

# Da Prática à Ciência

Artigos do 2º e 3º Congressos da  
Federação de Ginástica de Portugal  
2007 e 2009

*Formação, Aprendizagem  
e Treino em Ginástica  
2007*



*Ciências na Ginástica e  
Actividades Acrobáticas  
2009*

---

**Ficha Técnica:**

|                        |  |
|------------------------|--|
| Edição                 | 1ª - Câmara Municipal de Lisboa  |
| Título                 | Da prática à Ciência. Artigos do 2º e 3º<br>Congressos da Federação de Ginástica de Portugal<br>2007 e 2009  |
| Editores               | César Peixoto; Paulo Barata; Luís Vilar Moreira  |
| Exemplares             | 1.000  |
| Designer Capa          | Luís Vilar Moreira   |
| Impressão e Acabamento | DAOSM-DGMEAS/Imprensa Municipal  |
| Depósito Legal         | 331052/11  |
| Proriedade             | Federação de Ginástica de Portugal   |
| Contactos              | Estrada da Luz nº 30ª, 1600-159 Lisboa<br>Tel: 218141145<br><a href="mailto:gympor@gympor.com">gympor@gympor.com</a><br><a href="http://www.gympor.com">www.gympor.com</a> |
| ISBN                   | 978-989-96925-4-1  |

|      |  |     |
|------|--|-----|
|      | <b>III Parte - Treino</b> .....  | 143 |
|      | <b>3.1 - Detecção de Erros - Modelo de Interacção de Instrumentos</b>  |     |
|      | César Peixoto .....  | 145 |
|      | <b>3.2 - Estudo do comportamento da frequência cardíaca e análise dos elementos técnicos em exercícios de conjuntos de GR</b>  |     |
|      | Lurdes Ávila Carvalho & Eunice Lebre .....   | 151 |
| . 11 |  |     |
| . 15 | <b>3.3 - Modelo de Carga Externa em GAF de Alto Rendimento</b>   |     |
|      | José Ferreirinha, António Teixeira Marques, António Silva .....  | 163 |
| . 17 | <b>3.4 - Carga Mecânica em Step</b>  |     |
|      | Liliana Aguiar & Rita Santos Rocha .....   | 173 |
| i do | <b>3.5 - Bases gerais do treino da força com crianças e jovens</b>   |     |
|      | Francisco Saavedra .....   | 185 |
| . 23 | <b>3.6 - Como vai o Ensino da Ginástica na EF? - Um estudo nos Açores</b>  |     |
|      | Maria Isabel Condessa .....  | 193 |
| . 33 | <b>3.7 - Níveis de satisfação dos alunos - Questionário de satisfação dos alunos em relação ao professor de Educação Física</b>  |     |
| 41   | Anabela Alves, Catarina Miguel & Rui Carvalho .....  | 203 |
| 43   | <b>IV Parte - Saúde</b> .....  | 209 |
| 49   | <b>4.1 - Lesões Desportivas versus Ginastas</b>  |     |
|      | Maria Raquel Silva & Eunice Lebre.....   | 211 |
| se   | <b>4.2 - Avaliação do Crescimento Físico em Crianças dos 6 aos 12 anos</b>   |     |
| 10   | Pedro Lima Gasparinho .....  | 215 |
| i3   | <b>4.3 - Antropometria em Crianças e Jovens</b>  |     |
| e    | Isabel Fragoso .....   | 223 |
| 1    | <b>4.4 - Alimentação em Ginastas</b>   |     |
| 5    | Maria Raquel Silva & Eunice Lebre.....   | 233 |
|      | <b>4.5 - Os Treinadores e a nutrição . De mãos dadas e/ou de costas voltadas?</b>  |     |
|      | Maria Raquel Silva & Eunice Lebre.....   | 239 |
|      | <b>4.6 - Lesões em ginastas portuguesas de competição das modalidades de Trampolins, Ginástica Acrobática, Ginástica Artística e Ginástica Rítmica</b>                           |     |
|      | Marc Reis, Frederica Rego & Raul Oliveira .....  | 245 |
|      | <b>4.7 -Estatura, Crescimento nos Membros Inferiores e Maturação em Praticantes de Ginástica Artística: Estudo Longitudinal de 4 Anos</b>  |     |
|      | João Carlos Oliva; Rubiane Severo Oliva; Carlos Araújo .....   | 253 |
|      | <b>4.8 - Estudo longitudinal de 4 anos da densidade mineral óssea e conteúdo mineral ósseo em praticantes de ginastica artística</b>   |     |
|      | Carlos Araújo; Rubiane Severo Oliva; João Carlos Oliva .....   | 263 |
|      | <b>4.9 - Pressão para a Magreza e Suporte no Contexto Desportivo da Ginástica e Desportos Acrobáticos - relação com sintomatologia de perturbações alimentares e auto-estima</b> |     |
|      | Rita Francisco, M. Alarcão & I. Narciso .....  | 271 |
|      | <b>V - Parte : Psicologia</b> .....  | 279 |
|      | <b>5.1 - Comportamento decisional no contexto da competição em actividades gímnicas</b>  |     |
|      | Duarte Araújo & João Paulo Ramos .....   | 281 |
|      | <b>5.2 - Relação entre Comportamentos de Liderança Percepcionados e o Clima Motivacional em Ginastas de Classes Representativas de Ginástica Geral</b>                           |     |
|      | José Penedo & Vítor Ferreira.....  | 287 |

