

QUESTIONAR A EDUCAÇÃO (FÍSICA) : DA DEFINIÇÃO DE PRIORIDADES PARA A ESCOLA E PARA A VIDA À FLEXIBILI- DADE DOS CURRÍCULOS

Jorge Proença

Vice-Reitor da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
– Departamento de Educação Física, Desporto e Tempos Livres

Introdução

Seleccionar com total liberdade um tema na área da Educação Física e Desporto e sobre ele escrever para o primeiro número da Revista de Humanidades e Tecnologias – a Revista da Universidade Lusófona – representa, neste momento, uma opção muito facilitada. Acontecimentos recentes no âmbito da Educação Física e o humanismo que deverá caracterizar todo o desenvolvimento científico e tecnológico, designadamente na Universidade, tornam imperativa a escolha.

A Educação Física e o Português são as únicas disciplinas comuns a todos os anos do sistema de ensino no nosso país. No último processo de reforma do sistema educativo ficou consignada a atribuição de três horas semanais de carga horária para a disciplina de Educação Física, do 5.º ao 12.º ano.

Estes factos relevantíssimos corresponderam e correspondem, certamente, a opções consciente e fundamentadamente tomadas pelos responsáveis governamentais e pela sociedade portuguesa.

Opções que, respeitando o conhecimento existente sobre o significado e influência da prática de actividades físicas e desportivas no desenvolvimento da criança e do jovem, encheram de júbilo quantos da Educação têm uma visão holística e nas actividades corporais encontram um alimento insubstituível na formação de seres equilibrados e saudáveis.

Opções que, natural e consequentemente, obrigam a uma urgente revisão e melhoria da Educação Física que o mesmo sistema de ensino (pago por todos nós – é bom recordá-lo) oferece aos nossos alunos, designadamente através da criação de condições materiais condignas que viabilizassem, a curto prazo, não só a concretização da carga horária legalmente prevista (3h/semana), mas igualmente o êxito do processo ensino-aprendizagem.

Opções que implicariam um reforço na qualificação dos docentes (quer através da formação inicial, quer da formação contínua) e um acompanhamento e controlo pelas entidades responsáveis (o Conselho Directivo – no âmbito de cada escola – e os diversos Serviços do Ministério da Educação).

Refira-se ainda, como elemento complementar, o facto de a Reforma Educativa ter dotado a disciplina de Educação Física de Novos Programas de Ensino em que, após amplo debate e participação dos próprios docentes, foi possível elaborar uma proposta com objectivos e conteúdos definidos e uma enorme margem de liberdade na sua operacionalização, susceptível de harmonizar a reconhecida debilidade de funcionamento da disciplina com o conhecimento mais actualizado em Ciências da Educação, tendo por objectivo transformar o acto de ensinar em Projecto sempre imperfeito e inacabado e o professor um autor e actor desse Projecto.

Parecia estarem reunidas as condições essenciais para a melhoria de uma disciplina curricular fundamental ao desenvolvimento do aluno. Surpreendentemente – ou talvez não! – vamos assistindo a alguns comportamentos indiciando hesitações e/ou demissões na actuação de vários

Humani Nihil Alienum

agentes educativos, em particular dos que maiores responsabilidades detêm. Sem capacidade para negar ou reformular o já legalmente consignado (donde viria essa autoridade, senão de um nepotismo serôdio de custos imprevisíveis?), adiam-se medidas prometidas e adoptam-se outras, de mais que duvidosa pertinência.

A última conhecida iniciativa potenciadora de tudo pôr em causa chama-se "Gestão Flexível do Currículo" que desencadeou a imediata reacção e liminar rejeição de milhares de profissionais de Educação Física verdadeiramente interessados e preocupados com a Educação das crianças e jovens deste país.

Pela actualidade da matéria e verificada a relevância e o significado da Educação Física nas sociedades desenvolvidas, em que nos integramos, considera-se oportuno tecer algumas considerações.

Saúde, bem-estar e actividade física

Num tempo em que todas as decisões deverão tomar-se com base no conhecimento disponível, no saber construído nas diferentes áreas da actividade humana, importa reter algumas noções fundamentais relativas ao significado e importância do movimento, das actividades físicas, desportivas e expressivas na construção e desenvolvimento da personalidade da criança e do jovem, no contributo para a homeostasia e o bem-estar do adulto, na prevenção e redução do impacto e conseqüências de doenças, as mais variadas, na terceira idade e na criação de hábitos de vida saudáveis.

A crescente redução de actividade física nas sociedades desenvolvidas, as conseqüências dos padrões de vida típicos desta sociedade cada vez mais urbanizada, sedentarizada e culturalmente dirigida ao consumismo expressam-se em custos individuais e sociais elevados e constituem, hoje, preocupação cimeira de técnicos e governantes.

