

CANDIDATURA OPRAM 2022



**EXPLORAR A
MADEIRA COM O
DESPORTO ESCOLAR**



1. Índice

2. Enquadramento e apresentação da proposta	3
3. Objetivos do projeto	4
3.1. Objetivo geral.....	4
3.2. Objetivos específicos	4
4. Público-Alvo	4
5. Fundamentação.....	5
5.1. Explorar as atividades “outdoor” nos espaços urbanos e rentabilizar infraestruturas	6
5.2. Dinamizar atividades aquáticas e fomentar a literacia marítima	6
5.3. Realizar atividades de exploração da natureza e promover a educação ambiental	7
6. Cronograma	8
7. Orçamento	8
8. Consideração Finais	9
9. Referências Bibliográficas.....	11

2. Enquadramento e apresentação da proposta

A missão do Desporto Escolar visa criar condições para que todos os alunos integrados no sistema educativo da Região Autónoma da Madeira pratiquem atividades físicas e desportivas de forma regular, permitindo uma formação integral, com aquisição de hábitos de vida saudáveis e combatendo o insucesso e o abandono escolar.

A Direção de Serviços do Desporto Escolar (DSDE) tem um Plano Anual de Atividades extenso, amplo e inclusivo, no qual são dinamizados em média 85 eventos por ano letivo, que envolvem cerca de 21000 participações dos alunos dos diferentes níveis de ensino.

A conclusão de um questionário sobre as atividades do Desporto Escolar aplicado no ano letivo 2019-2020, a todos os alunos dos 2.º, 3.º ciclos e secundário, demonstrou que a maioria dos alunos revela muito interesse pelas atividades realizadas ao ar livre. Em conformidade, a nossa experiência empírica, do contato direto com os professores e alunos, permite-nos perceber que existe uma predisposição cada vez maior para as atividades lúdico-desportivas realizadas no exterior.

Por outro lado, vários estudos indicam que o sedentarismo na população jovem está a aumentar, bem como as doenças associadas a um estilo de vida pouco ativo. A era digital veio promover comportamentos sedentários em adultos e em crianças cada vez mais novas, fixando-as aos espaços onde estão as novas tecnologias.

O projeto do Desporto Escolar pretende contrariar esta tendência, combatendo o sedentarismo e, simultaneamente, promovendo a exploração da riqueza da fauna e flora da Madeira. Esta ilha com uma beleza exuberante, tem condições únicas e um potencial elevadíssimo para atividades desportivas, diversificadas e apelativas, desde o mar à montanha.

No próximo quadriénio pretendemos evoluir, modernizar e inovar, sendo fulcral a aquisição de material diversificado e específico para proporcionar atividades desportivas com qualidade, que garantam maior capacidade de resposta e que correspondam às tendências atuais e às expectativas dos alunos.

Neste âmbito subdividimos os nossos objetivos em três grandes valências:

- Explorar as atividades “outdoor” nos espaços urbanos e rentabilizar infraestruturas;
- Dinamizar atividades náuticas e aquáticas e fomentar a literacia marítima;
- Realizar atividades de exploração da natureza e promover a educação ambiental.

3. Objetivos do projeto

3.1. Objetivo geral

Contribuir e proporcionar a todas as crianças e jovens em idade escolar da Região Autónoma da Madeira (R.A.M.) um leque variado de atividades desportivas ao ar livre.

3.2. Objetivos específicos

Com a implementação desta proposta, pretende-se:

- Aumentar a taxa de participação no Desporto Escolar, bem como melhorar a qualidade do Plano Anual de Atividades;
- Garantir uma oferta desportiva escolar diversificada e enriquecedora, através da realização de atividades de caráter lúdico-desportivo em meio ambiental, urbano e aquático, aproveitando os recursos naturais da ilha;
- Dinamizar atividades desportivas de aventura e de exploração da natureza;
- Sensibilizar para a educação ambiental e estimular o recurso às boas práticas ambientais;
- Desenvolver atividades aquáticas, trabalhando competências associadas à prática dos desportos náuticos, à segurança e à adaptação ao meio aquático;
- Fomentar a literacia marítima, promovendo o gosto pelas atividades de mar;
- Rentabilizar infraestruturas através da organização de atividades desportivas apelativas e com qualidade, que promovam o gosto pela atividade física e pelos hábitos de vida saudáveis;
- Criar atividades lúdico-desportivas inclusivas, sustentadas em valores éticos e morais que contribuam para uma sociedade mais solidária, consciente e responsável.

