



Região Autónoma
da Madeira
Governo Regional

Secretaria Regional
de Educação, Ciência e Tecnologia
Direção Regional de Educação

Plano de **Atividades** de Educação Física

1.º Ciclo do Ensino Básico e Pré-Escolar | 2022-2023

www.madeira.gov.pt/dre | Direção de Serviços do Desporto Escolar

1. ATIVIDADES

A Direção de Serviços do Desporto Escolar (DSDE) planifica e organiza um conjunto de atividades para os alunos do 1º CEB, (curriculares e de enriquecimento do currículo) e integra uma pluralidade de conteúdos e solicitações, geradoras da aquisição de aptidões, capacidades e habilidades de cariz motor fundamentais nesta fase, nunca desintegradas das restantes áreas de aprendizagem.

«Os programas propostos para o 1º Ciclo implicam (...) a realização de experiências de aprendizagem ativas, significativas, diversificadas, integradas e socializadoras que garantam o direito ao sucesso...» *In Organização Curricular e Programas – Ministério da Educação (2ª Edição).*

Neste sentido, as propostas da DSDE, para o próximo ano letivo, no cumprimento do Programa definido pelo ME, procuram ir ao encontro das capacidades e habilidades necessárias para as ações motoras e para objetivos social e individualmente relevantes.

A) HORÁRIOS

PRÉ – ESCOLAR

Sugere-se **dois tempos** semanais de **30 minutos** (deverá constituir a 1ª opção) ou **um tempo** semanal de **60 minutos**.

ENSINO RECORRENTE (1º CEB)

Sugere-se **um ou dois tempos** semanais de **60 minutos**.

B) REUNIÕES

Sugere-se que, mensalmente, 2 momentos do tempo de reunião semanal seja para reunir com os docentes de EF do concelho. Neste sentido, o grupo deverá elaborar uma ata por reunião.

C) DISPENSAS PARA APOIO AOS EVENTOS

Para a implementação e gestão dos eventos organizados pela DSDE, considera-se conveniente que os Professores de EEFM tenham dispensa de serviço.

D) PROJETOS DE DESPORTO ESCOLAR

Propomos a criação de horas de projetos do desporto escolar no horário do docente de modo a proporcionar aos professores de EF a possibilidade de trabalharem, de forma mais individualizada os alunos, permitindo melhorar as suas capacidades motoras de base, o trabalho em equipa e proporcionando vivências únicas nas mais diversas modalidades desportivas.

E) ATIVIDADES EXTERNAS

As atividades propostas para os alunos do 1.º CEB, para os diferentes anos de escolaridade, no próximo ano letivo, serão:

- Modalidades Coletivas (Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol e Ultimate), Multiatividades Desportivas, Festa do Desporto Escolar, Explorar a Madeira, Corta-Mato, Ténis, Patinagem, Golfe e Jogos Aventura-Porto Santo –

Destinadas aos alunos dos 3.º e 4.º anos;

- Atletismo Jogado e Circuito Gímico – **Alunos do 1.º e 2.º anos;**

- Circuito Lúdico - **Alunos da pré-escolar**

- Natação – **Alunos do 1.º, 2.º, 3.º e 4.º anos;**

As “**Multiatividades Desportivas**”, “**Explorar a Madeira**”, **Festa do Desporto Escolar** e os “**Jogos de Aventura**” têm como objetivo proporcionar aos alunos um contacto com diversas atividades (escalada, slide, orientação, patinagem, desportos náuticos, desportos de raquetes, etc.) pouco habituais nas escolas, e motivá-los para a prática da atividade física.

O **Atletismo** será apresentado como “**Atletismo Jogado**” e “**Corta-Mato**”. As diversas disciplinas da modalidade surgirão em formas jogadas, num contexto diferente ao da escola, em que os alunos podem conhecer e experimentar aparelhos e recintos específicos da modalidade, como também será incluído o **Laser Run**, aumentando a diversidade de experiências englobando as duas modalidades.

No **Corta-Mato**, os alunos de diferentes escolas competem entre si, tentando percorrer o percurso no menor tempo possível.

