

Conclusões do Conselho sobre a promoção das competências motoras e das atividades físicas e desportivas das crianças ⁽¹⁾

(2015/C 417/09)

O CONSELHO DA UNIÃO EUROPEIA E OS REPRESENTANTES DOS GOVERNOS DOS ESTADOS-MEMBROS

I. RECORDANDO O CONTEXTO POLÍTICO APRESENTADO EM ANEXO, ASSIM COMO O QUE SE SEGUE:

1. As conclusões do Conselho de 27 de novembro de 2012 sobre «a promoção das atividades físicas benéficas para a saúde (HEPA)» ⁽²⁾ sublinhando que «pelos benefícios que traz em termos de prevenção, tratamento e reeducação, a atividade física é benéfica em todas as idades».
2. A recomendação do Conselho, de 26 de novembro de 2013, relativa à promoção transetorial das atividades físicas benéficas para a saúde ⁽³⁾, na qual os Estados-Membros são convidados a desenvolver políticas transetoriais e estratégias integradas que envolvam o desporto, a educação, a saúde, os transportes, o ambiente, o planeamento urbano e outros setores relevantes, sublinhou que «a educação física na escola tem o potencial de ser um instrumento eficaz para aumentar a sensibilização para a importância da HEPA e as escolas podem ser direcionadas, de forma fácil e eficaz, para a realização de atividades nesse sentido».
3. O segundo Plano de Trabalho da União Europeia para o Desporto (2014-2017) ⁽⁴⁾, adotado em 21 de maio de 2014, que identificou a prática de atividade física benéfica para a saúde, bem como a educação e a formação desportivas como temas prioritários da cooperação da União Europeia (UE) no domínio do desporto, e que criou um grupo de peritos em HEPA com o mandato de propor recomendações para fomentar a educação física nas escolas, incluindo as competências motoras na primeira infância, e criar interações úteis com o setor do desporto, as autoridades locais e o setor privado.

II. RECONHECEM O SEGUINTE:

4. A importância das atividades lúdicas e recreativas na vida de cada criança foi há muito reconhecida pela comunidade internacional. A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (UNCRC) de 1989 declara expressamente no artigo 31.º que «os Estados Partes reconhecem à criança o direito ao repouso e aos tempos livres, o direito de participar em jogos e atividades recreativas próprias da sua idade e de participar livremente na vida cultural e artística.» Todas as atividades para as crianças, inclusive as atividades físicas e desportivas, devem ser sempre desenvolvidas em conformidade com a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança.
5. As orientações da UE para a Atividade Física ⁽⁵⁾ salientaram que os hábitos diários das crianças de tenra idade mudaram nos últimos anos devido à emergência de novos modelos de lazer (televisão, Internet, jogos de vídeo, «smartphones», etc.), o que levou a uma redução da sua atividade física. Além disso, as restrições orçamentais, sociais e de tempo, as alterações do estilo de vida ou a falta de instalações desportivas adequadas nas proximidades podem também explicar esta tendência. As orientações da UE salientaram que havia uma grande preocupação em apurar se a atividade física das crianças e dos jovens tinha sido substituída por outras atividades mais sedentárias.
6. Apesar da habitual propensão das crianças para ser fisicamente ativas, ao longo dos últimos vinte anos a sua atividade física tem vindo a diminuir. Esta diminuição tem coincidido com o aumento dos índices de excesso de peso e de obesidade infantil e de problemas de saúde e de deficiência física, tais como os distúrbios musculoesqueléticos. De acordo com as estimativas da Iniciativa de Vigilância da Obesidade Infantil (COSI) da OMS, em 2010 cerca de uma em cada três crianças na UE com idades entre os 6 e os 9 anos tinha excesso de peso ou era obesa ⁽⁶⁾. Trata-se de um aumento preocupante relativamente a 2008, em que as estimativas apontavam para uma em cada quatro ⁽⁷⁾. Nos países industrializados, a prevalência do excesso de peso e da obesidade em crianças com

⁽¹⁾ No contexto das presentes conclusões, a palavra «crianças» refere-se a crianças entre os 0 e os 12 anos.

⁽²⁾ JO C 393 de 19.12.2012.

⁽³⁾ JO C 354 de 4.12.2013.

⁽⁴⁾ JO C 183 de 14.6.2014.

