

ARTIGO 8

Educação Física no 1.º CEB de Matosinhos. Organização e Infraestruturas.

A Educação Física reúne as melhores oportunidades para a prática sistemática e organizada de atividade física, pois combina a existência da disciplina com caráter obrigatório, a disponibilidade de recursos físicos, materiais e a orientação de profissionais habilitados (UNESCO, 2015).

A atual Lei de Bases do Sistema Educativo tem como grande objetivo o desenvolvimento integral das crianças e jovens em todos os domínios: físico-motor, cognitivo, social e pessoal. Nesta medida, à Educação Física (EF) é atribuído um papel crucial por ser a única disciplina do currículo que contribui diretamente para o desenvolvimento da aptidão física das crianças e jovens através do seu envolvimento em atividades de exercitação corporal que utilizam, e desenvolvem, o corpo e o movimento numa grande extensão.

As atividades físico-desportivas (e o conseqüente desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais e especializadas) são das raras atividades humanas com o potencial de desenvolver, de forma interdependente, vários domínios educativos em simultâneo. Isto é, o estímulo do desenvolvimento físico e corporal socorre-se de processos cognitivos básicos para ser bem-sucedido (processamento de informação, memória de curto-longo prazo, regulação emocional) ao mesmo tempo que, mormente em etapas iniciais de desenvolvimento da criança, precede frequentemente o desenvolvimento de processos cognitivos transversais a outras disciplinas (matemática, linguística). Por exemplo, é através da exploração do contexto envolvente (obstáculos, equilíbrios, manipulações de objetos) por meio do corpo e do movimento que são desenvolvidas estruturas neuromusculares fundamentais que influenciam diretamente o desenvolvimento de processos cognitivos como o pensamento, a linguagem e a imagem identitária da criança¹.

Os potenciais benefícios educativos emergentes da participação das crianças e jovens nas aulas de EF não são gerados automaticamente pois carecem da concretização e alinhamento de um conjunto de condições. Por um lado, a qualidade das aprendizagens dos alunos está largamente dependente da qualidade do processo de instrução apresentado pelo professor e/ou pela qualidade e relevância das atividades físico-desportivas que apresenta aos alu-

AUTORES:

Ricardo Santos¹
Cláudio Farias¹
Renata Lucena¹
Sara Pereira^{1,2}
Rui Garganta¹
Olga Vasconcelos¹
Fernando Garbeloto¹
Go Tani³
Hugo Cruz⁴
Peter Katzmarzyk⁵
José Maia¹

¹ CIFI2D, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Portugal.

² CIDEFES, Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona, Portugal.

³ Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de S. Paulo, Brasil.

⁴ Câmara Municipal de Matosinhos.

⁵ Pennington Biomedical Research Center, University of Louisiana, USA.

<https://doi.org/10.5628/rpcd.22.51.96>

¹ Os ganhos ao nível da aptidão físico-motora têm sido também associados positivamente a desempenhos escolares superiores noutras disciplinas (Matemática, Línguas, Ciências), quando comparado com crianças e jovens com menor envolvimento nesse tipo de atividades.



nos (p.e. atividades que promovam o sucesso de alunos com diferentes níveis de habilidade). Por outro, existe uma miríade de fatores ambientais e estruturais, que os docentes não controlam, mas que detém uma enorme influência na qualidade de participação das crianças e jovens nas atividades físico-desportivas das aulas de EF. Nomeadamente, os espaços e as infraestruturas disponíveis para a prática da EF, ou até para a participação das crianças em atividades lúdico-desportivas informais durante o tempo de recreio. Esta “problemática” pode ser particularmente acentuada no contexto do 1º ciclo do ensino básico (CEB). Ao contrário das crianças mais velhas, que a partir do 2º ciclo de escolaridade têm acesso a infraestruturas standard disponibilizadas para as aulas de EF (p.e os pavilhões gimnodesportivos de largas dimensões) que se expandem a todo o país, essas infraestruturas não existem nos mesmos moldes nas escolas do 1º CEB. Assim, tendo bem presente a importância da disciplina de EF no processo formativo e educacional das crianças, propomo-nos neste capítulo, abordar os contextos que vigoram nas escolas do 1º CEB do concelho de Matosinhos para a leção desta disciplina.

