

## HÁBITOS DESPORTIVOS DE JOVENS ESCOLARES DAS CIDADES MACEDO DE CAVALEIROS E VILA POUCA DE AGUIAR REGIÃO NORTE DE PORTUGAL

**Emerson Diego Rodrigues Veloso**

Orientadora: Prof. Dr<sup>a</sup>. Maria de Fátima de Matos Maia Email: fatima.maia204@gmail.com

### RESUMO

Conhecer os hábitos desportivos dos escolares se torna importante para conhecer quais as práticas desportivas realizadas pelos mesmos. Encontra-se na literatura vários estudos acerca deste tema, porém existem variedades de diferenças devido à cultura e aspectos sociais que influencia nos hábitos desportivos. Visto que o desporto possui benefícios para qualidade de vida surgiu à necessidade de realizar um estudo que caracterize a prática desportiva de escolares do norte de Portugal. Sendo assim este estudo tem como objetivo geral caracterizar os hábitos desportivos dos alunos de Vila Pouca de Aguiar e Macedo de Cavaleiro, bem como comparar aos motivos da não prática Desportiva, tempo de prática em locais específicos quanto ao sexo. A amostra deste estudo foi composta por 80 escolares sendo estes indivíduos residentes em Portugal, na região norte do país pertencente à cidade de Vila Pouca de Aguiar e de Macedo de Cavaleiros com idade dos 9 aos 16 anos. Este estudo é descritivo, quantitativo e possui natureza exploratória. Para coleta dos dados foi utilizado o Questionário de Adesão a Prática Desportiva (QAPD), e os dados foram tratados e analisados pelo programa SPSS. Os resultados obtidos constataam que 66 (82,5%) da amostra praticam algum tipo de desporto e 14 (17,5%) não praticam nenhum tipo de desporto, quanto à modalidade mais praticada neste estudo obteve-se o futebol 22 (27,5%). Dos 14 estudantes analisados que não pratica atividade física os resultados evidencia uma diferença significativa no motivo pela falta de saúde ( $p=0,033$ ) com maiores médias para o sexo feminino. Os resultados do Teste T mostram que o tempo de prática de desporto nos locais investigados apresentaram significância estatística para prática no clube ( $p=,000$ ) nas quais os homens ( $M=2,97$ ;  $Dp\pm 1,74$ ), obtiveram escores superiores em relação as mulheres ( $M=1,55$ ;  $Dp\pm 1,15$ ). Quando analisando o tempo de prática na junta de freguesia ( $p=,014$ ), observou-se que os homens ( $M=2,03$ ;  $Dp\pm 1,44$ ) tiveram médias superiores as mulheres ( $M=1,29$ ;  $Dp\pm ,78$ ). Quanto ao grau de gosto e/ou interesse pelas modalidades expressas de acordo com o sexo obteve significância estatística ( $p= 0,43$ ) o interesse pela orientação, confirmando maiores valores para o sexo masculino ( $M=3,00$ ;  $Dp\pm 1,26$ ), em relação ao feminino ( $M=2,35$ ;  $Dp\pm 1,27$ ). Outra variável com significância ( $p= 0,50$ ) para o tiro-arco, no qual os homens ( $M=3,66$ ;  $Dp\pm 1,47$ ), evidenciaram maior interesse que as mulheres ( $M=2,90$ ;  $Dp\pm 1,59$ ). Com base nos resultados obtidos conclui-se que ocorreu um aumento na adesão a prática desportiva, sendo neste estudo valor superior a outros encontrados na literatura, quanto aos motivos da não prática desportiva, prendem se aos motivos de saúde, predominando nas meninas. Conclui-se também que a modalidade mais praticada nestas regiões é o futebol de campo, possuindo os homens uma maior adesão à prática desportiva em comparação com as mulheres, ocasionando valores superiores a elas, a qual estes passam mais tempo de suas práticas desportivas nos clubes e junta de freguesias.

**Palavras-Chave:** Hábitos desportivos, Desporto, Saúde e Escolares.

## ABSTRACT

Knowing the sporting habits of school becomes important to know what sports practices performed by them. Find in the literature several studies on this subject, but there are varieties of differences due to culture and social aspects influencing the sporting habits. As the sport has benefits for quality of life came up the need for a study to characterize the sports school in northern Portugal. Therefore this study has the general objective to characterize the sporting habits of students Village Little of Aguiar and Macedo Knight and compare the reasons for not practice Sports, practice time at specific locations by gender. The sample consisted of 80 students and these individuals in Portugal, in the northern region of the country belonging to the town of Village Little of Aguiar and Macedo Knight aged from 9 to 16 years. This study is descriptive, quantitative and has exploratory nature. For data collection was used the Accession Questionnaire in Practice Sports (QAPD), and the data were processed and analyzed using SPSS. The results found that 66 (82.5%) Sample some type of sport practice and 14 (17.5%) did not have any type of sport practice, how the mode most widely practiced in this study was obtained soccer 22 (27, 5%). Of the 14 students analyzed that does not practice physical activity results shows a significant difference in the reason for the lack of health ( $p = 0.033$ ) with higher average for females. The T Test results show the sports practice time in the investigated sites showed statistical significance for practice at the club ( $p = , 000$ ) in which men ( $M = 2.97$ ;  $SD \pm 1.74$ ), obtained higher scores in relation to women ( $M = 1.55$ ;  $SD \pm 1.15$ ). When analyzing the practice time in the parish council ( $p = , 014$ ), it was observed that men ( $M = 2.03$ ;  $SD \pm 1.44$ ) women had higher averages ( $M = 1.29$ ;  $Dp \pm , 78$ ). The degree of taste and / or interest by the express terms under sex statistical significance ( $p = 0.43$ ) interest in the guidance, confirming higher values for males ( $M = 3.00$ ;  $Dp \pm 1, 26$ ) compared to women ( $M = 2.35$ ;  $SD \pm 1.27$ ). Another variable with significance ( $p = 0.50$ ) for the shot-arch, in which men ( $M = 3.66$ ;  $SD \pm 1.47$ ), showed greater interest than women ( $M = 2.90$ ;  $Dp \pm 1, 59$ ). Based on the results obtained it is concluded that there was an increase in adherence to sports practice, and in this study superior value to others found in the literature, as the reasons for not practicing sport, holding it to health reasons, predominantly in girls. Also conclude that the sport more practiced in these regions is the field of football, men having a greater adherence to sport compared with women, causing values superior to them, which they spend more time in their sporting activities in clubs and joint parishes

**Keywords:** Sports habits, Sport, Health and School.