

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Organização  
Curricular  
e  
Programas

VOLUME I

ENSINO BÁSICO  
2.º CICLO



**EDUCAÇÃO FÍSICA**



## 1 — INTRODUÇÃO

Estes programas foram concebidos como um instrumento necessário para que a educação física das crianças e jovens ganhe o reconhecimento que carece, deixando de ser vista, por um lado, como mera catarse emocional, através do exercício físico vigoroso, ou, por outro lado, como animação/orientação de (alguns) jovens «naturalmente dotados» para se tornarem artistas da *performance* desportiva.

A necessidade de se criar, em todas as escolas, as condições materiais e pedagógicas para que cada aluno possa usufruir dos benefícios da Educação Física, exige a definição de uma proposta que adopte uma perspectiva de desenvolvimento. Os programas de Educação Física (disciplina adiante designada por EF), procuram satisfazer esta exigência.

A concepção de Educação Física seguida neste plano curricular (conjunto dos programas de EF) vem sistematizar esses benefícios, centrando-se no valor educativo da actividade física pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.

Assim, essa concepção pode definir-se como «a apropriação das habilidades técnicas e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores, ('bens de personalidade' que representam o rendimento educativo), proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de actividade física adequada — intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa».

Esta concepção está desenvolvida no capítulo das Finalidades, que sintetizam o contributo da educação física para a realização dos efeitos educativos globais visados no conjunto (ou unidades) dos nove anos do ensino básico.

As finalidades definem os campos ou áreas que integram a EF, cujo conteúdo está explicitado nos objectivos de ciclo (plurianuais, para cada área e no seu conjunto, ou «comuns e todas as áreas») e nos objectivos de ano, que especificam os resultados esperados dos processos formativos aplicados pelos professores nessas áreas e respectivas matérias.

Nesta base, os programas não desenham um fraccionamento de domínios/áreas de personalidade, dividindo as metas gerais e específicas da educação física como, por exemplo, na tríade domínios cognitivo, psicomotor e sócio-afectivo. Considera-se que a actividade do aluno e os seus efeitos integram necessariamente esses domínios.

Assim, os programas organizam-se em torno da diferenciação e relação dos tipos de actividade característicos da EF (áreas e matérias de EF — ver «Quadro de extensão da EF» e também o «Quadro de composição curricular»).

Os aspectos específicos do desenvolvimento cognitivo, psicomotor e sócio-afectivo encontram-se relacionados nesses tipos de actividades, integrando-se, quer nas componentes genéricas dos programas (finalidades, objectivos de ciclo e orientações metodológicas), quer nos seus elementos mais pormenorizados (objectivos de ano).

A evolução das prioridades de desenvolvimento do aluno, considerando estes domínios, inspiram, por outro lado, as opções de organização do curso de Educação Física, ao longo do ensino básico, no que se refere aos níveis de realização das áreas e matérias de EF em cada ano de curso (ver «Quadro de composição curricular»).

Estes programas apresentam, pois, a forma de listas de objectivos, situadas nas divisões temporais do ensino básico (cada um dos três ciclos, cada um dos nove anos de curso), bem como os processos que permitem realizar os objectivos — incluem-se nas orientações metodológicas os princípios e regras gerais a observar na organização da actividade educativa nas aulas de Educação Física.

Considera-se que os processos formativos são objecto de deliberação pedagógica ao nível da realidade educativa concreta, cujas limitações e possibilidades particulares só podem ser apreciadas pelo próprio professor.

Para apoiar as suas decisões, o professor encontra na própria formulação dos dois níveis de objectivos do programa, de ciclo e de ano, referências importantes para a selecção e organização dos processos formativos, respectivamente as características da actividade apropriada à expressão das

capacidades (objectivos de ciclo/área de EF) e a forma das situações de prática propícias ao aperfeiçoamento e «prova» das competências específicas (objectivos de ano/matérias).

Reconhece-se, assim, ao professor a responsabilidade de escolher e aplicar as soluções pedagógicas e metodologicamente mais adequadas, investindo as competências profissionais desenvolvidas na sua formação nesta especialidade, para que os efeitos da actividade do aluno correspondam aos objectivos dos programas, utilizando os meios que lhe são atribuídos para esse fim.

Estes programas não substituem a capacidade de deliberação pedagógica do professor, quer no que respeita à selecção, organização e aplicação dos processos formativos, quer na periodização dos objectivos em cada ano e até na definição dos níveis de exigência na realização desses objectivos (ver «Orientação metodológica e avaliação»).

Prevê-se inclusivamente que, na gestão do programa, em cada ano, o professor estabeleça objectivos mais complexos (de anos de curso posteriores), com base na avaliação formativa dos alunos, o que certamente acontecerá, se for cumprida a carga horária prevista (**três aulas de 50 minutos por semana**), beneficiando o desenvolvimento do currículo real e o sucesso do aluno em Educação Física.

Os programas constituem, portanto, um guia para a acção do professor, que, sendo motivada pelo desenvolvimento dos seus alunos, encontra aqui os indicadores para orientar a sua prática, em coordenação com os professores de EF da escola (e das «escolas em curso») e também com os seus colegas das outras disciplinas.

Nesta perspectiva do trabalho pedagógico, as metas dos programas devem constituir também objecto da motivação dos alunos, inspirando as suas representações e empenho de aperfeiçoamento pessoal no âmbito da Educação Física, na escola e ao longo da vida.

No fundo, o que está em causa é a qualidade da participação do aluno na actividade educativa, para que esta tenha uma repercussão positiva, profunda e duradoura.

