

ANDREIA MARIA SERRANO DA CRUZ ROQUE

**Motivação para o Desporto Escolar em
Alunos do 3º Ciclo do Agrupamento de
Escolas Paula Nogueira, Olhão**

Orientador: Professor Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2018

ANDREIA MARIA SERRANO DA CRUZ ROQUE

**Motivação para o Desporto Escolar em Alunos
do 3º Ciclo do Agrupamento de Escolas Paula
Nogueira, Olhão**

Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário apresentado na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias no dia 12 de outubro de 2018, com o Despacho de Nomeação nº. 292/2018, com a seguinte composição de júri:

Presidente: Professor Doutor João Filipe da Silva Figueira Martins

Orientador: Professor Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Arguente: Professor Doutor Fernando António Rodrigues Vieira

Orientador: Professor Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2018

Agradecimentos

Ao meu Orientador Professor Doutor Francisco Carreiro da Costa agradeço as suas qualidades profissionais e humanas, toda a disponibilidade e interesse manifestado, assim como aos estímulos e referências que me deu ao longo desta experiência de vida.

À Professora Doutora Sandra Pais agradeço as suas qualidades profissionais e humanas, toda a disponibilidade e interesse manifestado, assim como aos estímulos e referências que me deu ao longo da minha vida, como aluna universitária e como profissional. Agradeço lhe o voto de confiança para a elaboração deste Relatório Profissional.

À minha colega Joana Margarida Bôto pela sua disponibilidade e companheirismo, nos momentos mais difíceis deste processo.

À minha família, em particular aos meus pais, marido e filhos pela motivação, apoio e carinho, e confiança que me atribuíram para que conseguisse realizar mais um projeto importante na minha vida.

Índice

Lista de Tabelas	iv
Resumo	v
Lista de siglas	vii
1.Introdução	8
2.Metodologia	11
Tipo de estudo	11
Amostra	12
Instrumentos	14
Procedimentos	15
3. Resultados	15
Estudo 1	16
Estudo 2	17
4.Discussão dos resultados	24
Estudo 1	24
Estudo 2	25
5.Conclusão e recomendações futuras	26
6.Referências bibliográficas	27
Anexos	34

Lista de Tabelas

Tabela 1: Caraterização da amostra dos alunos do 3º ciclo do Agrupamento Paula Nogueira (N=513)	14
Tabela 2. Idade mínima e máxima e média da amostra dos alunos do 3º ciclo do Agrupamento Paula Nogueira (N=513)	15
Tabela 3: Caracterização da amostra dos Praticantes do Desporto Escolar (N=104)	15
Tabela 4: Caraterização da amostra dos Não praticantes do Desporto Escolar (N=409)	16
Tabela 5 - Análise descritiva em função dos itens do QMAD (N= alunos com adesão ao DE)	19
Tabela 6: Comparação entre rapazes e raparigas quanto às motivações para a prática de DE	20
Tabela 7 - Análise descritiva em função dos itens do IMMAD	21
Tabela 8. Comparação entre rapazes e raparigas quanto aos motivos para a não prática de DE	23
Tabela 9. Não Pratico DE_ falta de tempo	24
Tabela 10. Não Pratico DE_ tem outras coisas para fazer	25
Tabela 11. Não Pratico DE_o horário não permite	25
Tabela 12. Análise comparativa da frequência da Prática DE entre os anos letivos 7º/8º/9º anos	26

Resumo

O presente trabalho teve como objetivo investigar as motivações que levam os jovens a aderir ou não à prática de desporto escolar. A amostra foi constituída por todos os alunos, de todas as turmas pertencentes ao 3º ciclo do ensino regular, das duas Escolas do Agrupamento Paula Nogueira em Olhão, nomeadamente a Escola E.B. 2,3 Paula Nogueira e a Escola José Carlos da Maia.

Como instrumentos de inquirição foram aplicados o “Questionário de Motivação para as Atividades Desportivas - QMAD versão traduzida e adaptada” (Frias & Serpa, 1991) da versão original *Participation Motivation Questioner - PMQ* (Gill, Gross & Huddleston, 1983) e o “Inquérito de Motivações para a Ausência de Atividade Desportiva – IMAAD”, desenvolvido por Pereira e Vasconcelos-Raposo (1997) validado por Fernandes (2005). Do total de 513 inquiridos, verificámos que 409 não praticam desporto escolar e 104 referem praticar. Os resultados evidenciaram que os principais motivos para a prática de desporto escolar são; *“Fazer exercício”, “Estar em boa condição física”, “Trabalhar em Equipa”, “Divertimento” e “Manter a Forma”*. Os principais motivos para a não prática de desporto escolar são; a *“falta de tempo”, “tem outras coisas para fazer”, “o horário não permite” e “as modalidades existentes não são as que mais gostam”*.

Palavras-chave: Motivação, Desporto Escolar, Prática e Não Prática desporto

Abstract

The present study aimed to investigate the motivations that lead young people to practice or not school sports. The sample was composed of all students from all classes belonging to the third cycle of regular education, from the School Grouping of Paula Nogueira in the city of Olhão, namely "*Escola E.B. 2,3 Paula Nogueira*" and "*Escola José Carlos da Maia*".

The "Motivation Questionnaire for Sports Activities - QMAD translated and adapted version" (Frias & Serpa, 1991) of the original Participation Motivation Questioner - PMQ (Gill, Gross & Huddleston, 1983) and the "Inquiry of Motivations for Absence of Sports Activity - IMAAD ", developed by Pereira and Vasconcelos-Raposo (1997) validated by Fernandes (2005) wer used as instruments of inquiry. A total of 513 subjects answered, among these 409 did not practice school sports and 104 reported to practice. The results showed that the main reasons for practicing school sports are; "Exercise", "Fitness", "Work in Team", "Fun" and "Keep Fit". The main reasons for not practicing school sports are; the "lack of time", "has other things to do", "the schedule does not allow" and "the existing modalities are not what they like."

Lista de siglas

DE Desporto Escolar

PN Paula Nogueira

AF Atividade Física

N Número

EF Educação Física

1. Introdução

A atividade física regular de intensidade pelo menos moderada reduz o risco de mortalidade e morbidade (Instituto Português do Desporto I.P., 2011).

A importância da atividade física para a saúde está extensamente documentada (Janssen & LeBlanc, 2010; USDHHS, 2008), contribuindo para benefícios ao nível da densidade mineral óssea, dos fatores de risco cardiovascular, da capacidade aeróbia, da força e resistência muscular e da saúde mental. Entre os mais jovens, recomenda-se a prática de pelo menos 60 minutos diários a uma intensidade moderada a vigorosa (World Health Organization, 2010). Assim sendo, e considerando que todas as crianças, adolescentes e jovens têm obrigatoriamente de frequentar a escola, esta tem sido considerada como um espaço com potencial para promover a atividade física (Lubans & Morgan, 2011; Peralta *et al*, 2015)

De acordo com o Decreto-Lei n.º 95/91, de 26 de fevereiro, entende-se por desporto escolar 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.

O DE está integrado no âmbito da disciplina de EF, e visa especificamente a promoção da saúde e condição física, a aquisição de hábitos e condutas motoras e o 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” (artigo 51.º do Decreto-Lei n.º95/1991) (DGE, 2017).

