



DIREÇÃO-GERAL DE ESTATÍSTICAS
DA EDUCAÇÃO E CIÊNCIA

Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa

2º, 3º Ciclo e Ensino Secundário - Portugal Continental

2016/2017



DGEEC outubro 2020

FICHA TÉCNICA

Título

Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa - Principais resultados do 5º ao 12º ano de escolaridade em Portugal Continental, 2016/17

Autoria

Direção Geral de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC)

Divisão de Estudos e Gestão de Acesso a Dados para fins de 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: 978-972-616-228-5

Outubro 2020

ÍNDICE

Introdução.....	8
Sumário executivo	9
Metodologia	11
1. Caracterização global	13
2. Aulas de educação física na escola	19
3. Desporto organizado	21
3.1. Prática de desporto organizado	21
3.2. Número de desportos organizados praticados	21
3.3. Duração dos desportos praticados.....	22
3.4. Tipos de desportos organizados praticados.....	24
3.5. Competições.....	26
3.6. Enquadramento institucional do desporto	27
3.7. Principais motivos para a prática de desporto organizado	29
3.8. Abandono da prática de desporto extracurricular.....	31
4. Atividade física espontânea.....	33
4.1. Prática de atividade física espontânea.....	33
4.2. Tipos de atividades físicas espontâneas.....	34
4.3. Local de prática de atividade física espontânea	35
4.4. Duração da prática de atividade física espontânea	37
4.5. Motivação para a prática de atividade física espontânea.....	38
4.6. Abandono de atividade física espontânea	38
4.7. Número de atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar	39
4.8. Atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar	40
4.9. Local desejado para a prática de atividade física espontânea	41
5. Prática desportiva nas férias	42
6. Comunidades intermunicipais	44
6.1. Comunidade intermunicipal do Alto Minho.....	44
6.2. Comunidade intermunicipal do Cávado.....	47
6.3. Comunidade intermunicipal do Ave.....	49
6.4. Área Metropolitana do Porto.....	52
6.5. Comunidade intermunicipal do Tâmega e Sousa.....	54
6.6. Comunidade intermunicipal do Alto Tâmega	57
6.7. Comunidade intermunicipal do Douro.....	59
6.8. Comunidade intermunicipal das Terras de Trás-os-Montes	62
6.9. Comunidade intermunicipal da região de Aveiro	65
6.10. Comunidade intermunicipal da região de Coimbra	67
6.11. Comunidade intermunicipal da região de Leiria	70
6.12. Comunidade intermunicipal Viseu Dão Lafões	73
6.13. Comunidade intermunicipal das Beiras e Serra da Estrela	76
6.14. Comunidade intermunicipal da Beira Baixa	78
6.15. Comunidade intermunicipal do Oeste	81
6.16. Comunidade intermunicipal do Médio Tejo	84

6.17.	Área Metropolitana de Lisboa.....	86
6.18.	Comunidade intermunicipal da Lezíria do Tejo.....	89
6.19.	Comunidade intermunicipal do Alentejo Litoral	92
6.20.	Comunidade intermunicipal do Alto Alentejo.....	95
6.21.	Comunidade intermunicipal do Alentejo Central	98
6.22.	Comunidade intermunicipal do Baixo Alentejo	101
6.23.	Comunidade intermunicipal do Algarve.....	104
7.	Deslocação para a escola.....	107
8.	Tempo despendido a estudar, ver televisão, no computador, a jogar na consola, no tablet ou no telemóvel	110
	Anexo A - Questionário utilizado para a recolha dos dados	112
	Anexo B - Tabelas	124

Lista de Figuras

FIGURA 1 - HÁBITOS DESPORTIVOS DOS ALUNOS, POR TIPO DE PRÁTICA (%)	13
FIGURA 2 - HÁBITOS DESPORTIVOS FORA DO CONTEXTO ESCOLAR, POR CICLO DE ESTUDOS (%)	14
FIGURA 3 - HÁBITOS DESPORTIVOS FORA DO CONTEXTO ESCOLAR, POR SEXO (%)	15
FIGURA 4 - HÁBITOS DESPORTIVOS DOS ALUNOS, POR ESCALÃO ETÁRIO E TIPO DE PRÁTICA (%)	16
FIGURA 5 - HÁBITOS DESPORTIVOS DOS ALUNOS, POR SEXO E TIPO DE PRÁTICA (%)	17
FIGURA 6 - DURAÇÃO MÉDIA SEMANAL DA PRÁTICA DESPORTIVA (%)	17
FIGURA 7 - DESPORTO ORGANIZADO E ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA, POR COMUNIDADE INTERMUNICIPAL (%)	18
FIGURA 8 - DURAÇÃO MÉDIA SEMANAL DA PRÁTICA DESPORTIVA, POR COMUNIDADE INTERMUNICIPAL (%)	18
FIGURA 9 - FREQUÊNCIA SEMANAL DE AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, POR ANO DE ESCOLARIDADE (%)	19
FIGURA 10 - DURAÇÃO SEMANAL DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, POR ANO DE ESCOLARIDADE (%)	20
FIGURA 11 - PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO (%)	21
FIGURA 12 - NÚMERO DE DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS (%)	22
FIGURA 13 - HORAS SEMANAIS DESPENDIDAS COM A PRÁTICA DE DESPORTOS ORGANIZADOS (%)	22
FIGURA 14 - HORAS SEMANAIS DESPENDIDAS COM A PRÁTICA DE DESPORTOS ORGANIZADOS, POR SEXO (%)	23
FIGURA 15 - HORAS SEMANAIS DESPENDIDAS COM A PRÁTICA DE DESPORTOS ORGANIZADOS, POR CICLO DE ENSINO (%)	24
FIGURA 16 - RANKING DOS DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS (%)	24
FIGURA 17 - TIPO DE DESPORTO ORGANIZADO PRATICADO, POR SEXO (%)	25
FIGURA 18 - VOLUME SEMANAL DO DESPORTO ORGANIZADO (%)	26
FIGURA 19 - NÚMERO DE DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS (%)	26
FIGURA 20 - PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES NO DESPORTO ORGANIZADO (%)	27
FIGURA 21 - PARTICIPAÇÃO EM COMPETIÇÕES NO DESPORTO ORGANIZADO, POR SEXO (%)	27
FIGURA 22 - ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL DO DESPORTO ORGANIZADO, POR LOCAL DE PRÁTICA (%)	28
FIGURA 23 - ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL DO DESPORTO ORGANIZADO, POR TIPO DE PRÁTICA (%)	28
FIGURA 24 - MOTIVOS PARA A PRÁTICA OU NÃO DE DESPORTO ORGANIZADO (%)	29
FIGURA 25 - MOTIVOS PARA A PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO, POR SEXO (%)	30
FIGURA 26 - MOTIVOS PARA A NÃO PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO, POR SEXO (%)	30
FIGURA 27 - RAZÕES PARA O ABANDONO DA PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO (%)	31
FIGURA 28 - MOTIVOS PARA TER DEIXADO DE PRATICAR DESPORTO ORGANIZADO, POR SEXO (%)	32
FIGURA 29 - VONTADE DE VOLTAR A PRATICAR DESPORTO ORGANIZADO, POR ESCALÃO ETÁRIO (%)	32
FIGURA 30 - PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%)	33
FIGURA 31 - NÚMERO DE ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS (%)	33
FIGURA 32 - NÚMERO DE ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS, POR SEXO (%)	34
FIGURA 33 - PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS (%)	34
FIGURA 34 - PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS POR SEXO (%)	35
FIGURA 35 - LOCAL DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%)	36
FIGURA 36 - LOCAL DE PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA, POR TIPO DE ATIVIDADE (%)	36

FIGURA 37 – DURAÇÃO SEMANAL DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%)	37
FIGURA 38 – DURAÇÃO SEMANAL DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%)	37
FIGURA 39 – MOTIVOS PARA A PRÁTICA OU NÃO DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%).....	38
FIGURA 40 – RAZÕES PARA O ABANDONO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%)	39
FIGURA 41 – NÚMERO DE ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS QUE GOSTARIA DE PRATICAR (%)	40
FIGURA 42 – ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS DESEJADAS, POR TIPO DE ATIVIDADE FÍSICA (%)	40
FIGURA 43 – LOCAL DESEJADO PARA PRATICAR ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA (%).....	41
FIGURA 44 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NAS FÉRIAS (%).....	42
FIGURA 45 – PRÁTICA DE DESPORTO NAS FÉRIAS ESCOLARES, ANO DE ESCOLARIDADE (%).....	42
FIGURA 46 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA DURANTE AS FÉRIAS (%)	43
FIGURA 47 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO E DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NAS FÉRIAS, POR SEXO (%)	43
FIGURA 48 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALTO MINHO (%)	45
FIGURA 49 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALTO MINHO, POR SEXO (%)	45
FIGURA 50 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALTO MINHO (%)	46
FIGURA 51 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALTO MINHO, POR SEXO (%).....	46
FIGURA 52 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALTO MINHO (%)	47
FIGURA 53 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO CÁVADO (%).....	47
FIGURA 54 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO CÁVADO, POR SEXO (%)	48
FIGURA 55 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO CÁVADO (%)	48
FIGURA 56 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO CÁVADO, POR SEXO (%)	49
FIGURA 57 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO CÁVADO (%)	49
FIGURA 58 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO AVE (%)	50
FIGURA 59 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO AVE, POR SEXO (%)	50
FIGURA 60 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO AVE (%)	51
FIGURA 61 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO AVE, POR SEXO (%)	51
FIGURA 62 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO AVE (%)	52
FIGURA 63 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO (%)	52
FIGURA 64 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO, POR SEXO (%)	53
FIGURA 65 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO (%)	53
FIGURA 66 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO, POR SEXO (%).....	54
FIGURA 67 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA ÁREA METROPOLITANA DO PORTO (%)	54
FIGURA 68 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO TÂMEGA E SOUSA (%)	55
FIGURA 69 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO TÂMEGA E SOUSA, POR SEXO (%)	55
FIGURA 70 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO TÂMEGA E SOUSA (%)	56
FIGURA 71 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO TÂMEGA E SOUSA, POR SEXO (%).....	56
FIGURA 72 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO TÂMEGA E SOUSA (%)	57
FIGURA 73 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALTO TÂMEGA (%)	57
FIGURA 74 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALTO TÂMEGA, POR SEXO (%).....	58

FIGURA 75 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALTO TÂMEGA (%).....	58
FIGURA 76 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALTO TÂMEGA, POR SEXO (%).....	59
FIGURA 77 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALTO TÂMEGA (%).....	59
FIGURA 78 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO DOURO (%).....	60
FIGURA 79 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO DOURO, POR SEXO (%).....	60
FIGURA 80 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO DOURO (%).....	61
FIGURA 81 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO DOURO, POR SEXO (%).....	61
FIGURA 82 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO DOURO (%).....	62
FIGURA 83 – HÁBITOS DESPORTIVOS NAS TERRAS DE TRÁS-OS-MONTES (%).....	62
FIGURA 84 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NAS TERRAS DE TRÁS-OS-MONTES, POR SEXO (%).....	63
FIGURA 85 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NAS TERRAS DE TRÁS-OS-MONTES (%).....	63
FIGURA 86 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NAS TERRAS DE TRÁS-OS-MONTES, POR SEXO (%).....	64
FIGURA 87 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NAS TERRAS DE TRÁS-OS-MONTES (%).....	64
FIGURA 88 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA REGIÃO DE AVEIRO (%).....	65
FIGURA 89 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA REGIÃO DE AVEIRO, POR SEXO (%).....	65
FIGURA 90 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA REGIÃO DE AVEIRO (%).....	66
FIGURA 91 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA REGIÃO DE AVEIRO, POR SEXO (%).....	66
FIGURA 92 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA REGIÃO DE AVEIRO (%).....	67
FIGURA 93 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA REGIÃO DE COIMBRA (%).....	68
FIGURA 94 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA REGIÃO DE COIMBRA, POR SEXO (%).....	68
FIGURA 95 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA REGIÃO DE COIMBRA (%).....	69
FIGURA 96 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA REGIÃO DE COIMBRA, POR SEXO (%).....	69
FIGURA 97 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA REGIÃO DE COIMBRA (%).....	70
FIGURA 98 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA REGIÃO DE LEIRIA (%).....	71
FIGURA 99 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA REGIÃO DE LEIRIA, POR SEXO (%).....	71
FIGURA 100 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA REGIÃO DE LEIRIA (%).....	72
FIGURA 101 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA REGIÃO DE LEIRIA, POR SEXO (%).....	72
FIGURA 102 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA REGIÃO DE LEIRIA (%).....	73
FIGURA 103 – HÁBITOS DESPORTIVOS EM VISEU DÃO-LAFÕES (%).....	73
FIGURA 104 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO EM VISEU DÃO-LAFÕES, POR SEXO (%).....	74
FIGURA 105 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS EM VISEU DÃO-LAFÕES (%).....	74
FIGURA 106 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA EM VISEU DÃO-LAFÕES, POR SEXO (%).....	75
FIGURA 107 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS EM VISEU DÃO-LAFÕES (%).....	75
FIGURA 108 – HÁBITOS DESPORTIVOS NAS BEIRAS E SERRA DA ESTRELA (%).....	76
FIGURA 109 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NAS BEIRAS E SERRA DA ESTRELA, POR SEXO (%).....	77
FIGURA 110 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NAS BEIRAS E SERRA DA ESTRELA (%).....	77
FIGURA 111 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NAS BEIRAS E SERRA DA ESTRELA, POR SEXO (%).....	78
FIGURA 112 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NAS BEIRAS E SERRA DA ESTRELA (%).....	78

FIGURA 113 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA BEIRA BAIXA (%)	79
FIGURA 114 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA BEIRA BAIXA, POR SEXO (%)	79
FIGURA 115 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA BEIRA BAIXA (%).....	80
FIGURA 116 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA BEIRA BAIXA, POR SEXO (%).....	80
FIGURA 117 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA BEIRA BAIXA (%).....	81
FIGURA 118 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO OESTE (%)	81
FIGURA 119 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO OESTE, POR SEXO (%)	82
FIGURA 120 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO OESTE (%)	82
FIGURA 121 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO OESTE, POR SEXO (%)	83
FIGURA 122 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO OESTE (%)	83
FIGURA 123 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO MÉDIO TEJO (%)	84
FIGURA 124 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO MÉDIO TEJO, POR SEXO (%).....	85
FIGURA 125 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO MÉDIO TEJO (%).....	85
FIGURA 126 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO MÉDIO TEJO, POR SEXO (%).....	86
FIGURA 127 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO MÉDIO TEJO (%).....	86
FIGURA 128 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA (%).....	87
FIGURA 129 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA, POR SEXO (%).....	87
FIGURA 130 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS NA ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA (%).....	88
FIGURA 131 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA, POR SEXO (%)	88
FIGURA 132 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA ÁREA METROPOLITANA DE LISBOA (%)	89
FIGURA 133 – HÁBITOS DESPORTIVOS NA LEZÍRIA DO TEJO (%).....	90
FIGURA 134 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NA LEZÍRIA DO TEJO, POR SEXO (%)	90
FIGURA 135 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NA LEZÍRIA DO TEJO (%)	91
FIGURA 136 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NA LEZÍRIA DO TEJO, POR SEXO (%)	91
FIGURA 137 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NA LEZÍRIA DO TEJO (%).....	92
FIGURA 138 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALENTEJO LITORAL (%)	92
FIGURA 139 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALENTEJO LITORAL, POR SEXO (%)	93
FIGURA 140 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALENTEJO LITORAL (%)	93
FIGURA 141 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALENTEJO LITORAL, POR SEXO (%)	94
FIGURA 142 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALENTEJO LITORAL (%)	94
FIGURA 143 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALTO ALENTEJO (%).....	95
FIGURA 144 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALTO ALENTEJO, POR SEXO (%)	96
FIGURA 145 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALTO ALENTEJO (%)	96
FIGURA 146 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALTO ALENTEJO, POR SEXO (%)	97
FIGURA 147 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALTO ALENTEJO (%)	97
FIGURA 148 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALENTEJO CENTRAL (%)	98
FIGURA 149 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALENTEJO CENTRAL, POR SEXO (%)	99
FIGURA 150 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALENTEJO CENTRAL (%)	99

FIGURA 151 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALENTEJO CENTRAL, POR SEXO (%)	100
FIGURA 152 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALENTEJO CENTRAL (%)	100
FIGURA 153 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO BAIXO ALENTEJO (%)	101
FIGURA 154 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO BAIXO ALENTEJO, POR SEXO (%)	102
FIGURA 155 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO BAIXO ALENTEJO (%)	102
FIGURA 156 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO BAIXO ALENTEJO, POR SEXO (%)	103
FIGURA 157 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO BAIXO ALENTEJO (%)	103
FIGURA 158 – HÁBITOS DESPORTIVOS NO ALGARVE (%)	104
FIGURA 159 – PRÁTICA DE DESPORTO ORGANIZADO NO ALGARVE, POR SEXO (%)	105
FIGURA 160 – PRINCIPAIS DESPORTOS ORGANIZADOS PRATICADOS NO ALGARVE (%)	105
FIGURA 161 – PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ESPONTÂNEA NO ALGARVE, POR SEXO (%)	106
FIGURA 162 – PRINCIPAIS ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS PRATICADAS NO ALGARVE (%)	106
FIGURA 163 – MEIO DE DESLOCAÇÃO PARA A ESCOLA (%)	107
FIGURA 164 – MEIO DE DESLOCAÇÃO PARA A ESCOLA, POR REGIÃO INTERMUNICIPAL (%)	108
FIGURA 165 – TEMPO DE DESLOCAÇÃO DE CASA PARA A ESCOLA POR TIPO DESLOCAÇÃO (%)	109
FIGURA 166 – TEMPO SEMANAL A ESTUDAR, A VER TELEVISÃO, AO COMPUTADOR, A JOGAR NA CONSOLA, AO TABLET OU AO TELEMÓVEL (%)	110
FIGURA 167 – TEMPO A ESTUDAR, A VER TELEVISÃO, AO COMPUTADOR, A JOGAR NA CONSOLA, AO TABLET OU AO TELEMÓVEL, POR SEXO (%)	111
TABELA 1 – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS	125

Lista de Tabelas

TABELA 1 – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS	137
TABELA 2A – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS - RAPARIGAS	138
TABELA 2B – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS - RAPAZES	139
TABELA 3 – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS POR INTENSIDADE SEMANAL (% DE ALUNOS)	140
TABELA 4 – LISTA DE ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS MAIS PRATICADAS	141
TABELA 5 – LISTA DE DESPORTOS ORGANIZADOS MAIS PRATICADOS, POR COMUNIDADE INTERMUNICIPAL	142
TABELA 6 – LISTA DE ATIVIDADES FÍSICAS ESPONTÂNEAS MAIS PRATICADAS, POR COMUNIDADE INTERMUNICIPAL	146

Introdução

O presente relatório apresenta os principais resultados obtidos no inquérito aos hábitos desportivos dos jovens em idade escolar através das respostas dadas pelos alunos ao questionário *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa* (ver anexo A). A elaboração do questionário foi da responsabilidade do Gabinete do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, à data da realização do estudo,¹ e da Direção-Geral de Educação.

O questionário foi enviado a uma amostra representativa dos alunos do país, ao nível das comunidades intermunicipais e áreas metropolitanas e do ciclo de estudos. 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 agora aqui se apresentam de forma sistematizada.

O principal objetivo do inquérito aos *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa* foi o de dispor de dados estatísticos representativos e válidos sobre os hábitos desportivos da população escolar. E o objetivo particular deste relatório é apresentar os principais resultados obtidos no inquérito aos hábitos desportivos escolares aplicado aos alunos que frequentaram do 5º ao 12º ano de escolaridade em Portugal continental no ano letivo de 2016/17.

Os hábitos desportivos avaliados neste inquérito dizem respeito às práticas desportivas em contexto escolar, que remetem para a realização de educação físico-motora na escola, e às práticas desportivas fora do contexto escolar, que remetem para a prática de desporto organizado com treinador ou professor e onde se inclui o desporto de competição, a prática de atividade física espontânea sem treinador ou professor e de que a caminhada, andar de bicicleta, de patins em linha ou jogar à bola com os amigos, são exemplos, e a prática de desporto organizado ou espontâneo realizado nas férias escolares.

¹ Para mais informação sobre o período de desenvolvimento do estudo, ver nota metodológica.

Sumário executivo

O relatório apresenta os principais resultados do inquérito aos *Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa*, para os alunos do 5º ao 12º ano de escolaridade em Portugal continental. Os principais resultados apurados neste inquérito estão divididos em oito capítulos. O primeiro faz uma caracterização genérica, dos vários tipos de desporto praticados pelos alunos do 2.º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário. O segundo capítulo, analisa as respostas relativas à caracterização das aulas de educação física na escola. O terceiro capítulo, analisa as respostas sobre o desporto organizado praticado com treinador ou professor após o horário letivo. O quarto, caracteriza as atividades físicas espontâneas. O quinto capítulo, analisa as atividades desportivas realizadas durante as férias. O sexto capítulo, é dedicado à apresentação dos principais resultados por comunidade intermunicipal e área metropolitana com o intuito de traçar o perfil de cada região e assim poder estabelecer comparações. O sétimo e oitavo capítulos apresentam os principais resultados que caracterizam, respetivamente, 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:

Da análise dos dados recolhidos é possível concluir que cerca de um quinto dos alunos não pratica qualquer tipo de desporto fora do contexto escolar, independentemente do nível de ensino que frequenta. A agravar esta situação verifica-se, para os alunos que praticam desporto fora do contexto escolar, uma ligeira descida da prática desportiva à medida que a idade aumenta.

Os dados evidenciam ainda uma clara diferença de género na prática desportiva fora do contexto escolar, independentemente do tipo de desporto praticado, ou seja, em média as raparigas praticam menos desporto do que os rapazes. Estas diferenças de género são visíveis ainda nas escolhas feitas por raparigas e rapazes, ou seja, as raparigas privilegiam a dança, a natação e a ginástica como os principais desportos organizados enquanto que os rapazes elegem o futebol, a natação e o basquetebol. As raparigas escolhem a dança, andar de *pains* e jogar voleibol para as principais atividades físicas espontâneas praticadas, e os rapazes escolhem jogar futebol, andar de *skate* e jogar basquetebol.

Nos primeiros lugares do *ranking* dos desportos organizados mais praticados surge o futebol (25%), a natação (13%) e a dança (9%). Relativamente ao *ranking* das atividades físicas espontâneas, os primeiros lugares são ocupados por andar de bicicleta (20%), jogar futebol (20%) e correr (16%).

A maioria dos alunos que praticam de forma regular, pelo menos, um desporto organizado indicou fazê-lo num clube, associação ou coletividade fora da escola (64%) contra apenas 17% dos alunos que indicaram fazê-lo no âmbito do desporto escolar.

Relativamente aos resultados das diferentes comunidades intermunicipais e áreas metropolitanas, globalmente, não apresentam diferenças significativas entre si com o retrato nacional, aparecendo o futebol e a natação nos primeiros lugares dos *rankings* dos principais desportos organizados praticados e andar de bicicleta, jogar futebol, correr e caminhar nos primeiros lugares dos *rankings* das principais atividades físicas espontâneas praticadas.

Metodologia

O universo de estudo deste inquérito é a população escolar de Portugal continental a frequentar o 2º e 3º ciclos do ensino básico e o ensino secundário no ano letivo de 2016-17. No ano letivo referido encontravam-se matriculados, em estabelecimentos de ensino em Portugal continental, 213.522 alunos no 2º ciclo do ensino básico, 349.406 alunos no 3º ciclo do ensino básico e 378.548 alunos no ensino secundário, perfazendo um total de 941.476 alunos².

A amostra foi selecionada para ser representativa dos alunos do país, ao nível das comunidades intermunicipais (CIM) e áreas metropolitanas e do ciclo de estudos. Para cada ano de escolaridade foram inquiridas 10 turmas por CIM (cerca de 220 alunos) o que, para os principais indicadores do inquérito, dá uma margem de erro relativamente pequena e na ordem dos 5 pontos percentuais ao nível das CIM, por ano de escolaridade, e uma margem de erro muito diminuta ao nível do Continente de cerca de 1 ponto percentual. Foi considerado um nível de significância de 5%. Por último, a lista de escolas privadas foi aleatoriamente selecionada para participar no inquérito. Nestes casos foi solicitada a aplicação do inquérito a uma turma de cada ano de escolaridade a partir do 5.º ano à escolha das próprias escolas.

A amostra final considerada válida para o presente inquérito foi de 34.899 alunos, representando 84% da amostra prevista inicialmente, garantindo a margem de erro estabelecida inicialmente.

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 *online* desenvolvido em *LimeSurvey*. O questionário é composto por 13 perguntas, todas 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:

² Fonte: Estatísticas da Educação 2016/17 (<http://www.dgeec.mec.pt/np4/96/>)

- Educação física na escola – diz respeito às aulas de educação física realizadas pelo aluno na escola no contexto das disciplinas de educação físico-motora presentes no currículo de cada um dos ciclos de ensino;
- 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.

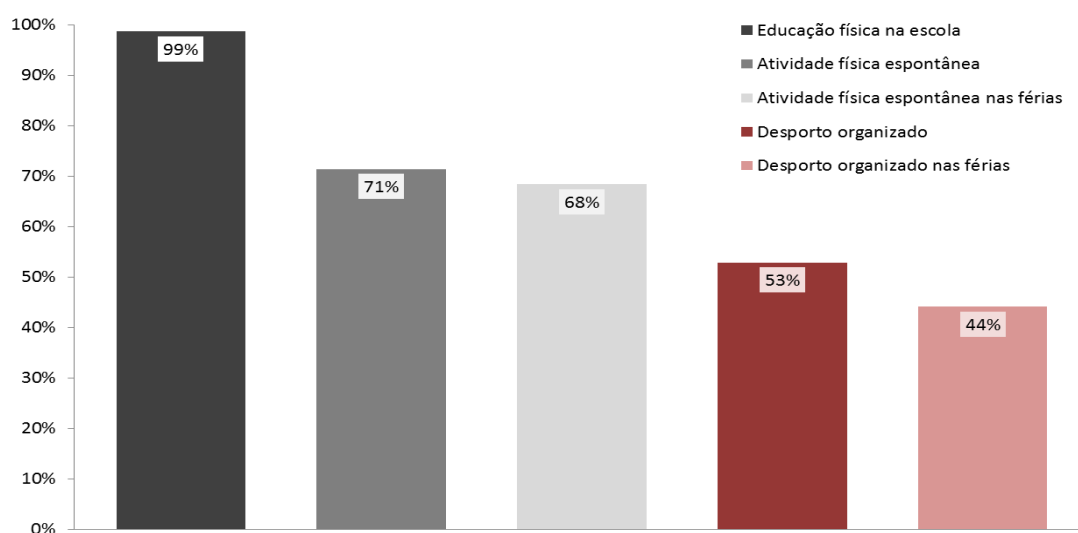
Relativamente à análise dos dados propriamente dita, importa ainda referir que, por questões de arredondamento os totais de alguns gráficos podem não corresponder à soma das parcelas.

1. Caracterização global

Os resultados que se seguem referem-se à caracterização genérica dos hábitos desportivos dos alunos do 2º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário. O inquérito incidiu sobre três tipos de desporto relevantes: as aulas de educação física na escola, o desporto organizado com professor ou treinador realizado fora do horário letivo, durante o período de aulas ou nas férias, a atividade física espontânea sem treinador ou professor, realizada durante o período de aulas ou nas férias. Os dados recolhidos neste inquérito incidem em particular nos dois tipos de práticas mais diferenciadoras nos hábitos de desporto: o desporto organizado e a atividade física espontânea.

A figura 1 mostra que, a quase totalidade dos alunos inquiridos respondeu positivamente à prática de desporto em contexto escolar (educação física na escola), o que seria expectável visto que este integra os currículos nacionais nestes ciclos de ensino, o mesmo não acontece com os outros dois tipos de desporto em análise. Dos alunos inquiridos cerca de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias, quer durante o período de aulas), e cerca de metade refere ainda a prática regular de desporto organizado após horário letivo durante o período de aulas e um pouco mais de dois quintos refere praticar este tipo de desporto durante o período das férias escolares.

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



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

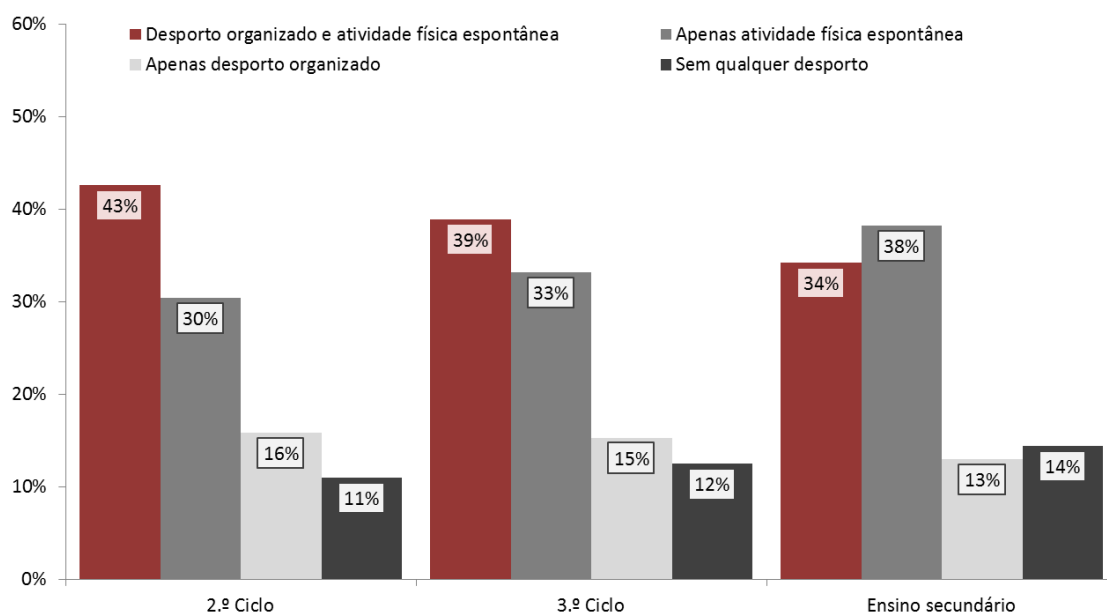
Uma análise mais detalhada das práticas desportivas, por ciclo de ensino, realizadas pelos alunos fora do contexto escolar mostra que, a percentagem de alunos que indica não realizar qualquer

tipo de desporto fora do contexto escolar vai aumentando ligeiramente com o avançar da escolaridade, passando de 11% no 2.º ciclo do ensino básico para 14% no ensino secundário.

Relativamente à prática de desporto organizado e de atividade física espontânea, pelo menos uma vez por semana, a percentagem de alunos não chega aos 50%, sendo menor no ensino secundário (43% do 2.º ciclo, 39% no 3.º ciclo e 34% no ensino secundário).

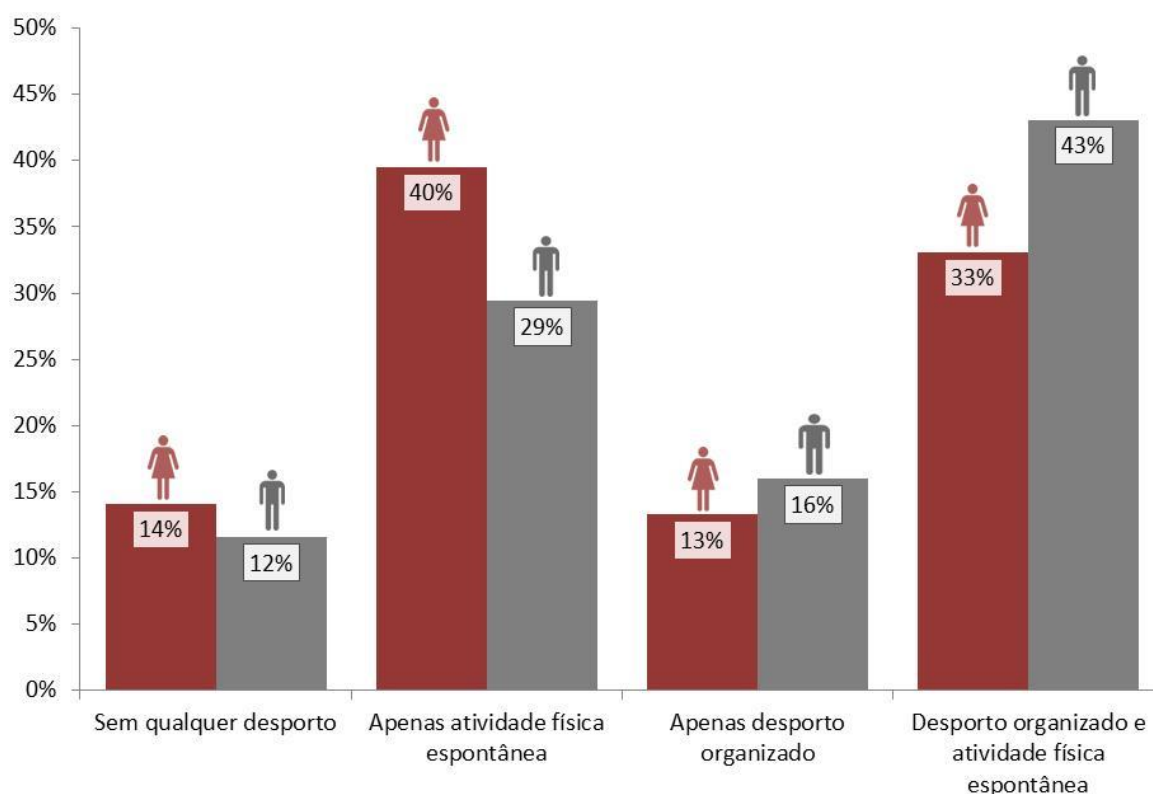
Importa ainda referir que a percentagem de alunos que indica realizar com regularidade apenas atividades físicas espontâneas é superior à percentagem dos que indicam praticar regularmente apenas desporto organizado, independentemente do ciclo de ensino. Esta percentagem é ligeiramente mais alta no grupo dos alunos do ensino secundário, chegando aos 38% do total de alunos inquiridos, como mostra a figura seguinte.

Figura 2 - Hábitos desportivos fora do contexto escolar, por ciclo de estudos (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando analisamos a prática desportiva regular segundo o sexo, verificamos que a percentagem de raparigas que indica não praticar qualquer desporto é ligeiramente superior à dos rapazes (14% e 12% respetivamente), embora as principais diferenças de género se encontrem no grupo de alunos que afirmam praticar de forma regular desporto organizado e atividade física espontânea e no grupo de alunos que indicam apenas praticar atividade física espontânea. No primeiro grupo a percentagem de rapazes é superior à das raparigas em 10 pontos percentuais (43% e 33% respetivamente) enquanto que no segundo grupo se verifica a situação inversa (29% de rapazes e 40% de raparigas).

Figura 3 - Hábitos desportivos fora do contexto escolar, por sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

A figura 4 mostra que, à medida que vão crescendo, os alunos realizam regularmente menos educação física na escola, atingindo o seu máximo entre os 9 e os 15 anos, e praticam igualmente menos desporto organizado fora do contexto escolar.

Os dados agora recolhidos vêm confirmar os resultados obtidos em estudos realizados noutros países³ e em Portugal⁴ sobre esta temática, assim como os dados mais recentes do Eurobarómetro do Desporto e da Atividade Física da Comissão Europeia⁵.

De facto, à medida que a idade avança a percentagem de alunos que afirma realizar atividades desportivas organizadas com professor ou treinador diminui de 60% para os alunos entre os 9 e os 12 anos para 37% para os alunos com idade superior a 18 anos.

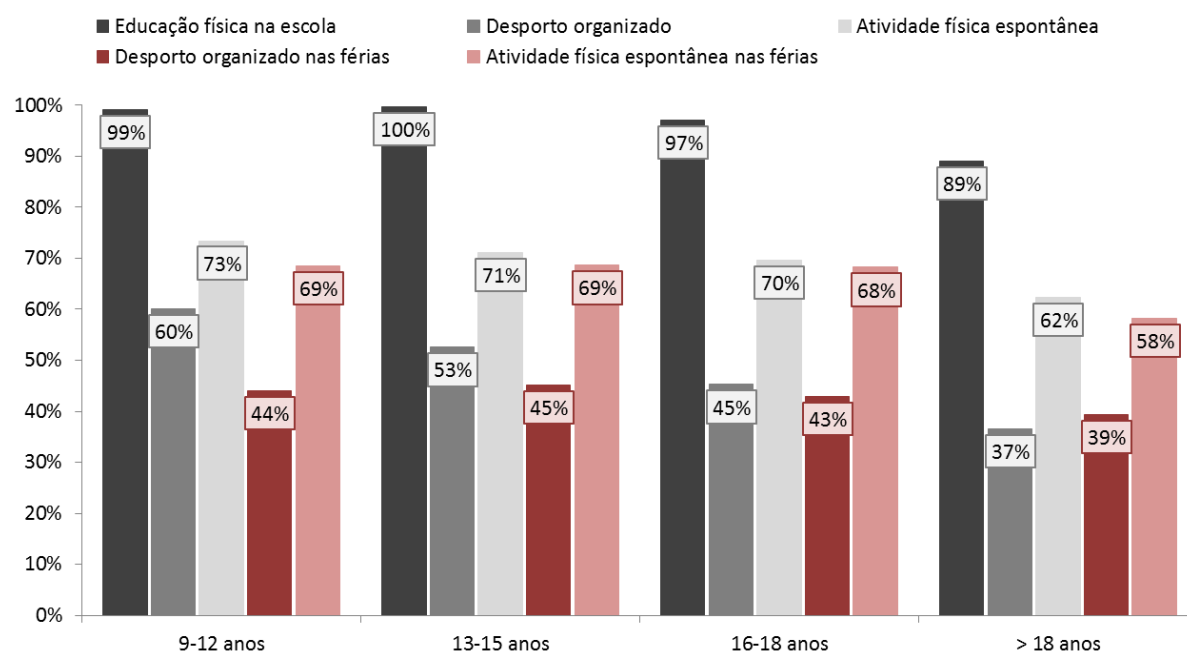
³ Consejo Superior de Deportes, la Fundación Alimentum y la Fundación Deporte Joven (2011). *Estudio Los hábitos deportivos de la población escolar en España*,

⁴ Lopes, C. et al. (2017). *Inquérito alimentar nacional e de atividade física – IAN-AF 2015-2016*. Relatório Parte II (versão 1.5 Setembro 2017 – versão revista). Porto: Universidade do Porto. Disponível em: https://ian-af.up.pt/sites/default/files/IAN-AF_%20Relato%CC%81rio%20Resultados_v1.5.pdf

⁵ Informação disponível em: http://data.europa.eu/euodp/en/data/dataset/S2164_88_4_472_ENG

Por outro lado, podemos observar uma manutenção dos níveis da prática regular de atividade física espontânea (em média 69% dos alunos inquiridos em qualquer dos escalões etários), de atividade física espontânea nas férias (em média 66% dos alunos inquiridos independentemente do escalão etário) e de desporto organizado nas férias (em média 43% dos alunos inquiridos em qualquer um dos escalões etários).

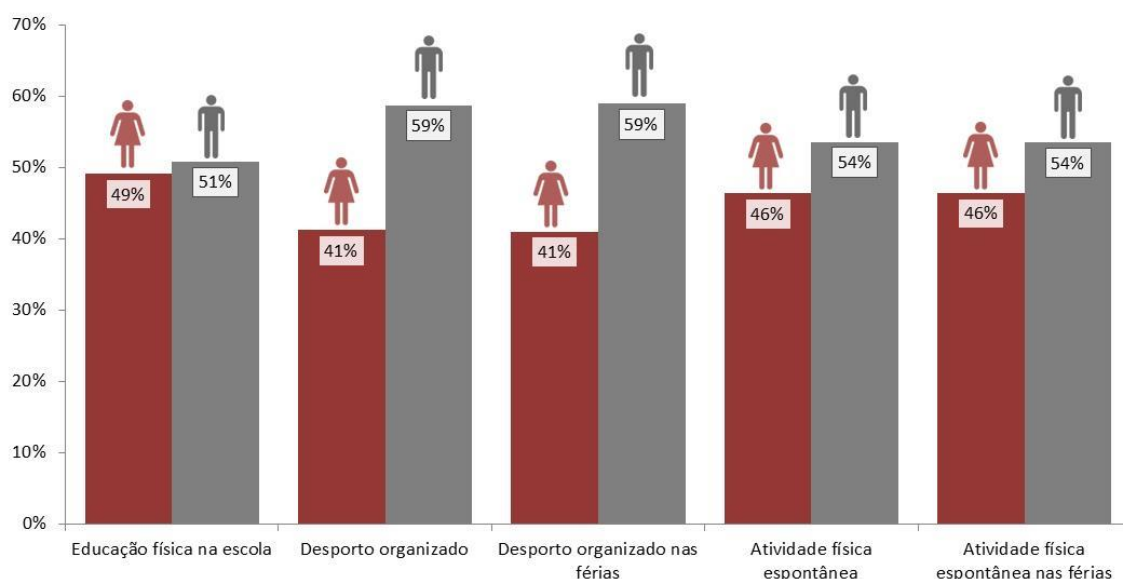
Figura 4 - Hábitos desportivos dos alunos, por escalão etário e tipo de prática (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando analisamos as diferenças entre raparigas e rapazes quanto aos seus hábitos de prática desportiva é possível verificar que, em média, as raparigas praticam menos desporto do que os rapazes, independentemente do tipo de desporto praticado. A figura 5 mostra ainda que é na prática de desporto organizado, quer durante o período de aulas ou nas férias, que a percentagem de raparigas que afirma praticar estes tipos de desporto de forma regular é menor (41% do total em ambos os tipos de desporto).

