

Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa

1.º Ciclo - Portugal Continental

2016/2017



FICHA TÉCNICA

Título

Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa - 1.º Ciclo. Portugal Continental, 2016/2017

Autores

Direção Geral de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC)
Divisão de Estudos e de Gestão do Acesso a Dados para Investigação (DEGADI)

Edição

© Direção de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC)
Av. 24 de Julho, n.º 134 1399-054 Lisboa
Tel.: (+351) 213 949 200
E-mail: dgeec.degadi@dgeec.mec.pt
URL: <http://www.dgeec.mec.pt>
ISBN: 978-972-616-227-8
Outubro 2020

ÍNDICE

Introdução.....	6
Sumário executivo	7
Metodologia.....	9
1. Caracterização global	10
1.1. Hábitos desportivos dos alunos	10
1.2 Hábitos desportivos fora do contexto escolar	11
2. Aulas de expressão físico-motora na escola	13
3. Desporto organizado fora do contexto escolar	15
3.1. Tipos de desportos organizados praticados.....	17
3.2. Participação em competições	19
3.3. Enquadramento institucional do desporto	20
3.4. Principais motivos para a prática de desporto organizado.....	21
4. Atividade física espontânea.....	25
4.1. Prática de atividade física espontânea.....	25
4.2. Tipos de atividades físicas espontâneas praticadas	26
4.3. Local de prática de atividade física espontânea	27
4.4. Duração da prática de atividade física espontânea	28
4.5. Motivação para a prática de atividade física espontânea.....	28
4.6. Atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar	31
4.7. Local desejado para a prática de atividade física espontânea	33
5. Prática de desporto organizado ou atividade física durante as férias	33
6. Deslocação para a escola	34
7. Tempo despendido a estudar, ver televisão, no computador, a jogar na consola, no tablet ou no telemóvel	36

Lista de Figuras

Figura 1 - Hábitos desportivos dos alunos (%)

Figura 2 - Hábitos desportivos dos alunos, por sexo e tipo de prática (%)

Figura 3 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por tipo de prática (%)

Figura 4 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por ano de escolaridade (%)

Figura 5 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por sexo (%)

Figura 6 – Duração média semanal da prática desportiva (%)

Figura 7 – Duração média semanal da prática desportiva, por região - NUTSII (%)

Figura 8 – Frequência semanal de aulas de expressão física motora, por ano de escolaridade (%)

Figura 9 - Duração semanal das aulas de expressão física motora, por ano de escolaridade (%)

Figura 10 – Número de desportos organizados praticados (%)

Figura 11 - Horas semanais despendidas com a prática de desportos organizados (%)

Figura 12 - Horas semanais despendidas com a prática de desporto organizado, por sexo (%)

Figura 13 - Horas semanais despendidas com a prática de desporto organizado, por ano de escolaridade (%)

Figura 14 – Desportos organizados mais praticados (%)

Figura 15 – Tipo de desporto organizado praticado, por sexo (%)

Figura 16 – Volume semanal do desporto organizado, por desporto praticado (%)

Figura 17 – Participação em competições no desporto organizado, por sexo (%)

Figura 18 – Participação em competições no desporto organizado, por desporto praticado (%)

Figura 19 – Participação em competições no desporto organizado, por ano de escolaridade (%)

Figura 20 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por local de prática (%)

Figura 21 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por desporto praticado (%)

Figura 22 A – Principais motivos para a prática de desporto organizado (%)

Figura 22 B – Motivos para não praticar desporto organizado (%)

Figura 23 – Principais motivos para a prática de desporto organizado, por sexo (%)

Figura 24 – Principais motivos para a prática de desporto organizado, por ano de escolaridade (%)

Figura 25 – Principais motivos para não praticar desporto organizado, por sexo (%)

Figura 26 – Principais motivos para não praticar desporto organizado, por ano de escolaridade (%)

Figura 27 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas (%)

Figura 28 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas, por sexo (%)

Figura 29 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas (%)

Figura 30 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas, por sexo (%)

Figura 31 – Local de prática de atividade física espontânea (%)

Figura 32 – Local de prática de atividade física espontânea, por tipo de atividade praticada (%)

Figura 33 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea (%)

Figura 34 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea, por tipo de atividade praticada (%)

Figura 35 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea (%)

Figura 36 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea, por sexo (%)

Figura 37 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea, por ano de escolaridade (%)

Figura 38 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea (%)

Figura 39 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea, por sexo (%)

Figura 40 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea, por ano de escolaridade (%)

Figura 41 – Número de atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar (%)

Figura 42 – Principais atividades físicas espontâneas desejadas (%)

Figura 43 – Local desejado para praticar atividade física espontânea (%)

Figura 44 – Prática de desporto organizado e de atividade física espontânea durante as férias (%)

Figura 45 – Prática de desporto organizado e de atividade física espontânea durante as férias, por sexo (%)

Figura 46 – Meio de deslocação para a escola (%)

Figura 47 – Meio de deslocação para a escola, por região - NUTS II (%)

Figura 48 – Tempo de deslocação de casa para a escola (%)

Figura 49 – Tempo de deslocação de casa para a escola por tipo deslocação (%)

Figura 50 – Tempo despendido a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no tablet ou ao telemóvel (%)

Figura 51 – Tempo despendido a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no tablet ou ao telemóvel, por sexo (%)

Introdução

O presente relatório apresenta os principais resultados do inquérito aos *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa*, para os alunos do 1º ao 4º ano de escolaridade em Portugal continental, no ano letivo 2016/17. Constitui a segunda parte, e extensão natural, do estudo realizado pela DGEEC, onde se analisaram o mesmo fenómeno para os estudantes do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e para os estudantes do ensino secundário¹. A elaboração do questionário foi da responsabilidade do Gabinete do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, à data da realização do estudo², e da Direção-Geral de Educação.

O inquérito foi aplicado a uma amostra representativa dos alunos do país, ao nível das regiões (NUTS II). A seleção da amostra foi da responsabilidade da Direção Geral de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC). Após o encerramento do inquérito, a Divisão de Estudos e de Gestão do Acesso a Dados para Investigação (DEGADI) da DGEEC preparou e analisou os principais resultados que se apresentam de forma sistematizada nesta publicação.

O principal objetivo do inquérito aos *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa* foi o de dispor de dados estatísticos representativos, consistentes e suficientemente robustos sobre os hábitos desportivos da população escolar portuguesa. O objetivo particular deste relatório é apresentar os principais resultados obtidos no inquérito aos hábitos desportivos aplicado aos alunos que frequentaram do 1º ao 4º ano de escolaridade em Portugal continental no ano letivo de 2016/17.

Os hábitos desportivos analisados neste inquérito dizem respeito às:

práticas desportivas em contexto escolar:

- realização de atividade física e desportiva na escola através da expressão e educação físico-motora;

práticas desportivas fora do contexto escolar:

- prática de desporto organizado com treinador ou professor, onde se inclui o desporto de competição;
- prática de atividade física espontânea sem treinador ou professor;
- prática de desporto organizado ou espontâneo realizado nas férias escolares.

1 A organização e apresentação desta publicação é muito semelhante à publicação realidade para os restantes ciclos de ensino. Contudo, esta publicação foi preparada de forma a poder ser lida de forma autónoma e independente da publicação do 2.º e 3.ºCEB e ensino secundário.

2 Para mais informação sobre o período de desenvolvimento do estudo, ver nota metodológica.

Sumário executivo

O presente relatório sobre os “Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa” apresenta os principais resultados obtidos através da análise às respostas dos alunos do 1º ciclo do ensino básico no ano letivo 2016/17.

O capítulo dedicado à análise dos principais resultados, encontra-se organizado em sete partes distintas.

A primeira parte mostra uma caracterização global dos resultados para os principais indicadores dos hábitos desportivos dos alunos. Nos capítulos seguintes são apresentados resultados que caracterizam os três tipos principais de hábitos desportivos, segundo a sua natureza: as aulas de expressão físico-motora na escola, o desporto organizado com treinador ou professor após horário letivo e a atividade física espontânea. O sexto e sétimo capítulos apresentam, respetivamente, os dados sobre a deslocação para a escola e o tempo passado a estudar, a ver televisão, no computador, a jogar na consola, no *tablet* ou ao telemóvel.

Sumarizam-se, de seguida, os principais resultados de cada um dos capítulos:

Caracterização global [Capítulo 1]: a prática desportiva mais usual nos alunos do 1.º ciclo do ensino básico durante ano letivo 2016/17 foi a expressão físico-motora (94%), seguiu-se a atividade física espontânea, quer durante o período de aulas (89%) quer nas férias (84%) e o desporto organizado após o horário letivo (70%). Relativamente aos hábitos desportivos fora do contexto escolar, cerca de 64% dos alunos no 1.º ciclo do ensino básico referiram praticar quer desporto organizado, quer atividade física espontânea e cerca de 26% praticava apenas atividade física espontânea. Uma minoria de alunos afirmou não praticar qualquer desporto ou atividade física espontânea (4%).

Aulas de expressão físico-motora [Capítulo 2]: as aulas de expressão físico-motora foram frequentadas por 94% dos alunos inquiridos. Em média, mais de 84% dos alunos indicaram uma duração média semanal de entre 30 a 60 minutos das aulas de expressão físico-motora.

Desporto organizado fora do contexto escolar [Capítulo 3]: mais de 70% dos alunos praticava algum desporto organizado fora do contexto escolar, sendo que 62% praticava apenas um desporto organizado, 29% praticava dois desportos e cerca de 10% praticava três tipos de desportos organizados diferentes. No conjunto dos desportos organizados mais praticados, os alunos destacaram a natação (21%), seguido do futebol (17%), da ginástica (14%) e da dança (11%). Do total de alunos que indicou praticar desporto organizado, 52% afirmou participar em competições. Os principais motivos apontados pelos alunos que praticava desporto organizado foram: por ser divertido (27%), desejo de ser desportista profissional (14%) ou porque gostam de competir (13%). Por outro lado, o grupo dos alunos que não praticava desporto organizado apontaram a falta de tempo (26%), os pais não deixarem e o facto de ser caro (ambos 21%) como os principais motivos para não o fazer.

Atividade física espontânea [Capítulo 4]: a maioria dos alunos (89%) praticava alguma atividade física espontânea (sem treinador ou professor) fora do horário escolar, sendo que 69% indicou praticar até duas atividades e cerca de 31% praticava três atividades espontâneas. Entre as principais atividades físicas espontâneas mais apontadas encontrava-se: andar de bicicleta (21%), caminhar (17%), correr (15%) e jogar futebol (14%). Os principais motivos apontados para a prática de atividade física espontânea foram por ser divertido (47%), para ficar em forma (17%) e porque os pais e/ou irmãos também faziam essas atividades (13%). Para o grupo de alunos que não praticava qualquer atividade física espontânea os principais motivos indicados foram a falta de tempo (28%) e o facto de não gostarem (25%). Para os cerca de 61% dos alunos que apesar de não praticarem nenhuma atividade gostariam de o fazer, aquelas que mais gostariam de praticar e que representaram mais de 90% das respostas dos alunos foram andar de bicicleta (15%), andar de patins (14%), jogar futebol (12%) e dançar (10%).

Prática de desporto organizado ou atividade física espontânea nas férias [Capítulo 5]: cerca de 55% dos alunos indicou não praticar nenhum desporto organizado nas férias, mas aproximadamente 84% praticava alguma atividade física espontânea nas férias escolares. Foram principalmente as raparigas que, apresentaram taxas mais elevadas de não prática de qualquer desporto organizado neste período.

Deslocação para a escola [Capítulo 6]: a maioria dos alunos do 1.º ciclo do ensino básico utilizava o transporte privado na deslocação diária para a escola (64%). A deslocação a pé (20%) e os transportes escolares (12%) ocupavam o 2º e 3º lugares, respetivamente. O transporte público foi utilizado por cerca de 5% dos alunos. Relativamente ao tempo médio que os alunos disseram demorar na deslocação diária para a escola, 78% dos alunos indicaram demorar até 15 minutos, independentemente do meio de transporte utilizado.

Tempo despendido a estudar, ver televisão, computador, entre outros [Capítulo 7]: durante o fim-de-semana os alunos, em média, despendem mais tempo com estas atividades do que durante os dias de semana, chegando mesmo a despender mais de 4h num fim-de-semana (31%), e durante a semana esta percentagem desce para cerca de metade (15%). Do total dos alunos inquiridos, cerca de 70% despendeu até duas horas semanais durante os dias úteis, a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no tablet ou ao telemóvel, sendo que destes, cerca de 42% despende até uma hora semanal.

Metodologia

O universo de estudo deste inquérito é a população escolar de Portugal continental a frequentar o 1º ciclo do ensino básico do ensino regular, no ano letivo de 2016/17. No ano letivo referido encontravam-se matriculados, em estabelecimentos de ensino em Portugal continental, 379 300 alunos em programas educativos orientados para jovens, no ensino regular do 1º ciclo do ensino básico³.

A amostra foi selecionada para ser representativa dos alunos do país, ao nível das regiões (NUTS II – Norte, Centro Área Metropolitana de Lisboa (AML), Alentejo e Algarve). Para cada ano de escolaridade foram inquiridos entre 290 a cerca de 650 alunos por NUTS II o que, para os principais indicadores do inquérito, dá uma margem de erro relativamente pequena na ordem dos 4 a 5 pontos percentuais, sendo considerado um nível de significância de 5%. A amostra final considerada válida para o presente inquérito foi de 8.890 alunos, representando cerca de 72% (12 383) da amostra prevista inicialmente, garantindo a margem de erro estabelecida inicialmente. A lista de escolas privadas foi aleatoriamente selecionada para participar no inquérito. A aplicação deste inquérito consistiu na elaboração e envio do questionário *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa* às escolas selecionadas na amostra. As respostas foram recolhidas utilizando um formulário de resposta em papel. O questionário é composto por 13 perguntas, a maioria de resposta fechada. O inquérito foi lançado em março de 2017 e encerrado em abril de 2017. Importa ainda referir que, a título metodológico, ao longo deste trabalho, a expressão desporto foi utilizada no sentido de englobar as atividades físicas, realizadas em qualquer contexto, como nadar, correr em ambiente natural, na escola, em academia/ginásio ou num clube desportivo.

Para uma leitura mais fácil da informação contida neste relatório optou-se por adotar as seguintes designações abreviadas para cada um dos três tipos de atividade desportiva abrangidos por este inquérito:

- Expressão físico-motora na escola – diz respeito às atividades de expressão e educação físico-motora realizadas pelo aluno na escola, no contexto da componente curricular obrigatória;
- Desporto organizado – diz respeito ao desporto organizado com professor ou treinador realizado fora do contexto escolar, distinguindo-se o realizado durante o período de aulas do realizado durante o período de férias;
- Atividade física espontânea – diz respeito à atividade física espontânea sem professor ou treinador, distinguindo-se a realizada durante o período letivo da realizada durante o período de férias.

Relativamente à análise dos dados propriamente dita, importa ainda referir que, por questões de arredondamento os totais de alguns gráficos podem não corresponder à soma das parcelas.

