

EXPRESSÃO FÍSICO MOTORA E DESPORTO ESCOLAR NO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO

João Ribeiro, Clarisse Sim Sim, Helena Flores e João Pereira

Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita, Barreiro

Autor de correspondência: João Ribeiro; Escola Secundária Augusto Cabrita (sede), Rua Maria Lamas, Alto do Seixalinho, 2830-088 Barreiro; Tel. 212 059 220; e-mail: aeaugustocabrita.direcao@gmail.com

Submetido para publicação em 30 de Agosto de 2016.

Os autores do artigo declaram que não existe conflitos de interesses.

Resumo

Introdução: *Este projeto pretende implementar a lecionação da Expressão Físico Motora, para todos os alunos do 1.º ao 4.º ano de escolaridade, das escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita – Barreiro. É realizada, em regime de coadjuvação, por um professor de educação física do agrupamento, ao professor titular de turma do 1.º ciclo. Justifica-se pela obrigatoriedade da lecionação desta área disciplinar curricular com avaliação específica, pela sua importância no processo de desenvolvimento e por inerência no processo educativo. Tem como objectivos, os definidos pelo Programa Nacional de Educação Física para o 1.º Ciclo do Ensino Básico.*

Desenvolvimento: *O projeto iniciou-se no ano lectivo 2014-2015, com duas turmas de 3.º ano. Em 2015-2016, está a ser implementado em todas as turmas, do 1.º ao 4.º ano, das três escolas do 1.º ciclo, do agrupamento Augusto Cabrita. Abrange 18 turmas num total de 396 alunos, para além de quatro professores de educação física e 18 docentes do 1.º ciclo. A atividade é curricular, integrada no horário dos alunos, do professor do 1.º ciclo e considerada na componente letiva do horário do professor de educação física. Tem carga horária semanal de uma hora, é desenvolvida nas instalações das escolas do 1.º ciclo, com base no Programa Nacional de Educação Física. Simultaneamente desenvolve-se o Projeto Desporto Escolar para o 1.º ciclo.*

Conclusão: *O pouco tempo de implementação não nos permite ainda obter dados para uma análise comparativa, no entanto segundo as professoras do 1.º ciclo, os alunos apresentam comportamentos de maior organização, concentração e disciplina na sala de aula. Também os professores de Educação Física, nas avaliações diagnóstico realizadas no início do 5.º ano, referem um nível de desempenho motor mais elevado. Fundamentalmente, este projeto está a dar cumprimento à legislação portuguesa e resposta às necessidades de desenvolvimento e formação de uma população, tornando real uma ambição de todos nós, Educação Física do 1.º ao 12.º ano de escolaridade.*



MOTOR PHYSICAL EXPRESSION AND SCHOOL SPORT IN THE 1ST CYCLE OF BASIC EDUCATION

Abstract

Introduction: *This project intends to implement the teaching of the Motor Physical Expression, for all students from the 1st to the 4th year of schooling, of the schools of the 1st cycle of Basic Education of the school group Augusto Cabrita – Barreiro. It is carried out, in a coadjuvant regime, by a physical education teacher of the school group, to the titular professor of class of the 1.º cycle. It is justified by the compulsory teaching of this curricular subject area with specific evaluation, its importance in the development process and inherently in the educational process. Its objectives are those defined by the National Program of Physical Education for the 1st Cycle of Basic Education.*

Development: *The project began in the academic year transate, with two classes of 3rd year. In 2015-2016, it is being implemented in all classes, from the 1st to the 4th year of schooling, of the three schools of the 1st cycle (n.º 5, 6 and 8), of the group Augusto Cabrita. In this way it covers 18 classes for a total of 396 students, in addition to four physical education teachers and 18 1st cycle teachers. The activity is curricular, integrated in the students' schedule, the schedule of the 1st cycle teacher and considered in the lecturing component of the physical education teacher's schedule. It has a weekly hour load of one hour, it is developed in the facilities of the schools of the first cycle, based on the National Program of Physical Education. Simultaneously the School Sport Project is developed for the 1st cycle.*