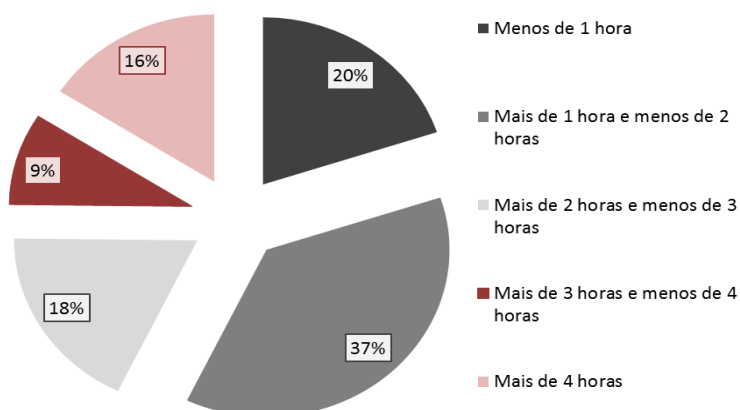
Figura 5 - Hábitos desportivos dos alunos, por sexo e tipo de prática (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

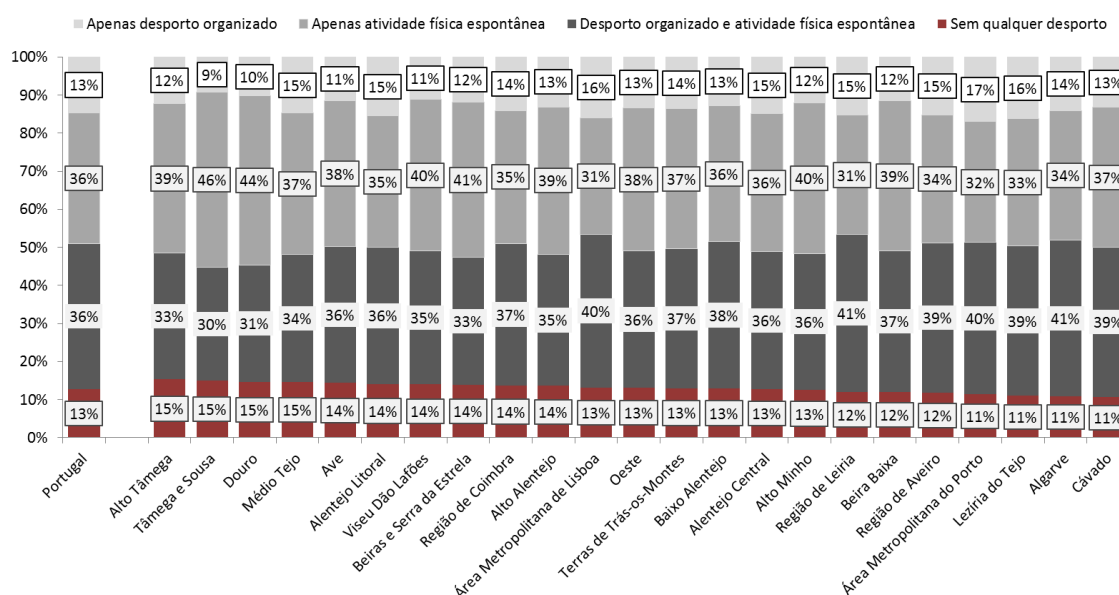
Quando questionados sobre a duração média semanal da prática desportiva, mais de metade dos alunos (57% do total de alunos) indicou praticar regularmente desporto até 2 horas por semana, independentemente do tipo de prática desportiva.

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



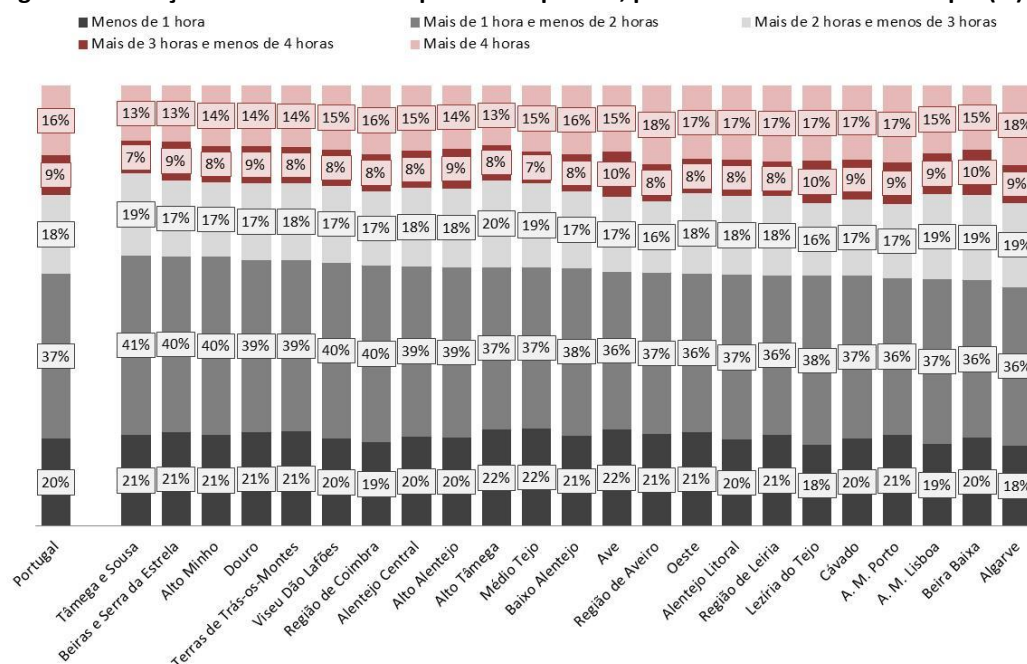
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

A figura seguinte apresenta os resultados da prática desportiva organizada e espontânea por comunidade intermunicipal assim como para o continente. Para Portugal continental, 13% dos alunos referiram não praticar qualquer tipo de desporto organizado ou actividade física espontânea. Esta percentagem é apenas ligeiramente mais baixa nas regiões de Leiria (12%), da Beira Baixa (12%), de Aveiro (12%), da Área Metropolitana do Porto (11%), da Lezíria do Tejo (11%), do Algarve (11%) e do Cávado (11%).

Figura 7 - Desporto organizado e atividade física espontânea, por comunidade intermunicipal (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

A figura que se segue apresenta os resultados da duração média semanal de prática regular desportiva por comunidade intermunicipal assim como para o continente. Como já foi referido, para Portugal continental, 57% dos alunos indicaram praticar regularmente até 2 horas semanais uma atividade desportiva. Importa referir que são as regiões do Tâmega e Sousa, Beiras e Serra da Estrela e Alto Minho que apresentam as percentagens mais elevadas, com 61% do total dos alunos e a região do Algarve a que apresenta a menor percentagem com 54% dos alunos.

Figura 8 – Duração média semanal da prática desportiva, por comunidade intermunicipal (%)

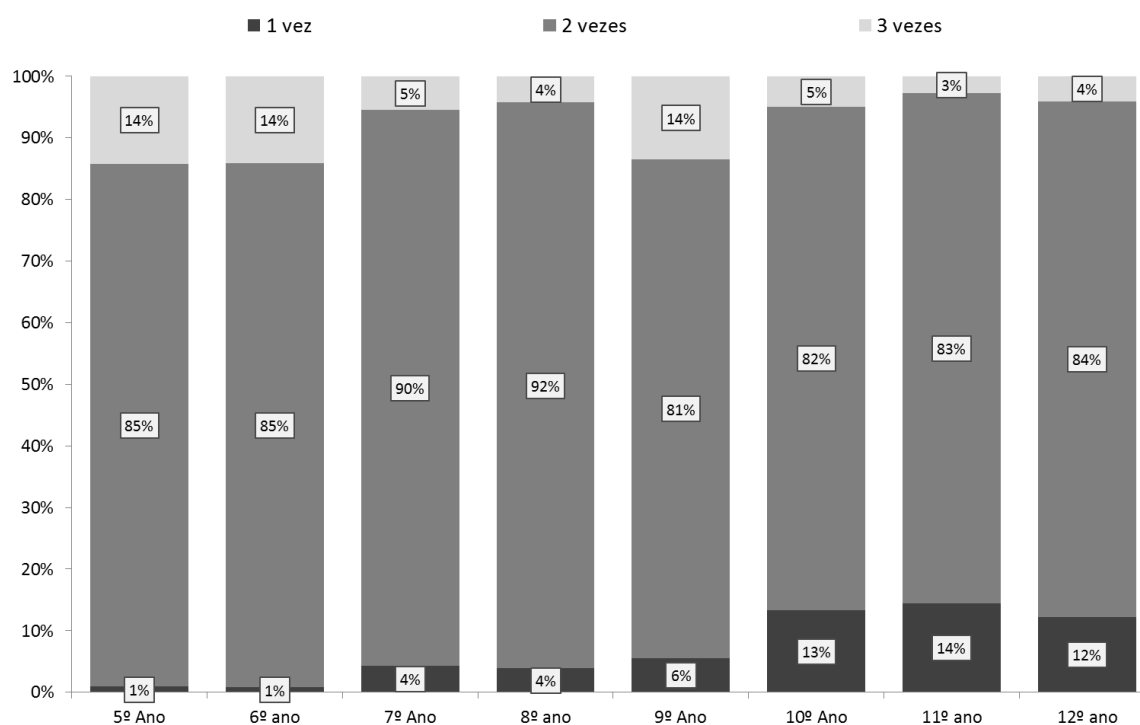
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

2. Aulas de educação física na escola

Os dados que se seguem referem-se à caracterização da prática de educação física na escola, de acordo com os dados obtidos no inquérito. Quando questionados sobre a prática de atividade física na escola, apenas 1% dos alunos referiu não praticar atividade físico-motora em contexto escolar.

Quanto à prática desportiva em contexto escolar, a maioria dos alunos, mais de 80% em qualquer um dos anos de escolaridade dos ciclos de ensino abrangidos neste inquérito, indicou fazê-lo 2 vezes por semana. Importa referir que, a percentagem de alunos que indica realizar prática desportiva em contexto escolar apenas 1 vez por semana é maior no ensino secundário, atingindo percentagens entre os 12 e os 14% do total de alunos inquiridos, como mostra a figura seguinte.

Figura 9 – Frequência semanal de aulas de educação física, por ano de escolaridade (%)

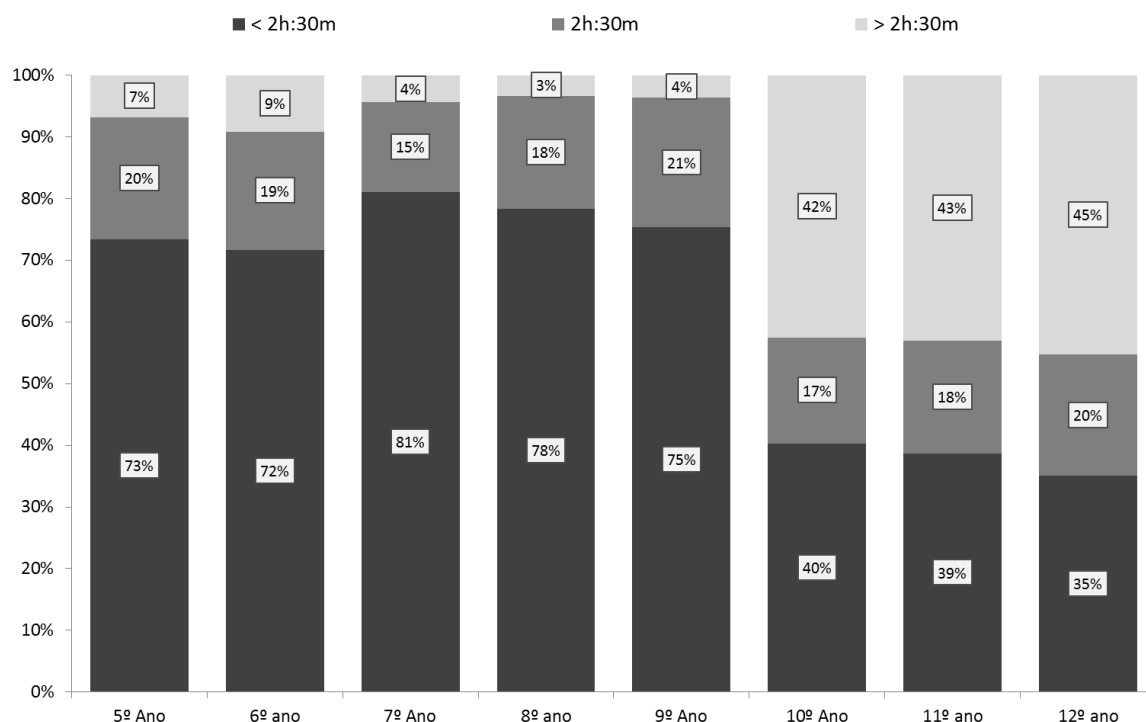


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Em média, mais de 70% dos alunos a frequentar o 2.º e 3.º ciclos do ensino básico, quando questionados sobre a duração semanal das aulas de educação física na escola, indicaram uma duração média menor a 2 horas e 30 minutos e apenas uma percentagem residual de alunos (entre os 7 e os 9% no 2.º ciclo e os 3 e os 4% no 3.º ciclo) indicou uma duração superior a 2 horas e 30 minutos.

Por outro lado, apenas 40% ou menos dos alunos do ensino secundário, dependendo do ano de escolaridade em análise, afirmaram que a duração semanal das aulas de educação física era inferior a 2 horas e 30 minutos e mais de 40% dos alunos (42% dos alunos do 10.º ano, 43% dos do 11.º e 45% dos do 12.º ano) afirmaram que as suas aulas de educação física na escola tinham uma duração superior a 2 horas e 30 minutos por semana.

Figura 10 - Duração semanal das aulas de educação física, por ano de escolaridade (%)



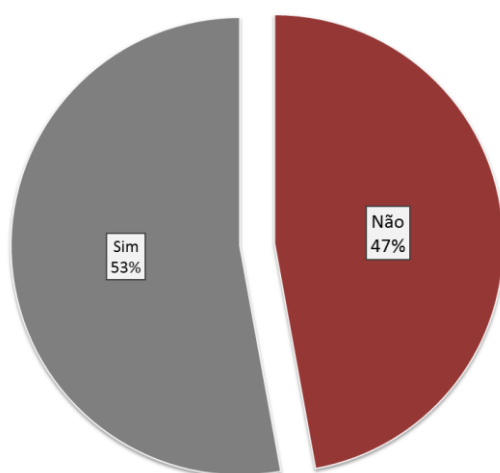
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

3. Desporto organizado

3.1. Prática de desporto organizado

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, aos tipos de desportos praticados, às competições, à duração do desporto praticado, ao local de prática e ao abandono da prática de desporto. Na última parte são apresentados os dados relativos à caracterização da prática de desporto organizado durante as interrupções letivas e/ou férias. Quando questionados sobre a prática de desporto organizado, pouco mais de metade dos alunos inquiridos (53%) respondeu positivamente a esta pergunta, como mostra a figura seguinte.

Figura 11 – Prática de desporto organizado (%)

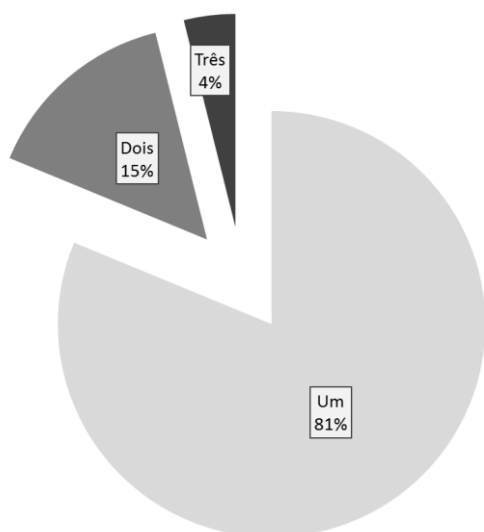


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

3.2. Número de desportos organizados praticados

Na figura seguinte apresentam-se as respostas dadas pelos alunos à pergunta sobre o número de desportos organizados praticados. Podemos observar que 80% dos alunos indicou praticar apenas um desporto organizado, 15% indicaram praticar 2 e apenas 4% indicaram praticar 3.

Figura 12 – Número de desportos organizados praticados (%)

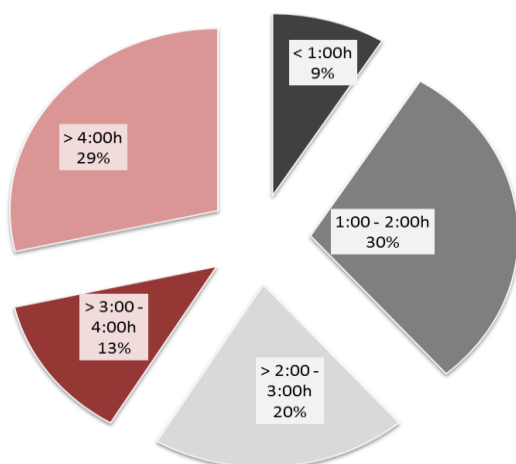


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

3.3. Duração dos desportos praticados

Quanto à duração semanal deste tipo de desporto, menos de um décimo dos alunos referiu praticar menos de 1 hora por semana um desporto organizado, 30% indicaram praticar entre 1 a 2 horas, 20% entre 2 a 3 horas, 13% entre 3 a 4 horas e quase um terço dos alunos inquiridos (29%) referiu praticar este tipo de desporto mais de 4 horas por semana.

Figura 13 - Horas semanais despendidas com a prática de desportos organizados (%)

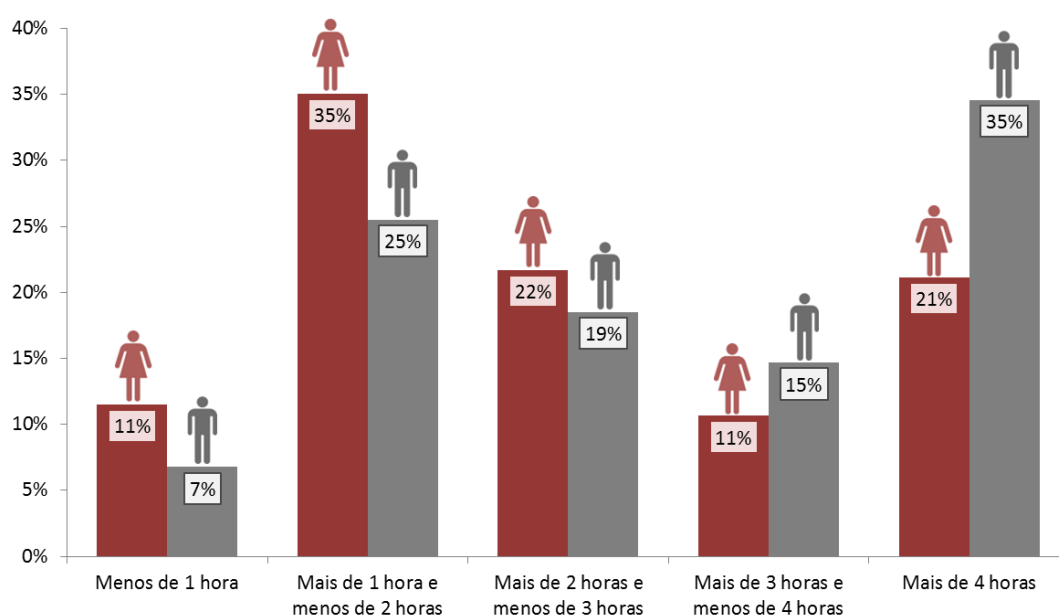


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Uma análise mais detalhada permite observar diferenças entre raparigas e rapazes no que diz respeito à prática regular de desporto organizado, assim como entre ciclos de ensino. As figuras 14 e 15 mostram as principais diferenças.

Se por um lado, a percentagem de raparigas que afirma praticar de forma regular até 2 horas por semana é superior à percentagem de rapazes (46% e 32%, respetivamente), pelo contrário a percentagem de raparigas que afirma praticar de forma regular 3 horas ou mais por semana de desporto organizado é inferior à percentagem de rapazes (32% e 50%, respetivamente), como mostra a figura 14.

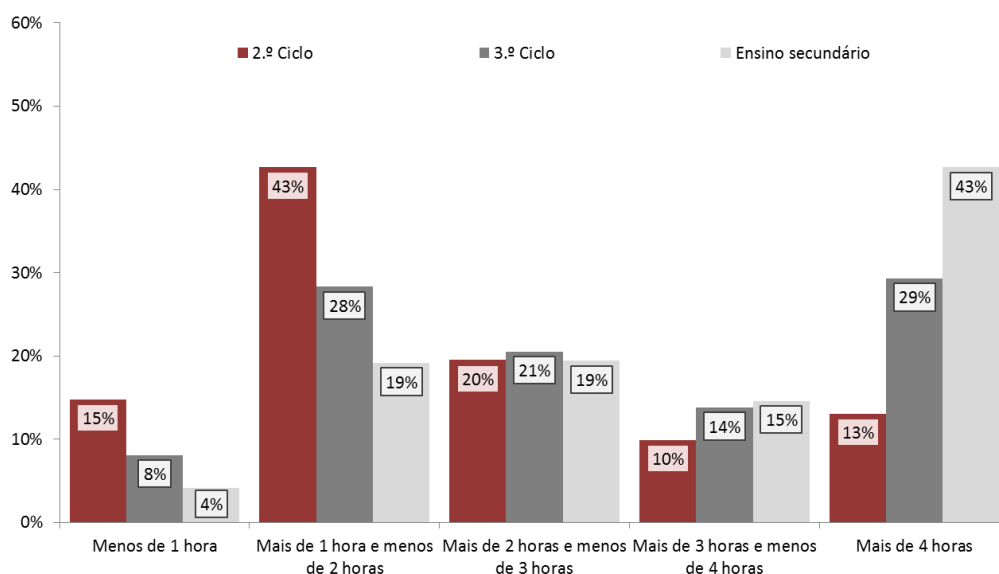
Figura 14 - Horas semanais despendidas com a prática de desportos organizados, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Uma análise por ciclos de ensino, mostra que os alunos mais novos praticam de forma regular, em média, menos horas semanais de desporto organizado do que os alunos mais velhos. A figura 15 mostra que 58% dos alunos do 2.º ciclo indicam praticar até 2 horas de desporto organizado semanalmente contra 25% dos alunos do ensino secundário e que 23% dos alunos do 2.º ciclo indicam praticar mais de 3 horas semanais de desporto organizado contra 58% dos alunos do ensino secundário.

Figura 15 - Horas semanais despendidas com a prática de desportos organizados, por ciclo de ensino (%)



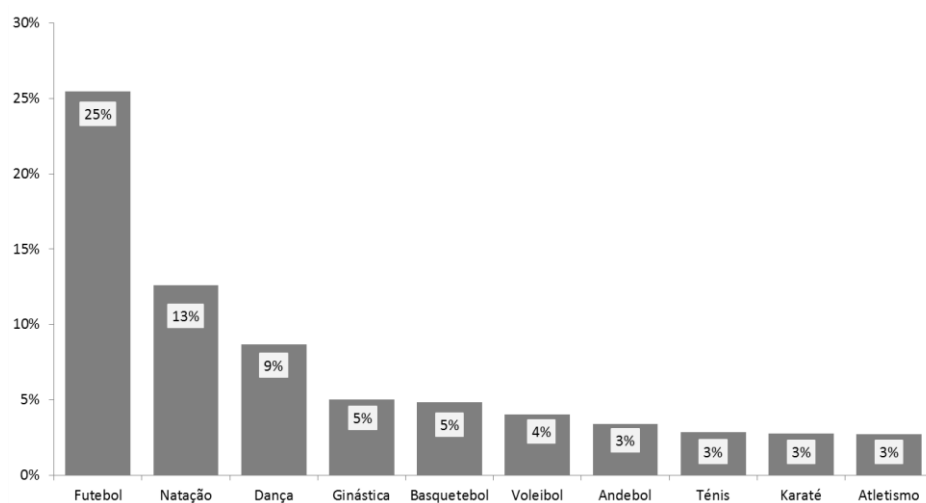
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

3.4. Tipos de desportos organizados praticados

No *ranking* dos desportos organizados mais praticados, os alunos destacam o futebol (25%), seguido da natação (13%) e da dança (9%).

As práticas desportivas apresentadas neste *ranking* correspondem às mais praticadas por ambos os sexos, independentemente do ciclo de ensino, representando 70% 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 (a lista completa pode ser consultada no anexo B – tabela 1).

Figura 16 – *Ranking* dos desportos organizados mais praticados (%)

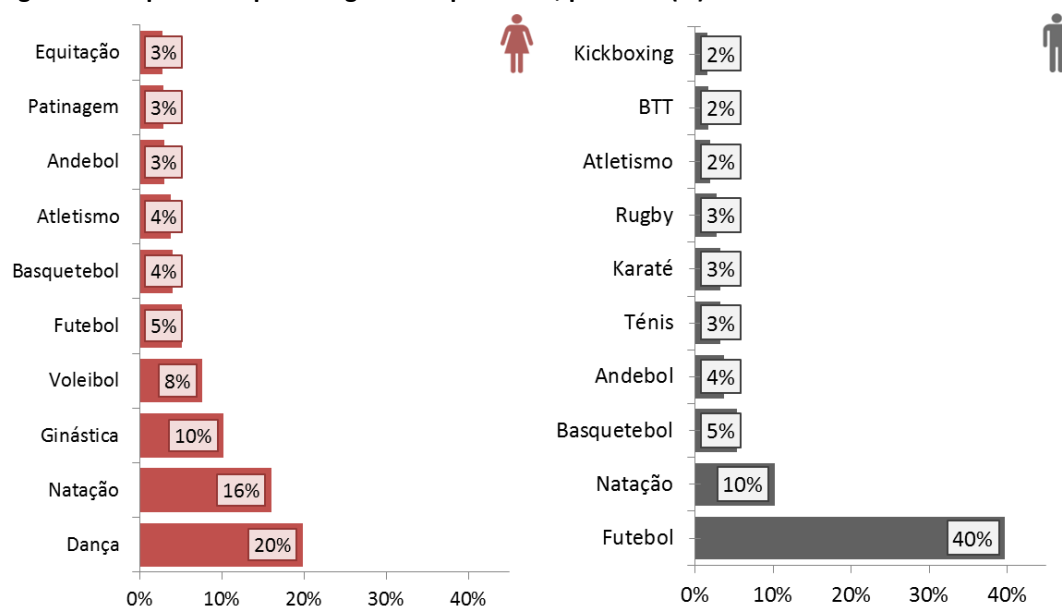


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

No *ranking* dos desportos organizados mais praticados, os rapazes destacam o futebol (40%), seguido da natação (10%) e do basquetebol (5%) enquanto as raparigas destacam a dança (20%), a natação (16%) e a ginástica (10%). Ambos os sexos referem a natação como o segundo desporto organizado mais praticado fora do contexto escolar (a lista completa pode ser consultada no anexo B – tabelas 2a e 2b).

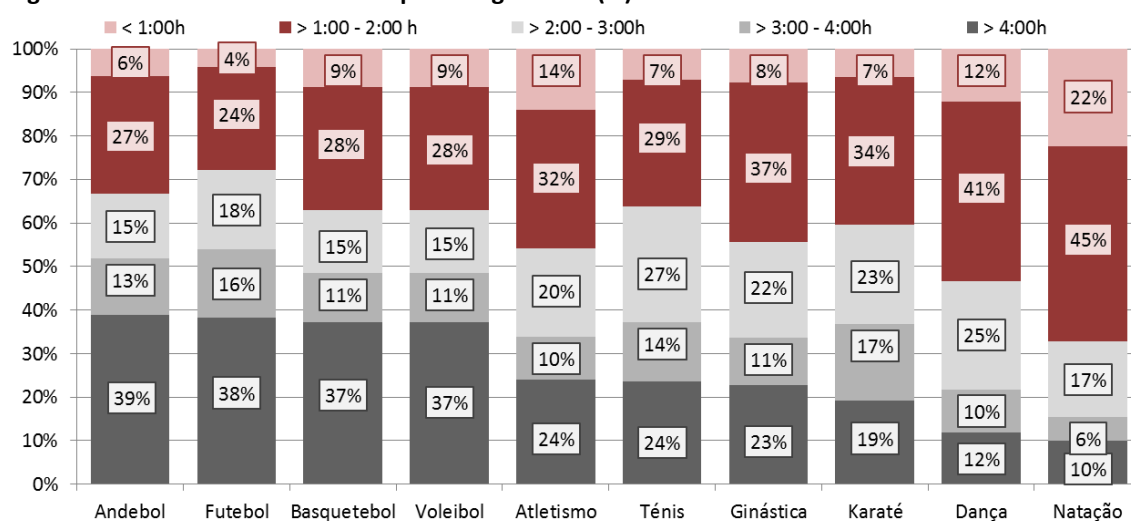
Figura 17 – Tipo de desporto organizado praticado, por sexo (%)



Nota: Pergunta de resposta múltipla.

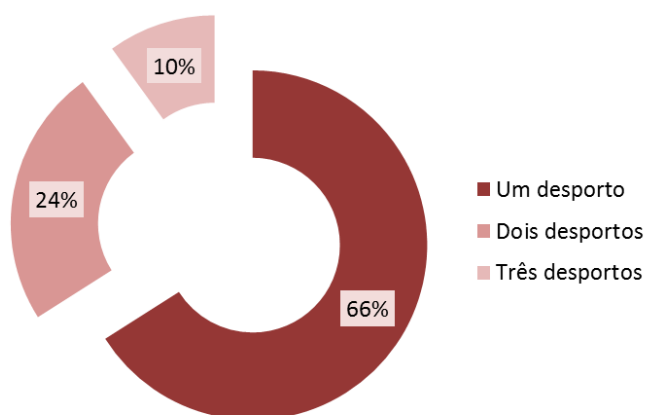
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados acerca do volume semanal com que praticam um desporto organizado, os alunos indicaram o andebol, o futebol, o basquetebol e o voleibol como os desportos do *ranking* com mais tempo de prática desportiva semanal, ou seja, mais de metade dos alunos que praticam, pelo menos uma destas quatro actividades desportivas, fá-lo durante mais de 3 horas por semana. Por outro lado, são os desportos como a natação ou a dança, que apresentam menor volume de prática com mais de metade alunos a indicar que os pratica até 2 horas por semana (41% entre 1 e 2 horas e 12% até 1 hora na dança e 45% entre 1 e 2 horas e 22% até 1 hora na natação).

Figura 18 – Volume semanal do desporto organizado (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Sobre as práticas desportivas de desporto organizado, importa ainda referir que dois terços (66%) dos alunos do 2º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário que indicaram praticar este tipo de desporto apenas pratica um desporto, 24% afirmaram praticar 2 desportos e apenas 10% afirmou praticar três tipos diferentes de desporto organizado.

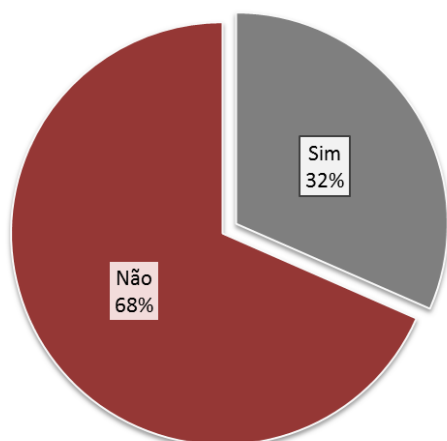
Figura 19 – Número de desportos organizados praticados (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

3.5. Competições

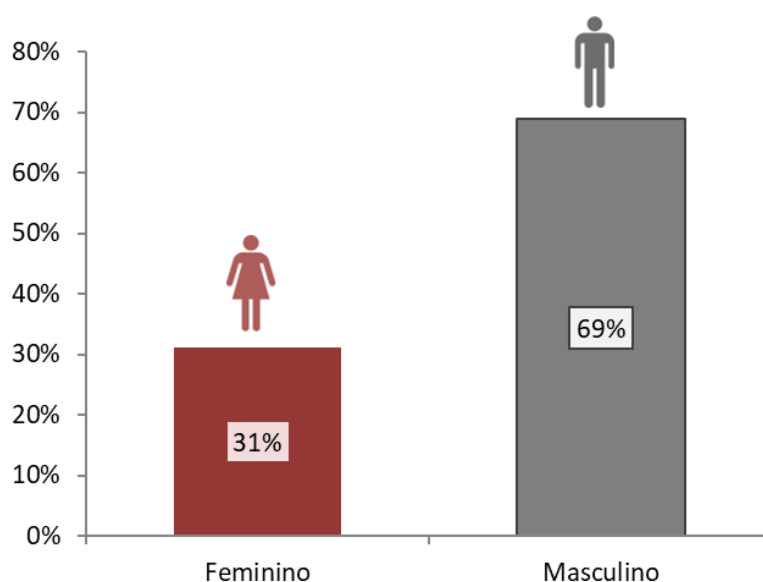
Neste ponto são apresentados os resultados da análise das respostas dos alunos às perguntas relativas à prática de desporto de competição. Do total de alunos que indicou praticar desporto organizado, 32% afirmou participar em competições no âmbito da atividade desportiva praticada como mostra a figura seguinte, sendo que a percentagem de rapazes que participa em competições (69%) é mais do dobro da das raparigas (31%) (figura 21).

Figura 20 – Participação em competições no desporto organizado (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Figura 21 – Participação em competições no desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

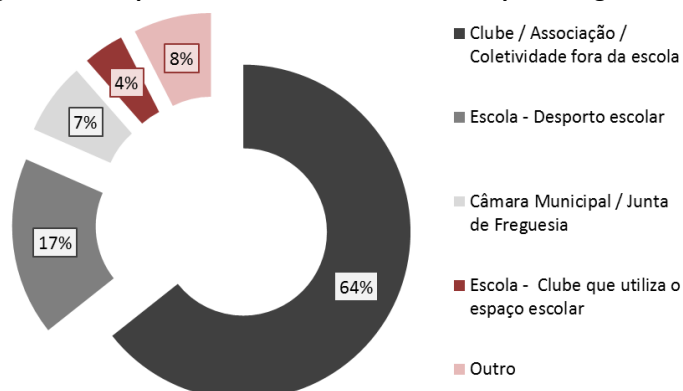
3.6. Enquadramento institucional do desporto

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 (64%), enquanto 17% dos alunos desenvolvem essa prática desportiva na escola no âmbito do desporto escolar, 7% em instalações da câmara municipal ou

da junta de freguesia e 4% nas instalações da escola mas com organização de um clube. 8% dos alunos indicaram ainda outro local para a prática regular de um desporto organizado.

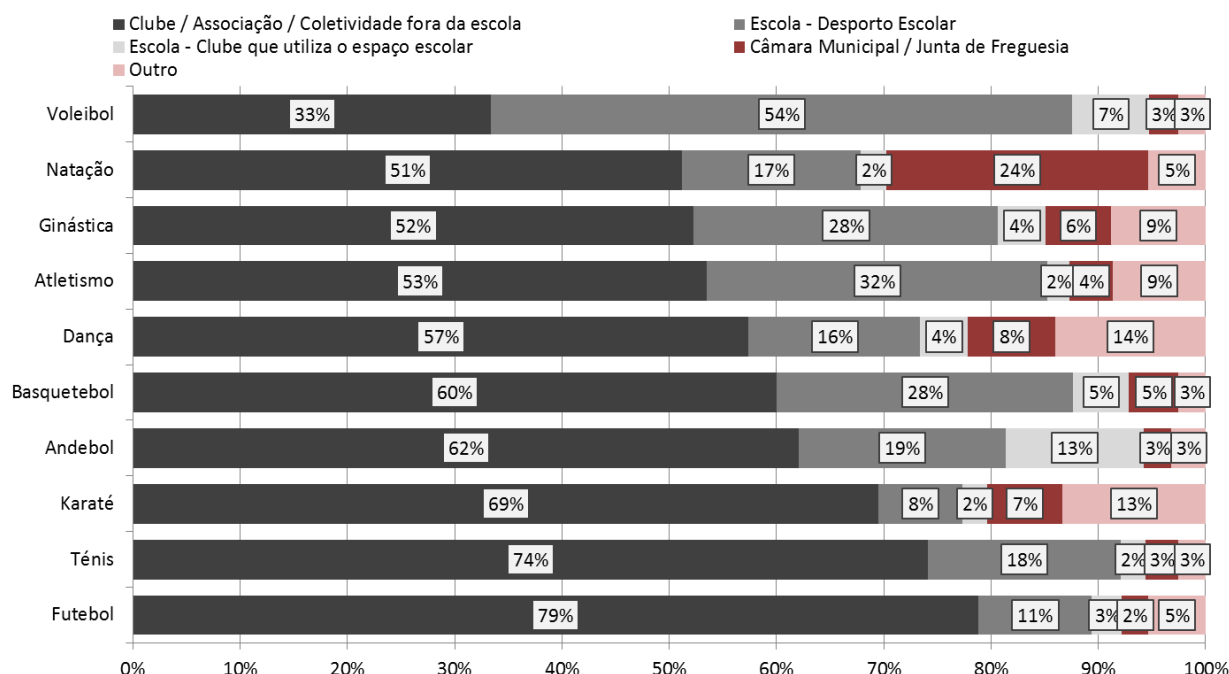
Figura 22 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por local de prática (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Se analisarmos o enquadramento institucional pelo desporto praticado (para o conjunto de desportos mais referidos pelos alunos) verificamos que o voleibol (54%), o atletismo (32%), a ginástica (28%) e o basquetebol (28%) são os desportos com maior enquadramento no desporto escolar. A figura evidencia ainda o grande peso que os clubes, associações e coletividades fora da escola têm na prática do futebol (79%) e do ténis (74%).

Figura 23 – Enquadramento institucional do desporto organizado, por tipo de prática (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

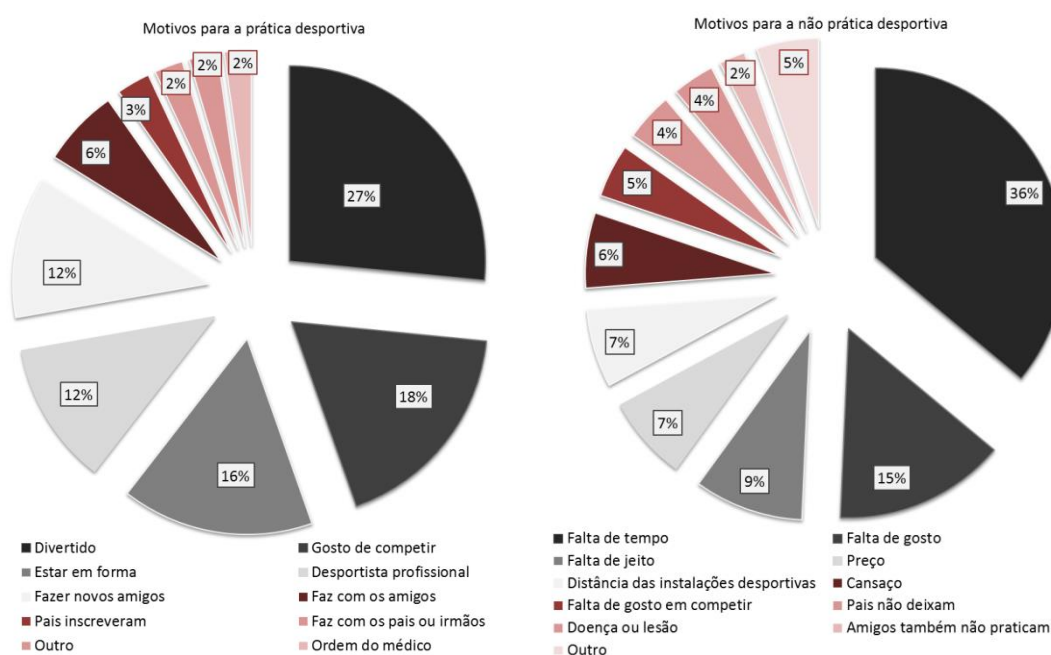
3.7. Principais motivos para a prática de desporto organizado

O inquérito pretendeu ainda identificar os principais motivos para a prática de desporto organizado assim como as principais razões para os alunos que indicam não praticar 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 pratica desporto organizado, os principais motivos apontados são: por ser divertido (27%), por gostar de competir (18%) ou para estar em forma (16%).

O grupo dos alunos que não praticam desporto organizado aponta a falta de tempo (15%) e a falta de gosto (6%) como os principais motivos para não o fazer.

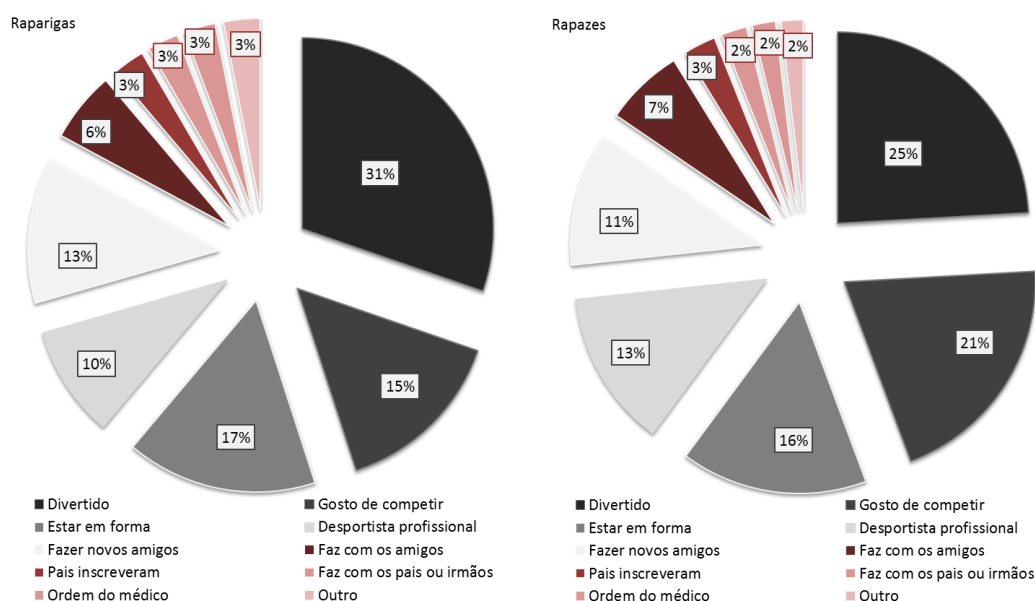
Figura 24 – Motivos para a prática ou não de desporto organizado (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando analisamos os motivos para a prática desportiva por sexo, encontramos algumas diferenças entre as raparigas e os rapazes. Os rapazes indicam com maior frequência do que as raparigas o gosto por competir (21% e 15%, respetivamente) e o querer ser desportista profissional (13% e 10%, respetivamente). Por outro lado, as raparigas indicam com maior frequência do que os rapazes o ser divertido (31% e 25% respetivamente) e o facto de permitir fazer novos amigos (13% e 11%, respetivamente).

