

**RAFAEL HENRIQUE ARAGÃO FERNANDES
FERREIRA**

**A DECISÃO DA REMOÇÃO DA NOTA DE
EDUCAÇÃO FÍSICA NA CLASSIFICAÇÃO FINAL DO
ENSINO SECUNDÁRIO: UM ESTUDO SOBRE A
SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS
BÁSICAS DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
E UMA ASSOCIAÇÃO DESTAS COM A SATISFAÇÃO
DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS FORA
DO CONTEXTO DE AULA**

**Orientador: Professor Doutor António João Labisa da Silva
Palmeira**

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Faculdade de Educação Física e Desporto**

**Lisboa
2017**

**RAFAEL HENRIQUE ARAGÃO FERNANDES
FERREIRA**

**A DECISÃO DA REMOÇÃO DA NOTA DE
EDUCAÇÃO FÍSICA NA CLASSIFICAÇÃO FINAL DO
ENSINO SECUNDÁRIO: UM ESTUDO SOBRE A
SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS
BÁSICAS DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
E UMA ASSOCIAÇÃO DESTAS COM A SATISFAÇÃO
DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS FORA
DO CONTEXTO DE AULA**

Dissertação apresentada na Universidade Lusófona de
Humanidades e Tecnologias para obtenção do Grau de Mestre
em Educação Física e Desporto Escolar nos Ensinos Básicos e
Secundário com o Despacho Reitoral nº041/2018

Presidente: Professora Doutora Raquel Maria dos Santos Barreto Sajara Madeira
Orientador: Professor Doutor António João Labisa da Silva Palmeira
Arguente: Professora Doutora Eliana Cristina Veiga Carraga

**Orientador: Professor Doutor António João Labisa da Silva
Palmeira**

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Faculdade de Educação Física e Desporto**

**Lisboa
2017**

Resumo

Este relatório de investigação teve como objetivo analisar a decisão tomada no sentido de retirar a nota de Educação Física (EF) do cálculo final da média do Ensino Secundário e as implicações que essa decisão possa ter no que respeita à satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas (NPB) dos alunos durante a sua participação na disciplina e, também, procurar associações entre essa satisfação e a satisfação das NPB na sua prática de exercício atual.

Foi, então, selecionada uma amostra (n=195) de antigos alunos que frequentaram o Ensino Secundário há menos de 6 anos e, em que 74 são rapazes e 121 são raparigas. Desta amostra, 145 inquiridos tiveram a sua média final dependente da nota de EF e 50 sem que esta contasse para a média final.

Para avaliar as NPB dos alunos nas aulas de EF foi utilizado o questionário *Basic Psychological Needs Scale* e para avaliar as NPB no exercício, ou seja, no momento atual, foi utilizado o *Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale*.

Os resultados nesta investigação indicam que não há diferenças significativas na satisfação das NPB entre os alunos em que a nota contava para a média final e aqueles em que esta não contava. No que diz respeito à verificação de associações entre a satisfação das NPB durante as aulas e no momento atual, verificou-se que: a autonomia nas aulas de EF está associada com a autonomia, competência e relação no momento atual; a competência nas aulas de EF está associada com a competência e relação no momento atual; a relação positiva com os colegas nas aulas de EF está associada com a competência e relação no momento atual; a relação positiva com os professores está associada com a competência, autonomia e relação no momento atual.

Palavras-chave: Teoria da auto-determinação; Necessidades Psicológicas Básicas; Educação Física; Atividade Física

Abstract

The objective of the present research report is to analyse the decision to withdraw the Physical Education (PE) mark from the final classification of secondary course of studies and the repercussions that this decision may have regarding students Basic Psychological Needs (BPN) satisfaction, during their participation within the subject and, as well, to find out any association between this satisfaction and the satisfaction of BPN in their current physical exercise.

A sample of former students (n=195) was selected; these students attended secondary school less than 6 years ago, from which 74 are males and 121 females. From this sample, 145 had their secondary final mark comprising PE and 50 of them didn't have PE included in their final mark.

To access the students' BPN in PE classes it was used the Basic Psychological Needs Scale questionnaire and to access the students' BPN in exercise, that is, in the present moment, it was used the Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale.

The results of this investigation show that there are no significant differences in what concerns the satisfaction of BPN either among the students whose final mark included PE or the students whose mark didn't include this one. Concerning the association between the students' BPN during classes and the present moment, it was found that: the autonomy in PE classes is linked to the autonomy, competence and relatedness of today's present moment; the competence in PE classes is connected to the competence and the present moment relatedness; the positive relatedness between classmates in PE classes is linked to present moment competence and relatedness; the positive relatedness with teachers is associated to present moment competence, autonomy and relatedness.

