

# Instituto Universitário da Maia

Departamento de Educação Física e Desporto



## **Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada**

**Carlos Luís Ferreira Machado**

**(N.º 21963)**

**Supervisor:** Professor Doutor Francisco Gonçalves

**Orientador:** Mestre José Carlos Monteiro

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (Decreto-Lei n.º 115/2013 de 7 de agosto e o Decreto-Lei n.º 79/2014, de 14 de maio).

**Setembro, 2015**



Machado, C. (2015). *Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada – Influência da prática de Desporto Federado no Sucesso Escolar dos alunos*. Maia: C. Machado. Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, policopiado apresentado ao Instituto Universitário da Maia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Desporto Federado, Sucesso/Insucesso Escolar, Influência, Prática Desportiva.

## **Agradecimentos**

Na elaboração e concretização deste estudo várias foram as pessoas e entidades que tiveram um papel fundamental, pois sem elas, o mesmo, não seria possível de produzir. Por isso, desde já, manifesto os meus sentidos agradecimentos a todos que direta ou indiretamente tornaram a realização deste trabalho possível.

Aos meus Pais, por me darem esta oportunidade e por sempre me transmitirem confiança e motivação durante todo o percurso académico, sem eles nunca teria conseguido.

À minha irmã, Filipa, pela imensa paciência e partilha de conhecimentos, que sempre me orientou e ajudou neste caminho difícil.

À Daniela, minha namorada e amiga, que neste último ano nem sempre lhe dei a atenção necessária, mas que esteve sempre presente e me auxiliou neste ano desgastante.

Aos meus Avós, por sempre demonstrarem carinho e orgulho no meu trajeto.

Ao Professor Orientador, José Carlos Monteiro, pela partilha de conhecimentos e experiências que me ajudaram e certamente irão ser importantes no futuro como docente de Educação Física e não só.

Ao Professor Supervisor, Francisco Gonçalves, que sempre demonstrou vontade e disponibilidade em dissipar as minhas dúvidas.

Aos meus colegas estagiários, Daniel Gertrudes e Luís Silva, pela sua cordialidade e companheirismo, importantes para ultrapassar as dificuldades encontradas durante este ano que passou.

Não me posso esquecer da comunidade escolar da Escola Secundária do Castelo da Maia, onde fui bem recebido e acolhido. Também quero agradecer a todos os alunos e escolas que participaram neste estudo.

## Índice Geral

<b>CAPÍTULO I - RELATÓRIO CRÍTICO</b> .....	VI
1. Introdução .....	1
2. Análise Reflexiva da Prática de Ensino Supervisionada de Acordo com as Áreas de Desempenho .....	3
2.1 Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem .....	3
A) Conceção .....	3
B) Planeamento .....	4
C) Realização .....	6
D) Avaliação dos alunos .....	7
E) Avaliação do ensino .....	8
3. Relação com o meio escolar .....	9
4. Desenvolvimento profissional .....	11
5. Reflexões finais .....	12
<b>CAPÍTULO II - RELATÓRIO CIENTÍFICO</b> .....	13
Resumo .....	14
Abstract .....	15
Résumé .....	16
1. Introdução .....	17
2. Revisão de Literatura .....	19
2.1. Desporto Federado .....	19
2.2. Prática desportiva - contributos para o rendimento académico de alunos .....	19
2.3. Sucesso/Insucesso Escolar .....	21
3. Método .....	23
3.1. Caracterização dos Participantes .....	23
3.2. Procedimentos Metodológicos .....	24
3.3. Instrumentos .....	25
3.4. Hipóteses .....	27
4. Apresentação e Discussão dos Resultados .....	28
5. Conclusões .....	34
7. Referências .....	36

## **Índice de Gráficos**

Gráfico 1: Idade dos Participantes.....	23
Gráfico 2: Meio dos Participantes. ....	24
Gráfico 3: Frequência de alunos que praticam Desporto Federado.....	28
Gráfico 4: Modalidades relativas à prática de Desporto Federado.....	29
Gráfico 5: Média das classificações dos alunos obtidas no 2º período. ....	30

## **Índice de Quadros**

Quadro 1: Influência da Prática do Desporto Federado nos resultados do 2º Período... 30	30
Quadro 2: Influência do meio no sucesso escolar dos alunos. ....	32
Quadro 3: Influência do meio pela prática Desportiva Federada. ....	32
Quadro 4: Participantes com média final do 2º período negativa. ....	33

# **CAPÍTULO I - RELATÓRIO CRÍTICO**

---

**Prática de Ensino Supervisionada desenvolvida no Agrupamento de  
Escolas do Castelo da Maia 2014/2015**

---

## **1. Introdução**

Antes de iniciar esta nova etapa da minha vida já tinha proposto a mim mesmo determinadas metas e objetivos a atingir, relacionadas com o processo educativo e com todos os aspetos envolvidos com a educação.

Com o começo deste novo desafio na minha formação académica deparei-me com muitos anseios e dúvidas relativos e naturais a esta fase e, por outro lado, muita vontade em cumprir este sonho que me acompanhou durante toda a vida académica e que agora pude experienciar.

Sendo assim, este relatório consiste numa coleção organizada e devidamente planeada, que descreve e documenta o percurso realizado durante este ano letivo, tendo como finalidade a reflexão sobre aquilo que foi planeado, executado, as dificuldades e as barreiras encaradas.

O presente documento é relativo à disciplina de Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia (ISMAI) desenvolvida no Agrupamento de Escolas do Castelo da Maia, mais especificamente na escola sede, isto é, na Escola Secundária de Castelo da Maia.

O Núcleo de Estágio do ISMAI (NEI) era constituído por mim e mais dois elementos, o Daniel Gertrudes e o Luís Silva, com quem mantive, sempre, uma relação saudável e de amizade. O NEI era orientado pelo Professor Cooperante (PC) José Carlos Monteiro e pelo Professor Supervisor (PS) Francisco Gonçalves.

Um dos principais intervenientes neste processo é o Professor, que promove o desenvolvimento integrado de conhecimentos, competências nos alunos, tendo como pretensão a sua realização individual e a sua integração harmoniosa na sociedade.

Para tal, deve incentivar a aprendizagem de conhecimentos, bem como, a valorização dos princípios éticos que regulam a sociedade. O Professor de Educação Física (EF) é responsável por desenvolver o hábito do exercício físico, educar o movimento através do exercício físico e dar auxílio para o bem-estar físico de pessoas de todas as idades.

No decorrer da apresentação deste documento irão constar aspectos relacionados com as atividades realizadas e desenvolvidas ao longo deste ano letivo. As tarefas nas quais houve envolvimento por parte do núcleo de estágio também fazem parte deste documento, tarefas essas que constavam nos conteúdos a desenvolver na PES.

Todo o envolvimento junto da comunidade educativa, que sempre demonstrou disponibilidade e simpatia recebendo-nos da melhor maneira, também, são aqui relatados.

A participação nos projetos e atividades promovidos fundamentalmente pelo grupo de EF, foram importantes para o nosso desenvolvimento enquanto futuros profissionais da Educação.

As dificuldades e as barreiras com que me deparei estarão igualmente descritas neste relatório, bem como as estratégias delineadas para as ultrapassar, aspeto que considero primordial para terminar todo este processo com êxito, constatando que aprendi e evoluí ao enfrentar todas estas adversidades.

## **2. Análise Reflexiva da Prática de Ensino Supervisionada de Acordo com as Áreas de Desempenho**

### **2.1 Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem**

#### **A) Conceção**

O ponto de partida para esta nova etapa foi a análise de documentos, quer relativos ao Agrupamento quer ao Ministério da Educação. Esta consulta foi importante para a minha inserção no contexto escolar, na medida em que, era fundamental perceber o funcionamento dos diferentes níveis de ensino, nomeadamente os Ensinos Profissional e Vocacional, visto que, foi com estes níveis que o NEI esteve diretamente ligado durante este ano letivo.

Inicialmente tive algumas dificuldades em relação à parte burocrática de uma escola, uma vez que nunca tive contacto com este tipo de documentos. Contudo, estas dificuldades foram ultrapassadas e permitiram-me um conhecimento mais aprofundado sobre o funcionamento do Sistema Educativo. Este contacto inicial foi essencial para o meu desenvolvimento profissional, possibilitando-me o acesso a toda a legislação e funcionamento legal e protocolar do sistema de ensino.

Ao longo de todo este ano letivo os conhecimentos específicos da EF e os conhecimentos transversais à Educação foram a base fundamental para os vários níveis de planeamento, de forma a que tudo se realizasse com êxito.

Aquando do início das aulas, foi-me atribuída a responsabilidade de lecionar as disciplinas de EF ao curso Profissional (12º F) e de Desporto ao curso Vocacional (VOC 3). Orientei o curso Profissional durante o primeiro período letivo, enquanto que, o curso Vocacional prolongou-se até meados de novembro, sendo depois assumido pelo meu colega Daniel Gertrudes. Nos restantes períodos foi-me concedida a condução de outra turma do curso Vocacional (VOC 2).

O processamento de documentos relativo a todo este processo baseou-se na planificação anual de cada turma, tendo como referência os planos nacionais de EF, bem como, a

caracterização dos cursos e das turmas atribuídas. Todo este procedimento foi concretizado pelo NEI, sob orientação do PC.

Considero que, um dos documentos mais significantes da PES foi o plano de aula, cuja elaboração foi delegada ao NEI por parte do PC. Este plano foi alvo de várias alterações até alcançarmos o que era pretendido. Nele constava todo o planeamento das aulas lecionadas e, ainda, os relatórios respetivos a cada aula.

É importante referir que o NEI esteve ainda associado ao ensino regular, na medida em que realizou regências na Escola Básica 2 e 3 do Castelo da Maia numa turma do 5º ano. Estas formalidades inicialmente não estavam delineadas nos conteúdos programáticos da PES, mas posteriormente foram *sugeridas* por parte do Instituto Universitário da Maia.

### **B) Planeamento**

No que diz respeito à planificação das aulas, esta ação foi simplificada, de certa forma, devido à minha experiência enquanto professor das Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC'S). Também é de salientar que durante a minha formação académica foi possível, de forma bastante sucinta, a aplicação das planificações junto dos meus colegas de turma.

