



REPÚBLICA
PORTUGUESA
EDUCAÇÃO



DGEstE
Direção-Geral dos
Estabelecimentos Escolares

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR 2021 - 2025



Desporto Escolar



Ficha Técnica

Título

Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021-2025

Autores

Diana Aguiar Santos, Gabinete do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto

José Vítor Pedroso, Direção-Geral da Educação

Luísa Maria Ucha, Gabinete do Secretário de Estado Adjunto e da Educação

Rui Carvalho, Direção-Geral da Educação

Consultores

João Ribeiro, Direção-Geral da Educação

Jorge Sousa, Direção-Geral da Educação

Patrícia Canário, Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares

Rui Fonseca, Direção-Geral da Educação

Data

Julho de 2021

2021

PROGRAMA
ESTRATÉGICO DO
DESPORTO ESCOLAR

2025



ÍNDICE

Prefácio.....	2
Introdução	3
O Desporto Escolar e o perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória	5
Caracterização do Desporto Escolar.....	6
Identidade do Desporto Escolar.....	9
Os seis eixos do programa estratégico do Desporto Escolar 2021-2025	10
1. +Desporto +atividade física.....	12
2. Formação de alunos e professores	19
3. Cidadania, inclusão e ética.....	20
4. Cogestão e codecisão na escola.....	22
5. Desporto verde e sustentável.....	24
6. Envolvimento das nas comunidades.....	26
Integração das medidas e projetos aos seis eixos do Desporto Escolar	27
Objetivos operacionais e estratégicos do programa do Desporto Escolar 2021-2025.....	28
Articulação do programa de Desporto Escolar com outras estratégias e planos nacionais	33
Referências	34

PREFÁCIO



Com atividades regulares na generalidade das escolas do país e numa ampla gama de modalidades, o Desporto Escolar tem constituído um viveiro de experiências, valores e aprendizagens para muitos milhares de jovens, em sucessivas gerações.

É, pois, inegável o seu contributo para uma sociedade em que, cada vez mais, a Educação e o Desporto se afirmam, na sua relação íntima, enquanto promotores de saúde, bem-estar e coesão social. A igualdade, a inclusão, o respeito pela diversidade, a integridade, a disciplina, a excelência, a amizade ou a tolerância, são alguns dos valores que o Desporto Escolar promove e que contribuem para uma sociedade mais forte, mais resiliente e mais tolerante.

Preservando este que tem sido o seu ADN e beneficiando da experiência acumulada, o Desporto Escolar projeta-se agora para o quadriénio de 2021-2025, com mais recursos e uma estratégia de maior alcance, definindo uma visão comum a partir da qual cada estabelecimento de educação e ensino poderá desenhar o seu programa, correspondendo às especificidades da sua comunidade.

Assumindo-se como base da pirâmide desportiva, a oferta de atividades será alargada e flexibilizada, procurando que todos os alunos experimentem um leque variado de modalidades no seu percurso escolar, a partir das quais poderão construir uma cultura desportiva mais rica, bem como potenciar escolhas pessoais. Para isso, serão intensificadas as parcerias entre escolas e os agentes locais, segundo princípios de complementaridade e convergência.

Por seu lado, reforça-se a relação com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável estabelecidos no âmbito das Nações Unidas, aprofundando o papel do Desporto Escolar na promoção da saúde, do ambiente e da coesão social, assim como serão alargadas as atividades do Desporto Escolar a toda a comunidade educativa, nomeadamente às famílias, ao pessoal docente e não docente.

Em suma, a estratégia que aqui apresentamos reflete a firme convicção de que não existe Educação Inclusiva e integral sem atividade física e consciência do corpo, tal como não existe verdadeiro desporto sem uma forte vertente educativa.

Táago Brandão Rodrigues

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



INTRODUÇÃO

O Desporto Escolar é uma atividade de complemento curricular, estando definido no Decreto-Lei n.º 95/91, de 26 de fevereiro, na sua atual redação, como o conjunto das práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo desenvolvidas como complemento curricular e ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividade da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo, desenvolvendo as suas atividade nas escolas dos 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e nas escolas do ensino secundário.

A Lei de Bases do Sistema Educativo (Lei n.º 46/86, de 14 de outubro), salienta o papel do Desporto Escolar na promoção da saúde e condição física, na aquisição de hábitos e condutas motoras e no entendimento do desporto como fator de cultura, estimulando sentimentos de solidariedade, cooperação, autonomia e criatividade, devendo ser fomentada a sua gestão pelos estudantes praticantes, salvaguardando-se a orientação por profissionais qualificados.

A literatura define três modelos chave para a organização do Desporto Escolar, enquanto atividade de complemento curricular: o modelo não formal, o modelo de desporto civil e o modelo baseado na escola (Hardman, 2007). No quadriénio de 2021-2025 pretende-se que as atividades das escolas sejam, cada vez mais, um resultado de uma interação e

integração na sua comunidade, através de uma fusão entre o modelo civil e o modelo baseado na escola.

Tradicionalmente o Desporto Escolar em Portugal tem sido organizado num modelo baseado na escola, em que treinos e competições são coordenadas a nível nacional (Direção-Geral da Educação) e implementadas a nível regional e local (Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares e Agrupamentos de Escolas e Escolas Não Agrupadas), com um quadro competitivo definido. Neste modelo o enquadramento de atividades é feito por professores de educação física e o financiamento das atividades é feito pelas autoridades públicas e o estabelecido no Decreto-Lei n.º 56/2006, na sua atual redação relativo à receita dos resultados líquidos da exploração dos jogos sociais.

Este modelo permite uma oferta estruturada e planeada e ainda a sustentabilidade do Desporto Escolar. Tirando benefício deste enquadramento, neste quadriénio o Desporto Escolar irá aproximar-se da sua comunidade, através da implementação das melhores práticas previstas no modelo civil, nomeadamente, a possibilidade de o Desporto Escolar ser realizado em cooperação estreita com instituições externas como federações desportivas, clubes desportivos locais, autarquias ou instituições particulares de solidariedade social (IPSS), desde a utilização de espaços ou equipamentos desportivos e até, dando autonomia às escolas, para que algumas equipas escolares possam, para além

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



dos professores da escola, ser também acompanhadas por treinadores dos clubes locais.

O presente documento apresentará ainda diretrizes para um envolvimento das comunidades na escola, tirando partido do seu espaço, dos materiais e da sua organização para contribuir para o objetivo do Governo de “colocar o país no lote das quinze nações europeias com cidadãos fisicamente mais ativos, na próxima década” (XXII Governo Constitucional, 2019).

O presente Programa Estratégico irá centrar-se na participação e envolvimento dos alunos, incentivando a que a organização e planeamento de atividades possa ser efetuada num processo de codecisão e de cogestão no seio das atividades do Desporto Escolar (Conselho da União Europeia, 2021). O programa 2017-2021 ficou marcado pela pandemia COVID-19, com impacto profundo nas atividades do Desporto Escolar nos anos letivos de 2019/2020 e 2020/2021. A intermitência de atividades letivas e não letivas presenciais bem como a suspensão de todas as atividades competitivas extraescolares conduziram a alguma quebra de vínculo dos alunos ao Desporto Escolar, pelo que será determinante recuperar os alunos, envolvendo-os não apenas nas atividades, mas no processo de decisão e gestão das mesmas.

Importa refletir que o confinamento nas idades mais jovens tem um efeito muito negativo na sua saúde e bem-estar, não apenas pela redução significativa na atividade física, mas

principalmente pelo seu impacto nas relações sociais, tão características destas idades. Neste sentido, é fundamental que, no próximo quadriénio, os professores do Desporto Escolar possam priorizar o envolvimento dos alunos em prol da sua saúde e bem-estar, com relevância para o psicológico.

Assumiremos este novo projeto, com vista à promoção dos valores do desporto, com enfase para a igualdade, inclusão e *fair-play*, em que os alunos do Desporto Escolar de cada escola elaboram o seu “Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto”. Neste compromisso, os alunos do Desporto Escolar irão construir e assumir um compromisso que reflita valores éticos e comportamentos de *fair-play* no desporto.

Para além das alterações que estão previstas para quadriénio de 2021-2025, o Desporto Escolar continuará a apostar em projetos de sucesso, como os Centros de Formação Desportiva, o DE sobre rodas, o projeto de juízes-árbitros ou a formação de professores.

O Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021-2025 define as orientações para a realização dos projetos neste quadriénio definindo seis eixos principais para o Desporto Escolar, que interagem entre si na sua aplicação:

1. +Desporto | +atividade física;
2. Formação de alunos e professores;
3. Cidadania, inclusão e ética;
4. Cogestão e codecisão na escola;
5. Desporto verde e sustentável;
6. Envolvimentos das | nas comunidades.

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



O DESPORTO ESCOLAR E O PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA

A centralidade do valor educativo e social do Desporto Escolar para os alunos contribui para a aprendizagem e para o processo educativo do aluno.

O Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (Martins, et al., 2017) é o documento de referência para a organização de todo o sistema educativo. Qualquer projeto que se desenvolva em contexto escolar, e que tenha os alunos como destinatários, deve ser projetado tendo como base esta matriz de princípios, valores e áreas de competências a que deve obedecer o desenvolvimento do currículo e a atividade de toda a escola.

