



# Remo na escola

Um projeto da Escola Básica e Secundária Sidónio Pais,  
em parceria com o Sporting Club Caminhense e a Câmara Municipal de Caminha

*Considerando que a participação pública no desporto é um direito fundamental do cidadão reconhecido na Constituição da República Portuguesa* (alíneas 1 e 2, do art.º 79º),

O projeto “**Remo na escola**” surge, em **maio de 2013**, enquanto **reforço da prática desportiva** como “*fator de saúde, fator de promoção da juventude e fator de educação*” (Pires, 1996), consolidando-se no ano letivo de 2013/2014.

*Considerando o elevado valor educativo que o Remo, como modalidade desportiva de grande implantação local, pode assumir na formação dos jovens do Concelho,*

foi celebrado um **protocolo de colaboração** entre a Escola Básica e Secundária Sidónio Pais e o Sporting Club Caminhense (SCC).



# \* Sporting Club Caminhense

A sede do SCC situa-se no centro histórico de Caminha e a secção de remo funciona num pavilhão localizado na margem do rio Minho.



**Sede do Sporting Club Caminhense**



**Hangar**

É entendimento dos órgãos da direção que um projeto desta natureza só traz benefícios ao clube.

***Considerando que o Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas Sidónio Pais (AESP) se propõe “Reforçar a valorização das áreas das expressões artísticas, físicas e desportivas como fator de desenvolvimento da cultura popular, do sentido estético e de manutenção de estilos de vida saudáveis”,***

- O AESP reconhece e valoriza a prática desportiva regular em meio escolar como estratégia de promoção do sucesso educativo e de estilos de vida saudáveis.
- O remo é considerado a modalidade desportiva mais emblemática de Caminha.
- Na fase de implementação, não foi possível integrar a modalidade no Projeto de Desporto Escolar. Os grupos/equipa já estavam formados.
- Como alternativa, colocou-se a possibilidade da modalidade fazer parte do currículo de Educação Física no 3º Ciclo do Ensino Básico (CEB).
- O número de alunos abrangidos por esta opção é superior.

As autarquias locais constituem um dos pilares fundamentais do desenvolvimento desportivo nacional e regional.

FDPS (2007:56)



*Edifício da CMC*

*Considerando que a Câmara Municipal de Caminha, na sua área de intervenção, está muito empenhada no desenvolvimento da náutica em geral e do remo em particular no concelho,*

a parceria com o Município de Caminha revelou-se imprescindível para a concretização do projeto. A autarquia teve uma intervenção ativa ao assegurar o transporte dos alunos, otimizando a prática regular e organizada da atividade.

***Considerando que o Sporting Club Caminhense, na sua área de formação, está muito empenhado na divulgação/formação da modalidade de Remo,***

O grupo de Educação Física respondeu de forma positiva à proposta de cooperação, integrando a modalidade na planificação dos conteúdos programáticos do 3º CEB e refletindo sobre as componentes (objetivos, estratégias e avaliação) da ação pedagógica, em função do público alvo, para que o processo de ensino e aprendizagem se efetivasse com sucesso.

Nasce, assim, o projeto de Remo na Escola, em Caminha que envolve o Agrupamento de Escolas Sidónio Pais, SCCaminhense e o Município de Caminha.

No ano letivo de 2013/2014, participaram  
251 alunos dos 7º, 8º e 9º anos.



# Turma do 9º ano da EB/S Sidónio Pais



**Considerando que a modalidade de Remo faz parte dos conteúdos programáticos e, conseqüentemente, da planificação dos 2º e 3º CEB, elaborada pelos professores de Educação Física da EB/S Sidónio Pais para o ano letivo de 2014/2015.**

No primeiro ano:

- os professores assistiram a uma pequena preleção sobre o SCC e a sua história, ministrada pelo treinador e formador do clube, João Pinto. Foram visionados alguns filmes sobre remo.
- Esta ação revelou-se insuficiente. Deverá ser aprofundada no futuro.
- O SCC cedeu em suporte digital algum material vídeo para ser trabalhado nas de aulas de Educação Física.



Durante 5 semanas, nas aulas de 90´ minutos de EF, os alunos deslocaram-se no transporte do Município até ao hangar do SCC.

Um Técnico/Monitor do clube orientou os alunos na aprendizagem de matérias curriculares específicas ao remo, transmitindo conhecimentos básicos sobre a modalidade, tais como a técnica do remo, tanto nos ergómetros (remo Indoor), como no tanque de remo (simulador de um barco).

A atividade foi sempre acompanhada pelo professor de Educação Física da turma.

Os alunos passaram pelos ergómetros rotativamente, em pequenos grupos, o que lhes permitiu:

- experimentar e aprender a técnica da remada nas duas situações (tanque e ergómetro);
- e, simultaneamente, vivenciar os benefícios físicos, psíquicos e sociais que esta modalidade proporciona.