Essa preocupação está representada nos objectivos da Educação Física no curso do ensino básico, bem como nos princípios de organização das actividades nas aulas, baseando-se numa concepção de participação dos alunos definida por quatro princípios fundamentais:

- A garantia de *actividade física* correctamente motivada, qualitativamente adequada e em quantidade suficiente, indicada pelo tempo de

prática nas situações de aprendizagem, isto é, no *treino e descoberta* das possibilidades de aperfeiçoamento pessoal e dos companheiros.

- A promoção da *autonomia*, pela atribuição, reconhecimento e exigência de *responsabilidades* efectivas aos alunos, nos problemas organizativos e de tratamento das matérias que podem ser assumidos e resolvidos por eles.
- A valorização da *criatividade*, pela promoção e aceitação da *iniciativa* dos alunos, orientando-a para a elevação da qualidade do seu empenho e dos efeitos positivos das actividades.
- A orientação da *sociabilidade* no sentido de uma *cooperação* efectiva entre os alunos, associando-a não só à melhoria da qualidade das prestações, especialmente nas situações de competição entre equipas, mas também ao clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao prazer proporcionado pelas actividades.

## 2 — FINALIDADES

Na perspectiva da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar:

- Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno.
- Promover a aprendizagem de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas.
- Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes actividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, através da prática de:
  - actividades físicas desportivas nas suas dimensões técnica, táctica, regulamentar e organizativa;
  - actividades físicas expressivas (danças), nas suas dimensões técnica, de composição e interpretação;
  - actividades físicas de exploração da Natureza, nas suas dimensões técnica, organizativa e ecológica;
  - jogos tradicionais e populares.
- Promover o gosto pela prática regular das actividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como factor de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social.
- Promover a formação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais, no seio dos quais se desenvolvem as actividades físicas, valorizando:
  - a iniciativa e a responsabilidade pessoal, a cooperação e a solidariedade;



- a ética desportiva;
- a higiene e a segurança pessoal e colectiva;
- a consciência cívica na preservação de condições de realização das actividades físicas, em especial da qualidade do ambiente.

No quadro 1 estão representadas as sub-áreas que caracterizam os diferentes tipos de actividades ou modalidades, em cada uma das áreas definidas pelas finalidades.

Identificam-se também as matérias dentro dessas áreas e/ou sub-áreas, considerando os modos e as formas típicas das práticas, as convenções sociais e técnicas, bem como os modelos aplicáveis de sistematização das actividades físicas (quer modelos comparativos, com base em critérios externos, quer modelos de diferenciação interna das sub-áreas ou das matérias).

Evidentemente, algumas áreas surgem com maior discriminação do que outras, o que resulta das correcções introduzidas após se considerarem os critérios de exequibilidade e desenvolvimento (ver a seguir). De facto, o peso de certas sub-áreas é maior (por exemplo, a Ginástica, os Desportos Colectivos ou o Atletismo), o que corresponde a um maior número de discriminação de matéria, comparativamente a sub-áreas como a Natação.

O conteúdo de cada uma das matérias encontra-se especificado em três níveis:

- **«Introdução»**, onde se incluíram as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base («fundamentos»);
- **«Elementar»**, nível onde se discriminam os conteúdos constituintes do domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente à modalidade da Cultura Física a que se referem;
- **«Avançado»**, que estabelece os conteúdos e formas de participação nas actividades típicas da matéria, correspondentes ao nível superior, que poderá ser atingido no quadro da disciplina de Educação Física. (Por isso mesmo, este nível surge como programa alternativo no todo ou em parte — ver «Opções de organização curricular».)

## QUADRO 1 — EXTENSÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

1 — ACTIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS							2 — ACTIVIDADES EXPRESSIVAS (DANÇA)	3 — JOGOS TRADICIONAIS E POPULARES	4 — EXPLORAÇÃO DA NATUREZA
JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS	GINÁSTICA	ATLETISMO	RAQUETES	COMBATE	PATINAGEM	NATAÇÃO			
Futebol. Voleibol. Basquetebol. Andebol. Corfebol. Raguebi. Hóquei em campo.	Solo. Aparelhos. Rítmica. Acrobática.	Corridas. Saltos. Lançamentos.	Badminton. Ténis. Outras.	Luta. Judo.	Patinagem artística. Hóquei. Corridas.		Dança moderna. Folclore. Danças sociais.	Infantis. Outros.	Orientação. Montanhismo. Vela, Canoagem, etc.
A — DESENVOLVIMENTO DAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONAIS E COORDENATIVAS									
B — APRENDIZAGEM DOS PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA									
C — APRENDIZAGEM DOS CONHECIMENTOS RELATIVOS À INTERPRETAÇÃO E PARTICIPAÇÃO NAS ESTRUTURAS E FENÓMENOS SOCIAIS, EXTRA-ESCOLARES NO SEIO DOS QUAIS SE REALIZAM AS ACTIVIDADES FÍSICAS									

## Diferenciação da Educação Física nos ensinamentos básico e secundário

O programa apresenta uma estrutura coerente mas diferenciada de organização (em sentido vertical) do curso de Educação Física (1.º e 12.º anos).

Assim, desenha-se um bloco estratégico, do **5.º ao 9.º anos**.

É neste bloco que se estabelece o tratamento das matérias na sua forma característica, na sequência das actividades e conquistas realizadas no 1.º ciclo. Além disso, é aqui que se garante o tratamento do conjunto de matérias de EF (toda a «extensão»), antecipando o modelo flexível, de opções dos alunos ou turmas, preconizado para o ensino secundário.