Pretende-se com o DE um prosseguimento da disciplina de EF promovida pelo respetivo departamento, como forma de expandir a aquisição de hábitos de vida saudáveis, inserido no conceito de escola a tempo inteiro.

O DE é um contexto de prática desportiva organizada, orientada por um professor de EF, que pode contribuir para aumentar os níveis de atividade física total dos alunos (Lubans & Morgan, 2011; Marques, Martins, & Carreiro da Costa, 2010).

A disciplina de EF, em conjunto com o DE, pode contribuir para aumentar os níveis de concentração das crianças e jovens, melhorando os seus desempenhos nas outras disciplinas introduzidas benefícios nas dimensões física, social, afetiva e cognitiva (Bailey *et al.*, 2009). Cabe aos vários professores de EF divulgarem e motivarem os alunos para a participação no DE. Se esta divulgação não for eficaz, pode comprometer a adesão e por sua vez os níveis de prática das crianças e adolescentes (Carvalho *et al.*, 2016).

O DE, enquanto atividade física organizada, assume uma maior importância porque os alunos podem participar voluntariamente, sem qualquer custo, o que torna um espaço para a prática de atividade física acessível a todos os alunos da comunidade escolar (Peralta et al., 2015).

As atividades de DE encontram-se divididas em duas vertentes: atividades internas e atividades externas. As atividades internas são um conjunto de atividades físico-desportivas enquadradas no Plano Anual da Escola, as quais são desenvolvidas pelo grupo departamento de Educação Física sob a responsabilidade do coordenador do DE.

Apesar dos ensinamentos transmitidos nas escolas, as várias iniciativas para a promoção da atividade física, as mensagens veiculadas pelos meios de comunicação e as infraestruturas que têm sido construídas para a prática desportiva, os níveis de atividade física dos mais jovens são ainda considerados baixos (Marques, Bouw, Almeida, Martins & Carreiro da Costa., 2016).

Sabendo que as crianças e jovens frequentam obrigatoriamente a escola e é onde passam a sua maioria de tempo, podemos considerar que o papel das escolas e da disciplina de Educação Física é fundamental para a promoção de estilos de vida ativos e saudáveis (McKenzie & Young, 2006; Carreiro da Costa & Marques, 2011).

De todas as disciplinas existentes nas escolas, a EF aparece como um pilar fundamental na promoção de um estilo de vida ativo, dando aos alunos oportunidade de praticar duas vezes por semana atividade física, promovendo adicionalmente o desenvolvimento de competências, conhecimentos e motivação para os alunos praticarem AF adicional fora da escola bem como, adquirirem hábitos de prática futura ao longo da vida (Martins, Marques, Peralta, Palmeira, & Carreiro da Costa, 2017).

O conceito de motivação é utilizado no âmbito desportivo e educacional. É neste conceito que os professores e também os intervenientes desportivos encontram maneira de justificar resultados, comportamentos e estratégias utilizadas (Silvestre, 2013).

O termo motivação pode ser ainda classificado em motivação extrínseca e motivação intrínseca. Na motivação extrínseca a pessoa adere ou mantém-se numa atividade pelas recompensas extrínsecas fornecidas por outros. Já na motivação intrínseca, a pessoa adere ou mantém-se na atividade pelo próprio prazer que esta lhe proporciona, assim como a satisfação, o divertimento, a curiosidade e a mestria pessoal (Carvalho, Soares, Monteiro, Vieira, & Gonçalves, 2013).

Os diversos Profissionais de Desporto, nomeadamente, Professores de Educação Física e Treinadores Desportivos, para terem sucesso no seu trabalho têm de ter permanentemente em atenção os motivos que estão subjacentes às diferentes escolhas ou até à não escolha de qualquer atividade desportiva por parte dos praticantes (Januário, Colaço,

Rosado, Ferreira, & Gil, 2012). Para que exista uma sociedade menos sedentária, ou seja, mais ativa fisicamente, é essencial que os profissionais conheçam e potencializem as motivações responsáveis para direcionar os indivíduos à prática da AF, além de minimizar todos aqueles fatores que podem influir negativamente na aquisição de hábitos nessa prática (Soares & Meneses, 2010).

Neste sentido, existem estudos que afirmam que os hábitos de atividade física na adolescência determinam parte dos níveis de atividade física na vida adulta (Soares & Meneses, 2010).

É importante que os pais sejam envolvidos em ações de promoção da AF desenvolvidas pelas escolas para que os programas direcionados aos jovens sejam mais eficazes (Bagley, Salmon, & Crawford, 2006; McBride, Schoppe & Ho, 2005).

Envolver os pais significa aumentar a conscientização da importância da AF para saúde, criando oportunidades para que eles se envolvam nas AF, convidando-os para participar com os seus filhos. A AF deverá ser feita desde criança principalmente com os mais novos, pois é nesta idade, considerada crítica, que devemos dar-lhes a aquisição de hábitos saudáveis para que possam manter ao longo de toda a sua vida. (Yang, Telama, & Laakso, 1996).

Segundo Marques & Carreiro da Costa (2013), um facto interessante é que a presença, na vida de um jovem, de um dos progenitores fisicamente ativo é mais benéfico do que a presença de ambos os progenitores sedentários ou pouco ativos.

A prática regular de AF tem um impacto positivo na saúde das crianças e adolescentes, incidindo, por exemplo, sobre os níveis do colesterol, a depressão, a densidade óssea taxa metabólica basal, a obesidade e o desempenho cognitivo (Jansen & Leblanc, 2010; Carvalho et al., 2016).

A participação em atividade física regular nos jovens está associada a benefícios ao nível da saúde. Identificar os correlatos da atividade física é essencial para o desenvolver melhores intervenções com foco na saúde pública. No estudo, elaborado por Marques et al, 2015, que comparou se os rapazes e as raparigas tem as mesmas características quando igualmente classificados como ativos ou inativos. As semelhanças encontradas em ambos sexos quando igualmente classificados como ativos ou inativos foi notável, sugerindo que os correlatos de participação em atividade física são geralmente similares para rapazes e raparigas, principalmente entre os 10 e 12 anos. A família, amigos, e a perceção física são fatores importantes que contribuem para a atividade física dos jovens de ambos os sexos (Marques et al., 2015).

A proporção de crianças e adolescentes que a apresentam baixos níveis de AF é preocupante (Currie et al., 2004). O problema é particularmente acentuado entre as meninas

(Kimm et al., 2002; WHO, 2009), alunos com deficiência (Fitzgerald, 2006) e os grupos socioeconômicos mais baixos (WHO, 2009; Carreira da Costa, & Marques, 2016).

Carreiro da Costa, Dinis, Carvalho, & Onofre, 1996 estudaram as percepções dos pais sobre a situação da EF no currículo escolar. O estudo verificou que, embora a maioria dos pais considerem a EF como um assunto obrigatório, poucos pensam nela como um assunto analisável. As visualizações dos pais parecem não ter mudado desde então. De fato 35,4% dos pais e 33,2% das mães compartilham a opinião de que EF deve ser uma disciplina obrigatória, mas não examinável, e cerca de 6% dos pais afirmam que EF deve ser opcional ou mesmo eliminado do currículo (Carreira da Costa, & Marques, 2011).