As **Modalidades Coletivas**, integradas no bloco dos Jogos, visam a aquisição de competências (motoras, afetivas e sociais) fundamentais nesta fase etária. Como tal, não devem ser encaradas como um fim em si mesmas, mas apenas como um meio para a aprendizagem e realização das mais diversas habilidades em contexto de jogo.

«O fundamental nesta fase de desenvolvimento é desencadear um processo que vise o domínio das competências básicas que preparem e garantam as aprendizagens futuras.» *In “ A Educação Física no 1º CEB – Ministério da Educação”.*

O “**Circuito Gímico**” integrado no bloco de Ginástica procura promover aquisição de habilidades gímnicas básicas no solo e em aparelhos, de uma forma aberta, sem muita rigidez, combinando diversos tipos de movimentos.

O “**Circuito Lúdico**” procura oferecer aos alunos um leque variado de experiências motoras mediante a realização de jogos e concurso nos quais, aos alunos, seja dada a possibilidade de explorar e combinar as mais diversas habilidades.

A **Natação** oferece um conjunto de vivências motoras no meio aquático, de forma a efetuar a sua adaptação a este meio e a introduzir as técnicas formais de nado, através de situações lúdicas de aprendizagem.

ORGANIZAÇÃO / FASES

A organização das atividades é da responsabilidade dos professores de EF e da DSDE. Estas estão divididas em duas ou três fases, consoante os casos:

-**Modalidades coletivas** (Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol e Ultimate) e **Natação** são divididas em duas fases (Escola e Concelho).

-**Multiatividades** Fase Concelho, Festa do Desporto Escolar e Porto Santo.

-**Atletismo Jogado e Circuito lúdico e Gímico** são divididos em duas fases (Escola e Concelho)

Os **projetos** desenvolvidos em parceria com as associações desportivas são desenvolvidos nas fases Escola e Concelho.

Em termos gerais, a **Fase Escola** enquadra as atividades realizadas no espaço da Escola, (aulas, torneios dinamizados pelo professor, concursos...) entre as diversas equipas ou alunos participantes nas diferentes modalidades. Com a sua operacionalização, o Professor de EF apura as equipas ou alunos das respetivas escolas no sentido de participarem na fase seguinte – Fase Concelho.

A **Fase Concelho** contempla, assim, todas as equipas ou apurados pelos Professores de EF na Fase Escola, de acordo com os critérios de participação definidos pela DSDE.

A **Festa do Desporto Escolar** destina-se aos alunos de todas escolas da RAM e realiza-se, predominantemente, nas praças e jardins do Funchal. Cada concelho será representado com uma equipa/escola.

Para a cerimónia de abertura da **Festa do Desporto Escolar**, a seleção das escolas é feita pela DSDE.

A atividade do **Porto Santo** destina-se aos alunos do 1.º CEB e realiza-se na praia e na serra daquela ilha.

É importante salientar que todas as modalidades têm um regulamento técnico – pedagógico que define de forma sintética os pressupostos normativos relativos à estrutura e funcionalidade da respetiva modalidade.

F) PROJETOS

A Direção Regional de Educação através da Direção de Serviços do Desporto Escolar apresenta para o próximo ano letivo, 2022/2023, um conjunto de projetos, que poderão ser desenvolvidos no âmbito da formação pessoal e social, da literacia científica, marítima, humanística e do desporto escolar.

Escolas de Ginástica

O projeto “Escolinhas de Ginástica”, da responsabilidade e coordenação da DRE, visa proporcionar aos alunos o ensino das bases da ginástica e da literacia motora, num contexto pedagógico diversificado, abrangente e motivador tentando quebrar, assim, uma visão mais antiga do ensino da disciplina, com uma metodologia de abordagem aberta e flexível. Para além de todo o benefício físico, a atividade proporciona, também, a criatividade, a adaptabilidade a diferentes situações e instrumentos manipulatórios, a sociabilidade, entre outras. A construção das coreografias constitui um dos momentos pedagógicos mais ricos e aliciantes do projeto.