O **9.º ano** será dedicado à revisão das matérias, aperfeiçoamento e/ou recuperação dos alunos, tendo por referência a realização equilibrada e completa do conjunto dos objectivos do 3.º ciclo. O **5.º ano** cumpre a mesma função em relação ao 1.º ciclo, além de assegurar as bases de desenvolvimento posterior.

Anteriormente, no **1.º ciclo**, estabelece-se a formação das competências fundamentais em cada área da EF, quer através de formas típicas de infância (actividades lúdicas e expressivas infantis), quer em práticas que favoreçam não só o desenvolvimento nos domínios social e moral, mas também preparem as crianças para as actividades físicas características das etapas seguintes.

No **secundário**, o 10.º ano terá predominantemente o carácter de revisões, no sentido de os alunos não só poderem avançar em determinadas matérias (ou experimentar actividades alternativas), mas também para compensar ou recuperar os alunos/turmas em áreas em que revelam mais dificuldades.

No **11.º e 12.º** admite-se, como regra geral, a escolha dos alunos/turma pelas matérias em que preferirem aperfeiçoar-se, sem se perder a variedade e a possibilidade de desenvolvimento ou «redescoberta» de outras actividades, dimensões ou áreas da EF. Assim, propõe-se que escolham, em cada ano (11.º e 12.º anos) uma matéria de Desportos Colectivos, outra de Ginástica, outra de Atletismo, uma de Dança e uma das restantes.

## Opções de organização curricular

Quanto ao grau de homogeneidade na aplicação dos programas em diferentes escolas (ou seja, de obrigatoriedade destes programas nacionais), na especificação dos objectivos de ciclo, em cada ano e matéria, optou-se pelo modelo seguinte:

Parte do programa é **comum** (ou igual) para todas as escolas, em cada ano de curso, outra parte são **alternativas a adoptar** localmente, pelo grupo de EF ou pelo professor.

O programa comum a todas as escolas (ou «nuclear») está representado, em síntese, para o conjunto do curso de Educação Física, do 1.º ao 12.º anos, no «**Quadro de composição curricular**».

Os motivos que justificam a escolha deste modelo são, **fundamentalmente**, os seguintes:

- a parte «comum a todas as escolas» garante não só a homogeneidade do currículo real, a determinado nível de desenvolvimento, como também determina a atribuição a cada escola dos meios necessários à realização de todas as áreas (extensão) da EF;
- a parte «alternativas a adoptar localmente» determinará aproveitar características próprias ou condições especiais, existentes em cada escola e também incluir matérias ou partes de matéria (determinados níveis de aperfeiçoamento), de acordo com a optimização dessas características ou com as possibilidades de alunos de aptidões mais elevadas.

De qualquer modo, os professores contam com os programas necessários à concretização dessas opções locais, mesmo tratando-se de matérias que se sabe não serem exequíveis na quase totalidade das escolas (o caso da Natação) ou de difícil concretização (o Râguebi elementar ou a Canoagem, por exemplo) — todas as matérias indicadas no «Quadro de extensão da EF», mesmo aquelas que não fazem parte do programa nuclear, encontram-se especificadas de maneira equivalente à parte obrigatória dos programas.

## Critérios

A selecção deste modelo de organização curricular e o respectivo desenvolvimento, considerou dois critérios de decisão:

- Exequibilidade dos programas;
- Desenvolvimento da Educação Física a partir dos programas.

O critério exequibilidade significa a possibilidade dos programas serem concretizados nas escolas pelos professores e respectivas turmas.

Por desenvolvimento da EF entende-se a influência dos programas na elevação da qualidade da EF e na ampliação dos seus efeitos.

Sabendo-se que as alternativas são opções das escolas, a exequibilidade dos programas está assegurada pelo facto da parte principal do programa nuclear ser constituída pelas matérias que a generalidade das escolas têm incluído nos seus planos de actividades de EF (ou seja, Ginástica, Atletismo, Basquetebol, Futebol, Voleibol e Andebol).

A aplicação do critério de desenvolvimento nestas matérias tradicionais consiste nas sistematizações homogéneas e coerentes entre si na sua especificação por níveis (introdução, elementar e avançado). Isto permite maior coerência no entendimento e coordenação do trabalho entre os professores e na articulação entre escolas.

O segundo aspecto da aplicação do critério desenvolvimento da EF é a inclusão, com carácter nuclear, de matérias que, até agora, têm aparecido apenas esporadicamente nos planos das escolas e, portanto, no currículo dos alunos. Trata-se de matérias que permitem ampliar significativamente a extensão da Educação Física e os seus benefícios, contemplando as áreas e sub-áreas em toda a extensão da EF.

Assim, ao elenco das matérias nucleares, pertencem a Luta, a Patinagem, a Orientação, os Jogos populares, os Jogos de raqueta e a Dança, as quais são praticáveis desde que existam os recursos necessários ao ensino das matérias tradicionais ou exigindo melhorias acessíveis que, em certos casos, podem beneficiar a realização de outras actividades (e.g. os tapetes de Luta).

### 3 — OBJECTIVOS GERAIS

#### Objectivos comuns a todas as áreas

- Participar activamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo:
  - Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros, quer no de adversários;
  - Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por eles;
  - Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as acções favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na actividade da turma.
- Analisar e interpretar a realização das actividades físicas seleccionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.
- Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais.
- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reacção simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamento; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados), e das destrezas geral e direccionada.

- Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos factores da aptidão física.