## 3.6 - COMO VAI O ENSINO DA GINÁSTICA NA EF? - UM ESTUDO NOS AÇORES

**MARIA ISABEL CONDESSA**

Departamento de Ciências de Educação, Universidade dos Açores

### **Introdução**

Sendo a Educação Física um espaço de prática de Actividade Física e Desportiva que é proporcionada a todas as crianças e jovens portuguesas, independentemente do local, condição sócio-económica e género, deverá ser um lugar privilegiado para promover a adesão à prática das várias modalidades de ginástica. Embora formalmente estas práticas sejam iniciadas ao longo do seu currículo nem sempre constituem um leque de aprendizagens relevantes para realizar ao longo da vida – numa prática gímnica dirigida a todos, ou muitas vezes, numa captação de talentos para as várias disciplinas da Ginástica.

A nossa pergunta de partida, que dá título a esta nossa investigação, *Como vai o Ensino da Ginástica na EF?*, tem por intuito perceber se a Ginástica, pelo elevado domínio físico e técnico que suscita, continua a ser uma prática “marginalizada” no ensino da EF. O contexto da ginástica nos Açores, será analisado a partir de várias recolhas efectuadas nessa Região Autónoma (RAA), onde supostamente a EF tem sido uma área disciplinar de eleição, dado o elevado número de infra-estruturas desportivas criadas nas últimas décadas, mas onde a prática federada em várias modalidades de ginástica é ainda residual, ou mesmo inexistente. A partir da observação do ponto de situação actual poderemos propor a reflexão sobre como se poderá potenciar o ensino deste universo de práticas promovendo, a médio prazo, a “Ginástica para Todos”.

Ao Professor de Educação Física, e de acordo com os princípios da EUPEA (2006), cabe a responsabilidade de assegurar que há qualidade do ensino do currículo de EF oferecido nas escolas. Da sua competência de ensino e dos seu conhecimento pedagógico do conteúdo sobre a ginástica varia a forma como o seu processo de ensino decorre. Seria ideal pôr à disposição do aluno uma prática activa, oferecendo tarefas de aprendizagem diferenciadas e uma aprendizagem motora em destrezas elementares de acrobacia no solo ou em trampolim, em esquemas individuais/ grupo, efectuadas com critérios de correcção técnica, expressão e combinação e, sobretudo, realizada em segurança.

De facto, o professor que revele a capacidade, de nas circunstâncias mais diversas e adversas, criar os contextos mais favoráveis para a aprendizagem dos alunos, será aquele que tem uma formação mais ajustada às necessidades de interpretação do ensino da ginástica. Ao possuir um conhecimento mais vasto e adaptado sobre as actividades gímnicas terá mais competência para analisar as circunstâncias das situações educativas decorrentes no ginásio. Amade-Escot (2005) refere que as interacções na classe e as negociações, com contínua modificação dos conteúdos a serem ensinados e aprendidos, implicam um envolvimento constante do professor na instrução.

Numa investigação realizada nos Açores em 1999, sobre a organização de tarefas de aprendizagem no ensino da ginástica em aulas de Educação Física, Condessa determinou que o nível de dificuldade da tarefa apresentada aos alunos ocasiona

fortemente o envolvimento motor, a atenção e a motivação dos alunos na actividade gímnica.

Face às características de isolamento da região, que a dispersão por nove ilhas confere, a formação continuada que os professores de EF auferem é a oferecida pelos Centros de Formação de Associações de Escola existentes nos vários grupos de ilha. Centros esses que disponibilizam mais formação em disciplinas teóricas e/ou áreas de saberes transversais, do que em áreas metodológicas específicas. Até porque, lembremo-nos, que esta é das únicas regiões do País onde nunca se chegou a oferecer à sua população um curso de formação inicial em Ciências de Desporto ou Educação Física.

