

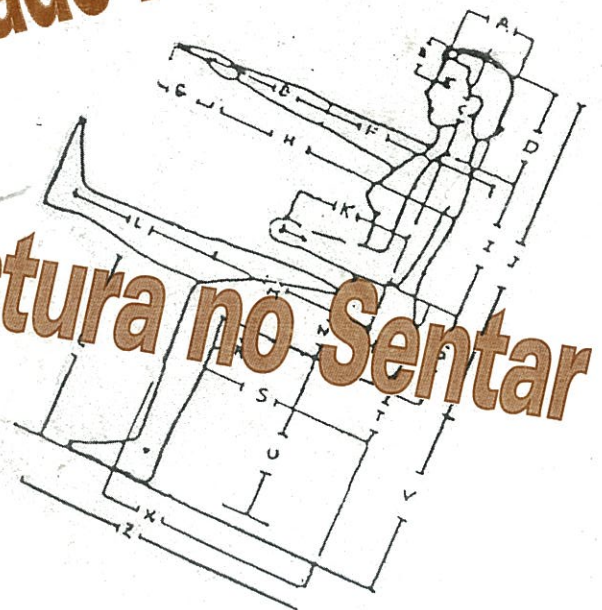
# Folclore

## Seminário - Teoria da Educação Física



## Actividade Lúdica

## Actividade Física



## Postura no Sentar

# A prática desportiva das crianças nos clubes

## Influências, motivações e entraves à prática

João Serrano \*

Ana Rute Silva\*\*

Nuno Mendes\*\*

Patrícia Campos\*\*

Sérgio Pires\*\*

### RESUMO

O presente estudo teve como objectivos, conhecer as principais razões e influências que motivam as crianças a praticar actividade desportiva no clube, e saber, se essas razões e influências variam de acordo com a modalidade praticada e com o género. Conhecer também a opinião dos treinadores sobre os principais entraves à prática, e quais as mudanças a propor para aumentar o número de crianças a praticar actividade desportiva nos clubes.

A amostra deste estudo é composta por 40 crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 14 anos e por 4 treinadores. As modalidades onde foi recolhida a amostra foram: futebol, andebol, ténis e atletismo.

A recolha dos dados foi efectuada com base num questionário aplicado individualmente a cada criança e a cada treinador. Após codificação, processamento e tratamento dos dados, concluímos que:

O tempo de prática desportiva semanal das crianças nos clubes é diminuto. As principais razões para a prática estão ligadas à socialização, à saúde e à condição física. Quem mais influencia a prática desportiva são os amigos. As variáveis género e modalidade praticada não mostraram grandes diferenças.

São vários os entraves à prática desportiva das crianças nos clubes na opinião dos treinadores, sendo apontados alguns aspectos importantes para atrair as crianças para a prática desportiva.

*"O desporto caracteriza-se por uma pratica competitiva, voluntária e regular, desenvolvida num espaço material apropriado e com regras especifica, enquadrada tecnicamente e organizada institucionalmente em clubes, associações e federações."* (Carreiro da Costa, et. al., 1988, p. 13-18).

### INTRODUÇÃO

O reconhecimento da importância da actividade física sofreu um incremento quando os investigadores se aperceberam que o desenvolvimento das sociedades urbanas motivado pela súbita industrialização provocou uma série de alterações e constrangimentos na vida diária das populações que poderia ter uma influência directa nos seus níveis de saúde futura (Sallis et al., 1992). Sabendo que a actividade desportiva no clube pode ser importante para elevar os níveis de actividade física diária das crianças fora da escola, pensamos que o conhecimento desta realidade poderá contribuir para a apresentação de propostas que possam levar ao incremento da mesma, contribuindo desta forma para uma melhoria dos padrões de saúde futura das populações.

### IMPORTÂNCIA DA ACTIVIDADE FÍSICA

A actividade física e o desporto assumem-se hoje em dia como grandes fenómenos sociais da história da humanidade. Cada vez mais as pessoas sentem necessidade de contrariar os hábitos do quotidiano, que se vão tornando cada vez mais sedentários.

A actividade desportiva surge então como um meio colocado ao serviço das pessoas para contrariar esses hábitos sedentários, melhorando a sua qualidade de vida e assumindo um papel cada vez mais importante na procura e manutenção do bem-estar. Para a criança, a actividade física surge naturalmente como um meio através do qual, ela adquire conhecimentos e habilidades, sejam elas motoras ou cognitivas, assumindo também um papel importantíssimo ao nível do crescimento e socialização em diversos ambientes (Herkowitz, 1980; Holopainen, 1985; Neto, 1994).