A recomendação de mais e melhor actividade física (adaptada às necessidades e potencialidades individuais) constitui, actualmente, uma constante entre os profissionais da saúde, contribuindo decisivamente para uma existência mais feliz.

Nos últimos vinte anos assistimos à produção de estudos fundamentando, nos diversos âmbitos da actividade social, os inequívocos benefícios da prática regular da actividade física. A Carta para a Educação Física da UNESCO (1978) constitui um marco importantíssimo no plano internacional sobre a influência da Educação Física e Desporto na vida do cidadão, considerando-a um direito a que todos deverão ter acesso, garantido através do sistema de ensino e de outras organizações governamentais e não governamentais. No artigo 2.º refere-se mesmo que "durante todo o sistema de ensino deve atender-se ao lugar e importância da Educação Física e Desporto em termos a estabelecer o equilíbrio e a estreita ligação entre as actividades físicas e outras componentes educativas".

O melhor entendimento do papel reservado às actividades físicas e desportivas obriga a um olhar atento sobre o nosso corpo, o tipo de vida que levamos e as características fundamentais das sociedades desenvolvidas.

A revolução industrial e posteriormente a revolução tecnológica em que mergulhamos, substituindo o homem pela máquina e acelerando e facilitando a comunicação criou o tempo livre (tempo livre que para muitos milhões de seres humanos – cerca de dezassete milhões na Comunidade Europeia – significa total ausência de trabalho).

Este tempo livre deu origem ao aparecimento de um importantíssimo sector de actividade económica propondo e promovendo as mais diversas formas de ocupação desse tempo, mediante apresentação de atractivos estratégias de entretenimento, reforçando um estilo de vida ultra-sedentário.

É possível viver, hoje, com um dispêndio energético mínimo. Comunicamos mais, acedemos a uma quantidade de informação intratável e, quantas vezes, intragável reduzindo até limites inimagináveis a quantidade de movimento. Em muitos de nós fácil será verificar uma precoce atrofia da célula muscular e de todos os elementos orgânicos cuja homeostasia resulta perturbada pela perda de solicitação (movimento).

Vivendo o quotidiano, ocupando o tempo livre a ponto tal que consideramos não o ter (sobretudo para certas actividades), caminhamos para um estilo de vida antagónico às características do que somos (o nosso corpo). A expressão desse antagonismo está presente em nós; observamo-lo, sentimos-lo, vivemo-lo. Nos centros de saúde, nos hospitais, no emprego, na rua, em casa!

O simples enunciado das chamadas "doenças da civilização" (estranha designação!) constituiria substância bastante para um outro escrito. Objecto de estudo e pesquisa em diversas áreas científicas e temática debatida em Congressos científicos por todo o Mundo, tais doenças representam um dos mais graves problemas das sociedades desenvolvidas em que, paradoxalmente, a busca do bem-estar pode destruí-lo.

Em recente debate realizado em Lisboa, promovido pela Associação Portuguesa de Marketing Farmacêutico, um prof. universitário afirmou que "temos mais saúde do que a podemos pagar" e que "o essencial na medição dos resultados em saúde, seja qual for o modelo a utilizar, é a relação entre o custo e o benefício relativos a qualquer investimento"¹. Deixo ao leitor o convite para uma breve reflexão sobre a noção de saúde aqui subjacente, a sua relação com a doença e a visão economicista dos custos, lembrando a eventual aplicação, também nesta matéria, de um velho provérbio português: "vale mais prevenir que remediar"!...

A exemplo do que acontece na área dos acidentes de trabalho e nos fatídicos acidentes de viação, em que, com toda a evidência, a redução da sinistralidade e dos elevadíssimos custos inerentes (económicos e afectivo-emocionais) apenas poderá alcançar-se através de medidas preventivas, também no domínio da saúde impõe-se, com toda a urgência, uma

¹ In: *Medicina e Saúde*, Setembro 1998.

acção profiláctica que diminua ou retarde a aplicação de medidas curativas. Mesmo numa perspectiva meramente economicista as acções tendentes à manutenção da saúde, eliminando a dor e o sofrimento e contribuindo para uma vida mais feliz, ao mesmo tempo que reduzem os encargos sociais com a doença, representam o mais racional e inteligente investimento individual ou comunitário.

Ora, o estilo de vida nas sociedades desenvolvidas caracteriza-se por uma acentuada sedentarização, com o inerente cortejo de consequências perfeitamente identificadas (as doenças cario-vasculares constituem a principal causa de morte e incapacidade nos países desenvolvidos). Apenas um exemplo: desde 1980 a obesidade em crianças dos seis aos onze anos aumentou cerca de 50%, no Canadá!² Como se sabe, o aumento de massa gorda está, em geral, associado a excessos de ingestão calórica e reduzida actividade física.