Considero que nem sempre foi uma tarefa facilitadora, visto que, apesar de tudo, no início, ainda se constataram algumas debilidades por minha parte. O facto de no primeiro período me terem sido atribuídas duas turmas em simultâneo, permitiu que este processo decorresse da melhor forma, já que tinha que planear, no mínimo, três aulas por semana.

A atribuição de duas turmas (Vocacional 3 e o 12º F) permitiu o desenvolvimento da minha experiência e aprendizagem, experimentando diferentes níveis de ensino, assim como várias unidades temáticas ou módulos.

A preparação e execução de aulas teóricas foi para mim uma novidade, visto que nunca tinha tido qualquer tipo de experiência similar a esta.

Esta experiência aconteceu no 12º F. Posso referir que me sentia mais realizado ao lecionar aulas práticas do que propriamente aulas teóricas, porém, tentei não demonstrar esta minha fragilidade perante os alunos.

Como já foi referido anteriormente, no segundo período foi-me atribuída apenas a turma Vocacional 2, permitindo-me, assim, ter diferentes perspetivas, não só do nível comportamental dos alunos como também das modalidades lecionadas, possibilitando-me uma panóplia de experiências e vivências fundamentais para o meu futuro enquanto professor de Educação Física. Na parte final deste período foi, ainda, possível planear e lecionar aulas no 5º G.

O planeamento, de acordo com o programa curricular, está dividido por três níveis: Planificação anual, Plano de Unidade Didática e Plano de Aula. No nosso caso em particular o Plano de Unidade Didática deu lugar a Unidades Modulares (Módulos), na medida em que, estávamos diretamente relacionados com os cursos Vocacionais e Profissionais.

Este é o momento que procede à conceção, após a recolha de informação que considerei como determinante para a envolvimento no meio, o processo de planeamento tornou-se mais fácil uma vez que existia um melhor conhecimento da turma, sendo desde logo criadas algumas estratégias e metodologias para alcançar o sucesso.

Ao longo deste ano as questões estruturantes relacionadas com a planificação e a reflexão das atividades letivas eram feitas semanalmente. No final das aulas discutíamos sobre a forma como as mesmas tinham decorrido, identificávamos os aspetos menos positivos de forma a não cometermos os mesmos erros.

A elaboração do Modelo de Estrutura do Conhecimento (MEC) e as respetivas grelhas de *Vickers* processou-se da melhor forma e são, na minha opinião, uma ferramenta de grande utilidade e importância na planificação das aulas. Com elas, podemos seguir uma lógica que com o decorrer das aulas poderá ser reformulada permitindo, assim, a nossa evolução enquanto docentes.

Na nossa formação enquanto professores de EF, o instrumento grelhas de *Vickers* foi abordado de forma superficial, mas desde sempre, a sua conceção, captou, e muito, o meu interesse.

O planeamento das aulas, a pesquisa e investigação relativas às mesmas e, ainda, a sua reflexão ocupou grande parte do meu quotidiano, obrigando-me a alterar e reformular o meu pensamento e perceber que, naquele momento era a tarefa mais importante e à qual me tinha que dedicar e dar resposta.

### **C) Realização**

Na realização, podemos aplicar tudo aquilo que foi concebido e planeado anteriormente, tendo em conta todos os fatores associados à concretização da mesma. Tal como já foi mencionado, apesar da minha pouca experiência, de certa forma, esta contribuiu para a minha adaptação ao meio escolar, uma vez que, em determinados momentos das aulas compreendia algumas atitudes e pensamentos dos alunos, sabendo, por vezes, como agir relativamente a essas situações.

Inicialmente, o comportamento rebelde de alguns alunos, nomeadamente das turmas Vocacional 2 e Vocacional 3, de certa forma, assustaram-me. No entanto, com o passar do tempo apercebi-me que alguns desses alunos apenas necessitam de afetos e carinho e que lhes deem atenção, visto que, nem sempre, esta realidade se verifica no seu meio familiar.

A gestão do espaço e do material a utilizar em simultâneo com o número de alunos que realizam a aula, no início teve algumas incorreções resultantes da minha pouca experiência e à falta de rotinas por parte dos alunos.

Tentei ultrapassar estas dificuldades, dialogando e assimilando a opinião e os conselhos do PC, procurando ajustar aquilo que considerei pertinente no momento.

Nos períodos seguintes consegui ultrapassar as dificuldades referidas anteriormente. Para tal, promovi aulas dinâmicas e ativas, tentando incentivar e motivar os alunos para a concretização das tarefas propostas estando sempre disponível para o esclarecimento de dúvidas. Tinha como preocupação que os alunos, para além de alcançarem os objetivos propostos, adquirissem o gosto pela prática desportiva e ao mesmo tempo ganhassem hábitos saudáveis.

No que confere à gestão da turma em que estava diretamente relacionado no segundo e terceiro período (VOC 2) desde cedo se criaram rotinas, uma vez que, se tratava de uma

turma bastante conflituosa necessitando, por isso, da implementação de regras bem claras.

Ao longo do segundo período, apesar de não nos ter sido atribuída nenhuma turma do 2º ciclo, foi-nos proporcionada a experiência de lecionar uma turma do 5º ano, isto é, o 5º G. É importante destacar que nos foi facultada pouca informação acerca da mesma.

Nas aulas destinadas a esta turma abordamos as modalidades de ginástica artística e voleibol de uma forma bastante introdutória, visto que, estávamos a lidar com alunos que, na sua generalidade, estavam a ter contacto com estas modalidades pela primeira vez.

Esta experiência foi bastante agradável e possibilitou-nos experienciar diferentes níveis de ensino. No meu caso particular, posso afirmar que se trata de uma faixa etária com a qual gosto de lidar, uma vez que, a ingenuidade e ao mesmo tempo interesse, por parte dos alunos torna-os peculiares.

Como último desafio foi-nos proposto a planificação e estruturação da prova de equivalência à frequência do 3º ciclo, que será dirigida aos alunos que não obtiveram aproveitamento ao longo do ano letivo.

#### **D) Avaliação dos alunos**

A avaliação é o primeiro indicador para verificar se os objetivos propostos foram alcançados, bem como se as estratégias definidas foram as melhores em prol da aprendizagem do aluno. Foram utilizados três momentos de avaliação, ou seja, a diagnóstica, a formativa e a sumativa. A avaliação inicial realizada para cada módulo era o ponto de partida para o planeamento de cada modalidade.

Relativamente à avaliação formativa, realizada em todas as aulas, esta evidenciava a evolução do aluno, das suas atitudes e comportamentos aplicados em contexto de espaço aula.

A avaliação sumativa realizada no final de cada módulo era o indicador da evolução do aluno através das modalidades lecionadas. Esta serve ainda para refletir sobre o processo de ensino-aprendizagem e as estratégias e metodologias utilizadas. O rigor e

concordância com o desempenho e características de cada aluno eram o meu objetivo, avaliando todo o processo e o produto final.

### **E) Avaliação do ensino**

A avaliação do ensino realizada pelo Professor é um ato bastante abrangente e complexo.

No nosso caso em concreto, utilizámos como instrumento de avaliação, a ficha de observação da prática docente do Estudante Estagiário (EE). Esta ficha foi-nos sugerida pelo PC, em substituição de uma elaborada pelos EE, visto que, esta não correspondia àquilo que era pretendido.

O referido documento engloba várias áreas de observação, tais como: planeamento, utilização das instalações e do material, disciplina na aula, controlo da turma, procedimentos incentivadores, integração e fixação da aprendizagem e aspetos educativos. A finalidade desta ferramenta de trabalho é a observação e análise da prática do EE, com o objetivo do mesmo poder corrigir e melhorar os aspetos menos conseguidos, assim como, os que se deve manter. Para tal, no final de cada aula esta ficha era devidamente comentada pelo NEI.

A *time-line* foi outro recurso utilizado, embora durante um período curto de tempo, devido às incongruências verificadas no tempo potencial de aprendizagem e em outros parâmetros avaliados por este instrumento.

A aplicação da *time-line* iria incidir na retenção de dados sobre os tempos despendidos durante a aula e não sobre as ações realizadas pelo Professor. Após algum debate foi estabelecido pelo NEI que apenas se deveria utilizar o primeiro instrumento, pois no entendimento era o mais fiável e o mais adequado para a nossa experiência de ensino e de observadores.

### 3. Relação com o meio escolar

No decorrer do primeiro período letivo, envolvi-me de forma ativa na dinamização, organização e implementação do evento “*Dia Desportivo*”. Esta organização coube, exclusivamente, ao NEI.

Esta atividade, desde a sua planificação até à realização foi bastante importante, uma vez que nos ajudou a perceber como funciona um evento com estas características.

O segundo período foi pautado pela planificação e realização do nosso seminário, “*Evento desportivo organizado na Escola Secundária do Castelo da Maia. Grau de satisfação dos seus participantes*”, que tinha como finalidade expor o grau de satisfação dos alunos para este tipo de eventos e a continuidade dos mesmos.

Para que estes eventos se realizassem de forma positiva foi fundamental a cooperação dos assistentes operacionais que sempre se demonstraram disponíveis, ajudando sempre que necessário. Desde logo foi criada uma grande empatia entre o NEI e estes agentes.

Os funcionários da escola foram determinantes neste processo de aprendizagem, estando sempre disponíveis para auxiliar em qualquer situação, preocupando-se constantemente com a necessidade de alguma coisa da nossa parte, foram sempre pessoas respeitadoras e atentas, facilitando em larga escala o processo de adaptação e trabalho na escola.

A relação com os professores de EF foi bastante positiva, estes mostraram sempre uma grande disponibilidade para ajudar em qualquer dúvida que surgisse. Com os restantes professores da escola a relação foi mais limitada. No entanto, visto que passávamos muito tempo na escola, fomos solicitados várias vezes para responder a questões colocadas pelos mesmos e para ajudar na planificação de algumas atividades.

Uma dessas atividades relacionou-se com os “*Dias da Saúde*”, que foi organizada pelo curso Profissional Técnico Auxiliar de Saúde, nos dias 21, 22 e 23 de abril. O NEI foi convidado a participar neste evento, uma vez que era um projeto que envolvia a saúde, e a criação de hábitos de vida saudável, como seja a prática de atividade física.