Keywords: Self-determination theory; Basic Psychological Needs; Physical Education; Physical Activity

Lista de Siglas e Abreviaturas

AF: Atividade Física

EF: Educação Física

NPB: Necessidades Psicológicas Básicas

SNPB: Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas

PNSE: Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale

TAD: Teoria da auto-determinação

NASPE: National Association for Sport and Physical Education

SPEF: Sociedade Portuguesa de Educação Física

CNAPEF: Conselho Nacional das Associações e Profissionais de Educação Física

Índice

Introdução	1
Objetivo.....	8
Hipóteses de estudo.....	8
Método	8
Resultados	12
Discussão	14
Limitações do estudo	17
Estudos Futuros.....	17
Conclusão.....	18
Reflexão Crítica	18
Referências Bibliográficas	20

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Valores dos parâmetros descritivos, frequências e percentagem das variáveis género e nota contou vs nota não contou	9
Tabela 2 - Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas entre os alunos em que a nota contava para a média e os alunos em que a nota não contava para a média .	12
Tabela 3 - Associação entre a Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas durante as aulas de EF e atualmente.....	13

Introdução

A diminuição evidente dos níveis de atividade física (AF) no trabalho, nas tarefas domésticas, nos transportes e também em parte, no tempo de lazer foi durante algum tempo considerada como uma consequência benigna do tão desejado avanço tecnológico. Com isto aumentou também a evidência científica, demonstrando que a falta de AF ou o sedentarismo constitui uma séria ameaça para a capacidade funcional, saúde e bem-estar do ser humano em particular, e das populações em geral (Vuori, Lankenau & Pratt, 2004).

Ntoumanis (2005), diz-nos que a disciplina de EF tem um papel fundamental para aumentar a AF nos jovens. Uma afirmação partilhada por Jacinto, Comédias, Mira e Carvalho (2001), que nos dizem que as finalidades desta disciplina são: melhorar a aptidão física, promover a aprendizagem, desenvolvimento multilateral (através de várias matérias), promover o gosto pela prática, desenvolver hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais (higiene, responsabilidade, ética desportiva, etc).

Segundo a *National Association for Sport and Physical Education* (NASPE, 2004), o objetivo da EF é desenvolver alunos fisicamente educados (ou seja, que: demonstrem competência nas habilidades motoras e nos padrões de movimento necessários para praticar um conjunto variado de AF; apresentem e mantêm uma adequada aptidão/condição física relacionada com a saúde; pratiquem regularmente AF; demonstrem conhecer como utilizar os princípios e as estratégias necessárias para conseguir benefícios da prática das AF; valorizem a AF relacionada com a saúde assim como a sua contribuição para um estilo de vida saudável; exibem um comportamento

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

peçoal e social responsável respeitando-se a si mesmo e aos outros) e que possuam conhecimentos, habilidades e confiança para desfrutar da AF durante toda a vida.

Para a NASPE (2011), a EF deve assentar numa base diária, representando um importante papel na educação global da criança, defendendo que cada criança entra na escola e aprende sobre a prática de um estilo de vida saudável, aprende num ambiente desafiante a nível cognitivo, está ativamente ligada à aprendizagem na escola e na sociedade em geral, é apoiada por agentes qualificados e é desafiada por um currículo equilibrado, preparando-a para o sucesso na faculdade ou no mundo do trabalho.

Em Portugal, a posição tomada sobre a disciplina e a relação que esta tem com a média final dos estudantes do ensino secundário ainda é incerta pois os Decretos-Lei sobre o tema são vários, sendo que em 2012 (Decreto-Lei 139/2012), a nota de Educação Física foi retirada da média ao Ensino Superior.

Acredita-se, ao realizar esta investigação, que a remoção da nota para a média final possa descredibilizar o valor da disciplina. Posição tomada, igualmente, por SPEF e CNAPEF (2013, 2016). É importante perceber, também, quais as repercussões que esta decisão tem no quotidiano dos antigos alunos de Educação Física e, perceber se esta decisão afetou a satisfação das NPB dos alunos durante as aulas, tal como Pereira e Carraça (2015) verificaram no seu estudo e, após o ensino secundário. O facto deste estudo ser retrospectivo permite-nos relacionar todas estas variáveis.

Teoria da Auto-Determinação (TAD)

Apesar desta teoria focar-se essencialmente na motivação, Deci e Ryan (2000b), dizem-nos que na TAD temos três NPB (nomeadamente: competência, relacionamento positivo e autonomia) que descrevem características psicológicas inatas e são essenciais

para a integridade, crescimento psicológico contínuo, e bem-estar. Segundo Gagné e Deci (2005), estas são importantes para todas as pessoas.

Deci e Ryan (2000b) afirmam que não existem momentos ótimos de desenvolvimento saudável em que uma necessidade de autonomia, relação ou competência não estivesse presente, independentemente da avaliação dessas necessidades tivesse sido realizada de forma consciente pelos indivíduos. Ou seja, uma boa saúde psicológica requer uma satisfação de todas estas três NPB.

Estes autores dizem-nos ainda que, muitos comportamentos são especificamente voltados para a satisfação das necessidades básicas, particularmente quando há pouca satisfação dessas NPB, por exemplo: quando se sentem sozinhas, as pessoas podem procurar, especificamente, companheirismo (relacionamento positivo); quando controladas, podem procurar, especificamente, autonomia; e quando se sentem ineficazes, podem procurar, apenas, trabalhar para se tornarem mais competentes. Mas, quando estão a ter uma satisfação total das NPB, não se comportam especificamente para satisfazê-las; em vez disso, fazem o que acham mais interessante (motivação intrínseca) ou importante (motivação extrínseca).