Já a atitude das crianças e jovens perante a ginástica, enquanto área curricular obrigatória no ensino básico e opcional no ensino secundário, nem sempre é a mais aprazível e é já uma posição concertada com a prática física e desportiva desenvolvida ao longo da sua vida. Realçemos que são poucos os clubes que oferecem uma prática gímnica, mesmo de competição ou representativa, dirigida a crianças, jovens e adultos.

A presente investigação contribui para a compreensão de "como vai o ensino da ginástica nas aulas de EF?" e persegue dois grandes objectivos:

1. Conhecer qual a ideia existente sobre o ensino da ginástica na EF, das Escolas da RAA.
  - 1.1. Clarificar a opinião de alunos perante a prática da ginástica na EF;
  - 1.2. Identificar a opinião de professores quanto à leccionação da ginástica na EF;
2. Sugerir "mudanças" favoráveis ao ensino da ginástica na EF

Este estudo pretende, numa primeira fase, facultar alguma da informação obtida a partir de factos e de crenças, e que nos possibilita saber como vão as práticas de leccionação de ginástica de EF na última década, na RAA. Podemos fazê-lo através da análise, quer das atitudes de maior ou menor adesão de alunos, quer de alguns pensamentos de professores sobre as condições criadas para a sua leccionação. Visa ainda, embora que de uma forma modesta, sugerir novas dinâmicas de intervenção inovadoras para que se possa revitalizar a ginástica e o seu ensino nas escolas. Deveríamos terminar com a questão: "para onde deve ir o ensino da ginástica na EF?".

### **Materiais e Métodos**

Os participantes nesta análise foram cerca de 4341 alunos do ensino básico (EB) e secundário (ES) e de 293 professores, de quase todas as escolas da RAA, e que integraram vários estudos realizados nos últimos dez anos na Universidade dos Açores (Quadro1)

Os dados foram recolhidos através de questões fechadas e abertas que integravam os questionários aplicados nas variadas pesquisas.

Quadro 1. Estudos: Amostra e Indicadores Analisados pela Aplicação dos Instrumentos

| Estudo | Autor          | Escolas RAA         | Alunos (N)                 | Indicadores Questionário (Alunos)  | Professores (N)                      | Indicadores Questionário (Professores)   |
|--------|----------------|---------------------|----------------------------|--|--------------------------------------|--|
| A      | Condessa, 1999 | 2 Escolas (EB/ ES)  | 199<br>3º CEB<br>E.S.      | - Início de experiências na Ginástica.<br>- Gosto/ preferência pela Ginástica.<br>- Percepção de competência na Ginástica.   | ---                                  | ---  |
| B      | Condessa, 2003 | 30 Escolas (EB/ ES) | 3784<br>2º/<br>CEB<br>E.S. | 3º   | ---                                  | ---  |
| C      | Condessa, 2005 | Escolas (EB)        | ---                        | ---  | 80<br>1ºCEB-                         | - Opinião sobre a sua Formação para leccionar EEFM (EF - 1º CEB).<br>- Capacidade para ensinar destreza básicas da Ginástica.<br>- Opinião sobre as condições das escolas onde lecciona a EEFM.                              |
| D      | Carneiro, 2006 | 1Escola (EB)        | ---                        | ---  | 36<br>1º CEB<br>4<br>EF-<br>1º/2ºCEB | - Opinião sobre a sua Formação para leccionar EEFM (EF - 1º CEB).<br>- Capacidade para ensinar destreza básicas da Ginástica.<br>- Opinião sobre as condições das escolas onde lecciona a EEFM.                              |
| E      | Pacheco 2008   | 1 Escola (ES)       | 358<br>E.S.                | Opinião sobre a importância do ensino de algumas técnicas de ginástica e de saltos acrobáticos na EF do Ensino Secundário.<br>- Opinião sobre as actividades, que na aula de EF, são mais do agrado/ desagrado.<br>- Opinião sobre o que deveria ser ensinado e o que de facto é ensinado nas aulas de EF. | 20<br>EF- E.S.                       | - Opinião sobre a importância do ensino de algumas técnicas de ginástica e de saltos acrobáticos na EF do Ensino Secundário.<br>- Opinião sobre as actividades, que na aula de EF, são mais do agrado/ desagrado dos alunos. |
| F      | Neves, 2008    | 30 Escolas EB/ ES)  | ---                        | ---  | 151<br>EF- 1º/2º/<br>3ª CEB<br>E.S.  | - Temas de acções de Formação realizadas entre 2000 e 2007,<br>-Temas/ áreas das acções de formação que desejaria realizar.  |
| G      | Matias, 2009   | 1 Escola (EB)       | ---                        | ---  | 6<br>EF-<br>1º/2ºCEB                 | - Opinião sobre principais problemas e dificuldades no ensino da EEFM/ Blocos.<br>- Opinião sobre as condições das escolas onde lecciona a EEFM.   |