O estudo longitudinal na Finlândia, feito por Telama & Yang (2000), verificou uma diminuição na atividade física, especialmente entre 12 e 18 anos para meninos e 12 e 15 para meninas.

Relativamente aos diferentes gêneros, os meninos são claramente mais ativos que as meninas, mas as diferenças tendem a minimizar com o aumento da idade. Vários estudos mostraram que a idade está associada negativamente à atividade física entre adolescentes (Marques & Carreiro da Costa, 2013).

A quantidade de jovens classificados como sedentários aumenta ao longo de sua adolescência. A consideração global desses fatos é preocupante porque, do ponto de vista científico, o valor da atividade física para a saúde é inquestionável (Marques & Carreiro da Costa, 2013).

O presente estudo visou identificar e descrever quais os motivos que podem levar os alunos do 3º ciclo de escolaridade, que frequentam o Agrupamento da Paula Nogueira na cidade de Olhão a aderir ou não às atividades do DE.

2. Metodologia

Tipo de estudo

Trata-se de um Estudo transversal, quantitativo, de carácter descritivo onde se utilizaram medidas de: tendência central, variação, simetria e achatamento em contexto univariado. Em domínio inferencial, utilizaram-se os testes: Kolmogorov-Smirnov, T-Student e Mann-Whitney.

Amostra

A amostra foi constituída por alunos, de ambos os sexos, de todas as turmas pertencentes ao 3º ciclo regular, das duas Escolas do Agrupamento Paula Nogueira em Olhão, nomeadamente a Escola E.B. 2,3 Paula Nogueira e a Escola José Carlos da Maia. Obteve-se um total de 513 inquiridos, dos quais 409 não praticam desporto escolar e 104 praticam, com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos.

Do total de alunos inquiridos, 252 alunos (49,1%) são do sexo masculino e 261 alunos (50,9%) do sexo feminino.

No que diz respeito ao local de residência, 21,1% eram do meio rural e 78,8% do meio urbano. Quanto a ano de escolaridade, 221 alunos (43,1%) pertenciam ao 7ºano, 133 (25,9%) ao 8º ano e 159 (31%) ao 9º ano.

Relativamente ao escalão do Desporto Escolar, 60 participantes (11,7%) integravam os Iniciados, 33 participantes (6,4%) os Infantis B e 11 participantes (2,1%) os Juvenis (Tabela 1).

Referente à idade dos alunos podemos dizer que a média, situa-se nos 13,5 anos (Tabela 2).

Tabela 1: Caracterização da amostra dos alunos do 3º ciclo do Agrupamento Paula Nogueira (N=513)

		N	%
Género	Masculino	252	49,1
	Feminino	261	50,9
Habilitações	7º Ano	221	43,1
	8º Ano	133	25,9
	9º Ano	159	31,0
Residência	Rural	109	21,2
	Urbano	404	78,8
Escalão	Infantil B	33	6,4
	Iniciado	60	11,7
	Juvenil	11	2,1

Tabela 2. Idade mínima e máxima e média da amostra dos alunos do 3º ciclo do

	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
Idade	513	10,00	17,00	13,5419	1,12963

Agrupamento Paula Nogueira (N=513)

Dos 104 alunos (20,2%) que aderiram ao Desporto Escolar, 71 participantes são do sexo masculino (68,3%) e 33 participantes do sexo feminino (31,7%). Referente às habilitações obtivemos, 50 participantes (68,3%) do 7º ano, 28 participantes (26,9%) do 8º ano e 26 participantes (25%) do 9º ano de escolaridade a praticarem desporto escolar. Quanto ao meio de residência, 30 alunos (28,8%) residiam no meio rural e 74 (71,2%) no meio urbano (Tabela 3).

Tabela 3: Caracterização da amostra dos Praticantes do Desporto Escolar (N=104)

		N	%
Género	Masculino	71	68,3
	Feminino	33	31,7
Habilitações	7º Ano	50	48,1
	8º Ano	28	26,9
	9º Ano	26	25,0
Residência	Rural	30	28,8
	Urbano	74	71,2
Escalão	Infantil B	33	31,7
	Iniciado	60	57,7
	Juvenil	11	10,6

Verificamos que dos 513 alunos do 3º ciclo do agrupamento PN, 409 alunos (79,7%) não praticam Desporto Escolar, de acordo com a tabela 4 conta-se que 181 alunos são do sexo masculino (44,3%) e 228 alunos são do sexo feminino (55,7%). Podemos verificar que dos não praticantes 171 alunos (41,8%) frequentam o 7ºano, 105 (25,7%) o 8ºano e 133 (32,5%) o 9ºano.

Podemos referir que 330 alunos (80.7%) residem no meio urbano e que 79 (19,3%) residem no meio rural (Tabela 4).

Tabela 4: Caracterização da amostra dos Não praticantes do Desporto Escolar (N=409)

		N	%
Género	Masculino	181	44,3
	Feminino	228	55,7
Habilitações	7º Ano	171	41,8
	8º Ano	105	25,7
	9º Ano	133	32,5
Residência	Rural	79	19,3
	Urbano	330	80,7

Instrumentos

Na recolha da informação foram utilizados os seguintes instrumentos: o “Questionário de Motivação para as Atividades Desportivas - QMAD versão traduzida e adaptada” (Frias & Serpa, 1991) da versão original Participation Motivation Questioner - PMQ (Gill, Gross & Huddleston, 1983) e o “Inquérito de Motivações para a Ausência de Atividade Desportiva – IMAAD”, desenvolvido por Pereira e Vasconcelos-Raposo (1997) validado por Fernandes (2005).

O QMAD é constituído por 30 questões, e é precedido pela seguinte expressão: “Eu aderi ao desporto escolar por...”, sendo que as respostas dadas numa escala ordinal do tipo *Likert* com cinco alternativas de resposta (de “1” a “5”) entre “nada importante” a “totalmente importante”.

O IMAAD é composto por 39 questões, e é precedido pela afirmação “Eu não aderi ao desporto escolar por...”, sendo que as respostas dadas numa escala ordinal do tipo *Likert* com cinco alternativas de resposta (de “1” a “5”) entre “discordo totalmente” a “concordo totalmente”.

Procedimentos

Antes de iniciar o estudo foi solicitada uma reunião com a Direção da escola do Agrupamento Paula Nogueira no sentido de explicar os objetivos do estudo e obter autorização para a realização do mesmo.

Após autorização à Direção da Escola foi agendada reunião com o Coordenador do Departamento, onde se explicou os objetivos do estudo e se articulou a melhor metodologia a seguir para se obter a maior participação possível dos alunos. Foi igualmente estipulado que seriam os professores de EF a solicitar as devidas autorizações aos Encarregados de Educação para participação dos alunos no estudo. Na autorização constou os objetivos do estudo e foi explicado que o questionário, de natureza voluntária, seria aplicado durante um tempo letivo da aula de EF.

Para facilitar o tratamento dos resultados os dois questionários selecionados para este estudo foram integrados num único questionário em formato eletrónico com recurso à ferramenta *Google Forms* cujo acesso global está restringido à autora do estudo através de *email* e *password* criados especificamente para o estudo.

