



GOVERNO DE
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
E CIÊNCIA



Orientações Programáticas



Desporto Escolar

Índice

1. Fundamentação	3
2. Objetivos do Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo	3
3. Orientações Programáticas	3
4. Áreas de Intervenção	4
5. Organização de Atividades no Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo	5
6. Mecanismos de Controlo do Projeto	5

1- Fundamentação

O presente documento, enquadra e orienta o Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo, definindo as áreas de intervenção e exemplos de atividades a desenvolver.

Pretende ainda, constituir uma orientação na implementação e desenvolvimento do Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo junto dos Agrupamento de Escolas e respetivos Professores.

2- Objetivo do Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo

O Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo, através da atividade interna nos 1.º e 2.º ano e da atividade externa para os alunos dos 3.º e 4.º ano, tem como objetivos:

- a) A redução do comportamento sedentário nas crianças;
- b) O aumento da atividade física envolvendo várias formas de participação recreativa e desportiva e a otimização de outros comportamentos saudáveis relacionados.

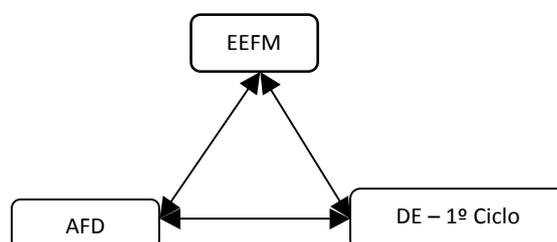
3- Orientações programáticas

O presente documento regula as orientações programáticas e metodológicas a serem consideradas no desenvolvimento e dinamização do Desporto Escolar no 1.º Ciclo.

A proposta de operacionalização do programa é assumida como uma referência, entendida como um documento de trabalho para agrupamentos e professores, a implementar de acordo com a realidade local.

Entenda-se que nenhuma atividade pode substituir a Expressão e Educação Físico Motora (EEFM) e que esta deve ser lecionada pelo professor titular da turma.

O Desporto Escolar constitui uma área transversal da Educação que deve ser articulada horizontal e verticalmente, ao longo de todos os anos de escolaridade, com as atividades curriculares (EEFM) e com as de Enriquecimento Curricular (AEC - Atividades Físicas e Desportivas).



4- Áreas de Intervenção:

4.1.O Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo incide o seu funcionamento em 3 áreas de intervenção. São elas:

- a) Jogos Desportivos Coletivos;
- b) Modalidades Individuais;
- c) Expressões e Gímnicas.

Área		Matérias (exemplos)
A	Jogos Desportivos Coletivos	a) Bola ao capitão b) Futebol Aranha c) Jogos Tradicionais (de grupo) d) Andebol (4x4) e) Basquetebol (3x3) f) Futsal (3x3 ou 4x4) g) Voleibol (2x2) h) Bitoque Rugby (3x3 ou 4x4) i) ...
B	Modalidades Individuais	a) Atletismo (velocidade, estafetas, saltos de impulsão vertical e horizontal, ...); b) Jogos de Raquetes (Ténis de Mesa, Badminton, raquetes de “praia” com bolas de espuma, ...); c) Jogos Tradicionais (Individuais); d) Gincanas pedestres de manipulações; e) Deslocamentos e equilíbrios; f) Percursos/exploração da natureza; g) Patinagem e Perícias em Patins; h) ...
C	Expressões e Gímnicas	a) Ginástica (solo, aeróbica, artística, ...) b) Atividades rítmicas expressivas (danças folclóricas, danças contemporâneas, danças modernas, ...) c) ...

5. Organização de Atividades no Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo

5.1. A Atividade Interna:

- a) Destinatários: 1º e 2º anos de escolaridade;
- b) Conjunto de atividades físicas diferenciadas, com níveis de execução variados, realizadas nos estabelecimentos de ensino do Agrupamento de Escolas ou da escola não agrupada, inscritos na categoria “1º Ciclo”;
- c) O planeamento, execução e controle desta área, serão da responsabilidade dos agrupamentos de escolas ou escolas não agrupadas.

5.2. Atividade Externa:

- a) Destinatários: 3º e 4º anos de escolaridade;
- b) Eventos conjuntos que envolvam estabelecimentos de ensino de mais de um agrupamento;
- c) Atividades desportivas que, regendo-se sempre por normas e regras específicas de desenvolvimento motor, decorrem em ambiente competitivo, na perspetiva do confronto com um elemento definido antecipadamente: distância, tempo, adversário ou mesmo contra si próprio. A competição saudável constitui, inequivocamente, um fator de mobilização, de aprendizagem social e de dinamização de capacidades motoras e cognitivas.

6 - Mecanismos de controlo do Projeto

- a) Verificação do funcionamento dos Grupos Equipa com indicadores definidos; (relatório Periódico ou questionário online).
- b) Avaliação (Apreciação do funcionamento do Projeto do Desporto Escolar no 1.º Ciclo).