1ª PERGUNTA. Qual a importância da Educação Física?

RESPOSTA. A EF tem um papel fundamental na educação, pela possibilidade de proporcionar às crianças e jovens uma diversidade de experiências através de situações nas quais estas podem criar e descobrir movimentos novos, elaborando ideias e conceitos sobre o movimento e as suas ações. É também um “espaço” que, através de situações de experimentação (com o corpo, com materiais e de interação social), proporciona aos alunos descobrirem os próprios limites, enfrentem desafios, conheçam e valorizem o seu corpo, relacionem-se com outras pessoas, percebam a origem do movimento, expressem sentimentos utilizando a linguagem corporal, localizem-se no espaço, entre outras situações voltadas ao desenvolvimento das suas capacidades intelectuais e afetivas, numa atuação consciente e crítica.

Além dos propósitos educacionais, a participação regular na disciplina de EF também pode ter um importante contributo em termos da sua saúde.

No conjunto de promessas educativas potencialmente emergentes da participação das crianças nas aulas de EF, as experiências vividas pelos alunos durante o 1º CEB são, provavelmente, as mais criticamente responsáveis por vinculá-las permanentemente à adoção de hábitos de vida saudável e atividade física regular. Este argumento justifica-se nas seguintes evidências:

– O percurso escolar das crianças no 1.º CEB é, geralmente, coincidente com o período sensível do seu desenvolvimento de habilidade motoras fundamentais que servirão, mais tarde, de sustentáculo ao desenvolvimento de habilidades motoras especializadas (geralmente associadas aos jogos e modalidades individuais e coletivas);

– Crianças com melhor desenvolvimento das habilidades fundamentais, e consequente auto-perceção de competência, mostram-se mais propensas ao envolvimento em atividades físico-desportivas, no e para além do contexto-escola, bem como a longo da vida;

– A natureza e o carácter pessoalmente significativo das experiências vividas durante as aulas de EF são fundamentais para vincular as crianças a uma vida ativa, com a motivação intrínseca para o exercício de hábitos de vida saudável e participação em atividades físico-desportivas ao longo da vida.

Os primeiros anos de vida são fundamentais para o desenvolvimento das crianças, de uma forma sustentada e equilibrada. A escola, particularmente através das aulas de EF, está numa posição privilegiada não apenas para um desenvolvimento de qualidades e competências físicas, mas também para a criação de hábitos de vida ativa e saudável ao longo do tempo. A educação dada no seio familiar, nos jardins de infância e escolas do 1º CEB constitui, assim, as bases que se desejam capazes de servir de sustentação a um longo percurso de cidadãos ativos e saudáveis.

2ª PERGUNTA. Qual a organização e estrutura das aulas de Educação Física nas escolas do concelho de Matosinhos (1ºCEB)?

RESPOSTA. Em Portugal a EF é uma disciplina com lugar no currículo da organização dos diferentes ciclos de ensino. No 1º CEB(a) a matriz curricular apresenta a seguinte distribuição:

Componentes de currículo	TIC (f)	Carga horária semanal (b)	
		(horas)	
		1.º e 2.º anos	3.º e 4.º anos
Português	Cidadania e Desenvolvimento (f)	7	7
Matemática		7	7
Estudo do Meio		3	3
Educação Artística (Artes Visuais, Expressão Dramática/ Teatro, Dança e Música) (c)	Cidadania e Desenvolvimento (f)	5	5
Educação Física (c)			
Apoio ao Estudo (d)		3	1
Oferta Complementar (e)		--	2
Inglês			
Total (g)		25	25
Educação Moral e Religiosa (h)		1	1