Sendo a escola um ambiente de desenvolvimento dos alunos, deve ser garantida a oferta de um conjunto de

oportunidades educativas que contribuam para que, no final da escolaridade obrigatória, os alunos integrem e contribuam para uma sociedade inclusiva e resiliente.

Pelas suas características, o desporto possibilita reproduzir as relações de cooperação-oposição sociais, no respeito por valores e regras gerais, de forma adequada e permanentemente orientado por um educador, promovendo o desenvolvimento da autonomia (os valores e as regras a adotar por cada aluno, de forma integrada nas normas grupais) e o reconhecimento e o respeito pelo outro e pelo seu esforço.

Assim, o Desporto Escolar pode contribuir decisivamente para os princípios, áreas de competência e valores previstos no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (Martins, et al., 2017), com principal destaque para:

VALORES

- *Responsabilidade e integridade;*
- *Excelência e exigência;*
- *Curiosidade, reflexão e inovação;*
- *Cidadania e participação;*
- *Liberdade.*

ÁREAS DE COMPETÊNCIA

- *Consciência e domínio do corpo;*
- *Bem-estar, saúde e ambiente;*
- *Raciocínio e resolução de problemas;*
- *Pensamento crítico e pensamento criativo;*
- *Relacionamento interpessoal;*
- *Desenvolvimento pessoal e autonomia;*
- *Sensibilidade estética e artística.*

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



CARACTERIZAÇÃO DO DESPORTO ESCOLAR

O Desporto Escolar baseia-se num sistema universal e aberto de modalidades e de práticas desportivas, organizadas de modo a

integrar harmoniosamente as suas dimensões próprias, designadamente o ensino, o treino, a recreação e a competição. Desde a definição de orientações até à sua implementação, são várias as estruturas que desenvolvem, de forma articulada, as atividades do Desporto Escolar, conforme ilustrado na Figura 1.

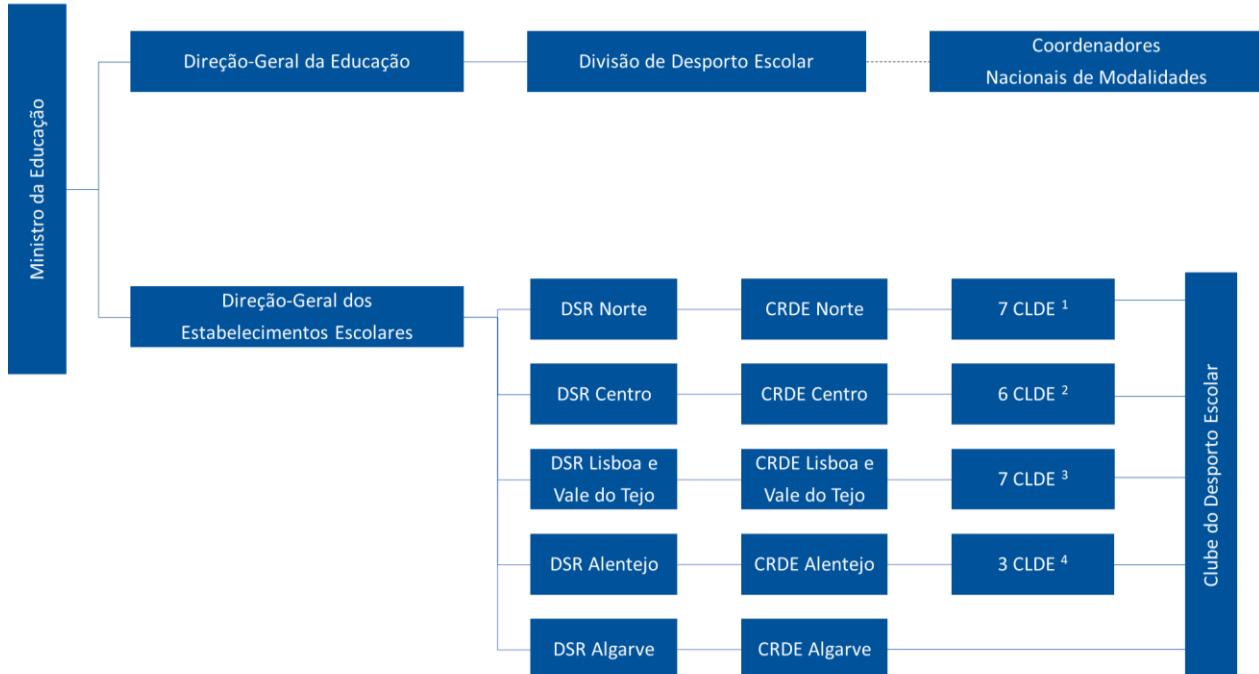


Figura 1 – Organograma das atividades Desporto Escolar

Abreviaturas: DSR - Direção de Serviços Regionais; CRDE - Coordenação Regional de Desporto Escolar; CLDE - Coordenação Local do Desporto Escolar; CDE - Clube de Desporto Escolar.

¹Braga, Bragança e Côa, Entre Douro e Vouga, Porto, Tâmega, Viana do Castelo e Vila Real e Douro.

²Aveiro, Castelo Branco, Coimbra, Leiria, Guarda e Viseu.

³Amadora, Cascais e Oeiras, Lezíria e Médio Tejo, Lisboa Cidade, Loures/Odivelas/ /Vila Franca de Xira, Oeste, Setúbal e Sintra.

⁴Alto Alentejo, Alentejo Central e Baixo Alentejo e Alentejo Litoral.

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



À Direção-Geral da Educação (DGE) compete coordenar, acompanhar e propor orientações, em termos pedagógicos e didáticos, para as atividades do Desporto Escolar, sendo que às Direções de Serviço Regionais compete, em articulação com os serviços centrais, assegurar a implementação a nível regional dos diversos programas, projetos e atividades do Desporto Escolar, em conformidade e em articulação com as orientações propostas pela Direção-Geral da Educação. Ambas as Direções-Gerais são serviços centrais de administração direta

do Estado dotadas de autonomia administrativa, e por isso estão sujeitas ao poder de direção do Ministro da Educação.

As atividades do Desporto Escolar funcionam em estabelecimentos escolares públicos e privados, a partir do 2.º ciclo do ensino básico até ao final do ensino secundário. As atividades regulares nos estabelecimentos escolares públicos funcionam pela atribuição de tempos letivos, apresentando-se na Figura 2 a distribuição ao longo dos dois últimos projetos plurianuais (2013-2017 e 2017-2021).

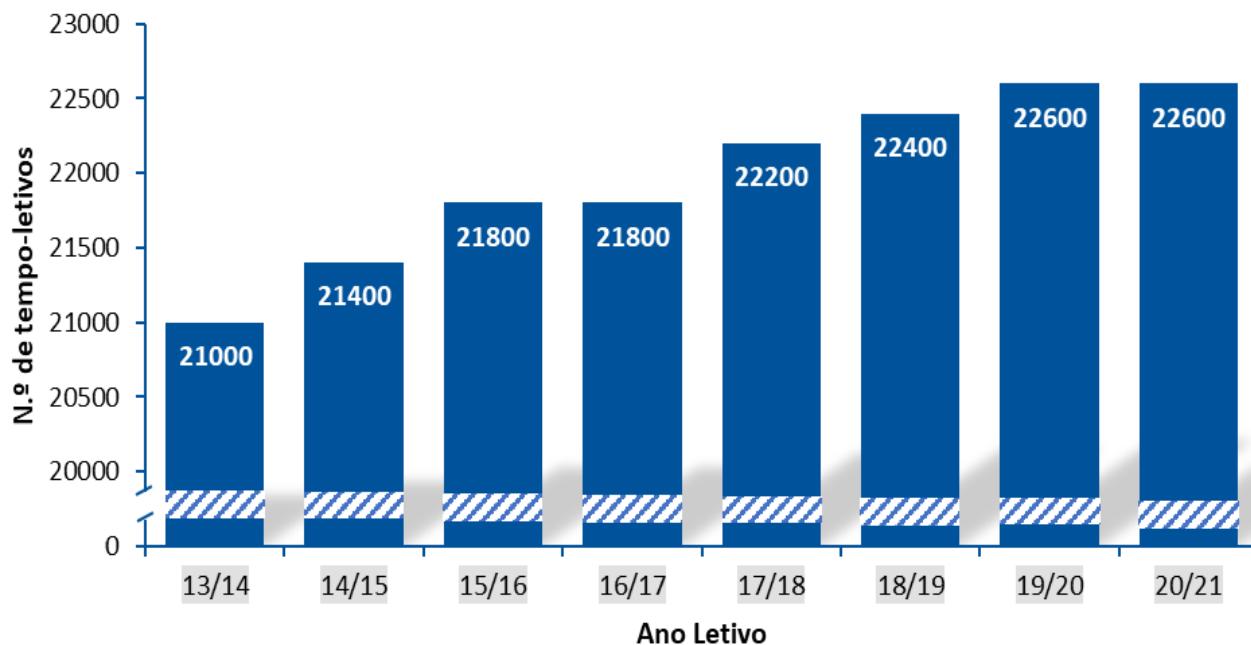


Figura 2 – Distribuição de tempos letivos semanais, por ano letivo, no decurso dos programas de Desporto Escolar 2013-2017 e 2017-2021.

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



A Figura 3 ilustra a distribuição dos grupos-equipa pelas modalidades desportivas (ano letivo de 2019/2020), permitindo perceber quais aquelas em que existe uma maior concentração de alunos.