A necessidade de competência reflecte o desejo de interagir eficazmente com o meio envolvente, e é satisfeita quando o aluno é bem-sucedido na realização de tarefas e actividades que considera como desafiantes e consegue atingir os objectivos desejados. Consequentemente, o aluno irá revelar um maior interesse na realização de determinadas tarefas (Deci & Ryan, 2000b).

Estes autores dizem-nos, ainda, que aqueles que estão interessados, abertos e com vontade em aprender têm mais capacidade em adaptar-se a novos desafios em diferentes contextos. Segundo Ryan, Williams, Patrick e Deci (2009), a TAD reconhece

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

a importância das sensações de competência ou eficácia para o comportamento motivador. Para intervir, uma pessoa precisa de experienciar algum nível de eficácia e confiança.

É esta abertura e natureza da necessidade de competência que a torna uma característica adaptativa e profundamente estruturada da natureza humana (Deci & Ryan, 2000b).

Segundo Ryan et al. (2009), o sentido de competência na TAD não está relacionado, apenas, com as habilidades e historial de um indivíduo mas, também com os aspetos do ambiente social. Ou seja, os intervenientes que estão à volta do indivíduo, sejam os treinadores, colegas de equipa, pais ou outros, quando fornecem feedback positivo, a sensação de competência pode aumentar e, conseqüentemente, a motivação. Por outro lado, quando os agentes de intervenção são críticos ou fornecem um contínuo feedback negativo, as sensações de competência diminuem e a probabilidade do indivíduo desencorajar-se e desmotivar-se aumenta.

A necessidade de autonomia não tem que significar ser independente. Esta centra-se no aluno, ou seja, é o conjunto de decisões e acções (comportamentos) que o aluno toma de acordo com os seus valores pessoais e após uma ponderada reflexão e consciencialização (Ryan et al., 2009). Esta autonomia é um estado interno que se refere à regulação pelo “eu” e das próprias acções, em que é o aluno que está na origem do seu próprio comportamento e não forçado com as quais ele não se identifica (Deci & Ryan, 2000b).

É possível, autonomamente, decidir que se quer fazer e, para o fazer, preferir ter apoio de outro (por exemplo: um *personal trainer*). Isso não tem que ameaçar a

autonomia desde que não haja sentimento de pressões ou controlos por outros (Teixeira & Silva, 2013).

Segundo Ryan et al. (2009), a TAD é a única que enfatiza a importância fundamental da autonomia. No entanto, a capacidade para ser autónomo é fortemente influenciada por ambientes sociais, que podem variar desde apoiantes da autonomia autorregulada a compulsivos e controladores que, segundo Sheldon, Ryan, Deci e Kasser (2004), são aqueles ambientes em que se sentem pressionados em pensar, sentir, ou comportar em determinados momentos.

Deci e Ryan (2000b), indicam que esta NPB está direcionada para a auto-organização e a autorregulação. A capacidade em ser autónomo faz com que sejam evitados comportamentos inadequados. Através da autonomia, os indivíduos regulam melhor as suas ações o que os torna com uma maior capacidade de adaptação.

Minelli, Nascimento, Vieira e Barbosa-Rinaldi (2010), dizem-nos que o processo de ensino-aprendizagem só obtém resultados positivos se os professores adotarem posturas e estratégias que enfatizem um ambiente promotor desta autonomia.

Por último, a TAD diz-nos que uma sensação de conexão e de pertencer a algo é essencial para o bem-estar e integração (Ryan et al., 2009). Estes autores dizem-nos que um relacionamento positivo refere-se a este tipo de conexão a outro, um sentimento que inclui a sensação de estar incluído e de merecer a preocupação de outros dentro do domínio da ação. Dentro deste contexto de relacionamento positivo, os indivíduos estão mais predispostos a valorizar o ambiente e, também, as habilidades. Esta NPB, segundo estes autores, é suportada pelo afeto, preocupação e com um envolvimento com os outros.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Segundo Deci e Ryan (2000b), a necessidade de relacionamento positivo baseia-se na procura de relacionamentos do aluno com outras pessoas, reflectindo o desejo de sentimento de pertença. O facto de o aluno se sentir querido e bem relacionado com os colegas e professores, faz com que tenha mais facilidade para a aquisição dos regulamentos sociais (normas, regras e valores), pois é através do relacionamento com outras pessoas que ocorre a aprendizagem.

Markland, Ryan, Tobin e Rollnick (2005) dizem-nos que existe uma satisfação desta NPB através do interesse genuíno e afeto do professor, empatia e apoio não participante e, pelo pouco feedback orientado para a crítica ou culpa. Tal como acontece com a competência, a tendência para relacionamentos reflete uma dinâmica de organismos sociais. A necessidade de relacionamento tem a sua forma específica de expressão (Deci & Ryan, 2000b).