⁽⁵⁾ Orientações da UE para a Atividade Física: as Ações Recomendadas para Apoiar a Atividade Física Benéfica para a Saúde (2008) foram saudadas nas conclusões da Presidência da reunião informal dos ministros da União Europeia responsáveis pelo Desporto. http://ec.europa.eu/sport/library/doc/c1/pa_guidelines_4th_consolidated_draft_en.pdf.

⁽⁶⁾ Plano de ação da União Europeia contra a obesidade infantil para o período de 2014-2020 (http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/docs/childhoodobesity_actionplan_2014_2020_en.pdf).

⁽⁷⁾ COM(2005) 0637.

menos de 5 anos aumentou de 8 % em 1990 para 12 % em 2010, e prevê-se que venha a atingir os 14 % em 2020 ⁽⁸⁾. A falta de atividade física também tem efeitos negativos nos sistemas de saúde e na economia no seu conjunto. Estima-se que cerca de 7 % dos orçamentos de saúde nacionais na União Europeia seja gasto anualmente em doenças relacionadas com a obesidade ⁽⁹⁾.

7. A fim de evitar estes problemas de saúde e de desenvolvimento infantil, todas as crianças (incluindo as crianças com deficiência) devem ser incentivadas a ser fisicamente ativas. Os anos de educação pré-escolar e cuidados para a infância (EPCI) são importantes porque é durante esse período que se desenvolvem as competências básicas. Através das atividades lúdicas e da atividade física as crianças aprendem e praticam competências de que irão necessitar ao longo da sua vida. Este processo de aprendizagem, a que se chama desenvolvimento das capacidades motoras, nem sempre se desenrola naturalmente. Por conseguinte, é da maior importância a sensibilização e a criação de oportunidades para que as crianças sejam fisicamente ativas.
8. A insuficiente atividade física foi apontada pela OMS como o quarto grande fator de risco de mortalidade prematura e de doença à escala mundial ⁽¹⁰⁾. Os benefícios da atividade física são bem conhecidos. A atividade física é uma das formas mais eficazes de prevenir as doenças não transmissíveis, de combater a obesidade e de manter um estilo de vida saudável ⁽¹¹⁾. Há indícios crescentes da correlação positiva entre o exercício, a saúde mental e os processos cognitivos ⁽¹²⁾.

Os relatórios da OMS ⁽¹³⁾ revelaram que a participação regular em atividades físicas ou desportivas, de moderadas a intensas ⁽¹⁴⁾ (de pelo menos 60 minutos por dia para crianças em idade escolar e de 3 horas por dia para as crianças durante a EPCI), cria a longo prazo uma predisposição para a atividade física, que aumenta durante a adolescência e a idade adulta ⁽¹⁵⁾. Há também estudos que revelaram que quando as crianças começam a fazer exercício desde tenra idade tendem a ter um melhor desempenho académico, menos problemas comportamentais e de disciplina, e conseguem prestar atenção às aulas durante mais tempo de que os colegas ⁽¹⁶⁾.

9. O ambiente educativo desempenha um papel particularmente importante neste contexto, uma vez que as crianças participam em atividades físicas e desportivas na escola. Por este motivo, as escolas e os professores, juntamente com os educadores nos estabelecimentos de EPCI e nos clubes desportivos, favorecem a atividade física das crianças. Os pais, a família e a comunidade em geral também desempenham um papel importante no que diz respeito às crianças.
10. Segundo os peritos, a atividade física adequada para as crianças de idade inferior a 12 anos deve ser organizada por grupo etário ⁽¹⁷⁾. As atividades no ensino primário e na EPCI incluem atividades estruturadas e não estruturadas que ajudam as crianças a desenvolver competências, como correr, saltar e atirar objetos.

⁽⁸⁾ www.toybox-study.eu.

⁽⁹⁾ Plano de ação da União Europeia contra a obesidade infantil para o período de 2014-2020.

⁽¹⁰⁾ Recomendações globais sobre a promoção da atividade física para a saúde, OMS, 2010.

⁽¹¹⁾ Lee IM, Shirroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT, Lancet Physical Activity Series Working Group. Effect of physical activity on major non-communicable disease worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy 2012 Jul. Lancet.

⁽¹²⁾ Strong, WB, RM Malina, CJR Blimkie, SR Daniels, RK Dishman, B Gutin, AC Hergenroeder, A Must, PA Nixon, JM Pivarnik, T Rowland, S Trost, F Trudeau (2005), «Evidence Based Physical Activity for School-Age Youth», The Journal of Pediatrics, 146(6):732-737.