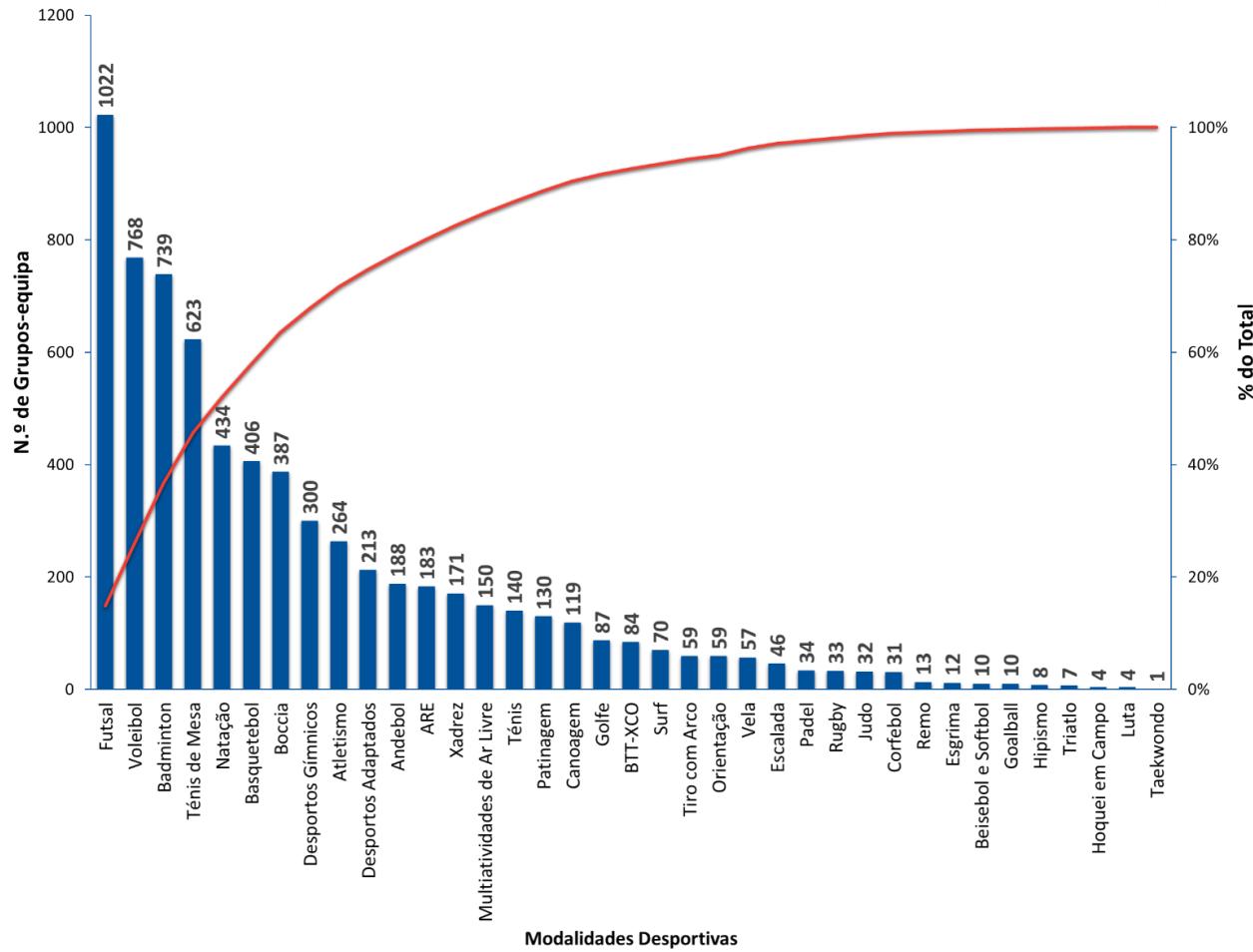


Figura 3 – Distribuição dos grupos-equipa do Desporto Escolar, por modalidade, no ano letivo de 2019/2020.

2021

2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



IDENTIDADE DO DESPORTO ESCOLAR

O Desporto Escolar tem uma identidade própria que o distingue de outras atividades de complemento curricular, mas que, ao mesmo

tempo, se articula com toda a atividade da escola e com a comunidade onde se insere.

Esta identidade é reconhecida por alunos, professores e restante comunidade educativa. Neste sentido, define-se para o quadriénio 2021-2025 uma visão e uma missão para as atividades do Desporto Escolar.

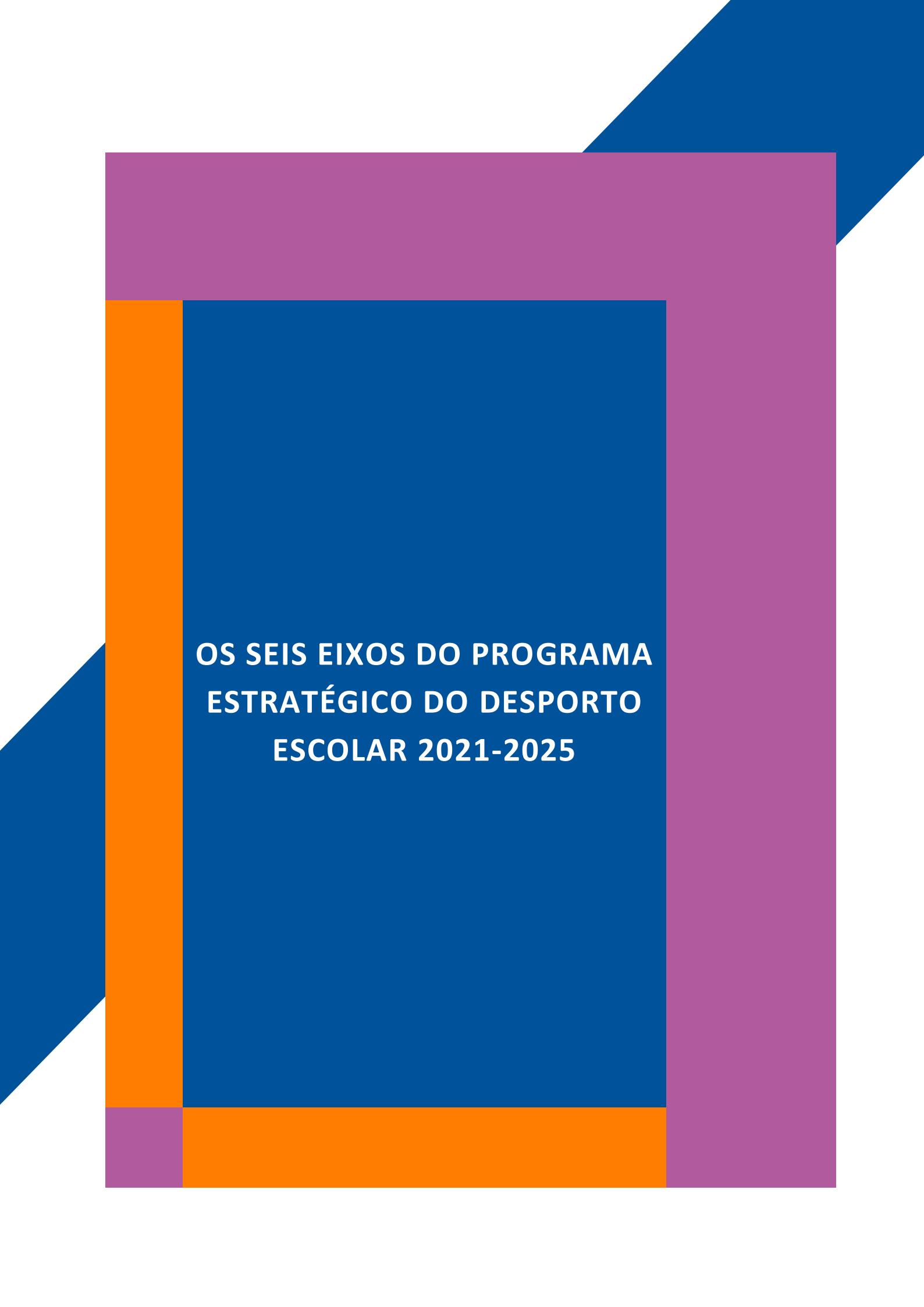
VISÃO

Garantir uma oferta desportiva escolar variada aos alunos, envolvendo as comunidades escolar e local, em todas os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas.

MISSÃO

Contribuir de forma articulada para os seis eixos estratégicos do programa:

1. +Desporto | +atividade física;
2. Formação de alunos e professores;
3. Cidadania, inclusão e ética;
4. Cogestão e codecisão na escola;
5. Desporto verde e sustentável;
6. Envolvimento das | nas comunidades.