³ Para mais informação conferir Estatísticas da Educação 2016/17 (<http://www.dgeec.mec.pt/np4/96/>)

1. Caracterização global

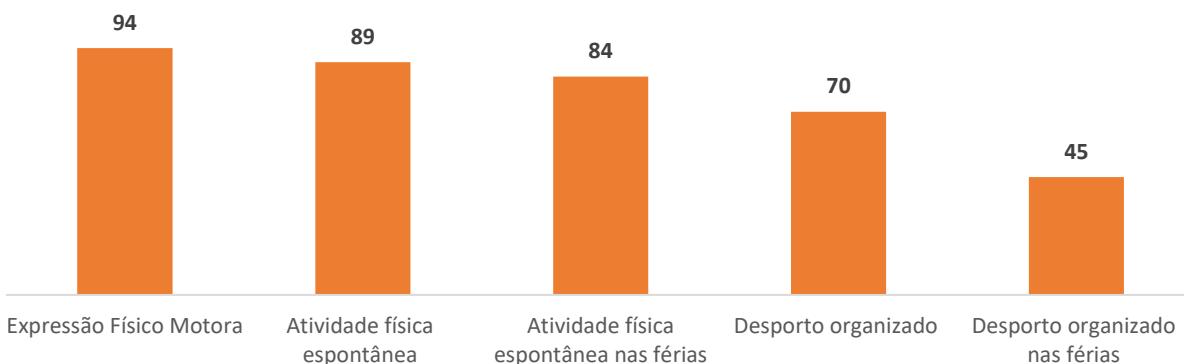
Os resultados que se seguem referem-se à caracterização genérica dos hábitos desportivos dos alunos do 1º ciclo do ensino básico. O inquérito incidiu sobre três tipos de desporto relevantes:

- (1) as aulas de expressão física-motora na escola;
- (2) o desporto organizado com professor ou treinador realizado fora do horário letivo, durante o período de aulas ou nas férias; e
- (3) a atividade física espontânea sem treinador ou professor, realizada durante o período de aulas ou nas férias.

1.1. Hábitos desportivos dos alunos

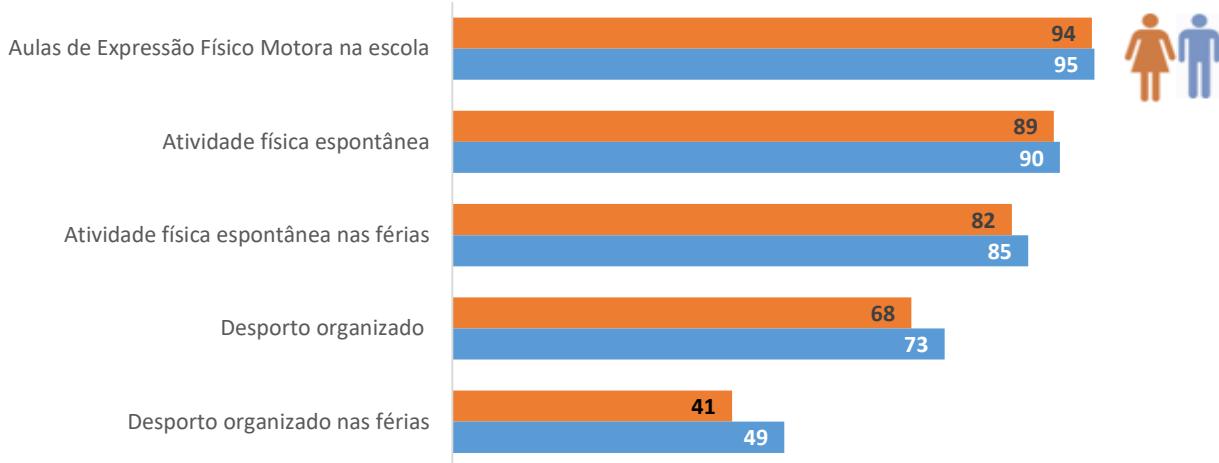
Todos os alunos inquiridos indicaram praticar pelos menos um dos três tipos de desporto em análise, quer seja em contexto escolar quer seja, desporto fora do horário letivo (desporto organizado e/ou atividade física espontânea). A prática desportiva mais usual nos alunos do 1.º ciclo do ensino básico, no ano letivo 2016/17, foi a prática da expressão física-motora (94%), este dado não surpreende, pois faz parte da componente curricular obrigatória. Seguiu-se a atividade física espontânea quer durante o período de aulas (89%) quer nas férias (84%) e o desporto organizado após o horário letivo (70%). A prática de desporto organizado durante as férias foi referida por 45% dos alunos no 1.º ciclo. (Figura 1)

Figura 1 - Hábitos desportivos dos alunos, por tipo de prática (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1.º CEB, 2016/17.

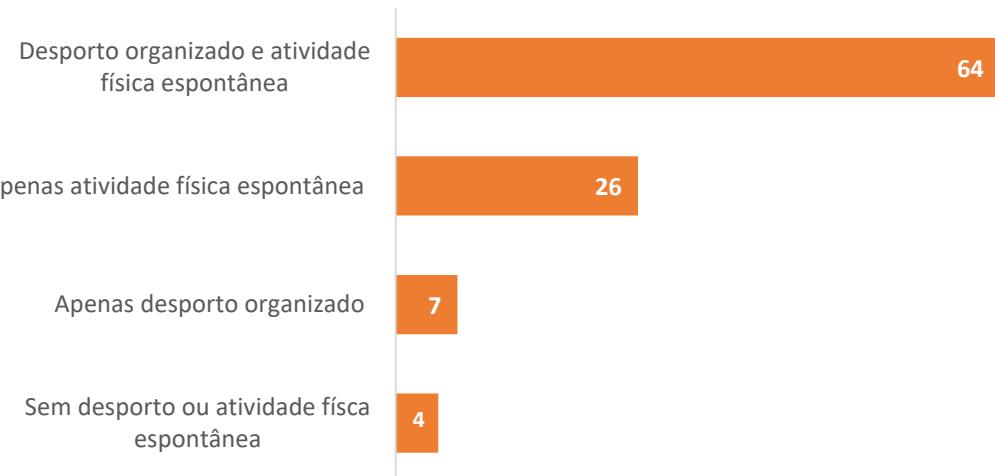
Quando se analisam as diferenças entre raparigas e rapazes é possível verificar que, em média, as raparigas praticam menos desporto do que os rapazes, independentemente do tipo de prática desportiva. A figura 2 mostra que é na prática de desporto organizado, quer durante o período de aulas quer no período de férias, que a percentagem de raparigas que afirma praticar este tipo de desporto de forma regular é menor (68% e 41% respetivamente).

Figura 2 - Hábitos desportivos dos alunos, por tipo de prática e sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

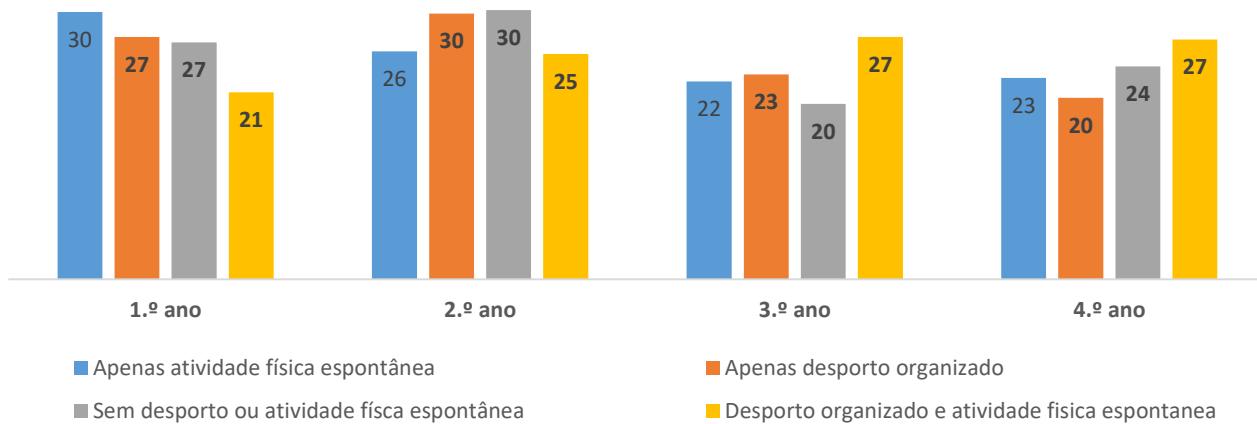
1.2 Hábitos desportivos fora do contexto escolar

Perto de 2/3 dos alunos no 1.º ciclo do ensino básico referiram praticar quer desporto organizado, quer atividade física espontânea e mais de ¼ praticava apenas atividade física espontânea. Uma minoria de alunos (4%) afirmou não praticar qualquer desporto ou atividade física espontânea enquanto 7% praticava apenas desporto organizado fora do contexto escolar (Figura 3).

Figura 3 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por tipo de prática (%)

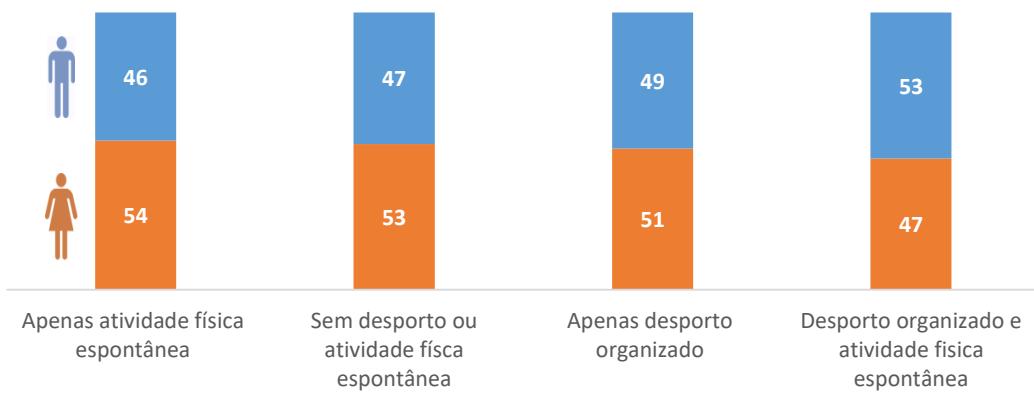
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise mais detalhada das práticas desportivas realizadas pelos alunos fora do contexto escolar mostra um decréscimo com o avançar da escolaridade, cerca de 30% dos alunos no 1.º ano praticava apenas atividade física espontânea passando para 23% dos alunos no 4.º ano. Contrariamente, os alunos que praticavam desporto organizado e atividade física espontânea pelo menos uma vez por semana, vai aumentando com o ano de escolaridade (cerca de 21% no 1.º ano face aos cerca de 27% no 3.º e 4.º ano).

Figura 4 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por ano de escolaridade (%)

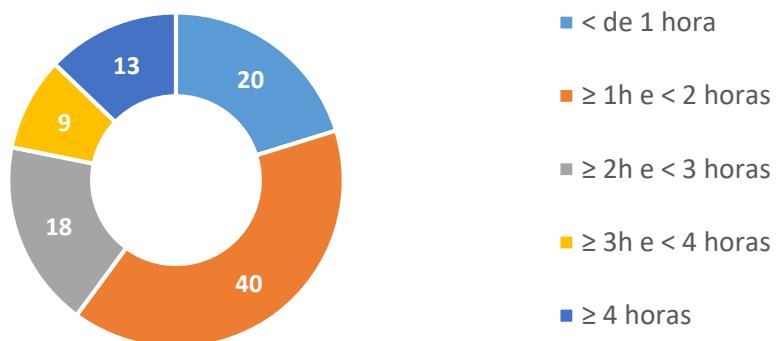
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Importa ainda referir que os alunos que apenas faziam atividade física espontânea eram principalmente raparigas (54%), mas 8 pontos percentuais (p.p.) que os rapazes, e os que não realizavam qualquer desporto ou atividade física espontânea também eram sobretudo raparigas mais 6 p.p. face aos rapazes. Por outro lado, os alunos que praticavam desporto organizado e atividade física espontânea eram principalmente rapazes (53% face a 47%) (Figura 5).

Figura 5 - Hábitos desportivos dos alunos fora do contexto escolar, por sexo (%)

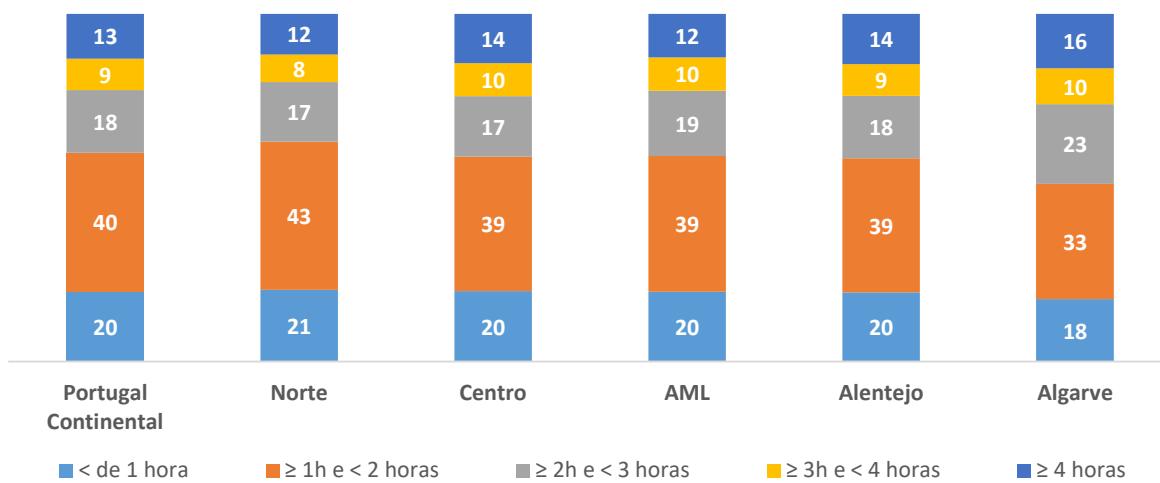
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Quando questionados sobre a duração média semanal da prática desportiva, mais de metade do total de alunos (60%) indicou praticar regularmente desporto até duas horas por semana, independentemente do tipo de prática desportiva.

Figura 6 – Duração média semanal da prática desportiva (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

A figura que se segue apresenta os resultados da duração média semanal de prática regular desportiva por região (NUTS II). Como já foi referido para Portugal continental, cerca de 60% dos alunos indicaram praticar regularmente uma atividade desportiva até duas horas semanais. As regiões do Norte e AML apresentavam as percentagens mais elevadas, com 63% e 59% respetivamente, sendo que apenas a região Norte se encontrava acima da média de Portugal Continental.

Figura 7 – Duração média semanal da prática desportiva, por região – NUTS II (%)

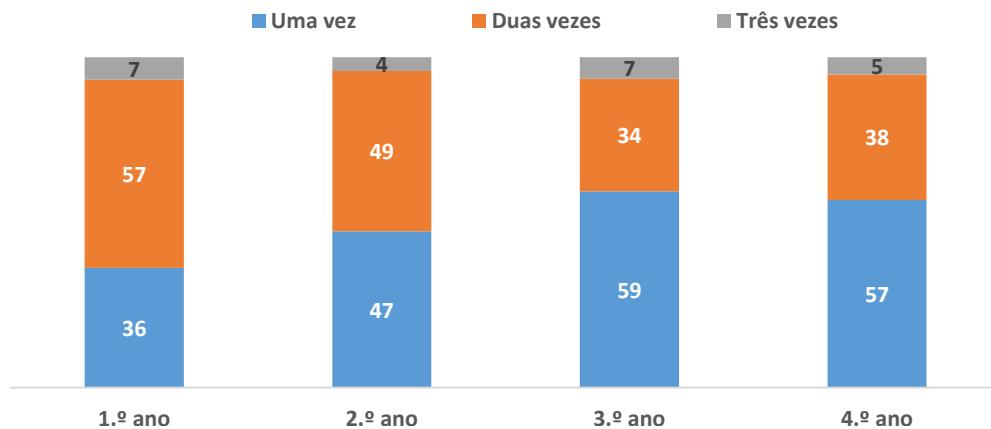
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

2. Aulas de expressão físico-motora na escola

Os dados que se seguem referem-se à caracterização da prática desportiva em contexto escolar, nomeadamente as aulas de expressão físico-motora. Quando questionados sobre a prática de atividade física na escola, apenas 6% dos alunos referiu não ter aulas de expressão físico-motora. A maioria dos alunos do 1.º ciclo em qualquer um dos anos de escolaridade, indicou fazê-lo pelo menos uma vez por semana. Importa referir que, a

percentagem de alunos que indicou realizar prática desportiva em contexto escolar uma vez por semana foi maior no 3.º e 4.º ano (59% e 57% respetivamente) face ao 1.º e 2.º ano que indicaram, maioritariamente, entre duas a três vezes por semana (64% e 53% respetivamente).