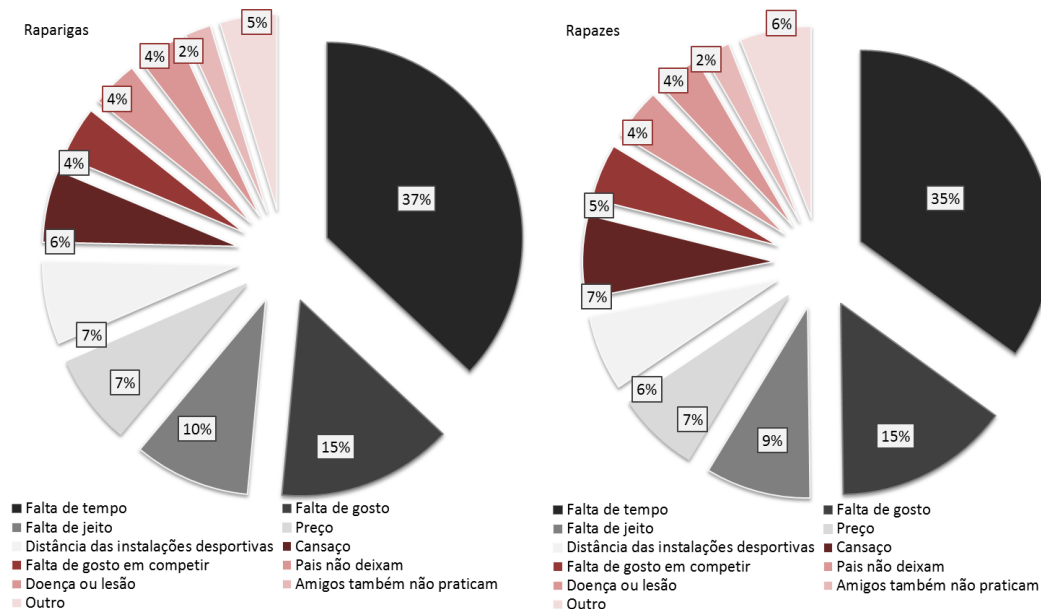
Figura 25 – Motivos para a prática de desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos principais motivos apresentados para a não prática de desporto organizado por raparigas e rapazes, quase não existem diferenças como se pode observar na figura 26.

Figura 26 – Motivos para a não prática de desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

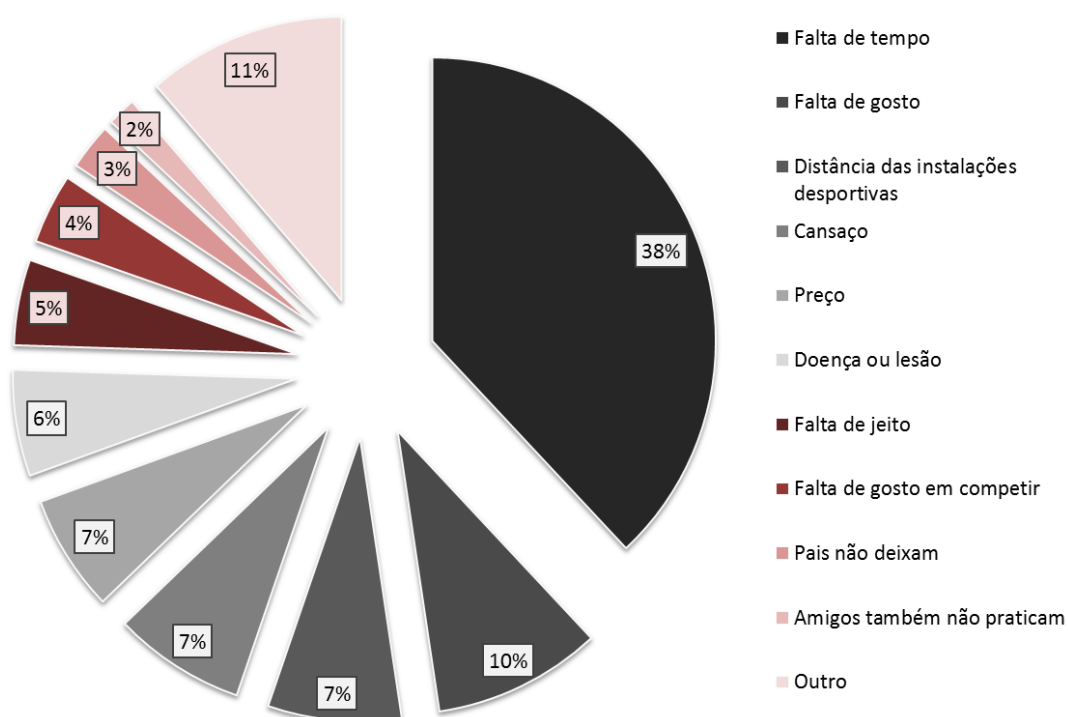
3.8. Abandono da prática de desporto extracurricular

Com este inquérito tentou-se ainda perceber se o grupo de alunos que atualmente não pratica nenhum desporto organizado já o fez no passado questionando-os sobre os principais motivos para o abandono da prática desportiva assim como a vontade de voltar a praticar.

Quando questionados sobre se já tinham praticado um desporto organizado, 61% do total de alunos, que afirmou não praticar qualquer desporto organizado, referiu que sim.

As principais razões para o abandono da prática desportiva organizada prendem-se com a falta de tempo (38%), a falta de gosto (9%), a distância das instalações desportivas (8%), o cansaço e o preço (ambos com 7%).

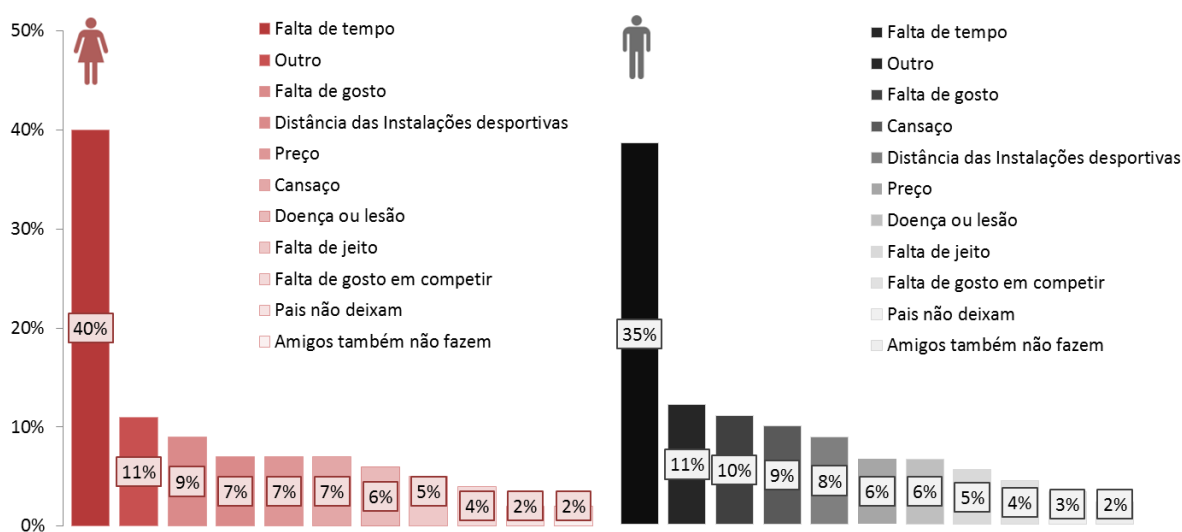
Figura 27 – Razões para o abandono da prática de desporto organizado (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre rapazes e raparigas não parece existir grandes diferenças nas principais razões apontadas para o abandono da prática desportiva, como mostra a figura seguinte.

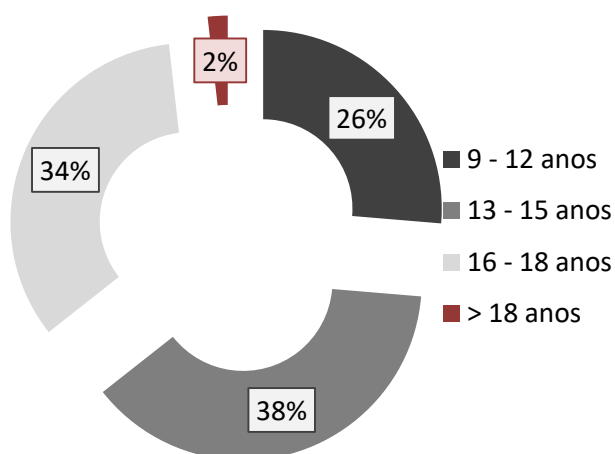
Figura 28 – Motivos para ter deixado de praticar desporto organizado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Apesar das razões apresentadas, a maioria dos alunos gostaria de voltar a praticar pelo menos um desporto organizado (75%). E são os alunos entre os 13 e os 15 anos (38%) e os alunos entre os 16 e os 18 anos (34%) que apresentam percentagens mais elevadas relativas à vontade de voltar a praticar desporto organizado, como se pode observar na figura seguinte.

Figura 29 – Vontade de voltar a praticar desporto organizado, por escalão etário (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

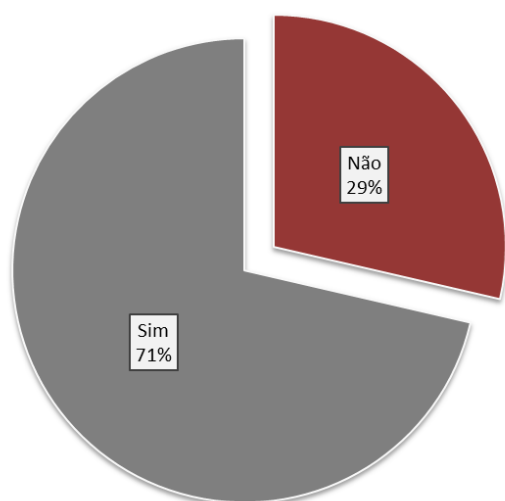
4. Atividade física espontânea

As figuras que se seguem referem-se à caracterização atividade física espontânea com os dados obtidos no inquérito. Assim, este capítulo apresenta os dados relativos à caracterização da prática de atividade física espontânea, aos tipos de desportos praticados, à sua duração, ao local de prática, ao abandono da atividade assim como às atividades desejadas.

4.1. Prática de atividade física espontânea

Tal como referido no início deste capítulo, 71% dos alunos do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário indicou praticar atividade física espontânea de forma regular.

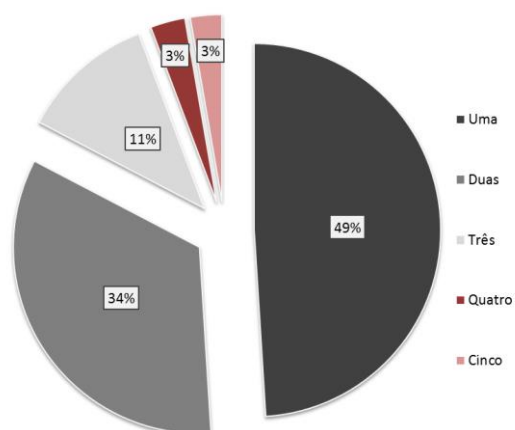
Figura 30 – Prática de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Na maioria dos casos, os alunos indicaram praticar uma (49%) ou duas atividades físicas espontâneas (34%) de forma regular.

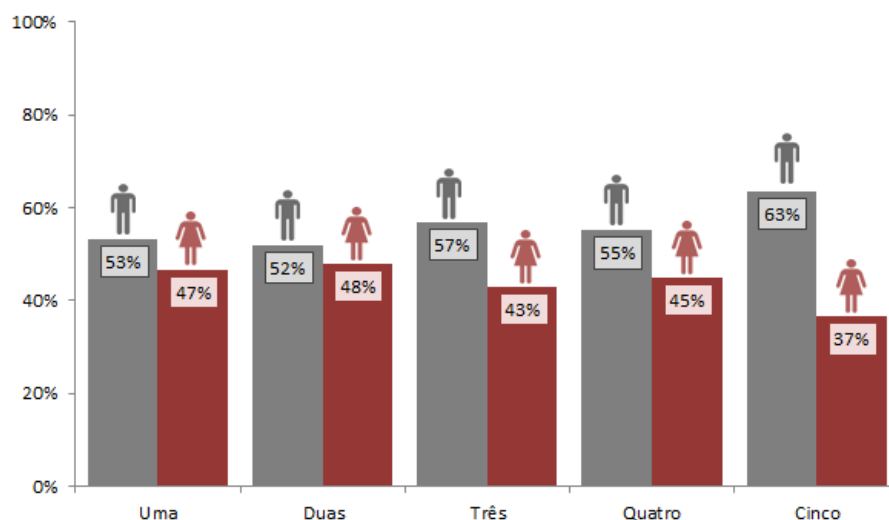
Figura 31 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

As principais diferenças entre rapazes e raparigas, relativamente ao número de atividades físicas espontâneas praticadas encontram-se quando indicam praticar 5 atividades (63% são rapazes e 37% raparigas).

Figura 32 – Número de atividades físicas espontâneas praticadas, por sexo (%)

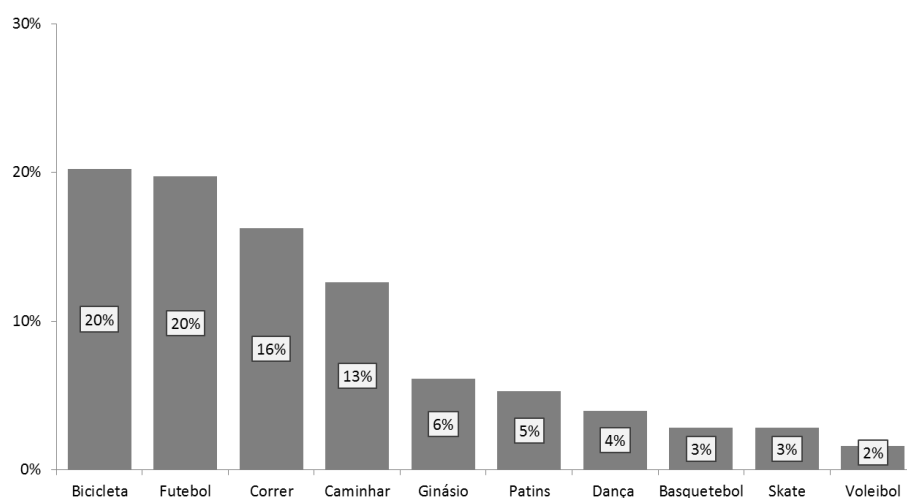


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

4.2. Tipos de atividades físicas espontâneas

Entre as primeiras 10 atividades físicas espontâneas mais apontadas pelos alunos encontra-se andar de bicicleta e jogar futebol (com 20% do total de respostas cada), correr (16%) e caminhar (13%) (a lista completa pode ser consultada no anexo B, tabela 4). Este conjunto de atividades apresentado na figura seguinte são representativas de mais de 90% das escolhas dos alunos abrangidos pelo inquérito.

Figura 33 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas (%)

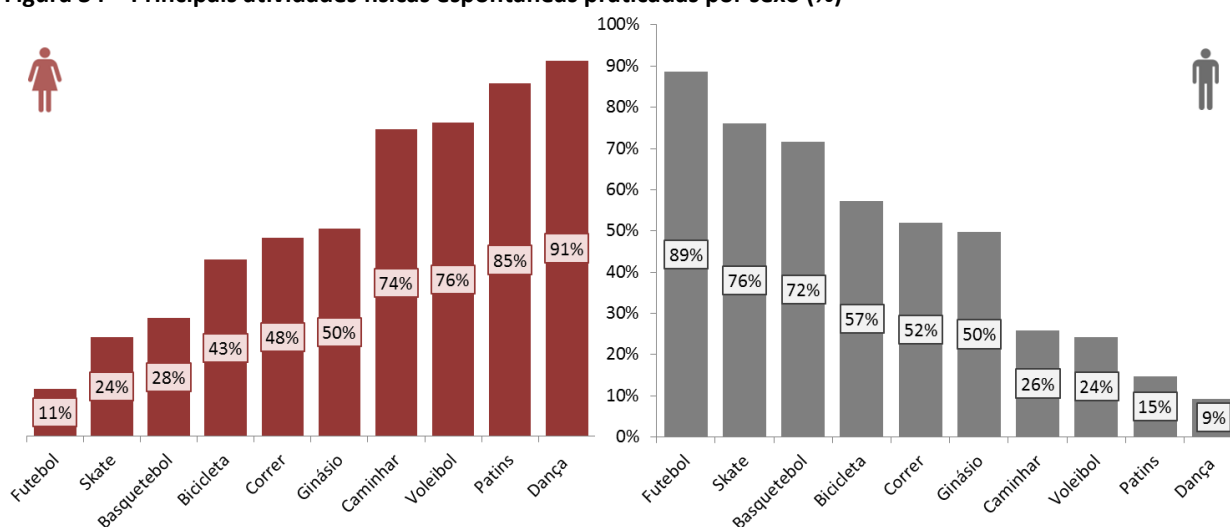


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 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 ranking das 10 atividades mais escolhidas, as que ocupam os 3 primeiros lugares nas escolhas das raparigas (dançar, andar de patins e jogar voleibol), ocupam os 3 últimos lugares das escolhas dos rapazes. E o mesmo acontece com as atividades que ocupam os 3 primeiros lugares nas escolhas dos rapazes (jogar futebol, andar de skate e jogar basquetebol).

Figura 34 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas por sexo (%)



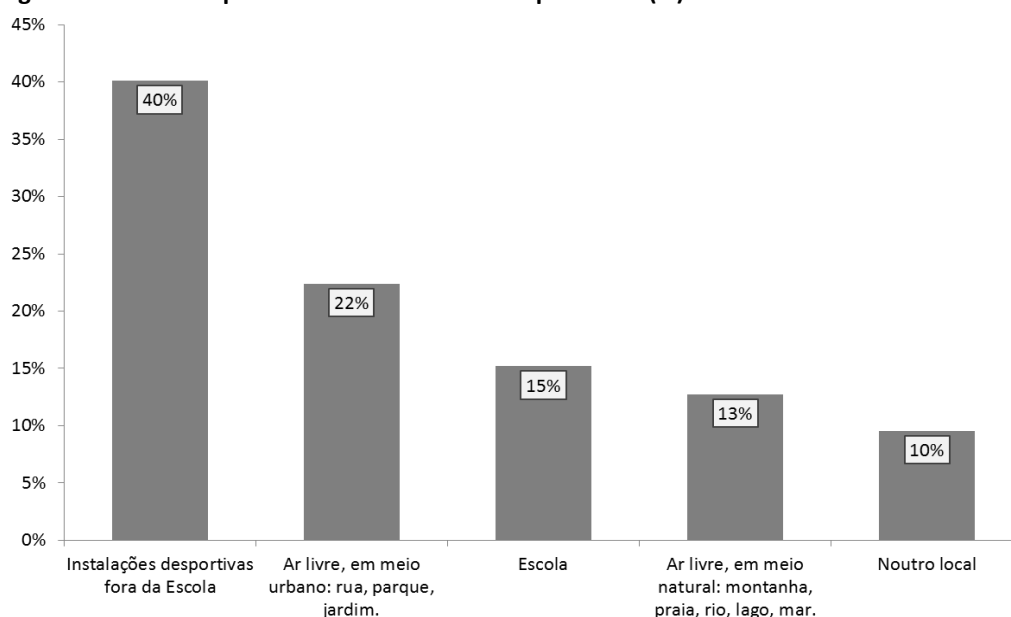
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

4.3. Local de prática de atividade física espontânea

Relativamente aos principais locais da prática desportiva de atividade física espontânea mais indicados pelos alunos abrangidos pelo inquérito, encontramos as instalações desportivas fora da escola (40%) e espaços ao ar livre em meio urbano de que são exemplo a rua, um parque ou um jardim (22%).

Figura 35 – Local de prática de atividade física espontânea (%)

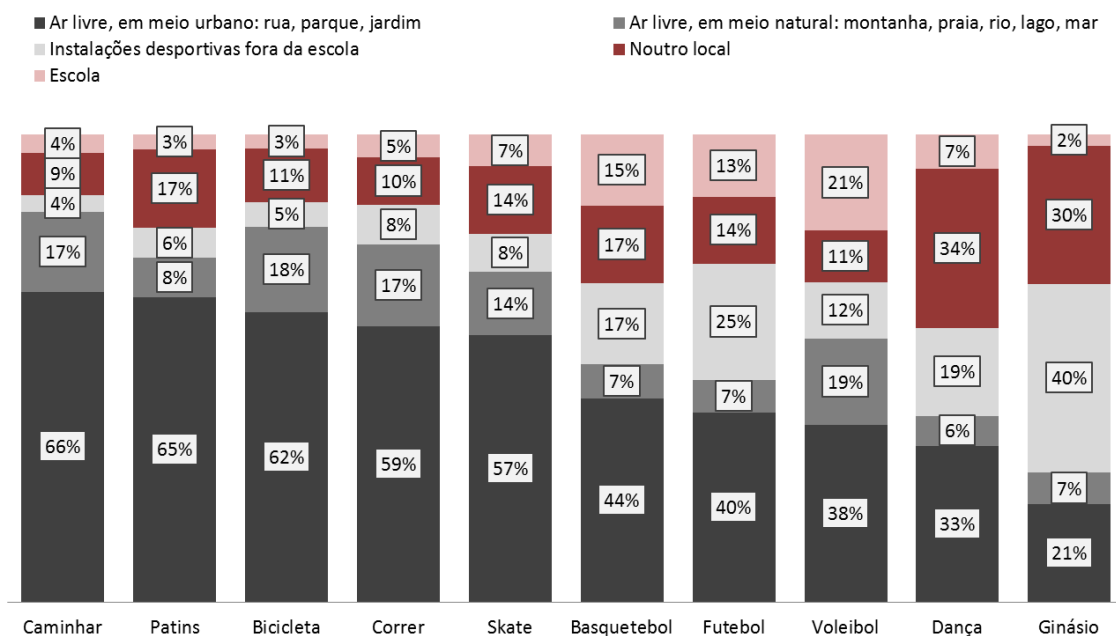


Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Para a prática das atividades que tipicamente associamos ao ar livre, como caminhar, andar de patins, bicicleta ou skate e correr, os alunos indicam, para a sua prática, maioritariamente o ar livre em meio urbano ou em meio rural, em média com mais de 75% das respostas obtidas.

Figura 36 – Local de prática de atividade física espontânea, por tipo de atividade (%)



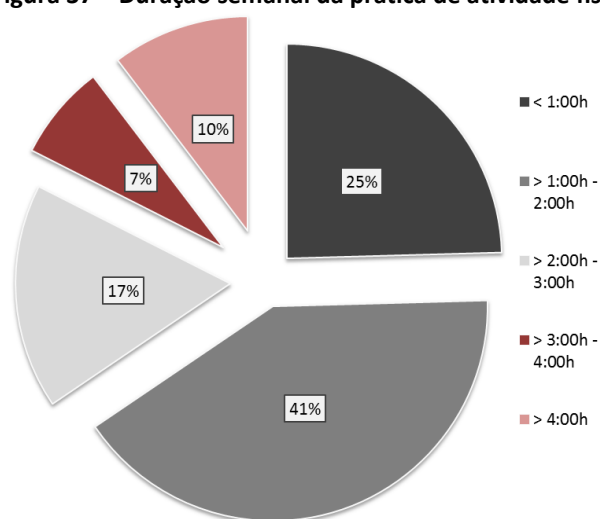
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

4.4. Duração da prática de atividade física espontânea

Quando questionados sobre a duração da prática de atividade física espontânea, a maioria dos alunos indicou praticar até 2 horas semanais (66%). As figuras seguintes apresentam os resultados das respostas dos alunos, de forma agregada e desagregada para as 10 atividades físicas espontâneas mais praticadas.

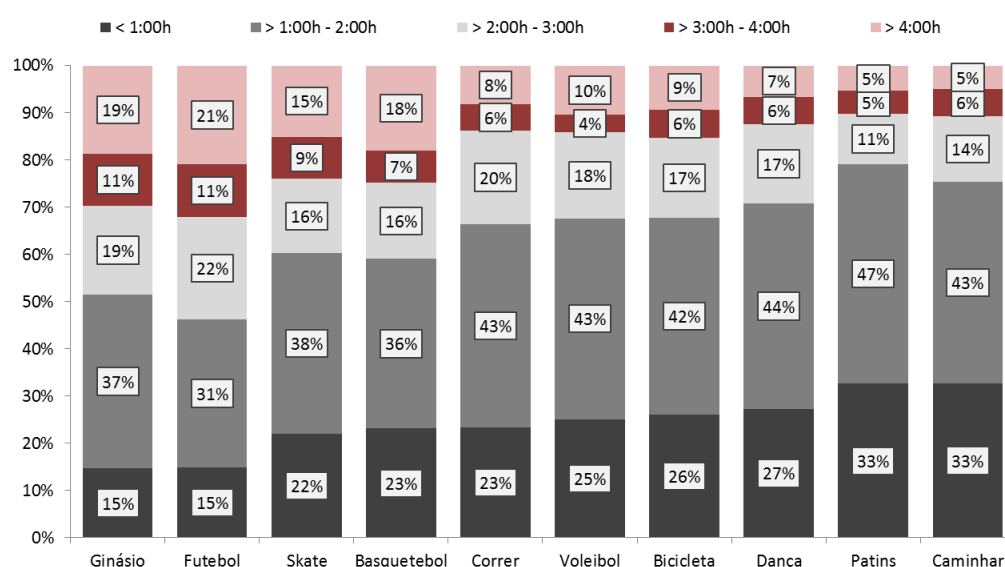
Uma análise mais atenta da figura 35 permite verificar que são nas atividades jogar futebol (32%), ir ao ginásio (30%), jogar basquetebol (25%) ou andar de skate (24%) que um quarto dos alunos ou mais indicaram dedicar mais de 3 horas semanais à prática das mesmas.

Figura 37 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Figura 38 – Duração semanal da prática de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

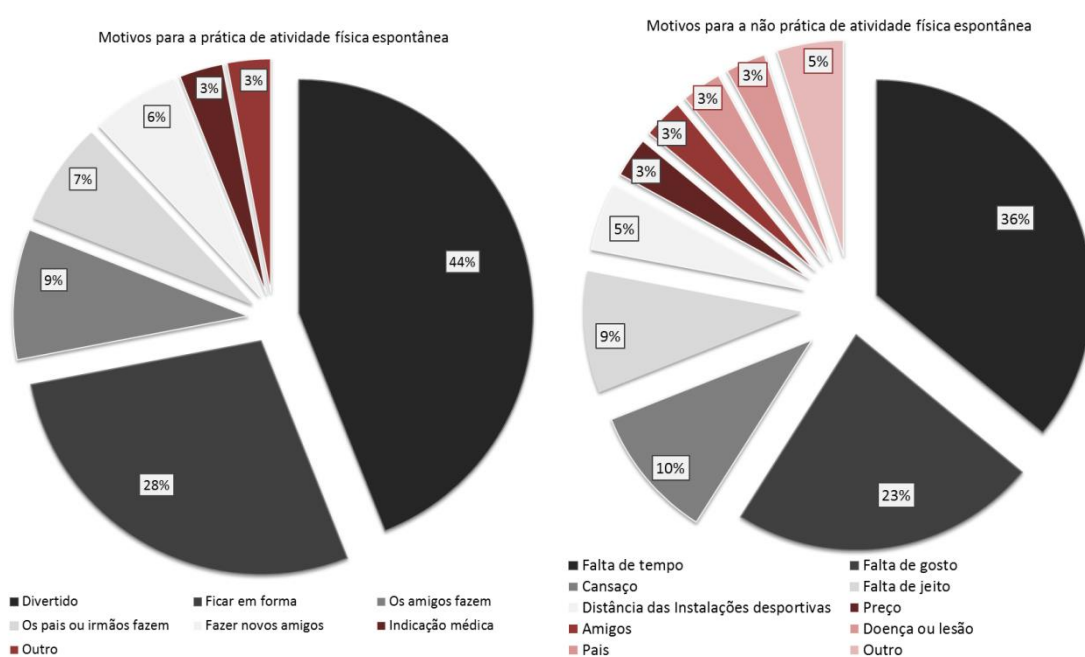
4.5. Motivação para a prática de atividade física espontânea

O inquérito pretendeu ainda identificar os principais motivos para a prática regular de atividade física espontânea assim como as principais razões para os alunos que indicam 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 pratica atividade física espontânea, os principais motivos apontados são por ser divertido (43%), para ficar em forma (27%) e porque os amigos fazem (10%).

O grupo dos alunos que não praticam qualquer atividade física espontânea aponta a falta de tempo (37%) e a falta de gosto (23%) como os principais motivos para não o fazer.

Figura 39 – Motivos para a prática ou não de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

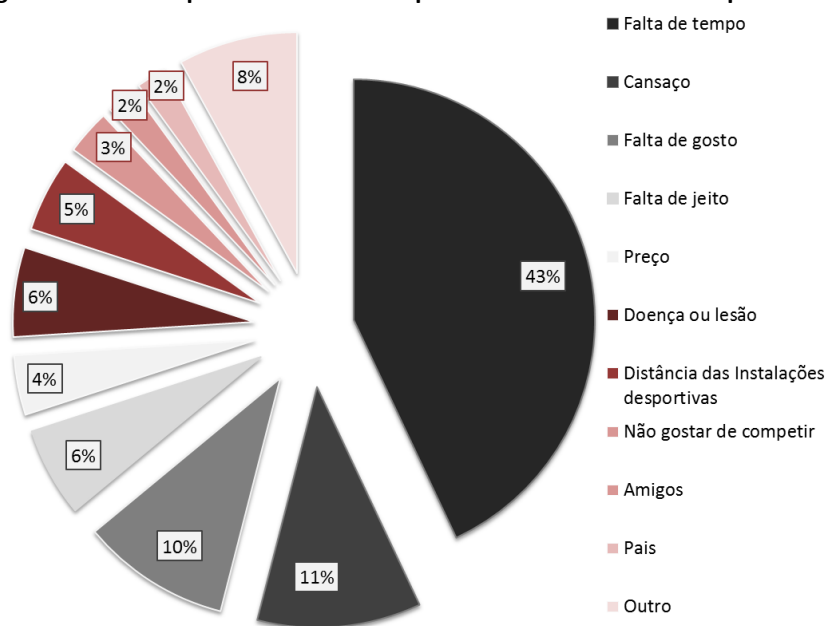
4.6. Abandono de atividade física espontânea

Com este inquérito tentou-se ainda perceber se o grupo de alunos que atualmente não pratica nenhuma atividade física espontânea já o fez no passado questionando-os sobre os principais motivos para o abandono da prática de atividade física espontânea assim como a vontade de voltar a praticar.

Quando questionados sobre se já tinham praticado, de forma regular, alguma atividade física espontânea, 62% do total de alunos, que afirmou não praticar qualquer atividade física espontânea, referiu que não.

Para os 38% dos alunos que indicaram já ter praticado uma atividade física espontânea no passado, as principais razões para o abandono dessa atividade prendem-se com a falta de tempo (42%), o cansaço (13%) e a falta de gosto (11%).

Figura 40 – Razões para o abandono da prática de atividade física espontânea (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

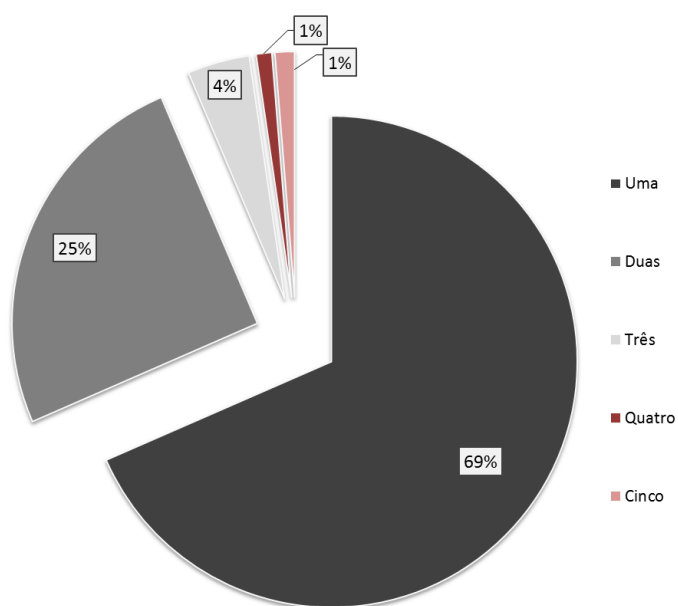
Dos alunos que não praticam qualquer atividade física espontânea importa referir que cerca de dois quintos (37%) afirmou não ter possibilidade de o fazer embora gostasse.

4.7. Número de atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar

Este inquérito procurou ainda disponibilizar mais informação sobre a prática de atividades físicas espontâneas para o grupo de alunos que, apesar de atualmente não praticar nenhuma atividade, gostaria de o fazer.

Neste grupo de alunos, a maioria indicou que gostaria de praticar uma (69%) ou duas (25%) atividades físicas espontâneas regularmente.

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

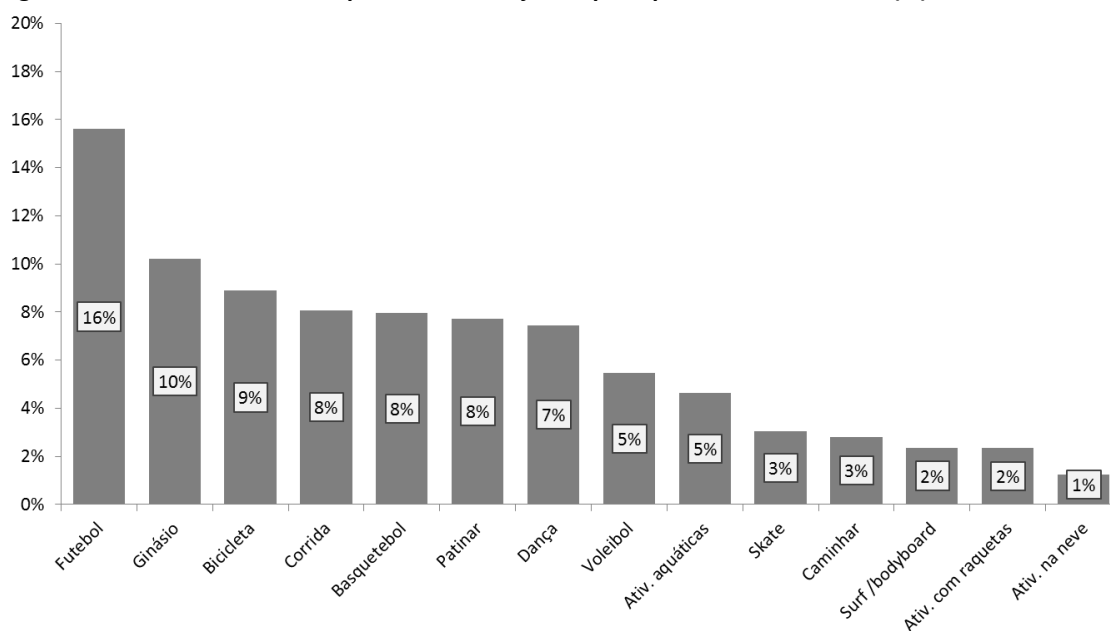


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

4.8. Atividades físicas espontâneas que gostaria de praticar

As principais atividades físicas espontâneas que gostariam de praticar apontadas pelos alunos foram jogar futebol (16%), ir ao ginásio (10%), andar de bicicleta (9%), corrida, jogar basquetebol e patinar (8% cada).

Figura 42 – Atividades físicas espontâneas desejadas, por tipo de atividade física (%)



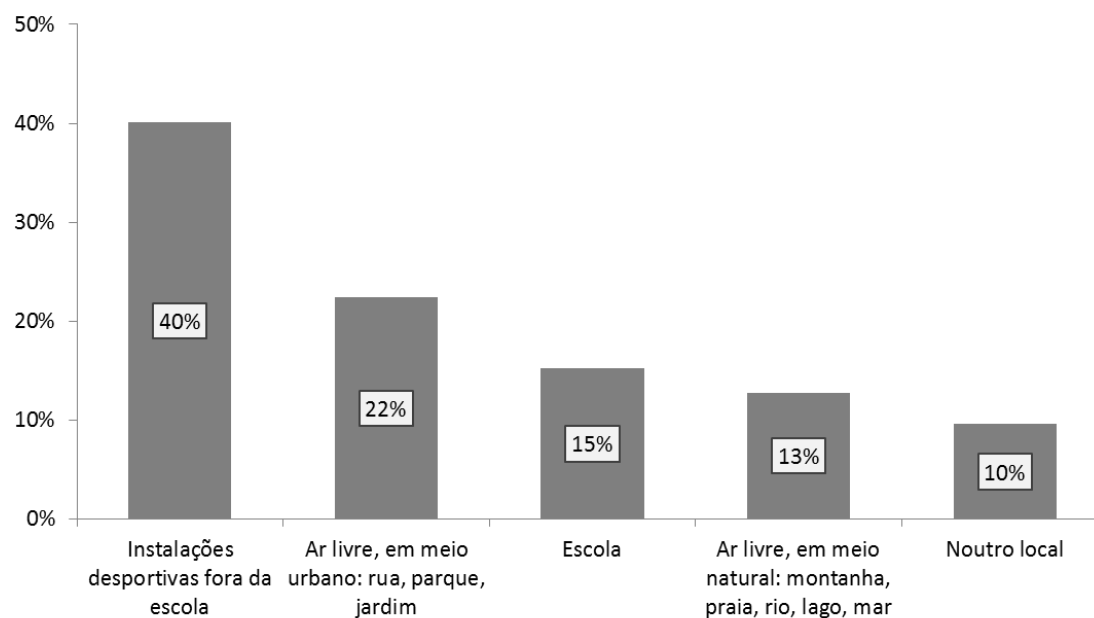
Nota: Pergunta de resposta múltipla.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

4.9. Local desejado para a prática de atividade física espontânea

Quando questionados sobre os locais onde gostariam de poder praticar essas atividades físicas espontâneas, a maioria dos alunos indicou em instalações desportivas fora da escola (40%) e ao ar livre em meio urbano (22%).

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



Nota: Pergunta de resposta múltipla.

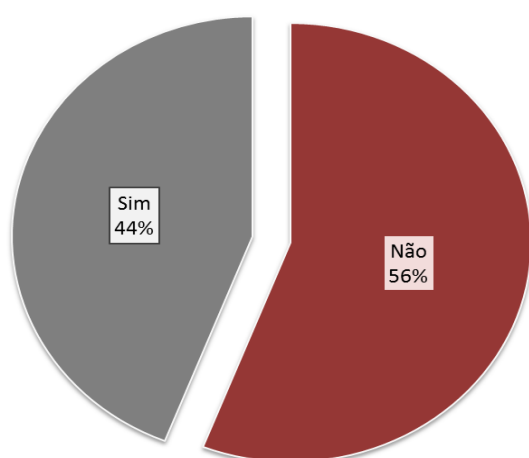
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

5. Prática desportiva nas 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.

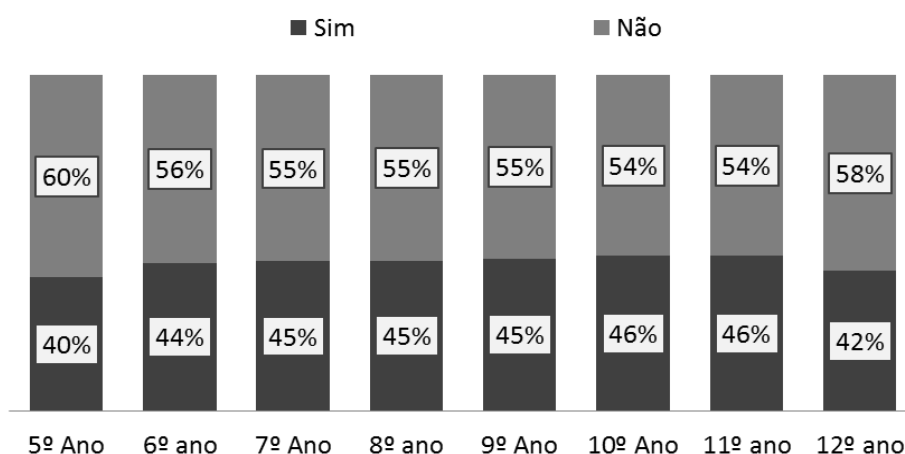
56% dos alunos indicou não praticar nenhum desporto organizado nas férias, sendo os alunos do 5.º ano (60%) e os do 12.º ano (58%) os alunos que apresentam taxas mais elevadas da não-prática de qualquer desporto organizado neste período.

Figura 44 – Prática de desporto organizado nas férias (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

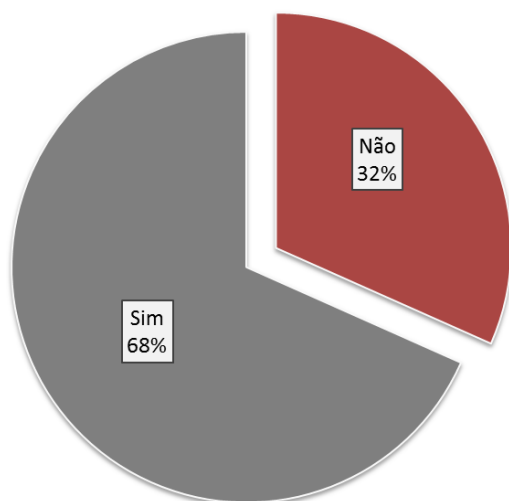
Figura 45 – Prática de desporto nas férias escolares, ano de escolaridade (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Contrariamente ao desporto organizado, a prática de atividade física espontânea nas férias é mais frequente entre os alunos do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário (68% do total de alunos).

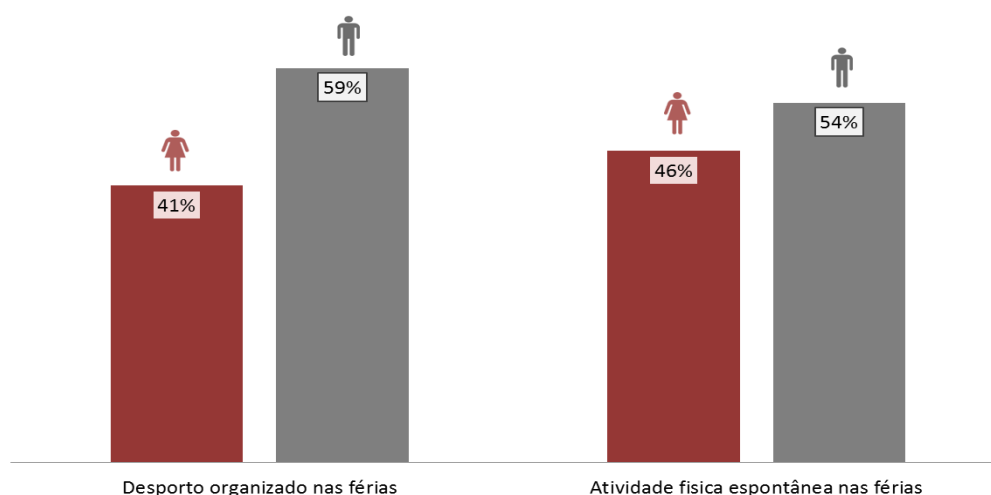
Figura 46 – Prática de atividade física espontânea durante as férias (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Dos alunos que indicaram praticar pelo menos um desporto organizado ou atividade física espontânea nas férias a maioria são do sexo masculino: 59% praticam desporto organizado nas férias e 54% praticam atividade física espontânea nas férias.

Figura 47 – Prática de desporto organizado e de atividade física espontânea nas férias, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6. Comunidades intermunicipais

Os resultados que se seguem referem-se à caracterização dos hábitos de desporto em cada comunidade intermunicipal e área metropolitana. Os resultados apresentados para cada comunidade intermunicipal ou área metropolitana indicam a população escolar existente no ano letivo de 2015-16, o número de respostas válidas recolhidas e a margem de erro para cada comunidade.

