

# Educação Física no 1.º Ciclo O que Pensam os Professores Sujeitos a um Programa de Formação Contínua

Leonardo Rocha\*  
Manuel Mota Moreira\*  
Francisco Santos\*  
António Ribeiro\*  
Paula Bráz\*

## I. *Introdução*

Na Educação o tempo é de mudança. Os novos currículos e os novos programas são factos que não podem deixar de constituir uma oportunidade para se alterarem mentalidades e atitudes, no que respeita à Educação Física.

Esta disciplina, como qualquer outra, tem objectivos próprios, também eles fundamentais ao desenvolvimento integral e harmonioso da criança.

A Educação Física, no que diz respeito ao 1.º ciclo do Ensino Básico é efectivamente importante e imprescindível, porque:

- é nestas idades que se situam os períodos fulcrais das aprendizagens psicomotoras fundamentais e das principais qualidades físicas;
- assegura situações favoráveis ao desenvolvimento social, principalmente pelas situações de interacção que proporciona;
- permite a experiência de situações onde a abstracção e as operações cognitivas são vividas e interiorizadas numa forma dinâmica.

Ninguém desconhece isto, mas se quisermos encontrar as razões pelas quais a Educação Física não é investida neste grau de Ensino,

---

\* Câmara Municipal do Seixal.  
Boletim SPEP, n.º 5/6 Verão/Outono de 1992, pp. 37-45.

temos de as procurar nos principais argumentos utilizados pelos professores quando justificam essa ausência.

Com o aparecimento das escolas P3 (há mais de 30 anos) surge pela primeira vez considerado um espaço destinado a servir de ginásio mas, curiosamente, sem nada dentro que lhe pudesse dar um ar disso; nem colchões, nem espaldares e nem bancos, para já não falar de outros materiais também indispensáveis.

Tudo ficou na mesma!

Habituar-nos a isto e os professores foram naturalmente ficando acomodados!

O outro dos argumentos mais utilizados, que urge equacionar e modificar, é a falta de formação.

Na generalidade, são os próprios professores do 1.º ciclo que insistentemente referem não possuir a qualificação necessária à leccionação das matérias da Educação Física.

Dizem que não a receberam na formação inicial ou que a receberam mas foi insuficientemente, mas o mais frequente é afirmarem que depois de serem professores nunca mais lhes foi dada a possibilidade de se «aperfeiçoarem». «Sentiram-se sós», «encontraram-se desamparados», «viram-se de mãos vazias».

Formar professores é hoje uma «actividade» com modelos e princípios bem definidos, em que nada pode ser deixado ao acaso e onde aqueles se devam sentir respeitados e considerados. Estas preocupações fundamentais nortearam sempre a nossa atitude e, certamente, os resultados conseguidos na experiência que realizámos no concelho do Seixal, distrito de Setúbal, são o reflexo lógico desta forma responsável e profissional como sempre encarámos a formação de professores.

Por outro lado a dedicação e a competência da maioria dos professores do 1.º ciclo do Ensino Básico do nosso Concelho, o modo difícil como algumas vezes são obrigados a desempenhar as suas funções, as acusações e as incompreensões de que muitas vezes são alvo, devem obrigá-los a todos (outros agentes educativos, autarcas, etc.) a efectuar uma avaliação criteriosa e uma reflexão fundamentada das «ofertas» e dos apoios que lhes prestamos. Só assim poderemos em consciência definir estratégias e tomar decisões que, respeitando os seus valores e interesses, promovam verdadeiramente a inovação e o sucesso educativo.

Avaliar o sucesso de um programa é verificar em que medida é que ele proporcionou mudanças de atitude ou melhoria de resultados, utilizando metodologias correctas de investigação num processo aberto e transparente. Com essa intensão elaborámos questionários, realizámos entrevistas, fizemos observações e tirámos as conclusões que apresentaremos na última parte desta comunicação.