Conclusion: *The short time of implementation does not yet allow us to obtain data for a comparative analysis, however according to the 1st cycle teachers, the students present behaviors of greater organization, concentration and discipline in the classroom. Also Physical Education teachers in the diagnostic evaluations performed at the beginning of the 5th grade, report a higher level of motor performance. Fundamentally, this project is complying with Portuguese legislation and responding to the needs of development and training of a population, making real an ambition of all of us, Physical Education from 1st to 12th year of schooling.*

INTRODUÇÃO

A lecionação da Expressão Físico Motora em ambiente curricular, ainda não é uma prática regular e sistemática para todos os alunos das diferentes turmas e anos de escolaridade, das escolas do 1.º ciclo do ensino básico em Portugal.

Razões de ordem diversa, têm dificultado a implementação da prática letiva curricular desta área disciplinar obrigatória, tal como é mencionado na legislação.

No entanto esta realidade não minimiza a importância desta área curricular, antes pelo contrário, deve continuar a preocupar-nos e obrigar-nos a procurar soluções para ultrapassar esta situação.

Sabemos por todo o conhecimento científico produzido, que os períodos críticos do desenvolvimento das qualidades motoras e das aprendizagens psicomotoras fundamentais, situam-se na faixa etária dos 5 aos 10 anos, a qual correspondente ao 1.º ciclo do ensino básico.

A falta de atividade/estimulação apropriada nesta fase, traduz-se em carências frequentemente irremediáveis.

No âmbito do desenvolvimento ontogenético, o desenvolvimento motor da criança atinge estádios qualitativos que precedem o desenvolvimento cognitivo e social. Assim a actividade física educativa, oferece também aos alunos, reportório motor, relacional e afetivo, necessárias às abstrações e operações cognitivas inscritas nos programas de outras áreas curriculares, preparando os alunos para a sua abordagem ou aplicação.

Conscientes da importância da lecionação curricular da Educação Física no 1.º ciclo do ensino básico, o grupo de professores da Área Disciplinar de Educação Física, bem como a direcção do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita e todo o restante corpo docente, em especial do 1.º ciclo, empenharam-se em concretizar um **projeto de uma efetiva lecionação curricular da Expressão Físico Motora no 1.º Ciclo do Ensino Básico, através da coadjuvação do professor de Educação Física, ao professor titular de turma do 1.º ciclo do ensino básico.**

Este é o projeto que apresentamos e tem como finalidade, que todos os alunos do Agrupamento de escolas Augusto Cabrita, tenham uma oferta educativa de Educação Física do 1.º ao 12.º ano de escolaridade.

FUNDAMENTAÇÃO

Vários são os fatores que fundamentam a implementação deste projeto de lecionação da Expressão Físico Motora (EFM) no 1.º ciclo do ensino básico.

Esta é uma área disciplinar curricular obrigatória no 1.º ciclo de ensino e consignada no currículo há mais de 25 anos. Tem programa nacional elaborado e em vigor desde 1988, tendo inclusivamente sofrido já um reajustamento. Importa também referir que este programa tem uma articulação com todos os outros níveis de escolaridade.

Pela reconhecimentu da sua importância, esta área tem avaliação curricular específica através da existência de espaço próprio na ficha individual de avaliação de período, onde o professor titular de turma é obrigado a referir a sua avaliação para cada aluno.

Considerando desnecessário, neste contexto, fazer uma fundamentação científica, convém referir que, todo o conhecimento científico produzido nas diferentes áreas do conhecimento, nomeadamente nos âmbitos do desenvolvimento curricular, desenvolvimento motor, aprendizagem motora e metodologias de treino e aprendizagem, salientam a importância fundamental da estimulação motora no processo de desenvolvimento integral, em especial nesta faixa etária.