4. Público-Alvo

O projeto do Desporto Escolar envolve todos os alunos da R.A.M., desenvolvendo o seu plano de ação em três vertentes, de acordo com a orgânica da Direção de Serviços do Desporto Escolar, inserida na Direção Regional de Educação (Decreto Legislativo Regional n.º 7/98/M):

- Pré-escolar e 1.º ciclo do ensino básico;
- 2.º, 3.º ciclos e secundário;
- Alunos/utentes portadores de deficiência e com necessidades educativas especiais.

5. Fundamentação

Há mais de 40 anos que o projeto do Desporto Escolar se dedica na promoção do desporto regional e da atividade física na população escolar.

Atualmente, as atividades dinamizadas para os alunos do pré-escolar e 1.º ciclo apresentam um cariz lúdico-desportivo, com a experiencição de múltiplas modalidades, sendo o objetivo primordial aumentar o reportório motor das crianças e proporcionar o gosto pela atividade física. Ao nível destes ciclos de ensino está em vigor um projeto no âmbito da natação, que surgiu com o investimento do Governo Regional na construção de piscinas, com o propósito de que todas as crianças à saída do 4.º ano de escolaridade saibam nadar. As atividades realizadas para estes ciclos de ensino atingem cerca de 8500 alunos por ano letivo.

A organização deste projeto para os alunos dos 2.º, 3.º ciclos e do secundário dinamiza uma panóplia diversificada de atividades desportivas que abrange cerca de 11300 participações de alunos, no qual se incluem competições regulares, torneios e variados eventos pontuais.

O Desporto Escolar contribui para uma educação inclusiva e, no âmbito da Atividade Motora Adaptada, desenvolve atividades de caráter competitivo e de exploração de novas atividades desportivas, que envolvem cerca de 1200 participações de alunos/utentes. Salientamos que estas atividades mobilizam jovens com deficiência de múltiplas instituições e de escolas da R.A.M. que, em muitos casos, representam a única atividade competitiva praticada de forma regular.

Uma das principais metas do projeto de Desporto Escolar é aumentar a taxa de participação dos alunos em todos os ciclos de escolaridade. Este objetivo remete-nos para duas dificuldades distintas, nomeadamente, a capacidade de respostas das atividades que planeamos para os diferentes ciclos de ensino e a dinamização de atividades que correspondam aos reais interesses dos alunos.

Outra meta é a criação de atividades de caráter multidisciplinar, que fomentem aprendizagens integradas, adequadas a cada nível de ensino e que promovam a envolvimento da família e da restante comunidade escolar.

O desenvolvimento de atividades na natureza favorece a sensibilização da comunidade escolar para uma educação ambiental e fomenta a literacia marítima, pois, como enfatiza Ferreira (2015), as atividades físicas tornam-se excelentes oportunidades de valorização ambiental. Neste sentido, é uma meta do nosso projeto aproveitar os recursos naturais da ilha para potenciar o desporto e a atividade física e, concomitantemente, educar e inculir valores de preservação da natureza, numa perspetiva de desenvolvimento sustentável. *“Ter uma vida saudável passa por enquadrar a atividade desportiva como algo que faz parte dos hábitos comuns da sociedade, da mesma forma que a incorporação de um conjunto de atitudes e práticas ambientais deve ser uma rotina sem esforço, mas consciente de um contributo a bem das gerações futuras e do planeta como um todo”* (Ferreira, 2015).

O nosso plano de ação assenta em três valências com vista organizar atividades lúdico-desportivas que cativem os jovens, tirando proveito das potencialidades da região e que garanta um Plano Anual de Atividades inovador e coerente com as metas delineadas.

5.1. Explorar as atividades *outdoor* nos espaços urbanos e rentabilizar infraestruturas

No panorama atual torna-se urgente implementar medidas e iniciativas que promovam atividades desportivas diversificadas e que contribuam positivamente para os alunos. Verificamos que existe uma tendência cada vez maior dos jovens para a prática de atividades ao ar livre, inclusivamente na organização de atividades tradicionais notamos um interesse crescente dos alunos pelos desportos coletivos e individuais *outdoor*. Por outro lado, também temos assistido a um investimento dos municípios da R.A.M. na criação de espaços e infraestruturas públicas que promovam a prática de desportos e de atividade física ao ar livre.