No domínio da AF, seja desporto, exercício físico, ou outras formas de exercitação, um suporte às NPB facilita uma motivação intrínseca e uma incorporação – o prazer e persistência nas atividades está diretamente relacionado com estas NPB. Pelo contrário, quando estas necessidades não são satisfeitas, os indivíduos perdem a motivação e as probabilidades em manterem um comportamento ativo nos exercícios tornam-se menores (Ryan et al., 2009).

As NPB são “nutrientes” essenciais pelos quais ninguém pode evoluir sem satisfazê-las a todas (Deci & Ryan, 2000a).

Se os indivíduos não experimentarem a satisfação em aprender por si próprios (se têm que ser encorajados por reforços exteriores) têm menos probabilidades em adquirir as habilidades e as capacidades específicas que lhes são inatas, em desenvolver novas potencialidades, ou ambas (Deci & Ryan, 2000b).

Modelo Trans-contextual

Hagger e Chatzisarantis (2015), dizem-nos que este modelo trans-contextual é um conjunto de várias teorias para perceber quais as formas de motivação relacionadas com as atividades educacionais que levam a uma maior motivação para a realização de atividades e comportamentos semelhantes fora do contexto escolar. Este modelo baseia-se fortemente na teoria da auto-determinação como um importante sistema explicativo para os efeitos da motivação no comportamento.

É composto por três proposições: a primeira (Deci & Ryan, 1985, 2000, citados por Hagger & Chatzisarantis, 2015), diz-nos que a perceção de suporte para a motivação intrínseca leva à existência de uma motivação intrínseca em contextos escolares, em que uma motivação intrínseca leva a um determinado comportamento que levará a uma intenção em concretizar o mesmo comportamento no futuro. A segunda proposição (Vallerand, 1997, citados por Hagger & Chatzisarantis, 2015), diz-nos que uma motivação intrínseca nas atividades referentes ao contexto escolar leva a uma motivação intrínseca em atividades semelhantes fora do contexto escolar. Se um aluno experiencia uma atividade de forma autónoma em EF, este fomenta a sua motivação intrínseca e satisfaz as NPB no futuro. Por último, a terceira proposição (Ajzen, 1985, 1991, 2014, citado por Hagger & Chatzisarantis, 2015), diz-nos que uma motivação intrínseca dentro e fora do contexto escolar leva a uma intenção de envolvimento futuro em atividades fora do contexto escolar.

Este modelo recebeu um considerável suporte empírico, particularmente pela relação entre a motivação intrínseca em contextos de EF e na prática de atividades físicas fora da escola

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Objetivo

Este trabalho de investigação tem como objetivo: i) comparar a satisfação das NPB nas aulas de EF entre os alunos em que a nota da disciplina contava para a média final e os alunos em que esta nota não contava e, ii) procurar associações entre a satisfação das NPB durante as aulas de EF e atualmente. Para tal, foram realizados questionários a dois grupos de antigos alunos que estiveram inscritos e realizaram aulas de EF há menos de cinco anos (aquando da realização dos questionários) em que num grupo a nota da disciplina contava para a média final e no outro grupo a nota não contava.

Hipóteses de estudo

H1: O nível de satisfação das NPB nas aulas de Educação Física é maior nos alunos em que a nota contava para a média final;

H2: Os alunos que tinham um maior nível de satisfação das NPB nas aulas de EF são os que têm um maior nível de satisfação das NPB hoje em dia.

Método

Desenho do Estudo

Foi realizado um estudo transversal e retrospectivo, pois os inquiridos foram questionados uma única vez acerca de conhecimentos passados e, de natureza quantitativa com a finalidade de descrever e comparar os resultados obtidos entre o grupo em que a nota contava para a média final com o grupo em que a nota não contava.

Participantes

A amostra é constituída por 195 antigos alunos, entre os quais 74 (37,9%) são do género masculino e 121 (62,1%) são do género feminino, que, completando o 12º ano

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

de escolaridade teriam, obrigatoriamente, que ter seguido outra área de estudo ou de trabalho que não estivesse relacionada com desporto ou com qualquer prática de atividade.

Para a realização desta investigação, foi essencial separar a amostra em dois grupos: aqueles em que a nota de EF não contava para a média final (25,6%); e o outro grupo em que a nota da disciplina contava para a média final (74,4%).

	Género		Média EF		Amostra
	Masculino	Feminino	Contou	Não contou	Total inquiridos
N	74	121	145	50	195
%	37,9	62,1	74,35	25,6	100

Tabela 1 - Valores dos parâmetros descritivos, frequências e percentagem das variáveis género e nota contou vs nota não contou

Os dados em cima descritos foram recolhidos por alunos que frequentavam a unidade curricular “Projeto” pertencente ao 3º ano de Educação Física e Desporto da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. O tratamento de dados foi, posteriormente, realizado pelos alunos de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário nas reuniões semanais para a realização do relatório de investigação.