Adicionalmente o facto de o preenchimento ter sido feito via telemóvel ou computador ajudou a aumentar a adesão dos alunos a responderem, uma vez que a maioria prefere interfaces digitais ao tradicional papel.

Os alunos foram encaminhados para a sala de informática pelo professor de Educação Física, onde procederam ao preenchimento do questionário. Quer o investigador quer o professor acompanharam os alunos durante todo o tempo de aplicação do mesmo.

Antes do início do preenchimento dos questionários pelos alunos foi explicado a todos os objetivos deste estudo, bem como a importância de responderem de forma sincera.

Foi garantido o anonimato e a confidencialidade das respostas a todos os elementos que participaram no estudo.

Para o tratamento dos dados obtidos através do questionário utilizou-se o programa IBM SPSS Statistics, versão 25.

3. Resultados

Serão apresentados e analisados os resultados obtidos dos dois questionários aplicados. Para proceder à apresentação dos resultados, esta foi dividida em duas partes: a primeira direcionada aos resultados relativos ao QMAD (Estudo 1), e a segunda parte direcionada aos resultados relativos ao IMAAD (Estudo 2).

Estudo 1

Questionário QMAD

Através da análise descritiva dos dados provenientes da tabela 5, é possível verificar o valor médio das respostas a cada um dos 30 itens e de acordo com a escala de importância do QMAD, com os valores de 4 e 5 representam, muito importante e totalmente importante, e 1 e 2 nada importante e pouco importante.

De acordo com a tabela 5 constata-se que os principais motivos para a adesão ao desporto escolar são: “Fazer exercício”, “Estar em boa condição física”, “Trabalhar em Equipa”, “Divertimento” e “Manter a forma”.

Os motivos menos valorizados para a adesão ao desporto escolar são o “Pretexto para sair de casa”, “Ser conhecido” e “viajar”.

Tabela 5 - Análise descritiva em função dos itens do QMAD (N= alunos com adesão ao DE)

ITENS	N	Média	Desvio Padrão
1_Melhorar capacidades técnicas	104	3,7596	0,98034
2_Estar com amigos	104	3,5385	1,01372
3_Ganhar	104	2,9327	1,18456
4_descarregar energias	104	3,2596	1,07933
5_viajar	104	2,8077	1,21541
6_manter a forma	104	4,1635	0,90426
7_ter emoções fortes	104	3,2115	1,03035
8_trabalhar em equipa	104	4,1538	0,85638
9_influência da família ou amigos	104	3,0481	1,22577
10_aprender novas técnicas	104	3,9423	0,96368
11_fazer novas amizades	104	3,6442	0,95448
12_fazer alguma coisa que se é bom	104	3,7596	0,92951
13_libertar tensão	104	3,2788	1,11874
14_receber prémio	104	2,7885	1,09432
15_fazer exercício	104	4,3558	0,81155
16_ter alguma coisa para fazer	104	3,4135	1,06680
17_ter ação	104	3,6538	0,94272
18_espírito de equipa	104	3,9904	0,95017
19_pretexto para sair de casa	104	2,6827	1,18456

ITENS	N	Média	Desvio Padrão
20_entrar em competição	104	3,4808	1,12328
21_ter a sensação de ser importante	104	2,8365	1,22364
P22_pertencer a um grupo	104	3,4423	0,99344
23_atingir um nível desportivo mais elevado	104	3,9712	0,91860
24_estar em boa condição física	104	4,2981	0,85763
25_ser conhecido	104	2,6923	1,25471
26_ultrapassar desafios	104	3,8846	0,85113
27_influencia dos treinadores	104	3,1442	1,14416
28_ser reconhecido e ter prestígio	104	2,9423	1,13057
29_divertimento	104	4,2692	0,89476
30_prazer na utilização das instalações e material desportivo	104	3,4904	1,15746

Realizámos um teste Kolmogorov-Smirnov (Tabela 6), nas variáveis independentes, para analisar as diferenças entre os géneros masculino e feminino relativamente às motivações para a prática do DE e verificámos que existem diferenças estaticamente significativas para os itens 1- “Melhorar capacidades técnicas”, 9 -“Influência da família ou amigos” e 23 -“Atingir um nível desportivo mais elevado”.

Tabela 6: Comparação entre rapazes e raparigas quanto às motivações para a prática de DE

	Género	N	Média	Desvio Padrão	ρ
1. Melhorar capacidades técnicas	Masculino	71	3,9155	1,05216	0,025
	Feminino	33	3,4242	0,70844	
9. Influência da família ou amigos	Masculino	71	3,1127	1,25981	0,013
	Feminino	33	2,9091	1,15552	
23. Atingir um nível desportivo mais elevado	Masculino	71	4,1690	0,86166	0,029
	Feminino	33	3,5455	0,90453	

Estudo 2

Questionário IMAAD

Foram utilizados os mesmos procedimentos, que utilizámos nos praticantes, para apresentar os resultados em relação aos não praticantes de DE.

Através da análise descritiva dos dados provenientes da tabela 7, é possível identificar o valor médio das respostas a cada um dos 39 itens e de acordo com a escala de importância do IMAAD, com a seguinte classificação: ao valor 1 corresponde o *Discordo plenamente*, ao 2 corresponde o *Discordo*, ao 3 corresponde o *Não Discordo Nem Concordo*, ao 4 o *Concordo* e ao 5 o *Concordo plenamente*.

Tabela 7 - Análise descritiva em função dos itens do IMMAD

ITENS	N	Média	Desvio Padrão
1_falta de interesse, de vontade	409	2,3545	1,09767
2_falta de instalações desportivas	409	2,1149	0,95691
3_falta de tempo	409	3,3839	1,21342
4_falta de treinadores/ professores	409	2,0220	0,86149
5_falta de equipamento pessoal	409	2,0929	0,96058
6_o horário não permite	409	3,1638	1,19026
7_por motivos de saúde	409	1,9682	1,04152
8_não gostam de fazer desporto	409	2,0685	1,09822
9_há poucas modalidades de prática	409	2,4866	1,10500
10_os pais não deixam/apoiam a prática	409	1,8240	0,90657
11_tem outras coisas para fazer	409	3,2298	1,16988
12_falta de hábitos desportivos	409	2,3521	1,16873
13_o desporto é "aborrecido", "maçador " chato"	409	1,8680	0,96109
14_por razões económicas	409	1,8509	0,91809
15_as instalações desportivas ficam longe	409	2,1247	1,00811
16_há poucas pessoas interessadas	409	2,5746	1,08010
17_os horários disponíveis das instalações não são adequados	409	2,5599	1,08328