U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos). Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report (Relatório do Comité Consultivo relativo às orientações para a atividade física), 2008. (<http://www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf>).

Estudo realizado pela Universidade Saint-Gallen em 2011.

⁽¹³⁾ Recomendações globais sobre a promoção da atividade física para a saúde, Organização Mundial da Saúde, 2010 (http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf).

U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos). Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report (Relatório do Comité Consultivo relativo às orientações para a atividade física), 2008. (<http://www.health.gov/paguidelines/Report/pdf/CommitteeReport.pdf>). Estudo realizado pela Universidade Saint-Gallen em 2011.

por exemplo, Department of Health and Aging (Departamento de Estado da Saúde e do Envelhecimento): National Physical Activity Guidelines for Australians (Orientações nacionais em matéria de atividade física para os Australianos).

⁽¹⁴⁾ Canberra: Commonwealth of Australia (Comunidade da Austrália); 2014 ou UK Physical activity guidelines (Orientações do Reino Unido para a Atividade Física) e National Health Service (NHS) (Serviço Nacional de Saúde) da Inglaterra: Physical activity guidelines for children (under five years) (Orientações para a atividade física das crianças (com menos de cinco anos) (<http://www.nhs.uk/Livewell/fitness/Pages/physical-activity-guidelines-for-children.aspx>).

⁽¹⁵⁾ G.J. Welk, J.C. Eisenmann, et J. Dolman, «Health-related physical activity in children and adolescents: A bio-behavioural perspective», The handbook of physical education, eds. D. Kirk, D. Macdonald and M. O'Sullivan, London: Sage Publications Ltd., 2006, p. 665-684.

⁽¹⁶⁾ Physical Activity May Strengthen Children's Ability To Pay Attention (A atividade física pode melhorar a capacidade de concentração das crianças) <http://www.sciencedaily.com/releases/2009/03/090331183800.htm> and «The Association between school-based physical activity, Including Physical education and academic performance». U.S. Department of Health and human Services (Departamento de Estado da Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos, julho de 2010) http://www.cdc.gov/healthyyouth/health_and_academics/pdf/pa-pe_paper.pdf.

⁽¹⁷⁾ Categorias propostas pelo conceito canadiano para o desenvolvimento de atletas a longo prazo.

11. Alguns Estados-Membros já desenvolveram diversas estratégias nacionais, a diferentes níveis, a fim de encorajar o desenvolvimento de competências motoras na primeira infância e atividades físicas e desportivas para as crianças de idade inferior a 12 anos, geralmente em cooperação com o setor desportivo, clubes ou federações de desporto ⁽¹⁸⁾.
 12. Em conformidade com o seu mandato, em junho de 2015, o grupo de peritos em matéria de atividade física benéfica para a saúde (Grupo de Peritos HEPA) propôs uma série de recomendações para fomentar a educação física nas escolas, inclusive as competências motoras na primeira infância.
- III. EXORTAM OS ESTADOS-MEMBROS DA UE AO SEGUINTE:
13. Ponderar a implementação de políticas transeitoriais, nomeadamente entre os setores da educação, da juventude e da saúde, para promover a atividade física e as competências motoras na primeira infância, tendo em consideração, em particular, as seguintes recomendações do Grupo de Peritos HEPA:
 - Chamar a atenção para o facto de o período antes do ensino pré-escolar e escolar poder ser uma oportunidade para promover a atividade física das crianças, nomeadamente através do desenvolvimento de competências motoras básicas e da literacia física.
 - Chamar a atenção de todas as partes interessadas dos setores do ensino e das atividades extracurriculares (pais, professores, treinadores, etc.) para a importância de desenvolver atividades físicas e desportivas adequadas às crianças.
 - Estabelecer relações entre as escolas e as organizações pertinentes (nos setores desportivo, social e privado e junto das autoridades locais) para promover e aumentar a oferta de atividades extracurriculares.
 - Encorajar as escolas a criar um quadro de cooperação com as organizações desportivas e outros organizadores locais (nacionais) tendo em vista promover tanto as atividades curriculares como as extracurriculares, assegurar a disponibilidade de infraestruturas e equipamentos de qualidade e seguros para a prática de educação física e de atividades extracurriculares ou pós-escolares, e desenvolver campanhas locais de sensibilização.
 - Estudar iniciativas para incentivar as autoridades locais a criar condições para combinar o transporte escolar com a atividade física.
 14. Incentivar e apoiar iniciativas para todos os intervenientes (professores, pais, escolas, clubes, educadores, etc.) ao nível adequado, com o objetivo de promover as competências motoras e a atividade física adequadas.
 15. Incentivar a adequada atividade física e desportiva desde a primeira infância até à escola, passando pela EPCI, de acordo com as necessidades específicas e as idades das crianças, e ao mesmo tempo fornecer orientações aos instrutores/educadores.
 16. Incentivar o recurso às ações de sensibilização e à divulgação de informação, a nível nacional, regional e local, para estimular o interesse pelas competências motoras e pelas atividades de educação física para as crianças:
 17. Incentivar os pais, a família e a comunidade em geral a participar ativamente em atividades físicas com os filhos utilizando instalações adequadas (ciclovias e parques infantis seguros, por exemplo).
 18. Ponderar o apoio a iniciativas destinadas a melhorar as infraestruturas desportivas para as crianças, especialmente nos estabelecimentos de ensino, fomentando a cooperação a nível local entre as escolas e os clubes desportivos na disponibilização de equipamentos e instalações para as crianças.