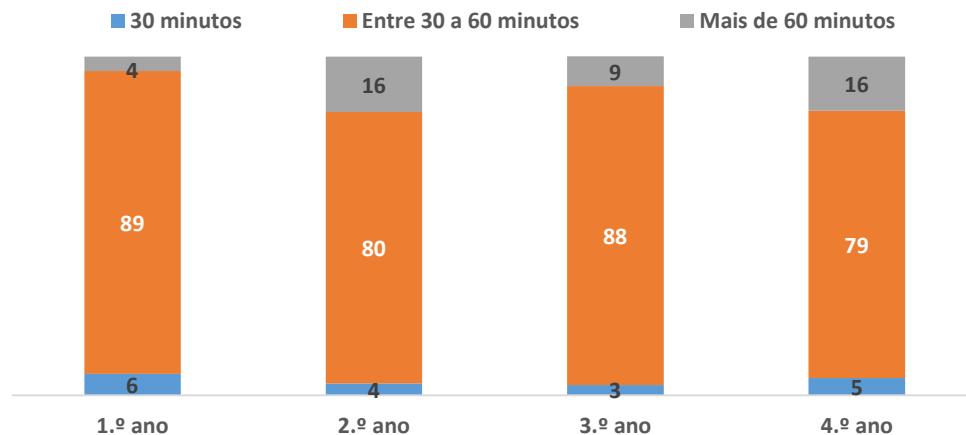
Figura 8 – Frequência semanal de aulas de expressão físico-motora, por ano de escolaridade (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Em média, mais de 84% dos alunos a frequentar o 1º ciclo do ensino básico, quando questionados sobre a duração semanal das aulas de expressão física motora na escola indicaram uma duração média entre 30 a 60 minutos. Com maior evidência no 1.º e 3.º ano do ensino básico (89% e 88% respetivamente) (figura 9).

Figura 9 - Duração semanal das aulas de expressão física motora, por ano de escolaridade (%)



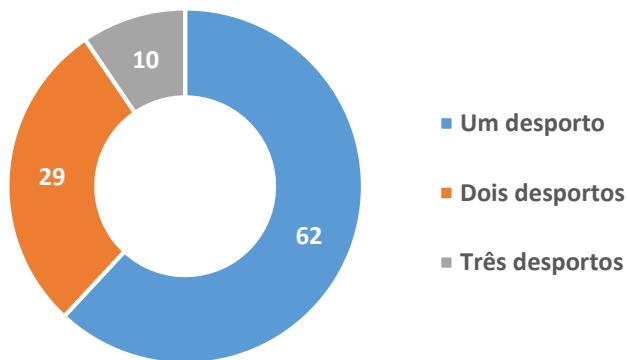
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

3. Desporto organizado fora do contexto escolar

As figuras que se seguem referem-se à caracterização do desporto organizado após horário letivo. Na primeira parte são apresentados dados relativos à caracterização da prática de desporto, nomeadamente tipos de desportos praticados, competições, duração do desporto praticado e local de prática do desporto.

Quando questionados sobre a prática de desporto organizado, mais de 70% dos alunos respondeu positivamente a esta pergunta, sendo que 62% indicou praticar apenas um desporto organizado, 29% indicou praticar dois desportos e cerca de 10% praticava três tipos de desportos organizados diferentes (Figura 10).

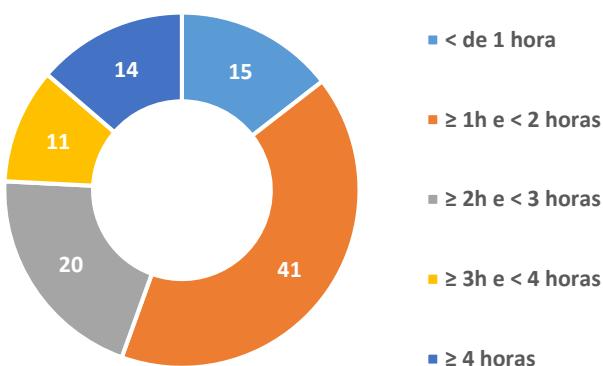
Figura 10 – Número de desportos organizados praticados (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Quanto à duração semanal deste tipo de desporto, 61% afirmou praticar mais de uma hora e menos de três horas semanais. Cerca de $\frac{1}{4}$ dos alunos indicou praticar algum desporto organizado mais de três horas semanais. (Figura 11)

Figura 11 - Horas semanais despendidas com a prática de desportos organizados (%)

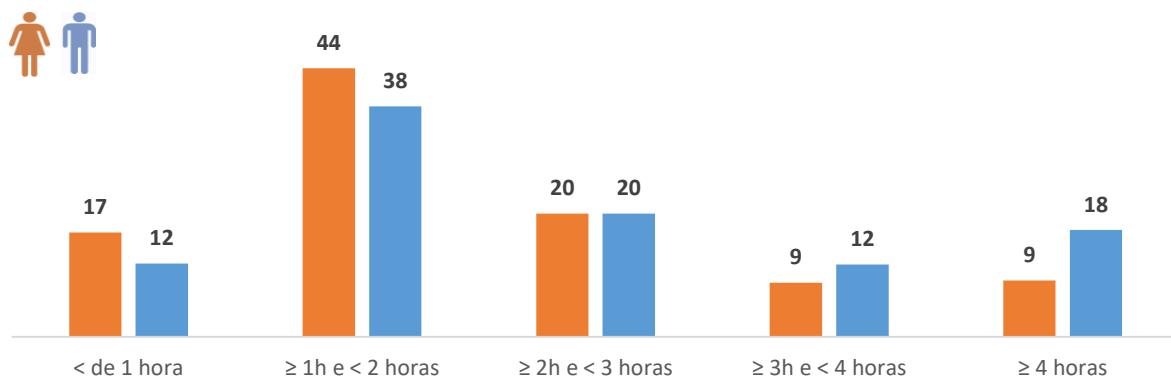


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise mais detalhada permite observar diferenças entre raparigas e rapazes no que diz respeito à prática regular de desporto organizado, assim como entre anos de escolaridade. As figuras 12 e 13 mostram as principais diferenças.

Se por um lado, a percentagem de raparigas que afirmou praticar de forma regular até duas horas por semana é superior à percentagem de rapazes (62% e 50%, respetivamente), por outro aquelas que afirmam praticar desporto de forma regular três ou mais horas por semana são em menor número do que os rapazes (18% e 30%, respetivamente), como mostra a figura abaixo.

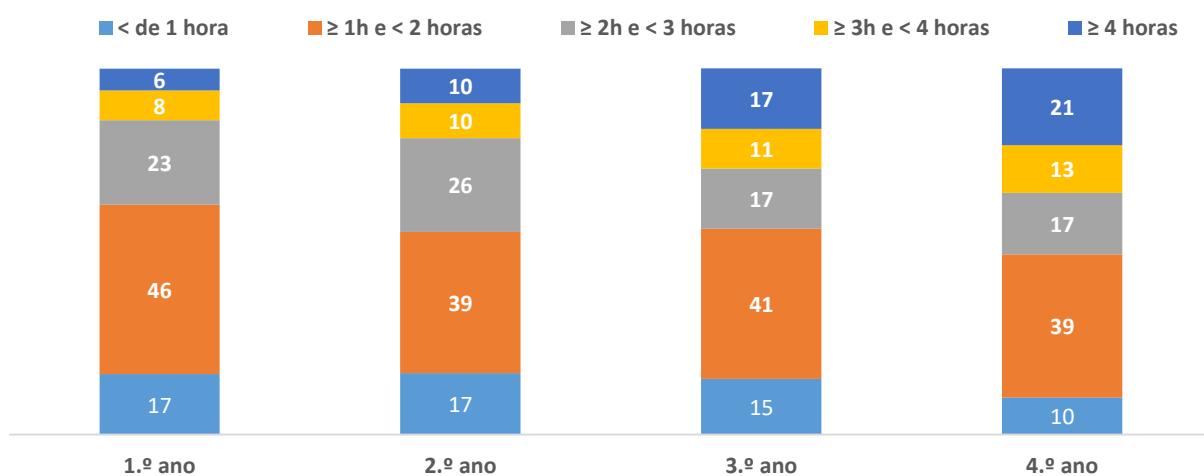
Figura 12 - Horas semanais despendidas com a prática de desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise por ano de escolaridade mostra que os alunos mais novos praticavam de forma regular em média, menos horas semanais de desporto organizado do que os alunos mais velhos. Na figura 13 é possível ver que cerca de 1/3 dos alunos do 1.º e 2.º ano praticavam semanalmente mais de três horas de desporto organizado face a cerca de 62% dos alunos do 3.º ano e 4.º ano que indicaram praticar as mesmas horas semanais de desporto organizado.

Figura 13 - Horas semanais despendidas com a prática de desporto organizado, por ano de escolaridade (%)



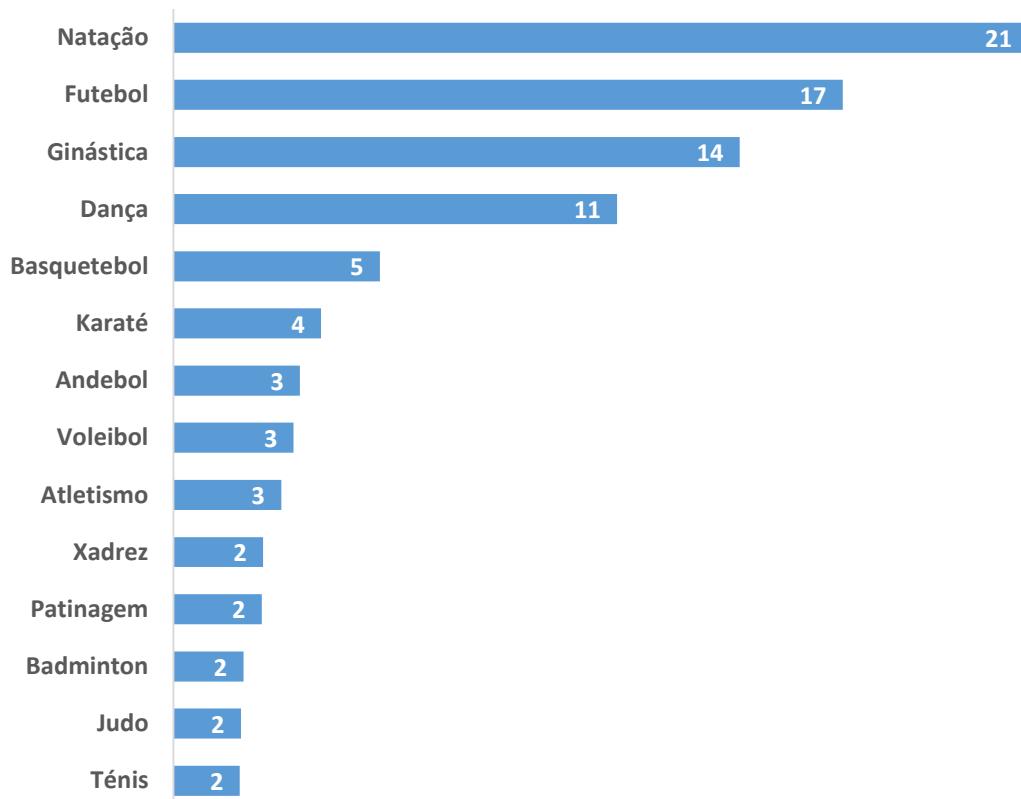
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

3.1. Tipos de desportos organizados praticados

No conjunto dos desportos organizados mais praticados, os alunos destacaram a natação (21%), seguido do futebol (17%) da ginástica (14%) e da dança (11%).

As práticas desportivas apresentadas abaixo correspondem às mais praticadas por ambos os sexos, independentemente do ciclo de ensino, representando cerca de 91% do total das práticas desportivas indicadas pelos alunos, o que corresponde a uma concentração da prática desportiva fora do contexto escolar num número reduzido de atividades.

Figura 14 – Desportos organizados mais praticados (%)

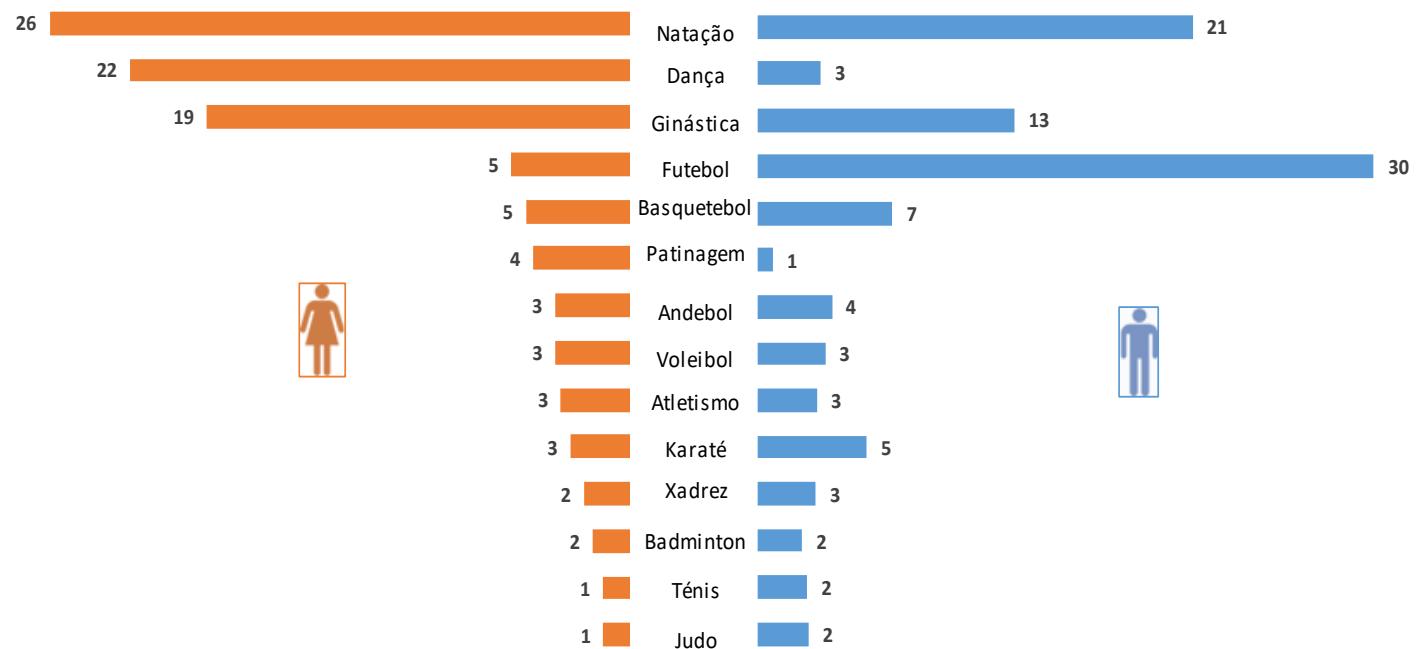


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

No conjunto dos desportos organizados mais praticados fora do contexto escolar, os rapazes destacaram o futebol (30%), seguido da natação (21%) e da ginástica (13%), enquanto as raparigas destacaram a natação (26%), a dança (22%) e a ginástica (19%). As principais diferenças entre ambos os sexos estão na dança onde as raparigas apresentaram mais 19 p.p. face aos rapazes e o futebol onde os rapazes praticavam quase 6 vezes mais do que as raparigas (30% face a 5%).