OS SEIS EIXOS DO PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR 2021-2025

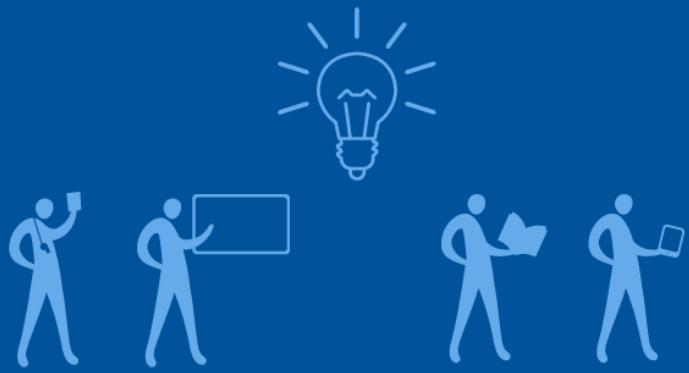
1 + DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



3 CIDADANIA INCLUSÃO ÉTICA



2 FORMAÇÃO DE ALUNOS E PROFESSORES



4 COGESTÃO CODECISÃO NA ESCOLA



5 DESPORTO VERDE E SUSTENTÁVEL



6 ENVOLVIMENTO DAS | NAS COMUNIDADES



1

+ DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



A Organização Mundial de Saúde (OMS) estabelece que crianças e adolescentes devem realizar pelo menos 60 minutos diárias de atividade física de intensidade moderada a vigorosa, ao longo da semana e que a maior parte dessa atividade física deve ser aeróbica. É ainda recomendada a inclusão, em pelo menos 3 dias da semana, de atividades que fortalecem os músculos e ossos (WHO, 2020). Cada estabelecimento educativo, em função do seu Projeto Educativo, deve assegurar o acesso à prática desportiva gratuita, respeitando o princípio de igualdade de oportunidades e o respeito pela diversidade, a todos os alunos, durante toda a escolaridade.

O Desporto Escolar é desenvolvido nas escolas com 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e secundário enquanto atividade de complemento curricular. A prática desportiva regular, como o Desporto Escolar, contribui para que mais alunos possam atingir as recomendações de atividade física (Marques, Ekelund, & Sardinha, 2016).

Com vista a que mais alunos queiram estar envolvidos nas atividades, o Desporto Escolar tem uma oferta alargada e diversificada de atividades regulares e ocasionais, internas e externas integradas, neste quadriénio, nos seguintes níveis:

ATIVIDADES DE NÍVEL I

Conjunto de atividades organizadas pelos Clubes do Desporto Escolar que poderão envolver outros agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas.

Estas atividades integram, entre outros, os Projetos Complementares e são dinamizadas na componente não letiva dos professores de educação física, no âmbito da autonomia dos estabelecimentos escolares. Os Diretores dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas deverão por isso privilegiar a atribuição da componente não letiva dos professores do Desporto Escolar para o desenvolvimento de atividades no Nível I, potenciando a sua regularidade.

ATIVIDADES DE NÍVEL II

Atividades que implicam a participação regular em treinos e, na sua maioria envolvem a participação em competições de modalidades desportivas, interescolares. Estas atividades integram os Projetos “DE Competição”, “DE Sobre Rodas”, “De Comunidade” e o “DE Escola Ativa”.

1

+ DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



ATIVIDADES DE NÍVEL III

Atividades de aprofundamento da prática desportiva (treino e competição) em modalidades e grupos-equipa de elevado potencial desportivo, enquadradas nos projetos “DE competição”. A dotação de crédito horário de Nível III está dependente da participação em quadros competitivos federados.

As atividades dos diferentes níveis podem, ainda, ser internas ou externas, em função da participação em competições organizadas pela

estrutura do desporto escolar. Assim, para o quadriénio 2021-2025 definir-se-á a seguinte distribuição de projetos que contribuem para o eixo 1: “+desporto | +atividade física”.

Projetos Complementares:	Nível I	Nível II	Nível III	Atividade Interna	Atividade Externa
Basquetebol 3x3; Andebol 4Kids; Corta-Mato; Festa do Futebol Feminino; Gira-Vólei Escolar; Judo nas Escolas; Mega Sprinter; NBA Jr.; Padel Escolar; Taça DE - UNICEF; Tag-Rugby	●			●	●
Torneios interturmas	●			●	
Outras atividades internas	●			●	
Dia Europeu do Desporto na Escola	●			●	
Centros de Formação Desportiva	●	●		●	
DE Comunidade	●	●		●	
DE Sobre Rodas	●	●		●	
DE Escola Ativa	●	●		●	
DE Competição (não federados)		●			●
DE Competição (federados)		●	●		●

PROJETOS COMPLEMENTARES

São projetos dinamizados no âmbito da autonomia das escolas, com o objetivo de promover a prática da atividade física e desportiva e de valorizar o sentimento de pertença dos alunos ao grupo/turma e amigos. As atividades são organizadas em fases com apuramentos sucessivos:



Fase Escola – Atividade organizada pelas escolas como complemento da disciplina de educação física.

Fase Local – Participam os apurados na fase escola. A organização é da responsabilidade das Coordenações Locais do Desporto Escolar.

Fase Nacional – Participam os apurados na fase escola.

1 + DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



TORNEIOS INTERTURMAS

Os torneios interturmas devem ser promovidos pelas escolas, com vista a desenvolver a formação desportiva na vertente competição. As atividades devem ser promovidas em várias modalidades, sendo a sua dinamização enquadrada no âmbito da autonomia das escolas (poderão estar associados aos projetos complementares).

No quadriénio 2021-2025 será dada enfase à participação dos alunos na organização destes torneios (Eixo 4) e no desempenho de outras funções, como por exemplo o de juízes-árbitros (contribuindo para o Eixo 2).



DIA EUROPEU DO DESPORTO NA ESCOLA

A semana europeia do desporto tem um dia dedicado às escolas – o dia europeu do desporto na escola, a exemplo do que acontece noutras Estados-Membros da União Europeia. O objetivo da semana europeia do desporto passa por promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, através da realização de um conjunto alargado de atividades dirigidas a toda a população, independentemente da idade ou do nível de preparação física.

Assim, na última sexta-feira da semana europeia do desporto as escolas na Europa devem promover pelo menos 120 minutos de atividades físicas e desportivas, para todos os

alunos. Realizando-se no início do ano letivo este dia é uma excelente oportunidade para dar a conhecer e experimentar a oferta desportiva escolar dos grupos-equipa, garantindo uma maior adesão dos alunos aos treinos do Desporto Escolar.

CENTROS DE FORMAÇÃO DESPORTIVA DO DESPORTO ESCOLAR (CFD)



Os CFD são polos de desenvolvimento desportivo, dinamizados por agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, em parceria com federações desportivas, municípios e/ou outros parceiros locais. Para além de se assumirem como centros para experimentação de modalidades desportivas, visam a melhoria do desempenho desportivo através da concentração de recursos humanos e materiais em locais para onde possam convergir alunos de vários agrupamentos, quer nos períodos letivos, quer em estágios de formação desportiva especializada, nas interrupções letivas. Os CFD focam as suas atividades em:

- Atividades de iniciação e aperfeiçoamento através de atividades desportivas de apoio especializado aos grupos-equipa e apoio técnico aos quadros competitivos locais, regionais e nacionais do Desporto Escolar;
- Atividades de apoio à formação desportiva de professores e alunos;
- Atividades no âmbito dos domínios da autonomia e flexibilidade curricular, ambiente e sustentabilidade, da transversalidade dos saberes e na promoção da saúde e bem-estar;

1 + DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



- Atividades pontuais, no âmbito do contributo para as Aprendizagens Essenciais de educação física baseadas no Perfil de Aluno à saída da Escolaridade Obrigatória;
- Atividades DE Comunidade;
- Outras atividades de promoção e dinamização desportiva.

Atualmente existem 73 CFD que promovem o desenvolvimento de modalidades náuticas (surf, vela, canoagem e remo) e não náuticas (atletismo, natação e golfe).

DE COMUNIDADE

No quadriénio 2021-2015 é criado o projeto DE Comunidade, que visa alargar a oferta a outros destinatários, para além dos alunos. Neste sentido, os professores passam a desenvolver atividades direcionadas para a sua comunidade educativa alargada (alunos, professores e outros funcionários e famílias).



DE COMUNIDADE

EXEMPLOS DE ATIVIDADES

Aulas de grupo para a comunidade educativa alargada;

Grupos de caminhada e de cicloturismo;

Desenvolvimento de atividades em CFD;

Torneios desportivos e jogos tradicionais em família.

ocasional, integradas no Nível I, ou as escolas podem optar por ter um docente a

desenvolver atividades de carácter regular (3 tempos letivos semanais), integrando o seu grupo em atividades de Nível II.

Pretende-se que a escola abra a porta à sua comunidade, fazendo usufruto dos seus recursos humanos e materiais para manter a sua comunidade mais ativa.

DE SOBRE RODAS



O projeto DE Sobre Rodas surgiu como projeto piloto no ano letivo de 2019/2020. Neste quadriénio será promovido o seu alargamento a todas as escolas públicas com 2.º ciclo, podendo ser desenvolvido em atividades de Nível I ou de Nível II. Entre outros, um dos objetivos do projeto é promover a aprendizagem do padrão motor «Saber andar de bicicleta» em segurança.

No âmbito do projeto-piloto, numa parceria com a Federação Portuguesa de Ciclismo e o Instituto Português do Desporto e Juventude, foi desenvolvido um manual de procedimentos que permite uniformizar o diagnóstico e as metodologias de ensino, pelo que a sua distribuição, em formato digital, pelas escolas aderentes será uma prioridade. Adicionalmente, durante este programa serão desenvolvidas ações de formação para professores.

Durante o projeto-piloto foram várias as escolas que desenvolveram parcerias de sucesso com parceiros locais, como clubes, associações e autarquias, pelo que esta articulação deve continuar a ser privilegiada.