A nossa contribuição focou-se na preparação de uma mega aula de Zumba que teve uma elevada adesão por parte da comunidade escolar.

Na continuação do planeamento de atividades, o NEI esteve envolvido na organização e execução do “*BTT-Caminhada*” que se realizou no dia 24 de abril. Para este dia estava preparado a deslocação da comunidade escolar até ao Parque de S. Pedro de Avioso, onde se iria realizar um piquenique, para além de outras atividades. No entanto, tal não foi possível devido às condições climatéricas e vimo-nos obrigados a adaptar o que estava inicialmente planeado.

Apesar dessa adversidade, o dia foi marcado pela boa disposição e envolvimento de todos os intervenientes.

Nesta fase final do ano letivo decorreu, no Fórum da Maia, o sarau da Escola Secundária do Castelo da Maia. Neste dia a nossa presença foi solicitada para orientar três alunos do curso Vocacional 3 que estiveram a assegurar a receção e segurança do evento.

A relação com os alunos foi baseada no respeito mútuo e na lealdade. É importante referir que esta relação foi diferente de turma para turma. No 12º F, uma vez que os alunos apresentavam uma maior maturidade, foi possível criar uma relação aberta com eles. Tal, já não aconteceu nas duas turmas do ensino Vocacional, uma vez que, a generalidade dos alunos eram imaturos e irresponsáveis.

A relação com os meus colegas de estágio foi baseada na lealdade e de companheirismo, cooperando sempre uns com os outros e sendo solidários.

O PC, José Carlos Monteiro, revelou-se muito disponível, nunca descurando a exigência com os EE. A sua atitude perante o NEI, inicialmente, pareceu-me demasiado rígida e fria. Contudo, com o passar do tempo, apercebi-me que esta é a sua forma de trabalhar e estar estimulando-nos sempre a lutar pelos nossos objetivos.

Relativamente ao PS, Francisco Gonçalves, apesar do seu pouco tempo, sempre evidenciou disponibilidade e cooperação para responder a qualquer dúvida, sendo uma ajuda fundamental neste processo de aprendizagem e construção de documentos necessários.

## **4. Desenvolvimento profissional**

Esta área abrange as atividades e vivências que de uma forma ou outra podem contribuir no sentido de uma evolução favorável como profissional.

De todo este processo, destaco a importância da exigência por parte do PC em preocupar-se que nós estejamos em constante reflexão, não só no final de cada aula, mas também em qualquer atividade que fosse realizada. Esta reflexão consistia na opinião e crítica de cada elemento do NEI referente à atividade desenvolvida. Na minha opinião, esta exigência foi importante, na medida em que, nos apercebemos dos nossos erros e, desta forma, evoluíamos.

O professor vai-se formando ao longo de toda a sua vida, sendo o estágio o ponto de partida.

Assistimos a uma evolução muito rápida da sociedade, que nos coloca questões muito complexas e que estas solicitam respostas fundamentadas que, enquanto professores, forçosamente teremos que as dar.

A PES irá certamente contribuir para o meu desenvolvimento profissional, mas devo-me manter sempre a par da investigação atual sobre o ensino e a aprendizagem e atualizar-me na área que leciono, visto que vivemos num mundo em constante mudança.

Os alunos foram fundamentais neste processo, sendo necessário recorrer de diversas estratégias adaptadas às exigências do momento, contribuindo para a minha evolução no sentido da tomada de decisão e interpretação de atitudes, apesar de ter consciência de que cada turma e cada aluno têm as suas características próprias.

Ao valorizar o meu desenvolvimento profissional vou-me tornar mais autónomo e seguro relativamente à minha função de professor.

## **5. Reflexões finais**

Com a construção deste documento fui capaz de conhecer mais e melhor aquilo que sou, sobre os meus conhecimentos e a capacidade de trabalhar com meus alunos.

A elaboração deste relatório foi um reviver constante de situações e de experiências que partilhei ao longo destes períodos enquanto professor estagiário.

As vivências e atividades desempenhadas na escola foram imensas e todas elas sem exceção foram enriquecedoras, desde a burocracia mais minuciosa à atividade prática, tudo isto está inerente ao processo de desenvolvimento profissional, que certamente terá grande impacto no futuro.

Através da composição deste documento tive consciência do meu desenvolvimento ao nível profissional e também pessoal. Ao longo deste período, procurei desenvolver interesses e aptidões nos alunos criando condições para a promoção do sucesso escolar e a implementação de hábitos de trabalho. Estabeleci com os alunos, colegas do NEI e PC relações de cordialidade, promovendo situações de organização e participação nas diferentes atividades desta escola.

Realizei sempre com empenho as tarefas que me foram atribuídas, com vista ao meu desenvolvimento e sucesso dos alunos.

Era minha pretensão desenvolver um trabalho que fosse de encontro às expectativas dos alunos e que respeitasse tudo aquilo que era planeado. Julgo que este objetivo foi amplamente alcançado, uma vez que, cumpri tudo aquilo que estava estabelecido e delineado, procurando ser o mais rigoroso possível em cada tarefa que realizava.

Com o decorrer deste ano, aprendi e aprofundei os meus conhecimentos relativos ao processo de ensino-aprendizagem realizando uma breve análise de tudo o que foi desenvolvido durante este ano. Posso afirmar que foi uma etapa de extremo proveito e que tudo foi feito com o máximo empenho e dedicação, acreditando que as expectativas foram superadas.

Todas as vivências conquistadas ao longo deste ano, tornaram o mesmo muito enriquecedor e marcante e transformaram-me numa pessoa mais exigente e atenta, não só na vertente profissional mas em tudo aquilo que a mim me diz respeito.

## **CAPÍTULO II - RELATÓRIO CIENTÍFICO**

---

**Influência da Prática do Desporto Federado no Sucesso Escolar dos  
Alunos.**

---

## Resumo

Os hábitos desportivos são cada vez mais uma presença ativa no quotidiano das pessoas. Com estas práticas advém consequências saudáveis, não só associadas à saúde, como também, a outros aspetos, entre os quais, rendimento escolar, a nível cognitivo e social. Atualmente assiste-se a uma enorme preocupação no combate ao insucesso escolar, procurando-se medidas para colmatar esta problemática. As práticas desportivas podem ser entendidas como estratégias para ultrapassar essas dificuldades. Desta forma o ponto de partida deste trabalho investigativo prende-se com a influência da prática do Desporto Federado no sucesso escolar dos alunos. A investigação por esta temática deve-se a que este problema se destaque cada vez mais na sociedade em geral. Este estudo pretende investigar de que forma a prática do Desporto Federado, por parte dos alunos, influencia os seus resultados académicos. As hipóteses a averiguar relacionam-se com o sucesso escolar dos alunos praticantes e dos não praticantes de Desporto Federado, a influência do meio na obtenção de bons ou maus resultados escolares, assim como, no interesse por parte dos alunos. Para certificar as hipóteses apresentadas decidiu-se investigar junto de elementos de alguns agrupamentos de escolas de diferentes meios (Urbano/Rural). Este estudo é constituído por 704 alunos do 3º ciclo do ensino básico com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos. A população investigada era composta por 322 participantes do sexo feminino e 382 do sexo masculino, sendo que 312 dos 704 alunos praticam Desporto Federado, enquanto que 392 não praticam o mesmo. Para o estudo deste trabalho utilizou-se como instrumento de trabalho um questionário com o intuito de obter as informações necessárias, essencialmente se os participantes praticavam ou não Desporto Federado, assim como, a média final do 2º período. Para os tratamentos dos dados recolhidos recorreu-se a uma ferramenta de análise estatística (*software* IBM® SPSS®) e posterior análise e discussão dos resultados. O principal objetivo deste estudo não era tirar conclusões mas apurar o mais possível indo de acordo à literatura estudada, que defende que a prática desportiva influencia positivamente o rendimento académico. Com a realização deste estudo pode-se afirmar que prática Desportiva Federada não prejudica ou influencia negativamente os resultados escolares.

**Palavras-chave:** Desporto Federado, Sucesso/Insucesso Escolar, Influência, Prática Desportiva.

## **Abstract**

Sports habits are increasingly an active presence in people's everyday lives. With these practices comes healthy consequences, not only related to health, but also to other aspects, including, academic achievement, cognitive and social level. In today's world we are witnessing a huge concern in the fight against school success, looking up for measures to address this problem. Sports practices can be understood as strategies to overcome these difficulties. In this way, the starting point of this research has to do with the influence of the practice of Federated Sports on academic success of students. The research of this subject is due to this problem, which is increasingly prominent in society in general. The aims of this study is to investigate how the practice of Federated Sports by students, influence their academic results. The hypotheses to investigate relate to the academic success of students practicing and non-practicing of Federated Sports, the influence of the environment in achieving good or bad school results, as well as in the interest of students. To make assumptions of the hypotheses presented it was decided to investigate a number of elements of several groups of schools of different environments (Urban / Rural). This study consists of 704 students of the Middle School, aged 12 to 17 years. The population studied consisted in 322 participants female and 382 male, which 312 of the 704 students practice Federated Sports, while 392 do not practice the same. For this study it was used as a working tool, a questionnaire in order to obtain the necessary information, essentially, whether the participants practiced or not Federated Sports, as well as the final average of the 2nd period. For the treatment of the data collected resorted to a statistical analysis tool (IBM SPSS software) and further analysis and discussion of results. The aim of this study was not to draw conclusions but clarify as much as possible, according to the studied literature, which argues that the practice of sports positively influences academic performance. With this study it can be declared that the practice of Federated Sports, doesn't affect or influence, negatively, school results.