Na segunda parte será apresentado resumidamente o programa de formação contínua a que sujeitámos os professores e na terceira apresentaremos sucintamente a metodologia de recolha dos dados.

## II. Programa de formação contínua

O programa de formação que foi aplicado procurou proporcionar aos professores uma informação teórica, apoiada em palestras breves e em documentos escritos, e uma formação prática, que incluiu um acompanhamento sistemático por professores especializados que incidiu sobre diferentes formas de organização, orientação, dinamização e avaliação dos alunos da classe.

Sobre a formação prática, foram definidos alguns princípios que orientaram a formação e o acompanhamento de uma forma objectiva, visando delegar progressivamente no Professor do 1.º ciclo a responsabilização da organização, dinamização e planificação das actividades próprias da Educação Física.

O Programa de formação procurou ainda adaptar-se às exigências dos programas do 1.º ciclo do Ensino Básico aprovados em Agosto de 1990 e pretendeu, através de um processo inovador, implementar progressivamente um modelo de «formação recíproca», realizada no local de trabalho, onde os professores formados em acções anteriores possam vir a aceder à função de dinamizadores/formadores dos colegas que se iniciem no programa.

Como principal objectivo, pretendia-se que o programa habilitasse o professor do 1.º Ciclo do Ensino Básico a assumir progressivamente a responsabilidade de organizar, dinamizar e planificar as actividades próprias da área da Educação Física. Através de uma formação técnico-didáctica, o programa visa uma formação geral nas actividades e objectivos particulares da Educação física e a compreensão dos princípios gerais e técnicas de animação e dinamização num processo de prática lectiva.

Como segundo objectivo, pretendia-se também sensibilizar professores e pais e outros agentes educativos para a imprescindibilidade de uma formação completa da criança, onde a educação do corpo e do gesto, das capacidades condicionais e coordenativas, entre outras, são fundamentais à formação do carácter, à livre expressão da personalidade e à estruturação do pensamento.

O Programa encontra-se estruturado em 3 Fases:

- 1.ª Demonstrar aos professores, diferentes métodos de organização de uma aula, utilizando variadas actividades e situações, partindo das propostas sugeridas no programa oficial em vigor (12 sessões técnico/didácticas de 1 hora).
- 2.ª Promover a integração e compreensão progressiva pelo professor dos conteúdos da Educação física, e de como os transmitir, familiarizando-os com os diferentes métodos de propor e avaliar tarefas motoras (6 sessões teórico/práticas de uma hora).
- 3.ª Acompanhar os planeamentos das sessões da aula e a sua concretização segundo objectivos propostos pelo professor visando a

sua integração na dinamização e organização da classe segundo um plano de aula que preveja o controlo das aprendizagens efectuadas pelos alunos (6 de sessões de prática Supervisionada).

Como se pode constatar, o programa apoia-se numa sequência de fases que pressupõem uma progressão na autonomia do professor na dinamização e organização das actividades de Educação Física da sua classe.

No entanto, esta autonomia não visa deixar o professor do 1.º ciclo sozinho após o cumprimento do «contrato», mas, e isto é fundamental, pretende libertá-lo progressivamente para outras tarefas mais complexas que passam pela programação das sessões de aulas e pelo planeamento de unidades de ensino completas.

### **III. Recolha de dados**

Para recolher as opiniões dos professores utilizámos questionários, realizámos entrevistas e procedemos a algumas observações, quer directas, quer através da análise de documentação vídeo recolhida durante a prática supervisionada.

Os questionários, que incluíam perguntas do tipo fechado e perguntas abertas, foram apresentados individualmente aos professores procurando assim recolher opiniões não influenciadas pela discussão em grupo.