## Objectivos por área

- Cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos Jogos desportivos colectivos, desempenhando com oportunidade e correcção as acções solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.
- Compor e realizar, da Ginástica, as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correcção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.
- Realizar, do Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo correctamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.
- Realizar, da Luta, as acções de oposição directa solicitadas, utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.
- Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas acções para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.
- Interpretar sequências de habilidades específicas elementares da Dança, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.
- Praticar actividades lúdicas tradicionais populares, de acordo com os padrões culturais característicos da região, e cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos jogos elementares, utilizando com oportunidade as acções técnico-tácticas características.

- Utilizar as habilidades apropriadas, em percursos de natureza, de acordo com as características do terreno e obstáculos, orientando-se pela interpretação dos sinais da carta e do percurso, apoiando os colegas e respeitando as regras de segurança e de preservação da qualidade do ambiente.



# 4 — CONTEÚDOS

## QUADRO-MODELO DE COMPOSIÇÃO

ENSINO BÁSICO					
1.º CICLO				2.º CICLO	
1.º ANO	2.º ANO	3.º ANO	4.º ANO	5.º ANO	6.º ANO
PERÍCIA E MANIPULA- ÇÃO	PERÍCIA E MANIPULA- ÇÃO	GINÁSTICA	GINÁSTICA	FUTEBOL (elementar)	VOLEIBOL (elementar)
				VOLEIBOL (introdução)	FUTEBOL (continuação)
DESLOCA- MENTOS E EQUILÍBRIOS	DESLOCA- MENTOS E EQUILÍBRIOS	JOGOS	JOGOS	JOGOS (avançado)	BASQUE- TEBOL (introdução)
				GINÁSTICA SOLO (elementar) APARELHOS (elementar) RÍTMICA (introdução) (um aparelho)	GINÁSTICA SOLO (elementar) APARELHOS (elementar) RÍTMICA (introdução) (outro apare- lho)
	ATLETISMO (introdução)		ATLETISMO (elementar)		
	LUTA (introdução)		LUTA (continuação)		
JOGOS	JOGOS	PATINAGEM	PATINAGEM	PATINAGEM (elementar)	PATINAGEM (continuação)
		DANÇA	DANÇA		PATINAGEM (continuação)
DANÇA	DANÇA	PERCURSOS NA NATUREZA	PERCURSOS NA NATUREZA	DANÇA (elementar)	DANÇA (continuação)
PERCURSOS NA NATUREZA	PERCURSOS NA NATUREZA			DANÇA (elementar)	DANÇA (continuação)
3 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS

## CURRICULAR

3.º CICLO			ENSINO SECUNDÁRIO		
7.º ANO	8.º ANO	9.º ANO	10.º ANO	11.º ANO	12.º ANO
BASQUETE- BOL (elementar)	ANDEBOL (introdução)	ANDEBOL (elementar)	ANDEBOL FUTEBOL VOLEIBOL BASQUETE- BOL	JOGOS DESPOR- TIVOS COLECTIVOS	JOGOS DESPOR- TIVOS COLECTIVOS
ANDEBOL (introdução) FUTEBOL (continuação) VOLEIBOL (continuação)		FUTEBOL (avançado) VOLEIBOL (continuação) BASQUETE- BOL (continuação)			
GINÁSTICA SOLO (elementar) APARELHOS (elementar) ACROBÁTICA (introdução)	GINÁSTICA SOLO (continuação) APARELHOS (continuação) ACROBÁTICA (introdução)	GINÁSTICA (elementar e avançado)	GINÁSTICA	ATLETISMO GINÁSTICA	ATLETISMO GINÁSTICA
ATLETISMO (elementar)	ATLETISMO (elementar e avançado)	ATLETISMO (elementar e avançado)	ATLETISMO		
PATINAGEM (elementar) RAQUETAS Badminton (introdução) DANÇA (elementar) ORIENTAÇÃO (introdução)	ATLETISMO (elementar e avançado)	RAQUETAS (elementar)	RAQUETAS	DANÇA	DANÇA
3 SEMANAS	4 SEMANAS	5 SEMANAS	DANÇA		
			JOGOS TRADICIO- NAIS	OUTRAS	OUTRAS
			PATINAGEM		
3 SEMANAS	4 SEMANAS	5 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS	3 SEMANAS

Neste quadro de composição curricular não aparece a área «treino das capacidades físicas», nem as que representam os «conhecimentos» e as «atitudes». Segue-se o princípio de que essas áreas deverão ser tratadas não só como características ou elementos intrínsecos à actividade motora dos alunos, mas também, através da exercitação e exigências específicas em todas as aulas, qualquer que seja a matéria/tema principal da aula (e obviamente de maneira adequada a esse tema, quer como condição ou complemento de aprendizagem, quer como compensação ou «contraste»).

Os diferentes níveis das matérias encontram-se situados no curso segundo alguns princípios que interessa explicitar:

O Futebol é introduzido desde cedo, pois é a modalidade cujas características técnicas (e regras) são mais conhecidas dos alunos, além de que dificilmente os alunos podem bloquear o jogo por egocentrismo na posse da bola; é o jogo desportivo em que mais alunos apresentam aptidão ou em que importa desde cedo cativar as raparigas e assegurar que elas adquiram competências básicas, nomeadamente as que dizem respeito à dissociação motora dos apoios, no jogo de deslocamento concomitante com o domínio da bola, que são de grande importância na formação da plasticidade ou disponibilidade para a realização de acções complexas.