A recolha foi realizada a indivíduos que cumprissem o pré-requisito estabelecido, ou seja, que não tivessem finalizado o ensino secundário há mais de 6 anos. A recolha foi voluntária e de preenchimento online.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Instrumentos

Neste estudo, ao longo da recolha de dados, foram utilizados dois instrumentos. Assim, para avaliar a Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas nas aulas de EF (SNPB_EF) dos alunos, foi utilizado o *Basic Psychological Needs Scale* (BPNS) de Standage, Duda e Ntoumanis (2005), adaptado para a língua portuguesa e em fase de validação. Esta escala é constituída por 21 itens e 4 subescalas: autonomia ("Sinto que posso decidir quais as atividades que vou realizar"), necessidade de competência ("Sinto que sou bastante bom na EF"), necessidade de relacionamento positivo com os professores ("Quando estou com o meu professor nas aulas, sinto-me seguro") e necessidade de relacionamento positivo com os colegas ("Quando estou com os meus colegas nas aulas de EF, sinto-me apoiado").

As respostas são dadas numa escala de Lickert com 7 pontos, variando de 1 (discordo completamente) a 7 (concordo totalmente). Os scores são calculados através da soma dos itens de cada subescala, em que posteriormente será realizada a média, ou seja, scores mais elevados indicam maior perceção de satisfação da respetiva necessidade. O SNPB_EF tem uma amplitude de Min=5/6 3 Max=35/42 para cada subescala. Apresenta os seguintes valores de Consistência Interna: relacionamento positivo professores – 0.91; relacionamento positivo colegas – 0.86; competência – 0.84; autonomia – 0.67 (abaixo de 0.70, mas aceitável).

Para avaliar a Satisfação das Necessidades Básicas dos ex-alunos atualmente, foi utilizado o *Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale* (PNSE) de Wilson, Rogers, Rodgers e Wild (2006), que avalia esta satisfação em relação ao exercício físico praticado fora do contexto de aula.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Esta escala é constituída por 18 itens e 3 subescalas: autonomia, competência e relação com os outros.

As respostas são dadas, também, numa escala de Lickert com 6 pontos, variando de 1 (falso) a 6 (verdade). Os scores são calculados através da soma dos itens de cada subescala, em que posteriormente será realizada a média, ou seja, tal como a escala anterior, scores mais elevados indicam maior perceção de satisfação da respetiva necessidade. O PNSE tem uma amplitude de Min=1.33 para a autonomia, Min=2 para a competência e Min=1 para o relacionamento. A amplitude Max=6 para as três subescalas.

Procedimentos operacionais

Foram pensadas em algumas estratégias de forma a recolher o máximo número de questionários de uma forma eficaz, ou seja, sem a utilização de muitos meios e que fossem obtidos em pouco tempo. Foi, então, que os inquéritos foram realizados *online* através da plataforma Google Drive em que foi criado um Formulário Google.

O modo de escolha dos inquiridos, foi realizado de forma aleatória perante a regra estabelecida de que o aluno teria que ter completado o ensino secundário no máximo há 6 anos.

Procedimentos estatísticos

O tratamento e análise dos dados foram realizados no programa estatístico PSPP, sendo utilizada a estatística descritiva e a análise inferencial.

Para a caracterização da amostra recorreu-se à estatística descritiva que inclui as medidas de tendência central (média) e medidas de dispersão (desvio padrão).

Para comparar o nível de satisfação das NPB nas aulas de EF entre os alunos que a nota contava e os em que não contava, foi utilizado o test-t para variáveis

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

independentes. Enquanto que, para procurar as associações entre o nível de satisfação das NPB nas aulas com o nível de satisfação das NPB de hoje em dia foi utilizado a correlação de *Pearson*.

Resultados

Para analisar a primeira hipótese de estudo: “o nível de satisfação das NPB nas aulas de Educação Física é maior nos alunos em que a nota contava para a média final”, foi utilizado o Teste – T para variáveis independentes.

Tabela 2 – Teste – T para amostras independentes para análise da diferença entre alunos em que a nota de Educação Física contava e não contava para média final tendo em conta a variável Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas durante as aulas de EF (SNPB)

Variáveis	Conta		Não Conta		t(193)
	M	DP	M	DP	
Autonomia	3.69	1.33	3.64	1.25	-.23
Competência	4.12	1.26	4.27	1.25	.76
Relação Positiva Colegas	4.40	1.49	4.39	1.49	-.04
Relação Positiva Professores	4.26	1.60	4.40	1.61	.55

Tabela 2 - Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas entre os alunos em que a nota contava para a média e os alunos em que a nota não contava para a média

Nota: * p < .05; ** p < .01; * p < .001**

Este teste mostra-nos que não houve diferenças significativas na satisfação das NPB dos alunos nas aulas de EF comparando os grupos em que a nota disciplinar conta e o grupo que a nota não conta para a média final.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Para analisar a segunda hipótese de estudo: “os alunos que tinham um maior nível de satisfação das necessidades psicológicas básicas nas aulas de EF são os que têm um maior nível de satisfação das NPB hoje em dia”, foi utilizada a Correlação de Pearson.