A actividade física é natural, portanto biologicamente e psicologicamente necessária. É um meio formativo, não só no campo estritamente biológico, mas também influi decisivamente no crescimento, desenvolvimento e na criação de estilos de vida saudáveis (Horta e Barata, 1995).

Segundo Bouchard e col. (1994), além dos benefícios fisiológicos produzidos pela actividade física regular, devemos considerar também os

\* Professor Adjunto do Departamento de Educação Física e Artística da ESE de Castelo Branco

\*\* Alunos finalistas do curso de Professores do Ensino Básico - Variante de Educação Física da ESECB

benefícios psicológicos que produz, tais como: a redução da ansiedade e depressão e o aumento da auto-estima.

Somos hoje, também confrontados com um quadro crescente de motivações para a prática desportiva institucionalizada, que atraem de forma significativa as crianças, cada vez mais cedo. Elas são motivadas para esta prática, através de diversos agentes de socialização: a família e sua extensão, as instituições desportivas oficiais ou privadas, o espaço escolar, os grupos de amigos próximos à habitação (vizinhança), os mass media (principalmente programas desportivos), etc. O contexto social é para a criança segundo Neto (1994) uma referência fundamental quanto à criação de motivações, valores e normas de conduta na prática das suas actividades motoras e lúdicas.

A transformação das sociedades industriais ou pós-industriais têm permitido um aumento progressivo de participação da criança no desporto, podendo ser avançadas algumas justificações: a grande acessibilidade aos programas desportivos principalmente nos grandes centros urbanos; o aumento gradual do papel das estruturas municipais na divulgação e dinamização das actividades recreativas/desportivas, e o controlo dessas mesmas actividades por agências especializadas; a glorificação do desporto expresso principalmente nos órgãos de comunicação social, com realce para as imagens e modelos vinculados através da tecnologia audiovisual. Estas mudanças operadas na mobilidade do tecido social, leva-nos a considerar que se torna necessário dar à criança o direito de praticar desporto (Neto, 1994).

### A PRÁTICA DESPORTIVA NOS CLUBES

Segundo Araújo (1984), o clube continua a ser um dos esteios fundamentais do desenvolvimento desportivo nacional sem que isto signifique, que caibam aos clubes, às associações e federações desportivas o exclusivo da responsabilidade na promoção do desenvolvimento desportivo. Em termos essenciais o clube desportivo constitui uma resposta social às necessidades das populações no domínio das actividades físicas.

Segundo Bento (1985, pag. 3) "o desporto é social e especializado. É esse último aspecto que determina para o clube tarefas complementares da escola, independentemente de ambos (clube e escola) se situarem no mesmo plano do sistema desportivo, ou seja, o plano da formação".

O desporto no clube acontece com base em decisão ou opção livre; a entrada é voluntária, o desporto constitui aqui a disciplina principal e única, sem outras disciplinas paralelas! Aqui encontram-se grupos mais homogêneos, motivados e disponíveis para o rendimento, quase sempre

orientados para uma determinada modalidade desportiva.

Desporto no clube deveria significar sempre variedade de movimento, jogo e desporto para todos os grupos etários, para rapazes e raparigas, para mulheres e homens para todas as motivações, inclinações e interesses. Deveria orientar-se simultaneamente para activação, alegria, esforço, recuperação, organização do tempo livre, colectivismo, socialização e bem-estar e também estimular a grande massa do desporto.

### ESTUDOS REALIZADOS SOBRE, RAZÕES, INFLUÊNCIAS E ENTRAVES À PRÁTICA DESPORTIVA NO CLUBE

Nos últimos anos têm sido desenvolvidos alguns estudos, no sentido de conhecer quais são as principais razões e influências que levam crianças e jovens a praticar actividade desportiva nos clubes, bem como os principais entraves à prática.

Os estudos têm demonstrado que os pais, os irmãos e os amigos são os grupos que maior influência exercem, sobre a prática desportiva das crianças e jovens (Duarte, 1991; Costa, 1993; Neves, 1999). Quanto ao papel da escola e dos professores parece haver alguma controvérsia pois enquanto alguns estudos evidenciam uma influência baixa (Costa, 1993; Neves, 1999), outros chegaram à conclusão que a sua influência é elevada (Shigunov, Nasário, Bettencourt e Ferreira, 1998).