**Keywords:** Federated Sports, Success / School Failure, Influence, Sports Practice.

## Résumé

Les habitudes sportives sont de plus en plus une présence active dans le quotidien des personnes. Ces habitudes apportent des conséquences saines, non seulement à celles qui concernent la santé mais aussi à d'autres aspects, parmi lesquels le rendement scolaire, au niveau cognitif et social. Actuellement, on assiste à un très grand souci dans le combat à l'échec scolaire, en cherchant des mesures pour mettre fin à ce problème. Les pratiques sportives peuvent être vues comme des stratégies pour résoudre ces difficultés. Ainsi, le point de départ de ce travail de recherche a du rapport à l'influence de la pratique du Sport Fédéré dans la réussite scolaire des élèves. La recherche de cette thématique se doit à ce problème qui prend de plus en plus d'importance dans la société en général. Cette étude a le but de rechercher de quelle façon la pratique du Sport Fédéré par les élèves, influe sur leurs résultats scolaires. Les hypothèses à vérifier sont liées avec la réussite scolaire des élèves qui pratiquent et les élèves qui ne pratiquent pas du Sport Fédéré, l'influence de leur environnement à obtenir de bons ou de mauvais résultats à l'école, ainsi que l'intérêt de la part des élèves. Afin de certifier les hypothèses présentées, on a décidé d'enquêter auprès des éléments de quelques réseaux d'écoles de différents environnements (Urbaine/Rural). Cette étude est constituée par 704 élèves du 3<sup>ème</sup> cycle âgés de 12 à 17 ans. La population étudiée était composée de 322 filles et 382 garçons, dont 312 élèves pratiquent le Sport Fédéré tandis que 392 élèves ne pratiquent pas du Sport Fédéré. Pour l'étude de ce travail on a utilisé comme outil de travail un questionnaire afin d'obtenir les informations nécessaires, essentiellement si les participants pratiquent ou ne pratiquent pas du Sport Fédéré, ainsi que la moyenne finale de la 2<sup>ème</sup> période. Pour les traitements des données collectées on a utilisé un outil d'analyse statistique (*software* IBM® SPSS®) et une analyse et discussion ultérieure des résultats. L'objectif principal de cette étude n'était pas d'en tirer des conclusions, mais apurer le plus possible, selon la littérature étudiée qui défend que la pratique d'une activité sportive exerce une influence positive dans le rendement scolaire. Avec la réalisation de cette étude on peut affirmer que la pratique Sportive Fédérée ne préjuge pas ni influence négativement les résultats scolaires.

**Mots-clés:** Sport Fédéré, Réussite/Échec Scolaire, Influence, Pratique Sportive.

## 1. Introdução

A prática de atividade física cada vez mais se revela importante no quotidiano dos estudantes e, de um modo geral, em toda a sociedade. Segundo um artigo publicado pelo jornal Público (2012) “*os alunos que fazem exercício físico têm melhores resultados escolares*”, essa investigação foi realizada ao longo de cinco anos por uma equipa de investigadores da Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade Técnica de Lisboa (FMH/UTL), envolvendo três mil alunos. Este trabalho investigativo revela ainda que os alunos melhor preparados fisicamente, associados ao 3º ciclo, evidenciam melhores resultados ao nível académico, existindo, desta forma, uma relação entre a prática desportiva e o aproveitamento escolar positivo.

Neste âmbito, é essencial analisar a importância da prática de desporto, particularmente o desporto associado aos clubes (Federado), com o rendimento e/ou sucesso escolar. Apesar dessa prática se tornar um hábito rotineiro no dia a dia de grande parte dos jovens, a pesquisa por esta temática ainda se revela pouco habitual, sendo necessária e urgente outra postura por parte de todos os intervenientes, uma vez que, poderá ter um papel importante no desenvolvimento do rendimento escolar.

Contudo, esta problemática já fora abordada por pensadores do século XX, pois Fernando Pessoa (1933) revelava que a prática de atividade física servia como um meio de promoção do desenvolvimento psicológico, afirmando que: “*Os exercícios tendem, como depois pude observar, para tomar a atenção pronta, rápida, intensa, os movimentos inteligentes e disciplinados, e a generalidade do sistema a fazer do individuo um ser desperto, livre, maleável, capaz de agir alegremente e depressa, apto a pensar, naturalmente, pela sua própria cabeça.*”

Através deste estudo procurar-se-á abordar a possível influência da prática de Desporto Federado e o sucesso escolar dos alunos. A opção por investigar esta temática prende-se com as vantagens da prática do Desporto Federado em termos de resultados verificados na aprendizagem escolar e em diferentes contextos sociais, nomeadamente num meio urbano e num meio rural, de forma a constatar eventuais diferenças.

Enquanto se fazia a leitura sobre esta problemática e refletindo sobre a importância da mesma no processo de aprendizagem dos alunos, surgiram algumas dúvidas

relacionadas com o título deste relatório científico e que serão o ponto de partida para a investigação. Estas dúvidas poderão ser dissipadas ao longo da elaboração deste trabalho.

A prática desportiva pode permitir ao aluno encontrar novos centros de interesse, de ocupação das suas energias e, simultaneamente pode permitir-lhe ter participação no seu próprio processo de aprendizagem.

A justificação deste estudo vai de encontro aos objetivos da educação, em especial, no de garantia do sucesso escolar para todos os alunos, de forma a que, cada um se desenvolva até ao limite máximo das suas potencialidades.

Para alcançar os objetivos pretendidos decidiu-se investigar junto de alunos de comunidades educativas dos distritos do Porto e de Braga. Este estudo envolve apenas alunos do 3º ciclo do ensino básico.

Com a realização deste estudo, não se pretende criar ideias e conclusões precisas, mas que seja um ponto de partida para outras eventuais investigações.

## **2. Revisão de Literatura**

### **2.1. Desporto Federado**

De acordo com Pires (2005), Desporto Escolar e Desporto Federado têm a mesma vocação, isto é, satisfazer as necessidades desportivas dos jovens em idade escolar, e contribuir em sentido mais lato para o desenvolvimento desportivo. A diferença entre ambos reside na missão, sendo que o Desporto Escolar deve ter uma missão de educação, generalização, catarse, recreação e saúde, enquanto que, o Desporto Federado tem como objetivo o rendimento, a medida, o espetáculo e o profissionalismo

Pina (2002) menciona que o desejável é que se execute a perspetiva que leva as duas vertentes a cooperarem entre si, o Escolar e o Federado, de forma, a que a mesma seja simplificada e estimulada, quer na perspetiva educacional, como na ocupacional.

De acordo com a Federação Portuguesa de Orientação:

*“Para o Desporto Escolar é irrelevante a modalidade de eleição do jovem, na medida em que a tónica se coloca na prática de desporto e atividade física e não desta ou daquela modalidade em particular. Já para as Federações, existe um denotado interesse na captação de jovens para as suas modalidades, procurando por esta via garantir um trabalho de desenvolvimento sustentável e com marcada profundidade.*

*Ambos os subsistemas dispõem de importantes recursos que lhes permitem concretizar na prática aquelas que são as suas intenções nesta matéria.”*

### **2.2. Prática desportiva - contributos para o rendimento académico de alunos**

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2009), a atividade física é usualmente explicada como “qualquer movimento associado à contração muscular que faz aumentar o dispêndio de energia acima dos níveis de repouso”. Porém, atividade física e exercício físico são termos com diferentes significados, levando muitas vezes a que sejam confundidos. Entende-se por atividade física qualquer movimento corporal produzido

pelos músculos esqueléticos, originando gasto de energia. Enquanto que, o exercício físico, é definido por ser uma atividade planejada, estruturada e repetida, cujo objetivo principal é a melhoria da performance física dos músculos esqueléticos e da própria saúde. (Caspersen et al., 1985)

Presentemente, a maior afluência por parte dos jovens à prática de desporto deve-se a vários motivos: lazer, benefício comprovado para a saúde, gosto desportivo e de competição. O tempo recomendado de atividade física para jovens e crianças, de modo a refletir benefícios para a saúde, é de 60 minutos por dia. (Collingwood et al., 2000; Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2008)

A presença de uma relação positiva entre a prática de exercício físico e o desenvolvimento da função cognitiva em jovens é referida em várias investigações (Brad, 2014). Sendo indicado que um dos principais fatores responsável pelo desenvolvimento cerebral é o exercício físico, verificando-se uma relação dinâmica entre as habilidades cognitivas e motoras.

Muitos cientistas sociais têm alegado que as atividades desportivas são um potencial promotor da concretização dos objetivos educativos, uma vez que propiciam o desenvolvimento social e académico dos jovens. Desta forma, podem assumir papéis produtivos e de responsabilidade (Gables, 2002).

JacAngelo (2003), verificou que a participação em programas desportivos incentiva a comportamentos de responsabilidade social, maior confiança nas suas próprias aptidões físicas, o estabelecimento de fortes ligações sociais com indivíduos e instituições e contribui para o sucesso académico dos alunos.

Kaufmann (2002), ao orientar um estudo, no qual a amostra era constituída por aproximadamente 1700 estudantes do ensino secundário, encontrou uma interação positiva e significativa entre a prática desportiva e o sucesso académico dos alunos, nomeadamente ao nível da média das notas alcançadas por eles.

Determinados autores revelam que a prática de exercício poderá ajudar os alunos a melhorarem o seu desempenho académico através de diversas formas (Lipscomb, 2007), afirmando outros que quando alguém se sente bem fisicamente, é capaz de obter melhores resultados a nível académico (Hart & Shay, 1964).

Mahoney (2000) declara que a prática de atividades organizadas fora do contexto escolar proporciona resultados positivos em vários aspetos da vida académica tais como: atividades escolares, educacionais, sociais, cívicas e na evolução física dos alunos.

JacAngelo (2003) encontrou uma diferença significativa entre os resultados obtidos por alunos do 3º ciclo, praticantes e não praticantes de desporto, sendo que os resultados são mais favoráveis nos que praticam.

Segundo Trudeau & Shephard (2008) a prática de atividade física e o rendimento escolar estão interligados e são de extrema importância para a saúde. Na atualidade alguns autores referem que a formação de indivíduos só é completa quando a prática desportiva se alia aos estudos (Zenha, Resende & Gomes, 2009). Estes autores afirmam ainda que os estudos não influenciam negativamente a prestação desportiva, assim como, a prática desportiva não influencia negativamente o rendimento escolar.

De acordo com o Department of Health and Human Services (2000), a prática de atividade física propicia um crescimento saudável, melhora os níveis de desempenho escolar, desenvolve o repositório psicomotor e auxilia na prevenção e controlo de comportamentos de risco.