Tabela 4 – Correlação de Pearson para análise da associação entre as variáveis da Satisfação das NPB durante as aulas de EF (SNPB) e no momento actual (PNSE - relativamente ao exercício)

	SNPB - Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas			
	Autonomia	Competência	Relação Positiva Colegas	Relação Positiva Professores
PNSE				
Competência	.42***	.41***	.35***	.35***
Autonomia	.21**	.13	.18	.18*
Relação	.45***	.41***	.40***	.41***

Tabela 3 - Associação entre a Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas durante as aulas de EF e atualmente

Nota: * p < .05; ** p < .01; * p < .001**

Este teste indica-nos que a autonomia dos alunos nas aulas de Educação Física está positivamente associado com a sua competência atual ($r(186)=.42, p<.000$), autonomia atual ($r(185)=.21, p<.003$) e relação atual ($r(186)=.45, p<.000$). A competência dos alunos nas aulas de Educação Física está positivamente associada com a competência atual ($r(186)=.41, p<.000$) e relação atual ($r(186)=.41, p<.000$). A relação positiva com os colegas nas aulas de Educação Física está positivamente associada com a competência atual ($r(186)=.35, p<.000$) e relação atual ($r(186)=.40, p<.000$). E, por último, a relação positiva com os professores nas aulas de Educação Física está

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

positivamente associada com a competência atual ($r(186)=.35, p<.000$) e relação atual ($r(186)=.41, p<.000$).

Discussão

A nota de Educação Física contar, ou não, para a média final parece não estar associada à satisfação das NPB: autonomia, competência e relação com os colegas e professores em todas estas variáveis. Relativamente à primeira hipótese, Liu e Chung (2016), verificaram que a autonomia e a competência nas aulas de Educação Física estão fortemente associadas com a motivação intrínseca no exercício realizado fora das aulas de Educação Física, o que demonstra que talvez a nota contar para a média tenha uma menor influência, pois esta associa-se a uma motivação extrínseca.

Edmunds, Ntoumanis e Duda (2009), indicam que a redução da pressão é uma das preocupações quando se procura suportar a autonomia, o que contraria o resultado encontrado nesta investigação. Num estudo realizado, Pereira e Carraça (2015), verificaram que existiam diferenças significativas ao nível da autonomia, do relacionamento com os professores e com os colegas quando compararam alunos em que a nota contava vs não contava

A nível da competência, esta não tem diferenças significativas. Os alunos, independentemente de a nota contar, ou não, para a média final, têm a liberdade de escolha nas 6 matérias em que são avaliados (Jacinto et al., 2001), ou seja, na maior parte dos casos escolhem as 6 matérias que se sentem mais à vontade e em que a sua taxa de sucesso na execução das ações específicas é elevada.

Quanto ao relacionamento com os colegas, o facto de não existirem diferenças significativas entre os dois grupos pode estar relacionado com a relação de amizade e de

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

partilha que os alunos tenham proveniente de anos anteriores, não sendo esta afetada com a nota da disciplina de EF contar, ou não, para a média final.

O relacionamento com os professores também não apresenta diferenças significativas. Isto pode dever-se ao facto dos professores não se sentirem influenciados pela disciplina que lecionam (neste caso, a EF) contar, ou não, para a média final do ensino secundário. Segundo Carreiro da Costa (1984), é tarefa do professor incentivar os não executantes e proporcionar os “feedbacks” necessários, interagindo, também, o mais possível com todos os alunos. Segundo este autor, o professor não deve privilegiar os “melhores” na relação pedagógica que tem com os alunos. O que fará com que todos os alunos, ou grande parte deles, tenham uma boa relação com o seu professor. Segundo Costa e Palmeira (2015), os professores quanto mais satisfeitos estão relativamente às suas próprias NPB, mais utilizam algumas das estratégias adequadas à promoção da autodeterminação nos alunos.

Pereira e Carraça (2015), ao contrário desta investigação, verificaram diferenças significativas em ambos os relacionamentos, tendo os alunos em que a nota da disciplina de EF contava para a média valores mais elevados. Apesar de a literatura não estar totalmente de acordo, podemos verificar que neste estudo a nota da disciplina contar, ou não, para a média final não está associada na satisfação das NPB dos alunos da nossa amostra, quando estes frequentaram a disciplina.

Constatamos, no entanto, que há uma forte associação entre a satisfação das NPB para a EF e a satisfação da competência e a relação atuais. A variável autonomia do PNSE foi a que teve menor associação com as variáveis do SNPB (o $p < 0.01$ na autonomia e $p < 0.05$ na relação positiva com os professores).

Verificou-se que a autonomia está pouco associada com as variáveis do SNPB, apenas com a autonomia e relação positiva com os professores. Ou seja, quanto mais autónomo for um aluno durante as aulas e melhor relação tiver com os professores, mais autónomo será futuramente. Segundo, Standage, Duda e Ntoumanis (2003), os alunos sentem-se mais autónomos quando têm um clima de apoio à autonomia que é caracterizado por um baixo controlo pela parte do professor. Para que o processo de ensino-aprendizagem obtenha resultados positivos, torna-se necessário que os professores adotem posturas e estratégias que enfatizem um ambiente promotor de autonomia (Minelli et al., 2010), como por exemplo, dando oportunidades de escolha e tornando os alunos responsáveis pelas consequências de suas opções, compartilhando as tomadas de decisão, ouvindo e questionando os argumentos dos estudantes, entre outras estratégias (Guimarães & Boruchovitch, 2004). Ou seja, toda esta autonomia que um aluno poderá ter nas aulas de EF advém bastante da forma como o professor lida com ele, promovendo estratégias, ou não, que potenciem todo este ambiente autónomo. Assim, este terá mais autonomia nas suas ações e, conseqüentemente, uma boa relação com o agente causador deste ambiente – o professor.

