

Programas de «Educação Física» para o Jardim da Infância e Escola Primária, Secundária, Comercial e Superior

MARIA JACY NOGUEIRA VAZ

e

CECILIA STRAMANDINOLI

Com muita felicidade diz Lourenço Filho que “na verdade não se pode hoje falar de uma Educação Física, de uma Educação Moral e de uma Educação Intelectual, como se fossem coisas distintas, completamente separadas. Se, de um lado, aspectos particulares e necessidades materiais de instalação podem exigir didática de aulas e exercícios, por outro lado, nenhum educador o sera, de fato, se não tiver presente a unidade do ser humano e as mútuas interdependências dos estímulos ou influências educativas, dirijam-se elas ao corpo, à inteligência ou aos sentimentos”.

E' essa concepção unitária de Educação, é essa inseparabilidade do espírito e do corpo na formação da inteligência e dos costumes humanos, que devem presidir à organização dos programas de Educação Física, afim de que esta, intimamente ajustada à Escola, possa cooperar eficazmente para o aperfeiçoamento físico, o aprimoramento da inteligência, a orientação do caráter, a estimulação do zelo, o desenvolvimento da vontade e da personalidade do educando. A judiciosa elaboração desses programas exige, então, que sejam respeitadas não só as características bio-psicológicas do indivíduo, nas diferentes fases de sua evolução, como os ideais, que decorrendo das concepções filosóficas dominantes, vivificam o trabalho da Escola.

Foram os conhecimentos da Biologia e da Psicologia que levaram a moderna Pedagogia a estruturar o sistema escolar vigente de tal modo que acompanhe de perto os mais destacados períodos dessa evolução, já que o educando apresenta, em cada um deles, capacidade e interesses diferentes.

Esses períodos, em sua ordem de sucessão são:

- 1.^a — Infância — 0 a 4 anos — Escola Maternal
- 2.^a — Infância — 4 a 7 anos — Jardim de Infância
- 3.^a — Infância — 7 a 13 anos — Escola Primária

Adolescência — 12 a 18 anos — Escola Secundária (ginasial, normal, comercial e técnico-profissional).

Juventude — 18 a 25 anos — Universidade .

PERÍODO DE 4 A 7 ANOS — JARDIM DE INFANCIA

A criança neste período gosta de rolar, chutar, puxar, empurrar, correr, saltar pendurar-se, descer, subir, manter-se, enfim, em atividade constante e variada. Observa-se ainda uma acentuada preferência para imitar a marcha e vozes dos animais, o vôo dos pássaros, os movimentos da natureza e para dramatizar as atividades domésticas e profissionais do meio em que vive.

A necessidade do jogo foi bem compreendida por Groos, quando diz: — “Os animais e as crianças não brincam porque são jovens, mas são jovens para brincar”.

O desenvolvimento mental, segundo a classificação de Luckey, se acha no estado volitivo (crescimento dos músculos; o exercício que estes exigem converte o menino em um ser dramático, em um animal ativo).

O pensamento infantil se encontra na fase pré-lógica, oscilando a realidade entre dois planos — o do mundo do brinquedo e o do mundo exterior; é a fase do egocentrismo, de esquemas sincréticos, do raciocínio transdutivo. A mentalidade infantil é, além disso, dominada pelo princípio de participação.

Os interesses neste período, segundo a classificação de Claparède, encontram-se no estado de aquisição, na fase dos interesses gerais, quando a criança se mostra inteiramente preocupada em saber a origem, a constituição, a utilidade e a finalidade de tudo que percebe. E' a idade bem conhecida das perguntas, a época dos “porquê”, e a curiosidade infantil deve ser explorada pelo educador para fins utilitários e idealistas.

Nesta fase a tendência instintiva de imitar é muito acentuada e o individualismo predomina.

Os grandes movimentos a atraem; sente grande alegria em executar as atividades da vida e o movimento constitui uma fonte de prazer.

O programa de atividades, recomendado para este período foi elaborado atendendo as características acima apresentadas.

Jardim
de
Infância
(4 a 7 anos)

- 1 — Exercícios naturais
- 2 — Exercícios em aparelhos (os existentes nos parques infantis)
- 3 — Atividades rítmicas a) — Ginástica Rítmica

- b) — Dança Natural } — imitativa
 } — expressionista
 } — descritiva
- c) — Dança Regional ou rodas cantadas.

- 4 — Pequenos jogos
- 5 — “Contests” elementares
- 6 — “Acrobacias educativas” fáceis
- 7 — Exercícios analíticos.

PERÍODO DE 7 A 12 ANOS — ESCOLA PRIMÁRIA

Este período, na classificação do Dufestel, é considerado o da Grande Infância.

O pensamento infantil entra, pouco a pouco, na fase lógica; a realidade se define por um certo predomínio do plano objetivo sobre o do brinquedo; o egocentrismo e seus efeitos tendem a desaparecer para dar lugar ao sentimento de devoção ao grupo.

Os interesses especiais, segundo Claparède, são variados e numerosos e vão se diferenciando nos dois sexos. É a época, por exemplo, nas meninas, do brinquedo de boneca e nos meninos, das coleções dos objetos mais diferentes. Os meninos preferem os jogos violentos e os exercícios de habilidade e força, em oposição às meninas.

