

**Data:** 30.11.2022

**Título:** Hiper-escolarização e sedentarismo infantil

**Pub:**



**Tipo:** Jornal Nacional Quinzenal

**Secção:** Nacional

**Pág:** 1;6;7



**Reflexões sobre  
"A Escola a tempo inteiro"**  
Textos de Carlos Neto, Carla Tavares  
e Teresa Lopes - Inquietações pedagógicas p. 6 e 7

Área: 749cm² / 30%

FOTO

Cores: 4 Cores

ID: 7525961



# “Escola a tempo inteiro”: uma reflexão

## INQUIETAÇÕES PEDAGÓGICAS

Que qualidade de tempo garantimos às crianças (3-10 anos) depois do chamado “tempo curricular”? O despacho nº 9265-B/2013 veio regular esses tempos. No entanto o estudo de avaliação externa do

impacto do Programa das Atividades de Enriquecimento Curricular (2016) encomendado pelo Ministério da Educação alerta para “uma escolarização das atividades de enriquecimento curricular que se traduz

em ofertas de carácter segmentado, disciplinar e formal”. Conclui-se que “a manter-se esta realidade, poderemos estar a contribuir para uma preocupante distensão do período curricular para cerca de 30 horas

semanais. Se a esta componente associarmos o período da Componente de Apoio à Família, poderemos estar perante horários escolares superiores a 35 horas semanais, para crianças de 6 a 10 anos de idade”.

## Hiper-escolarização e sedentarismo infantil

CARLOS NETO

Corpos ativos geram cérebros ativos através de sentimentos e emoções. A imaturidade física, motora, mental, social e emocional à nascença, oferece uma grande oportunidade ao ser humano de atingir um aperfeiçoamento notável em relação a outras espécies animais. O ganho de maturidade progressiva, implica um conhecimento integrado, incerto e complexo de todas as suas estruturas durante as primeiras fases do desenvolvimento humano. Implica também que possamos ultrapassar uma visão cartesiana deste desenvolvimento (corpo separado do cérebro) e a adoção de uma visão holística de como esse processo de crescimento acontece em relação às características do envolvimento físico e social. A educação de corpo inteiro é uma necessidade urgente no nosso tempo em casa, na escola e na comunidade. Toda a Educação é Educação Física. Toda a Educação implica o uso de todo o corpo em movimento no processo de ensino e aprendizagem. As crianças e jovens necessitam de brincar e serem ativos e terem oportunidade de desenvolverem a sua capacidade de sobrevivência, adaptação, criatividade, regulação emocional e relação social, principalmente nos primeiros anos de vida (0 aos 10 anos) em que ocorrem os períodos críticos de desenvolvimento motor, mental, emocional e social.

Uma das características mais peculiares de crianças saudáveis é a necessidade de apresentarem um nível de atividade física muito elevado. O movimento humano é o grande arquiteto do cérebro dos sentimentos e das emoções. Crianças que apresentam um perfil de jogo de atividade física regular, sistemático e intencional, são normalmente portadoras de uma boa competência motora, emocional e social. Aprender a mexer e escutar o corpo dá saúde física e mental. Brincar e ser ativo é uma das grandes prioridades para as crianças do nosso tempo. O combate ao sedentarismo e iliteracia motora é uma tarefa gigantesca a



implementar no contexto familiar, escolar e comunitário. Crianças muito quietas ou agitadas são o resultado de uma sociedade que tem vindo a aprisionar a infância a lógicas de controlo das suas energias para níveis compatíveis com o tempo e as regras definidas por conveniência adulta. Esta manipulação subtil, exercida por vezes sem consciência, está a colocar em causa a saúde pública.

Muitas crianças não têm tempo de ter tempo livre para serem crianças e viverem a infância de forma plena. Em muitos casos são crianças sem infância porque estão prisioneiras do tempo dos adultos e não desfrutam tempo livre em casa, na escola, na rua e na natureza. Neste caso, o que se passa é um aumento preocupante de sedentarismo e iliteracia motora e lúdica, com todas as consequências para a saúde física, mental, emocional e social. Somos campeões Europeus em Inatividade Física, segundo os dados recentes publicados pelo Eurobarómetro (2022). Estes dados significam que os portugueses não têm (73%) uma atividade regular e sistemática de atividade física no seu quotidiano. As crianças e jovens são esponjas dos estilos de vida sedentários dos pais.

DEPOIS DE UM PERÍODO CHEIO DE constrangimentos para todos, o regresso à escola de crianças e jovens

Toda a Educação implica o uso de todo o corpo em movimento no processo de ensino e aprendizagem. As crianças e jovens necessitam de brincar e serem ativos

de reinventar uma nova escola num mundo em grande mudança (transição digital, crise climática e necessidade de políticas de sustentabilidade do planeta e da vida humana). Devemos ter mais atenção sobre o conceito de tempo estruturado e tempo livre no espaço escolar e os seus modelos de organização. Formalizamos e confundimos muitas vezes, uma “Educação a Tempo Inteiro” de uma “Educação a Tempo Inteiro”. O contexto escolar necessita de repensar o presente e futuro da sua organização e funcionamento. Nas primeiras idades a aprendizagem não se impõe, sendo dispensáveis currículos demasiadamente formatados (currículos intensos e extensos). É fundamental garantir oportunidades de brincar livre, criando contextos de qualidade que permitam experiências desafiantes, e de preferência em espaços naturais e com materiais ou objetos soltos (*loose parts*). Interessa que os espaços de jogo exteriores das escolas e espaços públicos sejam recheados de “*affordances*” (aquilo que o envolvimento suscita ao animal para fazer...) motoras, emocionais, cognitivas e sociais. Este direito a um espaço de ação de qualidade não é compatível com um “*design*” formatado e obsessivamente adulto (cimento e sintético). Os espaços para brincar devem possibilitar