Figura 15 – Tipo de desporto organizado praticado, por sexo (%)

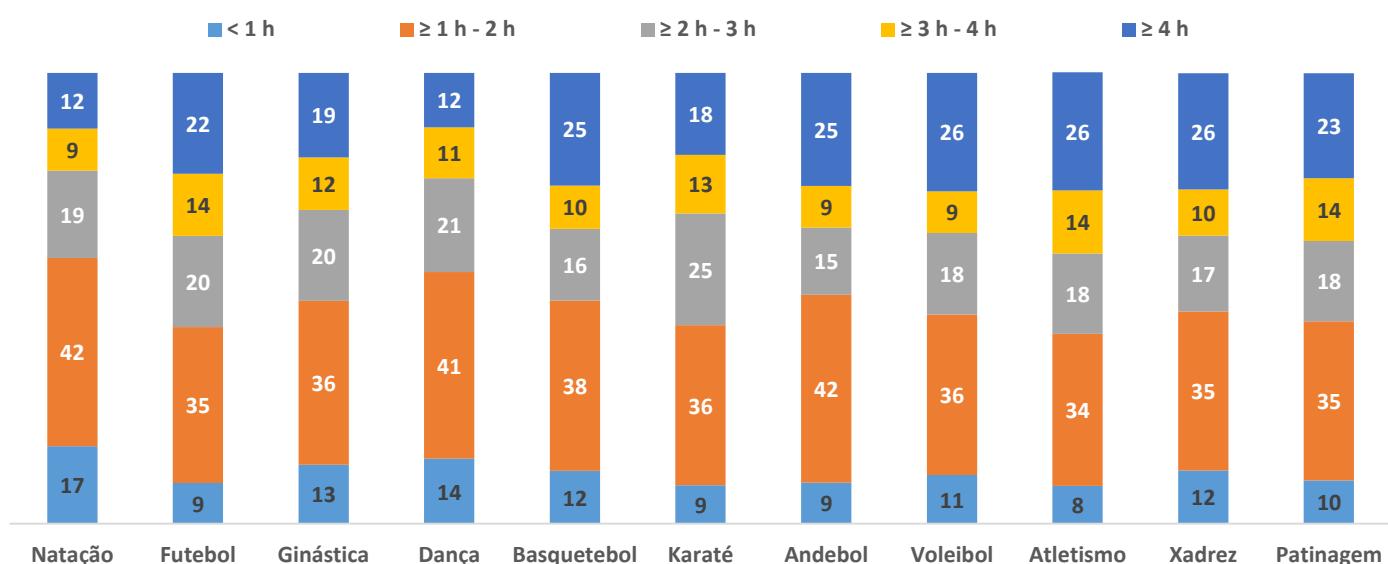


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Quando questionados sobre o volume semanal com que praticam um desporto organizado, os alunos indicaram como os desportos com mais tempo de prática desportiva semanal o atletismo, a patinagem, o futebol e o xadrez, ou seja, os alunos que praticavam, pelo menos uma destas quatro atividades desportivas, cerca de 40% praticava durante mais de três horas por semana. Por outro lado, foram os desportos como a natação ou a dança, que apresentavam menor volume de prática com mais de metade dos alunos a indicar que os praticava até duas horas por semana (59% e 56% respetivamente).

Figura 16 – Volume semanal do desporto organizado, por desporto praticado (%)

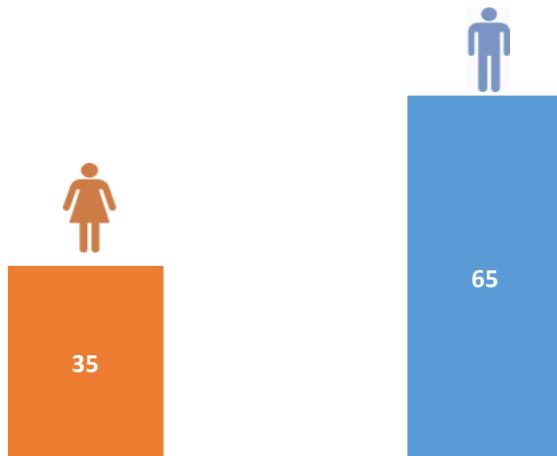


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

3.2. Participação em competições

Neste ponto são apresentados os resultados às respostas dos alunos relativas à prática de desporto de competição. Do total de alunos que indicou praticar desporto organizado, 52% afirmou participar em competições no âmbito da atividade desportiva praticada, sendo que a percentagem de rapazes que participa em competições é quase duas vezes superior às raparigas (65% face a 35% respetivamente) (figura 17).

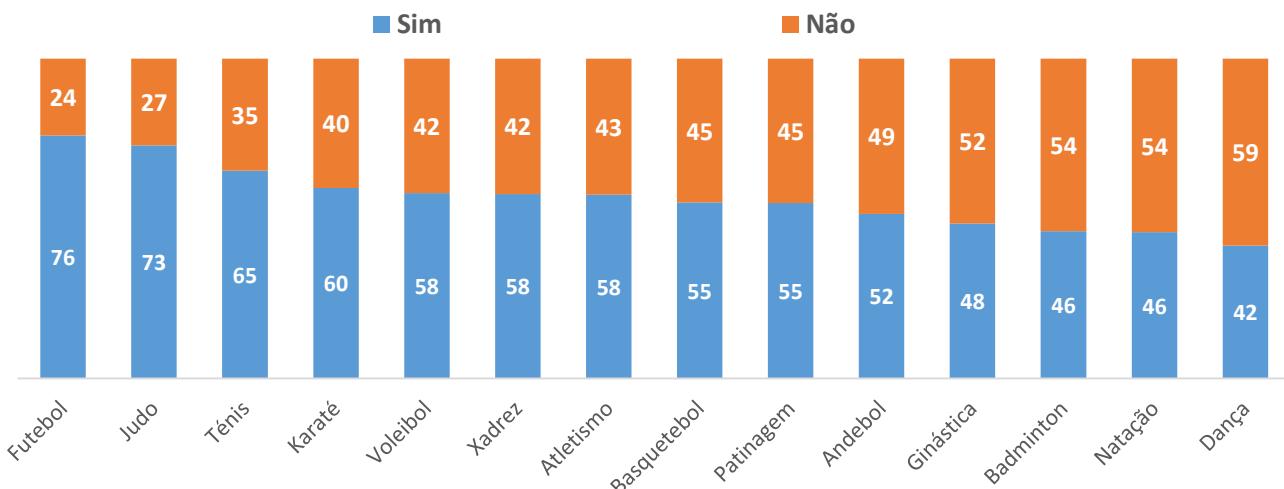
Figura 17 – Participação em competições no desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Os alunos que indicaram participar em competições no desporto organizado fora do contexto escolar eram principalmente praticantes de futebol (76%), judo (73%) e ténis (65%), das regiões do Algarve (60%) e do Centro do país (57%).

Figura 18 – Participação em competições no desporto organizado, por desporto praticado (%)

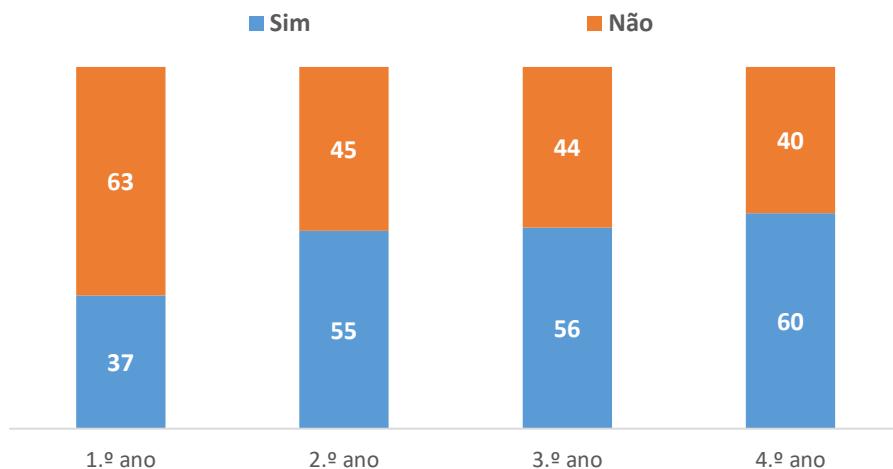


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Os dados mostraram que quanto maior o ano de escolaridade que frequentavam, e consequentemente, quanto maior a idade dos alunos, mais estes se envolveram em competições desportivas. Enquanto cerca de 37% dos

alunos do 1.º ano indicaram participar em competições desportivas, este número quase duplica quando comparado com o indicado pelos alunos do 4.º ano (60%).

Figura 19 – Participação em competições no desporto organizado, por ano de escolaridade (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

3.3. Enquadramento institucional do desporto

Aos alunos que responderam positivamente às perguntas sobre a prática de, pelo menos, um desporto organizado, foi ainda solicitado que fornecessem informações sobre o enquadramento institucional dessa prática desportiva.

A maioria dos alunos indicou praticar desporto organizado num clube, associação ou coletividade fora da escola (34%), enquanto 23% dos alunos desenvolvem essa prática desportiva na escola no âmbito das AEC, 12% no âmbito do desporto escolar, 11% no ginásio e em instalações da Câmara Municipal ou da Junta de Freguesia.

Figura 20 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por local de prática



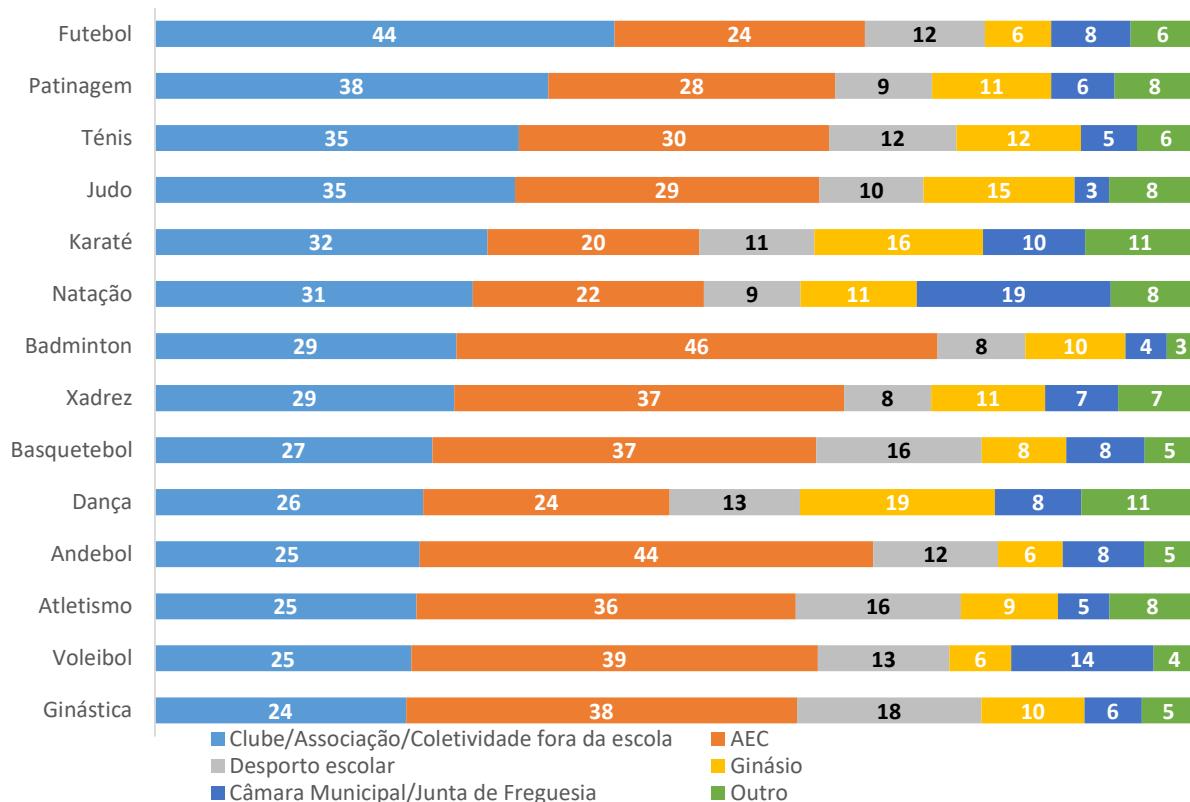
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Se analisarmos o enquadramento institucional pelo desporto praticado (para o conjunto de desportos mais referidos pelos alunos) verificamos que o Badminton (46%), o andebol (44%), o voleibol (39%), a ginástica (38%)

o xadrez e o basquetebol (ambos 37%) e o atletismo (36%) são os desportos com maior enquadramento nas AEC que as escolas disponibilizam. A figura evidencia ainda o grande peso que os clubes, associações e coletividades fora da escola têm na prática do futebol (44%), da patinagem (38%), do ténis (35%) e do judo (35%). Relativamente às Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia, foi a natação (19%) o desporto com maior enquadramento.

Figura 21 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por desporto praticado (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

3.4. Principais motivos para a prática de desporto organizado

O inquérito pretendeu ainda identificar os principais motivos para a prática de desporto organizado assim como as principais razões para os alunos que não praticavam qualquer atividade desportiva organizada fora do contexto escolar.

As figuras que se seguem apresentam os principais motivos, para ambos os grupos de alunos, podendo-se concluir que para o grupo dos que praticavam desporto organizado, os principais motivos apontados eram: por ser divertido (27%), querer ser desportista profissional (14%) ou porque gostam de competir (13%) (figura 22a).

Figura 22a – Principais motivos para a prática de desporto organizado (%)

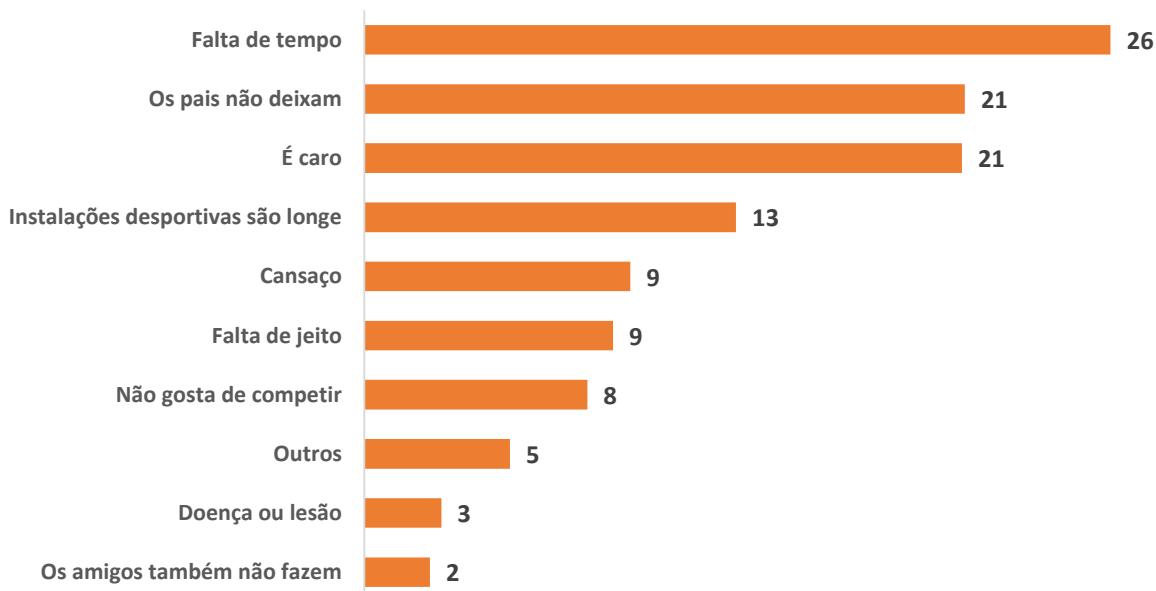


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

O grupo dos alunos que não praticavam desporto organizado apontaram a falta de tempo (26%), os pais não deixarem e ser caro (ambos 21%) como os principais motivos para não o fazerem (figura 22b).