Relativamente ao objetivo do inquérito, conhecer os hábitos desportivos dos alunos do 2º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário, apresenta-se a percentagem de alunos que praticam as várias atividades desportivas, assim como os dados que caracterizam os tipos de desporto organizado e atividades físicas espontâneas praticadas pelos alunos, bem como a sua distribuição por sexo. Por último, apresentam-se ainda os índices de atividade física e de comportamento sedentário em vigília para cada comunidade intermunicipal e área metropolitana.

Uma leitura global dos dados das várias comunidades intermunicipais e áreas metropolitanas permite concluir que quase a totalidade, ou mesmo a totalidade, dos alunos inquiridos afirmou praticar educação física na escola, cerca de 70% indicou praticar de forma regular pelo menos uma atividade física espontânea e cerca de metade dos alunos referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo.

São maioritariamente os rapazes que referem praticar desportos organizados. E os principais desportos organizados referidos pelos alunos, independentemente do sexo, são o futebol e a natação.

Relativamente à prática regular de pelo menos uma atividade física espontânea, não se verificam diferenças de género significativas sendo as principais atividades referidas andar de bicicleta, jogar futebol, correr e caminhar.

De seguida, uma leitura mais detalhada dos dados de cada comunidade intermunicipal e áreas metropolitanas permite um conhecimento mais aprofundado de cada uma delas assim como a sua comparação.

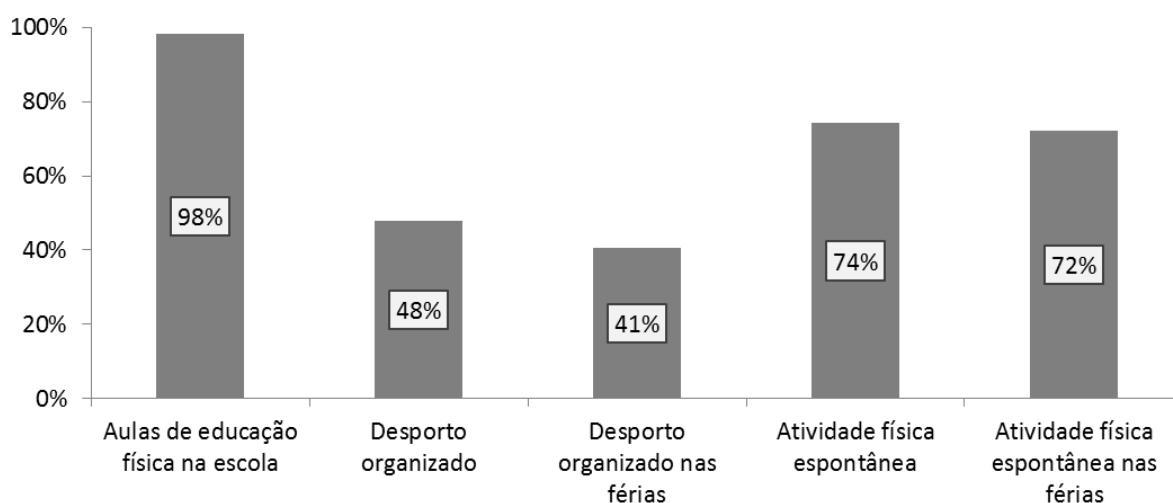
6.1. Comunidade intermunicipal do Alto Minho

População Escolar:	21.326
Amostra:	1.332 (margem de erro: 1,3%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Alto Minho, a maioria dos alunos (98%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, cerca de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 72%, quer durante o período de aulas – 74%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 41%, quer durante o período de aulas – 48%).

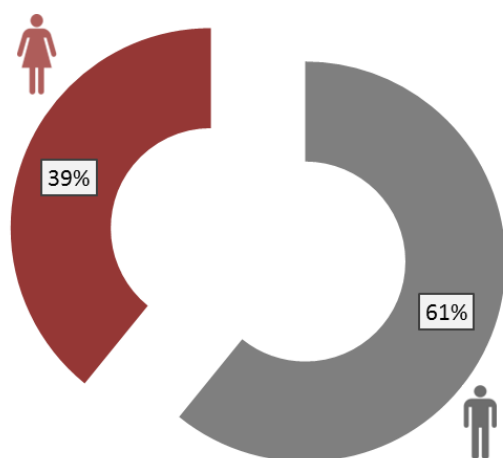
Figura 48 – Hábitos desportivos no Alto Minho (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (61%), como mostra a figura seguinte.

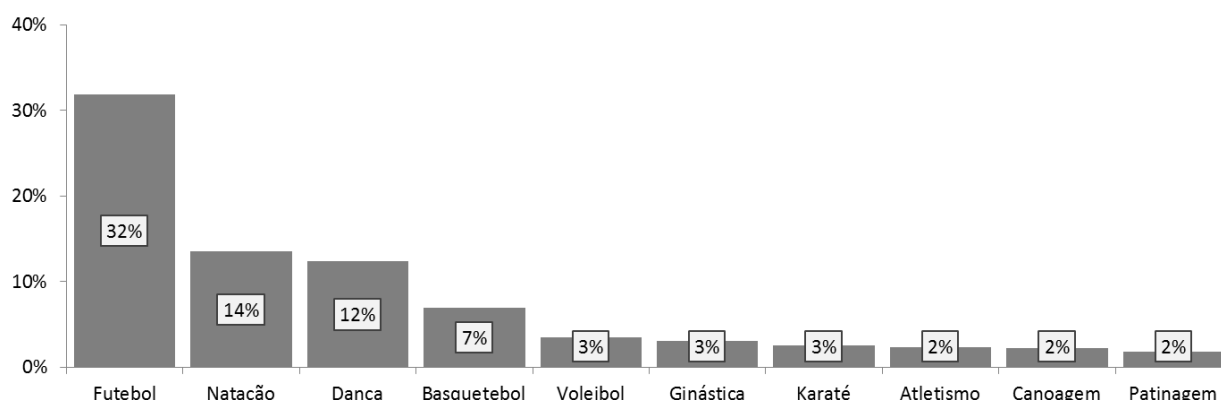
Figura 49 – Prática de desporto organizado no Alto Minho, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Alto Minho destaca-se o futebol (32%), a natação (14%), a dança (12%) e o basquetebol (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 50 – Principais desportos organizados praticados no Alto Minho (%)

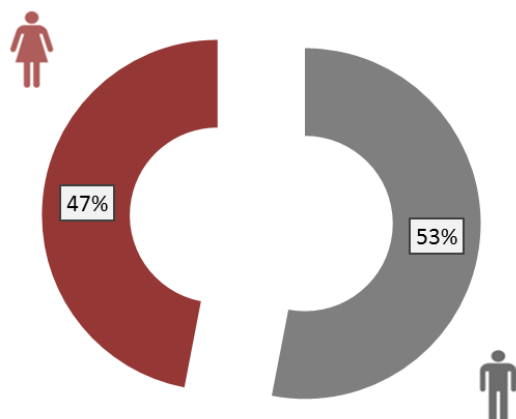


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

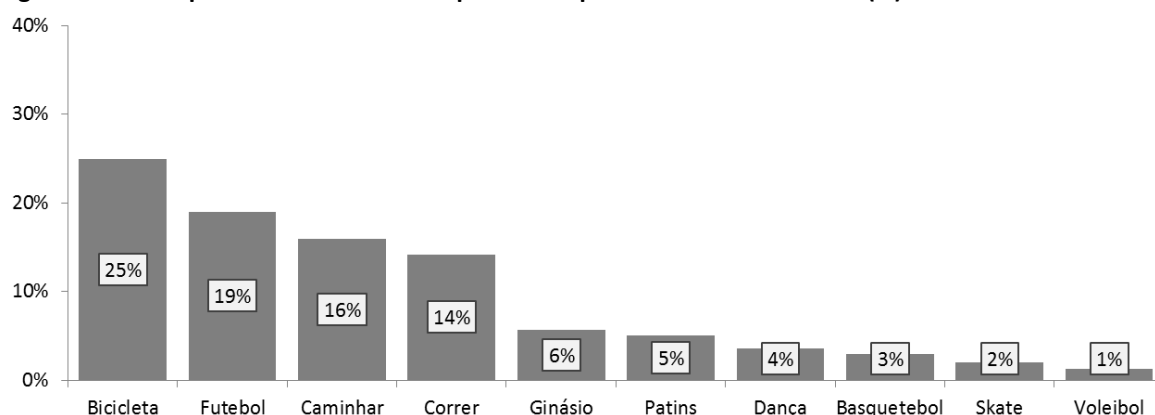
Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, é superior o número de rapazes que refere praticar pelo menos uma atividade de forma regular (53% do total de alunos).

Figura 51 – Prática de atividade física espontânea no Alto Minho, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Alto Minho estão andar de bicicleta (25%), jogar futebol (19%), caminhar (16%) e correr (14%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 52 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Alto Minho (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

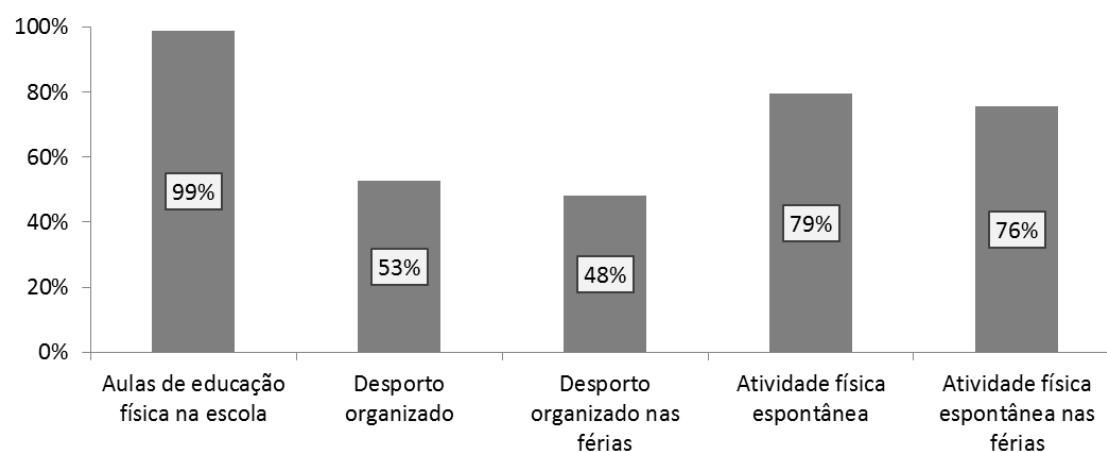
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6.2. Comunidade intermunicipal do Cávado

População Escolar:	41.633
Amostra:	1.890 (margem de erro: 0,9%)

Hábitos desportivos

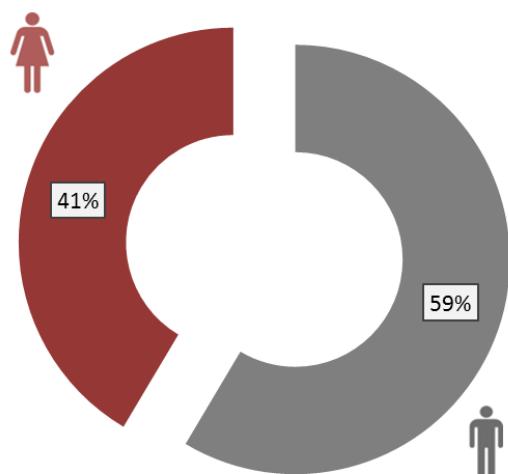
Na comunidade intermunicipal do Cávado, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 76%, quer durante o período de aulas – 79%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 48%, quer durante o período de aulas – 53%).

Figura 53 – Hábitos desportivos no Cávado (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (59%), como mostra a figura seguinte.

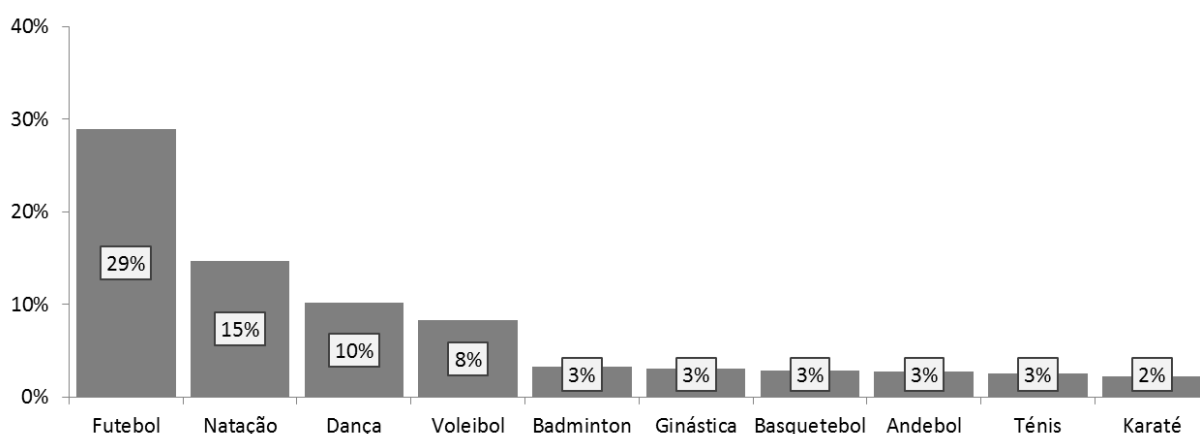
Figura 54 – Prática de desporto organizado no Cávado, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Cávado destaca-se o futebol (29%), a natação (15%), a dança (10%) e o voleibol (8%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

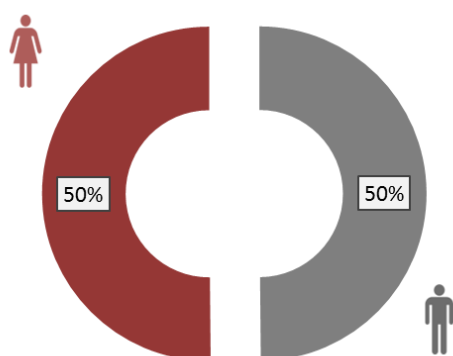
Figura 55 – Principais desportos organizados praticados no Cávado (%)



Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

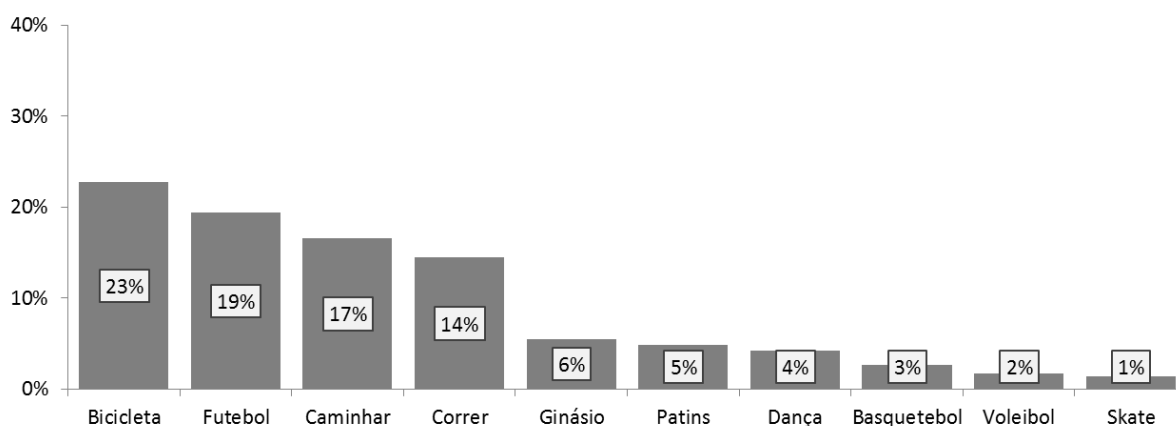
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que não existem diferenças de género na prática regular de, pelo menos uma, atividade física.

Figura 56 – Prática de atividade física espontânea no Cávado, por sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Cávado estão o andar de bicicleta (23%), jogar futebol (19%), caminhar (17%) e correr (14%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 57 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Cávado (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

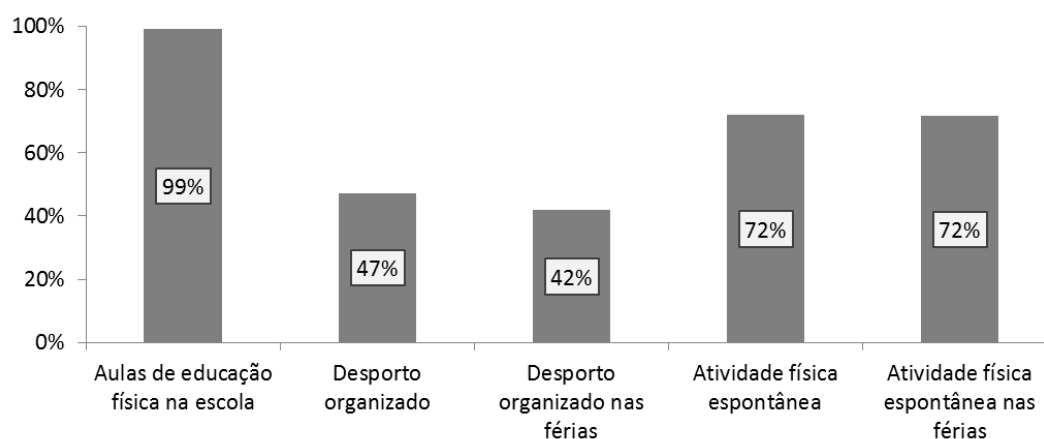
6.3. Comunidade intermunicipal do Ave

População Escolar:	39.513
Amostra:	1.638 (margem de erro: 1,0%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Ave, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 72%, quer durante o período de aulas – 72%), e cerca de 40% dos alunos referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 42%, quer durante o período de aulas – 47%).

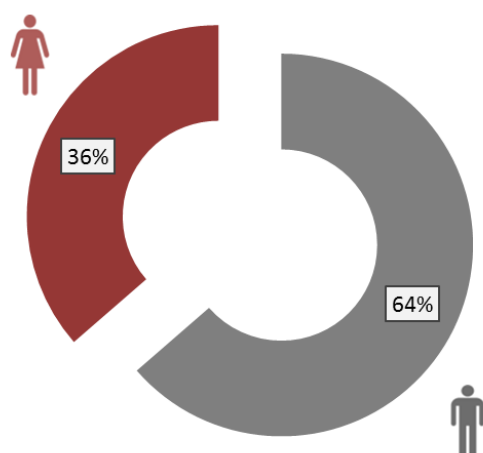
Figura 58 – Hábitos desportivos no Ave (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (64%), como mostra a figura seguinte.

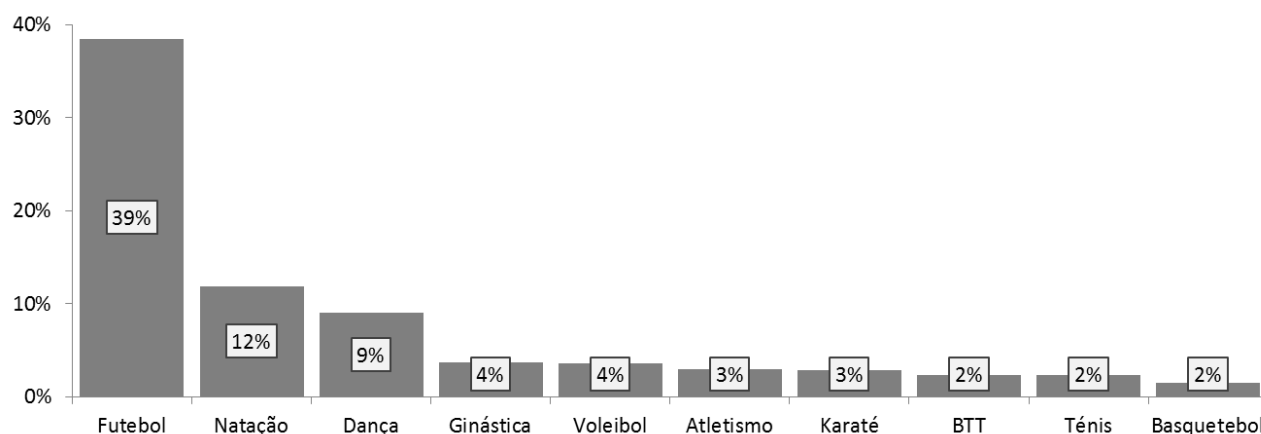
Figura 59 – Prática de desporto organizado no Ave, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Ave destaca-se o futebol (39%), a natação (12%) e a dança (9%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 60 – Principais desportos organizados praticados no Ave (%)

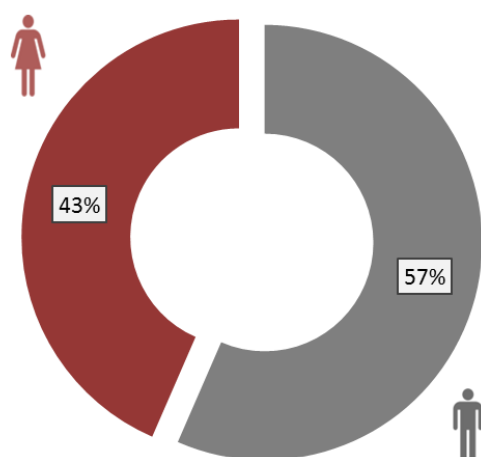


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que é superior a percentagem de rapazes (57%) que indicou a prática regular de, pelo menos uma, atividade física.

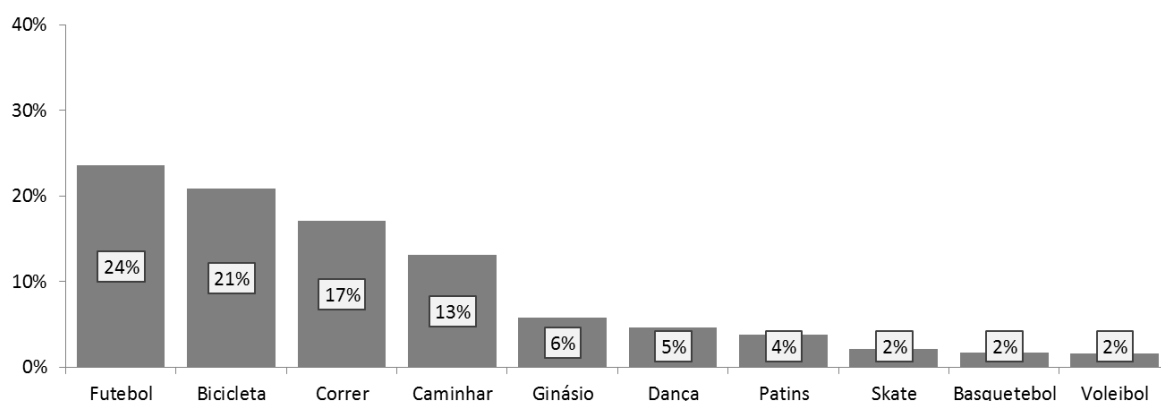
Figura 61 – Prática de atividade física espontânea no Ave, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Ave estão o jogar futebol (24%), andar de bicicleta (21%), correr (17%) e caminhar (13%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 62 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Ave (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

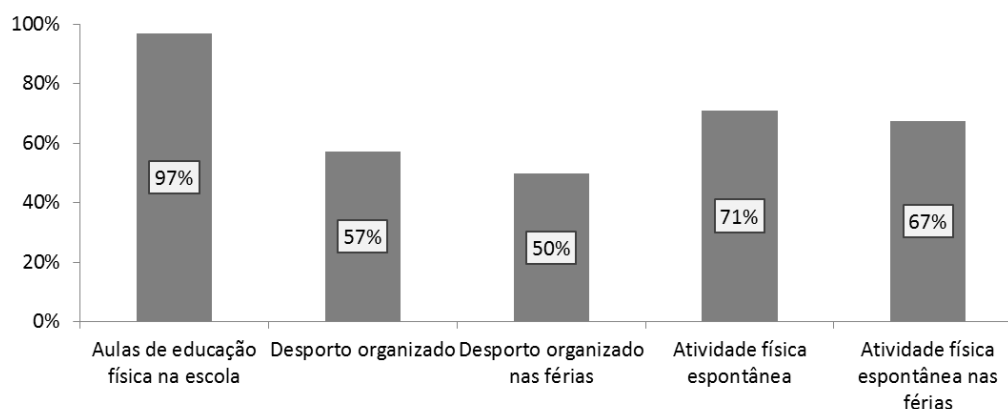
6.4. Área Metropolitana do Porto

População Escolar:	171.646
Amostra:	1.764 (margem de erro: 0,5%)

Hábitos desportivos

Na Área Metropolitana do Porto, a maioria dos alunos (97%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, cerca de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 67%, quer durante o período de aulas – 71%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 50%, quer durante o período de aulas – 57%).

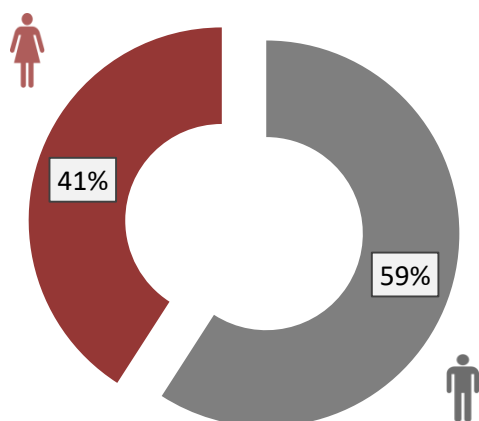
Figura 63 – Hábitos desportivos na Área Metropolitana do Porto (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (59%), como mostra a figura seguinte.

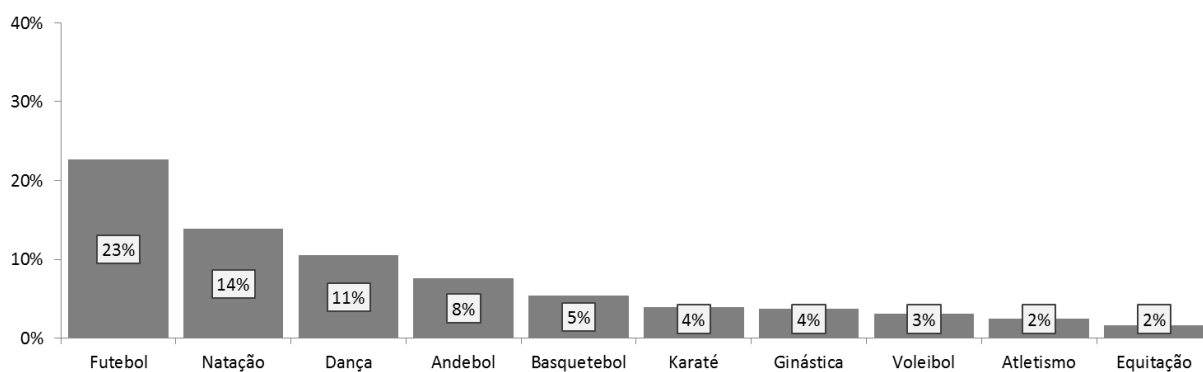
Figura 64 – Prática de desporto organizado na Área Metropolitana do Porto, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na Área Metropolitana do Porto destaca-se o futebol (23%), a natação (14%), a dança (11%) e o andebol (8%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 65 – Principais desportos organizados praticados na Área Metropolitana do Porto (%)

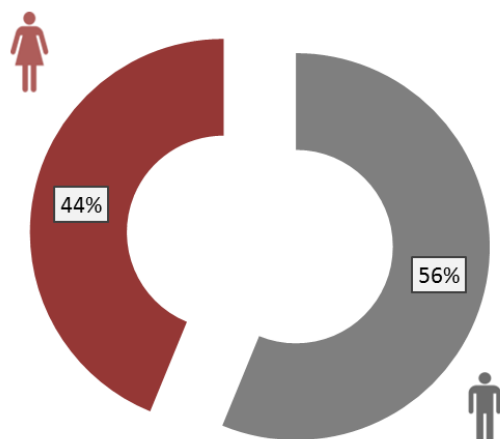


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que é superior a percentagem de rapazes (56%) que afirmou praticar regularmente pelo menos uma atividade física.

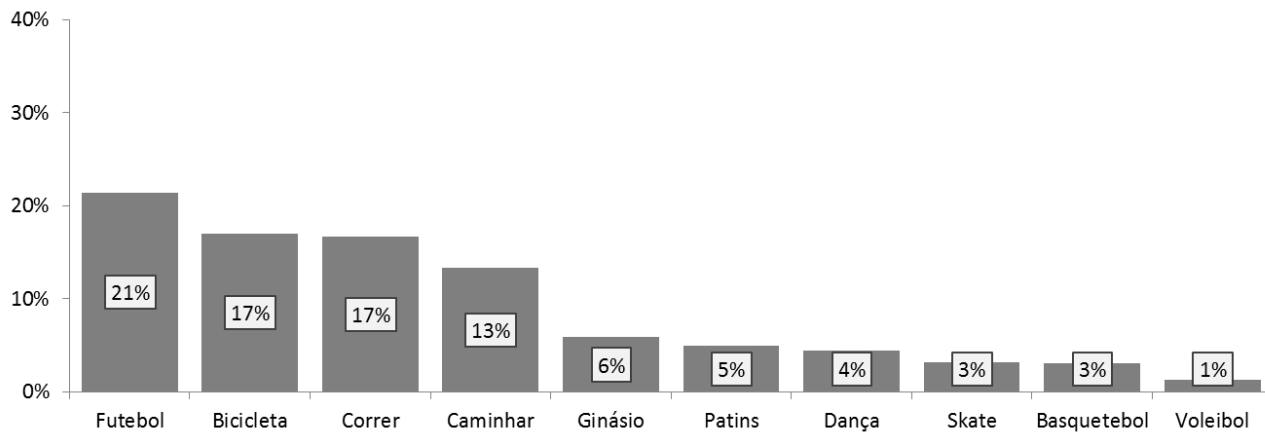
Figura 66 – Prática de atividade física espontânea na Área Metropolitana do Porto, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da Área Metropolitana do Porto estão o jogar futebol (21%), andar de bicicleta (17%), correr (17%) e caminhar (13%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 67 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na Área Metropolitana do Porto (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

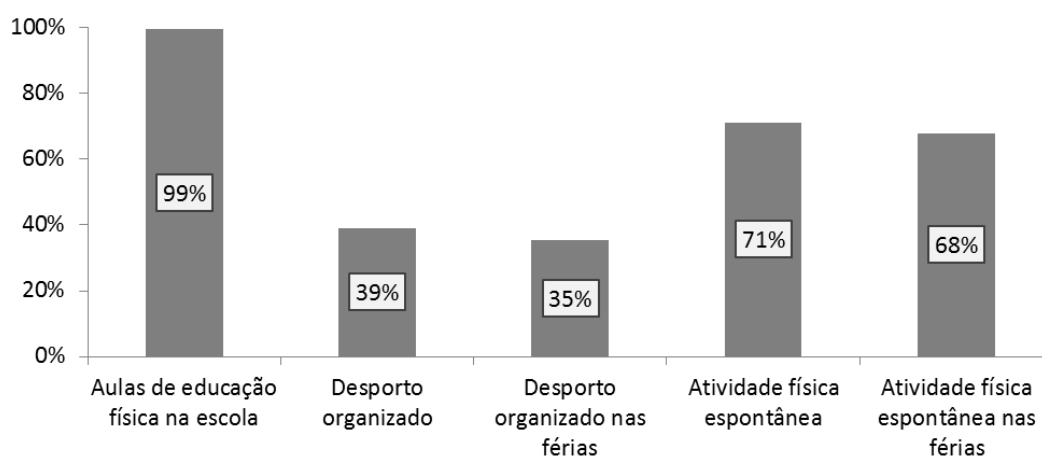
6.5. Comunidade intermunicipal do Tâmega e Sousa

População Escolar:	42.569
Amostra:	1.547 (margem de erro: 0,9%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Tâmega e Sousa, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, cerca de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 68%, quer durante o período de aulas – 71%), e menos de dois quintos dos alunos referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 35%, quer durante o período de aulas – 39%).

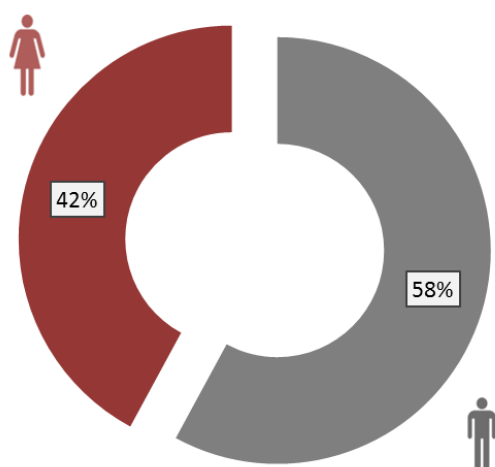
Figura 68 – Hábitos desportivos no Tâmega e Sousa (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (58%), como mostra a figura seguinte.

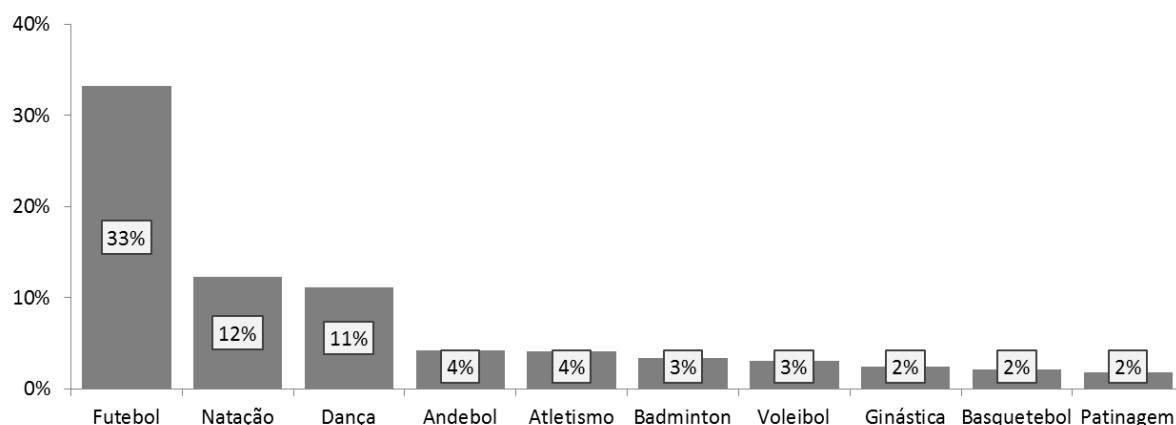
Figura 69 – Prática de desporto organizado no Tâmega e Sousa, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Tâmega e Sousa destaca-se o futebol (33%), a natação (12%) e a dança (11%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 70 – Principais desportos organizados praticados no Tâmega e Sousa (%)

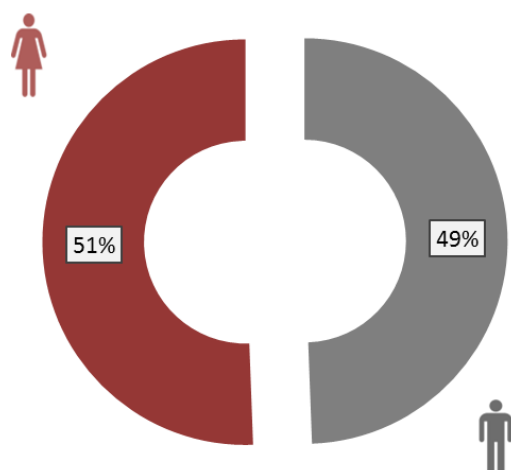


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

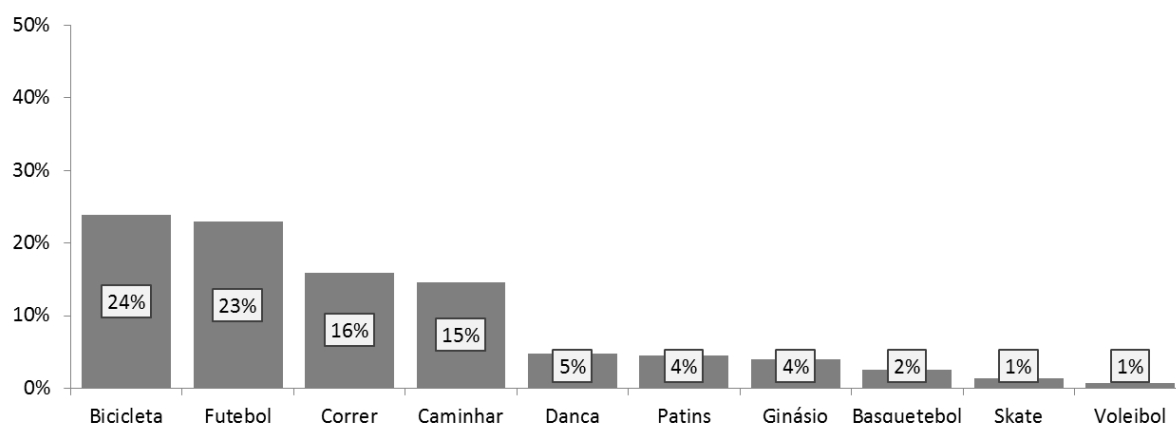
Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que praticamente não existem diferenças de género na prática regular de, pelo menos uma, atividade física.

Figura 71 – Prática de atividade física espontânea no Tâmega e Sousa, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Tâmega e Sousa estão o andar de bicicleta (24%), jogar futebol (23%), correr (16%) e caminhar (15%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 72 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Tâmega e Sousa (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

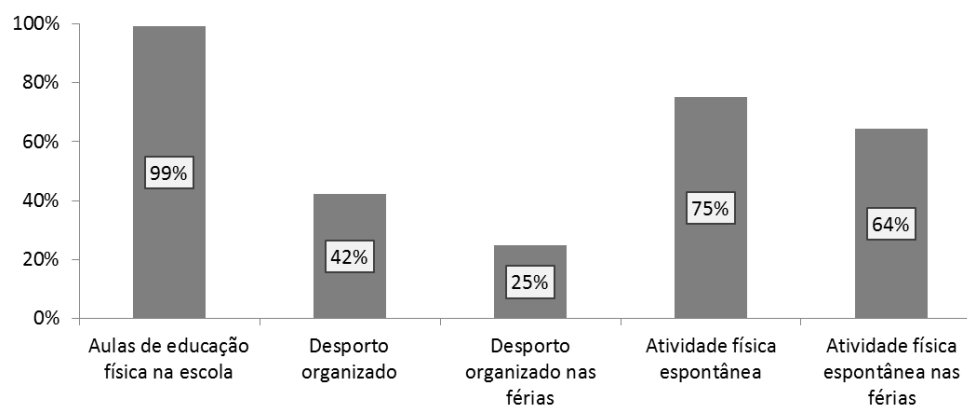
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6.6. Comunidade intermunicipal do Alto Tâmega

População Escolar:	7.223
Amostra:	1.260 (margem de erro: 2,1%)

Hábitos desportivos

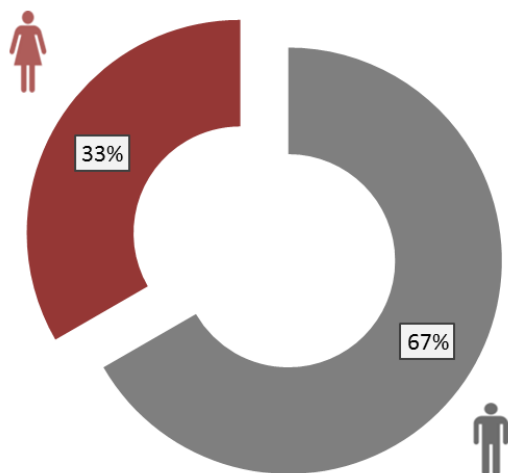
Na comunidade intermunicipal do Alto Tâmega, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, cerca de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 64%, quer durante o período de aulas – 75%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 25%, quer durante o período de aulas – 42%).

Figura 73 – Hábitos desportivos no Alto Tâmega (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (67%), como mostra a figura seguinte.

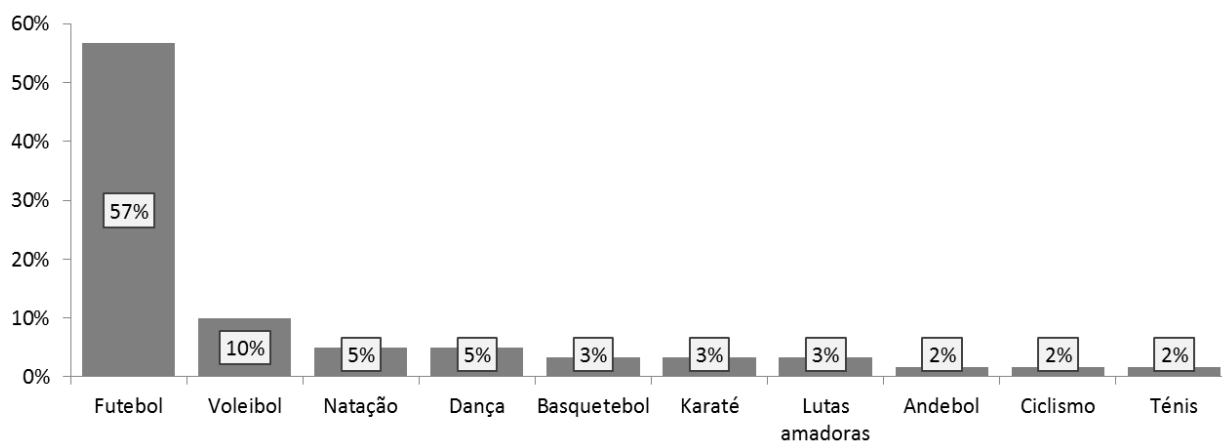
Figura 74 – Prática de desporto organizado no Alto Tâmega, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Alto Tâmega destaca-se o futebol (57%), o voleibol (10%), a natação (5%) e a dança (5%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 75 – Principais desportos organizados praticados no Alto Tâmega (%)

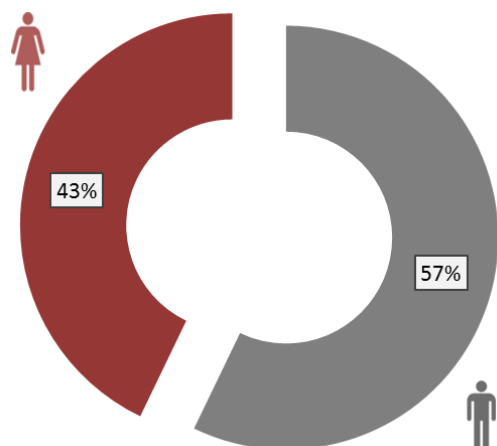


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, é superior o número de rapazes que refere praticar pelo menos uma atividade de forma regular (57% do total de alunos).