ITENS	N	Média	Desvio Padrão
18_por vergonha dos outros	409	2,0122	1,05131
19_falta de jeito	409	2,4108	1,14081
20_as modalidades existentes não são as que mais gostam	409	2,7848	1,15583
21_acham que não são bons a praticar desporto	409	2,3619	1,06923
22_não gostam dos professores/treinadores	409	2,0000	0,88284
23_não sabem jogar	409	2,3912	1,07945
24_não gostam de se submeter ao esforço físico	409	2,2078	1,06566
25_têm uma má condição física	408	2,1985	1,02897
26_os amigos também não praticam	409	2,5575	1,15777
27_tem medo ou receio de fazer mal	409	2,4401	1,20536
28_têm medo de se aleijar	409	2,2812	1,11876
29_falta de informação	409	2,3007	0,99016
30_o desporto não traz benefícios	409	1,5526	0,71249
31_não querem mudar o seu visual (ficar magro/ músculos)	409	1,9022	0,86615
32_falta de apoios, subsídios	409	1,9658	0,91223
33_por causa do seu visual (se são gordos ou muito magros)	409	2,1100	1,03617
34_por causa da idade	409	1,8386	0,83922
35_preguiça	409	2,7237	1,32637
36_porque não se sentem bem a praticar (sentem-se rejeitados)	409	2,2103	1,05709
37_não gostam do confronto físico	409	2,1443	0,99815
38_falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia	409	2,3252	1,04992
39_não gostam de estar em grupo	409	1,8900	0,94720

Conforme se pode observar na tabela 7 constata-se que os principais motivos para não adesão ao desporto escolar são: “falta de tempo”, “tem outras coisas para fazer”, “o horário não permite” e “as modalidades existentes não são as que mais gostam”.

Para analisar as diferenças entre os géneros masculino e feminino relativamente aos motivos para a não prática do DE, realizámos um teste Kolmogorov-Smirnov (Tabela 8) e verificámos que existem diferenças estaticamente significativas para os itens 1, 7, 8, 12, 15, 16, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 37 e 39.

Tabela 8. Comparação entre rapazes e raparigas quanto aos motivos para a não prática de DE

Item	Género	N	Média	Erro Desvio	Sig
1_falta de interesse, de vontade	Masculino	181	2,2210	1,14785	0,025
	Feminino	228	2,4605	1,04659	
7_por motivos de saúde	Masculino	181	1,8895	1,06403	0,014
	Feminino	228	2,0307	1,02133	
8_não gostam de fazer desporto	Masculino	181	1,9503	1,12188	0,017
	Feminino	228	2,1623	1,07227	
12_falta de hábitos desportivos	Masculino	181	2,1215	1,11884	0,005
	Feminino	228	2,5351	1,17747	
15_as instalações desportivas ficam longe	Masculino	181	1,9061	,94105	0,002
	Feminino	228	2,2982	1,02763	
16_há poucas pessoas interessadas	Masculino	181	2,3646	1,09019	0,007
	Feminino	228	2,7412	1,04467	
19_falta de jeito	Masculino	181	2,0994	1,08066	0,000
	Feminino	228	2,6579	1,12895	
20_as modalidades existentes não são as que mais gostam	Masculino	181	2,5083	1,11365	0,000
	Feminino	228	3,0044	1,14383	
21_acham que não são bons a praticar desporto	Masculino	181	2,1160	1,00156	0,015
	Feminino	228	2,5570	1,08303	
22_não gostam dos professores/treinadores	Masculino	181	1,8895	,91223	0,040
	Feminino	228	2,0877	,85062	
23_não sabem jogar	Masculino	181	2,1547	1,03727	0,010
	Feminino	228	2,5789	1,07756	
24_não gostam de se submeter ao esforço físico	Masculino	181	2,0055	1,03009	0,003
	Feminino	228	2,3684	1,06827	
27_tem medo ou receio de fazer mal	Masculino	181	2,1713	1,19185	0,000
	Feminino	228	2,6535	1,17542	

ITEN	Género	N	Média	Erro Desvio	Sig
28_têm medo de se aleijar	Masculino	181	1,9945	1,00276	0,002
	Feminino	228	2,5088	1,15530	
29_falta de informação	Masculino	181	2,1602	1,07588	0,001
	Feminino	228	2,4123	,90336	
30_o desporto não traz benefícios	Masculino	181	1,4696	,70349	0,028
	Feminino	228	1,6184	,71424	
31_não querem mudar o seu visual (ficar magro/ músculos)	Masculino	181	1,7680	,8n1736	0,033
	Feminino	228	2,0088	,89043	
32_falta de apoios, subsídios	Masculino	181	1,8619	,94736	0,007
	Feminino	228	2,0482	,87669	
33_por causa do seu visual (se são gordos ou muito magros)	Masculino	181	1,9392	1,00092	0,024
	Feminino	228	2,2456	1,04575	
35_preguiça	Masculino	181	2,4530	1,32676	0,010
	Feminino	228	2,9386	1,28896	
36_porque não se sentem bem a praticar (sentem-se rejeitados)	Masculino	181	2,0718	1,08542	0,007
	Feminino	228	2,3202	1,02314	
37_não gostam do confronto físico	Masculino	181	2,0055	1,04082	0,002
	Feminino	228	2,2544	,95088	
39_não gostam de estar em grupo	Masculino	181	1,7956	,98160	0,020
	Feminino	228	1,9649	,91420	

Para comparar os motivos para a não prática de DE entre o meio rural e meio urbano, fizemos o teste Kolmogorov-Smirnov, e verificou-se que não há diferença estatisticamente significativa, muito provavelmente porque as zonas consideradas rurais na zona de olhão são próximas da área urbana.

Tabela 9. Não Pratico DE_ falta de tempo

Classificação	N	%
Discordo plenamente	36	8,8
Discordo	73	17,8
Nem discordo nem concordo	69	16,9
Concordo	160	39,1
Concordo plenamente	71	17,4
Total	409	100,0

De acordo com a tabela 7 constatou-se que o item “falta de tempo” foi o mais selecionado, pela maioria dos alunos. Verificámos também que a classificação *Concordo* e o *Concordo plenamente* foram as mais assinaladas pelos alunos (n=231), perfazendo um total de 56,5%, onde 39,1% corresponde ao *Concordo* e 17,4% ao *Concordo plenamente* (Tabela 9).

Tabela 10. Não Pratico DE_ *tem outras coisas para fazer*

Classificação	N	%
Discordo plenamente	40	9,8
Discordo	79	19,3
Nem concordo nem discordo	81	19,8
Concordo	165	40,3
Concordo plenamente	44	10,8
Total	409	100,0

De acordo com a Tabela 7 constata-se que o item, tem outras coisas para fazer, foi o segundo item mais assinalado pela maioria dos alunos (n= 209). Através da Tabela 10, percebe-se que classificação *Concordo* foi a mais assinalada pelos alunos com um total de 40,3%.

Tabela 11. Não Pratico DE_ *o horário não permite*

Classificação	N	%
Discordo plenamente	37	9,0
Discordo	99	24,2
Nem discordo nem concordo	84	20,5
Concordo	138	33,7
Concordo plenamente	51	12,5
Total	409	100,0

De acordo com a tabela 7 constata-se que o item “o horário não permite”, foi o terceiro item mais assinalado pela maioria dos alunos (n= 189). Na Tabela 11 verificámos que o item “Concordo” e o “Discordo” foram os mais assinalados, com 33,7% e 24,2%, respetivamente.