(a) Este ciclo de ensino integra, nos quatro anos de escolaridade, a oferta obrigatória de Atividades de Enriquecimento Curricular, de frequência facultativa, com uma carga horária semanal de cinco horas, a desenvolver no ensino básico, com natureza eminentemente lúdica, formativa e cultural; (b) A carga horária semanal indicada constitui uma referência para cada componente de currículo; (c) É dada a possibilidade à escola de prever coadjuvações na Educação Artística e na Educação Física, sempre que adequado, privilegiando, para o efeito, os recursos

humanos disponíveis; (d) O Apoio ao Estudo constitui um suporte às aprendizagens, assente numa metodologia de integração de várias componentes de currículo, privilegiando a pesquisa, o tratamento e a seleção de informação; (e) A(s) nova(s) componente(s), criada(s) pela escola no tempo destinado à Oferta Complementar, apresenta(m) identidade e documentos curriculares próprios; (f) Áreas de integração curricular transversal, potenciadas pela dimensão globalizante do ensino neste ciclo; (g) Cada escola gere, no âmbito da sua autonomia, os tempos constantes da matriz, para que o total da componente letiva incorpore o tempo inerente ao intervalo entre as atividades letivas com exceção do período de almoço; (h) Disciplina de oferta obrigatória e de frequência facultativa.

Assim verifica-se que a EF se divide na componente curricular (frequência obrigatória) lecionada pelo(a) professor(a) titular de turma, com a possibilidade de coadjuvação, e nas atividades de enriquecimento curricular (frequência facultativa). No concelho de Matosinhos, relativamente à componente das atividades de enriquecimento curricular – AEC Educação Física & Modalidades Locais, definiram como número horas semanais 60 minutos para os 1º e 2º anos e 60 minutos para os 3º e 4º anos, neste caso, aos quais acrescem 30 minutos para contemplar as deslocações necessárias para as modalidades locais como a natação, a patinagem e hóquei patins e o surf e bodyboard.

3ª PERGUNTA. Qual é o programa e guias orientadores da AEC Educação Física & Modalidades Locais?

RESPOSTA. As aprendizagens essenciais de EF para o 1º CEB pretendem garantir o desenvolvimento das capacidades psicomotoras fundamentais, exigidas pelos diferentes estádios de desenvolvimento motor, cognitivo, social e afetivo que caracterizam este nível etário. Nesta fase revela-se fundamental aprender e aperfeiçoar as habilidades mais significativas e imprescindíveis para aprendizagens futuras. Desta forma, as AEC Educação Física & Modalidades Locais, foi definido o seguinte programa orientador (Figura 1).

1º ANO	2º ANO	3º ANO	4º ANO
Atividades Físicas	Atividades Físicas	Atividades Desportivas	Atividades Desportivas
Deslocamentos e Equilíbrios	Deslocamentos e Equilíbrios	Atletismo	Atletismo
Perícia e Manipulações	Perícia e Manipulações	Ginástica	Ginástica
Jogos e Desafios Rítmicos	Jogos e Desafios Rítmicos	Jogos Pré-Desportivos	Jogos Pré-Desportivos
	Patinagem *	Golfe	Golfe
		Natação	Natação
		Patinagem *	Patinagem *
			Surf e Bodyboard**
<i>Rope Skipping</i>			
Relaxamento e Flexibilidade			

Figura 1: Programa orientador da AEC Educação Física & Modalidades Locais

*Esta modalidade é desenvolvida no Agrupamento de Escolas Dr. José Domingues dos Santos

**Esta modalidade é desenvolvida nos Agrupamentos de Escolas de Matosinhos e Óscar Lopes

A EF no 1.º CEB é de extrema importância e significado. Nesta primeira fase do processo educativo, deverá conter na sua estrutura um programa rico e muito variado em sugestões e materiais, através dos quais as crianças tenham a oportunidade de desenvolver habilidades motoras fundamentais, alcançando autoconfiança e adquirindo os primeiros conhecimentos, de forma simples e motivante, acerca do exercício e do seu contributo para a sua saúde e aptidão físico-motora.