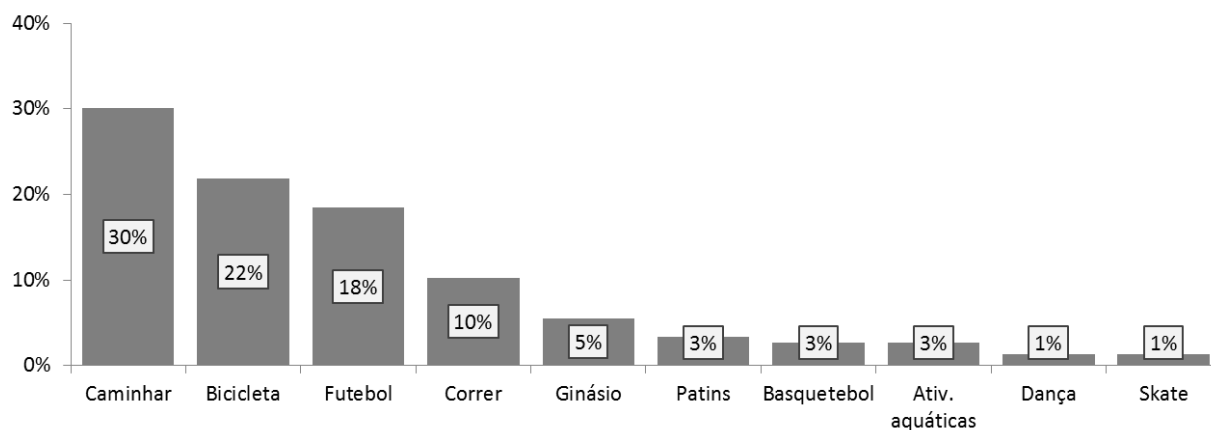
Figura 76 – Prática de atividade física espontânea no Alto Tâmega, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Alto Tâmega estão a caminhar (30%), andar bicicleta (22%), jogar futebol (18%) e correr (10%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 77 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Alto Tâmega (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

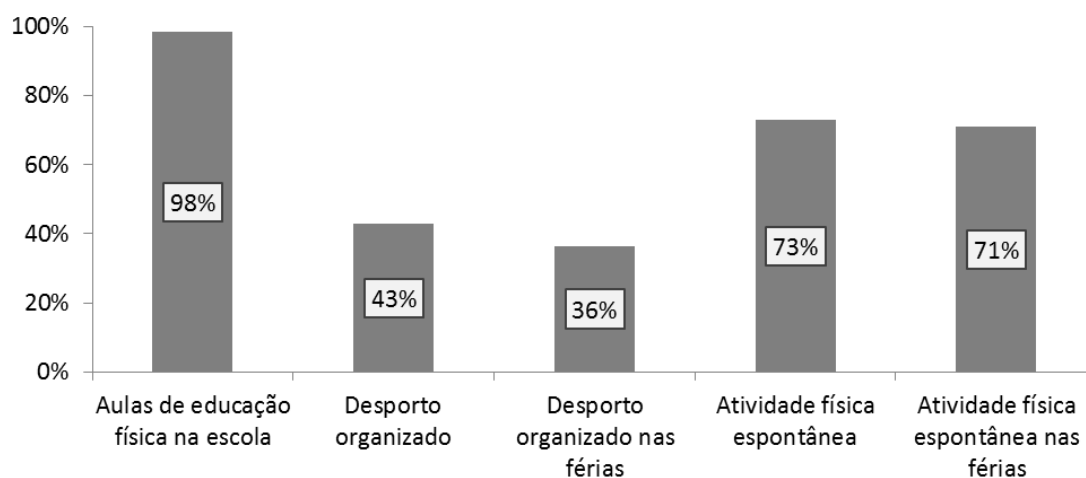
6.7. Comunidade intermunicipal do Douro

População Escolar:	17.644
Amostra:	1.317 (margem de erro: 1,4%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Douro, a maioria dos alunos (98%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 71%, quer durante o período de aulas – 73%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 36%, quer durante o período de aulas – 43%).

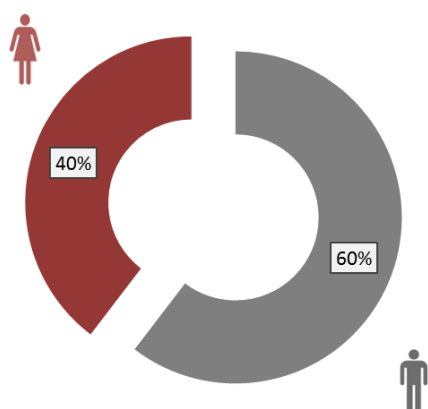
Figura 78 – Hábitos desportivos no Douro (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (60%), como mostra a figura seguinte.

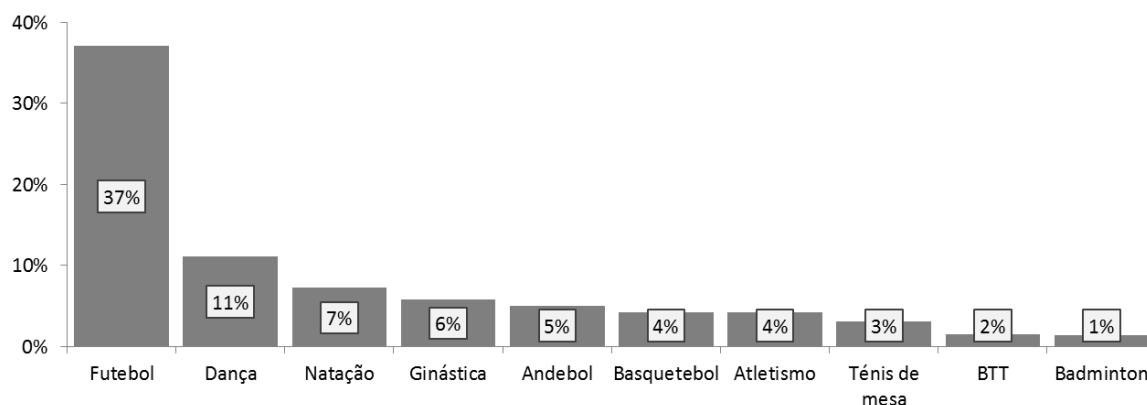
Figura 79 – Prática de desporto organizado no Douro, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Douro destaca-se o futebol (37%), a dança (11%), a natação (7%) e a ginástica (6%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 80 – Principais desportos organizados praticados no Douro (%)

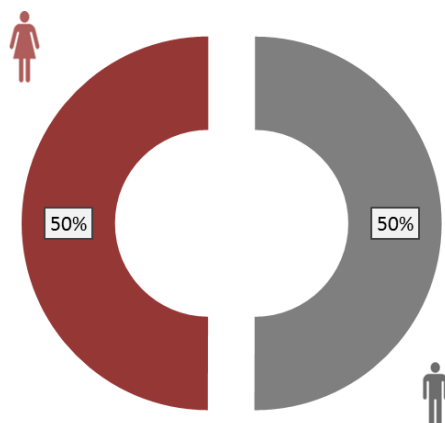


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

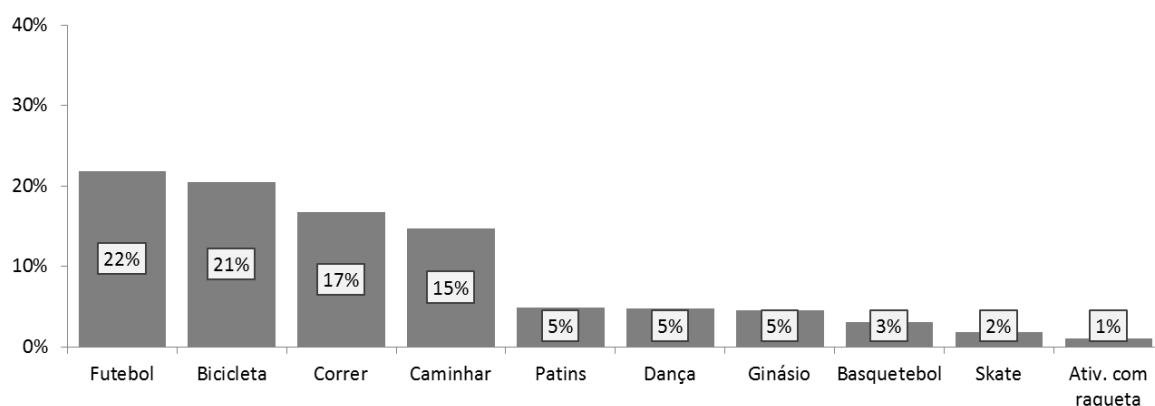
Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física.

Figura 81 – Prática de atividade física espontânea no Douro, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Douro estão o jogar futebol (22%), andar de bicicleta (21%), correr (17%) e caminhar (15%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 82 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Douro (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

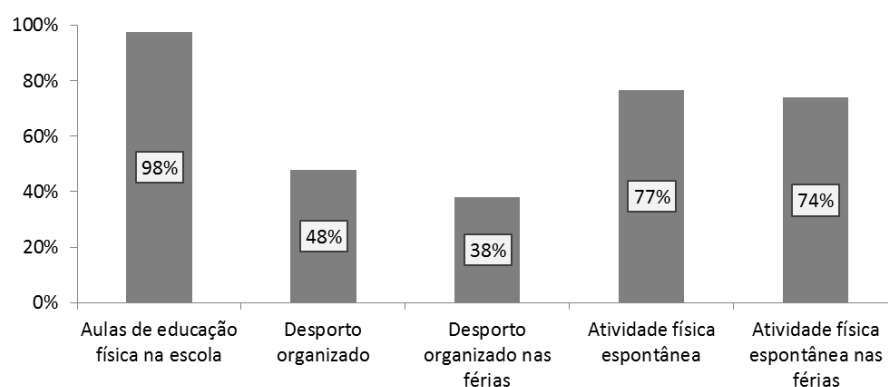
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6.8. Comunidade intermunicipal das Terras de Trás-os-Montes

População Escolar:	8.884
Amostra:	1.301 (margem de erro: 1,9%)

Hábitos desportivos

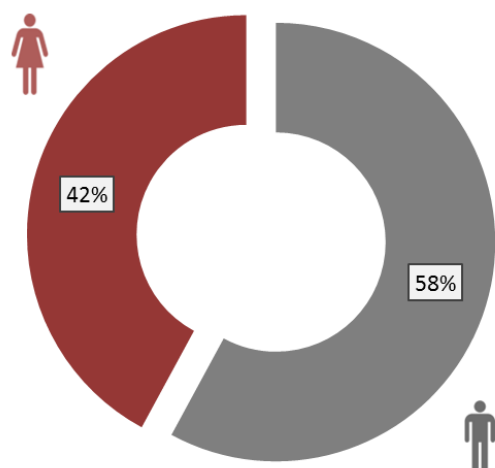
Na comunidade intermunicipal das Terras de Trás-os-Montes, a maioria dos alunos (98%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 74%, quer durante o período de aulas – 77%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 38%, quer durante o período de aulas – 48%).

Figura 83 – Hábitos desportivos nas Terras de Trás-os-Montes (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (58%), como mostra a figura seguinte.

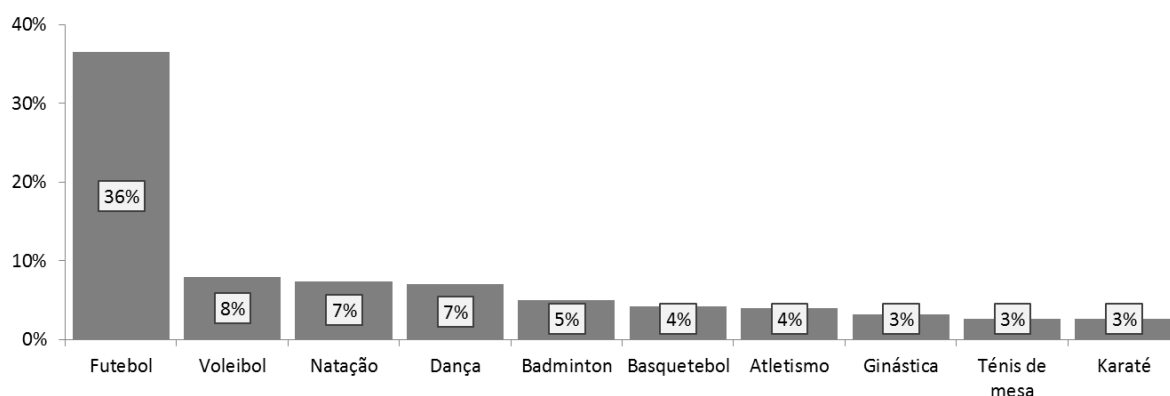
Figura 84 – Prática de desporto organizado nas Terras de Trás-os-Montes, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal das Terras de Trás-os-Montes destaca-se o futebol (36%), o voleibol (8%), a natação (7%) e a dança (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 85 – Principais desportos organizados praticados nas Terras de Trás-os-Montes (%)

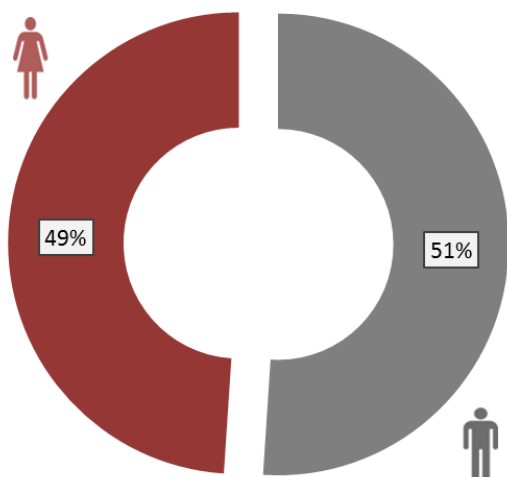


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que quase não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física (51% são rapazes e 49% são raparigas).

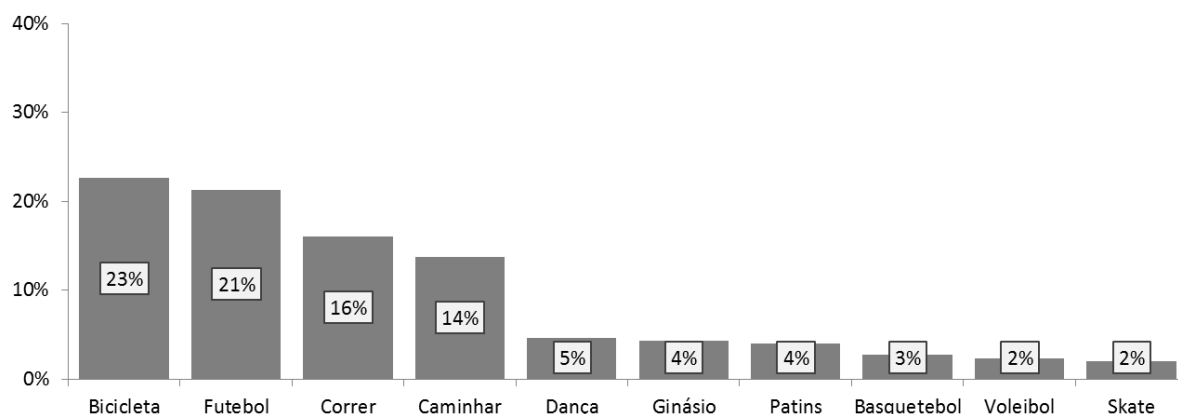
Figura 86 – Prática de atividade física espontânea nas Terras de Trás-os-Montes, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos das Terras de Trás-os-Montes estão o andar de bicicleta (23%), jogar futebol (21%), correr (16%) e caminhar (14%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 87 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas nas Terras de Trás-os-Montes (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

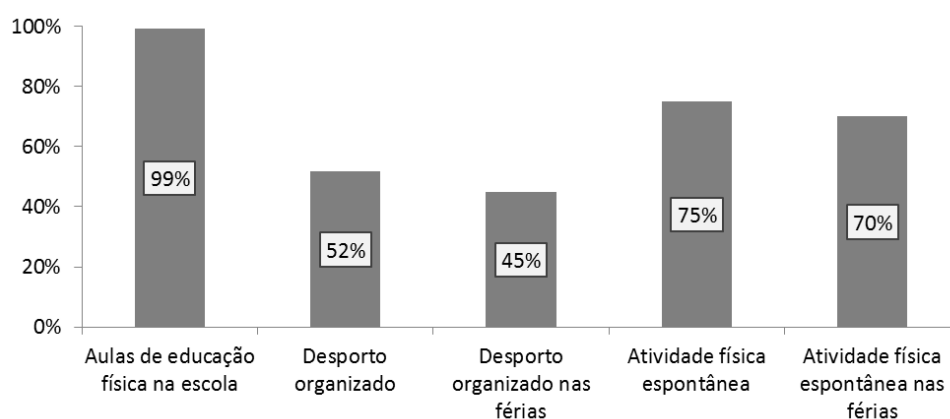
6.9. Comunidade intermunicipal da região de Aveiro

População Escolar:	34.023
Amostra:	1.978 (margem de erro: 1,0%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal da região de Aveiro, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 70%, quer durante o período de aulas – 75%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 45%, quer durante o período de aulas – 52%).

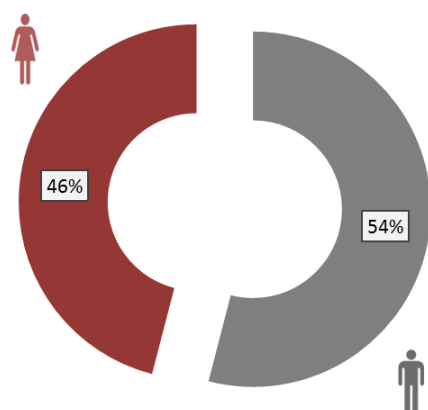
Figura 88 – Hábitos desportivos na região de Aveiro (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (54%), como mostra a figura seguinte.

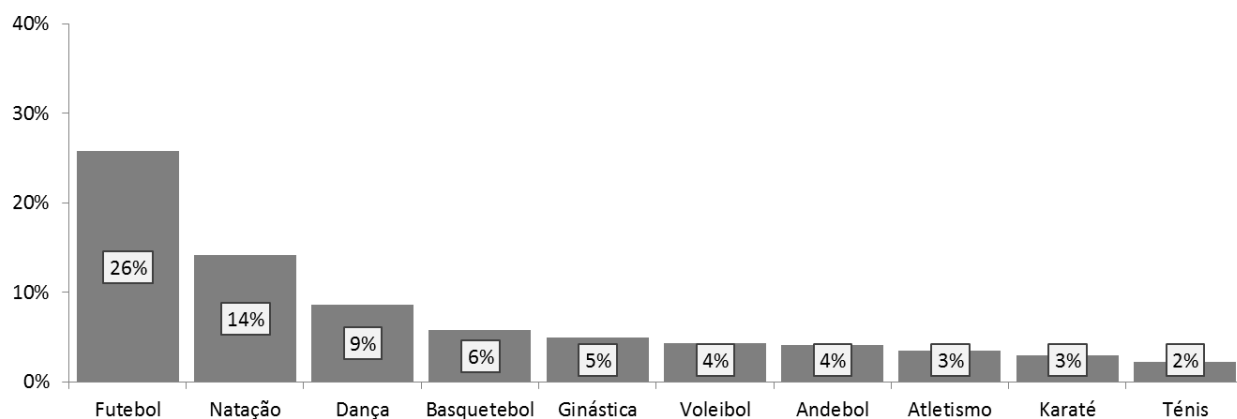
Figura 89 – Prática de desporto organizado na região de Aveiro, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da região de Aveiro destaca-se o futebol (26%), a natação (14%), a dança (9%) e o basquetebol (6%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 90 – Principais desportos organizados praticados na região de Aveiro (%)

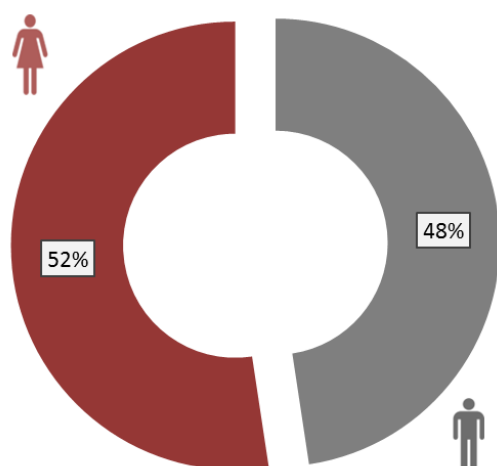


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que relativamente à prática regular de pelo menos uma atividade física a maioria dos alunos a responder afirmativamente a esta pergunta são raparigas (52%).

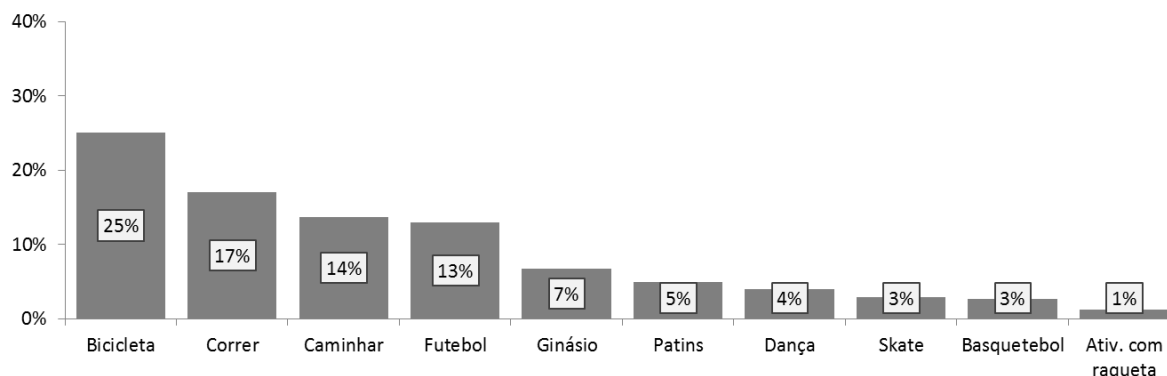
Figura 91 – Prática de atividade física espontânea na região de Aveiro, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da região de Aveiro estão o andar de bicicleta (25%), correr (17%), caminhar (14%) e jogar futebol (13%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 92 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na região de Aveiro (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

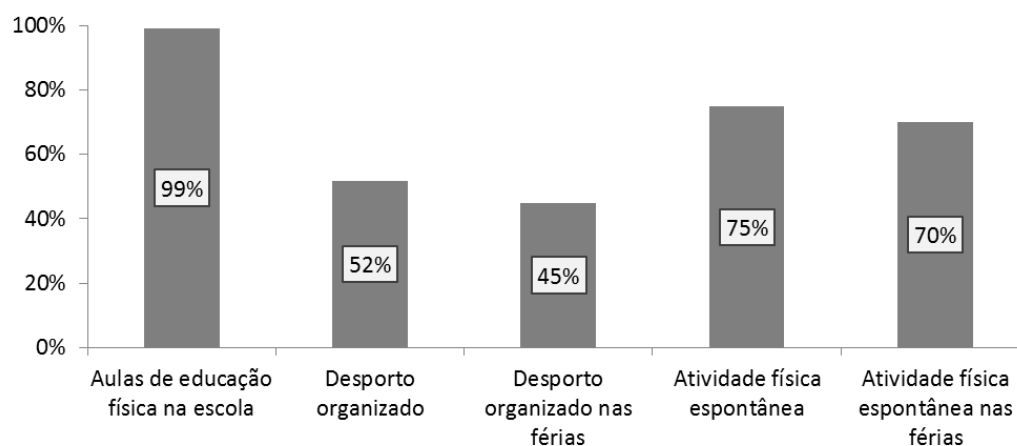
6.10. Comunidade intermunicipal da região de Coimbra

População Escolar:	37.403
Amostra:	1.515 (margem de erro: 1,0%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal da região de Coimbra, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 70%, quer durante o período de aulas – 75%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 45%, quer durante o período de aulas – 52%).

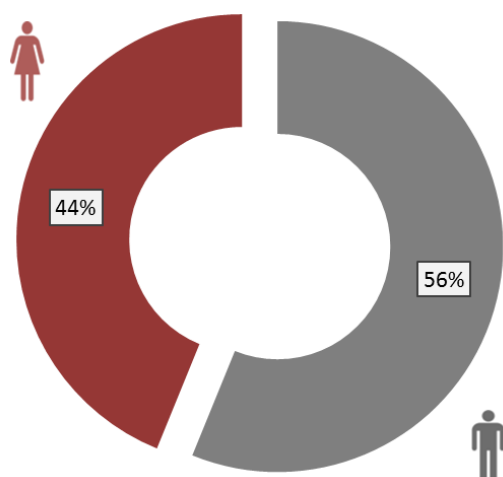
Figura 93 – Hábitos desportivos na região de Coimbra (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (56%), como mostra a figura seguinte.

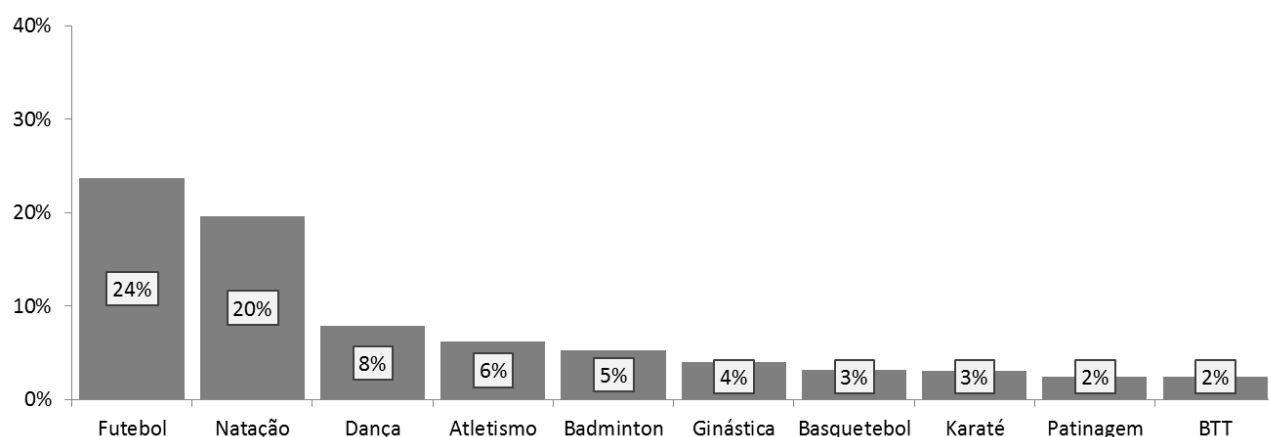
Figura 94 – Prática de desporto organizado na região de Coimbra, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da região de Coimbra destaca-se o futebol (24%), a natação (20%), a dança (8%) e o atletismo (6%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 95 – Principais desportos organizados praticados na região de Coimbra (%)

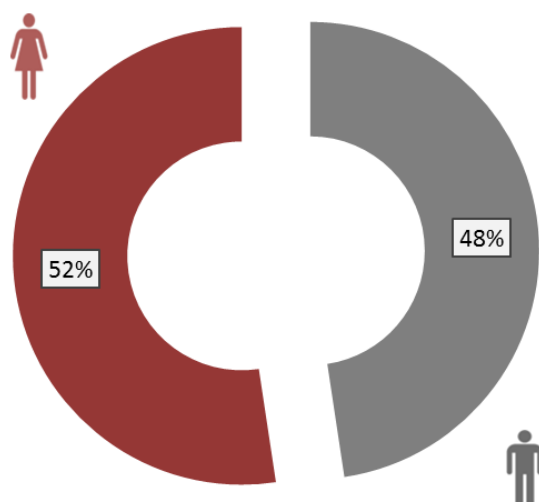


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra mais raparigas (52%) afirmaram de forma regular pelo menos uma atividade física espontânea.

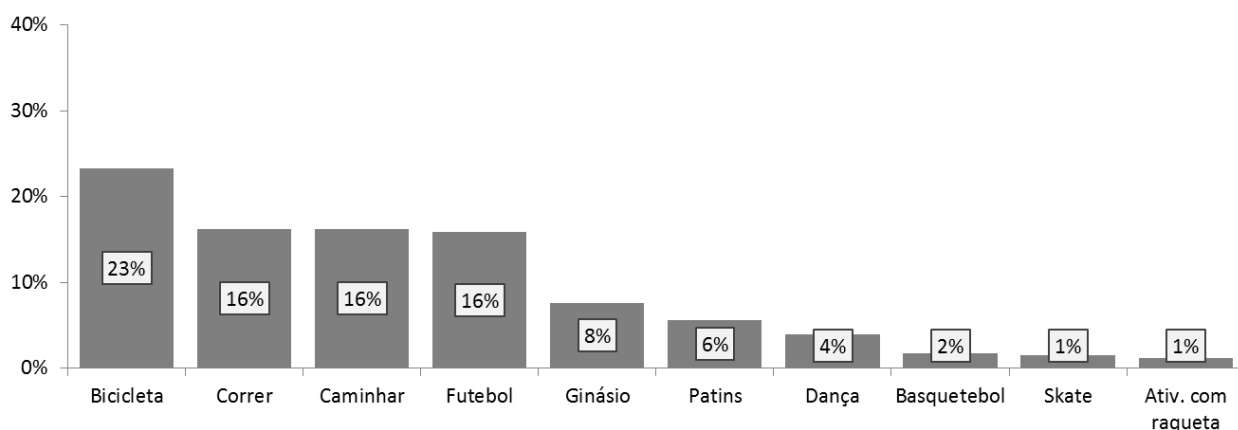
Figura 96 – Prática de atividade física espontânea na região de Coimbra, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos de Coimbra estão andar de bicicleta (23%), correr (16%), caminhar (16%) e jogar futebol (16%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 97 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na região de Coimbra (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

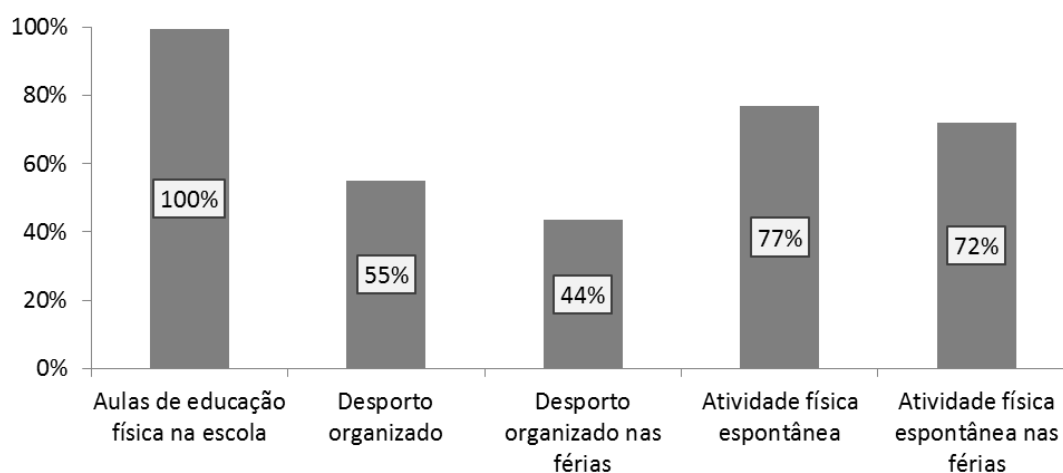
6.11. Comunidade intermunicipal da região de Leiria

População Escolar:	26.274
Amostra:	1.744 (margem de erro: 1,2%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal da região de Leiria, a totalidade dos alunos (100%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 72%, quer durante o período de aulas – 77%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 44%, quer durante o período de aulas – 55%).

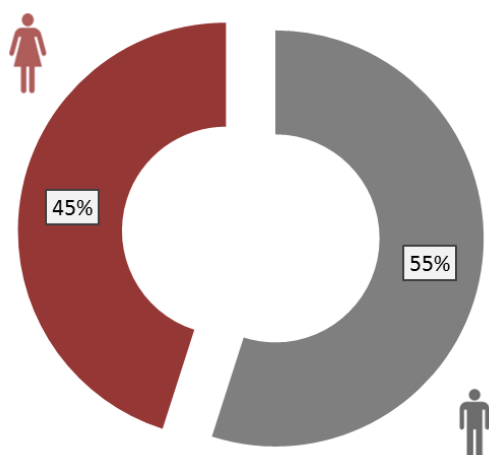
Figura 98 – Hábitos desportivos na região de Leiria (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (55%), como mostra a figura seguinte.

Figura 99 – Prática de desporto organizado na região de Leiria, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da região de Leiria destaca-se o futebol (29%), a natação (12%) e a dança (11%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 100 – Principais desportos organizados praticados na região de Leiria (%)

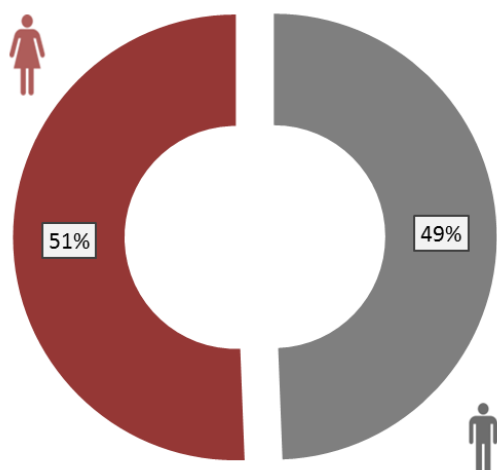


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que praticamente não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física espontânea.

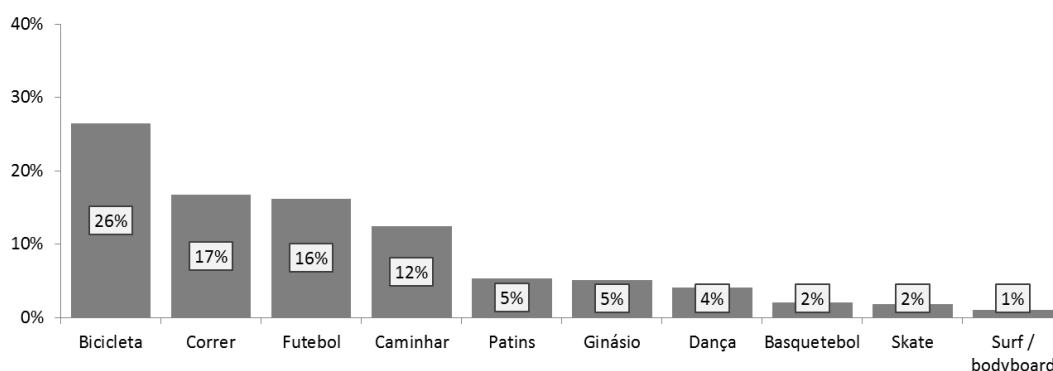
Figura 101 – Prática de atividade física espontânea na região de Leiria, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da região de Leiria estão o andar de bicicleta (26%), correr (17%), jogar futebol (16%) e caminhar (12%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 102 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na região de Leiria (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

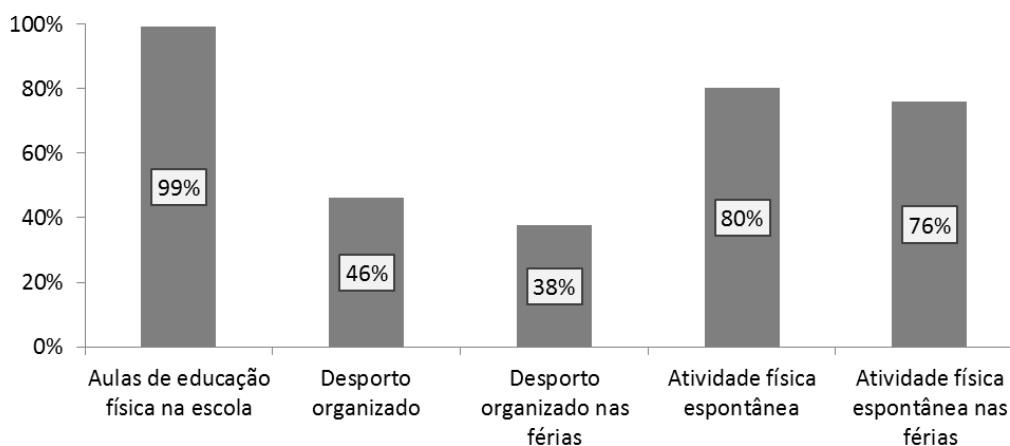
6.12. Comunidade intermunicipal Viseu Dão Lafões

População Escolar:	23.805
Amostra:	1.370 (margem de erro: 1,2%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal de Viseu Dão-Lafões, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 76%, quer durante o período de aulas – 80%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 38%, quer durante o período de aulas – 46%).

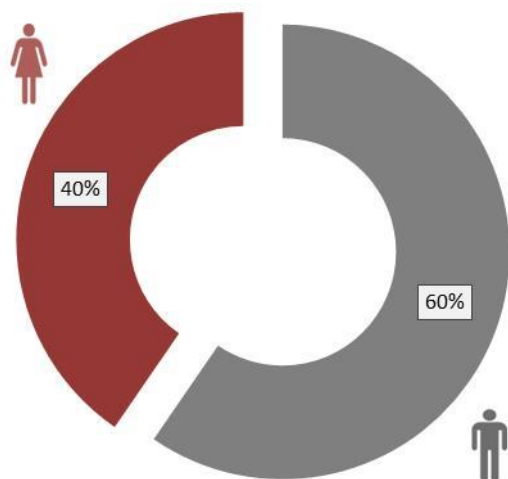
Figura 103 – Hábitos desportivos em Viseu Dão-Lafões (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (60%), como mostra a figura seguinte.

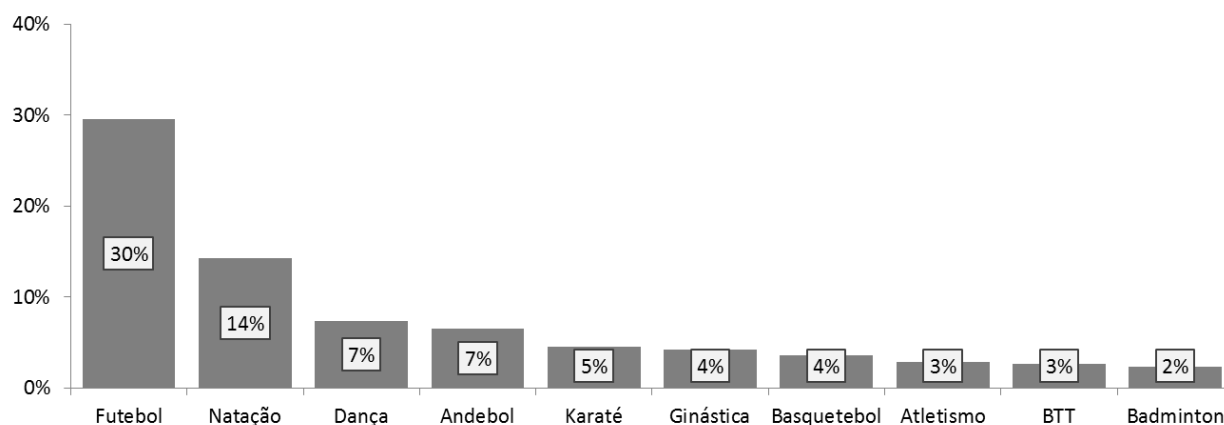
Figura 104 – Prática de desporto organizado em Viseu Dão-Lafões, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal de Viseu Dão-Lafões destaca-se o futebol (30%), a natação (14%), a dança (7%) e o andebol (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 105 – Principais desportos organizados praticados em Viseu Dão-Lafões (%)

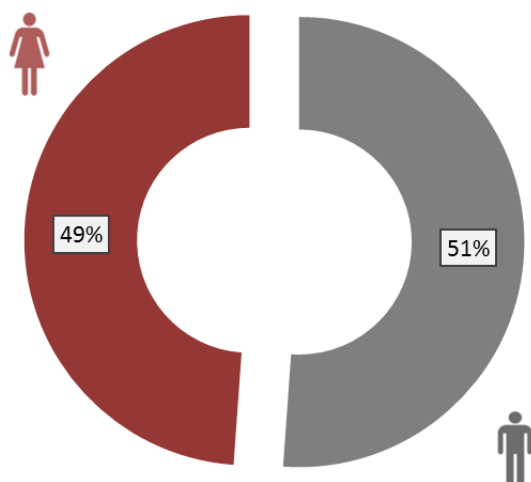


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que praticamente não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física espontânea.

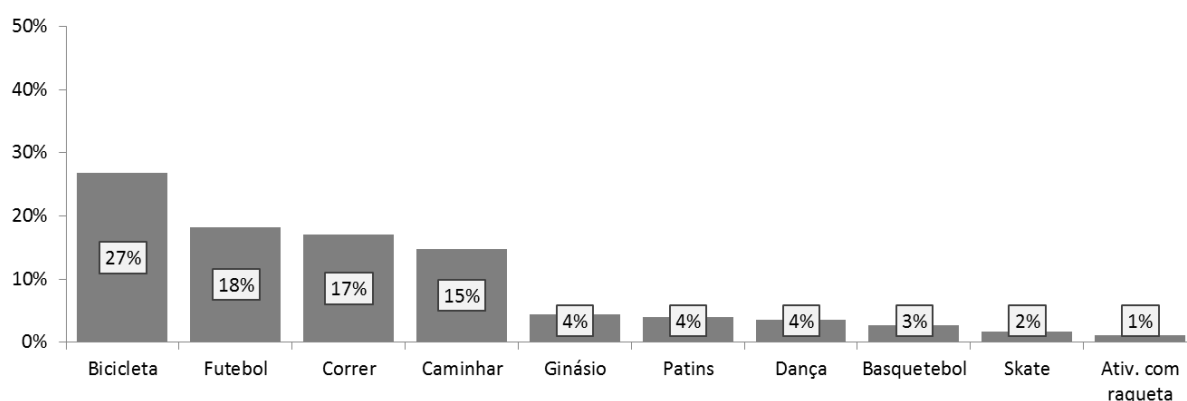
Figura 106 – Prática de atividade física espontânea em Viseu Dão-Lafões, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos de Viseu Dão-Lafões estão o andar de bicicleta (27%), jogar futebol (18%), correr (17%) e caminhar (15%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 107 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas em Viseu Dão-Lafões (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

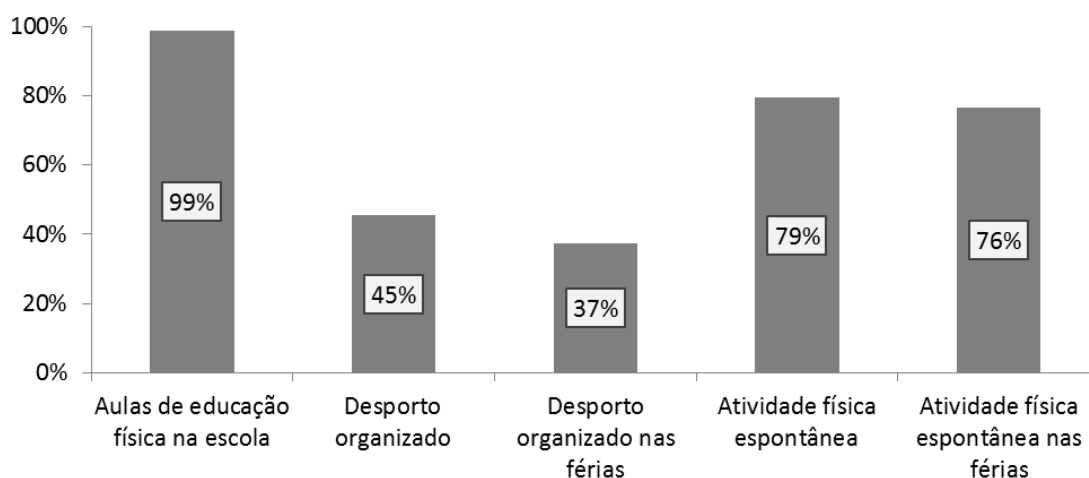
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6.13. Comunidade intermunicipal das Beiras e Serra da Estrela

População Escolar:	17.854
Amostra:	1.374 (margem de erro: 1,4%)

Hábitos desportivos

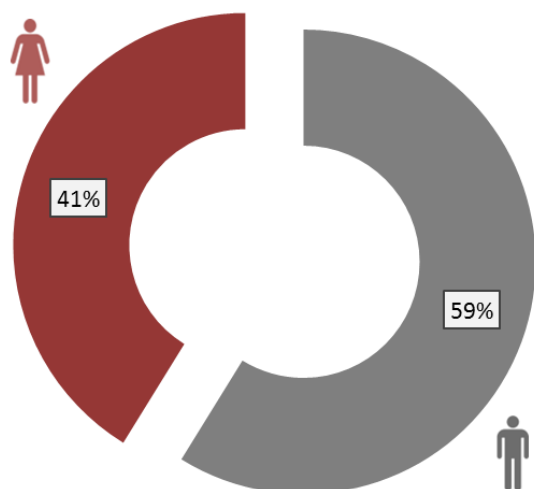
Na comunidade intermunicipal das Beiras e Serra da Estrela, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 76%, quer durante o período de aulas – 79%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 37%, quer durante o período de aulas – 45%).