DE ESCOLA ATIVA

Existem períodos de maturação ideais para determinadas experiências motoras, nos quais os alunos estão mais preparados, permitindo as experiências fisicamente ativas tragam mais e melhores benefícios, do ponto de vista do desenvolvimento de determinadas capacidades. Deve, por isso, estabelecer-se um equilíbrio entre o crescimento, o desenvolvimento, a maturação e a exigência desportiva, nomeadamente a competitiva. Assim, existem idades em que a criança pode não estar pronta para a competição e, por isso, este fator pode trazer consequências negativas ao nível físico e psicológico que, para além de afetarem o crescimento saudável dos alunos e o seu envolvimento na escola, poderão



conduzir ao abandono desportivo precoce (Recursos FITEscola, 2016).

Sendo o 2.º e o 3.º ciclos coincidentes com períodos de grande crescimento, e nos quais se encontram enormes diferenças de maturação e desenvolvimento entre jovens, é determinante criar uma oferta alargada de atividades, que vá ao encontro das necessidades de cada aluno, nomeadamente atividades regulares não competitivas e que não promovam a especialização num desporto.

Assim, é criado para o quadriénio de 2021-2025 o programa DE Escola Ativa, integrado no Nível II do Desporto Escolar, ou seja, com uma oferta de 3 tempos letivos semanais de treino, apenas para escolas de 2.º e 3.º ciclos e em que o fator competição ou a escolha prévia de uma modalidade desportiva não está presente.

DE ESCOLA ATIVA

ORGANIZAÇÃO DA ATIVIDADE

- Possibilitar um vasto leque de experiências motoras;
- Foco no progresso e não no resultado;
- Diversão;
- Motivação;
- Tempo de ócio e lazer pela atividade física e desportiva;
- Introdução à competição através de pequenos jogos;
- Transmitir mensagens positivas para que os alunos tenham gosto nas atividades;
- Moderar as cargas de treino;
- Garantir o desenvolvimento harmonioso das capacidades físicas e habilidades motoras;
- Privilegiar grupos mistos e incluir atividades que promovam a inclusão de todos os alunos;
- Utilizar estratégias motivacionais como, por exemplo, o registo das atividades que os alunos realizam, dentro e fora dos momentos formais com o seu professor.¹
- No âmbito do DE Escola Ativa o professor poderá integrar algumas sessões de atividades relacionadas com o DE Sobre Rodas ou o DE Comunidade, garantindo, desta forma, a diversidade de oferta.

¹ A [Caderneta Escola Ativa](#) é um excelente exemplo de como motivar os alunos mais novos para serem fisicamente ativos, podendo ser descarregada em <https://siesdrm.ipstamarem.pt/>



DE COMPETIÇÃO

Enquadram-se nos Projetos DE Competição as atividades que implicam a participação regular em treinos e competições, locais, regionais, nacionais ou internacionais (International School Sport Federation/ISF e Fédération Internationale de L'Enseignement Catholique/FISEC), numa das 41 modalidades desportivas que o Desporto Escolar disponibiliza em vários escalões etários, tendo em vista a melhoria contínua do desempenho desportivo.

Para o presente quadriénio procede-se ao aumento da oferta de modalidades desportivas, com foco nas olímpicas e nos desportos de praia.

Dentro do DE Competição enquadram-se atividades de Nível II e de Nível III, sendo que esta última reforça o aprofundamento da prática desportiva (treino e competição) em modalidades e grupos/equipa inscritas em federações desportivas.

Para o quadriénio de 2021-2025, para além do desenvolvimento habitual das atividades são dadas as seguintes orientações:

Privilegiar os horários da tarde (ou outros em que não existam aulas) para os treinos dos grupos-equipa (valorização no DE+);

As escolas deverão organizar-se, sempre que possível, deixando uma tarde livre (comum à sua CLDE), para as atividades do Desporto Escolar, incluindo as atividades competitivas, devendo os Coordenadores do Desporto Escolar privilegiar o agendamento de competições nesses dias em que a maioria dos alunos não tem atividades letivas (valorização no DE+);

Canalizar grupos-equipa de modalidades sem possibilidade de formar quadros competitivos para outras modalidades desportivas;

Aumento progressivo da densidade competitiva, das competições de Nível II (tirando o foco da evolução por etapas: local → regional → nacional), fomentando a sua continuidade mesmo após a eliminação nas fases de apuramento;

Aprofundamento progressivo do Nível III, assumindo o seu objetivo de aproximar o Desporto Escolar do Desporto Federado, e enquanto verdadeira base da pirâmide desportiva nacional, numa estreita relação com o movimento associativo (a nível local, regional e nacional), garantindo a sua continuidade para além da escola;

Expandir a criação de grupos-equipa mistos e competições mistas em diferentes modalidades.

1

+ DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA



OFERTA DE MODALIDADES E PROJETOS EM GRUPO-EQUIPA NÍVEL II

Andebol	Atletismo	Badminton	Atividades Rítmicas e Expressivas	Basebol e Softbol
Basquetebol	Basquetebol 3x3	Boccia	BTT	Canoagem
Corfebol	Desportos Adaptados	Desportos Gímnicos	Escalada	Esgrima
Futebol de Praia	Futsal	Goalball	Golfe	Hipismo
Hóquei em Campo	Judo	Luta	Multiatividades ao Ar Livre	Natação
Orientação	Padel	Patinagem	Remo	Rugby
Skate	Surf	Taekwondo	Ténis	Ténis de Mesa
Tiro com Arco	Triatlo	Vela	Voleibol	Voleibol de Praia
Xadrez	DE Comunidade	DE Sobre Rodas	DE Escola Ativa	

2 FORMAÇÃO DE ALUNOS E PROFESSORES



Todos os projetos, ações e atividades associadas ao Desporto Escolar devem primar pela qualidade dos seus recursos humanos, quer ao nível da estrutura, quer ao nível de quem dirige as atividades no dia-a-dia. É determinante garantir um conjunto de ações, de carácter geral e específico, que visem o desenvolvimento de competências através da aquisição de novos métodos, técnicas e conhecimentos.

AÇÕES DIRIGIDAS À ESTRUTURA DO DESPORTO ESCOLAR

Aprofundamento da formação dos elementos da Estrutura do Desporto Escolar, em todos os quatro níveis de decisão (nacional, regional, local e escolar), no sentido da melhoria do desenvolvimento organizacional – Plano de Formação de Professores do DE.

PROFESSORES DO DESPORTO ESCOLAR

Desenvolvimento da formação de professores-responsáveis pelas atividades do Desporto Escolar nas escolas, no contexto de práticas de atividade interna e externa, esta última em linha com os referenciais consignados no Plano Nacional de Formação de Treinadores (Nível I).

- Ações de formação presenciais;
- Ações de formação à distância (e-learning e b-learning);
- Semana Nacional da Formação.

ALUNOS

Desenvolvimento da formação de alunos-dirigentes nas funções de apoio à gestão do Desporto Escolar, em geral, e de apoio aos clubes de Desporto Escolar, em particular;

Desenvolvimento da formação de alunos nas funções de juízes-árbitros de Desporto Escolar, aprofundando o Programa de Formação de alunos Juízes-Árbitros, em articulação com o movimento desportivo;

Ensino da utilização responsável do uso da bicicleta em contexto escolar, desportivo, recreativo e quotidiano, em simultâneo com a segurança e cidadania rodoviária, numa articulação com a Estratégia Nacional de Segurança Rodoviária 2021-2030 (integrado no DE Sobre Rodas).

Adicionalmente, é objetivo que os alunos se envolvam, cada vez mais, nas atividades do Desporto Escolar, para além do seu papel enquanto praticante (Eixo 4).

Neste sentido, o Eixo 2, formação de alunos e professores, contempla 3 públicos-alvo:

- Estrutura do Desporto Escolar
- Professores do Desporto Escolar
- Alunos.

3

CIDADANIA INCLUSÃO ÉTICA



O artigo 79.º da Constituição da República Portuguesa explicita que “todos têm direito à cultura física e ao desporto”. Para que todos efetivem este direito é determinante assegurar não apenas o acesso à prática, mas a proteção de todos os que já praticam.

Dando continuidade ao Programa do Desporto Escolar 2017-2021, no próximo quadriénio será efetuada uma clara aposta no papel social do desporto, promovendo a inclusão, a igualdade e os valores de ética e cidadania no desporto e com reflexo para a sua vivência em comunidade.

Sendo o desporto um direito de todos, a escola deve assegurar esse direito, garantindo que todos conseguem aceder e que ninguém é discriminando. A este nível, para além da garantia de inclusão de pessoas com deficiência, através do acesso ao desporto adaptado, é necessário garantir igualdade de participação entre rapazes e raparigas, e eliminar quaisquer fenómenos de racismo, bullying, xenofobia ou outras formas de violência no desporto.

INCLUSÃO NO E PELO DESPORTO

Serão reforçadas as condições para o desenvolvimento das atividades desportivas escolares inclusivas, com foco para a disponibilização de materiais de desporto adaptado e ações de formação para os professores.

Neste domínio será trabalhado junto da Federação Internacional de Desporto Escolar (ISF) a possibilidade de realização de uma nova edição dos ISF Inclusive Games.

Em articulação com a disciplina de educação física o Desporto Escolar irá também contribuir para o projeto I'mPOSSIBLE.

