexivos em uma escola reflexiva: Reflective teachers in a reflective school . Revista Cocar, [S. l.], v. 15, n. 32, 2021. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/4261>. Acesso em: 16 out. 2024.



**SEMANA 1**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 2**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 3**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 4**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 5**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

“O ato de escrita é um encontro conosco e com o mundo que nos cerca”  
(ALARCÃO, 2010, p.57)

**SAÚDE**

- Exercício físico      S T Q Q S S D
- Hidratação            ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Alimentação           ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

**TRABALHO**

- Planejamentos      S T Q Q S S D
- Diários                ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Reflexão sobre a prática      ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

**DESENVOLVIMENTO**

- Revisar minhas metas      S T Q Q S S D  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Leitura                ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Cursos                ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO



# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.







# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO



**NARRATIVAS**

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.



**SEMANA 1**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 2**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 3**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 4**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

**SEMANA 5**

LISTA DE TAREFAS

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

○ \_\_\_\_\_

“E todos se devem dar as  
mãos na luta pelo poder  
do conhecimento”  
(ALARCÃO (2010, p.41)

**SAÚDE**

- Exercício físico S T Q Q S S D
- Hidratação ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Alimentação ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

**TRABALHO**

- Planejamentos S T Q Q S S D
- Diários ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Reflexão sobre a prática ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

**DESENVOLVIMENTO**

- Revisar minhas metas S T Q Q S S D  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Leitura ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
- Cursos ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  
○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.







# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

### NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.







# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO



# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



A series of horizontal dashed lines providing space for writing a narrative.

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.







# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.





# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO

# PLANEJAMENTO SEMANAL

SEGUNDA

TERÇA

QUARTA

QUINTA

SEXTA

SÁBADO

DOMINGO



NARRATIVAS

O que aconteceu? Como? Onde?  
Por quê? O que senti, eu e/ou  
outras pessoas envolvidas? O que  
penso relativamente ao que  
aconteceu?

DATA:\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

COMO ESTOU ME  
SENTINDO HOJE?



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Já pensou em refletir coletivamente? Compartilhe o [link deste planner](#) com colegas de trabalho e trilhem juntos uma Jornada Reflexiva.









# REFERÊNCIAS

ALARCÃO, Isabel. Professores reflexivos em uma escola reflexiva. Cortez editora, 2010. Coleção questões da nossa época; v.8.

BARBOSA, Silvia Helena Pienta Borges. A teoria do professor reflexivo no processo de formação continuada de professores: uma análise crítica. 2016.

BEZERRA, Anna Cecília Sobral. Comunidades de prática online e formação de professores através do facebook: isso realmente funciona?. Anais do V CONEDU... Campina Grande: Realize Editora, 2018. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/46732>. Acesso em: 26/04/2023.

MACHADO, Giovanni; WIVES, Leandro; GRANDI, Roges. As comunidades de prática como ferramenta para formação continuada de professores: percepções docentes sobre o uso da tecnologia para compartilhamento e aprimoramento das práticas pedagógicas. Brazilian Symposium on Computers in Education (Simpósio Brasileiro de Informática na Educação - SBIE), [S.l.], p. 1995, nov. 2019. ISSN 2316-6533. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/337408236>. Acesso em: 24 abr. 2023.

MACIEL, Adriana Moreira da Rocha; ISAIA, Silvia Maria de Aguiar; BOLZAN, Doris Pires Vargas. Trajetórias formativas de professores universitários: repercussões da ambiência no desenvolvimento profissional docente. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO, 32., 2009, Caxambu. Anais [...]. Caxambu: ANPED, 2009. p. 1-15. GT 08 - Formação de Professores. Agência financiadora: CNPq. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnnibpcajpcglclefindmkaj/http://32reuniao.anped.org.br/arquivos/trabalhos/GT08-5457--Int.pdf>. Acesso em : 31 jul 2024.

# REFERÊNCIAS

MOSER, Alvino. Formação docente em comunidades de prática. Revista Intersaberes, v. 5, n. 10, p. 210-244, 2010. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/intersaberes/index.php/revista/article/view/172>. Acesso em: 21 maio. 2023.

NESTOR DA SILVA ANDRÉ, A.; LIMA COSTA, S. Professores reflexivos em uma escola reflexiva: Reflective teachers in a reflective school . Revista Cocar, [S. l.], v. 15, n. 32, 2021. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/4261>. Acesso em: 16 out. 2024.

NÓVOA, Antônio. (2009). Para a formação de professores construída dentro da profissão. In:Professores: imagens do futuro presente.Lisboa: Educa,p. 25-46 Recuperado de: <http://jornadapedagogica.educacao.ba.gov.br/wp-content/uploads/2022/01/antonio-novoa-2009-professores-imagens-do-futuro-presente1.pdf>

OLIVEIRA BENEVIDES, Mirian Silva. A Formação do Professor em Comunidades de Aprendizagem Online: Um Estudo de Caso Sobre os Grupos Etwinning. 2019, 70f. Dissertação (Mestrado em Educação). Universidade de Lisboa, Portugal, 2019.

SEHN, Leandro Roberto. Constituir-se educador em ambiência humanista: protagonismo docente e desenvolvimento profissional no IFSUL. 2022.

SOUZA, Douglas Grando de; ARAÚJO, Ives Solano; VEIT, Eliane Angela. Cultivo de comunidades de prática na formação continuada de professores em Educação em Ciências: uma proposta. Ciência & Educação, v. 28, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1516-731320220033>. Acesso em: 24 abr. 2023.

TARDIF, Maurice. Saberes docentes e formação profissional. Petrópolis: Vozes, 2012.

TREVISAN, Neiva Viera. Ambiência [trans] formativa na educação superior: processos de resiliência no início da carreira docente. 2014.

# REFERÊNCIAS

WENGER-TRAYNER, Etienne; WENGER-TRAYNER, B. (2015). Uma introdução às comunidades de prática: uma breve visão geral do conceito e seus usos. Disponível em <https://www.wenger-trayner.com/introduction-to-communities-of-practice>

ZAMBERLAN, Adriana et al. A constituição da docência na ambiência complexa dos Institutos Federais–construindo redes de [Trans] formação. 2017. Tese de Doutorado. Universidade Federal de Santa Maria.

ZEICHNER, K.M. Uma análise crítica sobre a “reflexão” como conceito estruturante na formação docente. Educação e Sociedade, Campinas, v. 29, n. 103, p. 535-554, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/es/v29n103/12.pdf> . Acesso em: 19 nov. 2014.



## **CARO USUÁRIO,**

Compartilhe sua experiência com o planner Jornada Reflexiva! Envie-nos sua percepção sobre como esse recurso apoiou sua prática reflexiva na docência. Sua contribuição é fundamental para que possamos aprimorá-lo cada vez mais!