Ténis

O Projeto Ténis nas escolas do 1.º CEB surge da parceria entre a Associação de Ténis da Madeira (ATMAD) e a Secretaria Regional de Educação (SRE), e tem por objetivo a aprendizagem do ténis e simultaneamente, um incentivo à promoção da igualdade de oportunidades, ao sucesso educativo e à aquisição de estilos de vida ativos saudáveis. Participação em torneios, por fases (escola, Concelhia e Regional). Compete a ATMAD apetrechar as Escolas com equipamento portáteis, promover formação aos docentes de educação física e facultar um manual de apoio com jogos descritos. Compete à Direção Regional de Educação articular com as Escolas, Docentes e a ATMAD a gestão do material e a promoção de eventos.

Golfe na Escola

Este projeto tem como objetivo dar a conhecer o Golfe enquanto modalidade, tornando a sua prática acessível, bem como proporcionar uma experiência motora diversificada na escola e no seu espaço natural, no Campo de Golfe, aos alunos das Escolas do 1º ciclo do Ensino Básico. A participação dos alunos no Circuito Concelhio e Regional fica à responsabilidade dos Clube Golfe Santo Serra. Os equipamentos portáteis (kits Tri-Golfe) foram cedidos pela FPG à DRE no sentido articular com as escolas a sua utilização.

Frisbee

O projeto de introdução à prática de modalidades com “Frisbee” (inicialmente intitulado FO@M – Flying Objects @ Madeira), dinamizado com o apoio da DRE, pretende divulgar e promover jogos praticados com “Frisbee”, nomeadamente as modalidades: Ultimate, Frisbee e Disc Golf nas escolas do 1º e 2.º CEB da RAM. Promovendo a formação junto dos docentes de Educação Física, sensibilizando-os para a prática destas modalidades.

Esgrima Mais

O projeto "Esgrima Mais" da responsabilidade da Associação de Esgrima RAM (AERAM) conta com o apoio da Direção Regional de Educação (DRE) e tem como objetivo proporcionar a prática de uma modalidade alternativa nas escolas e instituições de solidariedade social da RAM, contribuindo para o desenvolvimento físico, cognitivo e social das crianças/jovens.

Compete a AERAM promover formação aos docentes de educação física, e ceder dois conjuntos de 14 kits de iniciação (máscara+florete) a serem ministrados nas suas aulas. Compete à DRE articular com as Escolas, Docentes e a AERAM a gestão do material e a promoção de eventos.

Ensino do Xadrez na escola

O projeto de introdução à prática de modalidades com Xadrez tem como objetivo, desenvolver conhecimentos e competências mais aprofundadas nesta área e capacitar os professores para lecionar e acompanhar o ensino de Xadrez nas escolas, introduzindo uma modalidade que tem provado o seu contributo no desenvolvimento intelectual e na melhoria da aprendizagem dos jovens.

Pretende-se igualmente, ao longo do ano letivo, realizar encontros entre escolas, para que possam pôr em prática todos os conhecimentos adquiridos.

Laser Run e Biatle

O presente projeto tem por objeto possibilitar aos alunos do ensino básico e secundário um maior contacto com as modalidades desenvolvidas pela FPPM em particular o Laser Run e o Biatle, visando o aumento do número de praticantes em ambas as áreas desportivas;

Pretende igualmente proporcionar uma melhoria da formação técnica dos alunos e dos professores.

Magia do 1.º cesto

Este projeto é da responsabilidade da Associação de basquetebol (ABM) e conta com o apoio da Direção Regional de Educação (DRE). Esta iniciativa permite proporcionar aos alunos do 1.º ano de escolaridade durante uma aula de educação física o contacto com o minibásquete através da concretização do seu primeiro cesto e poder conta com a experiência de um especialista da modalidade da Associação.

Judo

De acordo com o protocolo entre a Secretaria Regional de Educação, Ciência e Tecnologia e a Associação de Judo da RAM, pretendemos proporcionar atividades de judo nas escolas do 1º ciclo e ainda poderão utilizar algumas horas de projetos da escola para desenvolver núcleos sob a orientação da coordenadora da DSDE. Com o objetivo de mostrar as potencialidades da modalidade para que seja mais praticada, aumentando o sucesso educativo e a aquisição de estilos de vida saudáveis. O Jigoro Kano

fundou o judo como uma estrutura de educação mental e física. A sua visão final era criar uma sociedade melhor através dos valores do desporto, nomeadamente o judo. Estamos convencidos de que as crianças que praticaram judo uma vez na vida desenvolvem características que lhes trarão vantagens para a vida toda. Características como determinação, capacidade de superação, resiliência, aprender a cair e levantar, favorecem o crescimento de uma criança na formação de um adolescente e posteriormente de adultos. Por isso, o nosso objetivo é tornar o judo parte integrante do desenvolvimento educacional de crianças, incutindo os valores centrais da modalidade: Amizade, Honra, Respeito, Modéstia, Cortesia, Coragem, Autocontrole e Sinceridade, e acrescentamos um, baseado no projeto “Judo in schools” da Federação Internacional de judo: A DIVERSÃO.