Os estudos D, E, F, G foram investigações realizadas no âmbito do Mestrado em Supervisão Pedagógica - Especialidade Educação Física, da Universidade dos Açores, sob orientação de Condessa

Foi efectuada uma abordagem quantitativa dos dados através do Programa SPSS e uma abordagem qualitativa através da análise do conteúdo das respostas abertas.

### Principais Resultados e Discussão

Os resultados alcançados através das respostas às questões fechadas e abertas deram-nos algumas informações sobre as atitudes e pensamentos de alunos e de professores sobre a prática e o ensino da ginástica nas aulas de Educação Física, permitindo deixar alguns testemunhos de como vai a prática do ensino da ginástica na EF das Escolas da RAA.

Na primeira investigação, Condessa (1999) determinou que os alunos do 3º CEB e Secundário que integraram o estudo haviam iniciado a sua prática em actividades gímnicas no 1º CEB, embora a maioria referisse não ter tido experiências anteriores nesta modalidade (90,4% - 3ºCEB; 85,4% - ES). Em geral, a percepção dos alunos sobre a sua competência ou habilidade para a modalidade foi inferior à manifestada de facto aquando das suas execuções, e apenas 20% disse gostar de fazer ginástica nas aulas de EF.

Posteriormente, num estudo mais alargado e envolvendo um maior número de alunos de vários níveis de ensino, representativo de quase todas as escolas e ilhas, Condessa (2003) revelou existirem diferenças mínimas entre as respostas dadas pelas crianças/ jovens das várias ilhas, quanto: à preferência pela ginástica; à noção de competência/ habilidade que construíram na modalidade; e, à frequência de aulas de EF onde os professores leccionavam ginástica (Quadros 2, 3 e 4).

Quadro 2 - Preferência manifestada pelos alunos da RAA quanto à Ginástica, no quadro curricular da EF

| Ilha        | 2º CEB      |  |  | 3ºCEB       |  |  | ES          |  |  |
|-------------|-------------|--|--|-------------|--|--|-------------|--|--|
|             | 2º CEB (%)  |  |  | 3ºCEB (%)   |  |  | ES (%)      |  |  |
| Santa Maria | 12,1        |  |  | 14,8        |  |  | 8,0         |  |  |
| S. Miguel   | 10,2        |  |  | 7,1         |  |  | 6,2         |  |  |
| Terceira    | 15,7        |  |  | 5,3         |  |  | 5,1         |  |  |
| Faial       | 6,6         |  |  | 8,2         |  |  | 6,1         |  |  |
| Pico        | 4,2         |  |  | <u>15,6</u> |  |  | <u>10,5</u> |  |  |
| São Jorge   | 13,6        |  |  | 3,2         |  |  | 5,2         |  |  |
| Graciosa    | 0,0         |  |  | 9,4         |  |  | 6,7         |  |  |
| Flores      | <u>30,4</u> |  |  | 0,0         |  |  | 6,9         |  |  |
| Corvo       | ---         |  |  | ---         |  |  | ---         |  |  |
| RAA         | <b>11,6</b> |  |  | <b>7,95</b> |  |  | <b>6,83</b> |  |  |

Na generalidade verificou-se que à medida que os alunos passavam de um nível de ensino inferior a outro superior foi decrescendo sua preferência pelos vários tipos de ginástica, comparativamente com outras áreas de actividade física e desportiva, tendendo os jovens a optar menos pela ginástica como actividade do currículo a ser leccionado nas aulas de EF.

Quadro 3 - Competência/ habilidade percebida pelos alunos da RAA quanto à Ginástica, no quadro curricular da EF

| Ilha        | 2º CEB (%)                 |                          | 3ºCEB (%)                  |                          | ES (%)                     |                          |
|-------------|----------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
|             | Actividade em que é Melhor | Actividade em que é Pior | Actividade em que é Melhor | Actividade em que é Pior | Actividade em que é Melhor | Actividade em que é Pior |
| Santa Maria | 18,2                       | 0                        | <u>14,8</u>                | 22,2                     | 9,4                        | 25,5                     |
| S. Miguel   | 15,4                       | 0,2                      | 10                         | 21,4                     | 10                         | 32,0                     |
| Terceira    | 16,5                       | <u>8,7</u>               | 8,8                        | 21,5                     | 7,7                        | 32,0                     |

|           |             |            |            |             |             |              |
|-----------|-------------|------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| Faial     | 15,4        | 0          | 11,3       | 20,6        | 6,1         | 24,5         |
| Pico      | 8,3         | 0          | 17,0       | 21,3        | 9,5         | 36,2         |
| São Jorge | 12,6        | 0          | 4,0        | 27,2        | 5,2         | 36,2         |
| Graciosa  | 10,7        | 0          | 3,1        | <u>31,3</u> | 10          | <u>40,0</u>  |
| Flores    | <u>26,1</u> | 4,3        | 0          | 11,8        | <u>10,3</u> | 17,2         |
| Corvo     | ---         | ---        | ---        | ---         | --          | ---          |
| RAA       | <b>15,4</b> | <b>1,7</b> | <b>8,6</b> | <b>22,2</b> | <b>8,5</b>  | <b>30,45</b> |

Por outro lado, os dados do quadro 3 permitem-nos dizer que os alunos mais velhos tenderiam a sentir-se com menos habilidade para a ginástica e realçam o elevado número de jovens do ensino secundário que elege a ginástica como a área de actividade em que são "piores executantes". De facto, estes dados são consentâneos com os valores de Condessa (1999) e a perspectiva de Harter's (1982), segundo a qual só quando o jovem "*percebe ser competente*" é que ele participa mais na actividade e se torna intrinsecamente motivado.

Quadro 4 - Percepção dos alunos da RAA quanto à Frequência da Leccionação da Ginástica nas aulas de EF

| Ilha        | 2º CEB (%)   | 3ºCEB (%)    | ES (%)      |
|-------------|--------------|--------------|-------------|
| Santa Maria | <u>60,6</u>  | 13,0         | 8,5         |
| S. Miguel   | 14,1         | 6,5          | 12,0        |
| Terceira    | 11,3         | 6,1          | 7,4         |
| Faial       | 11           | 10,3         | 4,1         |
| Pico        | 4,2          | <u>26,2</u>  | 9,5         |
| São Jorge   | 18,6         | 4,0          | 0,0         |
| Graciosa    | 39,3         | 9,4          | 13,3        |
| Flores      | 26,1         | 5,9          | <u>13,8</u> |
| Corvo       | ---          | ---          | ---         |
| RAA         | <b>23,15</b> | <b>10,17</b> | <b>8,57</b> |

A informação recolhida, em função da percepção dos alunos de cada ciclo de ensino sobre "o número de aulas de EF" dedicadas ao ensino da ginástica, permite-nos concluir que na maioria das escolas da RAA o recurso à ginástica sofre uma grande quebra ao longo da escolaridade, sobretudo do segundo para o terceiro ciclo do ensino básico, fase em que as competências específicas pouco se alteram - "(...) realização de destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos (...)" - mas que corresponde ao período de maior crescimento físico dos alunos e das grandes alterações psicológicas da puberdade.

Relativamente à marginalização da ginástica nas aulas de EF do Ensino Secundário sabemos que o currículo nestes anos é condicionado pelo desejo de aperfeiçoamento dos alunos nas áreas de actividade que mais gostam. Na escola estudada por Pacheco (2008), apenas 2% da totalidade das aulas leccionadas durante um ano ao ensino secundário contemplou o ensino de actividades gímnicas, no entanto encontraram-se algumas divergências entre o número de aulas de ginástica que os professores diziam ter dado e as que deram de facto, confirmadas nos seus sumários. Esta fraca adesão à ginástica parece, mais uma vez, estar associada ao facto destes profissionais pensarem que esta actividade, ao lado da dança, é das áreas menos preferidas pelos alunos/ rapazes, justificando a sua falta de motivação pela fraca habilidade observada nas práticas gímnicas. Isto, mesmo embora os professores defendessem que as aulas de EF contribuem para o ensino da Ginástica, entre outros Desportos Individuais, e que por isso deveriam incidir mais atenção ao seu ensino, satisfazendo assim os anseios dos alunos/ raparigas

que pretendiam praticar mais os vários tipos de ginástica, tais como a ginástica artística, rítmica, acrobática e aeróbica. Esta abordagem vai ao encontro da perspectiva de Robin (2005) quando refere que na escola a ginástica se efeminizou e se marginalizou dentro das escolhas dos alunos.

Contudo, esta representação dos professores foi contraditória com a dos alunos já que as raparigas deram à ginástica um 2<sup>a</sup> lugar na "actividade "menos apreciada nas aulas de EF" e os rapazes foram mais favoráveis à sua prática, nomeando-a apenas em 6<sup>o</sup> lugar. Ennis (1996) considera que os desportos ao serem integrados nos currículos de Educação Física tendem a criar nos jovens, sobretudo nas raparigas, percepção de incompetência, desistência e abandono.

Tendo por base a análise realizada, podemos inferir que a atitude dos alunos perante a prática da ginástica parece distanciar-se do que seria a intenção primordial da EF: criar sentimentos de prática positivos e proporcionar experiências que levassem à adesão dos jovens aos vários tipos de ginástica oferecidos, num universo cada vez mais diversificado e de oportunidade única para muitos jovens.

Pensamos que a opinião dos professores sobre a relevância da ginástica no ensino da actividade física curricular não é coerente com a percepção que os alunos ficam acerca da quantidade e qualidade das práticas gímnicas que são desenvolvidas nas aulas de EF. Sabendo que a ginástica é uma disciplina desportiva que requer muita "prática" e, que é também aquela que os alunos mais velhos mais parecem evitar por considerarem ter falta de domínio mesmo nas destrezas mais básicas, há que reflectir sobre a capacidade de se potencializarem os recursos existentes nos primeiros anos de escolaridade, para que as crianças cheguem aos ciclos de ensino subsequentes com mais habilidade e motivação para a prática da ginástica.

Numa área tão especializada como é a da ginástica, a experiência profissional é muitas vezes considerada insuficiente para alterar o domínio dos conteúdos onde os professores se sentem menos preparados. Por exemplo, um estudo realizado com 51% de profissionais, de todos os níveis de ensino que leccionavam EF na RAA em 2008, apontou a "ginástica" como uma das áreas onde os professores nos últimos anos oito anos não tinham realizado qualquer formação, mas que curiosamente poucos (15,8%) referiam necessidade de ter mais preparação (Neves, 2008). Não sabemos que interpretação deveremos dar a este "dado" mas questionamo-nos sobre se o ensino da ginástica não estará a ser gradual e conscientemente abandonado, pois falamos de uma actividade em que as carências de conhecimento e de competência dos professores de EF advém sobretudo da falta de vivências pessoais e de alguma insuficiência de formação.

No que confere ao ensino do bloco de ginástica na EF do 1<sup>o</sup> Ciclo (EEFM), na RAA têm-se registado alguns avanços. Numa primeira fase, Condessa (2005) e Carneiro (2006), haviam detectado que para os professores titulares que ensinavam EF ao 1<sup>o</sup> Ciclo na RAA a grande dificuldade do ensino era a ginástica, solicitando sempre que possível o apoio do professor especialista em coadjuvação (PAEF), conforme podemos ver pelo testemunho deixado por um desses professores

*"Acredito que o PAEF está melhor preparado para dar aulas. Por exemplo, eu sinto grandes dificuldades para trabalhar a cambalhota, pinos, (...) porque tenho medo de não saber como colocar as mãos e poder provocar um acidente" (PROF. B, in Carneiro, 2006)*

Mesmo no ensino das destrezas mais elementares, esta preocupação válida é consistente com a óptica de Peixoto (1990:11) quando menciona que cabe ao professor conhecer a técnica de ensino dos movimentos e quais os pontos cruciais a tomar em atenção para que haja confiança do aluno aquando da realização desses movimentos.

Presentemente são os professores de EF, profissionais com formação creditada para leccionar nos 2º EF, que têm a plena função de leccionar esta área disciplinar e deste modo, a ginástica. Novos problemas se colocam a estes profissionais, conforme os dois testemunhos aqui deixados:

*(...) Quando se tem uma turma numerosa e se quer fazer exercícios de ginástica, e não há condições é muito complicado! (...) quando se tem um plinto e não se tem um reuther (...), ou se nem tapete há (...) É claro que estamos limitados pelo material! (PROF.A, in Matias, 2009)*

*A escola (...) em termos de materiais, quer uma quer outra, portanto ficam muito aquém, faltam muitas coisas. Por exemplo, em termos de ginástica que é essencial para o 1º Ciclo, é muito fraquinho, cada escola, tem condições muito fraquinhas. E depois, portanto, isso reflecte-se no 2º Ciclo já que a ginástica é uma das actividades em que os miúdos têm mais dificuldades. Têm medo (...) precisamente porque se na maior parte das escolas do 1º Ciclo não houver esse material não se pode trabalhar as actividades de ginástica como devia ser. (PROF.C, in Matias, 2009)*

Estes profissionais deparam-se ainda com dificuldades acrescidas para o ensino da ginástica, dificuldades essas que recaem sobretudo na falta de qualidade e quantidade de matérias e equipamentos necessários para ensinar as destrezas gímnicas mais elementares. Será mais um verdadeiro problema, que afastará o ensino das destrezas gímnicas das escolas, pois no processo de educação básica, a natureza das experiências vividas determina o valor das actividades físicas e desportivas para as crianças e jovens. A sua motivação a ginástica, dependerá, em certa medida da atracção, pela satisfação e sucesso, que o professor lhe proporciona através de um ambiente de ensino-aprendizagem agradável, seguro e eficaz, e nunca o contrário.

*Que mudanças poderíamos então sugerir para melhorar o ensino da Ginástica na Educação Física?*

É nos grupos etários mais jovens, que é indispensável assegurar uma formação adequada dos professores, no sentido de melhor orientarem as crianças na ginástica educativa. De facto, consoante as qualidades das experiências promovidas assim será a construção da percepção de habilidade pelos alunos e da sua atitude final perante a Ginástica.

Há que promover uma “boa prática” nas primeiras idades, idade crítica para a ginástica, isto é, na fase em que se torna mais fácil aprender algumas destrezas técnicas elementares, melhorar aptidões específicas, desenvolver alguma sensibilidade estética adequada ao movimento gímnico e competir num quadro de desporto escolar.

O ensino das actividades gímnicas é ainda uma fonte de preocupação para os profissionais que trabalham na Região Autónoma dos Açores, pois a grande heterogeneidade de competências e de motivações apresentadas por parte dos variados alunos tem feito sentir a necessidade de se dar mais relevo à selecção dos

---

conteúdos e dos recursos a utilizar, visando uma melhor organização do processo de ensino-aprendizagem.

Ao professor devem ser possibilitadas "condições" para trabalhar de uma forma diferente esta área de prática. Isso passará, por se efectuar um melhor apetrechamento dos ginásios das escolas; possibilitar uma informação-formação mais adequada aos novos domínios da ginástica. Só assim, os profissionais poderão ter competência para observar a estrutura de desenvolvimento dos seus alunos, decidir sobre as destrezas gímnicas e as áreas de ginástica a ensinar aos seus alunos delineando as estratégias de aprendizagem mais adequadas.

Nas escolas básicas, no tempo curricular e extra-curricular, poderão surgir projectos e programas que valorizem momentos de convívio em actividades gímnicas, de competição e representação, à semelhança do que já ocorre com tantas outras áreas desportivas.

### **Conclusões**

Tomando por base a informação recolhida sobre os últimos dez anos, podemos sistematizar algumas considerações do estado do ensino da ginástica na EF nos Açores e deixar também algumas sugestões de mudança.

Da análise dos resultados podemos deduzir que:

- actualmente a adesão à prática dos vários tipos de ginástica, no seio da actividade curricular da EF, é na generalidade ainda muito baixa, sendo diminuta nas escolas do ensino secundário;
- ao fim de doze anos de EF poucos são os alunos parecem motivados para a prática da ginástica já que a elegem como uma das áreas do currículo da EF para a qual têm menos competência;
- de acordo com a opinião dos alunos, o número de aulas de EF dedicada à ginástica diminui muito ao longo do ensino básico e torna-se quase inexistente no ensino secundário, dificultando deste modo as aprendizagens gímnicas a realizar;
- os professores pensam que os rapazes estarão menos motivados para a prática da ginástica do que as raparigas;
- em geral, os professores da RAA não tem recebido formação actualizada na metodologia do ensino da ginástica;
- na EF do 1º Ciclo do EB a maior preocupação dos professores titulares era o bloco da ginástica, por considerarem ter pouca formação para o leccionar;
- actualmente na EF do 1º ciclo do EB da RAA a maior preocupação dos professores especializados continua a ser o bloco da ginástica devido à inexistência de recursos físicos e materiais adequados.

Para tornar a Ginástica uma prática de qualidade, a eleger no currículo de EF, há que mudar rapidamente as "atitudes" na Sociedade Actual. Neste sentido, pensamos que serão várias as questões que configuram as "mudanças" a operar:

- a. *gerar um maior investimento no 1º CEB, com realce para a melhoria das condições físicas disponíveis: espaços, equipamentos e materiais adequados à prática da ginástica;*
- b. *oferecer mais e melhor "informação/ formação" ao professores" de EF;*
- c. *criar algum lugar para as competições e representações de ginástica no quadro escolar, já que estes eventos valorizam a dimensão e representação sociocultural da ginástica*

## Referências

- 1 - Carneiro, P.(2006). *O Modelo Reflexivo de Supervisão em Educação Física. Um Estudo Relacionado com a Coadjuvação das Aulas no 1º Ciclo do Ensino Básico*. Dissertação de Mestrado (docº policopiado). Ponta Delgada: Universidade dos Açores.
- 2 - Condessa, I. (1999). A organização de tarefas motoras e da aprendizagem. Estudo do nível inicial de habilidade motora e da estrutura da tarefa numa unidade de ensino. *Dissertação de Doutoramento (Não Publicada)*. Ponta Delgada: Universidade do Açores.
- 3 - Condessa, I. (2003). A percepção dos alunos sobre o ambiente de aprendizagem nas aulas de Educação Física e crenças sobre o comportamento disciplinar. In I. Condessa, I. Rego, & S. Caldeira (Eds.), *A indisciplina nas aulas de Educação Física. Crenças de professores e de alunos – Um estudo nas escolas dos Açores* (Cap. 6, pp 115-133). Açores: Universidade dos Açores e DREFD.
- 4 - Condessa, I. (2006). Os ambientes facilitadores de aprendizagem na educação física infantil". *Cinergis*, 7, 1, 9-27. Santa Cruz do Sul: EDUNISIC.
- 5 - Condessa, I. (2008). *Actividade Física Curricular e Extra-Curricular nas Escolas do 1ºCiclo de Ponta Delgada*. In B. Pereira & G. Carvalho (Org.). *Actividade Física, Saúde e Lazer. Modelos de Análise e Intervenção*. (pp. 347-358). Porto: LIDEL.
- 6 - Ennis (1996). Students experiences in sport-based physical education: (more than) apologies are necessary. *Quest*, 48 (4), 453-456.
- 7 - EUPEA Principles, Dec 2006. Acedido em 10 de Outubro de 2009, em <http://www.eupea.com>
- 8 - Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child Development*, 53, 87 - 97.
- 9 - Martin, L. (2003). Context of Schools. In, S. Silverman & C. Ennis (Editors). *Student Learning in Physical Education*. (2<sup>nd</sup> Ed.) (43-66). Champaign: Human Kinetics.
- 10 - Matias, H. (2009). *O Ensino da Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico: Um Estudo em Contexto de Escola sobre Tarefas Motoras de Aprendizagem*. Dissertação de Mestrado (docº policopiado). Ponta Delgada: Universidade dos Açores.
- 11 - ME-DEB (2006). *Organização curricular e programas do Ensino Básico – 1º Ciclo* (5ª ed.). Lisboa: Editorial do Ministério de Educação.
- 12 - Metzler, M.W. (2005). *Instructional Models for Physical Education*. 2<sup>nd</sup> Edition, U.S.A.: Holcomb Hathaway, Publishers
- 13 - Mota, J. & Sallis, J.F. (2002). *Actividade Física e Saúde. Factores de Influência da Actividade Física nas Crianças e Adolescentes*. Porto: Campo das Letras.
- 14 - Neves, J.(2008). *A Formação Contínua dos Professores de Educação Física na Região Autónoma dos Açores: Políticas, Realidades e Necessidades*. Dissertação de Mestrado (docº policopiado). Ponta Delgada: Universidade dos Açores.
- 15 - Pacheco, C.(2008). *A Educação Física no Ensino Secundário: Contributos para a Mudança*. Dissertação de Mestrado (docº policopiado). Ponta Delgada: Universidade dos Açores.
- 16 - Amade-Escot, C. (2005).Didactique de l'Éducation Physique. État des Recherches. Paris: Revue EPS
- 17 - Peixoto, C. (1990). *Trampolins Elásticos. Sistematização da Aprendizagem*. Lisboa: Ed. FMH.
- 18 - Robin, J.F.(2005). Transposition didactique: le rôle des leaders en gymnastique scolaire. In C. Amade-Escot (2005).*Didactique de l'Éducation Physique. État des Recherches*. (27- 48). Paris: Revue EPS