Alguns autores procuraram saber quais eram as motivações ou principais razões que levam as crianças e jovens a praticar actividades desportivas. As conclusões mostraram que os aspectos mais valorizados eram aqueles que estavam ligados à condição física (estar em forma), à socialização (trabalho com outras crianças e jovens, fazer amigos e divertimento) e ao desenvolvimento técnico (aprender novas técnicas e melhorar capacidades). Quanto aos menos valorizados, relacionavam-se com o reconhecimento externo (Neves, 1999; Serpa, 1992; Costa, 1993; Dias, 1995; Rego, 1995; Raposo, Figueiredo e Granja, 1996; Pereira e Raposo, 1998).

Outros autores estudaram os entraves ou motivos que mais contribuem para que as crianças e jovens não pratiquem desporto fora da escola. Entre os mais importantes aparecem aspectos relacionados com as instalações desportivas (falta delas, inadequadas ou ficarem longe de casa), a falta de apoios nas actividades (falta de iniciativas desportivas por parte das autarquias, falta de professores/treinadores, falta de informação e apoios) e falta de tempo por parte das crianças (Pereira e Raposo, 1998; Serrano, França e Grosso, 2000).

## METODOLOGIA

### OBJECTIVO DE ESTUDO

Os objectivos do nosso estudo foram caracterizar a actividade física das crianças nos clubes na cidade de Castelo Branco e conhecer as principais motivações e influências que levam à prática, tendo em conta as variáveis tipo de modalidade praticada e género. Conhecer também a opinião dos treinadores sobre os principais entraves à prática, e quais as mudanças a propor para aumentar a percentagem de prática por parte das crianças nos clubes.

### QUESTÕES DO ESTUDO

As principais questões do estudo foram:

- Conhecer a frequência de prática semanal das crianças no clube;
- Conhecer as principais razões que levam as crianças a praticar actividade desportiva nos clubes;
- Saber quais são as principais influências que levam as crianças a praticar actividade desportiva nos clubes;
- Conhecer a opinião dos treinadores sobre os principais entraves à prática desportiva por parte das crianças nos clubes;
- Saber na opinião dos treinadores quais os aspectos a melhorar para atrair mais crianças para a prática desportiva nos clubes.

### DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

#### AMOSTRA

Para alcançarmos os objectivos do nosso estudo, utilizámos como população alvo crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 14 anos que praticam actividade desportiva nos clubes da cidade de Castelo Branco, e os respectivos treinadores.

A amostra é composta por quarenta crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 14 anos e quatro treinadores. As modalidades onde foram recolhidos os dados foram o futebol, o andebol, o ténis e o atletismo e o número de crianças inquiridas foram 10 em cada modalidade, pois procurámos uma equivalência em termos de unidades estatísticas de modo a que esta fosse a mais homogénea possível quanto ao número.

O tamanho da amostra, assim como as modalidades escolhidas foram em número reduzido devido ao limitado ao número de praticantes que existem na cidade de Castelo Branco e às poucas modalidades disponíveis.

O instrumento utilizado de recolha dos dados foi um questionário (adaptado de Pereira e Raposo, 1998), aplicado directamente pelos investigadores a cada uma das crianças e respectivos treinadores individualmente. O período de aplicação dos

questionários decorreu durante os meses de Abril e Maio de 2004.

### VARIÁVEIS

No nosso estudo tivemos em conta variáveis de dois tipos:

#### Variável Dependente:

- Actividade física praticada nos clubes

#### Variáveis Independentes:

- Tipo de modalidade praticada (futebol, andebol, ténis e atletismo).
- Género (Masculino e Feminino).

### APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

A apresentação e discussão dos resultados está relacionada com o objectivo e questões apresentadas anteriormente, assim, vamos caracterizar a actividade desportiva das crianças em quatro clubes na cidade de Castelo Branco e conhecer as principais motivações e influências que levam à prática, tendo em conta as variáveis tipo de modalidade praticada e género. Conhecer também a opinião dos treinadores sobre os principais entraves à prática, e quais as mudanças a propor para aumentar a percentagem de prática por parte das crianças nos clubes.

O estudo que apresentamos é um estudo descritivo com base numa análise percentual.

### QUESTIONÁRIO CRIANÇAS

#### 1 – Análise dos resultados de acordo com a totalidade da amostra

##### 1.1 – Frequência da prática semanal de actividade desportiva no clube?

Pela análise do quadro 1, constatamos que as crianças praticam actividade desportiva nos clubes apenas uma ou duas vezes por semana. Nenhuma criança referiu praticar mais de duas vezes.

Quadro 1 – Intensidade da prática desportiva semanal

Vezez por semana	%
1 vez por semana	50
2 vezes por semana	50
3 vezes por semana	0
Mais de 3 vezes por semana	0
Horas por sessão	%
Menos de 2 horas	100
De 2 a 4 horas	0
Mais de 4 horas	0

Quanto à duração das sessões de treino, verificamos que todas as crianças referiram que as mesmas têm uma duração inferior a duas horas.