No âmbito das AEC Educação Física & Modalidades Locais, foram testados um conjunto de materiais didáticos inovadores, tais como andas reguláveis, skis de verão, bowling, skates, wipsider, pebbles, fisgas gigantes, alvos reversíveis com bolas de velcro. Os materiais inovadores elencados permitiram testar, de forma piloto, um conjunto de atividades didáticas enquadradas nos blocos de Deslocamentos e Equilíbrios, bem como Perícias e Manipulações.

De forma transversal a todas as áreas das atividades de enriquecimento curricular, do currículo local de Matosinhos, foi testado e implementado o Programa Didático de Inclusão Inversa, isto é, um programa onde as crianças são desafiadas a praticar várias modalidades dirigidas a crianças com necessidades de saúde especiais e convidadas a assumir o seu lugar nas diversas atividades propostas.

No caso das AEC Educação Física & Modalidades Locais foram testadas as seguintes modalidades: Goalball, Boccia, Polybat, Atletismo – cegos ou baixa visão, Voleibol – sentado, Futebol – cegos ou baixa visão, Andebol – sentado, Ténis de Mesa – sentado, Basquetebol – sentado; Golfe – sentado, Golfe – cegos ou baixa visão, Rope Skipping – amputados, Rope Skipping – sentado e Rope Skipping – cegos ou baixa visão.

4ª PERGUNTA. Quantas crianças estão inscritas nas modalidades das AEC Educação Física & Modalidades Locais?

RESPOSTA. No ano letivo de 2021/2022, estiveram inscritas na Educação Física & Modalidades Desportivas Locais, no âmbito das atividades de enriquecimento curricular, 4642 crianças, de um universo total de 4691 alunos, i.e., 98,98%.

5ª PERGUNTA. E quantos professores são necessários para suprir essas necessidades?

RESPOSTA. Para o desenvolvimento das AEC Educação Física & Modalidades Locais nas 32 escolas do 1.º CEB do município, no âmbito das atividades de enriquecimento curricular, a autarquia contratou 30 professores, a que correspondem 30 horários.

6ª PERGUNTA. Quais são as características das salas de aula de Educação Física?

RESPOSTA. O ambiente físico (infraestruturas) disponível para a prática desta disciplina têm grande importância para o desenvolvimento das crianças e qualidade das aulas.

A escola, como refere a Lei de Bases do Sistema Educativo, tem a obrigação de criar condições para promover a educação dos cidadãos. O bem-estar e o aproveitamento escolar dos alunos pode ser condicionado pelos níveis de conforto ambiente, tais como a temperatura, a qualidade do ar, a luminosidade, a cor e o conforto acústico.

Apresentamos, de seguida, a percentagem de estruturas como polivalentes desportivos (Figura 2), campos de desporto ao ar livre (Figura 3), área pavimentada para realização de jogos ativos (Figura 4) e materiais desportivos que as escolas possuem.

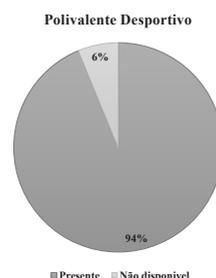
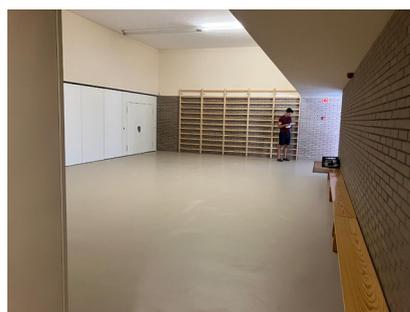


Figura 2: Exemplo de polivalente desportivo.