A formação das competências básicas do Voleibol também é proposto desde o 1.º ciclo, pois exige uma fase de introdução prolongada para viabilizar o jogo com características formais e técnicas. Por outro lado, apresenta um grande potencial de desenvolvimento global, pela habilidade de posicionamento para adaptação às trajectórias da bola e pelo próprio deslocamento sem controlo visual do solo, sendo também de referir a exigência de repulção da bola característica desta matéria, que nas suas variantes técnicas constitui um excelente meio de aperfeiçoamento do controlo motor e da deliberação táctica.

A aprendizagem dos «fundamentos» dos jogos de «invasão», em que se agarra e dribla a bola, Basquetebol e Andebol, deve também ser assegurada na prática de «jogos infantis» ou em formas de jogo de preparação («jogos pré-desportivos»), adequadas aos dois últimos anos do 1.º ciclo e ao 5.º ano, preparando as bases de aptidão individual necessária a uma prática do «jogo formal» vocacionada para o aperfeiçoamento dessa prática (em equipa) e do próprio aluno.

A Ginástica introduz-se desde o 1.º ciclo, recebendo uma carga mais significativa do 3.º ao 8.º anos, pois esse é o período favorável (em termos de

desenvolvimento motor e características morfológicas) para aceder a nível elevado de desempenho e de aprendizagem das habilidades mais complexas nesta área.

O Atletismo, pelo contrário, pelas características das suas habilidades (fechadas) e das suas formas (provas de *performance* dependente de níveis de desenvolvimento das capacidades físicas condicionais), admite que se lhe atribua maior carga horária nos anos «do meio para o final do curso», quando essas formas revelam interesse face às características e necessidades de desenvolvimento físico, devendo o tratamento das matérias desta área, nos anos anteriores, centrar-se na dimensão técnica (habilidades).

A Patinagem é introduzida logo no 1.º ano (na área de «Deslocamentos e equilíbrios», 1.º ciclo), pois nessa altura poderão ser facilmente aprendidos os seus fundamentos, que se caracterizam pela exploração de um padrão motor próprio («patinar»), para se obter maior repercussão no desenvolvimento global do sujeito, aumentando as dificuldades e custos (de tempo e emocionais) à medida que as crianças crescem e estabilizam os seus hábitos, seguranças e repertório motor.

Os objectivos de Orientação, como actividade formal, estão situados no final do 7.º ano, baseando-se em experiências prévias de familiarização com o campo, o bosque, a praia, etc., e preparando actividades de ar livre mais complexas nos anos seguintes, obviamente asseguradas no tempo extra-curricular, pelas exigências e condições próprias para a sua prática.

Os objectivos da Luta estão situados no 5.º e 6.º anos como etapa de maior complexidade de jogos de oposição e baseando opções dos alunos pela prática dos desportos ou jogos tradicionais de combate no que diz respeito a atitudes, organização e aptidão técnico-táctica. Também aqui se atende, especialmente, às características do desenvolvimento motor, social e emocional das crianças.

A posição das exigências de domínio dos Jogos de raquetas (Badminton e outras) nestes quadros, justifica-se por argumentos semelhantes aos da Luta, e também por admitir uma variedade de jogos e experiências «pré-desportivas», sem por isso implicar uma carência essencial no conjunto das capacidades coordenativas, nem o impedimento (no caso de opção dos alunos) do aprofundamento posterior dessa matéria.

A Dança surge ao longo do curso de Educação Física, pois o tratamento desta área, tão importante, deve permitir uma progressão da qualidade de prática e dos seus efeitos, de acordo com as possibilidades dos alunos na

composição, na interpretação (técnica) e na apreciação. Essas possibilidades são suscitadas pelo desenvolvimento global do aluno, para o qual a Dança deve também contribuir, pois inclui uma variedade de actividades acessíveis, quanto aos recursos necessários, e de amplo significado para a sensibilidade dos alunos.

## 5 — ORIENTAÇÃO METODOLÓGICA

Este programa foi elaborado na perspectiva de que a sua aplicação NÃO será uma simples sequência de exercitação das acções indicadas em cada matéria, em blocos sucessivos, concentrando em cada bloco (determinado número de aulas) a abordagem de cada «modalidade» (matéria).

Os planos de EF das escolas têm sido organizados de maneira que cada turma passe por sucessivos conjuntos de aulas (blocos, «ciclos de actividades», ou «unidades didácticas»), realizando-se cada conjunto em cada espaço de aula, consoante as possibilidades de instalações, construídas sem a referência a um programa.

Frequentemente, cada espaço corresponde à prática de determinada modalidade (matéria); a selecção das matérias a tratar em cada ano faz-se, geralmente, considerando a tradição e também as características dos espaços existentes na escola.

Dessa forma, estabelece-se um modo de funcionamento em que a sequência de abordagem das «modalidades» varia de turma para turma, segundo o esquema de «rotação» das turmas pelos espaços de aula — o tratamento de uma matéria em cada turma esgota-se no «bloco» de aulas que lhe são distribuídas, no espaço correspondente a essa matéria.

Assim, são os horários e a definição *a priori* da circulação da turma pelas instalações que define a periodização da actividade, em vez dessa definição resultar da interpretação que o professor faz das características desses alunos.

A base pedagógica deste sistema é o conceito de «igualdade de oportunidades», concretizando-se pela distribuição equitativa da presença das

turmas nos espaços de maior qualidade. O resultado é um padrão de ensino massivo, quer quanto ao número de aulas, quer quanto ao tipo de actividades de aprendizagem, sem a necessária diferenciação dessas actividades em função das aptidões dos alunos.