Os resultados obtidos relativamente à frequência e tempo semanal de actividade desportiva no clube, vêm confirmar os resultados obtidos por Serrano (2003), pois também este autor constatou que a prática desportiva das crianças nos clubes apresenta valores reduzidos.

### 1.2 - Principais razões que levam as crianças a praticar actividades desportivas no clube.

Com base na análise dos dados representados no quadro 2, podemos verificar que as principais razões que levam as crianças a praticar actividades desportivas nos clubes são: conhecer novos amigos (65%); importância para a saúde (60%); fazer exercício (60%); por ser divertido (50%); melhoria da forma física (47,5%) e desenvolvimento de técnica na modalidade (40%).

Quadro 2 - Razões que levam à prática desportiva

Razões	%
Conhecer novos amigos	65
Importante para a saúde	60
Fazer exercício	60
Por ser divertido	50
Melhoria da forma física	47,5
Desenvolvimento da técnica na modalidade	40
Melhorar as capacidades	25
Act. agradável, relax., ajuda a dormir melhor	22,5
Descarregar energias	17,5
Ajuda nas aprendizagens escolares	15
Rec. Externo (ser conhecido, rec. prémios...)	10
Para sair de casa	10
Outros	2,5

Os resultados por nós obtidos vão de alguma forma comprovar os resultados de outros estudos desenvolvidos sobre esta matéria, pois também Neves (1999) Serpa (1992), Costa (1993), Dias (1995), Rego (1995), Raposo, Figueiredo e Granja (1996) e Pereira e Raposo (1998) concluíram que os aspectos ligados à socialização (conhecer novos amigos, ser divertido), à condição física (fazer exercício, melhoria da forma física) e ao desenvolvimento da técnica, estavam entre aqueles que eram mais importantes para a prática desportiva no clube.

### 1.3 - Principais influências para a prática de actividade desportiva das crianças no clube?

Como podemos constatar através da observação do quadro 3, quem mais influencia as crianças para a prática desportiva nos clubes são: os amigos da escola e do bairro (42,5%) os professores ou treinadores (27,5%), os pais ou outros familiares adultos (20%) e os irmãos ou

familiares das crianças (15%). Podemos também observar que os ídolos desportivos (7,5%), a escola (7,5%) e os mass média (2,5%) são aqueles que exercem menor influência.

Quadro 3 - Influências para a prática desportiva no clube

Influências	%
Amigos da escola e do bairro	42,5
Professores ou treinadores	27,5
Pais ou outros familiares adultos	20
Irmãos ou familiares das crianças	15
Ídolos desportivos	7,5
Escola	7,5
Mass Media	2,5
Outros	5

Comparando os resultados obtidos no nosso estudo com os de outros autores (Duarte, 1991; Costa, 1993; Shigunov et al, 1998; Neves, 1999), pudemos verificar que no que diz respeito à influência exercida pelos amigos da escola e do bairro parece não existir diferenças. O mesmo não se pode dizer relativamente aos pais e outros familiares adultos, uma vez que em todos os estudos esta categoria foi bastante desvalorizada, contrariamente aos resultados por nós obtidos.

## 2 - Análise das razões e influências que levam as crianças à prática desportiva nos clubes, tendo em conta a modalidade praticada.

### 2.1 - Principais razões que levam as crianças à prática desportiva nos clubes.

Pela análise do quadro 4 podemos constatar, que as principais razões que levam as crianças a praticar desporto nos clubes são no futebol, conhecer novos amigos (40%), importância para a saúde (40%), por ser divertido (40%) e melhoria da forma física (30%); no andebol são fazer exercício (70%), desenvolvimento da técnica na modalidade (70%), conhecer novos amigos, (60%), por ser importante para a saúde (60%) e melhoria da forma física (50%).

Quadro 4 - Principais razões que levam à prática desportiva

Razões	Fut.	And.	Ténis	Atlet.
Conhecer novos amigos	40%	60%	80%	80%
Importante para a saúde	40%	60%	60%	80%
Fazer exercício	10%	70%	70%	50%
Por ser divertido	40%	40%	70%	50%
Melhoria da forma física	30%	50%	50%	60%
Des. da técnica modalidade	20%	70%	20%	50%
Melhorar as capacidades	10%	20%	20%	50%
Act. Agrad. relax. aj. dormir	10%	0%	30%	50%
Ajuda aprendiz. escolares	10%	0%	10%	40%
Descarregar energias	20%	20%	10%	20%
Reconhecimento externo	20%	0%	10%	10%
Para sair de casa	10%	10%	20%	0%
Outros	0%	0%	10%	0%

No ténis as principais razões que levam as crianças a praticar desporto nos clubes são conhecer novos amigos (80%), fazer exercício (70%), por ser divertido (70%), importante para a saúde (60%) e melhoria da forma física (50%) e no atletismo são conhecer novos amigos (80%), importante para a saúde (80%), melhoria da forma física (60%), fazer exercício (50%), por ser divertido (50%), desenvolvimento da técnica na modalidade (50%), melhorar as capacidades (50%) e actividade agradável relaxante que ajuda a dormir melhor (50%).