As escolas possuem quase todas polivalentes desportivos e, em caso negativo, existe a opção de os alunos se deslocarem a gimnodesportivos locais para a prática de EF. Este aspeto é ilustrativo da preocupação do município em disponibilizar condições adequadas para lecionação desta disciplina. No entanto, consideramos importante referir aos seguintes aspetos:

- Verificamos que alguns dos polivalentes são “zona de passagem” e/ou acesso a diferentes espaços da escola, podendo provocar momentos de interrupção momentânea da aula.
- Alguns polivalentes apresentam janelas não protegidas e as paredes não estão preparadas para poderem ser utilizadas como alvos ou instrumento auxiliar de aprendizagem (p.e., no trabalho com bolas).
- A utilização de monoblocos como polivalentes desportivos deverá ser uma situação transitória e nunca uma solução definitiva.
- Numa das escolas verificamos a existência de colunas no meio do polivalente, o que condiciona bastante a utilização deste espaço.

No que respeita ao espaço ao ar livre verifica-se a presença de campos desportivos em 87% das escolas (28) como nos mostra a seguinte figura.

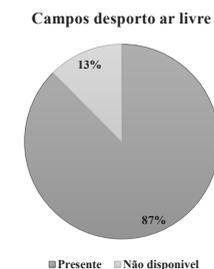


Figura 3: Exemplo de um campo desportivo ao ar livre.

Na figura 4 observa-se que todas as escolas apresentam áreas pavimentadas ao ar livre usada para jogos ativos, no entanto, verificamos que alguns destes pavimentos não apresentam as condições ideais de segurança (p.e., ausência de pavimento antiderrapante).



Figura 4: Exemplo de uma área pavimentada ao ar livre usada para jogos ativos

De salientar, ainda, que todos os professores de EF referiram que as escolas possuem boas condições materiais (p.e., bolas, cordas, arcos, entre outros), em quantidade, qualidade e variedade para lecionar.

Independentemente do tamanho da escola, os alunos devem ter possibilidades de cumprir o programa e ter oportunidades educativas semelhantes.

7ª PERGUNTA. **Quais são as características das escolas Matosinhenses propícias para as suas brincadeiras e jogos desportivos?**

RESPOSTA. O Comentário Geral n.º 17 sobre o Artigo 31.º da Convenção dos Direitos da Criança (2013) é claro – as crianças que usufruem de mais tempo de brincadeira e de ambientes propícios para tal adquirem benefícios como uma melhor qualidade de vida, mais criatividade, iniciativa e motivação, promoção da autoestima, além de se desenvolverem do ponto de vis-

ta físico, cognitivo, emocional e social. As crianças através do jogo e do brincar desenvolvem muitas competências de que destacamos: manter o equilíbrio emocional, competência para negociar, resolver conflitos, tomar decisões, autoconfiança, habilidades lógico-matemáticas, pensamento criativo, execução de tarefas complexas e integração.

Destacam-se os seguintes contextos e estruturas físicas que podem facilitar a prática de brincadeiras e jogos desportivos nas escolas do 1º CEB. Oitenta e quatro por cento das escolas apresentam zonas de recreio com relva ou piso mole (Figura 5).



Área recreio com relva ou piso mole

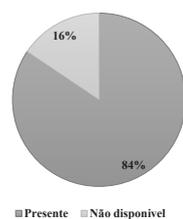


Figura 5: Exemplo de áreas de recreio com relva ou piso mole

Relativamente ao material desportivo apenas 50% disponibiliza arcos ou cordas no tempo de recreio aos alunos (Figura 6). No entanto, este baixo valor pode apresentar a atenuante das restrições impostas por causa do COVID-19, tal como foi referido por alguns coordenadores de escola.



Material disponível no recreio

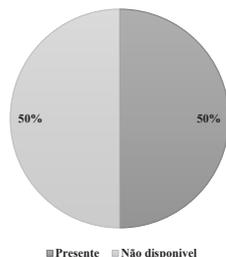


Figura 6: Exemplo de material desportivo disponibilizado aos alunos no recreio

Um aspeto importante para um ambiente propício a brincadeiras e jogos centra-se na existência de marcações de jogos (p.e., macaca), no chão ou nas paredes exteriores dos recintos escolares. A existência destas marcações possibilita a criação de diversas oportunidades de

ação para os alunos. Verificamos que a maioria das escolas apresenta marcações de jogos essencialmente no chão, como podemos constatar na Figura 7.