As entrevistas, realizadas também individualmente, procuraram recolher opiniões mais espontâneas e que revelassem os termos usualmente empregues pelos professores do 1.º ciclo. Globalmente era pretendido saber a opinião dos implicados sobre a estrutura, os conteúdos, a utilidade, a eficácia e os resultados do programa, recorrendo, nas perguntas do tipo fechado, a uma apreciação do tipo quantitativo, utilizando uma escala de um a cinco, onde o 1 representava o «não satisfaz» e o 5 o «satisfaz muito». As questões do tipo «aberto» visavam, por um lado, validar as respostas obtidas nas questões tipo «fechado», identificando os aspectos mais significativos daquelas e, por outro, recolher sugestões de ordem qualitativa que permitissem introduzir alterações em futuros programas.

As observações directas ou de registos vídeo das aulas dadas pelos professores do 1.º ciclo, permitiram apreciar melhor e confirmar alguns dos dados recolhidos nos questionários e entrevistas.

### **IV. Resultados**

Numa apreciação global, pode referir-se que a grande maioria dos

de referirem que desejavam um maior número de observações de sessões técnico/didáticas.

**Quadro 1**  
Avaliação do Programa de formação contínua  
feita pelos Professores do 1.º Ciclo do Ensino básico

			Frequência de valores					f
	Sim	Não	1	2	3	4	5	
1. A estrutura do programa foi a mais adequada	26	1						
2. A formação teórico prática foi adequada quanto?								
a) à pertin. de informação			0	2	3	10	12	27
b) à forma de apresentação			0	1	1	16	9	27
c) aos conteúdos			0	1	3	12	11	27
3. A formação técnico didáctica foi eficaz quanto?								
a) ao n.º de sessões obs.			1	5	11	5	4	26
b) aos temas abordados			0	2	3	15	7	27
c) à relação Professor/aluno			0	0	1	6	20	27
4. A prática supervisionada foi útil, porque?								
a) aumentou os conhecimentos			0	1	3	11	12	27
b) reforçou o gosto/EF			0	0	3	11	13	27
c) incutiu mais confiança			0	0	4	12	11	27
5. Como avalia o programa quanto à sua:								
a) utilidade			0	0	1	13	13	27
b) eficácia			0	0	5	10	12	27
c) interesse			0	0	0	13	14	27
Totais	26	1	1	11	38	134	138	323
%	96.3	3.7	0.3	3.7	11.8	41.5	42.7	

Numa apreciação mais fina é de realçar que o 5 é o valor indicado mais vezes (138), O que corresponde a quase metade de todas as referências (42.7%). O segundo valor em frequência de indicações é o 4 (134) o que conjuntamente com o valor 5 representa 84.2% de todas as referências. Pode daqui concluir-se que 9 em 10 professores considera que o programa foi útil, eficaz, aumentou os seus conhecimentos, lhes incutiu confiança e sobretudo correspondeu aos seus interesses. Estas ilacções são reforçadas pela análise mais minuciosa à questão 5, onde os professores na grande maioria (92.6%) atribuem os valores mais elevados (5 e 4) às 3 alíneas mais directamente relacionadas com estes aspectos.

A alínea c) da questão 3 apresenta as cotações mais elevadas (4 e 5). Esta observação pode querer dizer que um dos aspectos mais valorizados pelos professores, e onde houve uma maior unanimidade, foi a

forma de relacionamento estabelecida com os formadores. Isto pode ser confirmado pelos depoimentos de alguns deles, que referem este como um dos aspectos mais positivos do programa.

As «actividades práticas», a «prática supervisionada», a «formação teórico prática» foram as frases mais utilizadas para referir os factores mais positivos do programa.

«Poucas sessões observadas», «insuficiência de sessões observadas» e «não encontrei aspectos negativos» foram as frases mais utilizadas para reforçar alguns dos factores menos positivos.

Apesar de nem todos os professores apresentarem sugestões (51.95%) pode no entanto dizer-se que destes a maioria refere como importante continuar o apoio no próximo ano lectivo e que é importante estender esta acção a outras escolas do concelho.