Comparando os resultados de acordo com as diferentes modalidades podemos constatar que as razões mais importantes que levam as crianças e jovens a praticar actividade desportiva nos clubes tendem a perpetuar-se nos diferentes desportos, uma vez que em todos eles aparecem como razões mais importantes, aquelas que estão relacionadas com a condição física (melhoria da forma, fazer exercício), com a socialização (conhecer novos amigos, ser divertido) e com a saúde. Pudemos ainda constatar, que o factor socialização (conhecer novos amigos e ser divertido) é mais valorizado pelas crianças que praticam desportos individuais (ténis e atletismo), e que o desenvolvimento da técnica é mais valorizado pelos praticantes de andebol e atletismo. Para além dos itens enunciados, pudemos também verificar que a importância para as aprendizagens escolares, o descarregar energias, o reconhecimento externo, ou ser motivo para sair de casa são pouco relevantes em todas as modalidades.

## 2.2 - Principais influências que levam as crianças à prática desportiva nos clubes.

Pela análise do quadro 5 podemos constatar que as principais influências que levam as crianças a praticar desporto nos clubes são no futebol, os professores ou treinadores (40%), os amigos da escola e do bairro (30%) e os irmãos ou familiares crianças (30%); no andebol são os amigos da escola e do bairro (50%) e os ídolos desportivos (20%); no ténis, são os pais e outros familiares adultos (50%), amigos da escola e do bairro (40%) e professores ou treinadores (40%); no atletismo são amigos da escola e do bairro (50%), os pais e outros familiares adultos (20%) e os professores ou treinadores (20%).

Quadro 5 - Principais influências que levam à prática desportiva

Influências	Fut.	And.	Ténis	Atlet.
Amigos da escola/bairro	30%	50%	40%	50%
Profes. ou treinadores	40%	10%	40%	20%
Pais/outros fam. Adult.	0%	10%	50%	20%
Irmãos ou famil. crianças	30%	0%	20%	10%
Ídolos desportivos	0%	20%	0%	10%
Escola	20%	0%	0%	10%
Mass Media	0%	0%	20%	10%
Outros	0%	0%	0%	0%

Comparando os resultados de acordo com as diferentes modalidades podemos constatar que os amigos são o grupo de influências mais importantes para a prática de todos os desportos, e que os professores ou os treinadores exercem também uma influência importante. Pudemos ainda constatar que os pais e os familiares adultos exercem maior influência nos desportos individuais (ténis e atletismo), e que os irmãos ou familiares crianças exercem mais influência na prática do futebol, e os ídolos desportivos no andebol. À escola e aos mass média cabe uma baixa influência.

## 3 - Análise das razões e influências que levam as crianças à prática desportiva nos clubes, tendo em conta a diferença do género.

### 3.1 - Principais razões que levam as crianças à prática desportiva nos clubes.

Pela análise do quadro 6 podemos observar que as principais razões que levam as crianças e jovens do género masculino a praticar actividade desportiva nos clubes são: fazer exercício (52,9%), por ser divertido (52,9%), conhecer novos amigos (47%) e a melhoria da forma física (41,1%), enquanto que no género feminino são: conhecer novos amigos (73,9%), a importância para saúde (65,2%), fazer exercício (65,2%) e melhoria da forma física (56,5%).