O facto de Portugal ser um dos países da União Europeia com maior consumo de medicamentos *per capita* e, simultaneamente, ter o menor índice de prática de actividades físicas e desportivas não é meramente accidental e merece, de todos nós e das entidades responsáveis, uma séria reflexão e acção consequente.

Como contrariar esta realidade que tende a ampliar-se? Antecipando e pondo efectivamente em prática uma das recomendações mais ouvidas à classe médica nestes últimos anos: realizar actividade física moderada regularmente, se possível com orientação pedagógica.

Em termos de saúde pública, não é difícil de prever, como o faz o Dr. Álvaro Cidrais ao escrever sobre “Os agentes de saúde do século XXI”, que “a tendência para acções pró-activas, isto é, agir antes ou provocar o acontecimento, vai ultrapassando a cultura de reagir aos factos indesejados como as doenças. No campo da saúde, o paradigma curativo e técnico da medicina, baseado no diagnóstico e tratamento da doença, continuará a perder posição para a promoção da saúde dos cuidados primários e continuados.” E mais diz este autor: “No paradigma emergente, os professores do ensino básico e secundário serão mais importantes que os médicos, na medida em que poderão transmitir ensinamentos profundos para a prevenção e promoção da saúde, todos os dias”².

Cuidar da saúde, também e sobretudo na ausência de doença, constitui algo tão óbvio quanto esquecido; cuidar através de ensinamentos e de uma prática que os concretize, contribuindo para o equilíbrio psicofisiológico e para a existência de seres mais felizes.

A Escola e a Educação Física

Com o alargamento e efectivo cumprimento da escolaridade obrigatória, a generalização do ensino pré-escolar e o maior acesso ao ensino

superior, a Escola desempenha uma importantíssima função na dupla perspectiva de uma decisiva contribuição para as aprendizagens e adaptação sociocultural imediatas e, o que não será despreciando, na criação de hábitos influenciadores de um dado estilo de vida e referenciais para o seu entendimento.

Num tempo em que a Escola representa, para tantos jovens, a ocupação predominante, senão única, em cerca de um terço da sua vida, qual o seu contributo para o bem-estar actual e futuro desses jovens?...

Uma Escola em que não há lugar para actividades físicas não dirigidas e programadas; uma Escola que parece ignorar o papel insubstituível do movimento na redução da indisciplina e na melhoria do “rendimento escolar” (como escreveu Piaget “a motricidade intervém a todos os níveis das funções cognitivas – da percepção aos próprios esquemas. Todos os mecanismos cognitivos repousam na motricidade”); uma Escola que continua sem ouvir os conselhos de J. J. Rousseau em “Émile”: “Quereis desenvolver a inteligência do vosso aluno? Cultivai as forças que para isso devem contribuir. Exercitem continuamente o seu corpo. Tornai-o robusto e são para o fazer instruído e racional. Que trabalhe. Que faça algo. Que corra. Que grite. Que esteja sempre em movimento.”

Escola que, apesar de alguns avanços legislativos e de contributos científicos, ainda não incorporou totalmente as actividades físicas e desportivas como uma componente fundamental da sua existência e organização, talvez porque ainda não compreendeu verdadeiramente o significado e o lugar do corpo. Um corpo que, no dizer de G. Lipovetsky “não designa mais uma objecção ou uma máquina, mas antes a nossa identidade profunda, da qual nos devemos envergonhar”.³

Enfim, Escola que timidamente concede integrar nos seus currículos uma disciplina que tem, entre outros, por objectivos:

– “Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades do aluno”.

– “Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes actividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno”.

– “Promover o gosto pela prática regular das actividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como factor de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social”.

– “Promover a formação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais, no seio das quais se desenvolvem as actividades físicas, valorizando: a iniciativa e a responsabilidade pessoal; a ética desportiva; a higiene e segurança pessoal e colectiva; a consciência cívica na preservação de condições de realização das actividades físicas, em especial da qualidade do ambiente”⁴.

Essa disciplina chama-se Educação Física.

² In: Hardman, K. – Threats to Physical Education/Threats to Sport for All; Barcelona, Novembro 1998.

³ In: O Império do Elémero – a moda e o seu destino nas sociedades modernas. Ed. Dom Quixote, 1989.

⁴ In: Programas de Educação Física para o Ensino Básico e Secundário. Min. Educação, 1990.