O segundo questionário pretendia verificar os efeitos ou alterações no comportamento dos alunos, no ponto de vista dos professores da classe, em aspectos não específicos da Educação Física. Responderam ao questionário vinte professores de duas escolas diferentes. Era constituído por quatro questões de tipo «fechado» e uma questão tipo «aberto».

**Quadro 2**  
Influências do Programa de formação contínua  
no comportamento dos alunos

Considera que o Programa trouxe alterações?		Sim	Não	N/obs.
1. Trabalho de grupo	1.1. maior participação	19	1	0
	1.2. sujeita-se às decisões do grupo	14	3	3
2. Atitude postural	2.1. na sala de aula	11	5	4
	2.2. noutras situações	14	2	4
3. Relações interpessoais	3.1. com colegas	17	1	2
	3.2. com professores	8	9	3
4. Interesse pelas actividades escolares	4.1. hábitos de trabalho	14	4	2
	4.2. cumprimento de horários e regras	17	3	1
	4.3. atenção	13	4	3
	4.4. interesse	19	1	0
Soma		146	33	23
%		72,3	14,3	11,4

Dos resultados deste questionário, destacamos:

72,3% do total de respostas indicam ter havido alterações positivas (resposta sim) no comportamento dos seus alunos. Destas, destaque ainda para a «participação no trabalho de grupo» e «interesse pelas actividades escolares», com 95% cada e «relação com os colegas» com 85%.

A questão com mais respostas «Não», é a que se refere à relação com o professor, 45%. Podemos depreender que os professores consideram que a sua relação com os alunos já era boa. A resposta «Não observou» aconteceu com maior destaque em relação à «atitude Postural», 20%.

Finalmente o questionário 3 pretendia avaliar aspectos específicos da Educação Física. Mais concretamente coloca em análise os alunos que entre o início e o final do ano lectivo atingiram os objectivos referidos no próprio questionário e que constituem em si mesmo, objectivos dos Programas de Expressão Educação Físico-Motora.

Para efeitos de análise considerou-se cada uma das turmas divididas em 4 classes: 0 a 25%; 26 a 50%; 51 a 75%; 76 a 100% (do total de alunos).

**Quadro 3**  
Efeitos da aplicação do Programa de formação Contínua  
em relação a conteúdos da Educação Física

			0 a 25%	26 a 50%	51 a 75%	76 a 100%	n/sabe
Perícias e manipulações	1.ª Fase	Lança (arco, bola, arco) na vertical e agarra sem tocar no chão	1	3	5		
		Bate a bola no chão (sem perder o seu controlo) várias vezes cosecut.	4	2	3		
	2.ª Fase	Passa e recebe a bola de um companheiro (situação de jogo)		3	7	1	
		Dribla a bola em corrida (sem perder o seu controlo)		5	5		1
	1.ª Fase	Reconhece-se como elemento do grupo	2	3	4	1	
		Cumprir as tarefas segundo as regras	3	1	3	1	
	2.ª Fase	Compreende os objectivos do jogo (atacar, marcar pontos, defender)		2	10	1	
		Coopera com os companheiros		1	8		
Deslocamentos e equilíbrios	1.ª Fase	Desloca-se com eficácia variando apoios (gatas, pé coquinho, 4 apoi.)		2	3	4	
		Mantém ou recupera posição de equilíbrio no banco sueco (Pos. Norm.)	2	1	5	1	
	2.ª Fase	Corre com eficácia variando ritmos e apoios			6	3	1
		Mantém e recupera a posição de equilíbrio no banco sueco invertido		1	6	3	2
Soma			12	24	65	15	4
%			10	20	54,1	12,5	3,4

Das respostas dadas, salientamos os seguintes aspectos:

Existem valores em todas as classes com uma variação entre 10% (total de respostas na classe 0 a 25%) e os 12.5% (classe 76 a 100%).