Os estudos de Hirtz (1979) e Grosser (1981) relacionando a aprendizagem motora com os processos de metodologia de treino, de Martin (1982) apresentando a teoria das fases sensíveis, os modelos e teorias apresentados por Steiner (1980) de desenvolvimento do rendimento desportivo a partir dos quais, Gallahue e Ozmun (2001) criam o modelo explicativo das fases do desenvolvimento motor, reforçam a importância, coerência e solidez desta perspetiva.

Deste modo torna-se determinante para uma formação integral, a sua inclusão de forma obrigatória no processo educativo. A escola enquanto instituição determinante no processo de ensino-aprendizagem, ao integrar a EFM no seu currículo obrigatório assume-a de forma inclusiva, abrangendo todo o universo discente, o qual deverá usufruir desta oferta educativa de forma sistemática e regular.

Sem dúvida que as dificuldades com que nos temos confrontado, ao longo de mais de 50 anos para a lecionação da educação física no 1.º ciclo, passam pela falta de competências sentidas pelos professores do 1.º ciclo e mesmo do ensino primário, nesta área da educação física. Várias têm sido as tentativas para debelar ou minimizar este problema. Avançou-se na formação inicial de professores mas sem grandes resultados; investiu-se nos últimos trinta anos na formação contínua de professores, mas as consequências em todo o nosso país, foram extremamente reduzidas.

Certamente que as questões culturais, sempre apresentadas como argumento nestas situações, não são despendidas.

Exatamente reconhecendo esta realidade, e a existência de um corpo de conhecimentos especializados, foi criada através da legislação, a possibilidade do regime de coadjuvação de um professor de educação física ao professor titular de turma do 1.º ciclo para a lecionação de áreas específicas, nomeadamente a Expressão Físico Motora.

A nossa experiência de trinta anos de trabalho com o 1.º ciclo, leva-nos a optar por este meio e figura legal de apoio à prática letiva, como a forma mais eficaz, no contexto em que nos encontramos atualmente, para a lecionação da Expressão Físico Motora no 1.º ciclo.

Reconhecendo a grande importância da articulação horizontal e vertical de conteúdos ao longo dos diferentes anos de escolaridade e ciclos de ensino, e que transparece do Programa Nacional de Educação Física e aproveitando a actual organização escolar em que o agrupamento

encerra em si os diferentes ciclos de ensino, parece-nos um momento oportuno para ligarmos estas sinergias numa corrente que permita um trabalho conjunto na leccionação da Educação Física do 1.º ao 12.º ano.

OBJETIVOS

Este projeto tem como objetivo geral o cumprimento da legislação portuguesa, a qual obriga a leccionação da Expressão Físico Motora de forma sistemática e regular a todos os alunos do 1.º ao 4.º ano do 1.º ciclo do ensino básico nas escolas portuguesas. Quanto aos objetivos específicos são aqueles que já se encontram no programa desta área curricular e que são, a saber:

- Desenvolver o nível funcional das capacidades motoras dos alunos;
- Melhorar a realização das habilidades motoras nos diferentes tipos de atividades, conjugando as suas iniciativas com a acção dos colegas e aplicando correctamente as regras;
- Promover o desenvolvimento integral do aluno, favorecendo uma oferta educativa numa perspectiva interdisciplinar e integrada com as restantes aprendizagens escolares;
- Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que se mantenham na idade adulta, contribuindo para o aumento dos índices de prática desportiva da população portuguesa;
- Fomentar o espírito desportivo e do fair-play, no respeito pelas regras das atividades e por todos os intervenientes.



POPULAÇÃO ALVO

O projeto abrange no ano letivo de 2015-2016 os alunos de todas as turmas, do 1.º ao 4.º ano de escolaridade, das escolas n.ºs 5, 6 e 8 do 1.º Ciclo do Ensino Básico, integrantes do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita, num total de **396** alunos, distribuídos pelas diferentes escolas e anos de escolaridade, como o quadro 1 apresenta:

Quadro 1. Distribuição do número de alunos por escola, turmas e anos de escolaridade, abrangidos pelo projeto.