Quadro 6 - Principais razões que levam à prática desportiva

Razões	Masc.	Fem.
Conhecer novos amigos	47%	73,9%
Importante para a saúde	35,2%	65,2%
Fazer exercício	52,9%	65,2%
Por ser divertido	52,9%	52,1%
Melhoria da forma física	41,1%	56,5%
Des. de técnica modalidade	29,4%	47,8%
Melhorar as capacidades	23,5%	30,4%
Act. Agrad. relax. aj. dormir	23,5%	17,4%
Ajuda aprendiz. escolares	11,7%	21,7%
Descarregar energias	23,5%	13%
Reconhecimento externo	17,6%	0%
Para sair de casa	11,7%	8,7%
Outros	5,8%	0%

Comparando os resultados de acordo com as diferenças do género, podemos constatar que as razões mais importantes que levam as crianças e jovens a praticar actividade desportiva nos clubes estão para ambos relacionadas com a condição física (melhoria da forma, fazer exercício), com a socialização (conhecer novos amigos, ser divertido) e com a saúde. Podemos ainda constatar que todos os itens são mais valorizados pelas raparigas, à excepção do ser importante para descarregar energias, ser uma actividade agradável que ajuda a dormir melhor, pelo reconhecimento externo que confere, e ser um motivo para sair de casa, mais valorizados pelos rapazes.

### 3.2 - Principais influências que levam as crianças à prática desportiva nos clubes.

De acordo com os resultados expressos no quadro 7, podemos verificar que as principais influências que levam as crianças e jovens do género masculino à prática desportiva nos clubes são os professores ou treinadores (35,3%), os amigos da escola e do bairro (23,5%), os pais ou outros familiares adultos (23,5%) e irmãos ou familiares das crianças (23,5%), enquanto que as principais influências no género feminino são os amigos da escola e do bairro (52,2%), os professores ou treinadores (21,7%) e os pais ou outros familiares adultos (17,4%).

Quadro 7 - Principais influências que levam à prática desportiva

Influências	Masc.	Fem.
Amigos da escola e do bairro	23,5%	52,2%
Professores ou treinadores	35,3%	21,7%
Pais ou outros familiares adultos	23,5%	17,4%
Irmãos ou familiares crianças	23,5%	8,7%
Ídolos desportivos	0%	13%
Escola	11,8%	4,3%
Mass Media	0%	4,3%
Outros	11,8%	0%

Comparando os resultados de acordo com as diferenças do género, podemos constatar que as maiores influências (amigos da escola e do bairro, professores ou treinadores, pais ou outros familiares adultos) são comuns a ambos os géneros, exceptuando os irmãos ou familiares crianças que exercem bastante influência sobre os rapazes e menor influência nas raparigas. Podemos ainda acrescentar que os amigos da escola e do bairro, os ídolos desportivos e os mass média exercem maior influência sobre as raparigas, enquanto que os professores ou treinadores, os pais ou outros familiares adultos, os irmãos ou familiares crianças e a escola, exercem maior influência sobre os rapazes.

Quando comparamos os resultados obtidos no nosso estudo com os de outros autores, constatamos que, também Sallis e col. (1992), apontam a grande influência que os pais e outros familiares adultos exercem sobre os indivíduos do género masculino, no entanto, pudemos constatar que contrariamente à maioria das conclusões evidenciadas pelos diferentes autores (Serrano, França e Grosso, 2000), os amigos não são no nosso estudo, aqueles que maior influência exerce sobre a prática desportiva no clube por parte dos rapazes. Um outro dado que parece contrariar as conclusões emanadas de outros estudos, tem a ver com a influência dos ídolos desportivos, pois todos eles evidenciam uma maior influência junto dos rapazes (Smith, 1977), o que não se verificou no nosso estudo.

## QUESTIONÁRIO TREINADORES

### 1 - Entraves à prática desportiva das crianças nos clubes

Os resultados expressos no quadro 8, demonstram que os principais entraves à prática desportiva das crianças nos clubes na opinião dos treinadores são a falta de iniciativa por parte das autarquias (75%); a falta de instalações desportivas (50%); a falta de condições por parte dos clubes (50%); a falta de transportes (50%) e outros motivos (50%).

Os outros motivos mais focados foram a falta de apoio financeiro aos clubes e também o excesso de actividades praticadas pelas crianças durante o seu dia a dia.

Quadro 8 - Entraves à prática desportiva nos Clubes

Entraves à prática desportiva	%
Falta de iniciativa por parte das autarquias	75
Falta de instalações desportivas	50
Falta de condições por parte dos clubes	50
Falta de Transporte	50
Falta de tempo do treinador e/ou dos pais	25
Distância a que os clubes estão do centro da cidade	25
Falta de Gosto pela Prática	0
Falta de Treinadores	0
Outros motivos	50

São ainda apontados, embora com menor percentagem, a falta de tempo do treinador e/ou dos pais (25%); a distância a que os clubes estão do centro da cidade (25%).

### 2 - Aspectos importantes para atrair mais crianças para a prática desportiva no clube

No que diz respeito aos aspectos importantes para atrair mais crianças para a prática desportiva nos clubes, a opinião dos treinadores inquiridos incidiu sobre a melhoria da qualidade das infra-estruturas e materiais (75%) e a qualidade de trabalho dos treinadores (no sentido de dinamizar a actividade, de modo a torná-la divertida) (75%).