A fatia mais significativa situa-se na classe 51 a 75% (54.1% do total de respostas). A resposta «Não sabe» surge em 3,4 % do total, o que revela, julgamos, uma boa compreensão e integração do Programa de Formação.

Da análise das entrevistas queremos destacar alguns factores de apreciação importantes e alguns depoimentos que consideramos elucidativos.

Sobre «o que é ter condições» para a implementar a prática da Educação Física uma Professora disse-nos:

*«É, em primeiro lugar, possuir um espaço próprio, adequado e apetrechado com o material indispensável ao cumprimento do programa. É, em segundo lugar, contar com o incentivo e o apoio de colegas, professores da especialidade, que vivendo connosco as nossas dificuldades e inseguranças, nos ajudem a compreender os objectivos da educação física e a pô-los em prática. É, por último, ter um grupo de professoras atentas às necessidades dos seus alunos, dispostas a ter 'mais trabalho' e com vontade de mudar o rumo das coisas.»*

Uma outra, referindo-se à diferença que nota na vida da sua escola, diz:

*«Hoje a nossa escola está diferente!*

*Hoje a 'polivalente' não serve só para exposições. É um novo espaço de aprendizagem do qual alunos e professores já não prescindem, com prazer, todas as semanas.*

*Não queremos dizer que não sentimos ainda dificuldades ou que já temos tudo resolvido. Não sabemos tudo mas temos mais confiança naquilo que fazemos. Podemos afirmar é que a Educação Física não é nenhum 'bicho de sete cabeças', que compreendemos melhor as suas virtualidades e que queremos continuar a 'aprender' e a 'fazer mais'.»*

As alterações significativas a nível da escola mais referidas são as que dizem respeito ao aumento da prática da Educação Física e a um maior dinamismo na própria actividade da Escola.

Quanto à forma de relacionamento entre os seus alunos, todos os professores consideram que existe uma maior aceitação das regras, uma melhor tolerância, uma maior camaradagem, mais participação, mais responsabilidade, menos agressividade...

Os benefícios individuais mais indicados referem-se sobretudo a casos de alunos que com a Educação Física ultrapassaram a sua timidez e individualismo e melhoraram a sua coordenação de movimentos.



*«No caso particular da nossa escola, todos os professores consideram que o programa introduziu alterações significativas quer na vida da escola, quer na forma de relacionamento dos seus alunos, quer ainda individualmente em alguns deles.»*

## V. Conclusões

A mais importante conclusão a retirar das respostas dos professores é a elevada avaliação que estes atribuem ao programa. Efectivamente, a grande maioria deles não só se identifica com a forma como o programa foi planeado e conduzido, como lhe atribui uma cotação (4.3) muito próxima do máximo valor possível (5).

A utilidade e a eficácia do programa é sem dúvida outra das conclusões que interessa referir.

Por um lado, todos os professores atribuíram uma cotação acima do valor médio (3) e 9 em cada 10 atribui mesmo cotações de 4 ou 5 nas alíneas onde estas questões foram colocadas mais directamente.

Por outro, ao querer continuar no programa e ao sugerir que o programa se estenda a outras escolas, os professores revelam de uma forma clara a apreciação muito favorável que o mesmo lhes suscitou.

Pode também concluir-se, pela análise das respostas obtidas, que existe da parte dos professores do 1.º Ciclo do Ensino Básico que foram sujeitos ao Programa de formação contínua, uma atitude diferente face à Educação Física. Uma melhor compreensão dos seus objectivos, uma maior confiança na sua utilização e um entendimento diferente das suas virtualidades, são certamente o reflexo dessa mudança.

Julgamos finalmente poder concluir que, com formação adequada e, paralelamente, com o necessário apetrechamento em termos de equipamentos das suas escolas, os professores do 1.º Ciclo do Ensino Básico estão capacitados para assumir por inteiro e sem «dramatismos» o cumprimento das exigências que os Programas oficiais lhes impõem.