	1.º ano		2.º ano		3.º ano		4.º ano	
	Alunos	Turmas	Alunos	Turmas	Alunos	Turmas	Alunos	Turmas
Escola n.º 5	24	1	25	1	25	1	24	1
Escola n.º 6	20	1	26	1	61	3	23	1
Escola n.º 8	46	2	39	2	39	2	44	2
Total	90	4	90	4	125	6	91	4

Numa apresentação mais sumária, não especificando as escolas, e levando somente em consideração os anos de escolaridade, temos o seguinte quadro 2.

Quadro 2. Distribuição do número de alunos por turma e ano de escolaridade abrangidos pelo projeto.

	Alunos	Turmas
1.º ano	90	4
2.º ano	90	4
3.º ano	125	6
4.º ano	91	4
Total	396	18

ATIVIDADES E ORGANIZAÇÃO

As atividades desenvolvidas enquadram-se em três áreas:

Curricular

Leccionação de aulas de Expressão Físico Motora, curriculares, logo de carácter obrigatório, de forma sistemática e regular com a carga horária semanal de uma hora.

São ministradas em regime de coadjuvação de um professor de educação física do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita com o professor titular da turma do 1.º ciclo do ensino básico.

A atividade é desenvolvida com base no Programa Nacional de Educação Física para o 1.º ciclo do ensino básico, sendo leccionados todos os blocos obrigatórios levando em consideração as condições de instalações de cada escola.

A natação, enquanto bloco alternativo, não é leccionada devido à impossibilidade de conciliar disponibilidades de horário docente e discente, transportes e instalações (piscina).

Complemento Curricular

Também são desenvolvidas atividades físicas e desportivas de complemento curricular, de carácter facultativo, enquadradas no Projecto Desporto Escolar no 1.º ciclo do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita, através de três núcleos: Jogos Desportivos Colectivos, Modalidades Individuais e Expressões e Gímnicas.

Neste caso, para que o desporto escolar fosse uma realidade em todas as escolas do 1.º ciclo do agrupamento, cada professor de educação física, na sua respetiva escola, desenvolve a atividade independentemente da tipologia do núcleo do DE, permitindo assim uma maior diversidade de estimulação e ecletismo de formação.

Para fins de participação externa, então enquadra os seus alunos consoante a definição dos núcleos.

Os alunos em cada escola, tem duas horas semanais, distribuídas por dois dias.

Também na vertente interna do Desporto Escolar, existe participação, nomeadamente no Dia do Desporto, Corta Mato do agrupamento, Mega Sprinter do agrupamento e Sarau Gímnico Augusto Cabrita. Todas estas atividades foram desenvolvidas no âmbito do agrupamento, mas nas escolas do 2.º, 3.º ciclo e secundário, nomeadamente Padre Abílio Mendes e Secundária Augusto Cabrita.

Esta forma permite aos alunos e professores o conhecimento e integração de todos os espaços educativos do agrupamento, o que facilita posteriores integrações para os alunos e trabalho colaborativo entre pares para professores.

Atividades Pontuais

Decorreram também outras atividades no âmbito do Plano Anual de Actividades (PAA), desenvolvidas nas escolas do 1.º ciclo, aproveitando os momentos de final de período ou outras iniciativas como o dia do patrono, em que foi promovida a participação conjunta dos pais, ou outros familiares, com os alunos nas atividades.

Os alunos também participaram fora da escola, enquadrados pelos seus professores de turma e pelos professores de EF, em iniciativas promovidas por outras entidades, nomeadamente; Mexe-te uma Beca e Feira Pedagógica.



RECURSOS HUMANOS

No ano letivo de 2015-2016, para além dos professores titulares de cada turma do 1.º ciclo, num total de dezoito (18) elementos, estão envolvidos quatro (4) professores de Educação Física (EF) do Agrupamento de Escolas Augusto Cabrita; três através da leccionação em coadjuvação e um na coordenação do projecto.