A prática de Atividade Física deve ser encarada nos adolescentes com algo positivo e saudável, atendendo aos seus efeitos benignos, quer relativos à saúde, com no seu rendimento escolar (Taras, 2005).

A existência de relação entre a participação em atividades fora do contexto escolar, nomeadamente desportos coletivos, e a melhoria do nível de aprendizagem é comprovada através de um outro estudo realizado por Shulruf *et al.* (2008).

### **2.3. Sucesso/Insucesso Escolar**

A escola é considerada como uma das instituições mais importantes da sociedade segundo Benavente, Costa & Grácio (1989). O sucesso escolar ou rendimento académico são parte integrante do desenvolvimento de crianças e jovens, tanto no que refere à educação, como à sociedade e à pessoa em si (Formiga, 2004; Saraiva &

Rodrigues, 2010). No nosso país de acordo com Bastos, Fernandes & Passos, (2009) o maior problema prende-se com o insucesso escolar.

Ribeiro, Almeida & Gomes (2006) consideram que é junto das comunidades sociais mais desprotegidas que se assiste a um maior insucesso escolar, quer ao nível do ensino básico, quer do secundário. Esta problemática poderá comprometer o desenvolvimento de uma comunidade desde o indivíduo até ao próprio país.

Na atualidade considera-se que o sucesso, assim como, o insucesso escolar não estão exclusivamente interligados com as classificações (Saavedra, 2001), porém a análise do sucesso/insucesso escolares em grande parte dos países da Europa depende destes resultados (Eurydice, 1994). Além disso, são estas classificações que irão determinar o futuro escolar, ou o seu afastamento na maior parte dos alunos. É com base nas “notas” que alguns prosseguem no sistema de ensino e outros são afastados.

O insucesso escolar significaria um impedimento ao prosseguimento dos estudos, sendo este fenómeno observado em todos os níveis de ensino e instituições escolares, cujas percentagens são muito elevadas. Exibe um carácter prematuro, pois revela alguma tendência a aparecer de uma forma mais ativa nos primeiros anos de escolaridade. O mesmo pode ser também caracterizado como um fenómeno cumulativo, pois um aluno que reprove tem uma maior probabilidade de reprovar novamente, não sendo, por isso, visto como um “acontecimento isolado na vida do aluno”. Mendonça (2009) refere, ainda, que as limitações dos alunos, o seu nível cognitivo ou a sua vontade em aprenderem e se inserirem no meio escolar podem levar ao insucesso escolar.

## 3. Método

### 3.1. Caracterização dos Participantes

Torna-se necessário desenvolver um campo de análise empírico no espaço geográfico e social. De acordo com o caso, o investigador poderá estudar o conjunto da população ou apenas uma amostra representativa ou significativa dessa população.

Sendo assim na impossibilidade de estudar a população, optou-se por participantes que apresentam características da população a estudar.

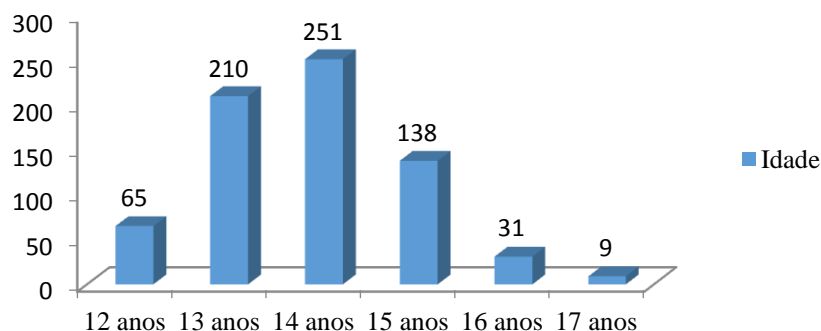
Segundo Quivy & Campenhoudt (1992, p. 161):

*“[...] o que caracteriza os sociólogos é estudarem os conjuntos sociais [...] enquanto totalidades diferentes da soma das suas partes. São os comportamentos de conjuntos que o interessam em primeiro lugar, as suas estruturas e os sistemas de relações sociais que os fazem funcionar e mudar, e não os comportamentos, por si próprios, das unidades que os constituem.”*

A população é entendida como a totalidade dos elementos constitutivos do conjunto. Depois de delimitada a população, nem sempre é fácil ou mesmo possível reunir as informações sobre cada uma das unidades que a compõem. A informação pode ser obtida recorrendo à amostra, que deve ser representativa da população.

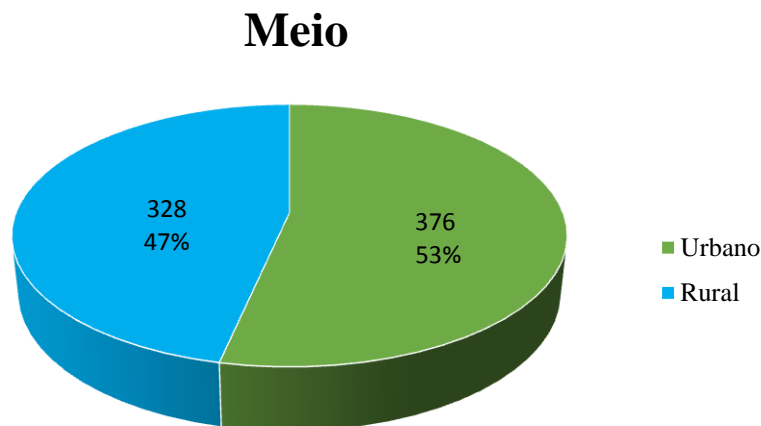
Para o trabalho a desenvolver foi escolhida uma população que será constituída por 704 alunos do 3º ciclo do ensino básico, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos.

### Idade



**Gráfico 1:** Idade dos Participantes.

Como podemos ver no Gráfico 2, 376 participantes, pertenciam a um meio urbano (Concelhos de Maia e Póvoa de Varzim) e 328 a um meio rural (Concelhos de Santo Tirso, Vizela e Famalicão).



**Gráfico 2:** Meio dos Participantes.

Essa população será constituída por 704 alunos, dos quais 322 do sexo feminino e 382 do sexo masculino. Ao longo da recolha dos dados esteve sempre presente o cuidado para que a amostra fosse válida na obtenção de dados significativos para o desenvolvimento do estudo a abordar.

### 3.2. Procedimentos Metodológicos

Para uma melhor aplicabilidade do instrumento de investigação procedeu-se à aplicação de um teste a 25 alunos numa escola do Concelho da Maia, de forma a realizar as correções necessárias no mesmo documento para a continuidade desta investigação. A recolha das informações ocorreu nas primeiras três semanas do 3º período escolar do ano letivo 2014/2015, uma vez que, para este estudo pretendia-se saber, essencialmente, os resultados obtidos pelos alunos no 2º período escolar. Em todos os agrupamentos ou escolas onde foram aplicados os questionários solicitou-se a autorização por parte da direção de cada estabelecimento de ensino. É importante referir que, num desses estabelecimentos foi solicitado a elaboração de outro documento, com o intuito da

autorização por parte dos encarregados de educação, a fim de permitirem que os seus educandos pudessem, ou não, fazer parte dos participantes.

Para a realização do estudo dos participantes e médias obtidas no 2º período escolar, procedeu-se a uma análise descritiva dos dados conseguidos. No que diz respeito ao tratamento estatístico utilizou-se um *T-test de Student* de variáveis independentes, com o objetivo principal de encontrar possíveis diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis do estudo. A análise estatística teve como referência um nível de significância de 5%.

Como recurso para a análise estatística dos dados recorreu-se ao *software* SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) – versão 22.0 para *Microsoft Windows*.

A elaboração de uma dissertação requer um trabalho que se divide em diferentes fases. A constatação de um problema é considerado um primeiro momento, no qual se pretendia averiguar a influência da prática do Desporto Federado no rendimento escolar dos alunos, sendo também pretendido perceber o efeito dos diferentes meios na prática do desporto Federado.

De forma a concretizar este trabalho, investigou-se bibliografia adequada e tendo por base as obras lidas, realizou-se uma outra parte do trabalho, designada Revisão de Literatura. A mesma parte ficou dividida em subcapítulos, abordando-se em termos teóricos o Desporto Federado, contributo da prática desportiva no rendimento académico dos alunos e sucesso/insucesso escolar.

Em relação à parte dos métodos e materiais ficou definida a metodologia a utilizar assim como a caracterização dos participantes.

### **3.3. Instrumentos**

Com o objetivo de recolher a opinião dos elementos da população recorreu-se ao inquérito por questionário. Através do mesmo podem obter-se informações sobre um determinado fenómeno.

Segundo Carmo e Ferreira (1998, p. 141) “a tecnologia do inquérito por questionário é bastante fiável desde que se respeitem escrupulosamente os procedimentos

metodológicos quanto à sua conceção, seleção dos inquiridos e administração no terreno.”

Na elaboração de um questionário deve ter-se em atenção o princípio o meio e o fim. Por regra não existe uma ordem de perguntas. No princípio deve-se fazer uma introdução sobre a entidade que promove o estudo e o objetivo do questionário. As primeiras questões devem ser simples e com o decorrer do questionário devem aumentar a sua especificidade. As questões devem ser claras, nunca devem sugerir uma resposta particular e não devem exprimir nenhuma expectativa. As questões devem ser curtas e sequenciais, sem repetições nem descontextualizadas.

Para o desenvolvimento deste trabalho, cujo objetivo principal é, verificar a relação existente entre a prática do Desporto Federado e o Sucesso Escolar, em jovens do 3º Ciclo, optou-se pelo inquérito por questionário, na medida em que será a técnica mais adequada para a recolha de dados.

Este questionário foi elaborado após uma longa pesquisa e análise de outros instrumentos de investigação relativos a esta temática.

Para dar continuidade ao tratamento estatístico, os resultados obtidos pelos alunos foram divididos em quatro níveis distintos: 1 e 2 Insuficiente, 3 Suficiente, 4 Bom e 5 Muito Bom. Para se definir o sucesso e o insucesso escolar estabeleceram-se valores considerados como média negativa (insucesso escolar) até 2,49 valores e média positiva (sucesso escolar) valores a partir dos 2,50.