Quadro 9 - Aspectos para atrair crianças para a prática desportiva

	%
Boas Infra-estruturas e materiais	75
Melhoria das condições de trabalho do treinador	75
Incentivo (Pais, escola e clubes)	50

Foi ainda referido por 50% dos inquiridos, que é importante intervir junto de determinados grupos e entidades (famílias, escolas e clubes), por forma a que estes, tenham um papel importante na mobilização das crianças para a prática desportiva.

## CONCLUSÕES

Após apresentação, análise e interpretação dos resultados, passamos agora a apresentar as principais conclusões do estudo:

### Quanto às crianças:

1 - A prática desportiva semanal das crianças é baixa, pois referiram na totalidade praticar como máximo duas vezes por semana, sendo a duração de cada sessão de treino inferior a duas horas.

2 - As principais razões que levam as crianças a praticar actividade física nos clubes, estão relacionadas com a socialização (conhecer novos amigos, ser divertido), condição física (fazer exercício, melhoria da forma física), desenvolvimento da técnica na modalidade praticada e também devido a aspectos relacionados com a saúde.

3 - As principais influências que levam as crianças à prática desportiva nos clubes são os amigos da escola e do bairro, os professores ou treinadores, os pais ou outros familiares adultos e os irmãos ou familiares crianças. Constatámos também que, os ídolos desportivos, a escola e os mass média, exercem baixa influência junto das crianças.

### Razões e influências de acordo com a modalidade praticada

4 - Pudemos constatar que as razões mais importantes que levam as crianças e jovens a praticar actividade desportiva nos clubes variam muito pouco de modalidade para modalidade, uma vez que em todas elas aparecem como razões mais importantes, aquelas que estão relacionadas com a condição física (melhoria da forma, fazer exercício), com a socialização (conhecer novos amigos, ser divertido) e com a saúde. As diferenças que se podem realçar têm a ver com o factor socialização (conhecer novos amigos e ser divertido) mais valorizado pelas crianças que praticam desportos individuais (ténis e atletismo), bem como, o desenvolvimento da técnica mais valorizado pelos praticantes de andebol e atletismo.

5 - Relativamente às principais influências, verificamos que os amigos ocupam um lugar de destaque em todas as modalidades, exercendo os professores ou os treinadores também uma influência importante. Pudemos também constatar que os pais e os familiares adultos exercem maior influência nos desportos individuais (ténis e atletismo), que os irmãos ou familiares crianças exercem mais influência na prática do futebol, e os ídolos desportivos na prática do andebol.

### Razões e influências de acordo com o género

6 - As razões mais importantes que levam as crianças e jovens a praticar actividade desportiva nos clubes estão para ambos os géneros relacionadas com a condição física (melhoria da forma, fazer exercício), com a socialização (conhecer novos amigos, ser divertido) e com a saúde. As raparigas valorizaram mais todos os itens, à excepção do ser importante para descarregar energias, ser uma actividade agradável que ajuda a dormir melhor, pelo reconhecimento externo que confere, e ser um motivo para sair de casa, sendo estes mais valorizados pelos rapazes.

7 - Relativamente às influências para a prática de acordo com o género, pudemos constatar que as maiores influências (amigos da escola e do bairro, professores ou treinadores, pais ou outros familiares adultos) são comuns a ambos. No entanto pudemos também constatar que os irmãos ou familiares crianças exercem maior influência sobre os rapazes, enquanto que os amigos da escola e do bairro, os ídolos desportivos e os mass média exercem maior influência sobre as raparigas.

### Quanto aos treinadores

1 - Na opinião dos treinadores, os principais entraves à prática desportiva das crianças nos clubes estão relacionados com a gestão autárquica (falta de instalações desportivas, falta de apoios financeiros e iniciativa, falta de transporte), com as carências dos clubes (fracas condições de trabalho), e também com aspectos relacionados com a organização social (excesso de actividades diárias por parte das crianças, falta de tempo dos treinadores e dos pais) e localização dos clubes (longe do centro da cidade).

2 - Para atrair maior número de crianças para a prática desportiva nos clubes, era importante melhorar a qualidade das infra-estruturas e materiais, e também intervir junto das famílias, escolas e clubes para que estes desempenhem um papel importante na mobilização das crianças para a prática desportiva.