Cada professor de EF é responsável pela coadjuvação em cada uma das escolas do 1.º ciclo, respectivamente; Clarisse Sim-Sim escola básica n.º6, Helena Flores n.º8 e João Pereira n.º5. São estes mesmos docentes, cada um na sua escola, que desenvolve as atividades do projecto Desporto Escolar.

A coordenação do projeto está a cargo do professor João Ribeiro.

Optou-se por ser o mesmo docente de EF a fazer a coadjuvação da leccionação em todas as turmas da mesma escola, de modo a permitir um maior conhecimento de todo o corpo docente dessa escola e as suas dinâmicas de trabalho e relacionais. Permite também um sentimento de corpo e um maior envolvimento com toda a comunidade da escola.

As horas necessárias para a implementação deste projeto, num total semanal de vinte e cinco (25h), foram utilizadas do crédito horário de escola, e estão consideradas no horário semanal de

cada um dos docentes, como horas letivas, tanto para a leccionação de aulas de Expressão Físico Motora como para as atividades do Desporto Escolar.

A opção por este modelo, proposta pela direcção executiva, corroborada pelo conselho pedagógico e aprovada pelo conselho escolar, baseia-se na importância que é reconhecida à Educação Física como conteúdo formativo e fundamental para o sucesso escolar dos alunos.

INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS

As aulas curriculares, actividades do desporto escolar, e outras actividades são desenvolvidas maioritariamente nas instalações das escolas do 1.º ciclo.

Na escola n.º 8, sendo uma P3, em espaço ao ar livre e recinto coberto próprio. Na escola n.º 5 em espaço ao ar livre e numa sala adaptada para o efeito. Na escola n.º 6 em polidesportivo ao ar livre e em caso de necessidade, nomeadamente no inverno devido ao frio e chuva, é utilizado um espaço coberto do movimento associativo (Comissão de Moradores), localizado muito próximo da escola, pois esta não possui espaços cobertos.

Em situações pontuais para eventos específicos, são utilizadas as escolas do 2.º, 3.º ciclo e secundário do agrupamento, para realização das actividades.

Está definido um “kit” de material específico para a leccionação das aulas curriculares de Expressão Físico Motora no 1.º ciclo, de acordo com a faixa etária e etapas de desenvolvimento e respectivo programa nacional.

O apetrechamento em todas as escolas está a ser feito de forma faseada, considerando os materiais já existentes e as necessidades mais urgentes. O suporte financeiro para este apetrechamento é feito com as verbas do projecto desporto escolar.

ESTRATÉGIA DE IMPLEMENTAÇÃO

Para a concepção e implementação deste projeto, considerando outras tentativas e as dificuldades decorrentes, foi essencial definir uma estratégia faseada.

Uma primeira fase em que foi fundamental que todo o grupo de professores de Educação Física do agrupamento, estivessem em sintonia quanto à importância da prática da actividade física para todos os jovens nesta faixa etária, e a necessidade dela ser ministrada na escola de forma obrigatória.

Na sequência do reconhecimento desta importância e necessidade, saber da disponibilidade dos docentes para a leccionação neste ciclo de ensino.

Ter o reconhecimento, envolvimento e participação da direcção do agrupamento de modo a poder fazer a sua apresentação e defesa no conselho pedagógico e conselho de escola e “adjudicar” as horas necessárias para a sua concretização.

No entanto é fundamental que os colegas professores do 1.º ciclo tenham uma voz bem audível neste projecto. Foram realizadas reuniões preliminares de discussão do projecto. Ele só pode ter êxito através da participação e cooperação dos professores do 1.º ciclo.

O ano lectivo de 2014-2015, foi o ano inicial; o projecto foi implementado com duas turmas do 3.º ano de escolaridade, 3A e 3B, da Escola Básica n.º8.

No ano lectivo de 2015-16 foi implementado em todas as turmas dos diferentes anos de escolaridade da totalidade das escolas do 1.º ciclo que integram o agrupamento Augusto Cabrita.