A atividade estendeu-se demasiado no tempo, uma vez que só se deslocava uma turma de cada vez ao hangar, num total de 13 turmas.



Sessão de demonstração

Os alunos visitaram as instalações do Clube e observaram com interesse as embarcações que pertencem à frota do SCC.



Os professores colaboraram com o técnico do clube na distribuição dos alunos pelos dois espaços.



Quando no grupo turma existia um aluno/remador, este era aproveitado para exemplificar a remada, tornando-se uma mais valia na demonstração.



Ao fim da segunda semana, os alunos já eram capazes de:

- participar em pequenas competições de ergómetro;
- remar no tanque, com remada cadenciada ou simulando uma embarcação.



# O monitor do clube acompanhou integralmente a atividade



# Integração dos Alunos da Educação Especial

A inclusão dos alunos com Necessidades Educativas Especiais nesta atividade foi muito bem sucedida.

Tal como os restantes colegas, também eles puderam exercitar-se no Tanque e no Ergómetro.



Na escola, no segmento de tempo de 45', e aproveitando situações de piso escorregadio nos dias de chuva, foram visualizados alguns filmes sobre o remo, com especial incidência nos últimos campeonatos nacionais em que o clube participou.

No terceiro período, o SCC disponibilizou, durante algumas horas, dois ergômetros que foram colocados no Polivalente da Escola, espaço central de convergência dos alunos.

Rotativamente, os alunos passaram pelos aparelhos durante os intervalos e mostraram muito interesse. Foi um verdadeiro êxito.

# Alterações para o ano letivo 2014/2015

- Na **gestão do tempo**, os professores de Educação Física consideram excessivas as 5 semanas para a atividade desenvolvida, pelo que propõem a **redução do período de tempo** destinado às aulas de Remo.
- No ano letivo de 2014/2015, foram agendadas 4 semanas, decorrendo a última nas instalações da Escola-sede com os ergómetros do Clube.
- Nesta sessão, os alunos competirão entre si. Além de os estimular, a atividade tem por objetivo avaliar as suas competências.
- **Alargamento da atividade** aos alunos dos 5º e 6º anos de escolaridade.

## **Neste sentido, o Sporting Club Caminhense compromete-se a:**

- **Apoiar, com um técnico devidamente credenciado** na modalidade Remo, as aulas de Educação Física, durante quatro blocos de noventa minutos.
- **Colocar** na Escola-sede, a título de empréstimo e de promoção da modalidade, **três ergómetros**, assim como o **respetivo técnico**, nas primeiras 4<sup>a</sup> feiras de cada mês.
- **Assegurar o enquadramento espacial e material adequados**, bem como a **formação da componente técnica específica** da modalidade.

## A Câmara Municipal de Caminha compromete-se a:

- Apoiar, com um técnico/monitor devidamente credenciado na modalidade Remo, as aulas de Educação Física, durante quatro tempos de noventa minutos;
- Assegurar, em três blocos de noventa minutos, o transporte dos alunos, nas viagens de ida e de volta, para o posto náutico do SCC a partir da Escola, a fim de participarem nas sessões de formação do Remo.

## **A Escola Básica e Secundária Sidónio Pais compromete-se a:**

- Permitir a frequência das turmas dos 2º e 3º CEB durante quatro blocos de noventa minutos, devidamente acompanhadas pelo respetivo professor de Educação Física, nas **sessões de formação de Remo**, realizadas nas instalações náuticas do SCC.
- **Assegurar** que qualquer acidente eventualmente sofrido pelos alunos, em consequência da prática das aulas de Remo, se encontre coberto pelo **Seguro Escolar**;
- **Apoiar o técnico do SCC** durante o período de formação.

O desporto como uma cultura universal é um bem da humanidade, é preciso olhá-lo como algo a que todos têm direito e querem aceder. Tal obriga a repensá-lo (...).”

Cunha, (1997:109)

Em jeito de conclusão, é importante referir o **elevado grau de satisfação** dos alunos e a **mais valia** das sessões de Remo na **formação integral** dos jovens.

O Projeto Remo na Escola torna-se **fator de progresso** e de **desenvolvimento do REMO** no nosso concelho.

Este projeto está aberto a eventuais alterações consideradas importantes para ambas as partes, de forma a **melhorar o processo** e as **condições de acesso** à prática da modalidade.

## **BIBLIOGRAFIA**

**Pires, G. (1996). *Desporto e Política. Paradoxos e Realidades*. Edição: O Desporto, Lisboa.**

**Fórum do Desporto da Península de Setúbal (2007). *A estratégia de desenvolvimento desportivo da região de Setúbal*. Associação de Municípios da Região de Setúbal.**

**Cunha, L. (1997). *O Espaço, o Desporto e o Desenvolvimento*. Edições FMH, Lisboa.**