### 3.4. Hipóteses

Em virtude da problemática a analisar procede-se à apresentação das hipóteses a apurar:

**H1:** Os alunos que praticam Desporto Federado têm mais Sucesso escolar do que os alunos que não praticam, de um ponto de vista significativo.

**H2:** Existem diferenças estatisticamente significativas entre a zona urbana e a zona rural, relacionadas com o Sucesso Escolar, sendo que os alunos da zona urbana apresentam melhores resultados escolares.

**H3:** Os alunos pertencentes à zona urbana demonstram mais interesse pela prática Desportiva Federada do que os alunos que habitam no meio rural, de um modo significativo.

**H4:** Os alunos que praticam Desporto Federado têm menos resultados negativos do que os que não praticam.

## 4. Apresentação e Discussão dos Resultados

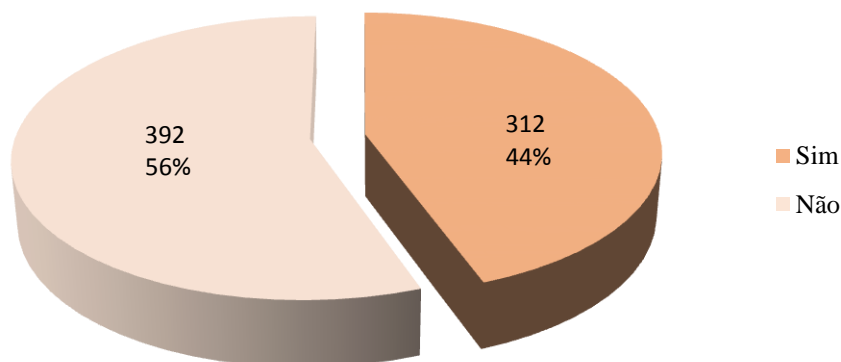
Neste capítulo irá proceder-se à descrição e respetiva análise dos dados obtidos referentes ao documento apresentado aos participantes.

Assim sendo, este capítulo consistirá na apresentação das diferentes representações gráficas, quadros e correspondentes análises, de acordo com as hipóteses inicialmente levantadas.

É necessário referir que nesta parte do trabalho de investigação não constarão todos os resultados, uma vez que, apenas serão apresentados os que estão diretamente relacionados com as hipóteses referidas. Porém, serão incluídos em anexos, devido à sua importância para se retirar as devidas ilações acerca do estudo a desenvolver.

Após a apresentação e análise dos resultados, os mesmos devem ser debatidos e comparados com as afirmações dos autores presentes na Revisão de Literatura. Também se deve proceder a uma reflexão na qual se irá comparar as hipóteses apresentadas com os resultados obtidos.

### Prática de Desporto Federado

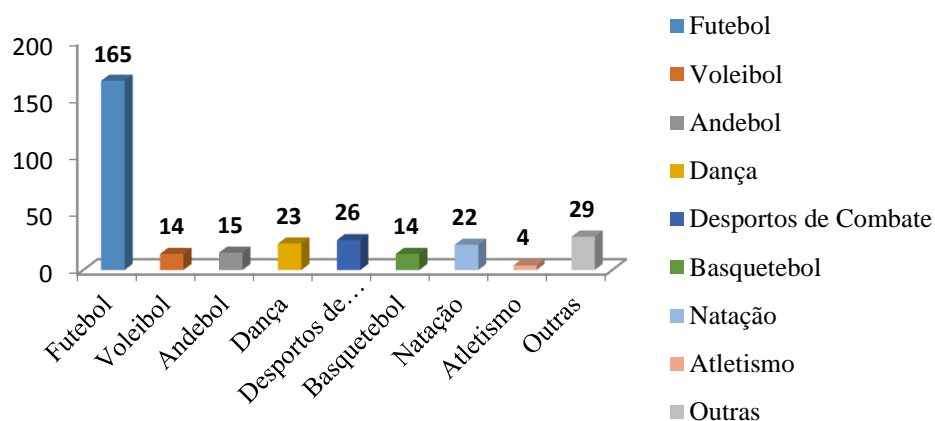


**Gráfico 3:** Frequência de alunos que praticam Desporto Federado.

A observação do Gráfico 3 permite constatar que, relativamente à prática de Desporto Federado por parte dos participantes, que há uma ligeira diferença entre os praticantes e os não praticantes. Apurou-se que 312 alunos praticam Desporto Federado, cuja

percentagem é de 44% num total de 704 alunos, no que diz respeito aos alunos não praticantes de Desporto Federado a percentagem sobe para os 56%, relativo a 392 alunos.

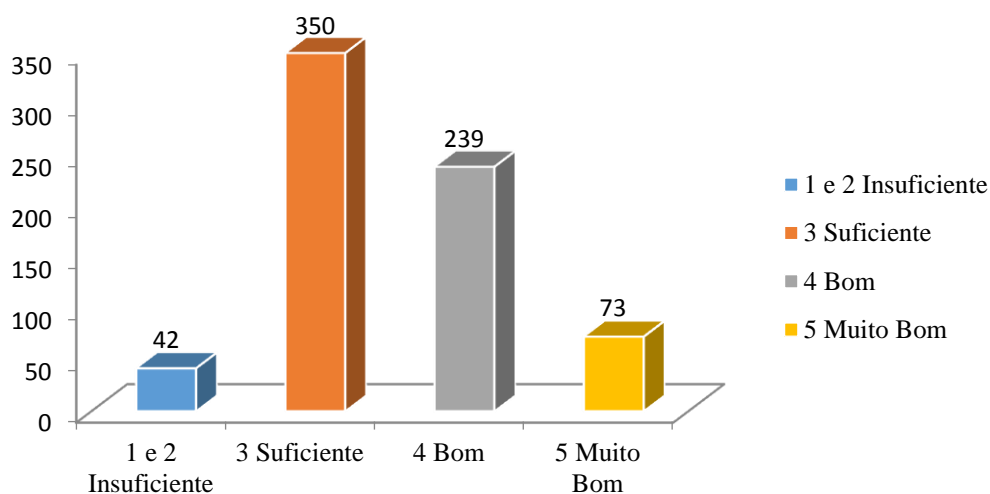
## Modalidade Praticada



**Gráfico 4:** Modalidades relativas à prática de Desporto Federado.

Depois de analisado o Gráfico 4, dos 312 alunos que praticam Desporto Federado, pode-se afirmar que a escolha das modalidades é diversa e dividida por Desportos Coletivos e Desportos Individuais. A modalidade que mais se destaca é o Futebol, com 165 praticantes. Outras das modalidades com maior adesão são: Desportos de Combate (n=26), Dança (n=23) e Natação (n=22). Relativamente às modalidades menos praticadas salientam-se o Andebol (n=15), o Basquetebol (n=14), o Voleibol (n=14) e o Atletismo (n=4). De referir que 29 alunos praticam outras modalidades com menor frequência, entre elas, Equitação, Vela, Ginástica e Ténis.

## Média do 2º Período



**Gráfico 5:** Média das classificações dos alunos obtidas no 2º período.

No que diz respeito à média dos resultados obtidos pelos participantes no final do 2º período pode-se referir que os mesmos foram divididos por quatro níveis: Insuficiente (1 e 2 valores), Suficiente (3 valores), Bom (4 valores) e, por fim, Muito Bom (5 valores). Após esta divisão, verifica-se que 42 dos 704 alunos obtiveram média Insuficiente. A maioria dos alunos ( $n=350$ ) conseguiu média Suficiente, enquanto que, 239 alunos alcançaram um nível Bom e 73 alunos um nível Muito Bom.

**Quadro 1:** Influência da Prática do Desporto Federado nos resultados do 2º Período.

	Prática Desporto Federado	N	Média	Desvio Padrão	<i>p.</i>
Média do 2º Período	Sim	312	2.68	.753	.000*
	Não	392	2.34	.732	

\*Nível de Significância  $p \leq 0.05$

Para proceder à análise da primeira hipótese colocada, utilizou-se o *T-Test* com o objetivo de comparar duas variáveis independentes, a variável “Prática de Desporto Federado” e a variável “Média do 2º Período”.

A observação do Quadro 1, permite a constatação de que existem diferenças estatisticamente significativas ( $p \leq 0.05$ ) relacionadas com a prática de Desporto Federado e a média final do 2º período ( $p = 0.00$ ), estando de acordo com a hipótese 1, que consistia num melhor rendimento escolar por parte dos alunos que praticam Desporto Federado. Os alunos que praticam Desporto Federado, no 2º período apresentaram uma média de 2.68 valores, enquanto que, os alunos não praticantes revelam uma média de 2.34 valores.

A problemática que está a ser discutida incide, essencialmente, na influência da prática do Desporto Federado no sucesso escolar dos alunos. De acordo com JacAngelo (2003) que se apercebeu, através de um estudo com alunos do 3º ciclo, da existência de uma influência positiva da participação em programas desportivos sobre os resultados escolares, sendo assim os alunos praticantes tinham sucesso escolar. Este pensamento vai ao encontro dos resultados obtidos através deste trabalho investigativo, visto que, os alunos que praticam Desporto Federado têm melhor rendimento escolar do que os que não praticam. Também Mahoney (2000) aborda esta questão, sendo da mesma opinião e declara que as práticas desportivas organizadas fora do contexto escolar permitem um melhor aproveitamento a nível académico e social. Esta afirmação comprova a veracidade da hipótese 1, uma vez que os resultados conseguidos neste estudo estão de acordo com a mesma.

As duas variáveis em estudo (prática de Desporto Federado e Sucesso Escolar) podem complementar-se e serem benéficas para a formação do indivíduo, pois para além dos resultados académicos positivos, o hábito por práticas desportivas permite o bem-estar físico, mental e social (OMS, 1986).