A diferenciação da actividade entre as turmas verifica-se, apenas, na ordem em que as matérias são leccionadas e nas opções pessoais dos professores, até agora sem orientações programáticas específicas, por matéria, à escala plurianual.

Esta situação limita ou impede o professor de realizar um plano de EF da turma, estratégica e operacionalmente diferente dos planos das outras, na medida em que as suas características específicas o justificarem.

O princípio da especificidade do plano de turma representa uma opção em que o professor selecciona e aplica processos distintos (das outras turmas) para que todos os alunos realizem o nível geral de tratamento das matérias em cada ano, indicado nestes programas, e prosseguir em níveis mais aperfeiçoados, consoante as suas possibilidades pessoais.

O principal factor que limita uma organização pedagogicamente adequada das actividades em EF, são as reduzidas possibilidades de prática de actividades diferentes, na maior parte dos espaços de aula.

Assim, a aplicação destes programas implica que os espaços sejam, de facto, polivalentes, de maneira que o professor possa optar em termos de selecção de matérias e modos de prática em cada aula, e respectiva periodização no conjunto do ano lectivo.

Evidentemente, certas instalações continuarão a oferecer melhores condições para o tratamento de determinadas matérias, o que deve ser considerado ao nível do grupo de professores de EF, aplicando-se os critérios mais convenientes de circulação das turmas pelos espaços, de acordo com:

- a) O conjunto de objectivos dos programas nacionais, para cada ano de curso (que estabelecem prioridades diferentes, entre as matérias);
- b) A caracterização das possibilidades de cada espaço de aula e as decisões do grupo de EF, no sentido de aumentar as opções dos professores na sua utilização;
- c) A caracterização da população escolar, para se definirem as orientações do grupo de EF, quanto à composição curricular no conjunto

dos anos de curso, inscritas no plano de EF da escola (considerando o quadro geral de composição curricular indicado nestes programas e as alíneas anteriores).

No quadro das orientações estratégicas gerais do grupo de EF, à escala plurianual, o professor deverá elaborar o plano anual adequado a cada turma, baseando-se nas conclusões da avaliação inicial.

A avaliação inicial constitui o objecto da primeira etapa de trabalho com a turma, no começo do ano lectivo, e a sua função consiste em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias do respectivo ano de curso e, também, proporcionar a revisão/actualização dos resultados obtidos no ano anterior.

A partir da avaliação inicial, o professor deve estabelecer as grandes etapas do ano lectivo e as prioridades, organização e processos da etapa seguinte (segunda), de acordo com selecção e operacionalização dos objectivos, visando as especificações destes programas (objectivos de ano).

Na organização geral do plano de turma e na concretização de cada uma das suas etapas, o professor deve basear-se na avaliação formativa dos alunos e dos processos aplicados nas etapas antecedentes, no sentido da progressão na direcção das metas indicadas nestes programas. Os períodos lectivos (duração) e as interrupções de aulas devem constituir parâmetros de organização dessas etapas, bem como as características das instalações disponíveis para as aulas (conforme o plano de rotação das turmas pelas instalações e o regulamento de utilização dos equipamentos fixos e portáteis, elaborados pelo grupo de EF), na aplicação dos critérios de optimização do aproveitamento de recursos definidos pelo grupo de EF.

Na etapa final do plano de turma, é conveniente permitir a revisão/consolidação das matérias ao nível de tratamento atingido pelo conjunto da turma e respectivos subgrupos, conciliando-se esta possibilidade com a apresentação de níveis mais avançados nessas matérias, ou de outras, que serão tratadas no ano seguinte. Interessa também oferecer, nesta altura, oportunidades acrescentadas de recuperação aos alunos com dificuldades mais significativas no domínio das matérias nucleares, procurando-se tirar partido das adaptações/aperfeiçoamentos entretanto reveladas por esses alunos. No seu conjunto, a composição do ano lectivo deve seguir as linhas de desenvolvimento traçadas pelos objectivos de ciclo e finalidades da EF.

Na elaboração do plano de EF da turma e nas tarefas que lhe estão associadas (operacionalização dos objectivos e realização de actividades, estra-



tégias de ensino e avaliação), admite-se que o professor aplique programas de anos anteriores e ou de anos seguintes, nas matérias e com os alunos em que essa decisão se justifique.

Esta possibilidade decorre da filosofia adoptada nestes programas, segundo a qual o critério principal de selecção e operacionalização dos objectivos e das actividades formativas é o aperfeiçoamento efectivo dos alunos. Trata-se de formular as prioridades de desenvolvimento identificadas pela avaliação formativa (inicial e contínua) referida ao conteúdo destes programas.

No âmbito do plano de turma, considera-se possível e desejável a diferenciação de objectivos operacionais e actividades formativas para alunos e ou subgrupos distintos, para corresponder ao princípio metodológico segundo o qual a actividade formativa proporcionada aos alunos deve ser tão colectiva (de conjunto, interactiva) quanto possível e tão individualizada (ou diferenciada por grupos de nível) quanto o necessário.

Dadas as diferenças existentes entre os alunos da mesma turma (aptidões, motivações, etc.), a diferenciação das actividades em pequenos grupos pode constituir uma linha eficaz de operacionalização da formação face à particularidade das circunstâncias concretas.

Por outro lado, a prática de actividades da preferência ou de maior/menor aptidão de certos alunos, ou a divisão por sexos ou por grupos de nível, pode justificar-se pela oferta de actividade adequada a cada um deles por referência ao conjunto de objectivos de ciclo e ano.