Com a exploração de atividades *outdoor* visamos desenvolver atividades lúdico-desportivas que correspondam aos reais interesses dos alunos, rentabilizando os espaços e as infraestruturas urbanas que existem na região. Assim, nesta valência apostamos nas modalidades radicais e nas variantes das modalidades convencionais, por exemplo, o Skate, a Orientação Urbana, o Basquetebol 3x3/*Street Basket*, Desportos de Praia, BTT, Patinagem, Atividades Rítmicas Expressivas, Basebol, Laser Run, e outras Multiatividades Desportivas.

5.2. Dinamizar atividades náuticas e aquáticas e fomentar a literacia marítima

A Madeira, pelas suas características insulares, apresenta condições ímpares para a realização de atividades de mar, desde as condições climatéricas, aos recursos naturais e outras infraestruturas. Torna-se pertinente aproveitar a oportunidade crucial de promover a cidadania, o exercício físico e os estilos de vida saudáveis, onde o desporto e o ambiente se conjugam numa simbiose perfeita.

Nesta valência temos como propósito a dinamização de diversas atividades náuticas e aquáticas, como a Canoagem, *Stand-Up Paddle*, Natação de Água Abertas, *Windsurf*, *Snorkeling* e Multiatividades Aquáticas de caráter lúdico, de modo a usufruir da versatilidade e beleza singular que a natureza da ilha oferece.

O contacto direto com o mar aliado à motivação que a prática destas modalidades proporciona, favorece a sensibilização da população-alvo para a necessidade de respeitar e preservar o espaço marítimo, a biodiversidade e a qualidade da água. Assim, pretendemos que as atividades desenvolvidas apresentem um caráter pedagógico e formativo, sendo integradas num programa de literacia marítima adequado a cada ciclo de ensino.

5.3. Realizar atividades de exploração da natureza e promover a educação ambiental.

A atividade física realizada ao ar livre não é apenas uma experiência multissensorial que expõe os indivíduos à luz do sol e ao ar fresco, “os ambientes verdes convidam os indivíduos a serem ativos, conscientes, a interagirem com os outros e a desenvolverem conexões com a natureza” (Araújo e Teixeira, 2017).

Com a exploração desta valência apostamos na realização de atividades nos espaços florestais, desenvolvendo atividades combinadas, com articulação de conteúdos multidisciplinares e com um forte cariz formativo no que concerne à educação ambiental, tais como as Corridas de Aventura, o Explorar a Madeira, etc. Pretendemos também, dinamizar Atividades Radicais (Slide, Rappel, Tirolesa, Orientação) que permitem desenvolver competências e habilidades motoras pouco exploradas em contexto escolar, mas que são extremamente apelativas para os alunos.

Este objetivo está de acordo com as metas do Programa do XIII Governo da Região Autónoma da Madeira 2019-2023, que visam a promoção da “*utilização lúdica dos espaços florestais, mediante a criação de condições para o usufruto dos espaços naturais por parte dos cidadãos*”, bem como, o incentivo à prática de “*atividades lúdico-desportivas em meio natural, (...) sempre no respeito pelos princípios de sustentabilidade e conservação da natureza.*”

6. Cronograma

Ano Letivo			
2022/23	2023/24	2024/25	2025/26
<ul style="list-style-type: none"> • Aquisição de material • Criação de uma base de dados para o registo e armazenamento do material • Definição dos indicadores de acordo com os objetivos/metast estabelecidos • Definição do Plano Anual de Atividades de acordo com o calendário escolar • Formação da equipa de trabalho • Iniciação do projeto em todos os ciclos de ensino de forma progressiva • Monitorização do projeto • Avaliação e <i>follow up</i> do projeto 	<ul style="list-style-type: none"> • Atualização da base de dados do material adquirido • Manutenção do material • Ajustamento dos indicadores de acordo com os resultados obtidos na avaliação • Definição do Plano Anual de Atividades de acordo com o calendário escolar • Formação da equipa de trabalho • Desenvolvimento do projeto em todos os ciclos de ensino • Monitorização do projeto • Avaliação e <i>follow up</i> do projeto 	<ul style="list-style-type: none"> • Atualização da base de dados do material adquirido • Manutenção do material • Definição dos indicadores de acordo com os objetivos/metast estabelecidos • Definir o Plano Anual de Atividades de acordo com o calendário escolar • Formação da equipa de trabalho • Consolidação do projeto em todos os ciclos de ensino • Monitorização do projeto • Avaliação e <i>follow up</i> do projeto 	<ul style="list-style-type: none"> • Atualização da base de dados do material adquirido • Manutenção do material • Definição dos indicadores de acordo com os objetivos/metast estabelecidos • Definir o Plano Anual de Atividades de acordo com o calendário escolar • Formação da equipa de trabalho • Consolidação do projeto em todos os ciclos de ensino • Monitorização do projeto • Avaliação do projeto

7. Orçamento

Para a execução desta iniciativa apresentamos os valores totais por rubrica.