## BIBLIOGRAFIA

- ☐ Araújo, J. (1984): "Clubes desportivos. A sua importância, funções e organização". *Revista Horizonte*, vol I, nº 2. pp. 45-50.
- ☐ Bento, O. (1985): "Desporto na escola e no clube. Possibilidades de uma cooperação". *Revista Horizonte*, vol. II, nº 1. pp. 3-6.
- ☐ Bouchard e col. (1994) The Consensus Statement. In: Bouchard, C. E col. (Eds.) "*Physical activity, fitness and health: Internatoinal proceeding and consensus statement*". Human Kinetics Publishers, Inc. Champaign. Illinois.
- ☐ Carreiro da Costa, F.; Dinis, A.; Bom, L.; Onofre, M.; Jacinto, J.; Januário, C. (1988): "Caracterização da Educação Física como Projecto Educativo". *Revista Horizonte*, Vol. V, nº 25, pp 13-18.
- ☐ Carvalho, A. (1984): "Desporto para todos. Que condição física". *Revista Horizonte*, vol. I, nº 1. pp. 27-29.
- ☐ Duarte, A. (1991): "*A Prática Desportiva como ocupação dos tempos livres – Um passatempo ou uma necessidade*". In: Actas das jornadas científicas "Desporto. Saúde. Bem-estar". FCDEF. Universidade do Porto.
- ☐ Herkowitz, J. (1980): "*Social psychological correlates to motor development*". 2<sup>nd</sup> edition. Dubuque (Iowa): Wm C. Brown Company Publishers.
- ☐ Holopainen, S. (1985): "*The development of motor ability in children aged 7-9 and its connections with individual and school environmental factors*". *Reports of Physical Culture and Health*, nº 53, pp 77-95.
- ☐ Horta, L. e Barata, T. (1995): "Actividades Físicas e Prevenção Primária das Doenças Cardiovasculares". *Revista Horizonte*, Vol. XII, nº 67, Maio/Junho, pp 36-39.
- ☐ Neto, C. (1994). "A criança e a actividade desportiva". *Revista Horizonte*, vol. X, nº60. pp. 203-206.
- ☐ Neves, M. (1999): "A prática de actividades física/desportivas extra-escolares dos alunos do ensino secundário do concelho de Matosinhos – Influência social e motivação para a prática". Dissertação do Mestrado. FCDEF. Universidade do Porto.
- ☐ Olímpio, C. (1989): "Desporto Escolar e Desporto Federado. Algumas reflexões necessárias. *Revista Horizonte*, vol. I, nº 33. pp. 83-88.
- ☐ Pereira, J. e Raposo, J. (1998): "*As motivações e a prática desportiva*". In: Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências del Deporta de los Países de Lengua Portuguesa. INEF de Galicia – Coruña. Espanha
- ☐ Sallis, J. & Faucette, N. (1992): "Physical Activity". In: Wallca, K., Patrick, G., Parcel & Igoe, J. (Eds.) "*Principles and practices of student health*". Vol. 1, Foundations Oakland, CA: Third Party Publishing.
- ☐ Serpa, S. (1992): "*Motivação para a prática desportiva – Validação preliminar do questionário de motivação para as actividades desportivas (QMAD)*". In: FACDEX – "Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar portuguesa". Relatório parcelar da área do grande Porto. Desporto Escolar, DGD, Vol. 2, p. 89 a 97.
- ☐ Serrano, J. e Natário, J. (2001) "*A variabilidade dos comportamentos de ensino do professor de educação física em dois contextos diferentes*". In: revista Educação Física, vol. V, nº 1, Jan. Junho.
- ☐ Serrano, J.; França P.; Grosso F. (2000): "*A influência da variável sexo nas actividades físicas das crianças do meio urbano*". Revista do departamento de Educação Física e Artística. Nº 2. pp. 59 a 65.
- ☐ Serrano, J. (1993): "*Caracterização do Desporto Escolar na Cidade de Castelo Branco no ano lectivo 91/92 - Comparação com o ano anterior*". Trabalho de Mestrado em Ciências da Educação -Metodologia da Educação Física. UTL - FMH.
- ☐ Serrano, J. (2003): "*Mudanças sociais e estilos de vida no desenvolvimento da criança – Estudo do nível de independência de mobilidade e da actividade física nas rotinas de vida quotidiana em crianças de 8, 10 e 12 anos de idade no meio urbano*". Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Doutor em Motricidade Humana. UTL - FMH.
- ☐ Shigounov, V.; Nasário, T.; Bettencourt, D.; Ferreira, R. (1998): "*A escola e a Educação Física encaminham para uma vida activa?*". In: Actas do VI Congresso de Educación Física e Ciências del Deporte de los Países de Lengua Portuguesa. INEF de Galicia – Coruña. Espanha