**Quadro 2:** Influência do meio no sucesso escolar dos alunos.

	<b>Meio</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>	<b>p.</b>
<b>Média do 2º Período</b>	Urbano	376	2.47	.737	.477
	Rural	328	2.51	.786	

Nível de Significância  $p \leq 0.05$

Para estudar a veracidade da segunda hipótese recorreu-se novamente ao *T-Test* para verificar se existem diferenças estatisticamente significativas ( $p \leq 0.05$ ) entre a zona urbana e a zona rural em relação ao sucesso escolar. No entanto, apesar de se verificar uma ligeira diferença (média do meio rural: 2.51 e média do meio urbano: 2.47), não se pode considerar a mesma estatisticamente significativa ( $p = 0.477$ ), não existindo concordância com a hipótese 2: “Existem diferenças estatisticamente significativas entre a zona urbana e a zona rural, relacionadas com o Sucesso Escolar, sendo que os alunos da zona urbana apresentam melhores resultados escolares”.

Relativamente à questão da influência do meio envolvente aos participantes, segundo Ricardo, Almeida & Gomes (2006) a comunidade a que cada indivíduo pertence está diretamente relacionada com o mesmo será futuramente, ou seja, uma comunidade desprotegida poderá sofrer consequências devido ao meio ou zona que a envolve. Logo poderá assistir-se a problemas relativos ao insucesso escolar. Através deste parecer, é lógico relacionar o mesmo com as dúvidas associadas às hipóteses 2. Contudo, os resultados obtidos não estão em conformidade com os autores acima mencionados, tal como é possível verificar na análise do Quadro 2.

**Quadro 3:** Influência do meio pela prática Desportiva Federada.

		<b>Pratica Desporto Federado</b>		<b>Total</b>
		Sim	Não	
<b>Meio</b>	Urbano	184	192	376
	Rural	128	200	328

De forma a verificar a hipótese 3, recorreu-se a uma tabela de referência cruzada (*Crosstabs*), sendo que as variáveis usadas foram “Meio” e “Prática de Desporto Federado”, seguindo-se a aplicação do teste do Qui-quadrado com o objetivo de se

verificar qual o nível de significância ( $p$ ). Contudo, o mesmo não pode ser verificado, visto que, tanto o meio Urbano, como o meio Rural são constantes, ou seja, não se podendo comprovar a hipótese abordada.

Os resultados obtidos através deste estudo não são conclusivos, pois como já foi referido anteriormente, os meios abordados são constantes. O surgimento desta hipótese deve-se a que, por norma os meios urbanos oferecem uma maior variedade de lazer, cultura, prática desportiva formal, entre outras, possibilitando mais opção de escolha e de mais fácil acesso aos seus habitantes, de acordo com Ricardo, Almeida & Gomes (2006).

**Quadro 4:** Participantes com média final do 2º período negativa.

	<b>Pratica Desporto Federado</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio Padrão</b>
<b>Média do 2º Período</b>	Sim	8	1.00	.000 <sup>a</sup>
	Não	34	1.00	

a.  $p$  não pode ser calculado porque o desvio de padrão de ambos os grupos é 0.

Com o intuito de reconhecer a quarta e última hipótese recorreu-se, novamente, ao *T-Test* de forma a perceber se existem diferenças entre os resultados negativos escolares dos alunos praticantes e não praticantes de Desporto Federado. Não sendo possível verificar o nível de significância, uma vez que, o desvio de padrão de ambos os grupos é 0, tal como se pode observar no Quadro 4, os alunos que praticam Desporto Federado têm menos resultados negativos do que os que não praticam.

No reconhecimento da última hipótese, pode-se associar a mesma a Zenha, Resende & Gomes (2009) que afirmam que a prática desportiva não influencia negativamente o rendimento escolar e vice-versa, referem, ainda, que ao estarem associados a essa atividade organizam melhor o seu tempo. Com os resultados obtidos no estudo desta hipótese, pode apurar-se que os alunos praticantes revelaram ter poucos resultados negativos na média final do 2º período, permitindo concluir que a prática de Desporto Federado condiciona de forma positiva os resultados académicos.

## 5. Conclusões

No quotidiano das pessoas assiste-se a uma procura permanente pela prática desportiva, sendo esta associada a efeitos relativos ao bem-estar físico, intelectual e social. É importante que este hábito seja adquirido desde cedo, competindo a várias entidades, entre elas a escola, promover e facilitar o gosto por hábitos saudáveis, entre eles a prática de exercício físico. Como está provado, estas ações irão facilitar a aprendizagem dos conteúdos escolares, promovendo, desta forma, o sucesso escolar.

Os clubes e as entidades federadas também assumem um papel fundamental em todo este processo, na medida em que, ao evidenciarem a sua preparação, o seu planeamento e a sua exigência, através de programas organizados de atividades desportivas, certamente irão contribuir na formação dos adolescentes, envolvendo os mesmos, desde logo, na planificação da sua vida académico e pessoal, “obrigando-os” a delinear objetivos e a criar rotinas saudáveis.

Desta forma, o presente estudo pretende compreender como a prática Desportiva Federada pode influenciar o rendimento escolar dos alunos.

Através dos resultados alcançados, nomeadamente na primeira hipótese pode dizer-se que a prática de Desporto Federado, poderá ser uma mais-valia na aprendizagem escolar dos alunos, não se tratando, certamente de uma influência negativa para o rendimento académico.

O estudo obtido foi importante e pode-se concluir que as hipóteses 1 e 4 foram ao encontro do pensamento dos autores presentes na Revisão de Literatura e devem ser encarados como um ponto de partida para futuros trabalhos de investigação e alertar para o facto de que os clubes, organizações federativas e escolas deveriam cooperar mais entre si com o intuito de simplificar a rotina e os horários dos jovens, demonstrando que essa cooperação é possível e que um atleta federado pode obter resultados bastante positivos não descurando nenhuma das partes.

Relativamente ao meio (Hipótese 3), inicialmente tinha-se como ideia que o mesmo poderia influenciar no que diz respeito à prática de Desporto Federado, ou seja, assistia-se a uma maior afluência por parte dos participantes da zona urbana, do que da zona rural. Contudo esta análise não foi conclusiva, uma vez que, os meios eram constantes,

não permitindo tirar outras ilações mais concretas. Também, no que diz respeito à influência do meio nas classificações académicas no final do 2º período, não se verificou resultados conclusivos, existindo diferenças estatisticamente significativas entre o meio rural e o meio urbano, registando-se, apenas, uma melhoria das classificações no meio rural.

Sentiram-se algumas limitações, sendo uma das principais a falta de bibliografia portuguesa associada à prática de Desporto Federado, o que dificultou, desde logo, na construção do instrumento e, também, na procura de autores estudiosos desta temática.

Pretende-se que este trabalho seja encarado como o início e uma motivação para a continuidade do estudo da prática do Desporto Federado e as suas vantagens, pois certamente ainda haverá muito a investigar e a descobrir.

## 7. Referências

- Bastos, A., Fernandes, G., & Passos, J. (2009). Analysis of school based on Portuguese micro data, *Applied Economics Letters*, *16*, 1639-1643.
- Benavente, A. Costa, A., & Grácio, S. (1989). A reforma do ensino: um processo social. *Sociologia*, *6*, 157-167.
- Brad, A. (2014). Exercise and the Brain: More Reasons to Keep Moving. ACSM Fit Society Page. American College Of Sports Medicine. *16*(4), 2-6.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E. & Christenson G. M. (1985). Physical Activiy, Exercise, and Physical Fitness: Definitions and Distinctions for Health-Related Research. *Public Health Reports*. *100*(2),126-130.
- Collingwood, T. R., Sunderlin J., Reynolds R. & Kohl H. W. (2000). Physical training as a substance abuse prevention intervention for youth. *Journal of Drug Education*, *30*(4), 435-451.
- Departement of Health and Human Services (2000). Healthy People 2010: Understanding and improving health. Washington DC.
- Dwyer, T., Sallis, J., Blizzard, L., Lazarus, R., & Dean, K. (2001). Relation of academic performance to physical activity and fitness in children. *Pediatric Exercise Science*, *13*: 225-237.
- Eurydice (1994). *Measures to combat school failure: A Challange for the construction of Europe*. Bruxelas: Comissão Europeia.
- FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ORIENTAÇÃO (2006), DESPORTO ESCOLAR E DESPORTO FEDERADO Dois “Desportos” no mesmo contexto ou dois contextos para o mesmo Desporto? Ricardo Chumbinho*
- Ferreira, M. & Carmo, H. (1998). *Metodologia da Investigação – Guia para Auto-Aprendizagem (2ª Edição)*. Lisboa: Universidade Aberta, pp. 141.
- Formiga, N. (2004). O tipo de orientação cultural e a influência sobre os indicadores do rendimento escolar. *Psicologia: Teoria e Prática*, *6*(1), 13-29.

Gables, C. (2002). *High school athletics and academics: Exploring the path from participation to achievement*.

Acedido em 10/03/2015 ([www.proquest.com/hp/Products/Dissertations.html](http://www.proquest.com/hp/Products/Dissertations.html))

Hart, M. E. & Shay, C. T. (1964). Relationship between physical fitness and academic success. *Research Quarterly*, 35, 443-445.

JacAngelo, N. P. (2003). *The relation of sports participation to academic performance of high school students*

Acedido em 12/01/2015 (<http://www.proquest.com/hp/Products/Dissertations.html>.)

Kaufmann, A. M. (2002). *Interscholastic sports participation as a predictor of academic success for high school students*

Acedido em 12/01/2015 (<http://www.proquest.com/hp/Products/Dissertations.html>.)

Lipscomb, S. (2007). Secondary school extracurricular involvement and academic achievement: a fixed effects approach. *Economics of Education Review*, 26(4), 463-472.

Mahoney, J. (2000). School extracurricular activity participation as a moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*, 71(2), 502-516.

Mendonça, A. (2009). *O Insucesso Escolar: Políticas Educativas e Práticas Sociais. Um estudo de caso sobre o Arquipélago da Madeira*. Portugal: Edições Pedagogo.

Organização Mundial de Saúde (2009) Orientações da União Europeia para a Atividade Física. Políticas Recomendadas para a Promoção da Saúde e do Bem-Estar.

Organização Mundial de Saúde (1986) Carte Ottawa: Primeira conferência internacional sobre promoção de saúde.

Pessoa, F. (1933). *Obra Poética de Fernando Pessoa – Poesia II*. Lisboa: 3ª Ed. Publicações Europa América.