Permanecem a imitação e a curiosidade. Amam a aventura, a caça, a corrida. Interessam-se pelas habilidades e sentem prazer no desafio. A tendência gregária

e a cooperação já permitem a satisfação pelo sucesso do grupo. Já são capazes de prestar obediência às regras do jogo, pela necessidade de melhor adaptação à esfera social, afastando-se do egocentrismo do período anterior. O poder criador manifesta-se acentuadamente, embora de forma rudimentar, especialmente na reprodução de cenas da vida real.

Observa-se, mais para o fim deste período, um sensível aumento da coordenação motora.

Em síntese, a educação no Jardim da Infância e na Escola Primária deve ser ativa, pondo constantemente em foco a iniciativa da criança, seus entusiasmos, seus impulsos espontâneos, sua vontade, e estar toda ela profundamente imbuída da concepção funcional da infância, cuja utilidade, necessidade e dignidade devem ser respeitadas, tal como o desejou a natureza.

É o seguinte o programa de atividades previsto para este período:

Escola Primária (7 a 12 anos)	}	1 — Exercícios naturais	}	-- imitativa -- expressionista -- descritiva -- interpretativa -- rodas cantadas -- danças regionais.	
		2 — Exercícios em aparelhos (os existentes nos parques infantis)			
		3 — Pequenos jogos			
		4 — "Contests" elementares			
		5 — Grandes jogos			a) — Ginástica Rítmica
		6 — Atividades rítmicas:			b) — Dança Natural:
					c) — Dança Regional
					7 — "Acrobacias educativas", fáceis
8 — Exercícios analíticos.					

Observação — O sexo masculino, a partir aproximadamente dos 8 anos terá participação nas danças regionais, de preferência, em classes mistas.

minúcia de movimentos são as preferidas pelo sexo feminino; os trabalhos livres que requerem elaboração mental e que redundam em produtividade são os preferidos pelo sexo masculino.

PERÍODO DE 12 a 18 ANOS — ESCOLA SECUNDÁRIA

Período que alcança a adolescência que compreende não somente a puberdade mas, também, grande parte da juventude, fase de notáveis transformações fisiológicas e psicológicas, alterações de conduta e mudanças morfológicas.

O adolescente não tem a franqueza e a confiança da criança. A reserva é o traço mais visível que anuncia esta fase da vida. Apresenta um profundo sentimento de responsabilidade e, em alto grau, o espírito de cooperação.

É o período dos interesses sociais e éticos, em que o indivíduo se define em relação à coletividade. Esses interesses detêm-se, não raro, em volta da pintura, música, obras de beneficência, associações de todo gênero.

Neste período o indivíduo tem pela beleza física uma grande admiração, assim como um ideal de saúde, estando sempre pronto a desenvolver hábitos higiênicos. Manifesta um grande interesse pela competição e pela "performance".

As atividades que exigem aplicação, delicadeza e

As atividades previstas para a Escola Secundária são as seguintes:

SEXO FEMININO

Escola Secundária (12 a 18 anos)	}	1 — Exercícios naturais	}	-- imitativa -- expressionista -- descritiva -- interpretativa -- decorativa -- simbólica -- satírica	
		2 — Educativos			
		3 — Exercícios analíticos			a) — Ginástica Rítmica
		4 — Atividades rítmicas:			b) — Dança Natural
		5 — "Contests"			c) — Dança Regional
		6 — Grandes jogos			d) — Dança de Salão
		7 — Atividades desportivas			
		8 — "Acrobacias educativas" médias			
		9 — Excursões			

SEXO MASCULINO

Escola Secundária (12 a 18 anos)	}	1 — Exercícios naturais
		2 — Educativos
		3 — Exercícios analíticos
		4 — "Contests"
		5 — Grandes jogos
		6 — Atividades desportivas
		7 — "Acrobacias educativas" médias
		8 — Excursões.

ESCOLA SUPERIOR

Os interesses nas atividades de Educação do fim da Escola Secundária são geralmente os mesmos que irão dominar na Escola Superior e até na maturidade.

Neste período as preferências dos dois sexos são provavelmente mais semelhantes que em qualquer outro, exceto na primeira infância. Devem ser ensinados todos os desportos que as moças e rapazes praticarão durante

o resto da vida: voleibol, tenis, natação, remo, basquetebol, etc.

O prazer instintivo do jogo allado ao ideal de saúde, força, destreza, para os rapazes, o sentimento de prazer, do ritmo, da beleza, da harmonia e a satisfação das atividades em grupo, para as moças, constituirão poderoso incentivo para que uns e outros perseverem na prática dos exercícios físicos.

SEXO FEMININO

Escola Superior (18 anos em diante)	1 — Exercícios analíticos 2 — Educativos 3 — Atividades rítmicas . . . 4 — Atividades desportivas 5 — Excursões	a) — Ginástica Rítmica b) — Dança Natural . . . c) — Dança Regional d) — Dança de Salão	— imitativa
			— expressionista
			— descritiva
			— interpretativa
			— decorativa
			— simbólica
			— satírica

SEXO MASCULINO

Escola Superior	1 — Exercícios analíticos
	2 — Educativos
	3 — Atividades desportivas
	4 — Excursões

Os programas acima expostos são frutos de nossa experiência na Escola Nacional de Educação Física e Desportos e não pretendem ser a última palavra sobre o assunto.