Tabela 12. Análise comparativa da frequência da Prática DE entre os anos letivos 7º/8º/9º anos

Ano letivo	x por semana	N	%
7ºano	1x/semana	11	22,0
	2x/semana	28	56,0
	3x/semana	7	14,0
	4x/semana	3	6,0
	5x/semana	1	2,0
	Total	50	22,6%
Total de alunos		221	100%
8ºano	1x/semana	7	25,0
	2x/semana	15	53,6
	3x/semana	2	7,1
	4x/semana	3	10,7
	5x/semana	1	3,6
	Total	28	21%
Total de alunos		133	100%
9º ano	1x/semana	8	30,8
	2x/semana	10	38,5
	3x/semana	5	19,2
	4x/semana	1	3,8
	5x/semana	2	7,7
	Total	26	16%
Total de alunos		159	100%

Na tabela 12 podemos concluir que os alunos do 7º ano são os que mais praticam atividades de DE com 22,6% de participantes. Os alunos do 9º ano são os que menos praticam DE com 16% de participantes.

Podemos também constatar que em qualquer um dos anos de escolaridade (7º/8º e 9º), a frequência de prática de DE mais comum, realizada pelos alunos, é 2x/semana.

4. Discussão dos resultados

Neste ponto são discutidos os resultados obtidos, de acordo com a bibliografia consultada, e tendo em conta os objetivos deste estudo. Para tal, seguir-se-á a mesma ordem utilizada na apresentação dos resultados.

Estudo 1

De acordo com os dados obtidos, verificou-se que os motivos mais importantes referidos pelos alunos para a prática de DE são *“Fazer exercício”, “Estar em boa condição física”, “Trabalhar em Equipa”, “Divertimento” e “Manter a forma”*. Estes dados vão de encontro ao referido na literatura em geral (Viegas et al., 2009; Costa, 2012; Carvalho et al., 2013; Januário, 2012; Costa, 2015). Visto que estes motivos estão intimamente relacionados a objetivos desportivos, podemos dizer que são os motivos de cariz intrínseco que mais contribuem para que os jovens se envolvam no desporto escolar.

Relativamente aos motivos menos importantes para a prática de DE podemos dizer que o *“Sair de casa”, “Ser conhecido”, “Receber prémios” e “Viajar”* são os mais mencionados. Estes resultados são concordantes com os autores (Viegas et al., 2009; Costa, 2015). Assim sendo, pode-se afirmar que os motivos menos valorizados são de carácter extrínseco.

Dos 104 alunos (20,2%) que aderiram ao Desporto Escolar, 71 participantes são do sexo masculino (68,3%) e 33 participantes do sexo feminino (31,7%). Conforme estudos anteriores, estes resultados estão em linha com as investigações de muitos outros autores, nos quais se constata que os rapazes são mais ativos do que as raparigas (Marques, Carreiro da Costa, 2013; Santos et al., 2005; Esculcas & Mota, 2005; Seabra et al., 2008; Marshall et al., 2007). Este é um fenómeno comum em todos os países e parece ser um denominador comum em sujeitos de diferentes etnias (Marshall et al., 2007).

Estudo 2

No que respeita aos motivos mais importantes para a não prática de DE este estudo permitiu verificar que a “falta de tempo”, “tem outras coisas para fazer”, e “o horário não permite” são os mais mencionados. Estes resultados vão de encontro ao que é referido por vários autores como (Viegas et al., 2009; Costa, 2012; Silvestre, 2013; Costa, 2015), onde os motivos relacionados à falta de tempo são os mais valorizados.

Os motivos menos mencionados para a não prática de DE são “O desporto é aborrecido/ maçador/ chato”, “Por razões económicas”, “Por causa da idade”, “Os pais não deixam/apoiam a prática”, “O desporto não traz benefícios” comprovado pelos autores (Viegas et al., 2009; Duarte & Martins, 2012; Costa, 2015).

Constatou-se que o item “O Desporto não traz benefícios” é o menos valorizado para a não adesão à prática de DE, o que nos indica que ao alunos têm consciência que a prática desportiva proporciona benefícios.

O estudo apresenta como limitação o facto de se reportar apenas a um agrupamento de Escolas. Para além disso, durante a aplicação dos questionários, verificámos a necessidade de existir uma pergunta referente à prática de atividade física fora da escola, pois alguns alunos ficaram na dúvida se na prática do desporto escolar contava praticar atividade física no exterior. Essa mensagem levou-nos a questionar, se os alunos são ativos ou inativos e se a prática de desporto extracurricular era ou não um fator para a não prática de desporto escolar.

5. Conclusão e recomendações futuras

Os resultados deste estudo coincidem com a literatura e permite-nos verificar que existe um baixo índice de participação desportiva dos jovens no DE, o que se apresenta como um problema grave em que devemos trabalhar para solucionar.

Este estudo permite-nos concluir que os alunos envolvem-se na prática regular do Desporto Escolar pelos seguintes motivos: *“Fazer exercício”, “Estar em boa condição física”, “Trabalhar em Equipa”, “Divertimento” e “Manter a forma”*.

Os motivos mais importantes para a não adesão são a *“Falta de tempo”, “Tem outras coisas para fazer”, e “O horário não permite”*.

São os alunos mais jovens que mais praticam DE, bem como os alunos do sexo masculino.

Verificou-se que a zona onde vivem, distinguida em meio rural ou urbano, não fez diferença para a não prática de DE, muito provavelmente porque o meio rural do concelho de olhão está muito próximo da zona urbana.

A prática da atividade física apresenta inúmeros benefícios, descritos na literatura, que referem a necessidade de uma vida ativa e recomendam a prática regular de exercício físico ao longo de todo o ciclo de vida.

O Desporto Escolar (DE) é uma atividade extracurricular, opcional, que se constitui como uma área da educação que apresenta diversos benefícios sociais e de saúde.

Como os rapazes e raparigas apresentam diferenças estatisticamente significativas para alguns motivos da não prática do DE, seria importante desenvolver ações de promoção do DE direcionadas para cada género.

Como profissionais de Educação Física, devemos encaminhar os nossos alunos para o DE, promovendo cada vez mais as boas práticas desportivas para uma vida saudável.

6. Referências bibliográficas

Bagley, S., Salmon, J., & Crawford, D. (2006). *Family structure and children's television viewing and physical activity*. *Med Sci Sports Exerc*, 38(5), 910-918. Retrieved from https://journals.lww.com/acsm-msse/fulltext/2006/05000/Family_Structure_and_Children_s_Television_Viewing.16.aspx.

doi: 10.1249/01.mss.0000218132.68268.f4

Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Bera (2009). *Physical education and sport pedagogy special interest group. The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review*. *Research Papers in Education*, 24(1), 1- 27. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/02671520701809817>.

Carreiro da Costa F., & Marques A., (2011). *Promoting active and healthy lifestyle at school: views of students, teachers, and parents in Portugal*. *Contemporary Issues In Physical Education: International Perspective* (pp.249.268). Maidenhead: Meyer & Meyer.

Carreiro da Costa F., Dinis J., Carvalho L., & Onofre M. (1996). *School Physical Education purpose – the parents' view*. In R. Lidar, E. Eldar, I. Harari (Eds), *Bridging the Gaps Between Disciplines, Curriculum and Instruction. Proceedings of the 1995 AEISEP World Conference* (pp. 181-187). Israel: Wingate Institute.