CIDADANIA E ÉTICA – TRANSMISSÃO DE VALORES NO E PELO DESPORTO

O desporto deve ser uma ferramenta para a assimilação e vivência de valores éticos necessários à construção de uma sociedade mais justa e equilibrada. O desporto ensina valores como a verdade, a cooperação, o respeito, a solidariedade, a tolerância, a interajuda, entre outros. Por outro lado, temos muitas vezes assistido a fenómenos, dentro do próprio desporto, em que estes valores são colocados em causa, com manifestações de praticantes e de adeptos contrárias à mensagem de *fair-play*, e de ética no desporto.

Sendo a comunidade escolar um potencial palco de mudança, em que os alunos de hoje serão os adultos da nossa sociedade de amanhã, deveremos incluir os mais novos nas mudanças de paradigma e no compromisso de alterar fenómenos contrários aqueles que queremos ver na sociedade, em geral, e no desporto, em particular.

Assim, para o quadriénio de 2021-2025 o Desporto Escolar irá dinamizar o “Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto”.

3

CIDADANIA INCLUSÃO ÉTICA



Este projeto representa um envolvimento de todos os alunos do Desporto Escolar, através da implementação de um compromisso coletivo e plural, construído e assumido pelos alunos, e, no caso das escolas com ensino secundário, assumido, também, por toda a comunidade educativa (incluindo professores e encarregados de educação). Este compromisso, construído de forma participada, deverá refletir os compromissos dos alunos em torno de valores éticos,

Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto

promovendo iniciativas que conduzam ao *fair-play* e à eliminação de fenómenos de violência no desporto.

O trabalho desenvolvido ao nível do Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto será valorizado nas candidaturas dos Agrupamentos de Escolas e Escolas não Agrupadas ao projeto DE+.

Para além deste novo projeto, o Desporto Escolar continuará a desenvolver as atividades do Programa Nacional para a Ética no Desporto, como por exemplo o cartão branco.

4 COGESTÃO CODECISÃO NA ESCOLA



A mais antiga premissa democrática é a da participação das pessoas nas decisões, nomeadamente naquelas que têm impacto direto sobre as suas vidas. A participação é um direito de todas as pessoas e as escolas têm um papel relevante na efetivação deste direito no caso das crianças e jovens. As associações lideradas por jovens, nomeadamente as associações de estudantes, são o espaço de excelência de participação cívica na mais tenra idade. É responsabilidade das instituições garantir um contexto amigo das crianças e jovens, respeitador das liberdades democráticas onde as pessoas, independentemente da sua idade, podem expressar-se livremente enquanto cidadãs e cidadãos de pleno direito.

A escola deve promover a participação dos alunos na tomada de decisão e na gestão do seu percurso académico, onde se incluem as atividades de complemento curricular como o Desporto Escolar. A codecisão e a cogestão constituem uma dinâmica intergeracional viva de democracia participativa, que pretende promover uma abordagem baseada numa reflexão conjunta e numa ação partilhada entre os jovens alunos e seus professores ou outros adultos.

A codecisão significa decisões estratégicas tomadas de forma consertada, através de consensos, entre os professores e alunos.

A cogestão significa reflexão conjunta e coprodução de resultados, baseadas na

partilha de responsabilidades, entre professores e alunos.

A promoção de um espírito democrático e de participação cidadã deve começar desde cedo, representando a escola uma oportunidade para que crianças e jovens sejam ativamente envolvidos nas decisões sobre todas as questões que lhes dizem respeito, com liberdade de expressão, acesso à informação e proteção contra a discriminação. No sentido de criar uma efetiva dinâmica de codecisão e cogestão, importa promover um diálogo, onde cada uma das partes tem voz igual, criando um espírito de colaboração e de respeito mútuo.

A participação das crianças e jovens nas decisões que os impactam aumenta o seu compromisso e sentido de responsabilidade. No sentido de garantir a ampla adesão dos alunos às atividades de Desporto Escolar, importa envolvê-los tanto no planeamento, como na execução, com direitos e deveres bem definidos e articulados de ambas as partes.

O Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021-2025 terá uma componente de valorização para este domínio de cogestão e de codecisão com os alunos, tendo as escolas autonomia para, de acordo com as suas características e comunidade, desenvolver os seus próprios projetos para este domínio.

As atividades desenvolvidas pelos Agrupamentos de Escolas e Escolas não Agrupadas neste eixo serão valorizadas no projeto DE+.

4 COGESTÃO CODECISÃO NA ESCOLA



EXEMPLOS DE PROJETOS NO EIXO 4

- Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto;
- Coorganização de atividades desportivas dentro das suas escolas;
- Reuniões regulares com os alunos tendo em vista o planeamento e execução das atividades;
- Codecisão e coorganização de atividades envolvendo a comunidade;
- Promover atividades com a sua comunidade;
- Valorização do voluntariado jovem nas competições desportivas;
- Aumento do envolvimento das associações de estudantes nas atividades do Desporto Escolar;
- Alunos como “dirigentes do clube do Desporto Escolar”;
- Articulação com o movimento associativo (desportivo e juvenil);
- Aluno embaixador do desporto escolar;
- Decisão de articulação do Desporto Escolar com outros projetos escolares:
 - Clubes de jornalismo – reportagens das atividades do Desporto Escolar;
 - Clubes de artes e/ou TIC – participação no desenvolvimento de imagem e de materiais de divulgação de atividades;
 - Iniciativas esporádicas (ex. organização de caminhadas para limpeza de praias ou florestas).

5 DESPORTO VERDE E SUSTENTÁVEL



Desenvolver as atividades desportivas com vista à transmissão de conhecimentos e valores que conduzam a ações que potenciem a sustentabilidade do nosso planeta é uma prioridade do Desporto Escolar.

Para que os professores possam potenciar a educação para um desporto verde e sustentável, sugerimos a consulta do Manual de Boas Práticas Ambientais no Desporto, uma iniciativa do Plano Nacional para a Ética no Desporto (Ferreira, 2015)

A educação dos valores olímpicos através do desporto – Excelência, Amizade e Respeito – deve ser potenciada como tendo uma enorme contribuição para a forma como os nossos alunos vivem em sociedade. Aplicar sempre estes valores no

quotidiano e, particularmente, na nossa relação com o planeta, contribui para potenciar a utilização dos recursos da Terra (excelência nas nossas ações), e para a sua sustentabilidade (respeito e amizade pelo meio ambiente).

São vários os projetos e medidas do Desporto Escolar que contribuem para a educação para a sustentabilidade, destacando-se algumas que serão elencadas no presente capítulo.

CFD DE MODALIDADES NÁUTICAS

O Mar faz parte da identidade dos Portugueses. Fernando Pessoa escreveu “Deus ao mar o perigo e o abismo deu, mas nele é que espelhou o céu.” Esta frase era válida para a época dos descobrimentos, mas também hoje

se aplica. Todos conhecemos os perigos do mar, e devemos educar os alunos para aprenderem a conviver com o mar em segurança, mas também todos reconhecemos a sua magnificência no contributo para a valorização económica, social e ambiental do nosso país.

O Desporto é uma das formas que mais tem contribuído para uma maior aproximação dos portugueses ao mar aos rios e às albufeiras. Em 2013 surgiram os primeiros Centros de Formação Desportiva, integrados na Estratégia Nacional para o Mar 2013-2020. Na nova Estratégia 2021-2030 os CFD voltam a ter um lugar de destaque nas seguintes áreas de intervenção (AI):

- AI2 - Educação, Formação, Cultura e Literacia do Oceano, sendo destacado o papel do desporto para a aproximação de crianças e jovens ao mar permitindo trabalhar competências associadas à literacia do oceano;
- AI8 - Turismo, Náutica de Recreio e Desporto, onde são destacados os desportos náuticos como um meio privilegiado para a consciencialização da sociedade relativamente à importância do meio marinho.

Todos os professores do Desporto Escolar devem potenciar a frequência dos alunos nos CFD de modalidades náuticas, promovendo a literacia do oceano e a sua sustentabilidade, integrado com outros projetos e programa educativos, como por exemplo, “A Escola Azul”.

5 DESPORTO VERDE E SUSTENTÁVEL



DE SOBRE RODAS

O projeto DE sobre Rodas surgiu, no seguimento da Estratégia Nacional para a

Para além de ensinarem os alunos a andar de bicicleta em segurança, os professores do Desporto Escolar devem promover a utilização da mesma enquanto meio de transporte limpo. As sessões com os alunos deverão transmitir conhecimentos que lhes permitam perceber como é que alguns meios de transportes mais poluentes podem contribuir para reduzir a sustentabilidade do nosso planeta, devendo, por isso, optar por meios de transportes amigos do ambiente.

Mobilidade Ativa Ciclável, enquanto projeto piloto no ano letivo de 2019-2020. Com o alargamento previsto para o presente quadriénio a todas as escolas públicas com 2.º ciclo, pretende-se contribuir para que a bicicleta, enquanto meio de

transporte limpo, possa ser dinamizada pelos mais novos, que serão os adultos de amanhã. Neste âmbito, durante os próximos 4 anos, serão distribuídas, por etapas, conjuntos de bicicletas a todas as escolas públicas com 2.º ciclo.