Figura 22b – Motivos para não praticar desporto organizado (%)



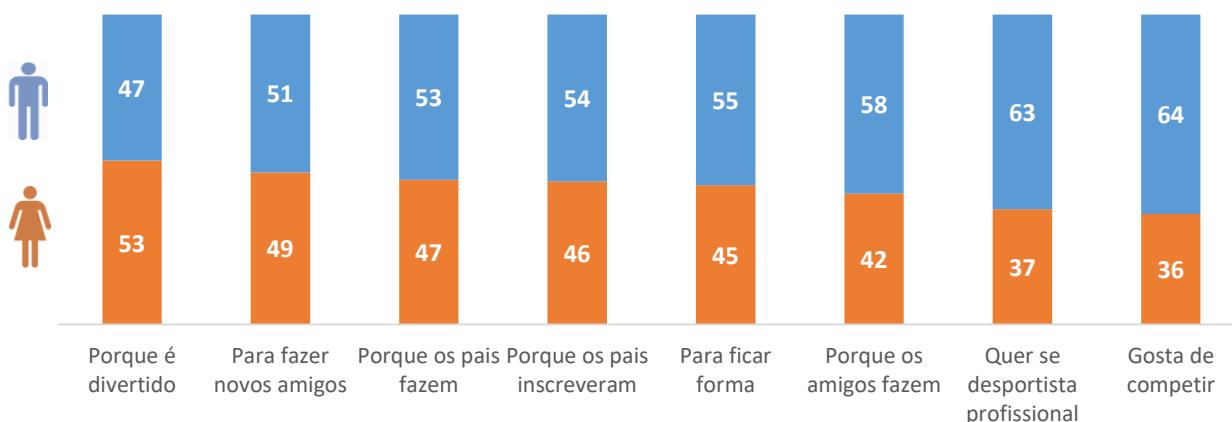
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Quando analisamos os motivos para a prática desportiva por sexo, encontramos algumas diferenças entre as raparigas e os rapazes. Os rapazes indicaram com maior frequência do que as raparigas o gosto por competir (64% face 36%, respetivamente), o querer ser desportista profissional (63% face a 37%, respetivamente) e

porque os amigos fazem (58% face a 42%). Por outro lado, as raparigas indicaram com maior frequência do que os rapazes o ser divertido (53% face a 47% respetivamente).

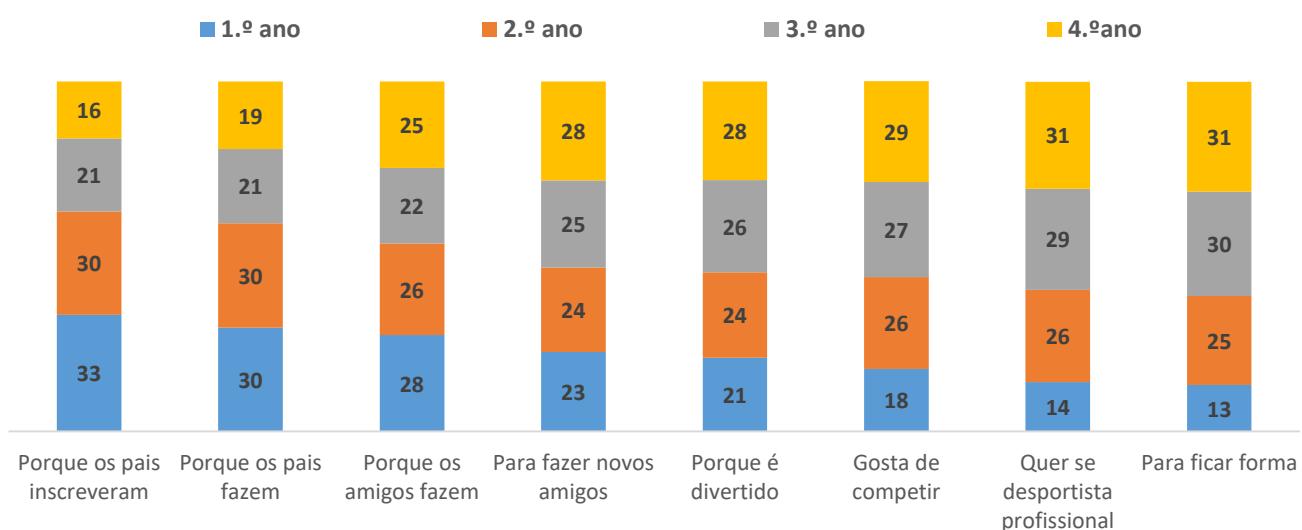
Figura 23 – Principais motivos para a prática de desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Por ano de escolaridade, existem também algumas diferenças, os alunos mais velhos dos 3.º e 4.º ano de escolaridade indicaram como principais motivos para fazerem desporto o facto de gostarem de competir, quererem ser desportistas profissionais e para ficarem em forma, 56%, 59% e 61% respetivamente. Por outro lado, os alunos mais novos do 1.º e 2.º ano indicaram como principais razões o facto dos pais os terem inscrito (63%) e porque os pais também fazem (60%) (figura 24).

Figura 24 – Principais motivos para a prática de desporto organizado, por ano de escolaridade (%)

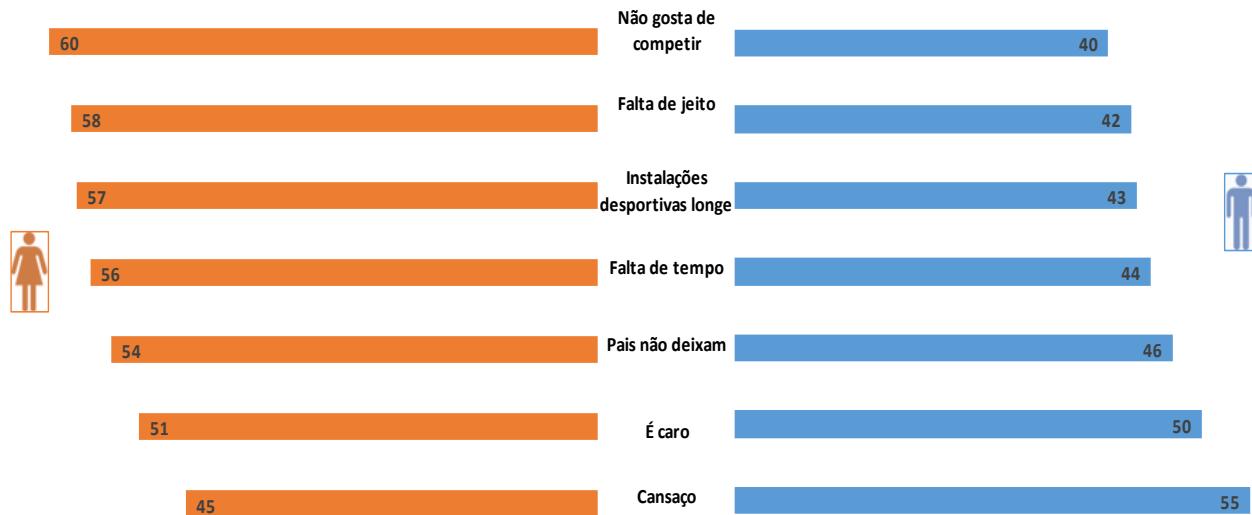


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Relativamente aos principais motivos apresentados para a não prática de desporto organizado por sexo, as principais diferenças foram o facto de as raparigas não gostarem de competir (mais 20 p.p. que os rapazes) e também a falta de jeito (58% face a 42% dos rapazes). Relativamente aos rapazes, o principal motivo para não

praticarem desporto fora do contexto escolar foi sobretudo o cansaço – 55% face a 45% das raparigas (figura 25).

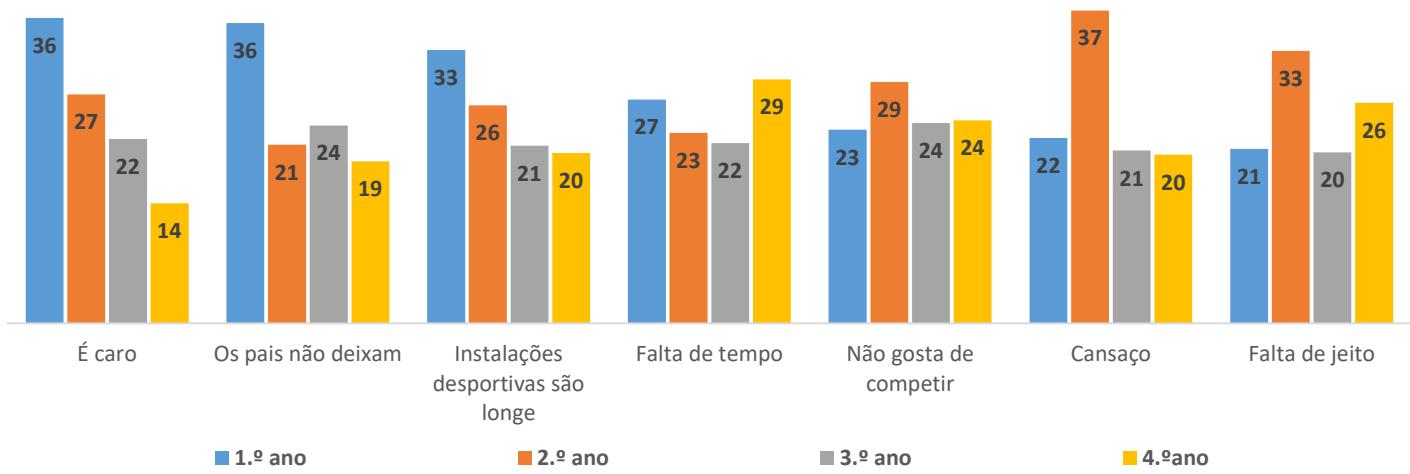
Figura 25 – Principais motivos para não praticar desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17

Ao analisar por ano de escolaridade, observou-se que os motivos mais indicados pelos alunos do 1.º ano para não praticarem desporto fora do contexto escolar foi o fator económico (36% afirmou “ser caro”), os pais não deixarem (36%) e as instalações serem longe (33%). Os alunos do 2.º ano indicaram o cansaço (37%) e a falta de jeito (33%) como principal motivo. Os alunos do 3.º ano o facto de não gostarem de competir e os pais não deixarem (cerca de 24% ambos os casos) e os alunos do 4.º ano a falta de tempo (29%) e falta de jeito (26%) (figura 26).

Figura 26 – Principais motivos para não praticar desporto organizado, por ano de escolaridade (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

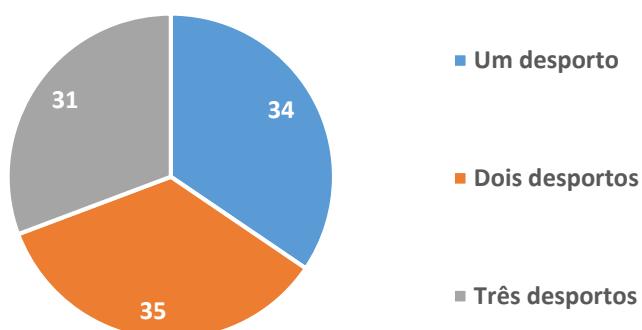
4. Atividade física espontânea

As figuras que se seguem referem-se à caracterização da atividade física espontânea dos alunos do 1.º ciclo do ensino básico. Assim, este capítulo apresenta os dados relativos à caracterização da prática de atividade física espontânea, nomeadamente os tipos de desportos praticados, a sua duração, local de prática, assim como as atividades que desejavam praticar.

4.1. Prática de atividade física espontânea

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea (sem treinador ou professor), fora do horário escolar, mais de 89% dos alunos respondeu positivamente a esta pergunta, sendo que 69% indicou praticar até duas atividades e cerca de 31% praticava três atividades espontâneas fora do horário escolar.

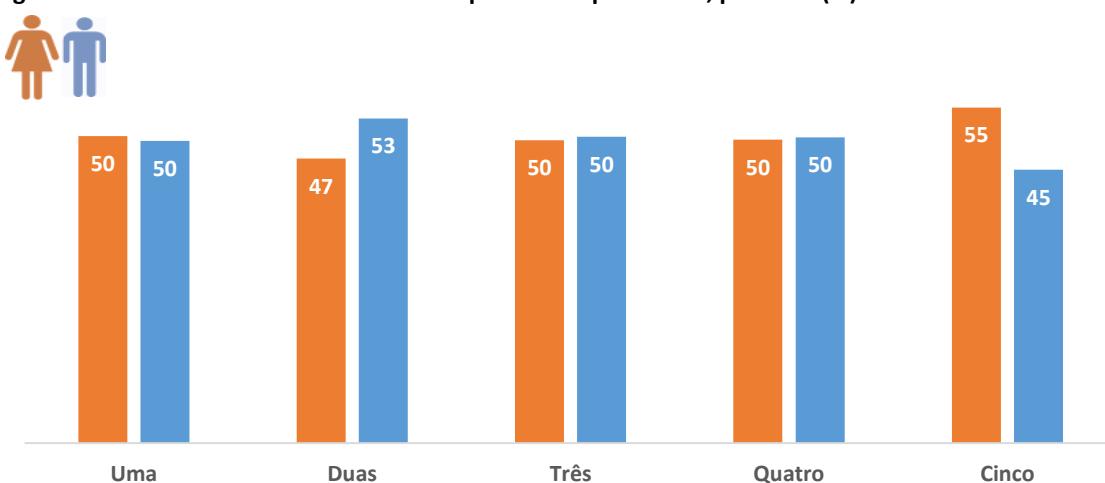
Figura 27 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas (%)



Fonte: DGEEC e SEDJ, Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17

Relativamente ao número de atividades físicas espontâneas praticadas, os rapazes que indicaram praticar duas atividades eram em maior número do que as raparigas (53% face a 47%), por outro lado, as raparigas que indicaram praticar cinco atividades foram em 10 p.p. superiores aos rapazes (55% face a 45% dos rapazes).

Figura 28 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas, por sexo (%)

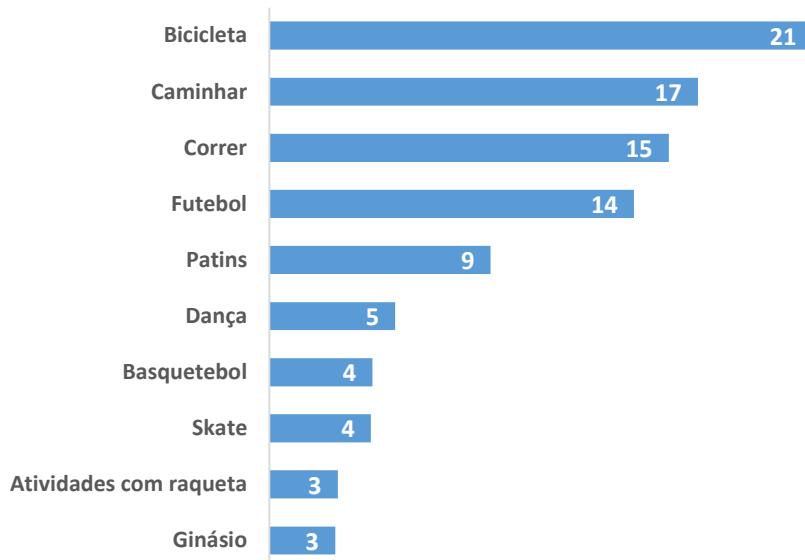


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

4.2. Tipos de atividades físicas espontâneas praticadas

Entre as principais atividades físicas espontâneas mais apontadas pelos alunos encontrava-se andar de bicicleta (21%), caminhar (17%), correr (15%) e jogar futebol (14%). Este conjunto de atividades apresentado na figura seguinte são representativas de mais de 93% das escolhas dos alunos abrangidos pelo inquérito.