Carvalho F., Martins J., Costa J., Cardoso J., Gomes L., & Carreiro da Costa F., (2016). *Haverá diferenças dos níveis de atividade física entre os rapazes e as raparigas adolescentes nos vários contextos de prática?* *Boletim SPEF*, 40, 91-99.

Carvalho A., Soares J., Monteiro R., Vieira S., & Gonçalves F. (2013). *Motivos que levam à prática de desporto escolar*. *Revista da Sociedade Científica de pedagogia do Desporto*, 1(2),

243-252. Retrieved from

<https://repositorio.ismai.pt/bitstream/10400.24/146/1/Motivos%20que%20levam%20%C3%A0%20pr%C3%A1tica%20do%20Desporto%20Escolar.pdf>

Currie C., Roberts C., Morgan A., Smith R., Settertobulte W., Samdal O., & Rasmussen V. (2004). *Young people's health in context. Health behaviour in school-age children (HBSC) Study: international report from the 2001/2002 survey*. Copenhagen: WHO. Retrieved from http://www.who.int/immunization/hpv/target/young_peoples_health_in_context_who_2011_2012.pdf

Decreto-Lei n.º 95/91 de 26 de Fevereiro, secção II, artigo 5.º do Regime Jurídico da Educação Física e do Desporto. Obtido em Novembro de 2014, em: <http://www.dre.pt/pdf1sdip/1991/02/047a00/09400946.pdf>

Direção Geral de Educação (2017). *Programa do Desporto Escolar 2017-2021*. Direção de serviços de projetos educativos – Divisão de Desporto Escolar. República Portuguesa.

Duarte I., & Martins J., (2012). *Motivação para a prática e não prática no desporto escolar na EBI C/JI cidade castelo branco. Relatório de estágio para a obtenção do grau de mestre em ensino de educação física nos ensinos básico e secundário (2º ciclo de estudos)*. Universidade da Beira Interior.

Fernandes, H.M. (2003). *Motivação no contexto da Educação Física: Estudo centrado no valor preditivo das intenções de prática desportiva em função da motivação intrínseca*. Tese de Licenciatura não publicada, Vila Real: UTAD.

Fernandes, H.M. (2005). Análise factorial confirmatória do IMAAD numa população adulta. *Psychologica*. 38, 307-320.

Fitzgerald, H. (2006). *The Handbook of Physical Education. Disability and Physical Education*. Sage Publications. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.4135/9781848608009.n42>

Frias J., & Serpa S., (1991). *Fatores de motivação para a atividade gímnica no quadro da ginástica geral, ginástica de manutenção e ginástica de representação*. In J. Bento, & A. Marques (Eds.). *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*.1, 169-179.

Gill D., Gross J., & Huddleston S., (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14(1), 1-14.

Instituto Português do Desporto I.P., (2011). *Observatório Nacional da Actividade Física e Desporto – Livro Verde da Actividade Física*. Instituto do Desporto de Portugal, I.P. Retrieved from http://observatorio.idesporto.pt/Multimedia/Livros/Actividade/LVerdeActividadeFisica_GERAL.pdf

Janssen I., & LeBlanc A., (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40). Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2885312/pdf/1479-5868-7-40.pdf>.

doi: 10.1186/1479-5868-7-40.

Januário N., Colaço C., Rosado A., Ferreira V., & Gil R. (2012). Motivação para a prática desportiva nos alunos do ensino básico e secundário: Influência do género, idade e nível de escolaridade. *Motricidade*, 8(4), 38-51. doi: 10.6063/motricidade.8(4).1551

Kimm S., Glynn N., Kriska A., Barton B., Kronsberg S., Daniells S., Crawford P., Sabry Z., & Liu, K. (2002). Decline in physical activity in black girls and white girls during adolescence. *New England Journal of Medicine*, 347(10), 709-715. Retrieved from <https://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMoa003277>

Lubans D., & Morgan P., (2011). Adolescents and school sport: the relationship between beliefs, social support and physical self-perception. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 16(3), 237 - 250. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/17408989.2010.532784>

Marques A., Martins J., Peralta M., Carreiro da Costa F., & Piéron M., (2015). Do boys and girls share the same characteristics when they are equally classified as active or inactive? *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 267-274. Retrieved from https://acceda.ulpgc.es:8443/xmlui/bitstream/10553/13604/1/0537108_20152_0012.pdf

Marques A., Bouw M., Almeida T., & Carreiro da Costa F., (2016). Atividade física dos adolescentes da cidade de Lisboa. *El Journal Gymnasium*, 1(2). Retrieved from <https://g-se.com/atividade-fisica-dos-adolescentes-da-cidade-de-lisboa-2118-sa-O57cfb2727ed17>

Marques A., & Carreiro da Costa F., (2013). *Levels of Physical Activity of Urban Adolescents According to Age and Gender*. *International Journal of Sports Science*, 3(1), 23-27. doi: 10.5923/j.sports.20130301.05

Marques, A., Martins, J., & Costa da Costa, F. (2010). *Scholar sports participation according to age and sex of students from military schools*. *British Journal of Sports Medicine*, 44(14). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.2010.078972.24>

Marques, A., Martins, J., Sarmiento, H., Diniz, J., & Carreiro, F. (2014). *Adolescents physical activity profile according to parental physical activity participation*. *J. Hum. Sport Exerc*, 9(1), 81-90. Retrieved from https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/39579/1/jhse_Vol_9_N_I_81-90.pdf

doi:10.4100/jhse.2014.91.09

Martins, J., Marques, A., Peralta, M., Palmeira, A., & Carreiro da Costa, F. (2017). *Correlates of physical activity in young people: A narrative review of reviews. Implications for physical education based on a socio-ecological approach*. *Retos*, 31(31), 292-299. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/311368159>

McBride, B., Schoppe-Sullivan, S., & Ho, M. (2005). *The mediating role of fathers' school involvement on student achievement*. *J Appl Dev Psychol*, 26(2), 201-216. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.12.007>

Moreira, H., & Sardinha, L. (2012). *Prevalence of the Portuguese population attaining sufficient physical activity*. *Medicine & Science in Sport & Exercise*, 44(3), 466-473. Retrieved from https://journals.lww.com/acsm-msse/fulltext/2012/03000/Prevalence_of_the_Portuguese_Population_Attaining.14.aspx.

doi: 10.1249/MSS.0b013e318230e441

Peralta M., Carrilho D., Maurício I., Costa S., Carreira da Costa F., & Marques A., (2015). *Correlatos da participação no desporto escolar nos ensinos regular e militar. O papel do sexo, idade, estatuto socioeconómico e das atitudes*. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 10(1),133-138. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311132628016>

Russell R., Michael G., Thomas N., Elaine J., Thomas L., & Judith C., (2006). Promoting Physical Activity in Children and Youth - A Leadership Role for Schools. *Circulation American Heart Association, Inc*, 114, 14-122. Retrieved from <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.106.177052>

Silvestre, R. (2013). *Motivos da Não Prática Desportiva em Alunos da Escola Básica e Secundária Dr. José Leite de Vasconcelos de Tarouca*. Dissertação de Mestrado. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal.