Fomentar a utilização de cantis e água da torneira em vez de garrafas de água de plástico (treinos e competições);

Planeamento adequado dos transportes para competições;

Incentivar que os duches, após a prática desportiva, sejam rápidos e sem desperdício de água;

Eliminar a utilização de materiais descartáveis em todas as refeições e promover a separação do lixo;

No planeamento de atividades como os campeonatos regionais e nacionais, procurar evitar o consumo e o desperdício de resíduos (materiais comunicacionais e de imagem como folhetos ou cartazes), privilegiando opções digitais;

Em atividades ao ar livre e na natureza, garantir a sua conservação e assegurar a manutenção de todos os espaços.

DE COMUNIDADE

O projeto DE Comunidade é uma das novidades para o quadriénio 2021-2025, sendo inúmeras as hipóteses que os professores poderão enquadrar no seu âmbito. Umas das possibilidades passa por desenvolver atividades que possibilitem interagir com os contextos envolventes à escola. São exemplos, grupos de caminhada ou de cicloturismo, que permitam explorar o meio ambiente local e promover formas de transporte ativo para curtas distâncias, como acontece dentro das comunidades.

REDUZIR A PEGADA ECOLÓGICA DO DESPORTO ESCOLAR

Todos os professores do Desporto Escolar e das estruturas nacional, regionais e locais devem efetuar um planeamento adequado das atividades desenvolvidas, com vista a promover a redução da sua pegada ecológica.

REDUZIR A PEGADA ECOLÓGICA DO DESPORTO ESCOLAR

Planejar é a chave para o sucesso



ENVOLVIMENTO DAS COMUNIDADES NO DESPORTO ESCOLAR

A visão da escola como parte integrante da sua comunidade local que promove o bem-estar e estilos de vida ativos e saudáveis, quer para alunos e restante comunidade escolar, quer para a comunidade em geral deve ser reforçado (Hardman, 2007). Neste sentido, deverão ser criadas oportunidades de partilha das instalações e recursos da escola com a sua comunidade.

Neste quadriénio são dadas orientações para que as escolas e as autoridades locais possam apresentar ofertas desportivas que envolvam a toda a comunidade educativa alargada (alunos, e famílias e pessoal docente e não docente).

Esta nova visão concorre para o objetivo do Governo de “colocar o país no lote das quinze nações europeias com cidadãos fisicamente mais ativos, na próxima década” (XXII Governo Constitucional, 2019), reconhecendo, ainda, a influência positiva de estilos de vida saudáveis da família nos mais novos (Xu, Wen, & Rissel, 2015).

O desenvolvimento deste projeto poderá ser efetuado no Nível I (ocasional) ou no Nível II (oferta regular).

ENVOLVIMENTO DO DESPORTO ESCOLAR NAS COMUNIDADES

Continuará a ser enfatizada a relevância de desenvolver as atividades do Desporto Escolar junto da comunidade. Este trabalho conjunto permite melhorar a oferta desportiva e, ao

mesmo tempo, trabalhando em parceria com autarquias ou com clubes locais, será possível aproximar a oferta ao que os jovens vão encontrar na sua comunidade, quando não estão na escola ou quando terminarem o seu percurso escolar.

Assim, o Desporto Escolar deve adequar-se aos contextos de cada escola, a qual faz parte integrante de uma comunidade, com características e ofertas próprias.

Neste sentido, continuará a ser valorizado o projeto DE Territórios, para clubes que promovam estas parcerias e dinâmicas locais, não sendo esta bonificação de tempos letivos acumulável com outros projetos, como por exemplo, o DE+ ou o Nível III.

A articulação com o território faz-se com uma estratégia conjunta com os parceiros, que permita uma melhor organização e rentabilização da oferta desportiva, com base nos diferentes âmbitos de intervenção e responsabilidade, quer nas atividades e na gestão e acessibilidade das instalações desportivas, quer na gestão dos recursos humanos, através da implementação de redes com o movimento associativo local, regional e nacional.

Assim, o Desporto Escolar deve estar assente numa política de complementariedade com o subsector federado e com o autárquico, promovendo o aumento da prática desportiva, quer em número de praticantes, quer na qualidade da oferta.

1 + DESPORTO + ATIVIDADE FÍSICA

INTEGRAÇÃO DAS MEDIDAS E PROJETOS AOS SEIS EIXOS DO DESPORTO ESCOLAR

2 FORMAÇÃO DE ALUNOS E PROFESSORES

Eixos

Medidas / Projetos

1 2 3 4 5 6

Projetos complementares



Torneios interturmas (com cogestão de alunos)



Outras atividades internas (gerais)



Dia Europeu do Desporto na Escola



Centros de Formação Desportiva



DE Comunidade



DE Sobre Rodas



DE Escola Ativa



DE Competição (não federados)



DE Competição - quadros competitivos conjuntos



Desporto inclusivo / desporto adaptado



Plano de formação de recursos humanos (estrutura DE e professores)



Formação de professores do DE (incluindo semana da formação)



Plano de formação de alunos-dirigentes



Programa de formação de alunos juízes-árbitros



Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto



Cartão branco



Articulação com outros projetos escolares (não desportivos)



Reducir a pegada ecológica do Desporto Escolar



DE Territórios



DE +



3 CIDADANIA INCLUSÃO ÉTICA

5 DESPORTO VERDE E SUSTENTAVEL

6 ENVOLVIMENTO DAS LINHAS COMUNICADORES

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



OBJETIVOS OPERACIONAIS E ESTRATÉGICOS DO PROGRAMA DO DESPORTO ESCOLAR 2021-2025

Indicadores	2022/23	2024/25
OE1. Contribuir para que o DE se constitua como uma verdadeira base da pirâmide desportiva nacional		
OO1.1. Garantir a oferta competitiva de diversas modalidades desportivas desde o 2.º ciclo até ao final do ensino secundário;	n.º de alunos a participar em competições DE (Nível I e II)	500.000 800.000
OO1.2. Garantir a participação em eventos internacionais desportivos escolares;	n.º Modalidades com quadros competitivos conjuntos	5 8
OO1.3. Continuar a promover a prática de modalidades tecnicamente complexas através dos CFD;	% de formações DGE certificadas para formação continua (IPDJ)	80% 90%
OO1.4. Garantir o acesso a competições ao longo de todo o ano letivo;	N.º médio de competições por GE	6 8
OO1.5 Promover a existência de quadros competitivos conjuntos (DE e federado);		
OO1.6. Garantir a dupla certificação de formação continua (IPDJ);		
OO1.7. Promover o acesso de professores de EF à componente específica de formação de treinadores, através de uma articulação com as federações desportivas.		
OE2. Contribuir para o cumprimento das recomendações de AF através do aumento o n.º de alunos nas atividades de Nível I do DE		
OO2.1. Promover da atribuição de créditos da componente não letiva para os professores coordenadores dos CDE e professores do DE, pelas das direções dos estabelecimentos escolares (valorização DE+);	% de escolas participantes em +2 projetos complementares	60 70
OO2.2. Diversificar a oferta e a regularidade das atividades de Nível I (ex. DE Escola Ativa, DE Sobre Rodas, DE Comunidade, promoção dos CFD, etc.);	n.º de estabelecimentos escolares DE Escola Ativa, DE sobre rodas ou DE comunidade no Nível I	300 500
OO2.3. Organizar competições de âmbito nacional para as equipas e alunos participantes nas atividades de nível I;	n.º de alunos em projetos complementares – fase escola	400.000 600.000
OO2.4. Promover o dia europeu do desporto na escola.		

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



OE3. Contribuir para a prática desportiva competitiva através do aumento o n.º de alunos nas atividades de Nível II e Nível III do DE



OO3.1. Articulação com o movimento associativo, autárquico e federado (valorização do DE sobre rodas);

n.º de alunos em GE Nível II	175.000	200.000
------------------------------	---------	---------

OO3.2. Diversificação da oferta desportiva escolar (possibilitando, entre outros, que existam atividades não competitivas de Nível II);

N.º alunos em CFD (regulares)	3500	4000
-------------------------------	------	------

OO3.3. Generalizar o acesso à prática de modalidades tecnicamente complexas;

n.º de estabelecimentos escolares com GE de DE Escola Ativa, DE sobre rodas ou DE comunidade	300	500
--	-----	-----

OO3.4. Garantir a eficácia dos procedimentos de monitorização das atividades dos CDE.

OE4. Garantir a prática efetiva de atividades do DE



OO4.1. Promover a articulação horária entre professores, alunos e instalações desportivas, privilegiando os horários de treinos em horários fora das aulas (valorização DE+);

% de estabelecimentos monitorizadas/ano (presencial)	100	100
--	-----	-----

OO4.2. Garantir a eficácia e estandardização dos procedimentos de monitorização das atividades dos CDE;

n.º de estabelecimentos monitorizadas/ano (online)	100	300
--	-----	-----

OO4.3. Melhorar os sistemas de informação e de monitorização;

Aplicação informática	-	sim
-----------------------	---	-----

OO4.4. Criação de um sistema de indicadores do DE;

OO4.5. Desenvolver aplicação informática do DE;

OE5. Contribuir para a saúde e bem-estar dos jovens



OO5.1. Garantir a oferta de prática efetiva de DE;

% estabelecimentos escolares a usar FITEscola®	70	85
--	----	----

OO5.2. Promover a utilização massiva do FITEscola®;

OO5.3. Articular o DE com projetos da Saúde Escolar.

