

## Projectos educativos em saúde, desporto e lazer no 1º CEB: contributo para ?uma escola inteira?

**A ESCOLA SO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO (CEB) EXCESSIVAMENTE CENTRADA NO CURRÍCULO FORMAL, REVELA DIFICULDADES EM RESPONDER ÀS CARACTERÍSTICAS DAS ROTINAS DIÁRIAS DAS CRIANÇAS E RESPECTIVAS FAMÍLIAS.**

De uma forma sustentada a requalificação da escola do 1º CEB passa por possuir uma oferta educativa diversificada. De que todos possam beneficiar, sem necessidade de procurar fora dela a satisfação e o prazer que as livres escolhas realizadas pelas crianças para a ocupação do seu tempo livre colocam. A escola do 1º CEB carece de dinâmicas de projecto potenciadoras das energias e vontades dos diferentes actores sociais, pois cada vez mais a escola não se deve fechar sobre si própria. Podemos-nos questionar sobre:

- o que faz hoje a escola do 1º CEB como actividade de complemento curricular ?
- que projectos educativos possui a escola que a liguem ao meio ?
- que projectos educativos oferece a escola para ocupação formativa dos tempos livres dos seus alunos ?
- que projectos desenvolvem práticas fomentadoras de estilos de vida activos e saudáveis ?
- que projectos estimulam a vinculação a práticas regulares de actividades físicas e desportivas ?
- que meios e formas tem a escola para envolver outros actores sociais nos seus projectos ?
- que projectos associam a escola do 1º CEB à Educação para a Saúde ?

Em 2002 um jornal diário salientava que o excesso de peso e obesidade tinham sido comprovados num estudo realizado a mil alunos entre os três e os 15 anos de idade, pertencentes a seis freguesias de Braga (1)[1]. Identificando que os valores de obesidade estão na casa dos 25 por cento, os autores do estudo chamam a atenção para o papel dos pais sobre os hábitos alimentares ?americanizados? que importa reorientar. Por outro lado identificando o sedentarismo infanto-juvenil como contribuindo para os valores encontrados, os autores do estudo descrevem que *os miúdos têm hoje uma actividade física mais limitada. Os rapazes deixaram um pouco de jogar à bola e as raparigas não saltam à corda. Já não gastam a energia como antes, preferem as consolas, os computadores e ficam sentados a ver televisão*”(2)[2]. No caso do 1º CEB os autores referem que *o número de obesos mantém-se, mas o dos que têm alguns quilos a mais cresce significativamente: uma em cada quatro crianças está nessa situação (aumento de 50 por cento no caso das raparigas e de cem por cento no caso dos rapazes)*”(3)[3]. Recentemente baseado num estudo da IOT (International Obesity Task-Force) somos confrontados com o facto de que *o excesso de peso é a doença infantil mais comum na Europa, com uma prevalência assustadora em crianças com idades próximas dos dez anos?*. E sobre a nossa realidade ficamos a saber que *uma em cada três crianças portuguesas já sofre de obesidade, o que coloca Portugal entre os primeiros lugares da lista dos países europeus com maior incidência da doença*”(4)[4]. Se à escola não cabe a resolução da totalidade dos problemas colocados durante o desenvolvimento das crianças, importa privilegiar aqueles que estão associados à sua saúde, qualidade de vida e bem-estar. A escola do 1º CEB não pode voltar as costas à educação alimentar, à prevenção de comportamentos de risco, ao fomento de comportamentos saudáveis, à identificação e prática de estilos de vida activos desde as mais tenras idades.

As Actividades Físicas e Desportivas (AFD?s) são um património social e cultural assumido. Elas fazem parte da nossa vida. Porque estão cada vez mais nos nossos hábitos e tradições. As crianças possuem com elas uma forte relação de busca do prazer e satisfação pessoal de acordo com a natureza e características de cada actividade. A necessidade da nossa escola do 1º CEB estar cada vez mais perto das necessidades e interesses das crianças, pressupõe um esforço colectivo que envolva a comunidade. Porque a questão que se coloca é a de que a escola ou é uma instituição dinâmica e aberta ou dificilmente será um parceiro aglutinador de interesses e finalidades educativas partilhadas pelos mais diversos actores sociais (professores, pais, autarquias, associações e clubes, centros de saúde, grupos informais).

(?) Os Projectos Educativos em Saúde, Desporto e Lazer (PESDL), podem ser uma das respostas pedagógicas, integradas no Projecto Educativo de cada escola ou agrupamento. Numa triangulação entre as questões da dimensão pedagógica da Saúde, o envolvimento em práticas desportivas regulares e a qualificação dos tempos livres das crianças, os PESDL podem responder ao enriquecimento do currículo da escola e ao reforço da sua identidade. Tudo numa lógica de projecto contextualizado, em que a escola do 1º CEB possa ser um pólo aglutinador de expectativas, necessidades, interesses e motivações de alunos, professores, pais e restante comunidade educativa. Ao mesmo tempo, podem constituir-se como uma forma de transformação da escola, em termos de abertura ao meio e real envolvimento com a comunidade. A natureza dos projectos devem dar resposta às necessidades naturais de movimento e socialização motora das crianças, através de um reforço da vinculação individual e colectiva às AFD?s, como suporte de uma vida activa e saudável e a ocupação de um tempo livre a que

urge responder sem formalismos. É para nós claro que a base dos PESDL devem estruturar-se a partir das AFD?s, como plataforma de confluência de pontos comuns da saúde e do lazer das crianças, que vêm na escola um espaço múltiplo de prazer e satisfação pessoal. Se a escola responde a áreas do currículo formal, é necessário que prolongue e potencialize as aprendizagens e competências para a ?vida fora da escola?. Os PESDL devem possuir como matriz de partida as vivências e aprendizagens realizadas na área curricular de Educação Física (EF), articulando dimensões que a partir das características das AFD?s se relacionam com a Saúde numa visão de categoria pedagógica. Por outro lado, o desafio de colocar a escola como pólo aglutinador de AFD?s capazes de contribuir para a elevação de níveis de saúde dos alunos, sem constrangimentos e formalismos, constitui-se como um factor de enriquecimento e qualificação da escola. A escola está socialmente implicada e deve procurar as respostas educativas que satisfaçam os seus alunos, no âmbito da ocupação do seu tempo livre.

A Saúde não pode estar fora da escola. E cada vez mais a saúde decorre da natureza das decisões individuais e colectivas sucessivamente tomadas ao longo do tempo. Nesta perspectiva a escola do 1º CEB tem de ser cada dia uma escola que ajude a tomar as melhores decisões, as melhores opções, a desenvolver comportamentos saudáveis.

[1] ?Público? 22 de Novembro de 2002.

[2] idem

[3] idem

[4] ?Público? 16 de Outubro de 2003