Figura 108 – Hábitos desportivos nas Beiras e Serra da Estrela (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (59%), como mostra a figura seguinte.

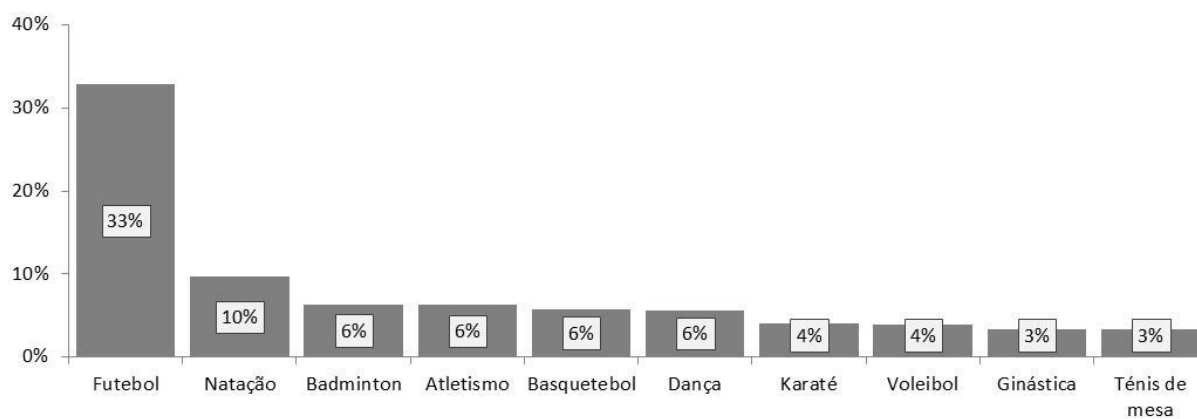
Figura 109 – Prática de desporto organizado nas Beiras e Serra da Estrela, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal das Beiras e Serra da Estrela destaca-se o futebol (33%) e a natação (10%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

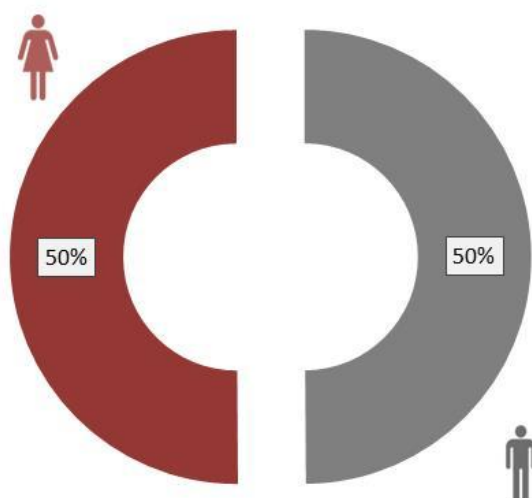
Figura 110 – Principais desportos organizados praticados nas Beiras e Serra da Estrela (%)



Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

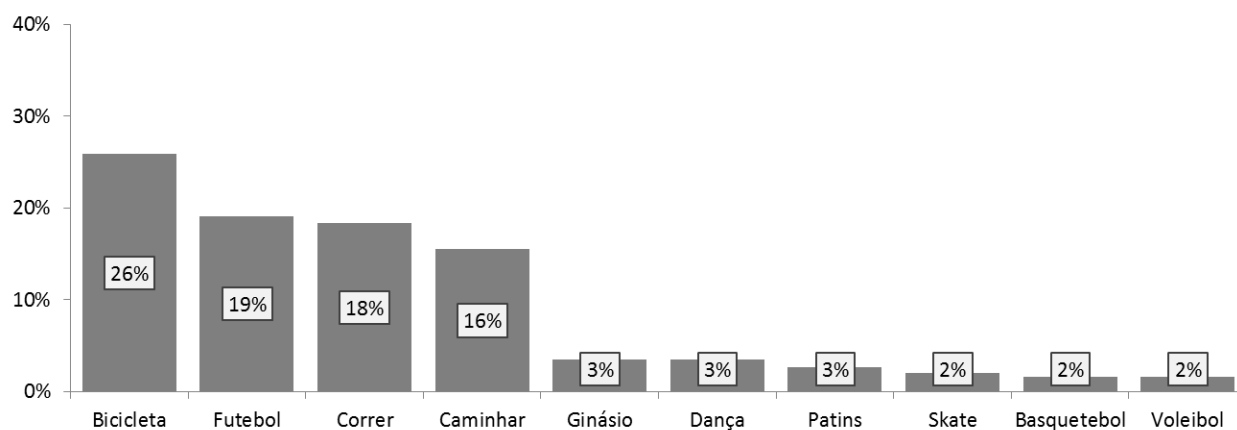
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física.

Figura 111 – Prática de atividade física espontânea nas Beiras e Serra da Estrela, por sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos das beiras e Serra da Estrela estão o andar de bicicleta (26%), jogar futebol (19%), correr (18%) e caminhar (16%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 112 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas nas Beiras e Serra da Estrela (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

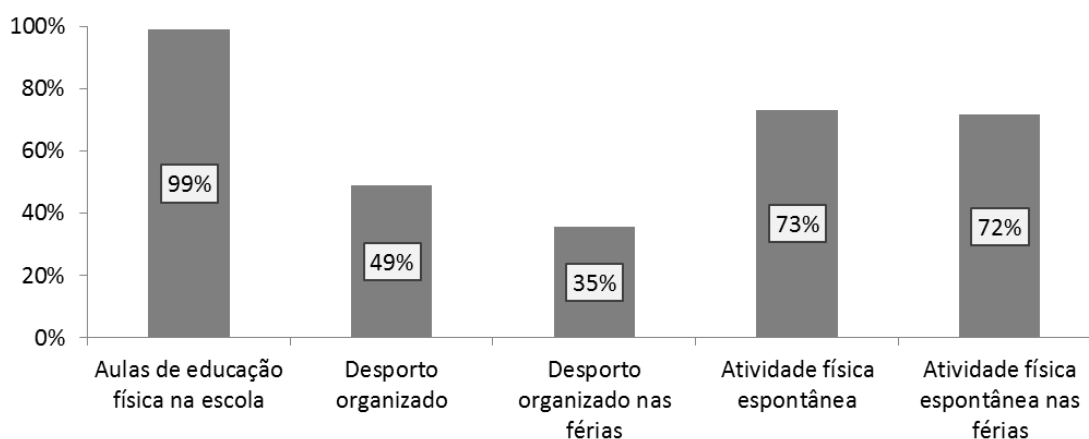
6.14. Comunidade intermunicipal da Beira Baixa

População Escolar:	6.521
Amostra:	1.513 (margem de erro: 2,1%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal da Beira Baixa, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 72%, quer durante o período de aulas – 73%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 35%, quer durante o período de aulas – 49%).

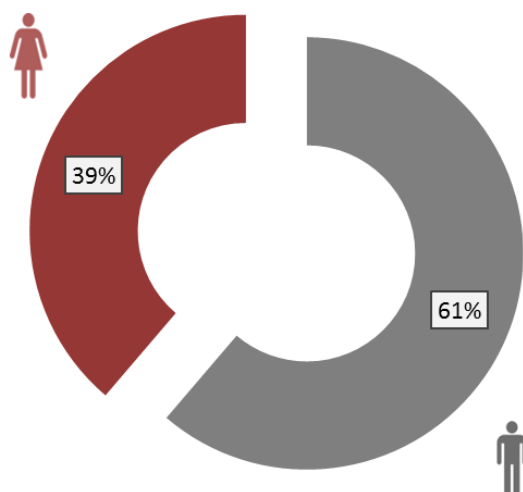
Figura 113 – Hábitos desportivos na Beira Baixa (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (61%), como mostra a figura seguinte.

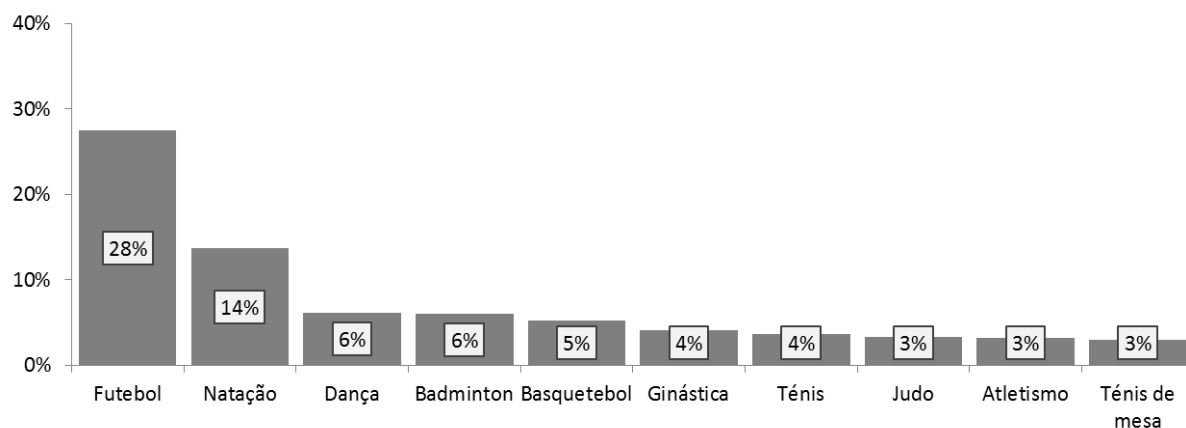
Figura 114 – Prática de desporto organizado na Beira Baixa, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da Beira Baixa destaca-se o futebol (28%), a natação (14%), a dança (6%) e o badminton (6%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 115 – Principais desportos organizados praticados na Beira Baixa (%)

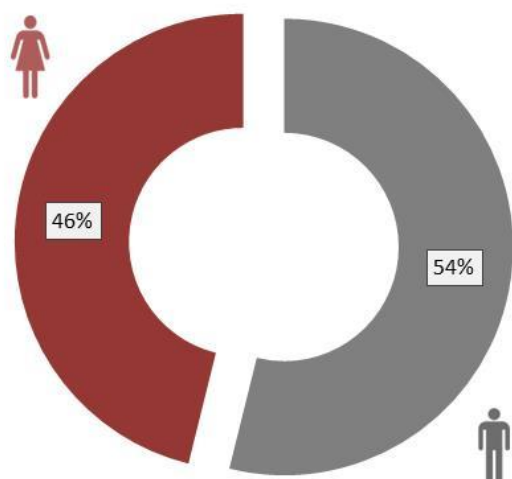


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que são principalmente os rapazes (54%) que indicaram praticar regularmente pelo menos uma atividade física.

Figura 116 – Prática de atividade física espontânea na Beira Baixa, por sexo (%)

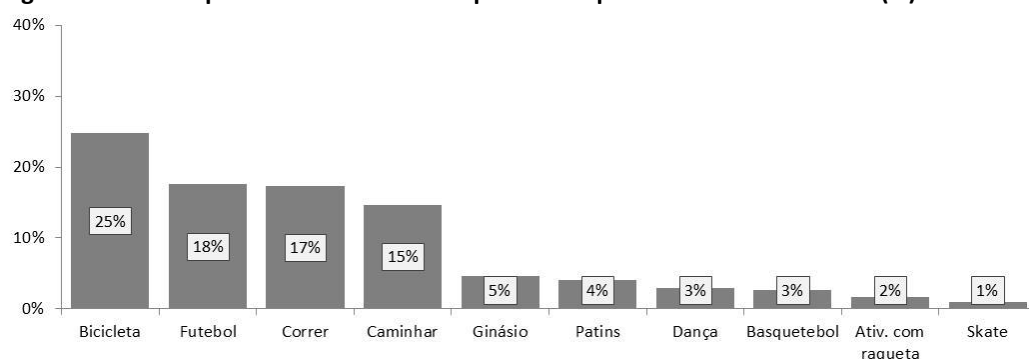


Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da Beira Baixa estão o andar de bicicleta (25%), jogar futebol (18%), correr (17%) e caminhar (15%) (a lista completa de

atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 117 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na Beira Baixa (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

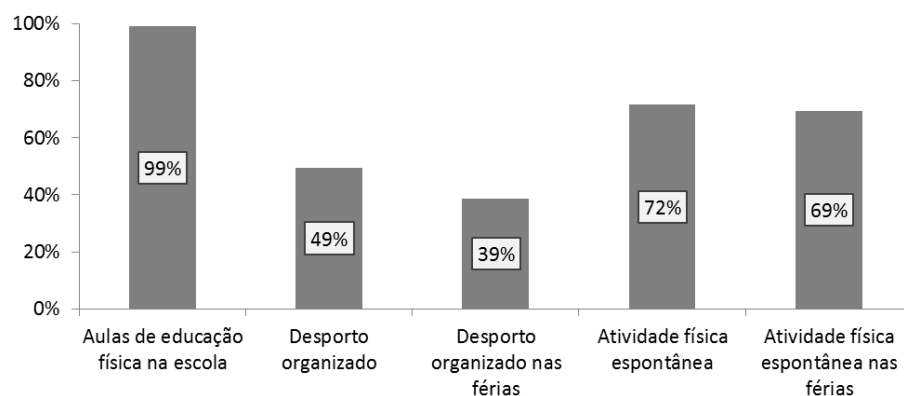
6.15. Comunidade intermunicipal do Oeste

População Escolar:	33.417
Amostra:	1.596 (margem de erro: 1,0%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Oeste, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 69%, quer durante o período de aulas – 72%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 39%, quer durante o período de aulas – 49%).

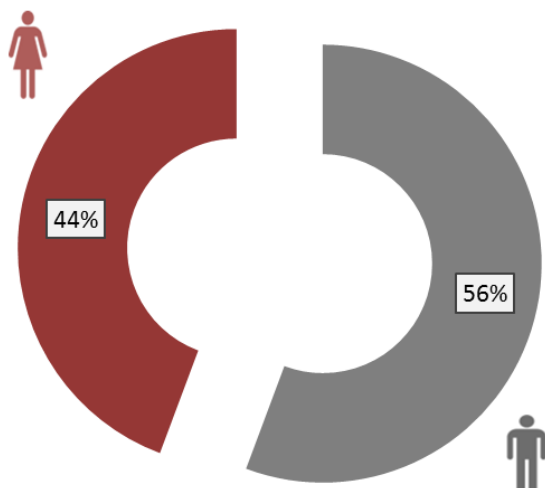
Figura 118 – Hábitos desportivos no Oeste (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (56%), como mostra a figura seguinte.

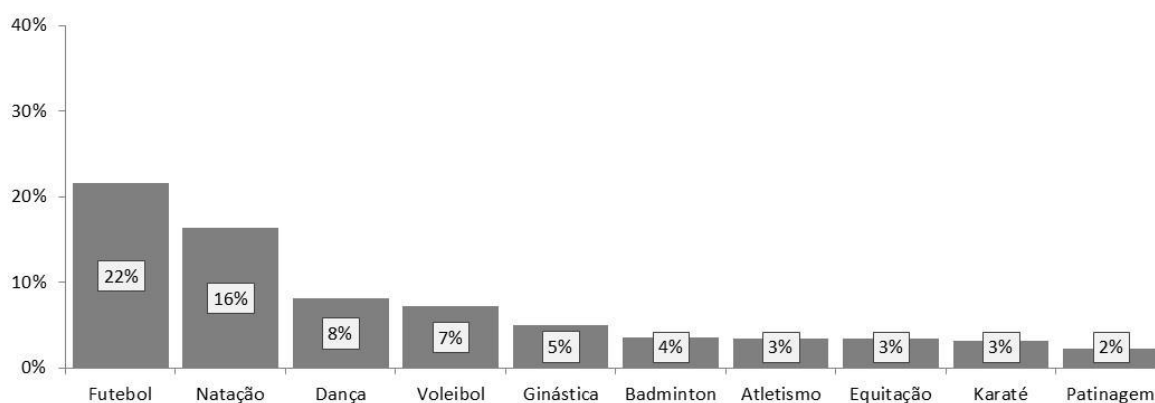
Figura 119 – Prática de desporto organizado no Oeste, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Oeste destaca-se o futebol (22%), a natação (16%), a dança (8%) e o voleibol (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 120 – Principais desportos organizados praticados no Oeste (%)

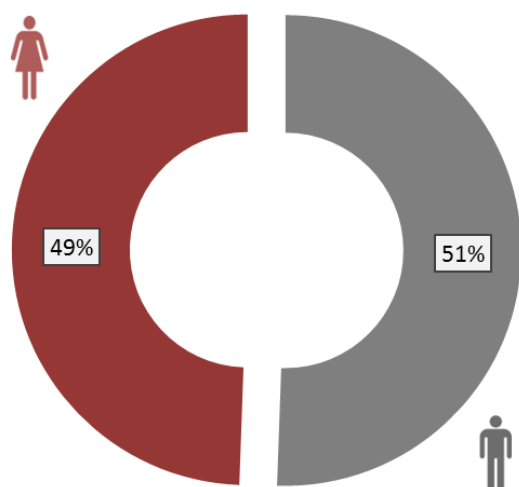


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que quase não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física.

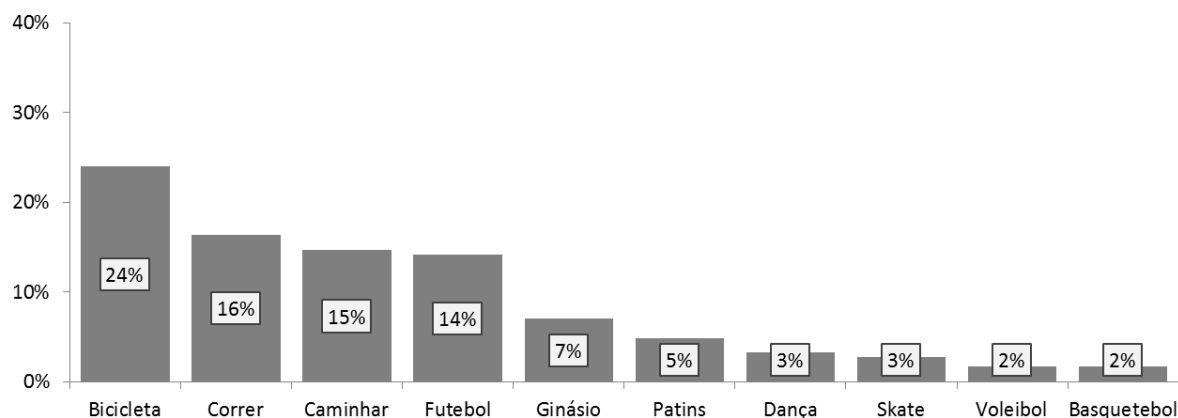
Figura 121 – Prática de atividade física espontânea no Oeste, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Oeste estão andar de bicicleta (24%), correr (16%), caminhar (15%) e jogar futebol (14%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 122 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Oeste (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

6.16. Comunidade intermunicipal do Médio Tejo

População Escolar:	22.526
Amostra:	1.654 (margem de erro: 1,3%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Médio Tejo, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 71%, quer durante o período de aulas – 73%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 41%, quer durante o período de aulas – 48%).

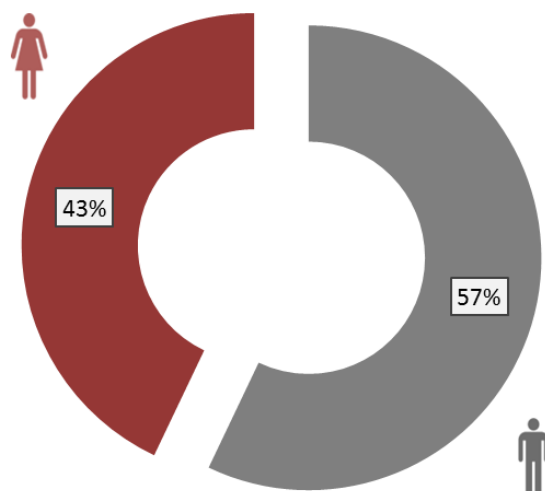
Figura 123 – Hábitos desportivos no Médio Tejo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (57%), como mostra a figura seguinte.

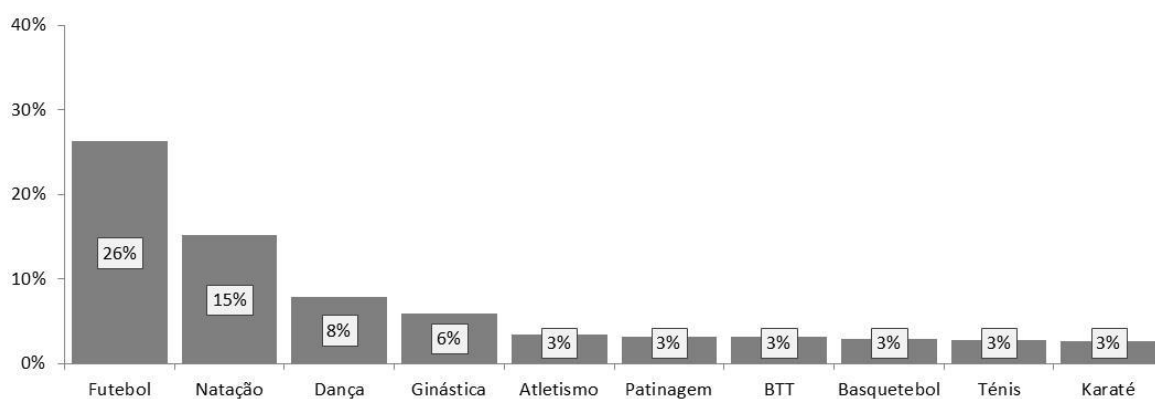
Figura 124 – Prática de desporto organizado no Médio Tejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Médio Tejo destaca-se o futebol (26%), a natação (15%), a dança (8%) e a ginástica (6%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

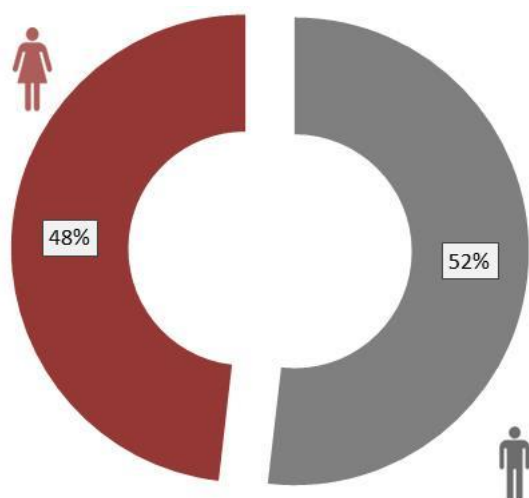
Figura 125 – Principais desportos organizados praticados no Médio Tejo (%)



Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

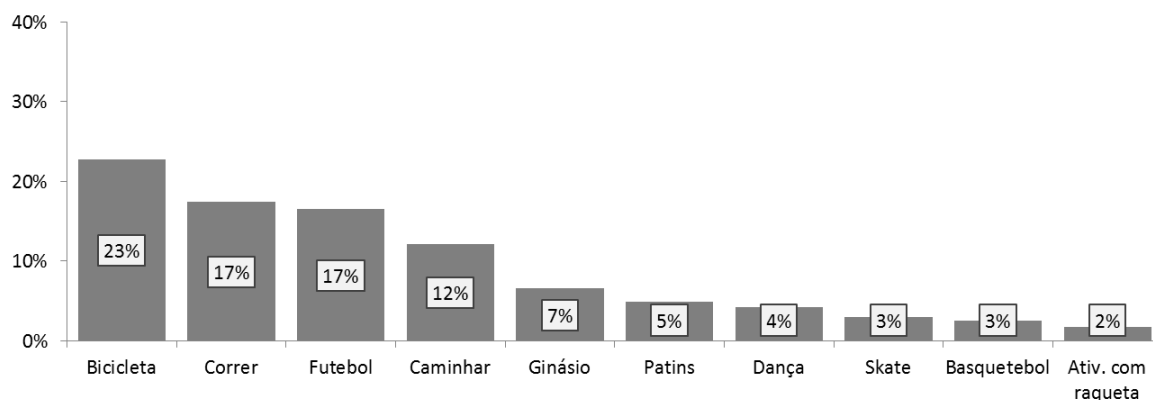
Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que mais de metade dos alunos que indicaram praticar regularmente pelo menos uma atividade física, são rapazes (52%).

Figura 126 – Prática de atividade física espontânea no Médio Tejo, por sexo (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Médio Tejo estão andar de bicicleta (23%), correr (17%), jogar futebol (17%) e caminhar (12%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 127 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Médio Tejo (%)

Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

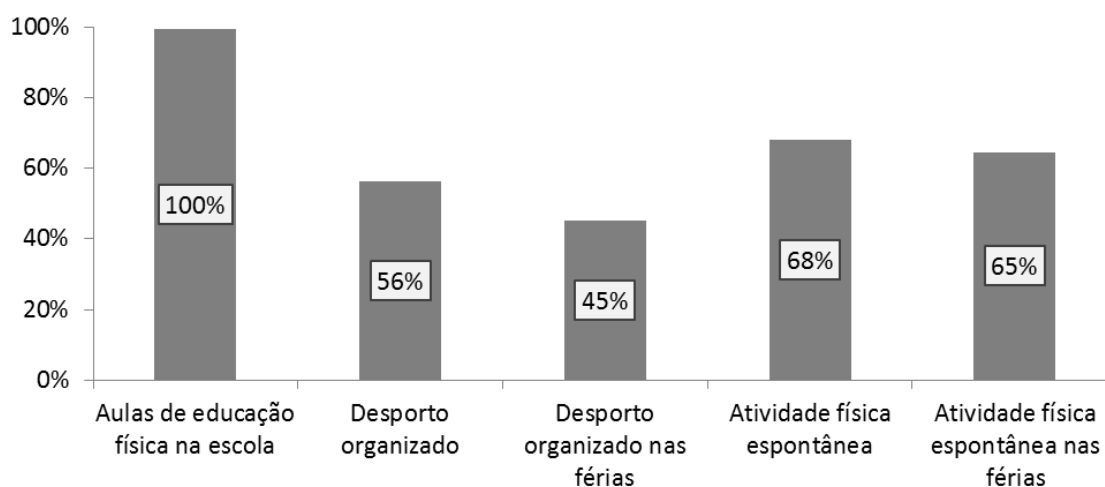
6.17. Área Metropolitana de Lisboa

População Escolar:	281.178
Amostra:	2.013 (margem de erro: 0,4%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal da Área Metropolitana de Lisboa, a totalidade dos alunos (100%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de metade dos alunos indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 65%, quer durante o período de aulas – 68%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 45%, quer durante o período de aulas – 56%).

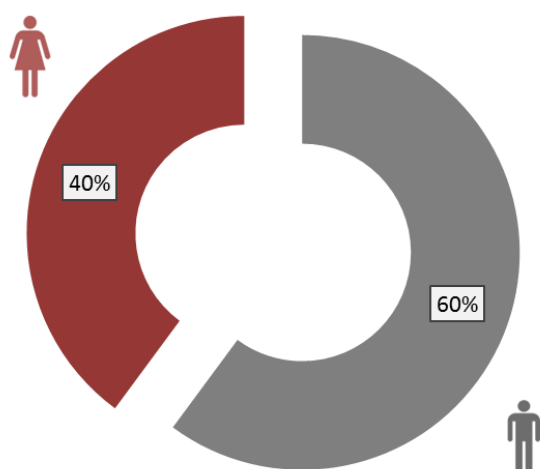
Figura 128 – Hábitos desportivos na Área Metropolitana de Lisboa (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (60%), como mostra a figura seguinte.

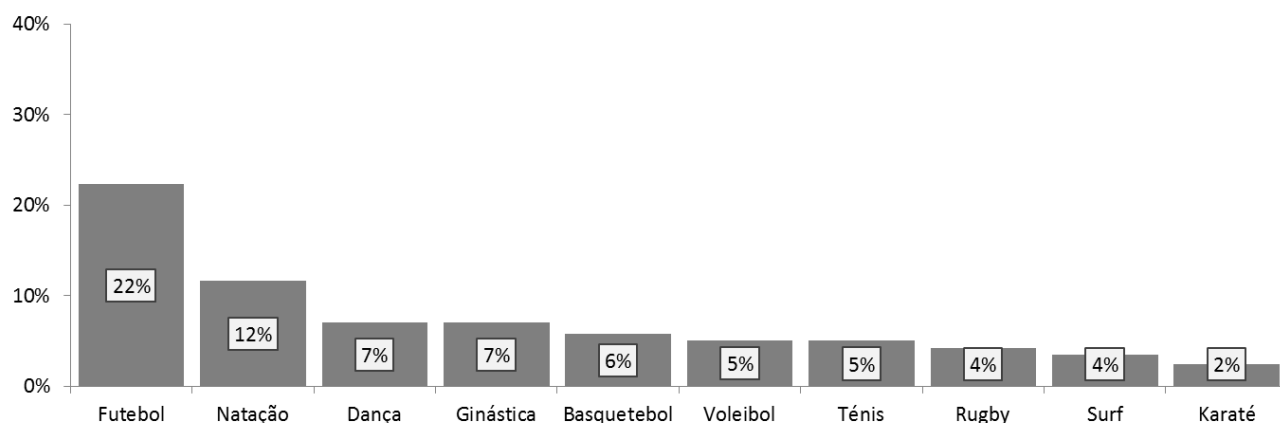
Figura 129 – Prática de desporto organizado na Área Metropolitana de Lisboa, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da área metropolitana de Lisboa destaca-se o futebol (22%), a natação (12%), a dança (7%) e a ginástica (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 130 – Principais desportos organizados na Área Metropolitana de Lisboa (%)

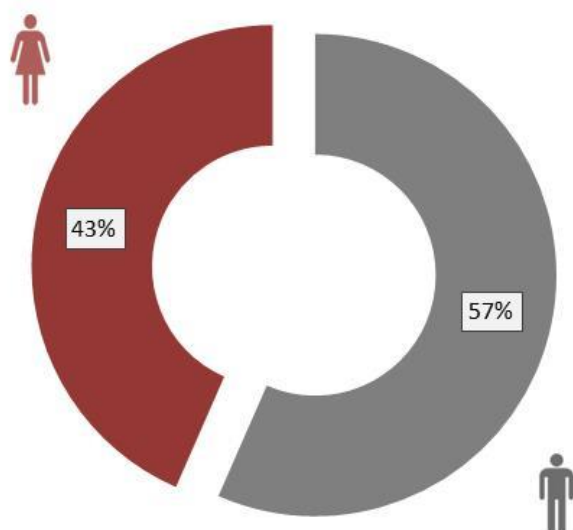


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que a maioria dos alunos que indicou a prática regular de pelo menos uma atividade física é do sexo masculino.

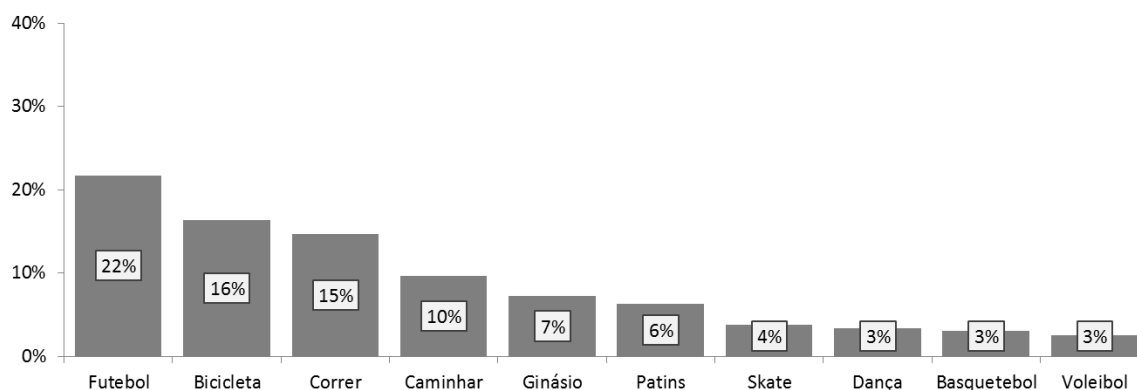
Figura 131 – Prática de atividade física espontânea na Área Metropolitana de Lisboa, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da Área Metropolitana de Lisboa estão o jogar futebol (22%), andar de bicicleta (16%), correr (15%) e caminhar (10%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 132 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na Área Metropolitana de Lisboa (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

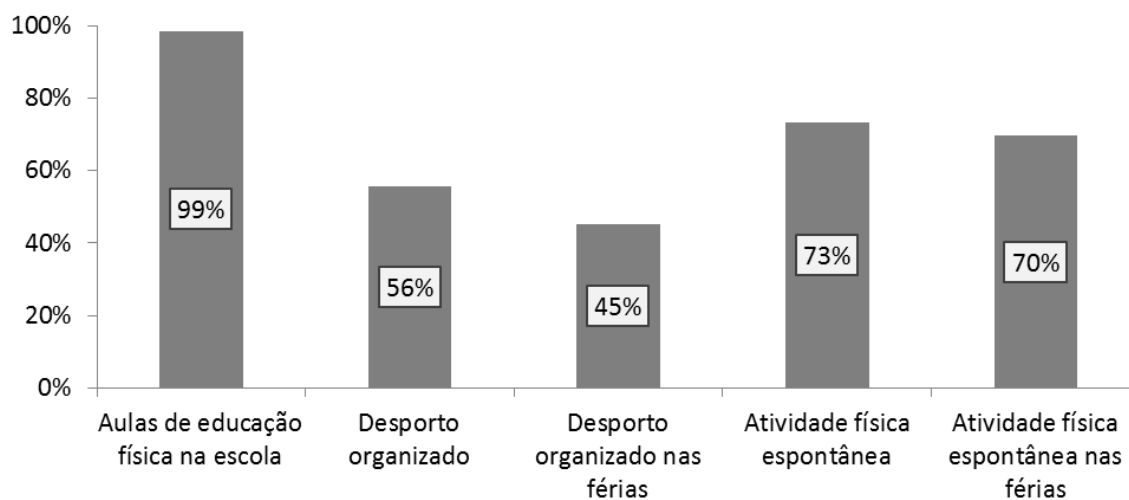
6.18. Comunidade intermunicipal da Lezíria do Tejo

População Escolar:	21.818
Amostra:	1.470 (margem de erro: 1,3%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal a Lezíria do Tejo, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 70%, quer durante o período de aulas – 73%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 45%, quer durante o período de aulas – 56%).

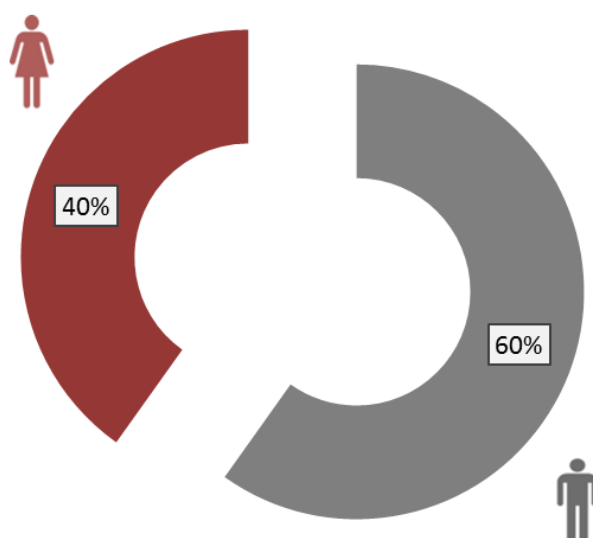
Figura 133 – Hábitos desportivos na Lezíria do Tejo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (60%), como mostra a figura seguinte.

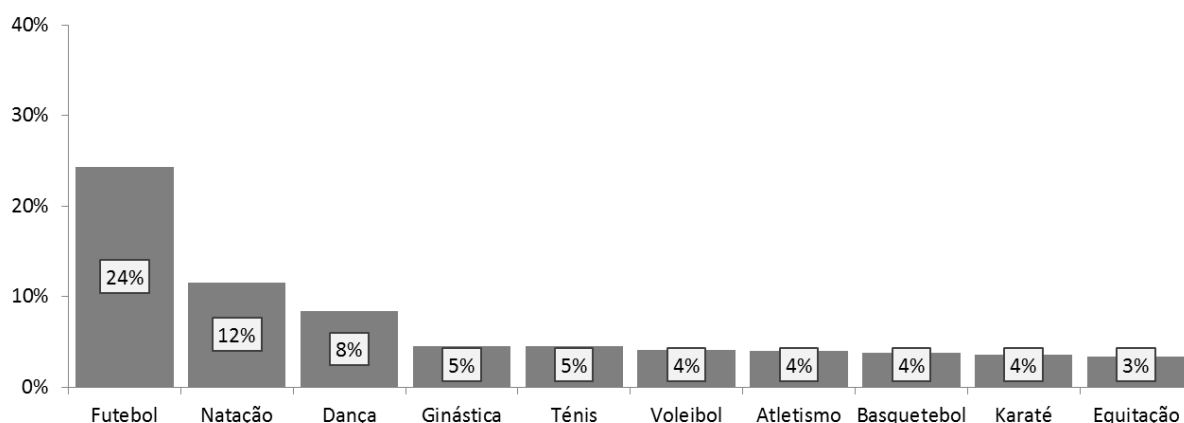
Figura 134 – Prática de desporto organizado na Lezíria do Tejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal da Lezíria do Tejo destaca-se o futebol (24%), a natação (12%) e a dança (8%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 135 – Principais desportos organizados praticados na Lezíria do Tejo (%)

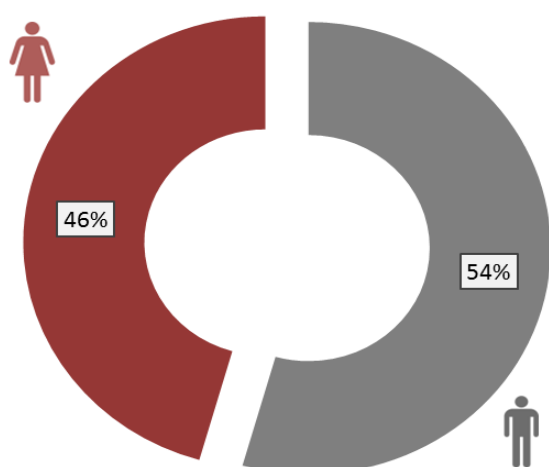


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que a maioria dos alunos, que indicou a prática regular de pelo menos uma atividade física, é do sexo masculino (54%).

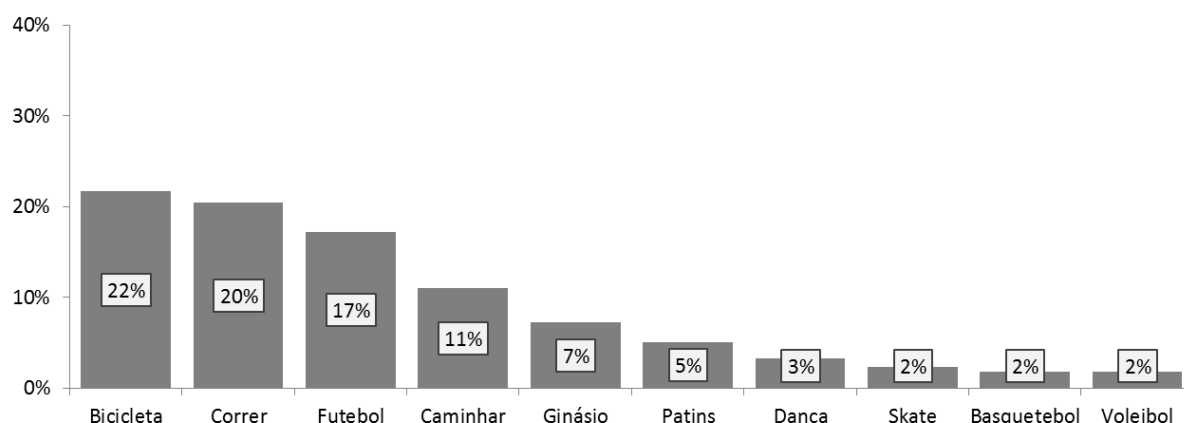
Figura 136 – Prática de atividade física espontânea na Lezíria do Tejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos da Lezíria do Tejo estão o andar de bicicleta (22%), correr (20%), jogar futebol (17%) e caminhar (11%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 137 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas na Lezíria do Tejo (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

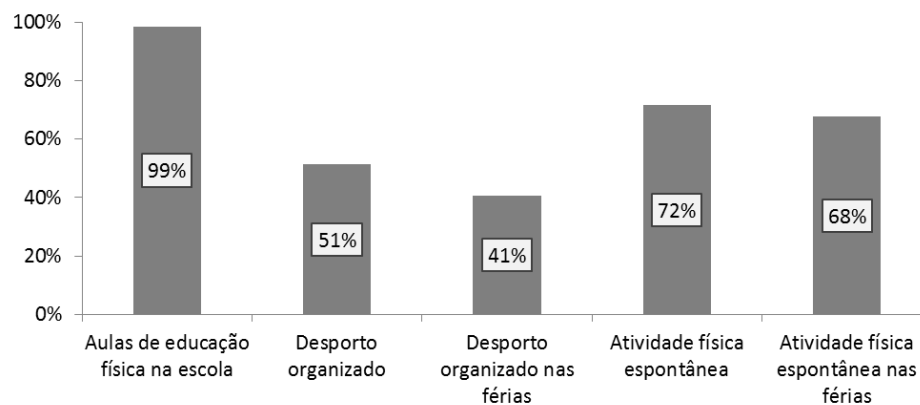
6.19. Comunidade intermunicipal do Alentejo Litoral

População Escolar:	8.016
Amostra:	1.291 (margem de erro: 2,0%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Alentejo Litoral, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 68%, quer durante o período de aulas – 72%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 41%, quer durante o período de aulas – 51%).