Gira Volei

O Projeto Gira-Volei, da Federação Portuguesa de Voleibol (FPV), nas escolas do 1.º CEB surge da parceria entre a Associação de Voleibol da Madeira (AVM) e a Secretaria Regional de Educação (SRE). O Gira-Volei é um jogo de iniciação à modalidade destinada aos jovens, onde através do jogo simplificado (2x2) e utilização do passe, faz deste um jogo fácil, divertido e competitivo, arrastando consigo milhares de jovens. Este projeto tem como objetivos proporcionar oportunidades para que as crianças e jovens possam viver novas experiências, fazer novos amigos, aprender novas habilidades, adquirir hábitos de autodisciplina, cooperação e competição leal.

Compete a FPV, via AVM apetrechar as Escolas com equipamento portáteis, promover formação aos docentes de Educação Física e facultar um manual de apoio com jogos descritos, articulando com a DSDE e as respetivas escolas e docentes, a gestão do projeto.

Padel

Com este projeto a Associação de Padel da Madeira (APMAD) pretende fundamental implementar um Programa de Desenvolvimento de Padel Escolar, criando condições para que as nossas crianças e jovens se possam familiarizar, aprender e crescer com modalidade, em contexto escolar.

Por forma a tornar a aprendizagem do padel mais fácil e acessível a todos, sempre alicerçado à aquisição de estilos de vida saudáveis, a APMAD conta com uma equipa de colaboradores que estão dispostos a ajudar, seja na promoção de iniciativas, em ações de formação, promoção de eventos e jogos de exibição, e ainda na gestão e cedência de material desportivo.

Mini Badminton

O Projeto “Mini Badminton” nas escolas do 1.º CEB surge da parceria entre a Associação de Badminton da Madeira (ABRAM) e a Direção Regional de Educação (DRE), tem por objetivo a implementação de uma bateria de exercícios de iniciação à modalidade dando a conhecer o Badminton de uma forma mais lúdica, fomentando assim, o gosto pela modalidade e pela prática desportiva.

Para que este projeto decorra de uma forma mais fluída, a Direção de Serviços do Desporto Escolar (DSDE), em parceria com a ABRAM compromete-se a dar formação aos professores de expressão e educação físico motora, de modo a fornecer um conjunto de ferramentas que possam contribuir para uma maior qualidade no desempenho da docência.

Compete a ABRAM facultar as Escolas equipamento portáteis e apoio de um técnico qualificado para auxiliar os docentes numa fase inicial. Compete à Direção Regional de Educação articular com as Escolas, Docentes e a ABRAM a gestão do material e a organizar de torneios, por fases (escola, Concelhia e Regional).

Patinagem

O Projeto “PATINAGEM no 1.º CEB” surge da parceria entre a Associação de Patinagem da Madeira (APM) e a Direção Regional de Educação (DRE), tem por objetivo a implementação do ato de patinar e iniciação as modalidades sobre rodas dando a conhecer o Patinagem e todas as suas vertentes de uma forma mais lúdica, fomentando assim, o gosto pela modalidade e pela prática desportiva.

Para que este projeto decorra de uma forma mais fluída, a Direção de Serviços do Desporto Escolar (DSDE), em parceria com a APM compromete-se a dar formação aos professores de expressão e educação físico motora, de modo a fornecer um conjunto de ferramentas que possam contribuir para uma maior qualidade no desempenho da docência.

Compete a APM facultar as Escolas os “Kit’s” de material e apoio técnico qualificado para auxiliar os docentes numa fase inicial. Compete à Direção Regional de Educação articular com as Escolas, Docentes e a APM a gestão do material e a organizar de torneios, por fases (escola, Concelhia e Regional).