Educação Física com uma história riquíssima, tributária de concepções e práticas socioculturais sobre o próprio corpo. De tal modo que, ignorando o significado e representação do corpo na cultura portuguesa, não é possível entender o percurso e o estado presente da Educação Física em Portugal. Apenas esta visão ampla e contextualizada permitirá compreender – e talvez desculpar – os erros que, nesta matéria, se têm cometido na Educação de crianças e jovens. Erros de que fomos vítimas e hoje co-responsáveis, provavelmente sem disso termos plena consciência!

Se, como escreveu Merleau-Ponty, “eu sou o meu corpo” qual o contributo da Educação no conhecimento, aceitação e aperfeiçoamento desse “eu” e que relação se estabelece com essa noção essencial na estruturação da personalidade e numa existência serenamente feliz – a auto-estima?

Não será, decerto, necessário recordar Vergílio Ferreira e recuar ao tempo da sua “Manhã Submersa” para constatar o significado da repressão e sujeição do corpo na cultura portuguesa!... Mas valerá a pena re-aprender com a civilização helénica os ideais de harmonia, beleza e corporeidade, repensar os conceitos de Pestalozzi, passear com “Émile” de Rousseau (entre tantos outros) e dotar de mais intencionalidade e humanismo a técnica, o rigor e a ciência que dominamos e, imperceptivelmente, nos vai dominando. Para que em vez de produzir um corpo-objecto, alvo e veículo promocional de tudo o que é susceptível de criar mais valias, criemos os pressupostos que hão-de edificar um corpo-sujeito-acção.

Há três décadas (1967) o Prof. José Esteves, ao apresentar algumas sugestões para o fomento do desporto nacional, propunha “a realização de experiências pedagógico-desportivas em escolas-piloto do ensino primário e do ensino secundário que servissem para avaliar as alterações a fazer nos respectivos horários, com o provável aumento do número de horas destinadas aos exercícios físicos.”⁵

No quadro actual do sistema educativo que outra disciplina ou área disciplinar consubstancia este objectivo?. Num tempo de muitas dúvidas e, apesar de tudo, ainda deficitária informação, as pessoas que quotidianamente estudam a vida e os problemas da juventude e da Escola têm uma noção clara acerca da importância das actividades físicas e desportivas. Recentemente o Prof. Daniel Sampaio, personalidade cujo conhecimento e mérito ninguém ousará contestar, veio a público alertar para o que seria mais um erro histórico na Educação em Portugal e defender a orientação certa: “Educação Física cada vez mais”. Considerando que “em culturas juvenis fortemente caracterizadas pelo lazer e pelo culto do corpo, a ginástica é um veículo fundamental para unir os jovens e promover a sua saúde”, afirma: “tenho dificuldade em compreender a possibilidade anunciada de redução da carga horária da disciplina de Educação Física. Para mim fazia, pelo contrário, muito mais sentido aumentá-la significativamente”⁶.

Como se concluiu no IV Congresso Nacional de Educação Física realizado há um ano, em Fátima, “as intenções públicas de proceder ao estudo e ajustamento dos processos relativos à Reforma Curricular deverão ser entendidas como um procedimento metodológico elementar que deverá produzir a aproximação social e pedagogicamente pertinente das necessidades educativas da população e da capacidade científica e tecnológica da sociedade.

Reconhecida a pertinência do debate, sobre o aprofundamento da Reforma Curricular e antecipando o que viria a acontecer, o Congresso estabeleceu que “mais importante do que manter a discussão no plano das horas que o aluno passa na escola, o que nos parece verdadeiramente relevante é questionar o tipo de acções e de actividades que ele realiza durante esse tempo. Ou seja, o tempo escolarmente preenchido parece revelar-se demasiado, mas tal deve ser acompanhado de uma correcta clarificação das áreas e actividades em que é utilizado”⁷.

Pretender que a resolução de algumas dificuldades hoje sentidas na Escola e na sociedade portuguesa relativamente a áreas de conhecimento como a expressão escrita e oral da língua materna ou o domínio da Matemática implica aumento do tempo já atribuído a essas matérias nos currículos escolares, decorre de uma análise demasiado simplista que nenhum conhecimento suporta; proceder a esse eventual acréscimo, admitindo a redução no tempo atribuído a uma área – como a Educação Física – cujas potencialidades educativas historicamente fundamentadas e cientificamente reconhecidas como únicas no elenco curricular, constituiria um verdadeiro atentado à Educação que queremos para Portugal.

⁵ Algumas questões para o fomento do desporto nacional. Rev. Horizonte, n.º 33; 1989.

⁶ In: *Notícias Magazine*, 13 Dezembro 1998.

⁷ In: Moção sobre Educação Física no currículo escolar: aprofundamento da reforma e organização administrativa. Actas do Congresso, Fátima, 1997.

Questionar a Educação (Física)...