OO5.4. Articular o DE com Educação para a Cidadania;

OO5.5. Criar orientações nacionais para o DE sobre atividade física e saúde (incluída no plano de formação de professores do DE).

Orientações Nacionais	Sim	Sim
-----------------------	-----	-----

OE6. Aumentar as oportunidades de formação e atualização de conhecimentos dos professores do DE



OO6.1. Dinamizar ações de formação de professores: treino e gestão desportiva;

n.º de professores formandos	2000	4000
------------------------------	------	------

OO6.2. Dinamizar ações de formação e webinars sobre novo programa DE 2021-2025 (Estratégias para implementação).

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



OE7. Promover a participação de alunos em funções distintas (além da de praticante), num processo de maior autonomia, participação, codecisão e cogestão



- OO7.1.** Realização de ações de formação de alunos-juízes/árbitros e dirigentes;
- OO7.2.** Aumentar o n.º de alunos com funções de apoio ao DE voluntários;
- OO7.3.** Promover o envolvimento das associações de estudantes nas atividades do DE;
- OO7.4.** Colaborar com outros clubes escolares na organização de atividades de DE;
- OO7.5.** Promover a relação com o movimento associativo local (desportivo e juvenil).

n.º de alunos formandos	9000	19000
% de alunos com funções de apoio	40	60
% de CDE com colaborações com outros clubes escolares.	25	50
n.º de AE com envolvimento nas atividades DE	40	60

OE8. Promover o DE pela comunidade escolar



- OO8.1.** Reforçar a articulação entre o Desporto Escolar e o desenvolvimento curricular;
- OO8.2.** Promover atividades no âmbito do DE comunidade.

n.º de estabelecimentos escolares com DE comunidade	300	500
---	-----	-----

OE9. Promover a inclusão de todos os alunos em todas atividades do DE



- OO9.1.** Garantir a oferta de desportos adaptados nos níveis I, II e III;
- OO9.2.** Garantir a oferta competitiva de desportos adaptados;
- OO9.3.** Promover a realização periódica de Jogos Desportivos Escolares internacionais;
- OO9.4.** Promover a inclusão de alunos com deficiência através da oferta de atividades desportivas integradas (alunos com e sem deficiência nos mesmos GE).

% de atividades nacionais com modalidades de desporto adaptado	60	80
N.º alunos em desportos adaptados	7500	8500

OE10. Garantir a igualdade de género no DE



- OO10.1.** Aumentar a participação feminina;
- OO10.2.** Aumentar a participação masculina em desportos mais procurados por raparigas (ex. ginástica e voleibol)
- OO10.3.** Aumentar o n.º de GE e de atividades competitivas mistas

% raparigas no GE	50	50
n.º de modalidades com quadros competitivos mistos no escalão de infantis	5	10

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



OE11. Promover o espírito desportivo e o fair-play



OO11.1. Promover o Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto;

OO11.2. Incluir a matérias de ética nas ações de formação de professores e alunos;

OO11.3. Incentivar a do "cartão branco" na arbitragem das competições;

OO11.4. Promover a atribuição de prémios de espírito desportivo.

n.º de estabelecimentos escolares com Compromisso de Crianças e Jovens para a Ética no Desporto	300	600
---	-----	-----

OE12. Promover a sustentabilidade no e pelo desporto



OO12.1. Promover a mobilidade ciclável através do DE Sobre Rodas;

OO12.2. Promover a educação ambiental, com ênfase para a importância do mar, rios e oceanos em articulação com a Estratégia Nacional para o Mar através dos CFD Náuticos;

OO12.3. Reduzir a pegada ecológica das atividades do DE;

OO12.4. Desenvolver parcerias com entidades no âmbito da sustentabilidade ambiental e desperdício ambiental.

% de competições nacionais com plano de redução da pegada ecológica	100	100
% de competições locais e regionais com plano de redução da pegada ecológica	50	70
n.º de sessões educativas anuais sobre sustentabilidade / centro (CFD ou DE sobre rodas)	5	15

OE13. Promover a articulação do DE com o desporto federado



OO13.1. Desenvolver planos estratégicos de modalidades desportivas com as respetivas federações;

OO13.2. Realizar diagnósticos das situações desportivas territoriais, promovendo a alocação de tempos letivos em função deste.

OO13.3. Promover quadros competitivos diferenciados

n.º de modalidades com plano estratégico	5	10
n.º Modalidades com quadros competitivos diferenciados	5	8

OE14. Promover o DE junto dos encarregados de educação



OO14.1. Melhorar a comunicação com os encarregados de Educação (EE)

OO14.2. Desenhar um plano de comunicação do DE para encarregados de educação

OO14.3. Dinamizar o projeto DE comunidade

% de estabelecimentos escolares DE comunidade com EE a participar	50	75
Plano de comunicação EE nacional	Não	Sim

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



OE15. Promover o envolvimento do DE com a comunidade



OO15.1. Desenvolver protocolos, programas e projetos de cooperação, a nível nacional, regional e local;

OO15.2. Valorizar o estabelecimento de protocolos, programas e projetos de cooperação a nível de escola

OO16.1. Dinamizar o projeto DE comunidade

n.º de protocolos nacionais	5	8
n.º de protocolos regionais/locais	25	50
% de escolas com protocolos	30%	40%
n.º de estabelecimentos escolares com DE comunidade	150	500

OE16. Promover a dinamização da marca “Desporto Escolar”



OO16.1. Dinamizar das atividades DE

OO16.2. Realizar e publicação de estudos sobre os fatores de desenvolvimento do DE e sobre o desenvolvimento das modalidades desportivas

Magazine DE	Sim	Sim
n.º de estudo DE/ano	1	1

OE17. Desenvolver as competências de gestão dos técnicos da Estrutura do Desporto Escolar



OO17.1. Realizar de ações de formação dos elementos da Estrutura nacional, regional e local do Desporto Escolar

N.º total de horas de formação por elemento da Estrutura.	50	100
---	----	-----

Abreviaturas: OE – objetivo estratégico; OO – objetivo operacional; AF – atividade física; DE – Desporto Escolar, GE – grupo-equipa; CDE – clube do DE; CRDE – coordenações regionais do DE; CLDE – coordenações locais do DE.

- Contribui para Eixo 1: +desporto | +atividade física;
- Contribui para Eixo 2: Formação de alunos e professores;
- Contribui para Eixo 3: Cidadania, Inclusão e ética;
- Contribui para Eixo 4: Cogestão e codecisão na escola;
- Contribui para Eixo 5: Desporto verde e sustentável;
- Contribui para Eixo 6: Envolvimentos das | nas comunidades

2021
2025

PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



ARTICULAÇÃO DO PROGRAMA DE DESPORTO ESCOLAR COM OUTRAS ESTRATÉGIAS E PLANOS NACIONAIS

EDUCAÇÃO

- Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória
- Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania
- Plano 21|23 Escola+
- Programa Nacional de Promoção do Sucesso Escolar
- Escola a Tempo Inteiro
- Plano Nacional de Ética no Desporto
- Plano Nacional de Desporto para Todos
- PRR - Sistema Universal de Apoio à Vida Ativa
- Plano Nacional para a Juventude

OUTRAS ÁREAS GOVERNATIVAS

- Estratégia Nacional para a Inclusão das Pessoas com Deficiência
- Estratégia Nacional para o Mar (2021-2030)
- Estratégia Nacional para a Mobilidade Ativa Ciclável 2020-2030
- Estratégia Nacional de Segurança Rodoviária (2021-2030)
- Estratégia Nacional de Educação Ambiental
- Plano Nacional de Combate ao Racismo e à Discriminação
- Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não Discriminação (2018-2030)
- Plano de Ação de combate à discriminação em razão da Orientação sexual, Identidade e Expressão de género e das Características sexuais
- Estratégia para a Coesão Territorial
- Estratégia Portugal 2030

2021-2025 PROGRAMA ESTRATÉGICO DO DESPORTO ESCOLAR



REFERÊNCIAS

- Conselho da União Europeia. (2021). Conclusions of the Council and of the Representatives of the Governments of the Member States meeting within the Council on Strengthening the multilevel governance when promoting the participation of young people in decision-making processes. *Jornal Oficial da União Europeia*.
- Ferreira, F. (2015). *Manual de boas práticas no desporto - Ética Ambiental*. PNED - IPDJ.
- Hardman, K. (2007). *Current situation and prospects for physical education in the European*. Bruxelas: Parlamento Europeu.
- Marques, A., Ekelund, U., & Sardinha, L. B. (2016). Associations between organized sports participation and objectively measured physical activity, sedentary time and weight status in youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*. doi:10.1016/j.jsams.2015.02.007
- 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://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf
- Recursos FITEscola. (2016). *Especialização desportiva precoce - conquistar medalhas ou conquistar habilidades abrangentes*. Obtido em 25 de junho de 2021, de http://recursos.fitescola.dge.mec.pt/wp-content/uploads/2015/05/desporto_05.pdf
- WHO. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: WHO.
- Xu, H., Wen, L. M., & Rissel, C. (2015). Associations of Parental Influences with Physical Activity and Screen Time among Young Children: A Systematic Review. *Journal of Obesity*. doi:10.1155/2015/546925
- XXII Governo Constitucional. (2019). Programa do XXII Governo Constitucional 2019-2023 (<https://www.portugal.gov.pt/pt/gc22/comunicacao/documento?i=programa-do-xxii-governo-constitucional>). Portugal.