AVALIAÇÃO

Neste primeiro ano optou-se por o processo avaliativo dos alunos basear-se fundamentalmente num modelo de avaliação contínua realizada de forma conjunta pelo professor de educação física e o professor titular de turma.

A avaliação dos resultados foi também tida em consideração, através das avaliações diagnósticas no início do ano lectivo, realizadas pelos professores de educação física do 5.º ano de escolaridade.

A avaliação do projeto é também realizada pelos professores do 1.º Ciclo e registada nas atas das reuniões de avaliação, em reuniões conjuntas, formais e informais, com os professores de EF, pelos próprios professores de EF envolvidos através de reuniões informais para o efeito e do relatório final de ano, pela direção do agrupamento e famílias.



CONCLUSÕES

O trabalho apresentado não tem como pretensão, corroborar ou confirmar factos científicos já apresentados há mais de meio século nem sequer validar a importância da Educação Física, ela é plenamente assumida como fator estruturante do desenvolvimento humano.

Também o pouco tempo de implementação do projecto, não nos permite ainda obter dados para uma análise comparativa fundamentada.

No entanto através das avaliações diagnósticas realizadas pelos professores de educação física no início do 2.º ciclo (5.ºano), estes mencionam existir melhorias generalizadas no nível de desempenho motor por parte dos alunos vindos dessas escolas.

Esta “noção” de melhoria e também referida pelos professores titulares de turma em todos os anos de escolaridade do 1.º ciclo; mas em especial, referem uma melhoria dos comportamentos e atitudes dos alunos, através do respeito para com os colegas e professores, maior capacidade em assumir tarefas, responsabilidades e cumprimento das regras definidas. São também os próprios alunos, numa participação mais activa a solicitarem mais tarefas.

Consideramos também que o projecto deverá ter um aumento do número de sessões semanais, podendo no entanto no 1.º e 2.º ano de escolaridade, as sessões terem a duração de 45 minutos.

Por outro lado foi sentida a necessidade da elaboração de um questionário de avaliação para as famílias e professores de modo a poder ter um registo de dados mais objetivo.

Importa também definir critérios de avaliação para a Expressão Físico Motora, que permita mais informação para a comunidades escolar.

Fundamentalmente, este projeto está a dar cumprimento à legislação portuguesa e resposta às necessidades de desenvolvimento e formação de uma população, tornando real uma ambição de todos nós, **Educação Física do 1.º ao 12.º ano de escolaridade**.

BIBLIOGRAFIA

- Barreto, H. (1980). *Da actividade lúdica à formação desportiva*. Lisboa: ISEF.
- Desporto Escolar (2002). *Expressão e Educação Físico Motora – Programa Ilustrado do 1.º Ciclo do Ensino Básico*, Editorial do Ministério da Educação.
- Fröhner, G. (2003). *Esfuerzo físico y entrenamiento en niños y jóvenes*. Barcelona: Paidotribo
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con Niños*. Barcelona: Martínez Roca.
- Malina, R. (1978). Adolescent growth and maturation: selected aspects of current research. *Yearbook of Physical Anthropology*, 63-94.
- Manso, J., Granell, J., Giron, P., & Abella, C. (2003). *El talento deportivo – Formación de elites deportivas*. Madrid: Gymnos.
- Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., & Rost, Klaus. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil*. Barcelona: Paidotribo.
- Rogol, A. D., Roemmich, J. N. & Clark, P. A. (2002). Growth at puberty. *Journal of Adolescent Health*, 31, 192-200
- Balyi, I.; Way, R.; Higgs, C.; (2013) Long-term athlete development, United States of America, Human Kinetics
- Decreto Lei n.º 139/2012 de 5 de Julho de 2012, Diário da Republica 1.ª Série n.º 129 de 5 Julho 2012
- Despacho Normativo n.º 13/2012 de 5 Junho de 2012, Diário da Republica 2.ª Série n.º 109 de 5 Junho 2012
- Decreto Lei n.º 91/2013 de 10 de Julho, Diário da Republica, 1.ª Série n.º 131 de 10 Junho de 2013