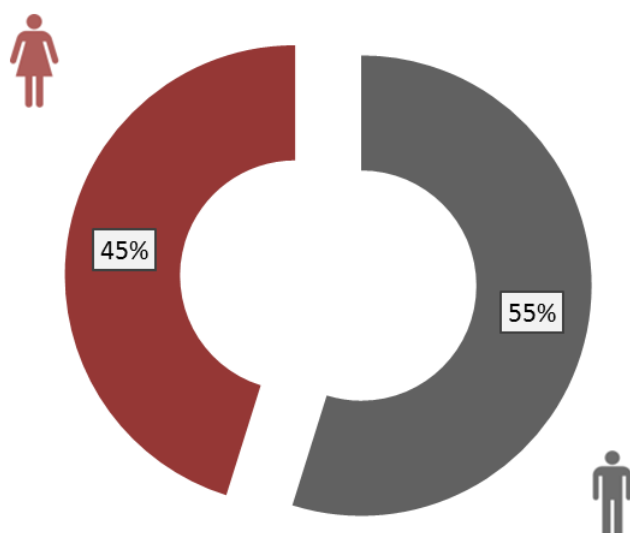
Figura 138 – Hábitos desportivos no Alentejo Litoral (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (55%), como mostra a figura seguinte.

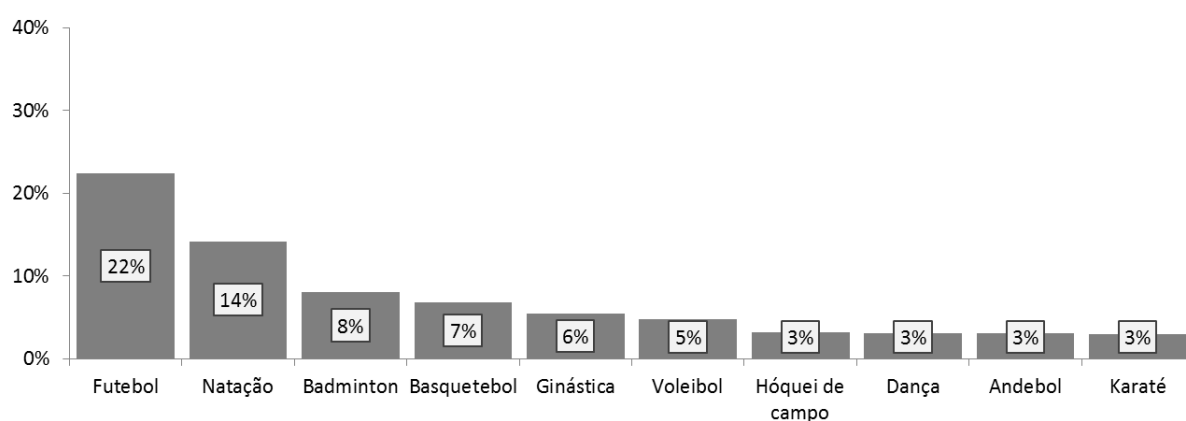
Figura 139 – Prática de desporto organizado no Alentejo Litoral, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Alentejo Litoral destaca-se o futebol (22%), a natação (14%) e o badminton (8%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 140 – Principais desportos organizados praticados no Alentejo Litoral (%)

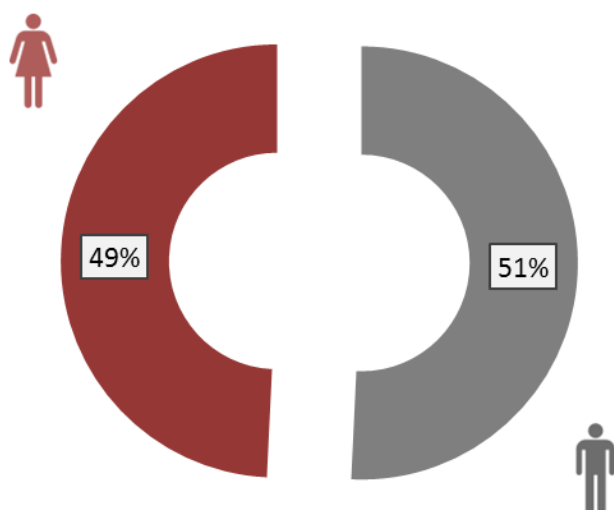


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que praticamente não existem diferenças de género na prática regular de pelo menos uma atividade física.

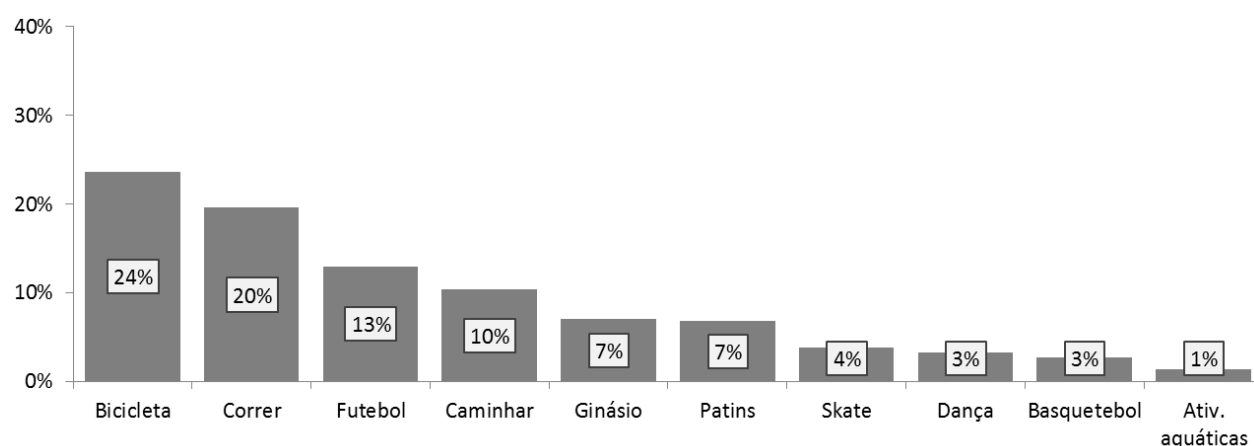
Figura 141 – Prática de atividade física espontânea no Alentejo Litoral, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Alentejo Litoral estão o andar de bicicleta (24%), correr (20%), jogar futebol (13%), caminhar (10%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 142 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Alentejo Litoral (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

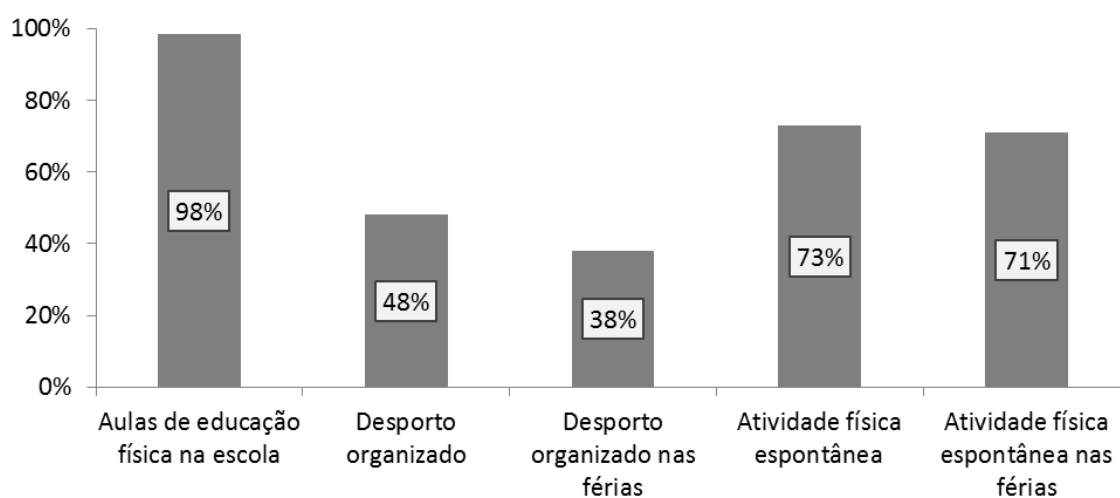
6.20. Comunidade intermunicipal do Alto Alentejo

População Escolar:	9.912
Amostra:	1.284 (margem de erro: 1,8%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Alto Alentejo, a maioria dos alunos (98%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 71%, quer durante o período de aulas – 73%), e menos de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 38%, quer durante o período de aulas – 48%).

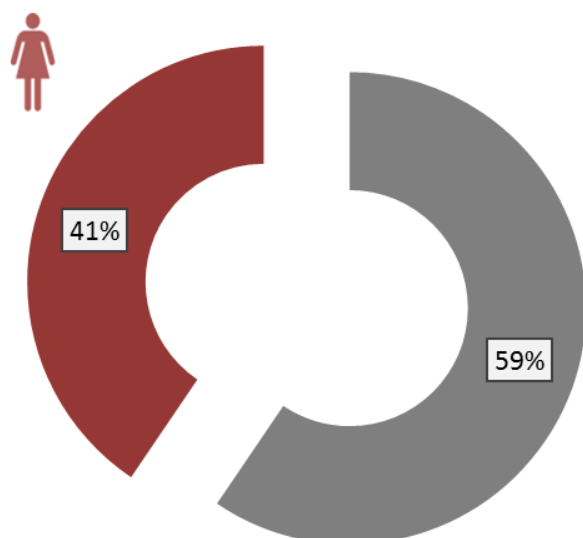
Figura 143 – Hábitos desportivos no Alto Alentejo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (59%), como mostra a figura seguinte.

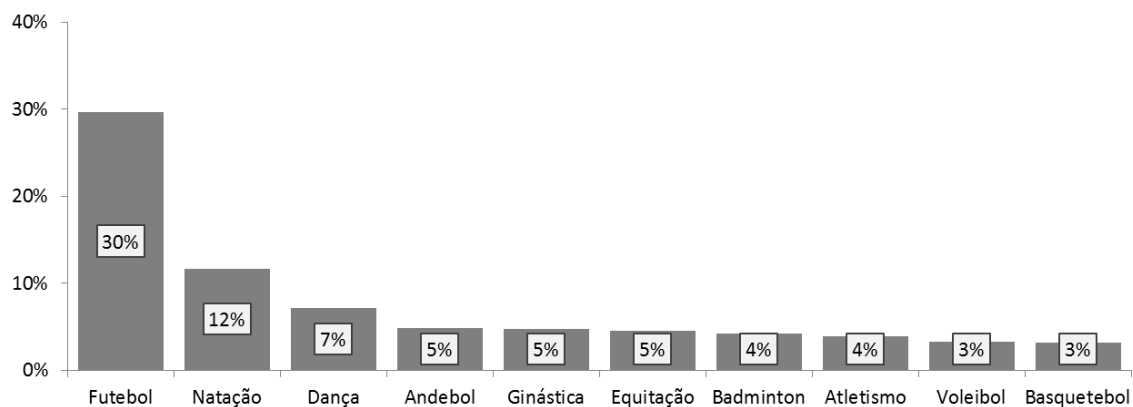
Figura 144 – Prática de desporto organizado no Alto Alentejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Alto Alentejo destaca-se o futebol (30%), a natação (12%) e a dança (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 145 – Principais desportos organizados praticados no Alto Alentejo (%)

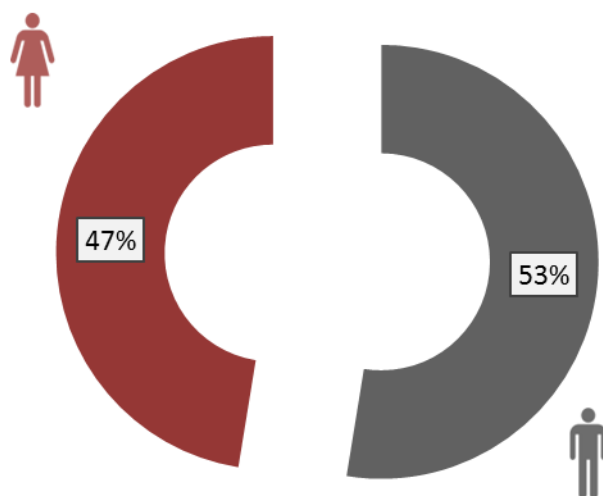


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que mais de metade dos alunos, que indicaram a prática regular de pelo menos uma atividade física, são rapazes (53%).

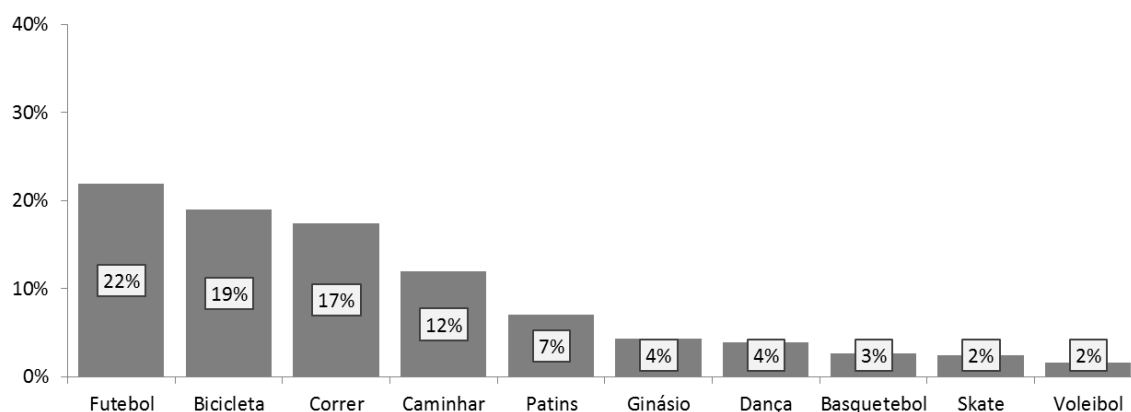
Figura 146 – Prática de atividade física espontânea no Alto Alentejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Alto Alentejo estão o jogar futebol (22%), andar de bicicleta (19%), correr (17%) e caminhar (12%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 147 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Alto Alentejo (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

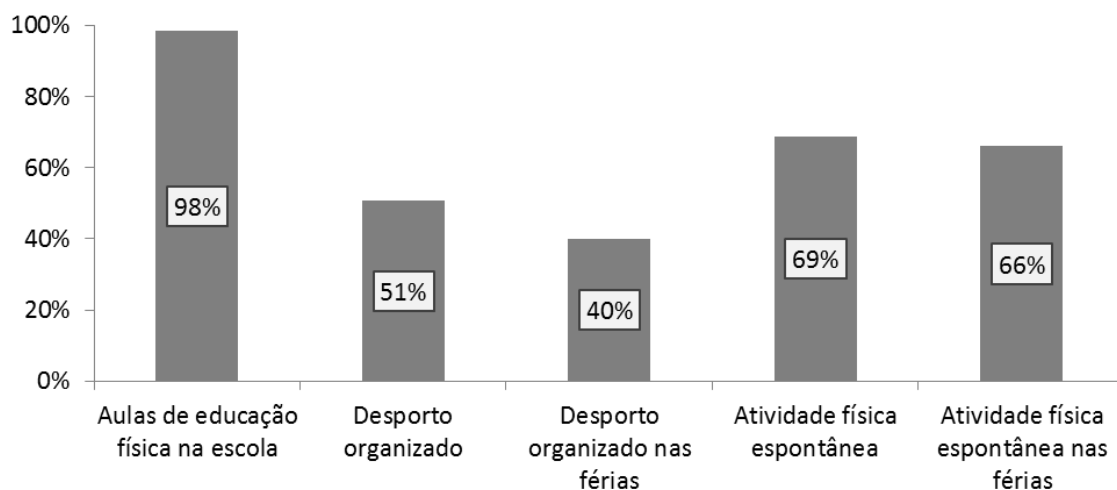
6.21. Comunidade intermunicipal do Alentejo Central

População Escolar:	14.349
Amostra:	1.219 (margem de erro: 1,6%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Alentejo Central, a maioria dos alunos (98%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 66%, quer durante o período de aulas – 69%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 40%, quer durante o período de aulas – 51%).

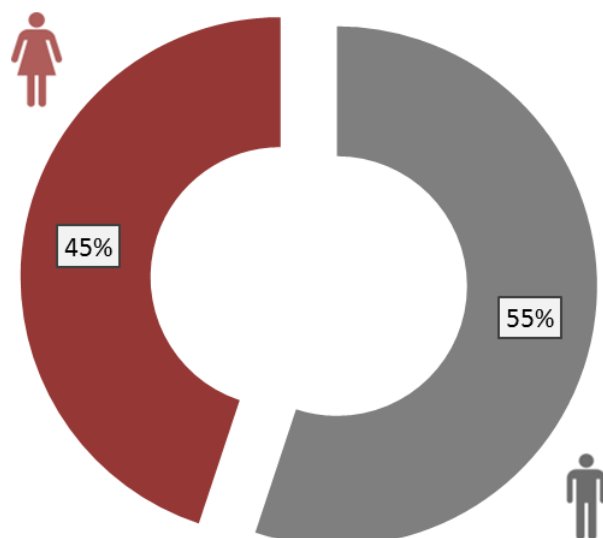
Figura 148 – Hábitos desportivos no Alentejo Central (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (55%), como mostra a figura seguinte.

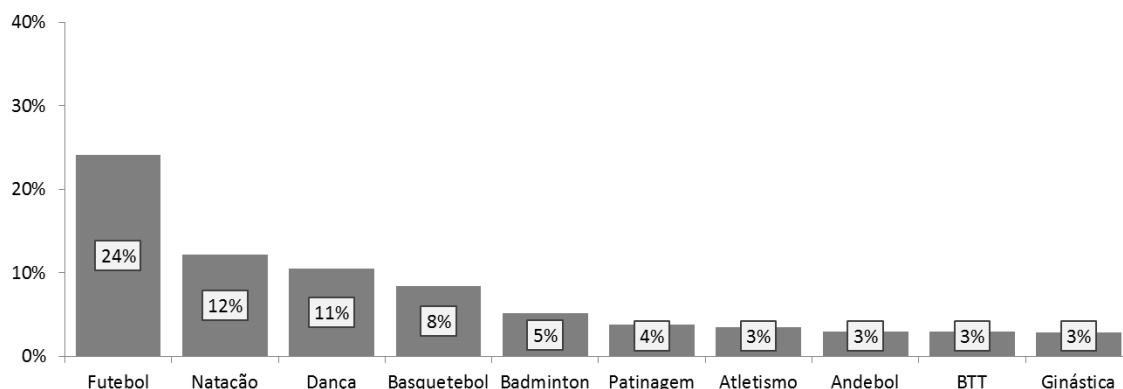
Figura 149 – Prática de desporto organizado no Alentejo Central, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Alentejo Central destaca-se o futebol (24%), a natação (12%), a dança (11%) e o basquetebol (8%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 150 – Principais desportos organizados praticados no Alentejo Central (%)

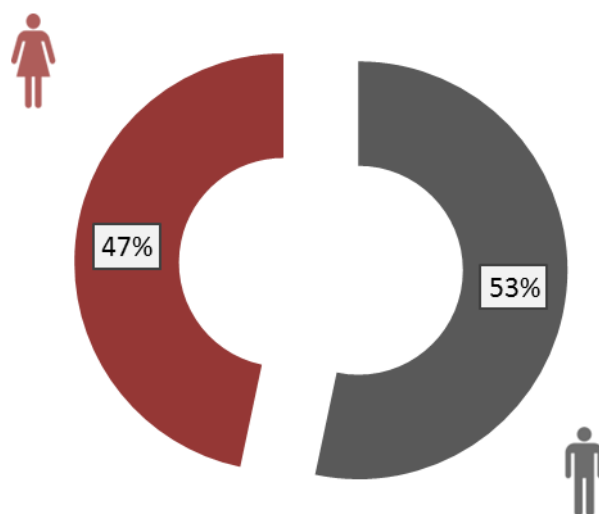


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que mais de metade dos alunos, que afirmaram praticar de forma regular de pelo menos uma atividade física, são rapazes (53%).

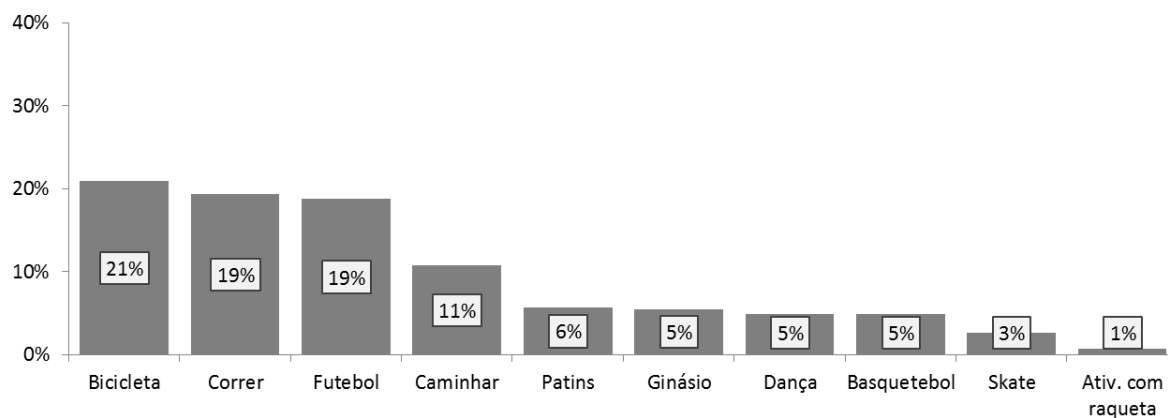
Figura 151 – Prática de atividade física espontânea no Alentejo Central, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Alentejo Central estão andar de bicicleta (21%), correr (19%), jogar futebol (19%) e caminhar (11%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 152 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Alentejo Central (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

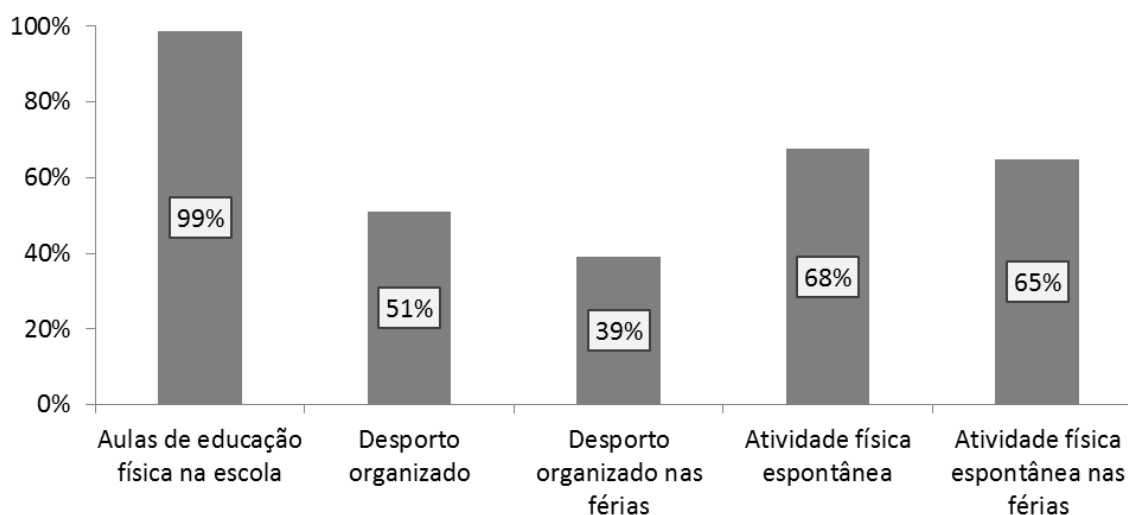
6.22. Comunidade intermunicipal do Baixo Alentejo

População Escolar:	11.203
Amostra:	1.381 (margem de erro: 1,7%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Baixo Alentejo, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 65%, quer durante o período de aulas – 68%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 39%, quer durante o período de aulas – 51%).

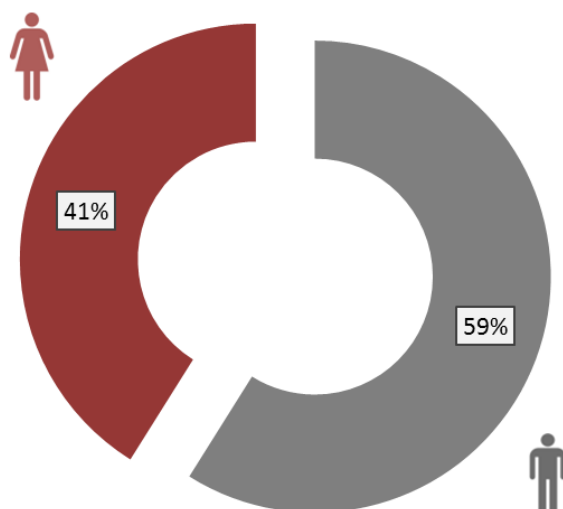
Figura 153 – Hábitos desportivos no Baixo Alentejo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (59%), como mostra a figura seguinte.

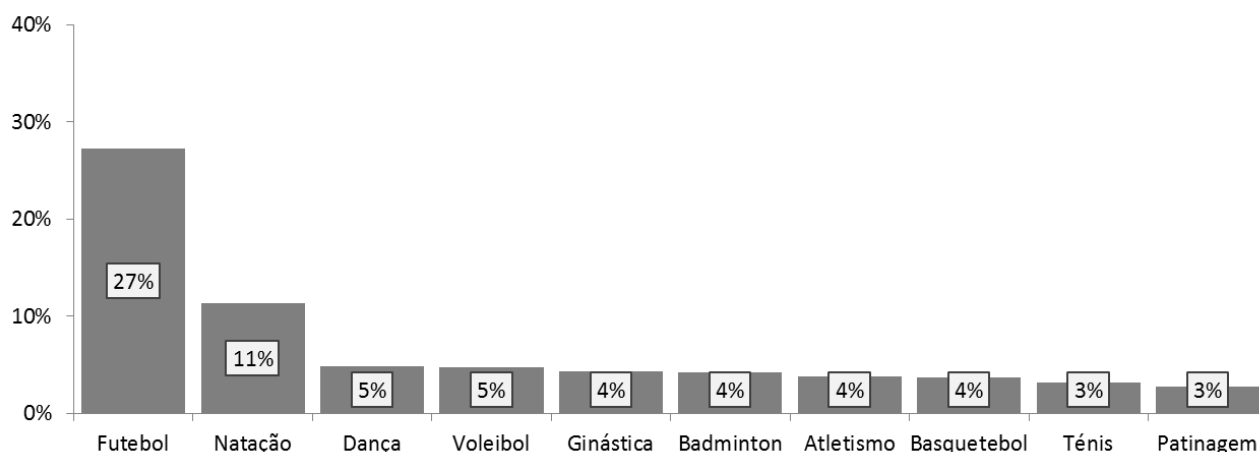
Figura 154 – Prática de desporto organizado no Baixo Alentejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Baixo Alentejo destaca-se o futebol (27%) e a natação (11%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 155 – Principais desportos organizados praticados no Baixo Alentejo (%)

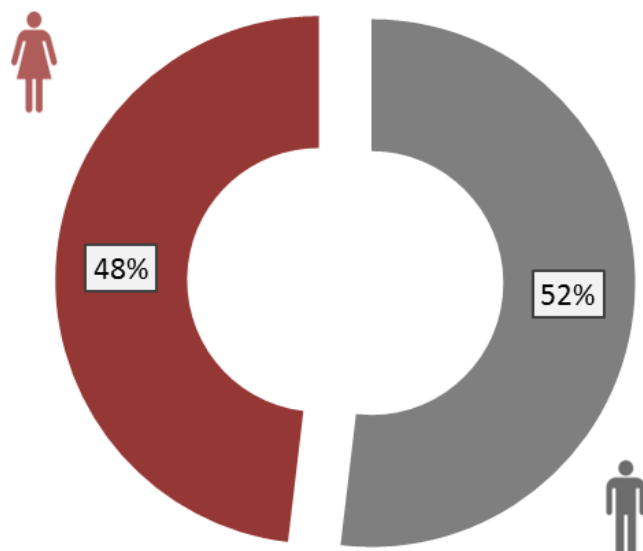


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que mais de metade dos alunos, que afirmaram praticar regularmente pelo menos uma atividade física, são rapazes (52%).

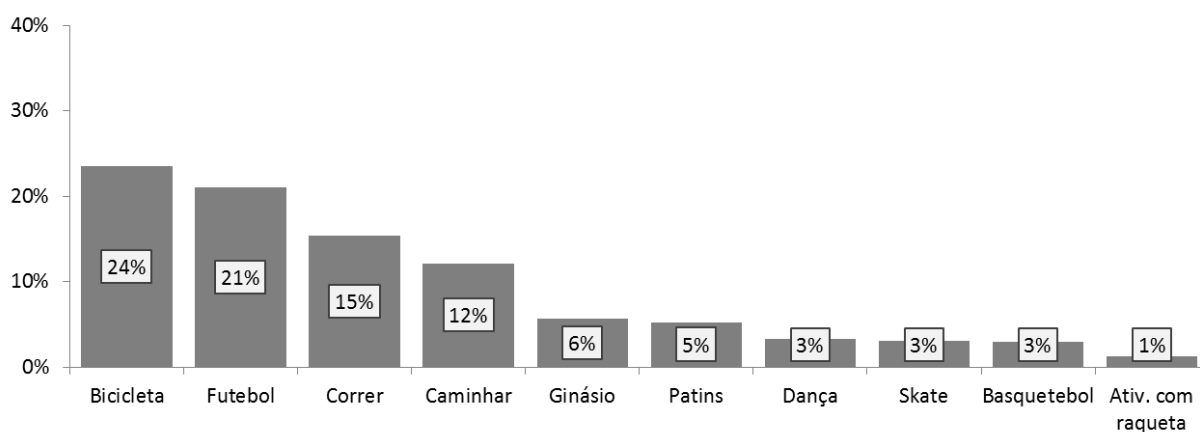
Figura 156 – Prática de atividade física espontânea no Baixo Alentejo, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Baixo Alentejo estão andar de bicicleta (24%), jogar futebol (21%), correr (15%) e caminhar (12%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 157 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Baixo Alentejo (%)



Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

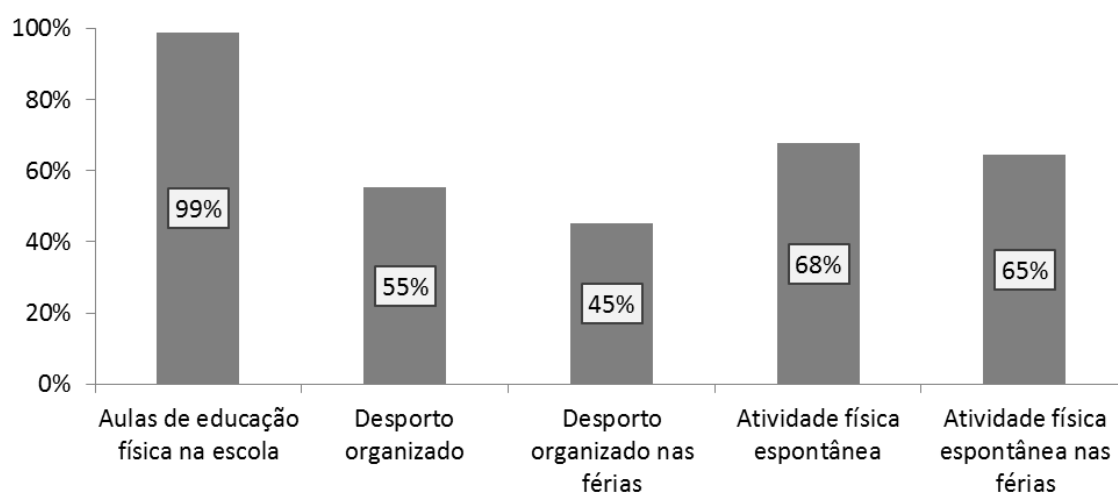
6.23. Comunidade intermunicipal do Algarve

População Escolar:	41.782
Amostra:	1.483 (margem de erro: 0,9%)

Hábitos desportivos

Na comunidade intermunicipal do Algarve, a maioria dos alunos (99%) afirmou praticar aulas de educação física na escola, mais de 70% indicou a prática de atividades físicas espontâneas (quer nas férias – 65%, quer durante o período de aulas – 68%), e cerca de metade referiu ainda a prática regular de desporto organizado após o horário letivo (quer nas férias – 45%, quer durante o período de aulas – 55%).

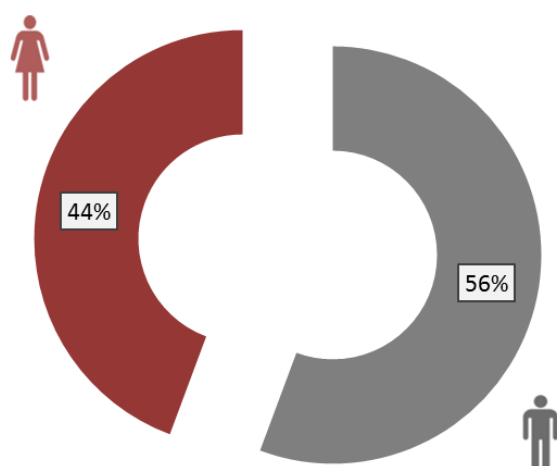
Figura 158 – Hábitos desportivos no Algarve (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente aos alunos que indicaram praticar regularmente um desporto organizado pode-se concluir que são na maioria rapazes (56%), como mostra a figura seguinte.

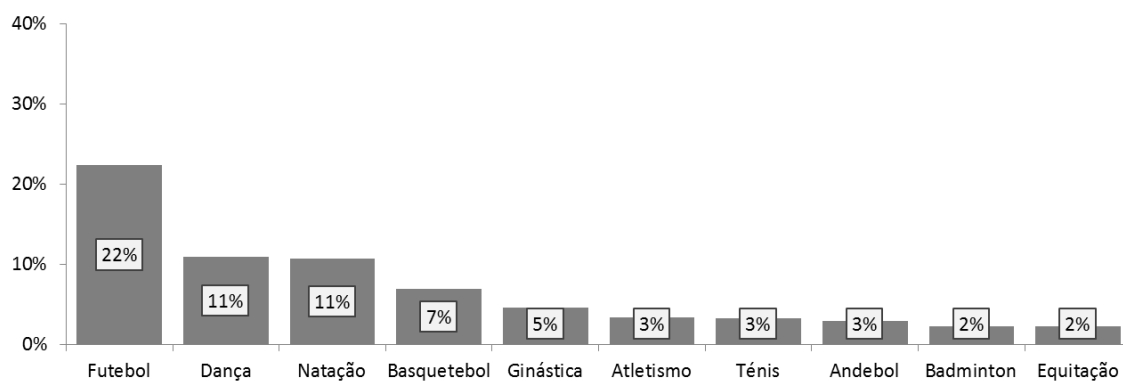
Figura 159 – Prática de desporto organizado no Algarve, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Nos principais desportos organizados praticados na comunidade intermunicipal do Algarve destaca-se o futebol (22%), a dança (11%), a natação (11%) e o basquetebol (7%) (a lista completa de desportos organizados referidos pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 5).

Figura 160 – Principais desportos organizados praticados no Algarve (%)

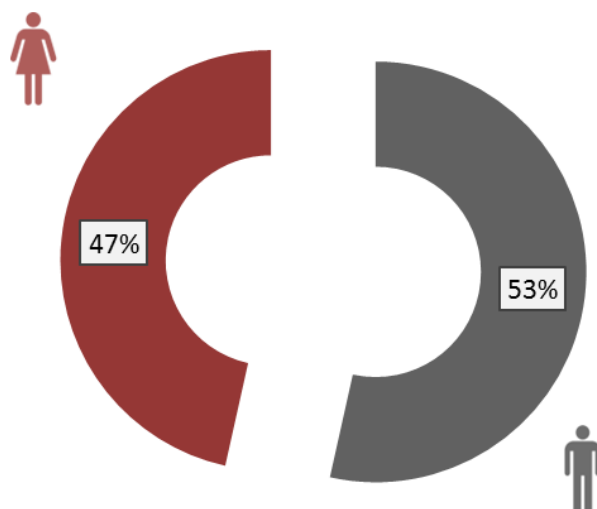


Nota: na figura apresentam-se os primeiros 10 desportos mais referidos pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Quando questionados sobre a prática de atividade física espontânea, a figura seguinte mostra que 53% do total dos alunos que indicaram a prática regular de pelo menos uma atividade física, são rapazes.

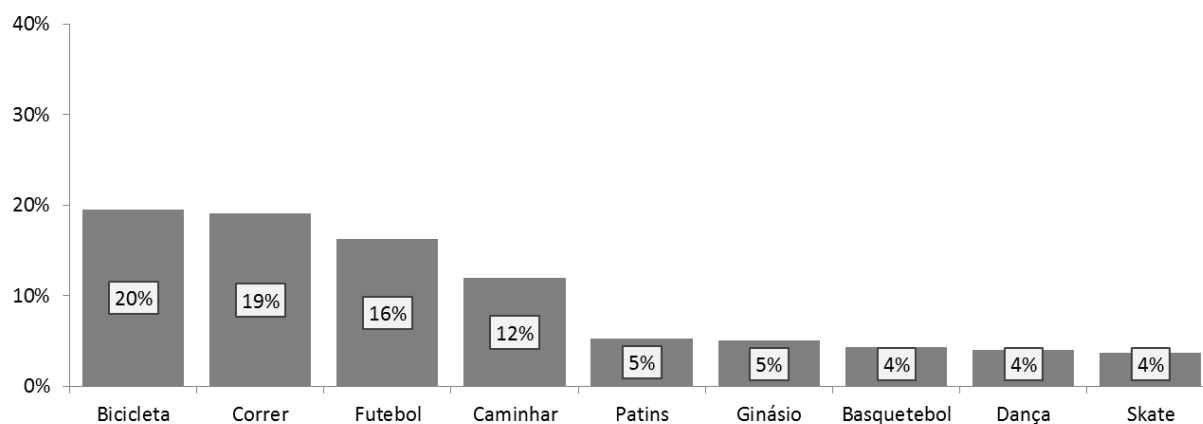
Figura 161 – Prática de atividade física espontânea no Algarve, por sexo (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Entre as atividades físicas espontâneas mais referidas pelos alunos do Algarve estão andar de bicicleta (20%), correr (19%), jogar futebol (16%) e caminhar (12%) (a lista completa de atividades físicas espontâneas referidas pelos alunos pode ser consultada no anexo B – tabela 6).

Figura 162 – Principais atividades físicas espontâneas praticadas no Algarve (%)



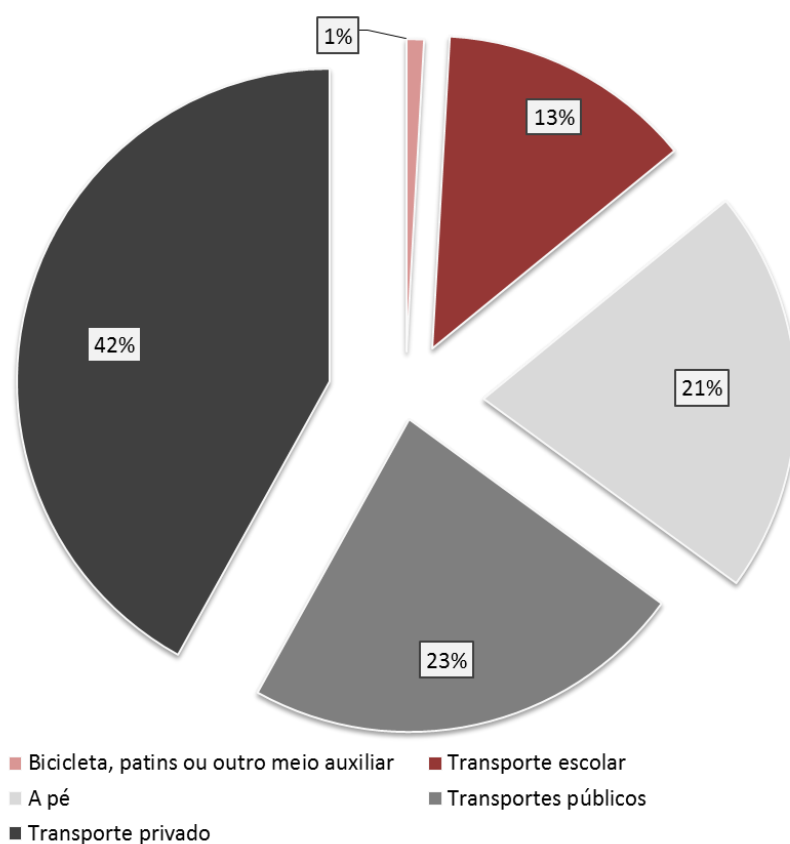
Nota: na figura apresentam-se as primeiras 10 atividades mais referidas pelos alunos.

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

7. Deslocação para a escola

Na sua deslocação diária para a escola, os dados recolhidos neste inquérito mostram que a maioria dos alunos do 2º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário utiliza o transporte privado (42%). Os transportes públicos (23%) e a deslocação a pé (21%) ocupam o 2º e 3º lugares, respetivamente. 13% dos alunos indica utilizar o transporte escolar diariamente para se deslocar para a escola e apenas 1% dos alunos inquiridos refere utilizar a bicicleta, os patins ou outro meio auxiliar como meio de deslocação.