⁽¹⁸⁾ Por exemplo: A colaboração do Estado francês com as federações multidessportivas (Ufolep, Usep) ou federações de um só desporto (como a federação de ginástica ou a de natação) para a oferta de treinos específicos para as crianças dos 0 aos 6 anos. Nos Países Baixos são propostas às crianças de tenra idade aulas especiais de desporto como a ginástica e a natação. Na Áustria, o programa «Kinder gesund bewegen» (Movimento para a saúde das crianças) procura estabelecer a cooperação entre os clubes desportivos e os jardins infantis/escolas primárias e promover um estilo de vida mais ativo, através da oferta de atividades físicas para as crianças entre os 2 e os 10 anos.

19. Analisar a criação de incentivos para associar organizações e clubes desportivos, escolas, estabelecimentos de ensino, centros juvenis e outras organizações voluntárias ou da comunidade que promovam a atividade física das crianças.
- IV. CONVIDAM A PRESIDÊNCIA DO CONSELHO DA UNIÃO EUROPEIA, OS ESTADOS-MEMBROS E A COMISSÃO, NAS RESPECTIVAS ESFERAS DE COMPETÊNCIA, AO SEGUINTE:
20. Tomar nota das recomendações do Grupo de Peritos HEPA como base para prosseguir a ação política, tanto a nível da União Europeia como dos Estados-Membros, visto que estas fornecem dados fundamentados em provas e apontam caminhos a seguir na prática.
 21. Intensificar a cooperação entre os domínios de ação responsáveis pela promoção das competências motoras e da educação física para as crianças, de acordo com as recomendações do Grupo de Peritos HEPA, nomeadamente os setores do desporto, da saúde, da educação, da juventude e dos transportes.
 22. Considerar a possibilidade de dar especial atenção às iniciativas que apoiem e promovam as atividades desportivas escolares e extracurriculares, tendo em vista a Semana Europeia do Desporto.
 23. Promover, se necessário, a implementação de sistemas de monitorização nacionais, estudos ou avaliações para identificar os níveis de atividade física e os hábitos das crianças.
 24. Refletir sobre a forma como a promoção do desenvolvimento de competências motoras na primeira infância e as estratégias para desincentivar os estilos de vida sedentários das crianças poderão ser realizadas com mais eficácia no contexto dos futuros trabalhos a nível da União Europeia.
 25. Incentivar o apoio financeiro a iniciativas relacionadas com as competências motoras e a educação física através de programas da União Europeia já existentes, como o Erasmus+, e dos fundos europeus estruturais e de investimento e solicitar à Comissão mais informações sobre a aplicação dos programas de financiamento da União Europeia em benefício do desporto.
- V. CONVIDAM A COMISSÃO EUROPEIA AO SEGUINTE:
26. Promover e apoiar a partilha de boas práticas em matéria de competências motoras e de educação física para as crianças no contexto da União Europeia.
 27. Melhorar a base de conhecimentos apoiando a recolha de dados quantitativos e qualitativos ⁽¹⁹⁾ sobre a atividade física, os indicadores de preparação física e a prática de desporto pelas crianças dentro e fora da EPCI e das escolas, em estreita cooperação com a OMS.
 28. Desenvolver orientações sobre a atividade física para as crianças nos estabelecimentos de EPCI, escolas e clubes desportivos, em colaboração com peritos, nomeadamente da OMS, dirigidas em particular a decisores políticos, às autoridades locais, aos pais, à família e à comunidade em geral.
- VI. CONVIDAM O MOVIMENTO DESPORTIVO A ANALISAR A POSSIBILIDADE DE:
29. Oferecer um leque de atividades desportivas não competitivas adequadas às crianças e adaptadas ao nível apropriado, com vista a melhorar a sua saúde e desenvolvimento pessoal.
 30. Apoiar a organização de atividades que promovam as atividades desportivas curriculares e extracurriculares, assim como as competências motoras na primeira infância, inclusivamente no contexto da Semana Europeia do Desporto.