Figura 29 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas (%)

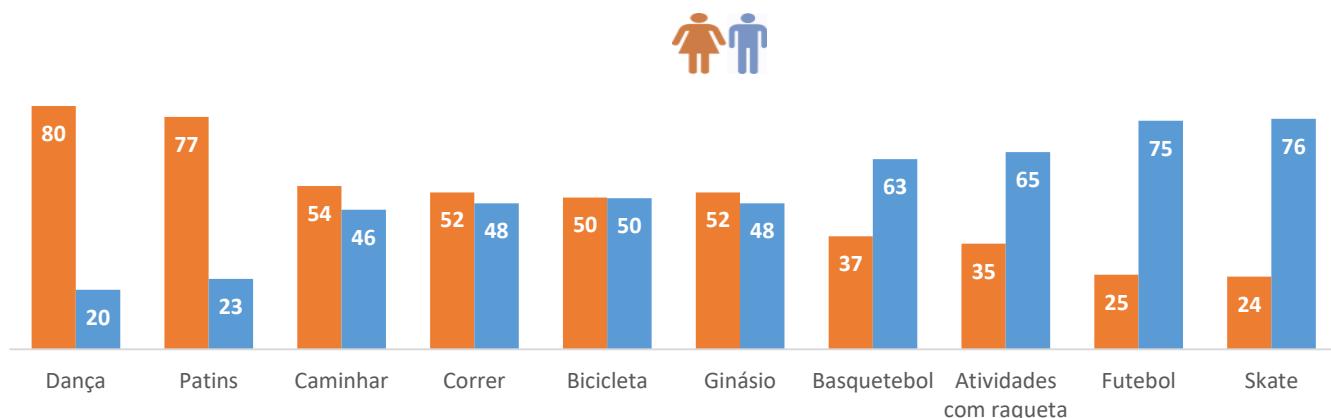


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Assim como se verificou nos desportos organizados, as escolhas dos rapazes são bastante diferentes das escolhas das raparigas no que toca às atividades físicas espontâneas praticadas regularmente. Do conjunto das dez atividades mais escolhidas, as que ocupam os três primeiros lugares nas escolhas das raparigas (dançar, andar de patins e caminhar), ocupam os três últimos lugares das escolhas dos rapazes. E o mesmo acontece com as atividades que ocupam os primeiros lugares nas escolhas dos rapazes (andar de skate, jogar futebol, atividades com raqueta e jogar basquetebol) (figura 30).

Figura 30 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas, por sexo (%)

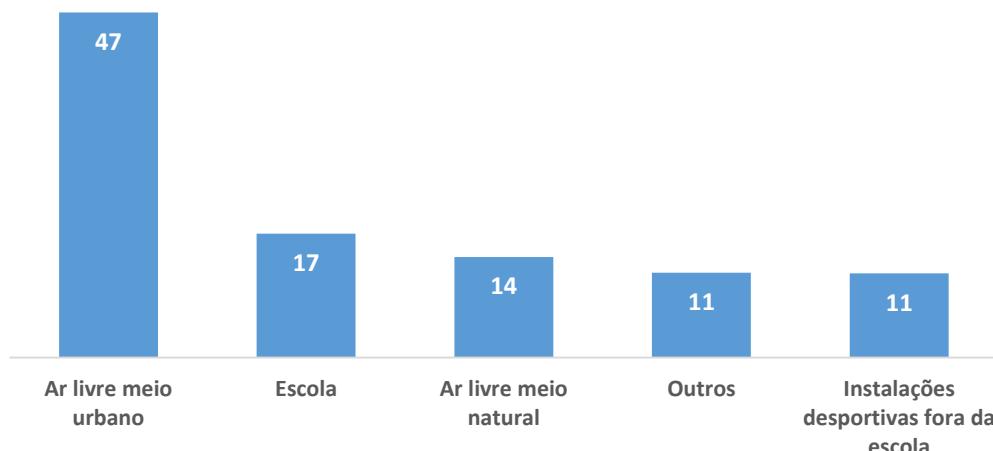


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17

4.3. Local de prática de atividade física espontânea

Relativamente aos principais locais da prática de atividade física espontânea indicados pelos alunos abrangidos pelo inquérito, estão os espaços ao ar livre em meio urbano de que são exemplo a rua, um parque ou um jardim (47%) e a escola (17%).

Figura 31 – Local de prática de atividade física espontânea (%)

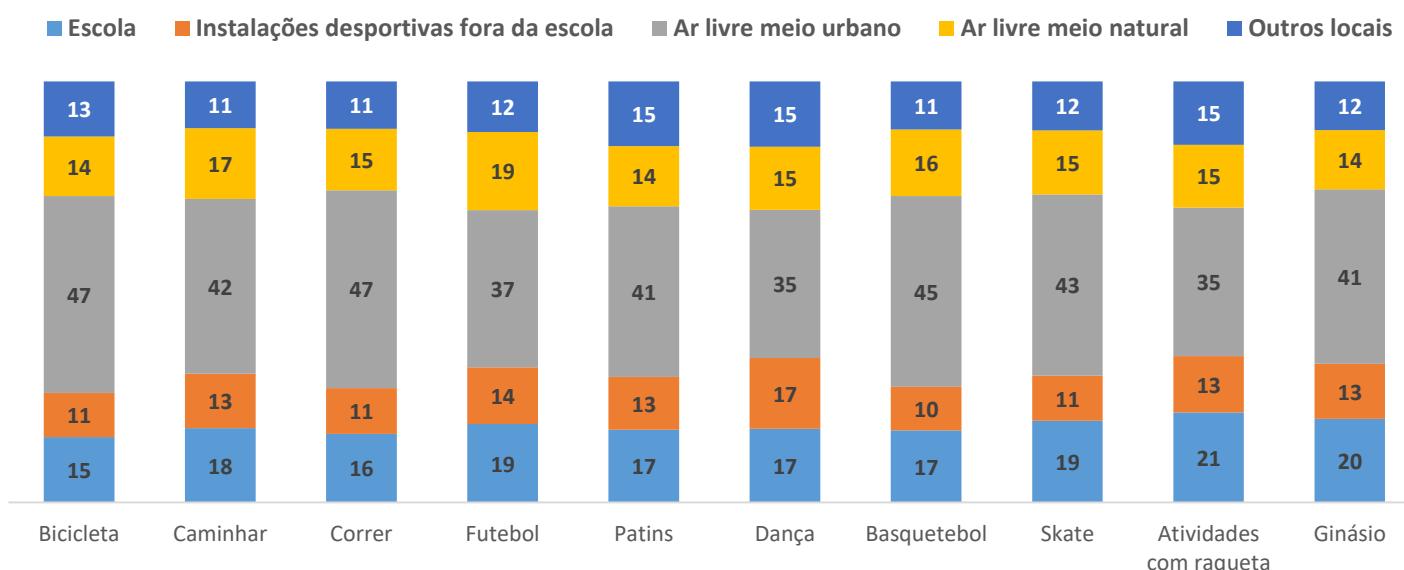


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Para a prática das atividades que tipicamente associamos ao ar livre, como correr, andar de bicicleta, jogar basquetebol, caminhar, os alunos indicaram para a sua prática, maioritariamente o ar livre em meio urbano ou em meio natural, em média com mais de 58% das respostas obtidas (figura 32).

Figura 32 – Local de prática de atividade física espontânea, por tipo de atividade praticada (%)

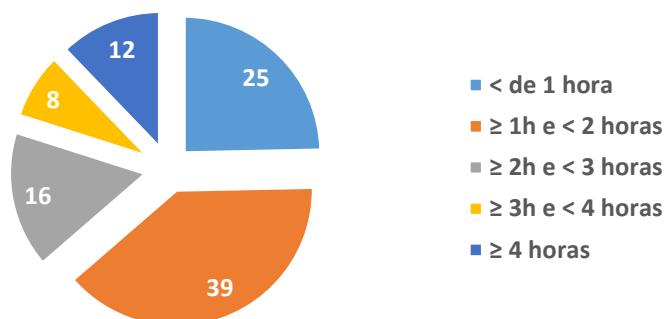


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

4.4. Duração da prática de atividade física espontânea

Quando à duração da prática de atividade física espontânea, a maioria dos alunos indicou praticar até duas horas semanais (64%). (Figura 33)

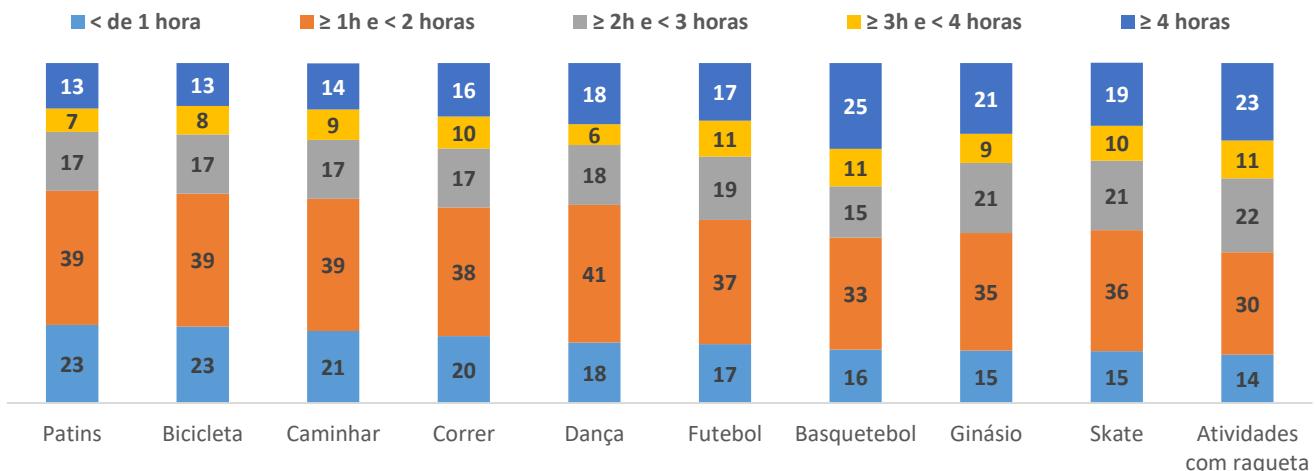
Figura 33 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise mais atenta da figura 34 permite verificar que são a jogar basquetebol (36%), nas atividades com raqueta, (34%), ir ao ginásio ou andar de skate (ambas 29%) e jogar futebol (28%) que os alunos indicaram dedicar mais de três horas semanais à prática das mesmas.

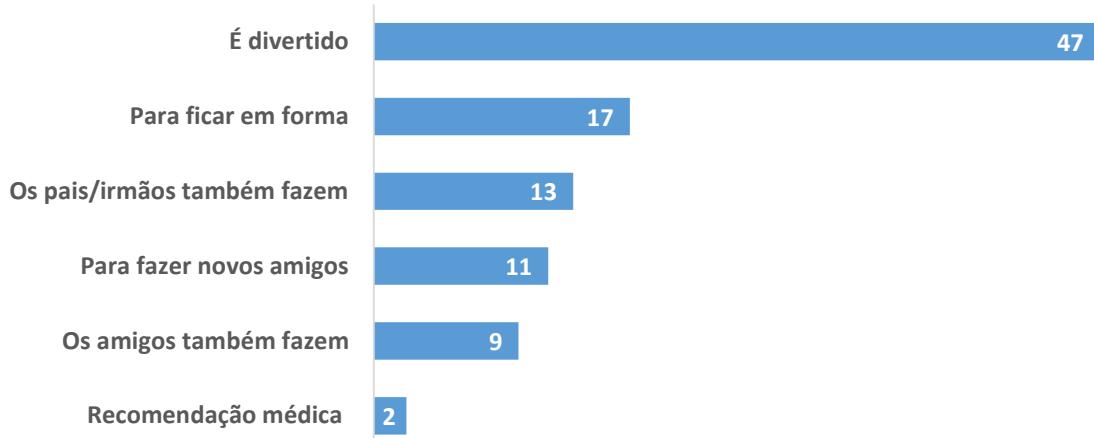
Figura 34 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea, por tipo de atividade praticada (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

4.5. Motivação para a prática de atividade física espontânea

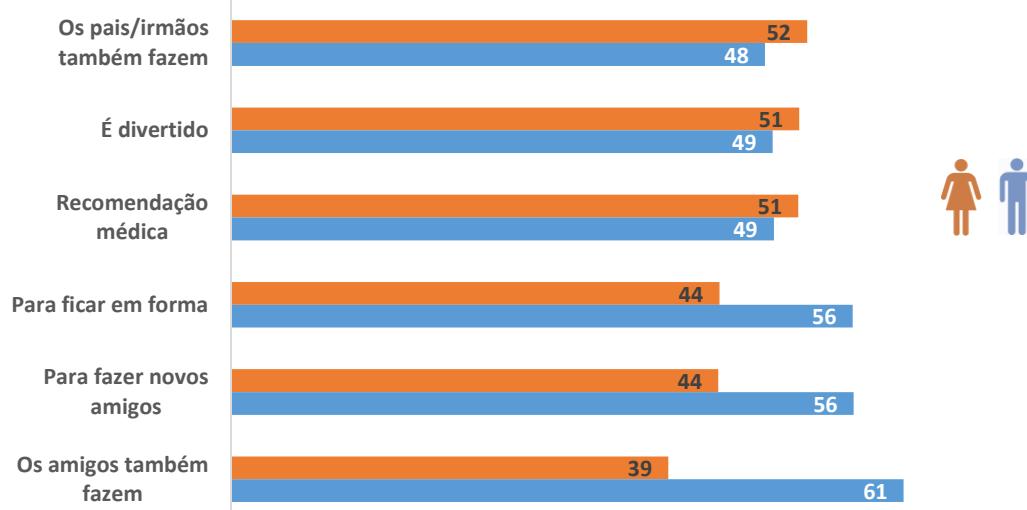
À semelhança da prática de desporto organizado, pretendeu-se também identificar os principais motivos para a prática regular de atividade física espontânea assim como as principais razões para os alunos que indicaram não praticar qualquer atividade física espontânea. As figuras que se seguem apresentam os principais motivos, para ambos os grupos de alunos, podendo-se concluir que para o grupo dos que praticava atividade física espontânea, os principais motivos apontados foram por ser divertido (47%), para ficar em forma (17%) e porque os pais e/ou irmãos também fazem essas atividades (13%).