Contudo, dever-se-ão evitar grupos permanentes de alunos fixados no treino ou aperfeiçoamento dos seus «pontos fortes» ou «fracos», contrariando-se também a estereotipia dos papéis masculino e feminino. Os diferentes modos de agrupamento devem ser considerados processos convenientes, em períodos limitados do plano de turma para subconjuntos de objectivos, como etapa necessária à formação geral de cada aluno, tão completa quanto possível, no domínio das competências indicadas para cada matéria nuclear no respectivo ano de curso.

Admitimos também que os professores com aulas simultâneas poderão aplicar ocasionalmente estratégias que relacionem as suas turmas (incluindo a interacção de alunos de turmas diferentes), permitindo a atribuição do papel de demonstração ou de monitor (ensino recíproco) a alunos com aptidões mais elevadas em determinada matéria, ou ainda a realização de actividades comuns a todas as turmas (duas ou três) com diferenciação do papel dos professores (para aproveitar capacidades especiais dos próprios professores).

Contudo, este procedimento não deve ser confundido com a especialização sistemática de cada professor em cada matéria, pois isso poderia conduzir à alienação da responsabilidade pedagógica do professor na turma. Esta indicação deve ser entendida como uma medida operacional, deliberada pelo grupo de EF, visando o aumento da quantidade de prática qualitativamente adequada às características dos alunos, pelo reforço do ensino em equipa e formação recíproca entre os professores, e (principalmente) para promover a realização de objectivos do domínio social, pela novidade introduzida na mudança parceiros e/ou adversários e conseqüente adaptação do comportamento individual, quando for julgado oportuno e conveniente pelos professores.

Assim, no plano de turma, baseado na avaliação inicial, e reajustado ao longo do ano, de acordo com a avaliação contínua formativa, dever-se-ão considerar alguns princípios:

- A actividade da turma ao longo do ano orienta-se para a realização do conjunto dos objectivos das matérias nucleares, no nível qualitativo determinado pelas possibilidades de cada aluno, podendo, se necessário, aplicar-se programas de anos anteriores ou seguintes. A aplicação («apresentação») de níveis de tratamento de matérias de anos seguintes é considerado desejável; essa decisão para níveis (programas) de anos anteriores é entendida, como uma imposição ditada pela eventual falta de aptidões do aluno relativamente às exigências do decurso em que está situado, ou apenas como consolidação/actualização de competências já dominadas;
- O plano de turma deve estruturar-se em torno da periodização do treino/elevação das capacidades físicas que constituirá uma componente da actividade formativa em todas as aulas;
- A definição de etapas e ciclos no plano de turma deve considerar os períodos de férias, de modo que o início das aulas ofereça oportunidade de revisão ou aperfeiçoamento das matérias tratadas no período anterior e também de introdução (alteração, aperfeiçoamento) das regras de organização da actividade da turma no novo período, de acordo com os novos objectivos;
- No plano de turma devem incluir-se períodos em que é predominante determinada matéria («aprendizagem concentrada») e períodos de revisão/aperfeiçoamento posteriores («aprendizagem distribuída», em ciclos mais curtos ou em fases/partes de aula sistematicamente mantidas num determinado número de semanas). Estes períodos podem mobilizar toda a turma ou pode revelar-se conveniente dividi-la em grupos empenhados, simultaneamente, em objectivos/actividades

diferentes, eventualmente de matérias distintas, conforme a estratégia seguida na organização da etapa do plano de turma;

- Os períodos especificamente dedicados ao tratamento de uma matéria em que uma turma está empenhada nas mesmas actividades, deverão ser precedidos pela preparação dos alunos com mais dificuldades nessa matéria. Esta preparação prévia visa garantir um nível mais homogêneo de aptidão específica, para que todos possam beneficiar das interações com os colegas na prática dessas actividades comuns;
- A partir da avaliação inicial e da avaliação contínua, o professor deverá atribuir objectivos aos seus alunos, «negociando» com eles níveis de desempenho para determinados prazos, na interpretação prática das competências prioritárias. A formação de grupos pode basear-se neste processo, procurando-se aproveitar o apoio dos alunos com melhor domínio da matéria aos seus colegas. A definição das prioridades e a formação de grupos deve seguir o critério da realização do nível estabelecido para cada matéria nuclear nesse ano de curso, dedicando-se mais tempo de prática qualitativamente apropriada nas matérias em que o aluno revela mais dificuldades;
- Na organização dos processos de aprendizagem e aperfeiçoamento em cada matéria, aplica-se o princípio segundo o qual a actividade formativa é tão global quanto possível e tão analítica quanto necessário. Entende-se por actividade «global» a organização da prática do aluno segundo as características da actividade referente — jogo, concurso, demonstração, etc. Por actividade «analítica» entendemos a exercitação, o aperfeiçoamento de elementos críticos, parciais, das diferentes competências técnicas ou técnico-tácticas, em situações simplificadas ou fraccionadas da actividade referente. O plano de turma deve seguir opções estratégicas sobre a combinação dos processos de abordagem de cada matéria nos diferentes períodos e etapas do ano lectivo, considerando a necessária diferenciação dos grupos, por objectivos e ou por tipo de prática.

## 6 — AVALIAÇÃO

A avaliação dos alunos em Educação Física realiza-se de maneira equivalente às restantes disciplinas dos planos curriculares, aplicando-se as normas e princípios gerais que a regulam.