Minelli et al., (2010), dizem-nos que os professores não apresentam um estilo motivacional promotor de autonomia pois falta conhecimento de estratégias que promovam este sentido sentimento de autonomia nos estudantes.

A literatura vem comprovar o resultado desta investigação pois demonstra que é o estilo de ensino adotado pelo professor que vai fazer com que um aluno seja mais ou menos autónomo, e, tendo em conta que o professor é o principal agente desta relação, influência, também, a relação dos alunos com os estes.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Limitações do estudo

Este estudo, como tantos outros, apresenta várias limitações o que acaba por resultar em algumas conclusões diferentes da literatura em estudos semelhantes (Pereira & Carraça, 2015).

O facto de ter sido uma amostra relativamente pequena (N=195) pode comprometer os resultados obtidos, assim como, a diferença de inquiridos no que ao género diz respeito (rapazes – 74; raparigas – 121) e/ou a diferença em que a nota contava para a média e em que não contava (n=145 e n=50, respetivamente).

Outra limitação terá sido o preenchimento do questionário de uma forma *online*, o que poderá ter levado aos inquiridos a preencher o inquérito com menos compromisso do que se o tivessem feito de forma presencial.

Os inquiridos responderam a questões muito semelhantes, o que os pode ter levado a criar um automatismo de resposta, muito devido ao facto do estudo ser retrospectivo.

Estudos Futuros

Seria benéfico, para um maior conhecimento neste tema das NPB relacionadas com a EF, alargar o tratamento de dados e comparar outro tipo de variáveis incluindo os alunos que estejam inseridos no desporto escolar e, também, no desporto federado. Seria importante realizar, também, mais estudos com as mesmas variáveis, aumentando o tamanho da amostra, diminuindo a diferença numérica no género e verificar se há relação entre as NPB e os géneros.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Conclusão

Após a realização deste estudo, com a análise e tratamento de dados, foi possível verificar que não houve diferenças significativas entre a nota da disciplina de EF contar, ou não, para a média final do ensino secundário e as NPB. Ao contrário do que seria o esperado, a nota contar para a média não influencia o sentido de autonomia, relação e competência dos alunos.

Conclui-se, também, que há uma forte associação entre estas NPB durante as aulas de EF e durante a atividade física praticada atualmente (no máximo de 6 anos). Em que um aluno autónomo e que tenha uma boa relação com os professores durante as aulas de EF será, posteriormente, um indivíduo autónomo, que se relaciona melhor com os outros e com mais sentido de competência. Um aluno que tenha um sentido de competência e que mantenha uma boa relação com os colegas nas aulas de EF será, posteriormente, um indivíduo com um sentido de competência e com uma boa relação com os outros.

Reflexão Crítica

Este trabalho surge no âmbito da Unidade Curricular “Seminário/Elaboração do Relatório de Estágio” que está inserida no 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário.

O tema do relatório de estágio foi de fácil escolha pois, antes da realização de exercícios ou da disposição do material pelo espaço de aula, o meu interesse sempre foi mais direcionado para as estratégias de ensino, rotinas, tipos de instrução e feedback, etc., de forma a causar impacto nos alunos (i.e. criarem-se condições para que haja um bom clima de aula e que os alunos sejam autónomos, empenhados e organizados para que, dessa forma, possam evoluir de uma forma mais fácil).

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Com este estudo, concluiu-se, como referido anteriormente, que a nota contar, ou não, para a média final não influencia as NPB dos alunos. Isto quer dizer que se queremos alunos mais autónomos, competentes e que tenham uma boa relação com os colegas e professores não basta incluir a nota da EF na média final.

No meu Estágio Curricular, lecionei uma turma de 12º ano em que os alunos, na sua globalidade, não tinham muito compromisso com a disciplina. A maioria dos alunos era rapariga (n=18 no total de 22) em que apenas uma estava ligada ao desporto, o que foi difícil criar uma dinâmica constante nas aulas (mesmo com os alunos a escolherem as matérias a serem avaliados) e fez-me procurar, juntamente com o orientador de escola, diferentes estratégias para poder tornar as aulas mais ativas e com pouco tempo de paragem.

Talvez seja necessário criar mais formações dentro do grupo de professores da disciplina, em que se aborde de uma forma mais detalhada que tipos de estratégias de ensino satisfazem as NPB, de que forma devem ser ensinadas as matérias, etc. Deveria intervir-se mais na área dos benefícios de uma AF regular, da elaboração de um plano de treino com diferentes objetivos (perder, manter ou ganhar peso), de uma alimentação adequada de acordo com os objetivos, do reconhecimento da importância do sono, do funcionamento do corpo humano, etc. Talvez, alunos que nunca sentiram as suas NPB satisfeitas ao realizar, por exemplo, lançamento na passada ou um remate em salto, estejam mais propícios a melhorar caso o tema seja a sua aparência e a forma como melhorá-la, ganhando, assim uma maior auto-estima. A este tipo de alunos, o objetivo passa, essencialmente, por promover o gosto pela prática (Jacinto et al., 2001).