Figura 35 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea (%)

Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

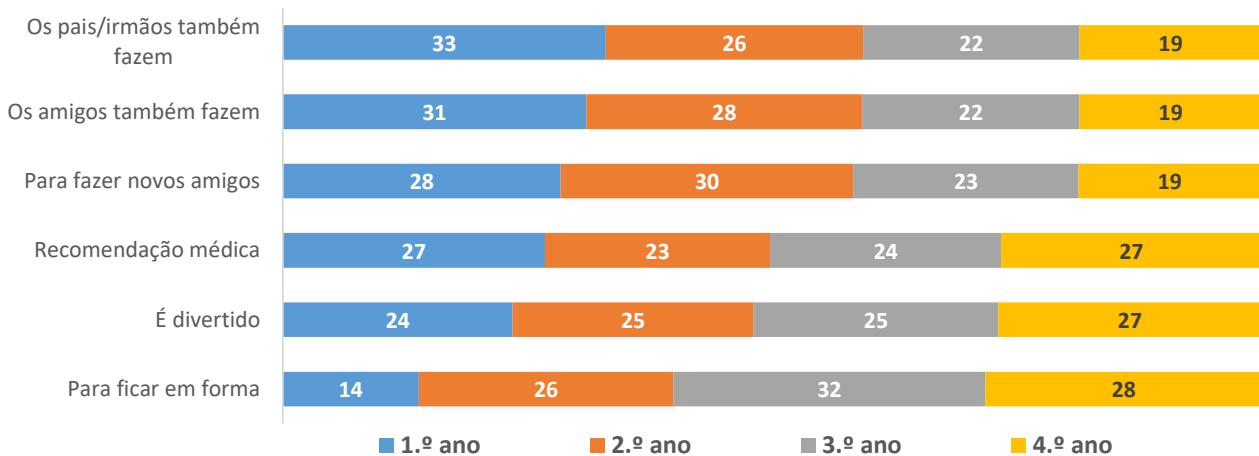
Quando se analisam os principais motivos para a prática de atividade física espontânea por sexo as três principais grandes diferenças residem no facto de para os rapazes o motivo com mais peso era os amigos também fazerem (mais 22 p.p. do que para as raparigas) e também o de ficar em forma e poder fazer novos amigos (mais 12 p.p. em ambos os casos face às raparigas).

Figura 36 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea, por sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Por ano de escolaridade, observou-se que foram os alunos mais velhos, do 3.º e 4.º ano, que indicaram mais vezes o motivo ficar em forma face aos alunos mais novos do 1.º e 2.º ano (60% face a 40% respetivamente). Por outro lado, os alunos mais novos indicaram mais como principais motivos para a prática de atividade física espontânea o facto dos pais e/ou irmãos e amigos também o fazerem (59% face a 41% respetivamente).

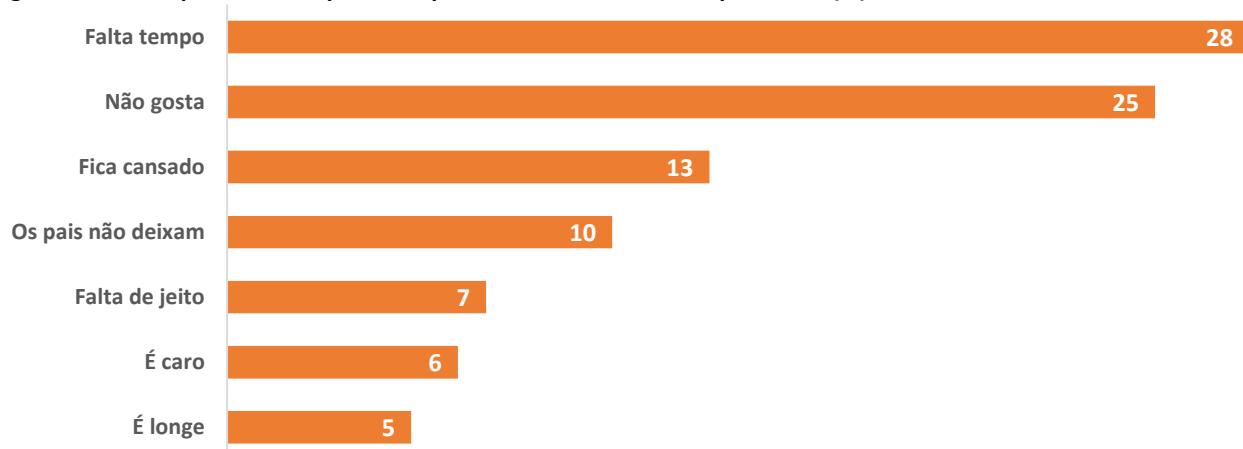
Figura 37 – Principais motivos para a prática de atividade física espontânea, por ano de escolaridade (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

O grupo dos alunos que não praticava qualquer atividade física espontânea apontou como principais motivos para não o fazer a falta de tempo (28%) e o facto de não gostar (25%) como os principais motivos.

Figura 38 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea (%)

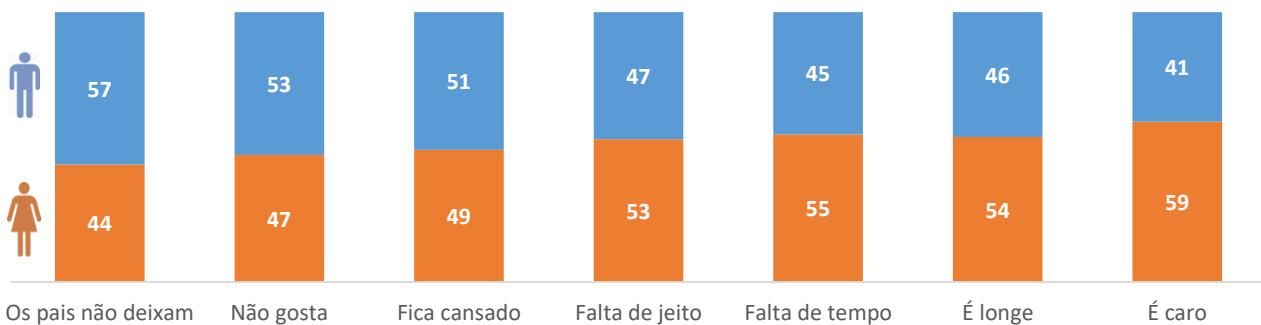


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Por sexo, as raparigas indicam principalmente a questão financeira, o fato de ser caro (mais 18 p.p. face aos rapazes), a falta de tempo (55%) e o facto de ser longe (54%). Por outro lado, os rapazes indicaram que os pais não deixam (57%) e de não gostarem (53%) (figura 39).

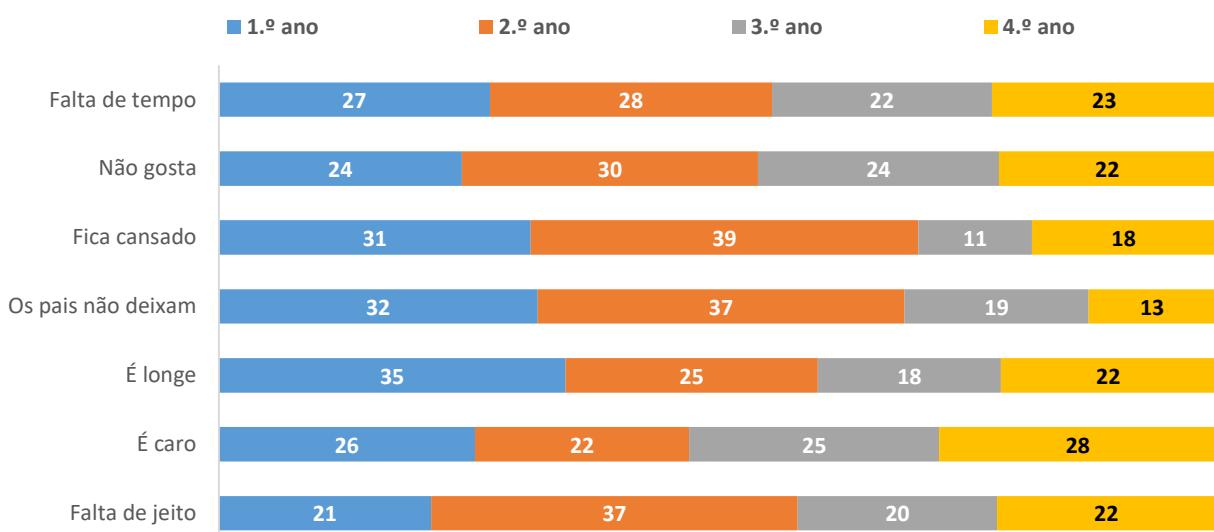
Figura 39 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Por anos de escolaridade são os alunos do 1.º e 2.º ano que apontaram mais vezes os motivos fico cansado ou os pais não deixam face aos alunos do 3.º e 4.º ano (mais 40 p.p. e 38 p.p. respetivamente). O facto de ser caro foi mais indicado pelos anos do 3.º e 4º ano (53% face a 47% dos alunos do 1.º e 2.º ano).

Figura 40 – Principais motivos para não praticar atividade física espontânea, por ano de escolaridade (%)



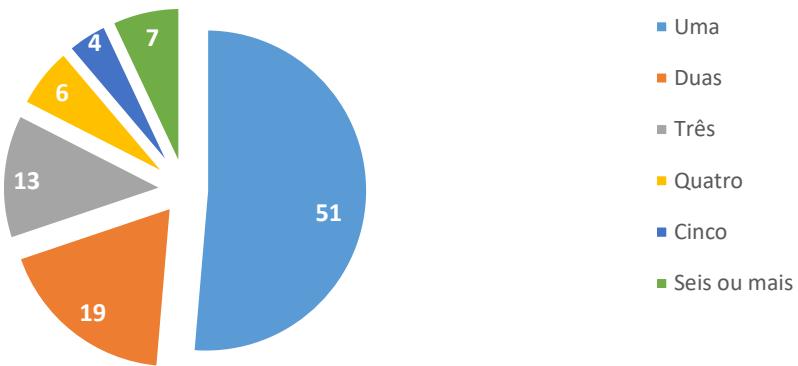
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

4.6. Atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar

Este inquérito procurou ainda disponibilizar mais informação sobre a prática de atividades físicas espontâneas para os cerca de 61% dos alunos que, apesar de atualmente não praticarem nenhuma atividade, gostariam de o fazer.

Neste grupo de alunos, a maioria indicou que gostaria de praticar regularmente uma (51%) ou duas (19%) atividades físicas espontâneas.

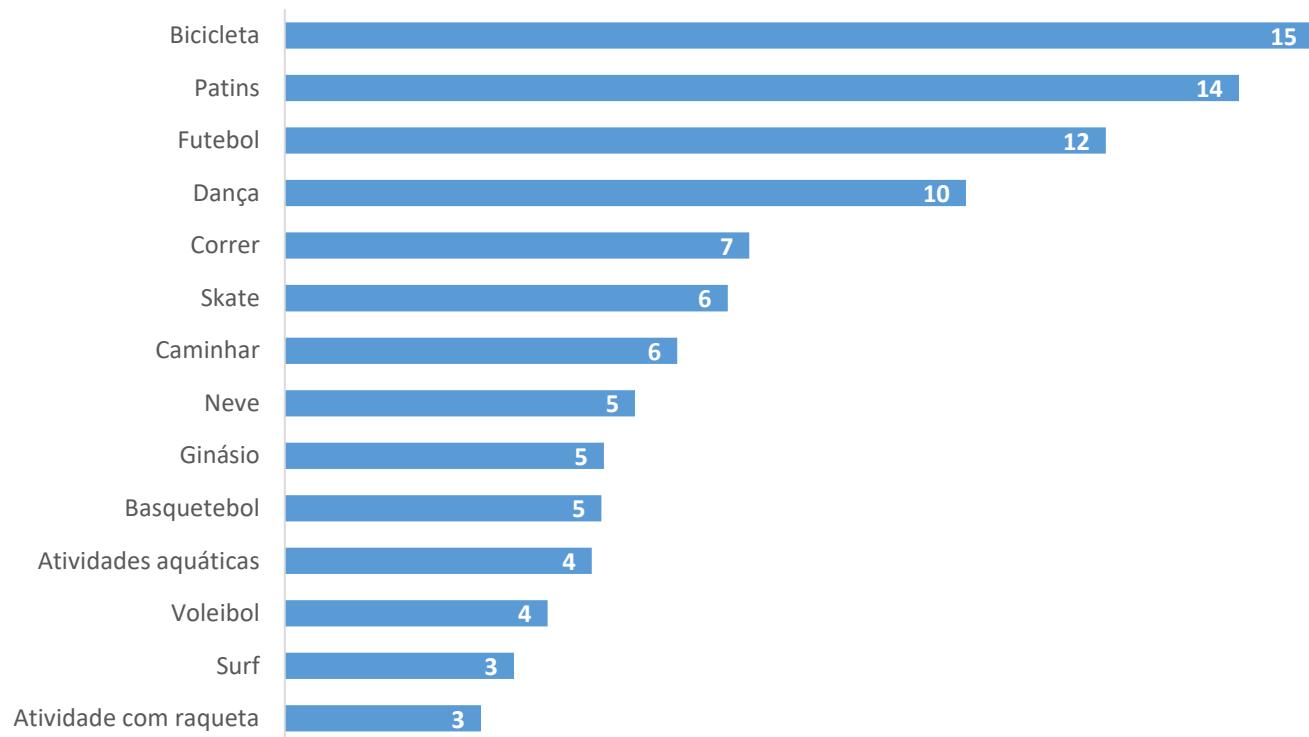
Figura 41 – Número de atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

As principais atividades físicas espontâneas que gostariam de praticar, e que representaram mais de 90% das respostas dos alunos (figura 42) foram andar de bicicleta (15%), andar de patins (14%), jogar futebol (12%) e dançar (10%).

Figura 42 – Principais atividades físicas espontâneas desejadas (%)



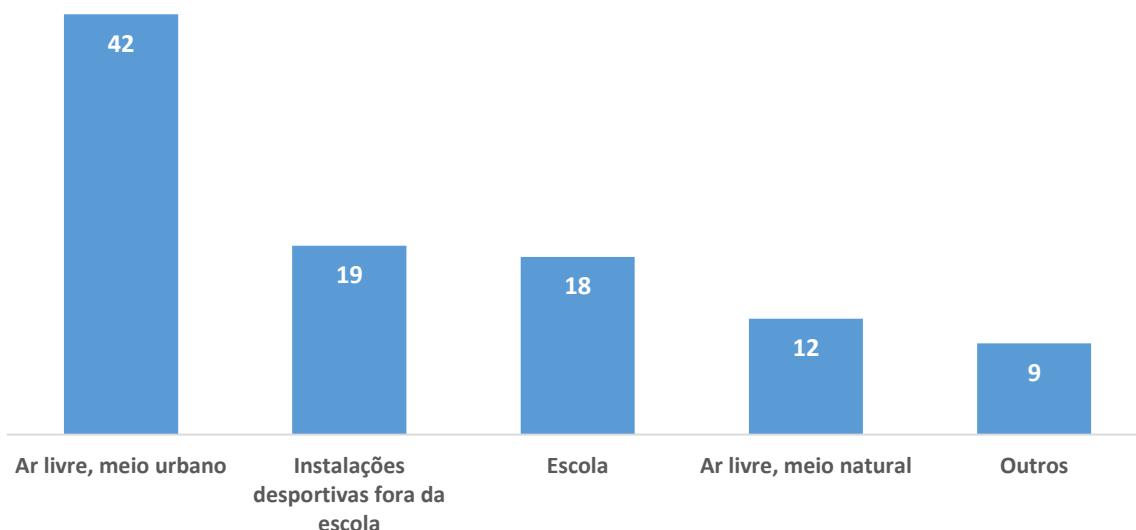
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

4.7. Local desejado para a prática de atividade física espontânea

Quando questionados sobre os locais onde gostariam de praticar essas atividades físicas espontâneas, a maioria dos alunos indicou ao ar livre em meio urbano (42%) e instalações desportivas fora da escola (19%).