aprendizagens diversivas e recheadas de referências motoras, simbólicas e sociais. Em educação nas primeiras idades, as referências de sala de aula e recreio deveriam desaparecer do vocabulário educativo e serem substituídas por espaços interiores e exteriores, onde as crianças podem circular em liberdade de ação para fazerem as suas experiências e descobertas (aprendizagem). Os espaços exteriores das escolas devem fazer parte do projeto pedagógico. Na escola não entra só o cérebro. Entra o corpo todo. A escola não é só a sala de aula (espaços interiores). As crianças deveriam ter oportunidade para vivenciarem as aprendizagens nos espaços exteriores, tornando-se pequenos exploradores, pesquisadores cientistas e artistas.

SERÁ FUNDAMENTAL REPENSAR A ESCOLA num mundo em grande mudança, e enumerar um conjunto de reflexões urgentes na criação de um novo paradigma:

- 1 - (DES)CENTRALIZAR as políticas educativas, permitindo o desenvolvimento de projetos educativos de acordo com as características e apoios locais. Trata-se de potencializar a recente delegação de competências municipais para a educação e a sua articulação com os Agrupamentos e Direção de Escolas;
- 2 - (DES)PLASIFICAR a escola e as relações com a família e a comunidade. Trata-se de melhorar as relações com outros agentes de socialização e potencializar as oportunidades de tempo e espaço de interação no processo educativo com características ecológicas, inclusivas e participativas;
- 3 - (DES)APRISIONAR a escola do medo, da burocracia e falta de inovação. Trata-se de criar ambientes facilitadores de entusiasmo e curiosidade no processo de aprendizagem, permitindo a livre expressão das crianças e jovens em espaços interiores (sala de aula) e exteriores (recreios e comunidade), libertando o corpo de estar sentado muitas horas em atividades demasiado estruturadas e impostas (modelo pedagógico cooperativo, democrático e criativo);
- 4 - (DES)ESCOLARIZAR a escola dentro das quatro paredes. Trata-se de considerar que a vida na escola não acontece só na sala de aula com as crianças sentadas, quietas, caladas e



obedientes. As aprendizagens podem acontecer com o corpo ativo, vivendo e sendo ator do processo em múltiplas situações e espaços de ação. Do mesmo modo a avaliação não pode escravizar o processo de aprendizagem de conhecimentos e competências pessoais;

5 - (DES)SEDENTARIZAR a escola, tornando -a ativa, humanista, natural e participativa. Chegam -nos informações regulares que estão a ser proibidas nos espaços exteriores escolares (recreios), atividades lúdicas naturais nas culturas de infância: correr, saltar, subir às árvores, jogos de luta e perseguição, perícias corporais (rodas, pinos à parede, suspensões do corpo, trepar, etc.) e mexer na terra, paus, pedras, água e outras atividades similares. Trata-se de considerar que aprender implica mexer o corpo (ser ativo e com atitude lúdica) em espaços construídos (estruturados) e espaços naturais (contato regular com a natureza e artefactos naturais).

6 - (DES)ESCOLARIZAR as AECS, CAPS, ATLS, etc., tornando esse tempo amigo do tempo livre das crianças e jovens. São tempos da criança após o tempo escolar, e não escolas paralelas ou substituição de tempos curriculares. Trata-se de implementar e renovar, novos modelos de organização e participação da Escola a Tempo Inteiro, através de criação de diversos “ateli-ers” de escolha livre, dentro e fora da escola, numa reinterpretação adequada da legislação (Atividades de Enriquecimento Curricular e a sua natureza “lúdica, formativa e cultural, incidindo, nomeadamente, nos domínios (...) de ligação da escola com o meio, de solidariedade e voluntariado (...)” como disposto no Decreto-Lei 139/2012.

É URGENTE UM PACTO DE DINÁMICAS mais participativas entre a vida da família, da escola e das comunidades locais, para dar mais oportunidades de tempo e espaço interior e exterior das crianças e jovens poderem brincar e ser ativos, aprendendo a saber pensar de forma crítica e criativa e a adotar uma consciência de valores ecológicos, através da conquista de hábitos de vida saudáveis na sua vida quotidiana. A escola não serve apenas para aprender conhecimentos para serem medidos teste após teste, para os alunos terem médias adequadas para entrarem na universidade. Essa expectativa, escolar, social e parental sobre o sucesso escolar, a qualquer preço e assimétrica dos alunos, deve ser reapreciada, para se formarem crianças e jovens preparados para um mundo futuro, incerto, imprevisível e desconhecido.

Por outro lado, são também necessárias políticas públicas mais corajosas para implementar cidades promotoras de mais mobilidade (devolver as ruas às crianças), mais verdes (conforto ambiental) e mais liberdade de ação (relação entre confronto com o risco e assegurar segurança). Devemos também encontrar as soluções mais ousadas para termos pais mais disponíveis para terem tempo para estarem com os filhos e estes terem tempo de serem crianças e viverem a infância de forma plena. .n.

*\*Carlos Neto é prof. da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa*