
Procedimentos específicos da disciplina de Educação Física

[Orientações do grupo de Educação Física do AEPL]

O Grupo de Educação Física do Agrupamento de Escolas da Póvoa de Lanhoso, após cuidada análise do documento orientador elaborado pela Direção Geral da Educação, denominado “*Orientações para a realização em regime presencial das aulas práticas de Educação Física*” considerou importante elaborar um resumo dos procedimentos a levar a cabo no âmbito das aulas da disciplina de Educação Física e/ou dos treinos do Desporto Escolar.

Assim, o desenvolvimento curricular da disciplina de EF far-se-á tendo em consideração o disposto na *Resolução do Conselho de Ministros n.º 53-D/2020, de 20 de julho*, ou seja, em regime presencial, implicando a necessidade de serem adotadas um conjunto de medidas preventivas, designadamente:

- Privilegiar os espaços exteriores para as práticas letivas em EF;
- Promover a lavagem e/ou desinfeção das mãos dos alunos, professores, assistentes operacionais, ou outros à entrada e à saída das instalações desportivas ou de outros locais onde decorra a prática de desporto;
- Criar uma área de higienização do calçado à entrada das instalações desportivas;
- Promover a utilização de calçado exclusivo no acesso às instalações desportivas;
- Garantir a existência de circuitos no acesso às instalações desportivas e, sempre que possível, preconizar a circulação num só sentido, evitando o cruzamento entre pessoas;
- Promover a delimitação de áreas de prática, de modo a orientar o posicionamento dos alunos e dar orientações sobre como circular em segurança, praticando com os mesmos as transições entre espaços (ex.: marcações no chão, linhas delimitadoras, etc.);
- Evitar a partilha de material sem que seja higienizado entre utilizações;
- Nos casos em que as aulas decorram em espaços fechados, deve ser assegurada nos intervalos e, sempre que possível, uma boa ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas;
- Assegurar a limpeza e higienização dos espaços e equipamentos utilizados, entre aulas, de acordo com as orientações n.os 014/2020 e 030/2020, da DGS;

Estratégias e Metodologias de Ensino

Para levar a cabo os princípios e os valores defendidos nos referenciais da disciplina as opções metodológicas a adotar devem considerar a seleção e adaptação das atividades de forma a respeitar as regras de segurança, sem desvirtuar o ecletismo programático da disciplina. Os professores vão, assim, reajustar as atividades a desenvolver, respeitando, na sua organização estratégica e metodológica, as orientações curriculares existentes.

Nesse sentido levar-se-á em consideração:

- Promover a adoção de estratégias e metodologias de ensino que privilegiem o respeito e o distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos;
- Condicionar o número de alunos por turma e número de turmas a ocuparem em simultâneo o mesmo momento letivo (1/2 da turma realiza aula prática e 1/2 da turma realiza tarefas autónomas orientadas pelo professor sendo invertidas as tarefas e funções dos grupos na aula seguinte);
- A identificação das aprendizagens que necessitem de recuperação e consolidação, em função da suspensão das atividades letivas presenciais no final do ano letivo anterior, tendo em consideração os constrangimentos vigentes;
- Promover a realização de tarefas individuais, respeitando o distanciamento físico recomendado, reduzindo a partilha de materiais e objetos;
- Desenvolver situações de ensino com grupos reduzidos, ajustados aos espaços de atividade física e valorizando a utilização de formas de jogo reduzidas e condicionadas, em função dos propósitos e do contexto de aprendizagem;
- Adotar estratégias de ensino que priorizem o trabalho em circuito, possibilitando a execução de exercícios através de estações que valorizem a estabilização de grupos de trabalho com os mesmos propósitos.
- Na situação de transição para o “Regime Misto”, a disciplina de Educação Física, pela sua característica claramente prática, deve ser privilegiada através de atividades presenciais;

Recursos Materiais

Todos os materiais e equipamentos utilizados devem ser submetidos a limpeza e desinfeção, nos termos da [Orientação n.º 014/2020](#) e da [Orientação n.º 030/2020](#) da DGS, nomeadamente materiais que possam ser partilhados.

Por isso, é essencial serem garantidas medidas rotineiras de higiene das superfícies, dos materiais e dos objetos, de forma a reduzir o risco de contágio:

Assim propõe-se:

- Aumentar a frequência da limpeza e desinfeção, com recurso a produtos e de acordo com as técnicas recomendadas pela DGS (atenção à roupa que nos dias de aula de educação Física deve ser de “segunda escolha” pois pode ser danificada pelo contacto com a solução de Hipoclorito a utilizar na higienização dos balneários);
- Limpar e desinfetar as superfícies laváveis não porosas de equipamentos de uso comum (tais como bolas, raquetas, volantes, etc.), no início do dia, antes e depois de cada utilização (cada aula), com recurso a agentes adequados;
- Limpar e desinfetar as superfícies porosas, como pegas de equipamentos revestidas com película aderente, antes e depois de cada utilização (cada aula), e descartar a película ao final do dia.
- Aplicando-se o Princípio da Precaução em Saúde Pública, é recomendado o uso de máscara por todos os elementos que utilizem espaços fechados ou abertos afetos à lecionação da disciplina de Educação Física, como medida de proteção adicional ao distanciamento físico recomendado, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória.
- **Alunos:** obrigatório o uso de máscara, na entrada e saída das instalações. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização de exercício físico;
- **Professores de Educação Física:** Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara apenas durante a lecionação de períodos de sessões de exercício que impliquem realização de exercício físico;
- **Assistentes Operacionais:** uso obrigatório de máscara.

Planeamento Curricular de Educação Física adaptado à nova realidade...

- Privilegiar a lecionação de situações de aprendizagem individuais, bem como a utilização de jogos reduzidos e condicionados;
- Utilizar os recursos tecnológicos disponíveis (plataforma FITescola® e App FITescola®);
- Desenvolver, no âmbito dos conhecimentos, as aprendizagens requeridas para cada ano de escolaridade através de trabalho autónomo ou nos momentos online que possam vir a decorrer ao longo do ano.

Por paralelismo com o Desporto Federado, e atento o Princípio do Gradualismo, o regresso à prática desportiva em contexto de treino e em contexto competitivo, no âmbito do Desporto Escolar, deve ser efetuado de forma faseada, pelo que, no atual contexto epidemiológico, se iniciam treinos ajustados em todas as modalidades, garantindo o distanciamento físico de, pelo menos, três metros entre alunos. O Plano de Retoma do Desporto Escolar acompanhará o que vier a ser determinado, pela Autoridade de Saúde, para o desporto extraescolar.