Áreas de Intervenção	Valor Total
Atividades Aquáticas/Náuticas	50.000.00€
Atividades Urbanas de <i>Outdoor</i>	40.000.00€
Atividades de Exploração da Natureza	25.000.00€
Atividade Motora Adaptada	10.000.00€
Formação Especializada	5.000.00€
Equipamentos complementares	20.000.00€
	150.000.00€

8. Considerações Finais

A evidência científica indica que a atividade física praticada em ambientes naturais traz benefícios acrescidos para a saúde e bem-estar, o que permite aferir que a atividade física em contexto de natureza é um meio estimulante para combater o sedentarismo e proporcionar aos jovens experiências desportivas que potenciem hábitos de vida saudáveis.

Concomitantemente, a prática de atividade física na infância e adolescência deve ser considerada uma prioridade. A Organização Mundial de Saúde (2020), reforça a necessidade de fornecer a todas as crianças e adolescentes oportunidades seguras e equitativas para participarem em atividades físicas que sejam agradáveis/divertidas, variadas e adequadas para a idade e habilidade de cada pessoa. Neste contexto, o combate ao sedentarismo é uma preocupação global e é urgente estimular os jovens com programas atrativos e atividades diversificadas, sendo uma preocupação que consta no Programa do Governo Regional atual.

Em complemento, o desporto desempenha um papel crucial na sociedade, sendo promotor de um conjunto de princípios que procuram garantir uma satisfação individual e coletiva. O projeto do Desporto Escolar perspetiva um futuro sustentado em valores éticos e morais conducentes com uma sociedade mais solidária, resiliente e consciente dos seus direitos e deveres.

A aposta neste projeto do Desporto Escolar irá contribuir, em larga medida, para aumentar a nossa capacidade de resposta, permitindo alargar as nossas atividades a mais alunos dos diferentes níveis de ensino. Do mesmo modo, permitirá melhorar a qualidade das experiências lúdico-desportivas que proporcionamos aos alunos da região, criando condições para realizar eventos mais aliciantes, que correspondam aos seus interesses e expectativas, como também irá potenciar a sensibilização para uma educação ambiental que se traduza em mudanças estruturais e positivas das atitudes e dos hábitos da sociedade.

A durabilidade desta iniciativa está inerente à continuidade da Direção de Serviços do Desporto Escolar, enquanto organismo público da Direção Regional de Educação, na qual é confiada a missão de desenvolver e coordenar o Desporto Escolar acessível a todos os alunos, o que pressupõe um investimento a curto, médio e longo prazo na saúde pública da Região, favorecendo a harmonia do homem com a natureza, criando momentos de prazer e felicidade que conduzem à desejável promoção de um equilíbrio de cada indivíduo, contribuindo de modo holístico para a formação dos homens e das mulheres do amanhã.

9. Referências Bibliográficas

- Araújo e Teixeira (2017), “Os ambientes verdes”. <https://www.publico.pt/2017/12/24/sociedade/noticia/o-que-e-o-exercicio-verde>, a 14 de janeiro de 2022;
- Ferreira, F. (2015). *Manual de boas práticas no desporto - Ética Ambiental*. PNED - IPDJ.
- Martins, G., Gomes, C., Brocardo, J., Pedroso, J. V., Carillo, J., Silva, L. U., . . . Rodrigues, S. (2017). *Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória*. Lisboa: DGE. Obtido de https://dqe.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf, 10 dezembro de 2021;
- Indicadores de Saúde. Elementos Conceituais e Práticos. Organização Mundial de Saúde. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49057/9789275720059_por.pdf?sequence=5&isAllowed=y, a 16 de janeiro de 2022;
- <https://www.madeira.gov.pt/Portals/1/documentos/Oficiais/PGR%20Vers%c3%a3o%20Final%2019.11.04.pdf>, 10 de dezembro de 2021
- <https://www.madeira.gov.pt/dre/Estrutura/DRE/Areas/Desporto-Escolar/O-Desporto-Escolar>, 3 de dezembro de 2021
- WHO. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: WHO