Soares M., Meneses F., (2010). Adolescentes e motivação: um estudo sobre os motivos para não praticar atividade físico-desportiva. *Fiep Bulletin*. 80

Telama R., Yang X. (2000). Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. *Med. Sci. Sports Exerc.* 32(9),1617–1622. Retrieved from https://journals.lww.com/acsm-msse/Fulltext/2000/09000/Decline_of_physical_activity_from_youth_to_young.15.aspx

U.S. Department of Health and Human Services (2008). *Physical Activity Guidelines for Americans* (U0036). United States of America.

World Health Organization (2009). *A Snapshot of the Health of Young People in Europe*. Copenhagen: WHO Regional office for Europe.

World Health Organization (2010). *Global recommendations on physical activity for health*.

World Health Organization. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf;jsessionid=628F683620AB2FFA8B05968629FB796B?sequence=1

Yang, X., Telama, R., & Laakso, L. (1996). Parents' physical activity, socio-economic status and educational as predictors of physical activity and sport among children and youths – A 12-year follow-up study. *Int Rev Sociol Sport*, 31(3), 273-289. Retrieved from <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/101269029603100304>

Anexos

- Anexo I. Carta Encarregados de Educação
- Anexo II. Consentimento Informado e Esclarecido para os Encarregados de Educação
- Anexo III. Questionário “Estudo da Motivação para o Desporto Escolar em Alunos do 3º ciclo
- Anexo IV. Teste t
- Anexo V. Amostra Kolmogorov-Smirnov

Carta Encarregados de Educação

Exmo. Encarregado de Educação

O meu nome é Andreia Maria Serrano Cruz Roque e estou a contactá-lo porque o seu filho/educando foi um dos alunos selecionados para participar no estudo " Motivação para o Desporto Escolar em alunos do 3º ciclo no Agrupamento de Escolas Paula Nogueira".

No âmbito deste projeto os alunos selecionados serão entrevistados sobre os seus interesses ou não existentes no Desporto Escolar da sua escola. Estas entrevistas irão realizar-se na Escola e serão previamente agendadas com a Direção da Escola e o respetivo Diretor de Turma, de modo a não perturbar as atividades letivas.

Para tal, necessito que dê a sua autorização para que o seu filho/educando possa ser entrevistado. Junto envio um consentimento informado onde deverá declarar se autoriza ou não o seu filho/educando a participar.

Peço ainda, a sua colaboração, para responder ao questionário que também se encontra junto a esta carta, e que deve ser devolvido juntamente com o consentimento informado, caso autorize o seu filho/educando a participar.

Agradeço a atenção dispensada e fico ao dispor para qualquer esclarecimento que julgue necessário, através do *email* andreiamroque@gmail.com, ou pelo telemóvel 968560666.

Com os melhores cumprimentos,

Consentimento Informado e Esclarecido para os Encarregados de Educação

Andreia Maria Serrano Cruz Roque aluna de Mestrado em Educação Física nos Ensinos básicos e Secundários na Universidade Lusófona de Lisboa e autora deste estudo, vem convidar o seu filho/educando a participar num estudo que está a desenvolver no âmbito do seu mestrado com o objetivo de conhecer a motivação dos alunos para a prática e não prática de Desporto Escolar.

Este estudo vai decorrer no Agrupamento de Escolas Paula Nogueira, em alunos do 3º ciclo do Ensino Básico, do concelho de Olhão.

Este estudo irá permitir conhecer os motivos pelos quais os alunos praticam e não praticam desporto escolar, de forma a estabelecer orientações promotoras de atividade física dirigidas a estas faixas etárias.

Não se prevê nenhum tipo de risco ou desconforto para o seu filho/educando, sendo assegurada a privacidade dos jovens, assim como a confidencialidade de todos os dados obtidos.

A participação do seu filho/educando é voluntária e necessita do seu consentimento por escrito.

Para esclarecimento de quaisquer dúvidas pode contactar-me através do email andreamroque@gmail.com ou pelo telemóvel 968560666.

_____Encarregado(a) de Educação do(a) aluno(a)_____ Declaro que li toda a informação fornecida e **autorizo/não autorizo** (riscar o que não interessa) que o(a) meu(minha) educando(a) participe no “Estudo da Motivação para o Desporto Escolar em Alunos do 3ºCiclo”, nos termos da informação prestada.

Data ____ / ____ / ____

Assinatura do Encarregado de Educação

		Teste de Levene para igualdade de variâncias		teste-t para Igualdade de Médias						
		Z	Sig.	t	df	Sig. (2 extremidades)	Diferença média	Erro padrão de diferença	95% Intervalo de Confiança da Diferença	
									Inferior	Superior
Pratico AF_melhorar capacidades técnicas	Variâncias iguais assumidas	3,202	0,077	2,435	102	0,017	0,49125	0,20177	0,09104	0,89146
	Variâncias iguais não assumidas			2,799	88,651	0,006	0,49125	0,17550	0,14251	0,83999
Pratico AF_ganhar	Variâncias iguais assumidas	1,301	0,257	3,107	102	0,002	0,74477	0,23970	0,26932	1,22022
	Variâncias iguais não assumidas			3,365	76,569	0,001	0,74477	0,22132	0,30402	1,18552
Pratico AF_ter emoções fortes	Variâncias iguais assumidas	1,827	0,180	2,737	102	0,007	0,57618	0,21055	0,15857	0,99380
	Variâncias iguais não assumidas			2,861	69,896	0,006	0,57618	0,20141	0,17448	0,97789
Pratico AF_ter ação	Variâncias iguais assumidas	2,123	0,148	2,179	102	0,032	0,42510	0,19510	0,03812	0,81207
	Variâncias iguais não assumidas			2,314	72,833	0,023	0,42510	0,18367	0,05903	0,79116
Pratico AF_entrar em competição	Variâncias iguais assumidas	0,000	0,984	2,472	102	0,015	0,57106	0,23099	0,11289	1,02924
	Variâncias iguais não assumidas			2,371	56,523	0,021	0,57106	0,24089	0,08861	1,05352
Pratico AF_attingir um nível desportivo mais elevado	Variâncias iguais assumidas	0,289	0,592	3,381	102	0,001	0,62356	0,18442	0,25777	0,98935
	Variâncias iguais não assumidas			3,321	59,821	0,002	0,62356	0,18775	0,24798	0,99914

Resumo de Teste de Hipótese

	Hipótese nula	Teste	Sig.	Decisão
1	A distribuição de Pratico AF_melhorar capacidades técnicas é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,025	Rejeitar a hipótese nula.
2	A distribuição de Pratico AF_ganhar é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,173	Reter a hipótese nula.
3	A distribuição de Pratico AF_ter emoções fortes é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,113	Reter a hipótese nula.
4	A distribuição de Pratico AF_ter ação é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,301	Reter a hipótese nula.
5	A distribuição de Pratico AF_entrar em competição é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,244	Reter a hipótese nula.
6	A distribuição de Pratico AF_estar com amigos é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	1,000	Reter a hipótese nula.
7	A distribuição de Pratico AF_descarregar energias é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,840	Reter a hipótese nula.
8	A distribuição de Pratico AF_viajar é a mesma entre as categorias de Genero.	Teste Kolmogorov-Smirnov de Amostras Independentes	,413	Reter a hipótese nula.

São exibidas significâncias assintóticas. O nível de significância é ,05.