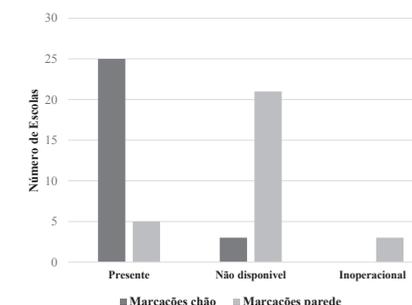


Figura 7: Distribuição do número de escolas que apresentam marcações para jogos no chão e nas paredes a que adicionamos um exemplo (foto da esquerda).

Uma condição frequente no distrito do Porto, fundamentalmente entre os meses de outubro e fevereiro, são as condições meteorológicas propensas a precipitação. Este fator pode condicionar significativamente os espaços disponíveis para brincar. Daqui que seja pertinente perceber quantas escolas possuem espaços cobertos para realização de jogos ativos nos momentos livres. Verificamos que 78% das escolas possuem uma área exterior coberta adequada para a realização de jogos ativos (Figura 8).



Área exterior coberta usada para jogos ativos

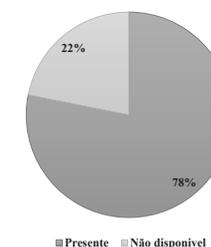


Figura 8: Exemplo de áreas exteriores cobertas usadas para jogos ativos

Na escola, por menor que seja o intervalo de tempo, as crianças costumam utilizar seu tempo livre para brincar, explorar e se divertir utilizando os diferentes espaços disponíveis do recinto escolar. Um momento importante no qual ocorrem estas atividades é o recreio e, à semelhança do que acontece nas aulas de EF, o ambiente escolar pode potenciar, ou, restringir a organização de jogos e brincadeiras. Por exemplo, uma escola com uma área exterior de grandes dimensões, sem obstáculos pelo caminho é um atrativo para que as crianças organizem brin-

cadeiras que envolvam corridas (p.e., caçadinhas). Por outro lado, uma escola que disponibiliza materiais desportivos (p.e., bolas) durante o recreio, e possui uma estrutura adequada para a prática de alguns desportos (p.e., cestos de basquetebol ou balizas de futebol) é um ambiente adequado para que as crianças explorem as suas habilidades desportivas.

Em conclusão:

A Educação Física é o meio mais eficaz para proporcionar às crianças o desenvolvimento de habilidades e capacidades motoras (literacia motora), atitudes, valores, conhecimentos e compreensão para a sua participação cívica na sociedade.

Para a Educação Física e Modalidades Desportivas Locais foram atribuídos 60 minutos semanais para os 1º e 2º anos e 60 minutos para os 3º e 4º anos, aos quais acrescem 30 minutos para contemplar as deslocações necessárias para as modalidades locais.

Há 4642 crianças inscritas na Educação Física e Modalidades Desportivas Locais.

As escolas do 1º ciclo do ensino básico de Matosinhos apresentam, maioritariamente, infraestruturas necessárias para a lecionação da Educação Física, bem como para a promoção de atividades lúdicas variadas e jogos ativos no tempo de recreio.

No entanto, em algumas escolas, os polivalentes desportivos apresentam dimensões reduzidas, tal como as áreas exteriores cobertas.

O material desportivo disponibilizado às crianças no recreio é reduzido em quantidade e variedade.

REFERÊNCIAS

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho. Diário da República, 1.ª série – N.º 129.

Neto, C. (2020). *Libertem as Crianças – A urgência de brincar e ser ativo*. Lisboa: Contraponto.

UN Committee on the Rights of the Child (CRC), General comment No. 17 (2013) on the right of the child to rest, leisure, play, recreational activities, cultural life and the arts (art.31), 17 April 2013, CRC/C/GC/17, available at: <https://www.refworld.org/docid/51ef9bcc4.html>

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, (2015). *Quality physical education (QPE): Guidelines for policy makers*: UNESCO Publishing.