Figura 43 – Local desejado para praticar atividade física espontânea (%)



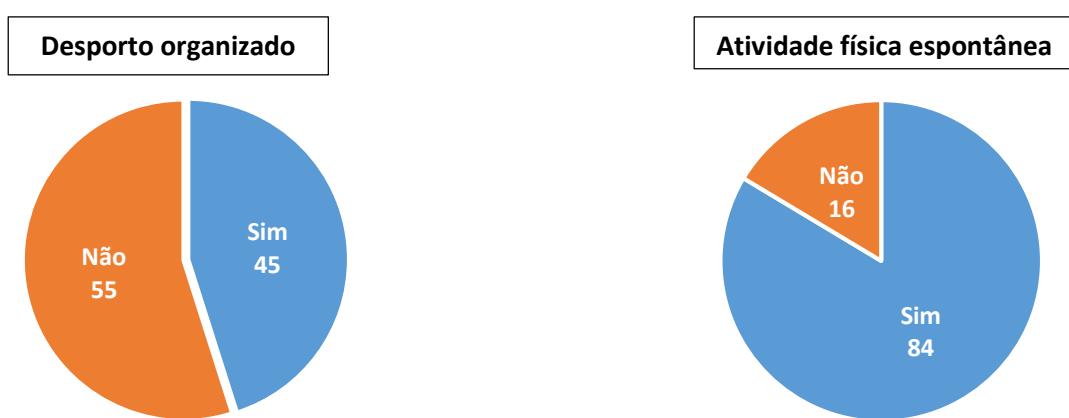
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

5. Prática de desporto organizado ou atividade física durante as férias

O inquérito procurou conhecer também a prática desportiva durante as interrupções letivas e/ou férias escolares relativamente à prática regular de desporto organizado ou de atividade física espontânea. Cerca de 55% dos alunos indicou não praticar nenhum desporto organizado durante as férias, por outro lado, aproximadamente 84% praticava alguma atividade física espontânea durante as férias escolares.

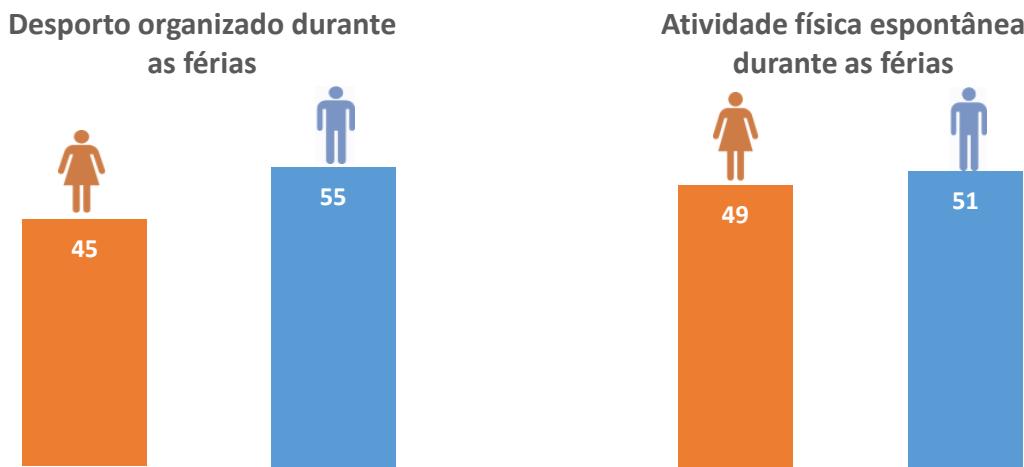
Figura 44 – Prática de desporto organizado e de atividade física espontânea durante as férias (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Eram principalmente as raparigas que, apresentavam taxas mais elevadas de não prática de qualquer desporto organizado neste período.

Figura 45 – Prática de desporto organizado e de atividade física espontânea durante as férias, por sexo (%)



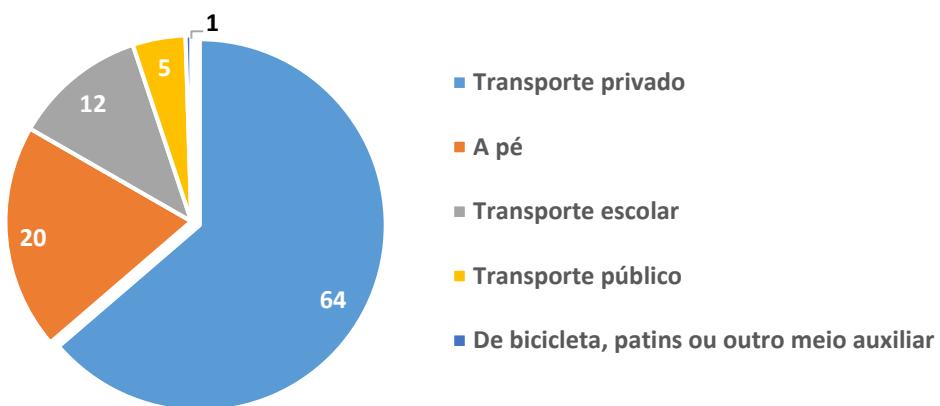
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Dos alunos que indicaram praticar pelo menos um desporto organizado ou atividade física espontânea durante as férias a maioria são do sexo masculino: 55% praticava desporto organizado durante as férias e 51% praticava atividade física espontânea durante as férias.

6. Deslocação para a escola

Nas deslocações diárias para a escola, os dados recolhidos neste inquérito mostram que a maioria dos alunos do 1.º ciclo do ensino básico utilizava o transporte privado (64%). A deslocação a pé (20%) e os transportes escolares (12%) ocupavam o 2º e 3º lugares respetivamente. O transporte público foi utilizado por cerca de 5% dos alunos.

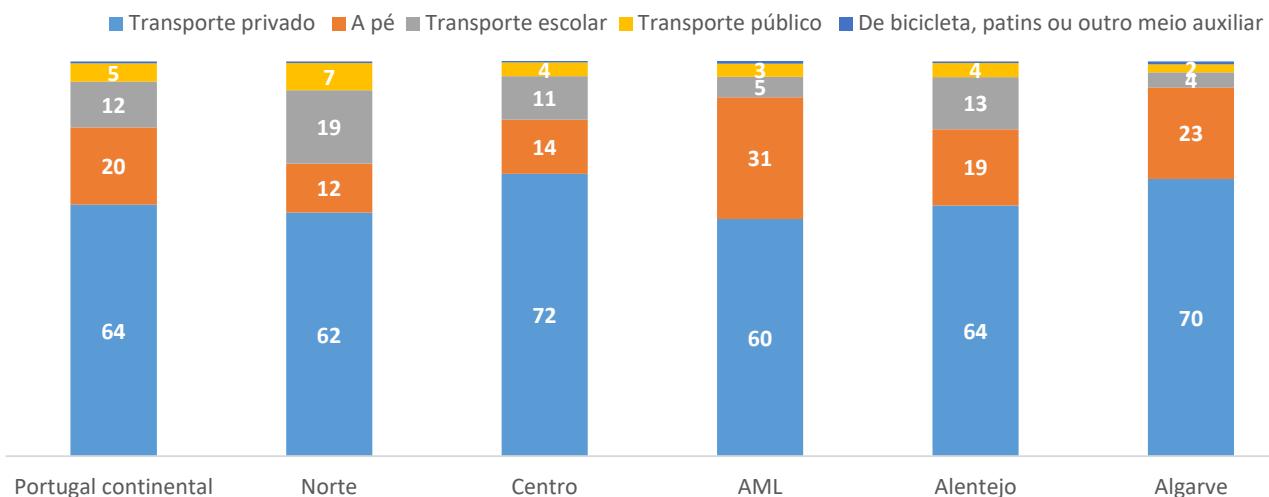
Figura 46 – Meio de deslocação para a escola (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise comparativa dos principais meios de deslocação para a escola por região (NUTS II), permite observar que na região Centro e na região do Algarve a proporção de alunos que usaram o transporte privado para se deslocarem para a escola foi superior à média nacional em 8 e 6 p.p. respetivamente. Por outro lado, as deslocações a pé na região da AML foram superiores em 11 p.p. comparativamente com a média nacional.

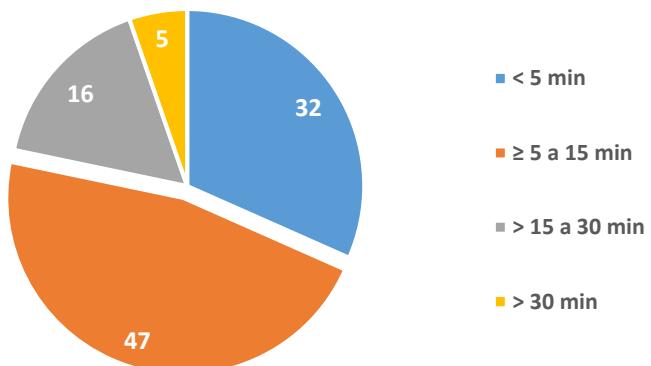
Figura 47 – Meio de deslocação para a escola, por região - NUTS II (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

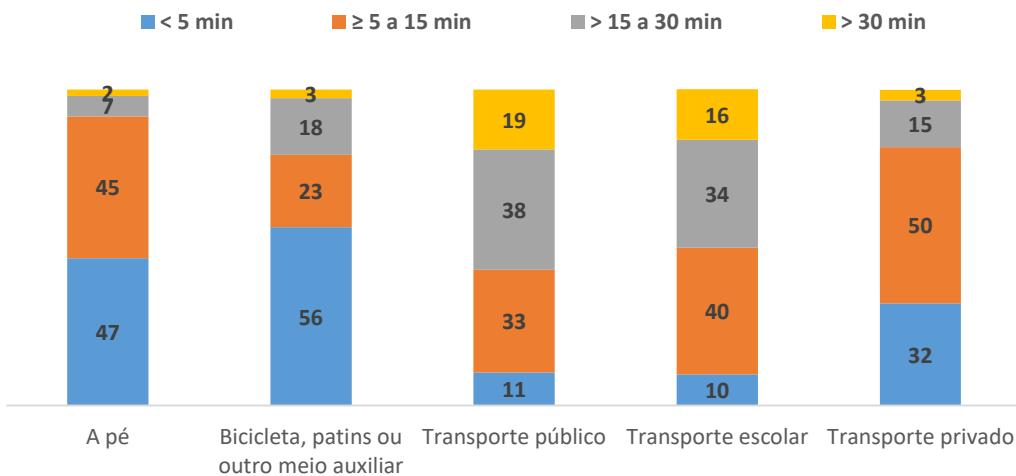
Relativamente ao tempo médio que os alunos disseram demorar na deslocação diária para a escola, 78% indicaram demorar até 15 minutos, independentemente do meio de transporte utilizado.

Figura 48 – Tempo de deslocação de casa para a escola (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

Uma análise mais detalhada permite observar que os alunos que indicaram utilizar os transportes públicos ou o transporte escolar na sua deslocação diária eram os que mais tempo demoravam na deslocação diária: transportes públicos – 38% entre 15 e 30 minutos e transporte escolar – 34% entre 15 e 30 minutos.

Figura 49 – Tempo de deslocação de casa para a escola, por tipo deslocação (%)

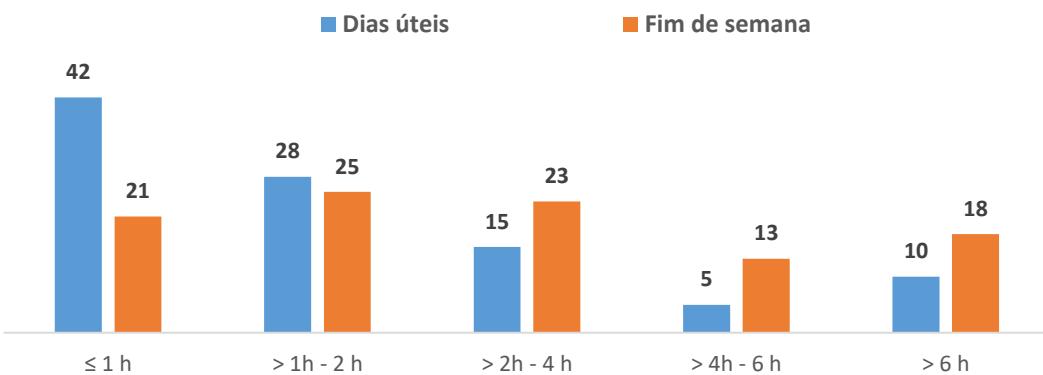
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

7. Tempo despendido a estudar, ver televisão, no computador, a jogar na consola, no tablet ou no telemóvel

Os resultados que se seguem referem-se à caracterização do tempo que os alunos indicaram que passam, por semana, a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no *tablet* ou ao telemóvel.

Da figura seguinte podemos observar que durante o fim-de-semana os alunos, em média, despendem mais tempo com estas atividades do que durante os dias de semana, chegando a despender mais de quatro horas num fim-de-semana (31%). No entanto, durante a semana esta percentagem desce para cerca de metade (15%).

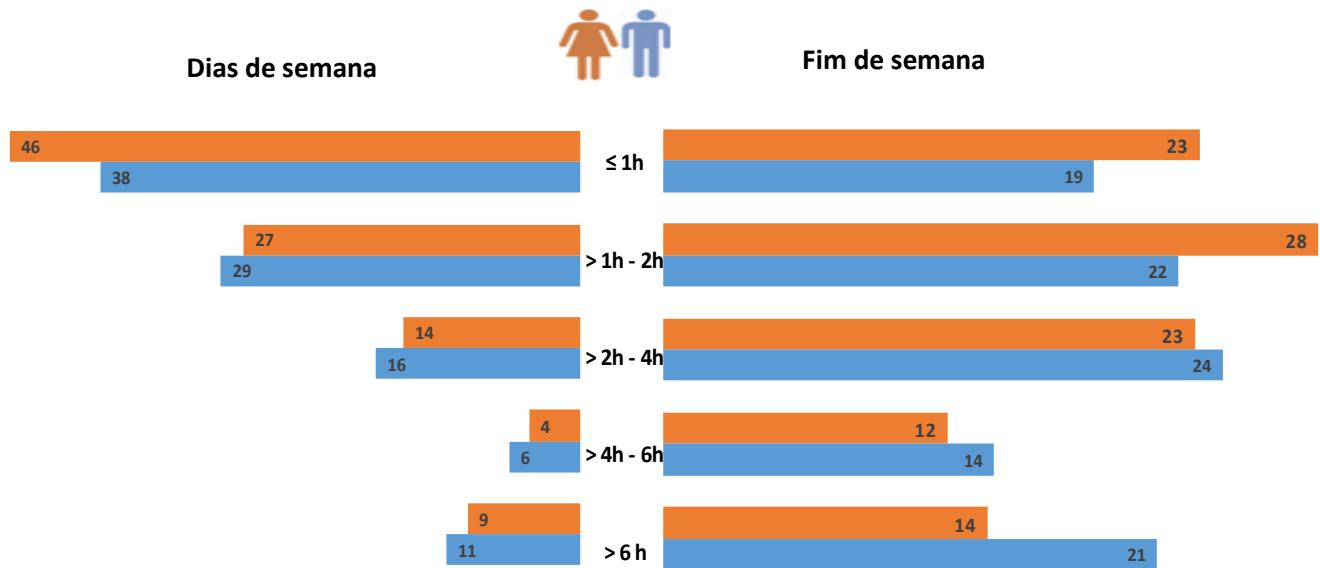
Do total dos alunos inquiridos, cerca de 70% indicou despender até duas horas semanais, nos dias úteis, a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no *tablet* ou ao telemóvel sendo que destes, cerca de 42% fá-lo até uma hora semanal.

Figura 50 – Tempo despendido a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, no tablet ou ao telemóvel (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.

As diferenças entre rapazes e raparigas não são muito significativas relativamente aos dias de semana, 72% das raparigas e 67% dos rapazes despendiam até duas horas semanais. Durante o fim de semana foram sobretudo os rapazes que indicaram passar mais de seis horas a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, ao *tablet* ou ao telemóvel (21% face a 14% das raparigas), como mostra a figura seguinte (figura 51)

Figura 51 – Tempo despendido a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, ao *tablet* ou ao telemóvel, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 1º CEB, 2016/17.