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Referências Bibliográficas

Carreiro da Costa, F. (1984). O que é um Ensino Eficaz das Actividades Físicas?

Revista Horizonte, I (1), 22-26.

CNAPEF & SPEF. (2012). Carta dirigida ao Ministro da Educação e Ciência.

Retirado do site <https://cnapef.wordpress.com/2013/01/24/avaliacao-da-educacao-fisica-no-ensino-basico-spef-e-cnapef-contestam-modelo-de-excecao-para-a-disciplina/> na data de 24 de Janeiro de 2013.

Costa, M. & Palmeira, A. (2015). Relação entre a Perceção da Satisfação das Necessidades Psicológicas Básicas e as Estratégias Motivacionais Empregues pelos Professores de Educação Física do 3º Ciclo e do Ensino Secundário. *Boletim SPEF*, 39, 29-40.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000a). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychological Association*, 55 (1), 68-78.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000b). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-268.

Edmunds, J., Ntoumanis, N., & Duda, J. L. (2009). Helping your clients and patients take ownership over their exercise: fostering exercise adoption, adherence, and associated well-being. *Health & Fitness Journal*, 13 (3), 20-25.

Gagné, M., Deci, E. L. (2005). Self-Determination Theory and Work Motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26 (4), 331-362.

Guimarães, S., É., R., & Boruchovitch, E. (2004). O Estilo Motivacional e a Motivação Intrínseca dos Estudantes: Uma Perspectiva da Teoria da Autodeterminação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17 (2), 143-150.

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). Programas Nacionais de Educação Física do Ensino Secundário – Revisão. Ministério da Educação.

Liu, J. D., & Chung, P. (2016). Students' Perceived Autonomy Support and Psychological Needs Satisfaction in Physical Education and Exercise Intrinsic Motivation. *Journal of Sport Behavior*, 39 (4), 409-425.

Markland, D., Ryan, R. M., Tobin, V. J., & Rollnick, S. (2005). Motivational interviewing and Self-Determination Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (6), 811-831.

Minelli, D. S., Nascimento, G., Y., Vieira, L., F., & Barbosa-Rinaldi, I., P. (2010). O estilo motivacional de professores de Educação Física. *Motriz, Rio Claro*, 16 (3), 598-609.

Ntoumanis, N. (2005). "A prospective study of participation in optional school physical education based on self-determination theory". *Journal of Educational Psychology*, 97 (3), 444-453.

Pereira, I., & Carraça, E. (2015). Contar ou não contar, eis a questão! Associações com a satisfação das necessidades psicológicas básicas e motivação dos alunos na Educação Física. *Boletim SPEF*, 39, 13-28.

Ryan, R., M., Williams, G., C., Patrick, H., & Deci, E., L. (2009). Self-Determination Theory and Physical Activity: The Dynamics of Motivation in Development and Wellness. *Hellenic Journal of Psychology*, 6, 107-124.

Sheldon, K. M., Ryan, R., M., Deci, E., L., & Kasser, T. (2004). The Independent Effects of Goal Contents and Motives on Well-Being: It's Both What You Pursue and Why You Pursue It. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30 (4), 475-486.

SPEF & CNAPEF (2016). Posição da SPEF e do CNAPEF sobre a classificação

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula de Educação Física no Ensino Secundário. Retirado do site

<https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.comregras.com/wp->

Rafael Henrique Aragão Fernandes Ferreira - A decisão da remoção da nota de Educação Física na classificação final do ensino secundário: Um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas básicas durante as aulas de educação física e uma associação destas com a satisfação das necessidades psicológicas básicas fora do contexto de aula

[content/uploads/2016/10/Posi%C3%A7%C3%A3o-SPEF-e-CNAPEF-](#)

[M%C3%A9diadeEF.pdf&hl=en/](#) na data de 24 de Outubro de 2016.

Standage, M., Duda, J., L., & Ntoumanis, N. (2003). A Model of Contextual Motivation in Physical Education: using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95 (1), 97-110.

Standage, M., Duda, J., L., & Ntoumanis, N. (2005). A Test of Self-Determination Theory in School Physical Education. *British Journal of Education Psychology*, 75, 411-433.

Teixeira, J., M., & Silva, M.,N. (2013). “Eu Quero, Posso e Escolho”: Necessidades Psicológicas Básicas e Motivação em Utentes de Ginásio? *Revista Gymnasium*, 4:2 (6), 130-151.

Vuori, I., Lankenau, B., & Pratt, M. (2004). Physical Activity Policy and Program Development: The Experience in Finland. *Public Health Reports*, 119 (3), 331.

Wilson, P. M., Rogers, W. T., Rodgers, W. M., & Wild, T.C. (2006). The Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 79-104.

Legislação consultada:

Decreto-Lei 139/2012 de 5 de Julho