Physical Activity Guidelines Advisory Committee (2008) Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report,. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services.

- Pina, M. (2002). Desporto Escolar, Estado atual e prospetiva. *Horizonte revista de educação física e desporto*, 17(101), 25-35.
- Pires, G. (2005). Gestão do Desporto. Desenvolvimento Organizacional. (2.<sup>a</sup> ed.): Edição APOGESD. Porto.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (1992). *Manual de Investigação em Ciências Sociais. Trajectos*. Lisboa: Gradiva Publicações, Lda, pp. 161.
- Ribeiro, I., Almeida, L., & Gomes, C. (2006). Conhecimentos prévios, sucesso escolar e trajetórias de aprendizagem: do 1º para o 2º ciclo do ensino básico. *Avaliação psicológica*, 5(2), 127-133.
- Saavedra, L. (2001). Sucesso/ Insucesso Escolar. A Importância do nível socio Economico e do género. *Psicologia*, 15(1), 67-92.
- Saraiva, J., & Rodrigues, L. (2010). Relações entre a atividade física, aptidão física, morfológica, coordenativa e realização académica. Uma perspetiva holística do desenvolvimento motor. *Revista de Motricidade*, 6, 35-45.
- Shulruf, B., Tumen, S. & Tolley, H. (2008). Extracurricular activities in school, do they matter? *Children and Youth Services Review*, 30, 418-426.
- Soltz, D. F. (1986). Athletics and academic achievement: What is the relationship? *NASSP Bulletin*, 70(492), 20-24.
- Correia, T.; Gonçalves, I. & Pile, M. (2002). Insucesso Académico no IST. *Núcleo de Aconselhamento Psicológico do IST*.
- Acedido em : 12/07/2015 (<http://gop.ist.utl.pt/>)
- Taras, H. (2005). Physical activity and student performance at school. *Journal Search Health*, 75(6), 214-218.
- Trudeau, F., & Shephard, R. (2008). Physical education, school physical, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5,10.

Wong, B. & Gomes, C. (2012). *Alunos que fazem mais exercício físico têm melhores resultados escolares*. Público.

Acedido em 05/02/2015 (<http://www.publico.pt/educacao/noticia/alunos-que-fazem-mais-exercicio-fisico-tem-melhores-resultados-escolares-1558459>)

Zenha, V., Resende, R., & Gomes, A. (2009). Desporto de alto rendimento e sucesso escolar: Análise e estudo de factores influentes no seu êxito. In J. Fernández, G. Torres, & A. Montero (Eds.), *II Congresso Internacional de Deportes de Equipo Editorial y Centro de Formación Alto Rendimiento*. pp. 1-10. Corunha: Espanha.

## **Anexos**



## Questionário

O presente questionário tem em vista a elaboração de um Relatório Científico, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, a apresentar ao Instituto Universitário da Maia, no ano letivo 2014/2015.

Este trabalho tem como objetivo principal, verificar a relação existente entre a prática do Desporto Federado e o Sucesso Escolar, em jovens do 3º Ciclo.

Entende-se por prática de Desporto Federado, todo o aluno que pertença a um clube ou federação com o objetivo de entrar na elite desportiva e que tem como missão o rendimento, o espetáculo e o profissionalismo.

As respostas deverão traduzir a tua opinião sincera, não havendo respostas corretas ou incorretas. É importante que respondas a todas as questões.

A informação proporcionada será confidencial, destinando-se a ser objeto de tratamento estatístico.

### Parte I – Identificação do aluno

Sexo: Masculino \_\_\_ Feminino \_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_

Ano: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_

### Parte II – Prática Desportiva

**Praticas desporto federado?**

Sim  Não

Que Modalidade?

---

Quantos treinos fazes por semana?

1  2  3  4  5  +5

Quantas horas de treino realizas por semana?

2 a 3  3 a 4  4 a 5  5 a 6  6 a 7

### Parte III – Desempenho Escolar

Já, reprovaste de ano alguma vez? Sim  Não

Consideras que reprovaste de ano porque praticas desporto federado?

Sim  Não



Se consideras que sim, porquê? (Podes escolher até duas opções)

- Dedico-me mais à prática do desporto federado do que aos estudos.
- Não gosto de estudar.
- O meu objetivo é ser profissional da modalidade que pratico.
- Tenho pouco tempo para estudar e praticar desporto federado ao mesmo tempo.

**Relativamente ao 2º Período do ano letivo 2014/15:**

Indica as notas de cada uma das disciplinas que tens na tabela abaixo.

<b>Disciplina:</b>	<b>Nota:</b>
Português	
Matemática	
Inglês	
Educação Física	
Alemão/Espanhol/Francês	
Geografia	
Físico-química	
Ciências Naturais	
História	

**Obrigado pela tua colaboração!**





Castêlo da Maia, 10 de abril de 2015

Exmo(a). Sr(a). Diretor(a)

No âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), sob a supervisão do Professor Doutor Francisco Gonçalves, pretende-se realizar um estudo científico cujo tema é “A influência da prática de desporto federado no sucesso escolar dos alunos”.

Assim, solicitamos a vossa excelência autorização para aplicar um questionário, sobre a temática acima referida, junto dos alunos do 3º ciclo do agrupamento que dirige.

A confidencialidade e a privacidade dos resultados obtidos são asseguradas pelo anonimato dos inquiridos.

Agradecemos desde já a sua disponibilidade e atenção,

Com os melhores cumprimentos,

Carlos Machado

---

Castêlo da Maia, 10 de abril de 2015



Castêlo da Maia, 17 de abril de 2015

Exmo(a). Sr(a). Diretor(a)

No âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), sob a supervisão do Professor Doutor Francisco Gonçalves, pretende-se realizar um estudo científico cujo tema é *“A influência da prática de desporto federado no sucesso escolar dos alunos”*.

A confidencialidade e a privacidade dos resultados obtidos são asseguradas pelo anonimato dos inquiridos.

Agradecemos desde já a sua disponibilidade e atenção,

Com os melhores cumprimentos,

Carlos Machado

---

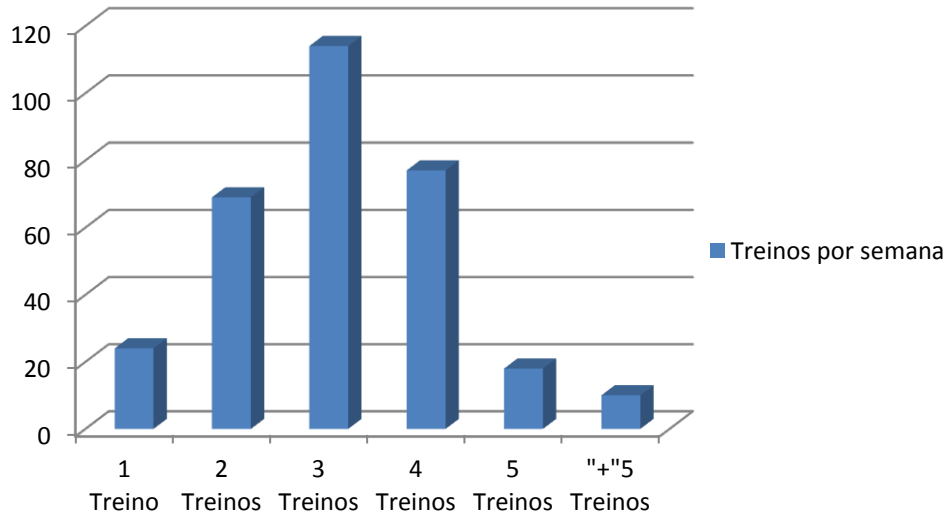
Castêlo da Maia, 17 de abril de 2015

-----  
Eu, \_\_\_\_\_ encarregado  
de educação do aluno \_\_\_\_\_  
autorizo/não autorizo (riscar o que não interessa) o meu educando a preencher  
o questionário sobre *“A influência da prática de desporto federado no sucesso  
escolar dos alunos”*.

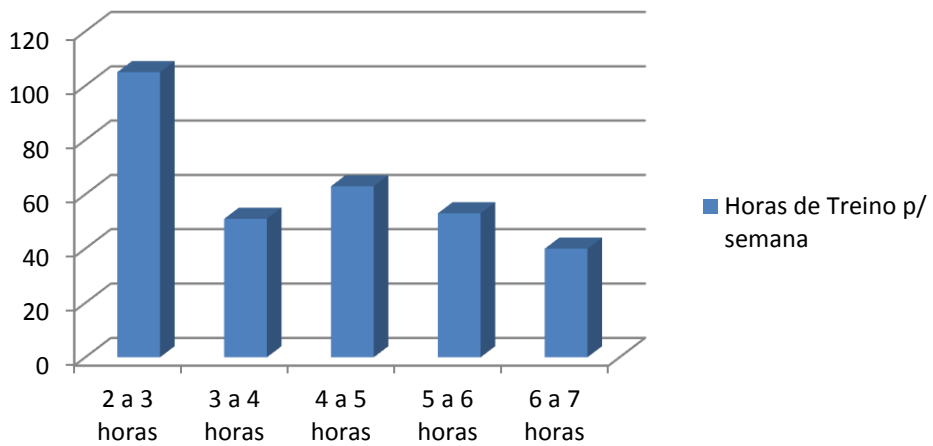
Encarregado de Educação

---

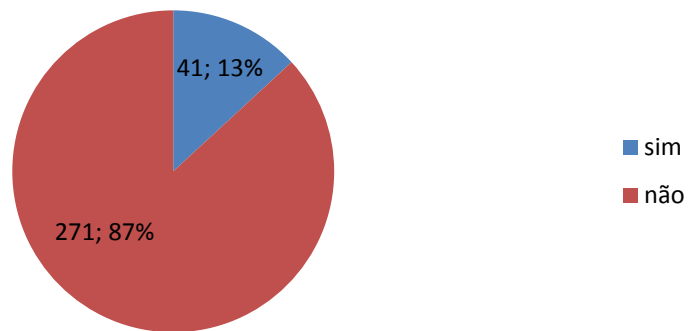
### Treinos por semana



### Horas de Treino p/ semana



## Praticantes de Desporto Federado que já reprovaram



## Porque consideram que reprovaram?