⁽¹⁹⁾ Com base no quadro de acompanhamento definido na recomendação do Conselho sobre a HEPA (26 de novembro de 2013).

31. Contribuir para o desenvolvimento de parcerias estreitas, objetivos comuns e campanhas de comunicação com os municípios e as comunidades e os setores da educação, juventude e saúde, entre outros, para combater os estilos de vida sedentários através da promoção do desporto tanto no contexto da escola como noutros contextos.
 32. Reforçar o compromisso de promover iniciativas relacionadas com o desporto e a atividade física que procurem combater os estilos de vida sedentários das crianças através de parcerias e da cooperação com os setores privado e público.
-

ANEXO

Contexto político

1. O Ano Europeu da Educação pelo Desporto (AEED 2004), que sublinhou o papel do desporto na educação e chamou a atenção para o amplo papel social do desporto;
2. O livro branco sobre desporto de 11 de julho de 2007, apresentado pela Comissão Europeia, que insistiu na importância da atividade física e referiu que «o tempo consagrado às atividades desportivas na escola e na universidade tem efeitos benéficos para a saúde e para a educação, que têm de ser valorizados» ⁽¹⁾.
3. A estratégia para a Europa em matéria de problemas de saúde ligados à nutrição, ao excesso de peso e à obesidade adotada pela Comissão Europeia em 2007 ⁽²⁾, que incentivava a prática de atividades físicas e fez das crianças e dos grupos socioeconómicos desfavorecidos uma prioridade, destacando que «a infância é um período importante para adquirir uma preferência por comportamentos saudáveis e aprender os conhecimentos básicos necessários para manter um estilo de vida saudável. As escolas desempenham claramente um papel crucial neste domínio» ⁽³⁾.
4. O relatório do Parlamento Europeu sobre o papel do desporto na educação, de 30 de outubro de 2007 ⁽⁴⁾, e a resolução epónima que daí resultou e que solicita «aos Estados-Membros e às autoridades competentes que zelem por que se dê uma maior prioridade ao desenvolvimento da saúde nos programas de ensino escolar e pré-escolar, fomentando formas específicas de atividade física nesta idade».
5. A comunicação da Comissão Europeia «Desenvolver a Dimensão Europeia do Desporto», de 18 de janeiro de 2011, que reconheceu a necessidade de «apoiar iniciativas inovadoras no âmbito do programa 'Aprendizagem ao Longo da Vida', que estejam relacionadas com a atividade física nas escolas» ⁽⁵⁾.
6. A «Declaração de Berlim» (MINEPS V) adotada pela Conferência de Ministros do Desporto realizada de 28 a 30 de maio de 2013 que «destaca que a educação física é um ponto de partida para as crianças aprenderem competências para a vida, para desenvolverem padrões de participação em atividades físicas ao longo da vida e comportamentos de uma vida saudável» e incentiva «o papel importante do desporto escolar extracurricular inclusivo na primeira infância e na educação das crianças e dos jovens».
7. O plano de ação da União Europeia contra a obesidade infantil para o período de 2014-2020 lançado pela Comissão Europeia em 2014 ⁽⁶⁾. Entre os oito domínios de ação essenciais, a Comissão Europeia destacou a promoção de ambientes mais saudáveis, especialmente nas escolas e nos estabelecimentos pré-escolares, e o incentivo à atividade física.

⁽¹⁾ COM(2007) 391 final.

⁽²⁾ COM(2007) 279 final.

⁽³⁾ http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/nutrition/documents/nutrition_wp_en.pdf.

⁽⁴⁾ A6-0415/2007.

⁽⁵⁾ COM(2011) 12 final.

⁽⁶⁾ 24 de fevereiro de 2014 (atualizado em 12 de março e 28 de julho de 2014).