No que se refere à especificidade da disciplina, ela decorre dos objectivos de ciclo e dos objectivos de ano, os quais explicitam os aspectos em que deve incidir a observação dos alunos nas situações apropriadas. Os objectivos enunciam também, genericamente, as qualidades que permitem ao professor interpretar os resultados da observação e elaborar uma apreciação representativa das características evidenciadas pelos alunos.

Os procedimentos aplicados devem assegurar a utilidade e a validade dessa apreciação, ajudando o aluno a formar uma imagem consistente das suas possibilidades, motivando o prosseguimento ou aperfeiçoamento do seu empenho nas actividades educativas e, também, apoiando a deliberação pedagógica.

Assim, os objectivos de ciclo constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos, incluindo já o tipo de actividade em que devem ser desenvolvidas e demonstradas atitudes, conhecimentos e capacidades, comuns às áreas e sub-áreas da EF e as que caracterizam cada uma delas.

Especificamente, considera-se que o reconhecimento do sucesso na unidade do 2.º ciclo do ensino básico é representado pelo domínio do conjunto das competências expressas nos objectivos de cada ano do ciclo, consoante o nível do tratamento de cada uma das matérias indicadas no quadro de composição curricular, domínio que se vem estruturando ao longo dos anos de escolaridade anteriores, de forma cumulativa e integrada.

O grau de sucesso ou desenvolvimento do aluno no curso da EF corresponde à qualidade revelada na interpretação dessas competências nas situações características (inscritas na própria definição dos objectivos e.g., jogo 3 x 3, percurso, composição, etc.) os critérios de avaliação estabelecidos pelo grupo de EF e pelo professor, permitirão determinar concretamente esse grau de sucesso. Os critérios de avaliação constituem, portanto, regras de qualificação da participação dos alunos nas actividades seleccionadas para a realização dos objectivos e do seu desempenho nas situações de prova, expressamente organizadas pelo professor para a demonstração das qualidades visadas.

Os processos e os resultados da avaliação devem contribuir para o aperfeiçoamento do processo de ensino-aprendizagem e, também, para apoiar o aluno na procura e alcance do sucesso em EF no conjunto do currículo escolar e noutras actividades e experiências, escolares e extra-escolares, que marcam a sua educação (repouso, recreação, alimentação, convívio com os seus colegas e adultos, etc.), directa ou indirectamente, representadas neste programa.

Esta acepção mais ampla da avaliação confere-lhe um carácter formativo, tornando-a um instrumento pedagógico.

A avaliação da turma deve constituir um factor coerente da estratégia pedagógica e do plano da EF, no âmbito das escolas em curso, da escola e ano de curso. A própria projecção e o planeamento do processo educativo deve integrar a avaliação como um factor de dinâmica desse processo.

Essa integração justifica-se, em primeiro lugar, pelo seu efeito motivador dos alunos e dos professores, dado que corresponde às exigências e possibilidades de desenvolvimento dos alunos. Em segundo lugar, porque constitui um elemento regulador das actividades educativas, em todos os seus aspectos, permitindo apreciar, no pormenor e no conjunto, a dinâmica real da aplicação da estratégia delineada.

Para definir uma estratégia adequada e operativa há que proceder à caracterização da população escolar e a uma avaliação inicial.

A caracterização da população escolar consiste na identificação das características relevantes do conjunto da população escolar considerado (escolas em curso, escola do mesmo grau e ou cada escola) e abrange elementos escolares da vida dos alunos (hábitos, interesses, aptidões, experiências extra-escolares, etc.).

Este tipo de avaliação permite apreciar a aceitabilidade dos objectivos gerais e de certos objectivos específicos (em áreas críticas) para essa população, em prazos determinados.

Salvaguardada a acessibilidade de acordo com os resultados materiais e dos objectivos nucleares, os resultados desta avaliação podem incluir a ampliação dos objectivos ou a precisão de indicadores/critérios de realização dessas metas, no longo prazo (ciclo ou entre-ciclos) ou, ainda, basear estratégias e orientações de gestão dos programas para otimizar o currículo real, aprofundando e/ou diversificando os seus efeitos.

A avaliação inicial constitui o objecto da primeira etapa de trabalho com a turma, no começo do ano lectivo, e a sua função consiste em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias do respectivo ano de curso e, também, proporcionar a revisão/actualização dos resultados obtidos no ano anterior.

A partir da avaliação inicial, o professor deve estabelecer as grandes etapas do ano lectivo e as prioridades, organização e processos da etapa seguinte (segunda), de acordo com a selecção e operacionalização dos objectivos, visando as especificações destes programas (objectivos de ano).

A partir dos resultados da avaliação inicial, o professor deverá definir objectivos adequados ao nível dos alunos, «negociando» com eles graus de desempenho para determinados prazos, na interpretação prática das competências prioritárias.

Ao longo do ano, procederá a eventuais reajustamentos dos objectivos definidos e dos graus de desempenho negociados, de acordo com os dados que o decurso do processo de avaliação contínua for proporcionando.

A avaliação do produto da aprendizagem traduz não só a representação sintética do domínio do programa (na direcção dos objectivos gerais de ciclo) mas também a conclusão das etapas de balanço (consolidação, actualização, cooperação) das conquistas realizadas num determinado período.

Considera-se contra-indicada a utilização de «tabelas» nacionais ou, eventualmente, regionais, pela diversidade das condições de aplicação dos programas. As tabelas são úteis na avaliação pedagógica para populações cuja oportunidade educativa é relativamente homogénea, ou seja, aos níveis do sistema escolar em que se verifica uma coordenação efectiva dos professores na gestão dos programas de EF no ensino básico.