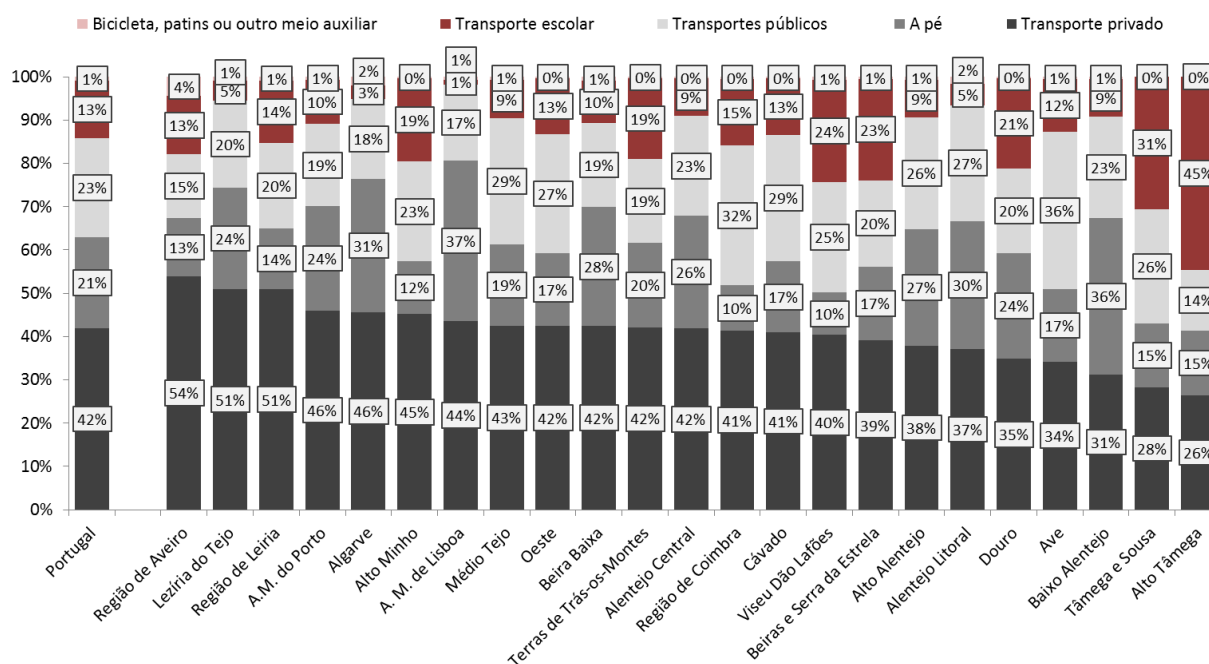
Figura 163 – Meio de deslocação para a escola (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Uma análise comparativa dos principais meios de deslocação para a escola das várias regiões intermunicipais, permite observar que as principais diferenças existem nas regiões do Alto Tâmega e do Tâmega e do Sousa comparativamente com o nacional. Nestas regiões o principal meio de deslocação é o transporte escolar (45% e 31%, respetivamente) por comparação à média nacional de apenas 13%.

Comparativamente à média nacional, a eleição do transporte privado atinge percentagens acima dos 50% nas regiões de Aveiro (54%), da Lezíria do Tejo e Leiria (ambas com 51%).

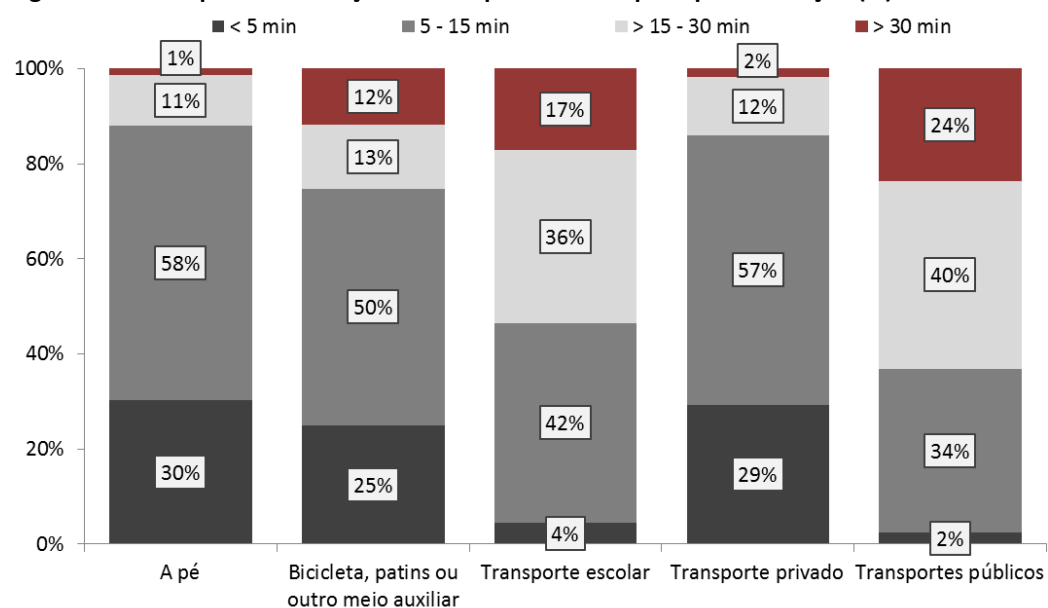
Figura 164 – Meio de deslocação para a escola, por região intermunicipal (%)

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Relativamente ao tempo médio que os alunos indicaram demorar na deslocação diária para a escola, em média 70% dos alunos indicaram demorar até 15 minutos, independentemente do meio de transporte utilizado.

Uma análise mais detalhada permite observar que os alunos que indicaram utilizar os transportes públicos ou o transporte escolar na sua deslocação diária são os que dizem demorar mais tempo nesta deslocação diária: transportes públicos – 40% entre 15 e 30 minutos e 24% mais de 30 minutos e transporte escolar – 36% entre 15 e 30 minutos e 17% mais de 30 minutos diários.

Figura 165 – Tempo de deslocação de casa para a escola por tipo deslocação (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

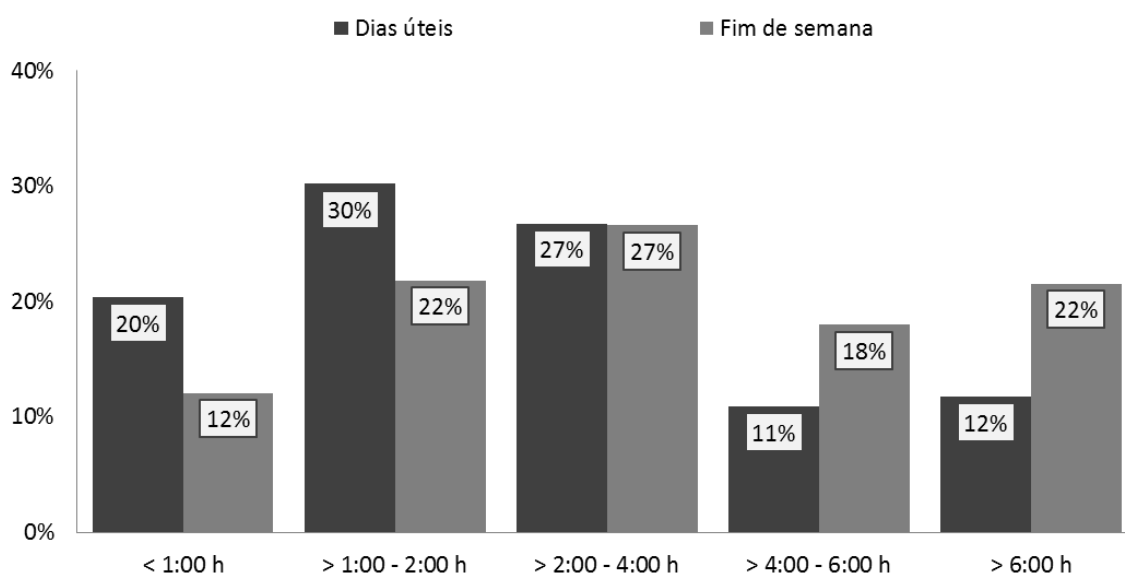
8. Tempo despendido a estudar, ver televisão, no computador, a jogar na consola, no tablet ou no telemóvel

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, ao *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 mesmo 40% dos alunos a indicar despende mais de 4h num fim-de-semana. Já durante a semana esta percentagem é de 23%.

Do total dos alunos inquiridos, 50% indicou despende até 2 horas semanais, durante os dias úteis, a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, ao *tablet* ou ao telemóvel.

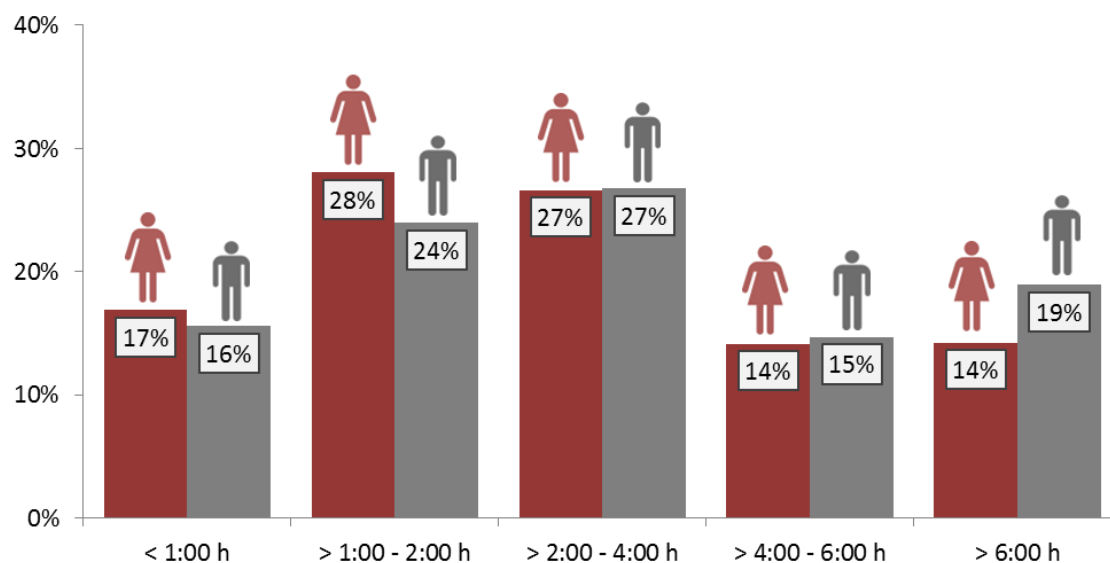
Figura 166 – Tempo semanal a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, ao *tablet* ou ao telemóvel (%)



Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

As diferenças entre rapazes e raparigas não são muito significativas embora, 45% das raparigas tenha indicado que despende por semana até 2 horas contra 40% dos rapazes e 28% das raparigas tenha indicado que despende mais de 4 horas semanais contra 34% dos rapazes. 27% das raparigas e dos rapazes indicou despende entre 2 horas a 4 horas semanais a estudar, a ver televisão, ao computador, a jogar na consola, ao *tablet* ou ao telemóvel, como mostra a figura seguinte.

Figura 167 – Tempo 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, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Anexo A - Questionário utilizado para a recolha dos dados

HÁBITOS DESPORTIVOS DA POPULAÇÃO ESCOLAR PORTUGUESA

Questionário para os 2.º, 3.º Ciclos do Ensino Básico e Ensino Secundário

O presente questionário faz parte de um estudo que tem como objetivo obter informação sobre os hábitos desportivos das crianças e jovens em idade escolar. A tua colaboração é, por isso, muito importante.

O desporto engloba as atividades físicas, realizadas em qualquer contexto, como nadar, correr em ambiente natural, na escola, em academia, ginásio ou num clube desportivo.

No presente questionário são colocadas várias questões sobre os teus hábitos desportivos. Procura ser sincero nas tuas respostas. Este questionário é anónimo.

Assinala com uma cruz ☒ a resposta mais adequada, em cada uma das questões.

Identificação da Escola

Código do estabelecimento de ensino: _____

Nome da escola: _____

Código do agrupamento de escolas: _____

Nome do agrupamento de escolas: _____

Estabelecimento de ensino: _____

Município: _____

Turma: _____

1. Indica

1.1. Ano de escolaridade:

1.2. Idade:

 anos

1.3. Sexo:

☐ Masculino

☐ Feminino

1.4. Nacionalidade (país em que nasceste):

☐ Portugal

☐ Outro. Qual? _____

2. Como te deslocas para a escola? (Assinala apenas o meio principal de deslocação)

(1) ☐ A pé

(2) ☐ De bicicleta, patins ou outro meio auxiliar

(3) ☐ De transportes públicos (comboio, autocarro, etc.)

(4) ☐ De transporte escolar

(5) ☐ De transporte privado (carro, moto, etc.)

3. Quanto tempo demoras da tua casa à escola?

(1) ☐ Menos de 5 minutos

(2) ☐ De 5 a 15 minutos

(3) ☐ De 15 a 30 minutos

(4) ☐ Mais de 30 minutos

4. Tens aulas de Expressão Físico Motora na tua escola?

(1) ☐ Sim

(2) ☐ Não ** Se a resposta é NÃO, passa à pergunta 5*

4.1. Quantas vezes por semana?

(1) ☐ Uma

(2) ☐ Duas

(3) ☐ Três

(4) ☐ Não sabe / Não responde

4.2. Qual a duração de cada aula?

(1) ☐ 30 minutos

(2) ☐ Entre 30 a 60 minutos

(3) ☐ Mais de 60 minutos

(4) ☐ Não sabe / Não responde

5. Praticas algum desporto (com treinador ou professor) depois do teu horário letivo?

(1) ☐ Sim

(2) ☐ Não ** Se a resposta é NÃO, passa à pergunta 6*

5.1. Que desportos praticas durante a semana, com treinador ou professor?

(1) ☐ Andebol

(19) ☐ Karaté

(2) ☐ Atletismo

(20) ☐ Kickboxing

(3) ☐ Badminton

(21) ☐ Lutas amadoras

(4) ☐ Basquetebol

(22) ☐ Natação

(5) ☐ Bodyboard

(23) ☐ Orientação

(6) ☐ BTT

(24) ☐ Padel

(7) ☐ Canoagem

(25) ☐ Patinagem

- | | |
|---|---|
| (8) <input type="checkbox"/> Ciclismo | (26) <input type="checkbox"/> Remo |
| (9) <input type="checkbox"/> Corfebol | (27) <input type="checkbox"/> Rugby |
| (10) <input type="checkbox"/> Dança | (28) <input type="checkbox"/> Surf |
| (11) <input type="checkbox"/> Equitação | (29) <input type="checkbox"/> Taekwondo |
| (12) <input type="checkbox"/> Esgrima | (30) <input type="checkbox"/> Ténis |
| (13) <input type="checkbox"/> Futebol | (31) <input type="checkbox"/> Ténis de mesa |
| (14) <input type="checkbox"/> Ginástica | (32) <input type="checkbox"/> Vela |
| (15) <input type="checkbox"/> Golfe | (33) <input type="checkbox"/> Voleibol |
| (16) <input type="checkbox"/> Hóquei de campo | (34) <input type="checkbox"/> Windsurf |
| (17) <input type="checkbox"/> Hóquei em patins | (35) <input type="checkbox"/> Xadrez |
| (18) <input type="checkbox"/> Judo | |
| (36) <input type="checkbox"/> Praticas outros que não estejam na lista acima.
Quais? _____ | |

5.2. Praticas esses desportos através:

- (1) ☐ Da escola – Desporto Escolar
- (2) ☐ Da escola – Atividade de Enriquecimento Curricular
- (3) ☐ De um Clube / Associação / Coletividade
- (4) ☐ Num ginásio ou academia
- (5) ☐ Da Câmara Municipal ou Junta de Freguesia
- (6) ☐ De outra organização

5.3. No total, quantas horas por semana praticas esses desportos, incluindo treinos e competições?

- (1) ☐ Menos de 1 hora
- (2) ☐ Mais de 1 hora e menos de 2 horas
- (3) ☐ Mais de 2 horas e menos de 3 horas
- (4) ☐ Mais de 3 horas e menos de 4 horas
- (5) ☐ Mais de 4 horas

5.4. Participas em competições no âmbito dos desportos que assinalaste?

- (1) ☐ Sim
- (2) ☐ Não

5.5. Praticas desporto regularmente com treinador ou professor porque:

- (1) ☐ É divertido
- (2) ☐ Gosto de competir
- (3) ☐ Os meus pais inscreveram-me
- (4) ☐ Os meus pais/irmãos também o fazem
- (5) ☐ Me permite fazer novos amigos
- (6) ☐ Os meus amigos também fazem
- (7) ☐ O médico aconselhou
- (8) ☐ Quero ficar em forma
- (9) ☐ Quero ser desportista profissional

(10) ☐ Outros motivos. Quais?

** Passa à pergunta 7*

6. Não praticas desporto com treinador ou professor porque:

(1) ☐ As instalações desportivas são longe

(2) ☐ Não tenho jeito

(3) ☐ Não tenho tempo

(4) ☐ Fico cansado

(5) ☐ Não gosto de competir

(6) ☐ É caro

(7) ☐ Os meus pais não me deixam

(8) ☐ Os meus amigos também não fazem

(9) ☐ Tenho uma doença ou uma lesão

(10) ☐ Outros motivos. Quais?

7. Durante as interrupções letivas ou férias escolares praticas algum desporto com treinador ou professor?

(1) ☐ Sim

(2) ☐ Não

8. Praticas atividade física de forma espontânea (sem treinador ou professor) fora do horário escolar (por exemplo: caminhada, andar de bicicleta, de patins em linha, jogar à bola com os amigos, etc.)?

(1) ☐ Sim

(2) ☐ Não ** Se a resposta é NÃO, passa à pergunta 9*

8.1. Indica as atividades físicas que praticas regularmente de forma espontânea.

- (1) ☐ Andar de patins
- (2) ☐ Andar de skate
- (3) ☐ Andar de bicicleta
- (4) ☐ Atividades aquáticas (canoagem, remo, vela, ...)
- (5) ☐ Atividades com raqueta (badminton, padel, ténis, ténis de mesa, squash, ...)
- (6) ☐ Dança (hip-hop, jazz...)
- (7) ☐ Atividades de ginásio
- (8) ☐ Atividades na neve (ski, snowboard, ...)
- (9) ☐ Caminhar
- (10) ☐ Correr
- (11) ☐ Fazer surf ou bodyboard
- (12) ☐ Jogar basquetebol
- (13) ☐ Jogar futebol
- (14) ☐ Jogar voleibol
- (15) ☐ Outras. Quais?

8.2. Onde praticas as atividades físicas que indicaste na questão anterior?

- (1) ☐ Na escola
- (2) ☐ Em instalações desportivas fora da Escola

- (3) ☐ Ao ar livre, em meio urbano: rua, parque, jardim, etc.
- (4) ☐ Ao ar livre, em meio natural: montanha, praia, rio, lago, mar, etc.
- (5) ☐ Noutros locais

8.3. No total, quantas horas por semana praticas essas atividades físicas?

- (1) ☐ Menos de 1 hora
- (2) ☐ Mais de 1 hora e menos de 2 horas
- (3) ☐ Mais de 2 horas e menos de 3 horas
- (4) ☐ Mais de 3 horas e menos de 4 horas
- (5) ☐ Mais de 4 horas

8.4. Praticas essas atividades físicas regularmente porque:

- (1) ☐ É divertido
- (2) ☐ Os meus pais/irmãos também o fazem
- (3) ☐ Me permite fazer novos amigos
- (4) ☐ Os meus amigos também fazem
- (5) ☐ O médico aconselhou
- (6) ☐ Quero ficar em forma
- (7) ☐ Outros motivos. Quais?
-

** Passa à pergunta 11*

9. Não praticas atividade física de forma espontânea porque:

- (1) ☐ Não gosto

- (2) ☐ É longe
- (3) ☐ Não tenho jeito
- (4) ☐ Não tenho tempo
- (5) ☐ Fico cansado
- (6) ☐ É caro
- (7) ☐ Os meus pais não me deixam
- (8) ☐ Os meus amigos também não fazem
- (9) ☐ Tenho uma doença ou uma lesão
- (10) ☐ Outros motivos. Quais?
-

10. Gostavas de praticar uma atividade física de forma espontânea, mas não tens possibilidade de o fazer?

- (1) ☐ Sim
- (2) ☐ Não ** Se a resposta é NÃO, passa à pergunta 11*

10.1. Indica as atividades físicas que gostarias de praticar.

- (1) ☐ Andar de patins
- (2) ☐ Andar de skate
- (3) ☐ Andar de bicicleta
- (4) ☐ Atividades aquáticas (canoagem, remo, vela, ...)
- (5) ☐ Atividades com raqueta (badminton, padel, ténis, ténis de mesa, squash, ...)
- (6) ☐ Dança (hip-hop, jazz..)

- (7) ☐ Atividades de ginásio
- (8) ☐ Atividades na neve (ski, snowboard, ...)
- (9) ☐ Caminhar
- (10) ☐ Correr
- (11) ☐ Fazer surf ou bodyboard
- (12) ☐ Jogar basquetebol
- (13) ☐ Jogar futebol
- (14) ☐ Jogar voleibol
- (15) ☐ Outras. Quais?
-

10.2. Onde gostarias de praticar essas atividades físicas?

- (1) ☐ Na escola
- (2) ☐ Em instalações desportivas fora da Escola
- (3) ☐ Ao ar livre, em meio urbano: rua, parque, jardim, etc.
- (4) ☐ Ao ar livre, em meio natural: montanha, praia, rio, lago, mar, etc.
- (5) ☐ Noutros locais

11. Durante as interrupções letivas ou férias escolares praticas alguma atividade física de forma espontânea?

- (1) ☐ Sim
- (2) ☐ Não

12. Num dia de semana, quanto tempo passas sentado a estudar, a ver televisão, no computador, a jogar na consola, no *tablet* ou ao telemóvel?

- (1) ☐ Até 1 hora
- (2) ☐ De 1 a 2 horas
- (3) ☐ De 2 a 4 horas
- (4) ☐ De 4 a 6 horas
- (5) ☐ Mais de 6 horas

13. Num fim de semana, quanto tempo passas sentado a estudar, a ver televisão, no computador, a jogar na consola, no *tablet* ou ao telemóvel?

- (1) ☐ Até 1 hora
- (2) ☐ De 1 a 2 horas
- (3) ☐ De 2 a 4 horas
- (4) ☐ De 4 a 6 horas
- (5) ☐ Mais de 6 horas

Muito obrigado pela tua colaboração neste questionário.

Continua a praticar desporto!

Anexo B - Tabelas

Tabela 168 – Lista de desportos organizados mais praticados

Desporto	N.º	%
Futebol	5.762	25,47%
Natação	2.853	12,61%
Dança	1.966	8,69%
Ginástica	1.133	5,01%
Basquetebol	1.093	4,83%
Voleibol	911	4,03%
Andebol	773	3,42%
Ténis	648	2,86%
Karaté	625	2,76%
Atletismo	620	2,74%
Badminton	419	1,85%
Rugby	388	1,71%
Equitação	355	1,57%
Surf	346	1,53%
Patinagem	304	1,34%
Kickboxing	300	1,33%
BTT	256	1,13%
Ténis de mesa	215	0,95%
Judo	193	0,86%
Hóquei de campo	182	0,81%
Taekwondo	147	0,65%
Canoagem	123	0,55%
Ciclismo	109	0,48%
Golfe	70	0,31%
Vela	69	0,31%
Bodyboard	55	0,24%
Lutas amadoras	49	0,21%
Xadrez	45	0,20%
Padel	38	0,17%
Remo	35	0,16%
Esgrima	29	0,13%
Hóquei em patins	14	0,06%
Corfebol	7	0,03%
Windsurf	7	0,03%
Orientação	4	0,02%
Outro desporto	2.482	10,97%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 2a – Lista de desportos organizados mais praticados – Raparigas

Desporto	N.º	%
Dança	1.852	19,85%
Natação	1.492	15,99%
Ginástica	954	10,23%
Voleibol	715	7,66%
Futebol	481	5,15%
Basquetebol	374	4,01%
Atletismo	357	3,83%
Andebol	277	2,97%
Patinagem	266	2,85%
Equitação	265	2,84%
Badminton	217	2,32%
Ténis	211	2,26%
Karaté	189	2,02%
Surf	141	1,51%
Kickboxing	83	0,89%
Judo	48	0,51%
Canoagem	34	0,37%
Ténis de mesa	32	0,34%
BTT	27	0,29%
Hóquei de campo	21	0,22%
Ciclismo	21	0,22%
Taekwondo	18	0,19%
Padel	18	0,19%
Vela	14	0,15%
Rugby	13	0,14%
Golfe	13	0,14%
Xadrez	13	0,14%
Remo	11	0,12%
Esgrima	9	0,10%
Bodyboard	7	0,07%
Hóquei em patins	6	0,06%
Lutas amadoras	5	0,05%
Orientação	3	0,04%
Windsurf	3	0,03%
Corfebol	1	0,01%
Outro desporto	1.142	12,23%
Total	9.332	100,00%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 2b – Lista de desportos organizados mais praticados – Rapazes

Desporto	N.º	%
Futebol	5.281	39,72%
Natação	1.361	10,24%
Basquetebol	719	5,41%
Andebol	496	3,73%
Ténis	437	3,29%
Karaté	436	3,28%
Rugby	375	2,82%
Atletismo	263	1,98%
BTT	229	1,72%
Kickboxing	217	1,63%
Surf	204	1,54%
Badminton	202	1,52%
Voleibol	196	1,48%
Ténis de mesa	183	1,38%
Ginástica	179	1,35%
Hóquei de campo	162	1,22%
Judo	146	1,10%
Taekwondo	129	0,97%
Dança	113	0,85%
Equitação	90	0,67%
Canoagem	89	0,67%
Ciclismo	88	0,66%
Golfe	58	0,43%
Vela	55	0,41%
Bodyboard	48	0,36%
Lutas amadoras	44	0,33%
Patinagem	38	0,29%
Xadrez	32	0,24%
Remo	25	0,19%
Padel	20	0,15%
Esgrima	19	0,14%
Hóquei em patins	9	0,06%
Corfebol	6	0,05%
Windsurf	5	0,03%
Orientação	1	0,01%
Outro desporto	1.340	10,08%
Total	13.295	100,00%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 3 – Lista de desportos organizados mais praticados por intensidade semanal (% de alunos)

Desporto	> 4:00h	> 3:00 - 4:00h	> 2:00 - 3:00h	> 1:00 - 2:00 h	< 1:00h	Total
Remo	91,0%	3,3%	0,0%	5,8%	0,0%	100,0%
Windsurf	61,9%	0,0%	0,0%	38,1%	0,0%	100,0%
Hóquei de campo	57,3%	12,3%	10,0%	10,9%	9,5%	100,0%
Vela	49,5%	16,2%	24,0%	6,9%	3,5%	100,0%
Lutas amadoras	47,2%	5,7%	33,1%	11,8%	2,3%	100,0%
Corfebol	43,7%	30,9%	0,0%	23,0%	2,4%	100,0%
Kickboxing	41,6%	12,4%	22,1%	22,2%	1,7%	100,0%
Canoagem	41,5%	19,2%	15,7%	21,6%	2,0%	100,0%
Andebol	39,0%	12,8%	14,9%	27,1%	6,2%	100,0%
Ciclismo	38,9%	6,7%	15,2%	26,2%	13,1%	100,0%
Futebol	38,2%	15,7%	18,4%	23,5%	4,2%	100,0%
Basquetebol	37,2%	11,3%	14,6%	28,3%	8,7%	100,0%
Rugby	36,1%	24,7%	15,0%	24,0%	0,2%	100,0%
Surf	31,0%	10,0%	36,4%	15,6%	7,0%	100,0%
Voleibol	30,2%	11,1%	28,5%	21,2%	9,0%	100,0%
Taekwondo	29,7%	16,2%	24,5%	22,1%	7,6%	100,0%
Xadrez	27,7%	9,4%	13,2%	35,6%	14,1%	100,0%
Golfe	26,8%	4,0%	36,2%	27,1%	5,9%	100,0%
Padel	25,7%	20,3%	13,7%	40,3%	0,0%	100,0%
BTT	25,6%	13,4%	22,5%	29,1%	9,3%	100,0%
Atletismo	24,1%	9,8%	20,3%	31,8%	14,1%	100,0%
Ténis	23,7%	13,5%	26,6%	29,0%	7,1%	100,0%
Bodyboard	23,3%	5,3%	26,5%	43,6%	1,3%	100,0%
Ginástica	22,8%	10,8%	22,1%	36,6%	7,7%	100,0%
Patinagem	21,0%	12,8%	15,8%	38,2%	12,3%	100,0%
Orientação	20,4%	0,0%	8,7%	33,7%	37,2%	100,0%
Equitação	19,7%	14,6%	17,9%	39,3%	8,5%	100,0%
Esgrima	19,5%	5,6%	22,9%	48,3%	3,7%	100,0%
Karaté	19,3%	17,4%	22,8%	33,9%	6,6%	100,0%
Ténis de mesa	18,8%	10,0%	15,4%	34,4%	21,3%	100,0%
Judo	15,4%	16,2%	28,6%	27,8%	11,9%	100,0%
Dança	11,9%	9,8%	24,9%	41,3%	12,1%	100,0%
Badminton	11,3%	11,9%	22,4%	36,3%	18,2%	100,0%
Natação	9,9%	5,5%	17,3%	44,9%	22,3%	100,0%
Hóquei em patins	7,7%	31,2%	11,2%	48,1%	1,9%	100,0%
Outro desporto	28,1%	14,2%	22,4%	28,7%	6,5%	100,0%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 4 – Lista de atividades físicas espontâneas mais praticadas

atividade	Nº	%
Bicicleta	8.916	20,24%
Futebol	8.696	19,74%
Correr	7.152	16,24%
Caminhar	5.555	12,61%
Ginásio	2.701	6,13%
Patins	2.323	5,27%
Dança	1.744	3,96%
Basquetebol	1.240	2,81%
Skate	1.237	2,81%
Voleibol	699	1,59%
Surf/bodyboard	489	1,11%
Atividades com raqueta	442	1,00%
Atividades aquáticas	413	0,94%
Atividades na neve	74	0,17%
Outro	2.368	5,38%
Total	44.049	100,00%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 5 – Lista de desportos organizados mais praticados, por comunidade intermunicipal

Desporto	Alentejo Central	Alentejo Litoral	Algarve	Alto Alentejo	Alto Minho	Alto Tâmega	A. M. Lisboa	A. M. Porto	Ave	Baixo Alentejo	Beira Baixa	Beiras e Serra da Estrela	Cávado
Andebol	3,0%	3,1%	2,9%	4,9%	0,3%	1,7%	2,0%	7,6%	1,5%	0,7%	1,3%	1,4%	2,8%
Atletismo	3,5%	2,8%	3,3%	3,9%	2,3%	0,0%	1,4%	2,4%	3,0%	3,9%	3,2%	6,3%	1,4%
Badminton	5,1%	8,1%	2,2%	4,3%	0,5%	0,0%	0,5%	1,1%	1,2%	4,2%	6,0%	6,4%	3,3%
Basquetebol	8,5%	6,9%	7,0%	3,1%	7,0%	3,3%	5,8%	5,3%	1,5%	3,8%	5,2%	5,8%	2,8%
Bodyboard	0,0%	0,6%	0,2%	0,0%	0,1%	0,0%	0,4%	0,2%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,3%
BTT	3,0%	2,3%	1,9%	2,9%	1,4%	0,0%	0,2%	0,5%	2,4%	2,6%	1,7%	2,3%	1,6%
Canoagem	0,1%	2,1%	0,6%	0,0%	2,2%	0,0%	0,3%	0,6%	0,1%	0,8%	0,7%	0,3%	1,3%
Ciclismo	0,6%	0,5%	0,4%	0,4%	0,9%	1,7%	0,2%	0,2%	0,4%	2,1%	1,5%	1,1%	1,3%
Corfebol	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%	0,1%	0,0%
Dança	10,5%	3,1%	10,9%	7,2%	12,4%	5,0%	7,0%	10,5%	9,0%	4,9%	6,2%	5,6%	10,2%
Equitação	2,7%	0,7%	2,2%	4,5%	0,8%	0,0%	1,6%	1,6%	1,3%	2,8%	1,3%	1,6%	0,8%
Esgrima	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%	1,7%	0,2%	0,0%	0,1%	0,0%	0,1%	0,1%	0,3%
Futebol	24,1%	22,4%	22,4%	29,7%	31,9%	56,7%	22,4%	22,6%	38,5%	27,3%	27,5%	32,8%	29,0%
Ginástica	2,8%	5,5%	4,7%	4,8%	3,1%	0,0%	7,0%	3,7%	3,8%	4,3%	4,2%	3,4%	3,1%
Golfe	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,4%	0,2%	0,1%	0,1%	0,1%	0,0%	0,1%
Hóquei de campo	0,3%	3,2%	0,4%	0,0%	0,8%	0,0%	0,8%	0,8%	0,6%	1,7%	0,0%	0,0%	0,7%
Hóquei em patins	0,3%	0,4%	0,1%	0,1%	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,3%	0,0%	0,0%	0,0%
Judo	0,1%	0,7%	1,3%	1,4%	1,7%	0,0%	0,9%	0,7%	0,4%	1,0%	3,4%	1,1%	0,8%
Karaté	0,8%	2,9%	2,2%	2,5%	2,6%	3,3%	2,5%	3,9%	2,9%	1,7%	0,9%	4,0%	2,3%
Kickboxing	2,2%	1,2%	1,7%	0,4%	0,5%	0,0%	1,8%	1,4%	1,4%	0,8%	0,1%	0,0%	0,9%
Lutas amadoras	0,1%	0,0%	0,2%	0,3%	0,1%	3,3%	0,4%	0,2%	0,0%	0,3%	0,0%	0,1%	0,1%
Natação	12,2%	14,2%	10,7%	11,7%	13,6%	5,0%	11,7%	13,9%	11,9%	11,4%	13,7%	9,6%	14,7%

Desporto	Alentejo Central	Alentejo Litoral	Algarve	Alto Alentejo	Alto Minho	Alto Tâmega	A. M. Lisboa	A. M. Porto	Ave	Baixo Alentejo	Beira Baixa	Beiras e Serra da Estrela	Cávado
Orientação	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,3%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,1%
Outro	10,9%	8,2%	10,2%	7,7%	7,9%	6,7%	11,1%	13,2%	11,3%	12,3%	12,3%	7,1%	7,5%
Padel	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,4%	0,2%	0,0%	0,0%	0,0%	0,3%	0,1%
Patinagem	3,9%	2,3%	1,9%	3,1%	1,8%	0,0%	1,3%	0,4%	0,3%	2,8%	0,1%	0,1%	1,4%
Remo	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,9%	0,0%	0,1%	0,5%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%
Rugby	0,5%	0,1%	0,3%	1,4%	0,8%	0,0%	4,3%	0,6%	0,2%	0,6%	0,0%	0,0%	0,0%
Surf	0,0%	1,1%	2,1%	0,0%	0,5%	0,0%	3,6%	0,8%	0,8%	0,2%	0,0%	0,3%	0,3%
Taekwondo	0,8%	0,1%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	1,0%	0,8%	0,0%	0,2%	0,0%	0,4%	0,5%
Ténis	0,5%	0,9%	3,2%	0,8%	0,6%	1,7%	5,0%	1,4%	2,4%	3,2%	3,6%	0,8%	2,6%
Ténis de mesa	2,1%	1,3%	0,9%	1,5%	1,0%	0,0%	0,2%	0,7%	1,1%	1,0%	3,0%	3,4%	1,3%
Vela	0,1%	0,0%	1,2%	0,0%	0,3%	0,0%	0,6%	0,1%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%
Voleibol	1,4%	4,8%	2,1%	3,3%	3,5%	10,0%	5,1%	3,1%	3,6%	4,7%	2,6%	3,9%	8,4%
Windsurf	0,0%	0,0%	0,2%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,1%	0,0%	0,1%	0,0%
Xadrez	0,0%	0,1%	0,4%	0,3%	0,0%	0,0%	0,0%	0,2%	0,2%	0,3%	0,8%	1,5%	0,0%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 5 – Lista de desportos organizados mais praticados, por comunidade intermunicipal (cont.)

Desporto	Douro	Lezíria do Tejo	Médio Tejo	Oeste	Região de Aveiro	Região de Coimbra	Região de Leiria	Tâmega e Sousa	Terras de Trás-os-Montes	Viseu Dão Lafões
Andebol	5,0%	2,7%	1,1%	1,5%	4,1%	0,7%	3,9%	4,2%	1,0%	6,5%
Atletismo	4,3%	4,0%	3,4%	3,4%	3,4%	6,3%	3,9%	4,1%	4,0%	2,9%
Badminton	1,4%	1,2%	1,6%	3,5%	1,8%	5,2%	2,0%	3,4%	5,1%	2,4%
Basquetebol	4,3%	3,8%	2,9%	1,7%	5,8%	3,2%	2,7%	2,1%	4,2%	3,6%
Bodyboard	0,0%	0,1%	0,1%	0,3%	0,4%	0,0%	0,1%	0,1%	0,1%	0,0%
BTT	1,6%	1,5%	3,2%	1,6%	1,5%	2,5%	1,9%	1,4%	2,6%	2,6%
Canoagem	0,1%	0,6%	1,1%	0,4%	0,8%	0,1%	0,1%	0,7%	0,1%	1,7%
Ciclismo	1,2%	0,7%	0,5%	0,6%	0,2%	0,6%	0,7%	0,7%	1,4%	1,2%
Corfebol	0,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%	0,1%	0,1%
Dança	11,1%	8,4%	7,9%	8,1%	8,7%	7,8%	10,6%	11,2%	7,1%	7,4%
Equitação	0,5%	3,4%	2,2%	3,4%	0,6%	1,5%	1,1%	0,6%	1,2%	0,8%
Esgrima	0,4%	0,1%	0,1%	0,4%	0,1%	0,0%	0,2%	0,0%	0,1%	0,0%
Futebol	37,1%	24,4%	26,3%	21,6%	25,8%	23,7%	29,2%	33,2%	36,5%	29,6%
Ginástica	5,8%	4,6%	6,0%	5,0%	5,0%	4,1%	4,1%	2,4%	3,2%	4,3%
Golfe	0,1%	0,7%	0,3%	0,2%	0,2%	0,7%	0,3%	0,1%	0,5%	0,6%
Hóquei de campo	0,5%	0,7%	1,0%	1,8%	0,7%	0,3%	0,5%	1,7%	0,5%	0,0%
Hóquei em patins	0,1%	0,1%	0,1%	0,2%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%
Judo	0,4%	0,7%	2,5%	0,4%	0,7%	0,6%	1,3%	0,4%	0,3%	0,2%
Karaté	1,2%	3,6%	2,7%	3,1%	3,0%	3,1%	1,8%	1,6%	2,6%	4,5%
Kickboxing	0,4%	0,3%	0,2%	1,0%	0,6%	0,7%	1,1%	1,8%	0,7%	1,0%
Lutas amadoras	0,0%	0,2%	0,2%	0,3%	0,1%	0,0%	0,3%	0,0%	0,1%	0,1%

Desporto	Douro	Lezíria do Tejo	Médio Tejo	Oeste	Região de Aveiro	Região de Coimbra	Região de Leiria	Tâmega e Sousa	Terras de Trás-os-Montes	Viseu Dão Lafões
Natação	7,2%	11,6%	15,1%	16,4%	14,2%	19,6%	12,4%	12,3%	7,4%	14,3%
Orientação	0,0%	0,0%	0,2%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%
Outro	11,0%	10,9%	11,8%	10,5%	11,0%	10,6%	12,1%	10,7%	8,7%	8,2%
Padel	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,2%	0,0%	0,0%	0,0%
Patinagem	0,4%	1,1%	3,2%	2,3%	1,1%	2,5%	2,7%	1,8%	0,6%	0,5%
Remo	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,6%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Rugby	0,0%	2,5%	0,1%	0,3%	0,1%	0,1%	0,6%	0,0%	0,0%	2,3%
Surf	0,0%	0,5%	0,1%	0,4%	0,5%	0,4%	0,3%	0,0%	0,0%	0,1%
Taekwondo	0,6%	0,8%	0,1%	1,1%	0,1%	0,0%	0,4%	0,0%	0,2%	0,5%
Ténis	0,3%	4,6%	2,8%	2,0%	2,3%	1,2%	1,8%	0,7%	0,7%	1,1%
Ténis de mesa	3,1%	2,0%	1,4%	0,5%	1,6%	1,5%	1,1%	1,1%	2,6%	2,4%
Vela	0,1%	0,0%	0,0%	0,1%	0,5%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%
Voleibol	1,2%	4,1%	1,1%	7,2%	4,4%	2,0%	2,3%	3,1%	7,9%	1,0%
Windsurf	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Xadrez	0,4%	0,1%	0,5%	0,5%	0,6%	0,4%	0,3%	0,1%	0,3%	0,4%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 6 – Lista de atividades físicas espontâneas mais praticadas, por comunidade intermunicipal

atividade	Alentejo Central	Alentejo Litoral	Algarve	Alto Alentejo	Alto Minho	Alto Tâmega	A. M. Lisboa	A. M. Porto	Ave	Baixo Alentejo	Beira Baixa	Beiras e Serra da Estrela	Cávado
Andar de bicicleta	20,9%	23,7%	19,5%	19,0%	24,9%	21,9%	16,4%	17,0%	20,9%	23,6%	24,9%	25,9%	22,8%
Andar de patins	5,7%	6,8%	5,3%	7,1%	5,1%	3,4%	6,3%	4,9%	3,8%	5,3%	4,1%	2,6%	4,8%
Andar de skate	2,7%	3,8%	3,7%	2,5%	2,1%	1,4%	3,8%	3,2%	2,1%	3,1%	0,9%	2,1%	1,4%
Atividades aquáticas	0,4%	1,4%	1,2%	0,7%	0,8%	2,7%	1,3%	0,7%	0,5%	0,4%	0,7%	0,5%	1,0%
Atividades com raqueta	0,7%	0,7%	0,9%	0,7%	0,5%	0,0%	1,1%	0,9%	0,8%	1,3%	1,6%	1,0%	0,8%
Atividades de ginásio	5,5%	7,0%	5,0%	4,3%	5,7%	5,5%	7,2%	5,9%	5,8%	5,7%	4,7%	3,5%	5,5%
Atividades na neve	0,0%	0,2%	0,2%	0,2%	0,1%	0,0%	0,3%	0,1%	0,0%	0,1%	0,2%	0,2%	0,1%
Caminhar	10,8%	10,4%	12,0%	12,0%	16,0%	30,1%	9,6%	13,3%	13,1%	12,1%	14,7%	15,5%	16,6%
Correr	19,4%	19,6%	19,1%	17,5%	14,2%	10,3%	14,7%	16,7%	17,2%	15,4%	17,3%	18,4%	14,5%
Dança	4,9%	3,2%	4,1%	3,9%	3,6%	1,4%	3,4%	4,5%	4,6%	3,3%	3,0%	3,5%	4,2%
Fazer surf ou bodyboard	0,1%	1,0%	1,5%	0,2%	0,4%	0,7%	2,4%	0,7%	0,3%	0,3%	0,3%	0,2%	0,4%
Jogar basquetebol	4,9%	2,7%	4,3%	2,7%	3,0%	2,7%	3,1%	3,1%	1,7%	2,9%	2,7%	1,6%	2,6%
Jogar futebol	18,8%	13,0%	16,3%	21,9%	19,0%	18,5%	21,7%	21,4%	23,6%	21,0%	17,6%	19,1%	19,4%
Jogar voleibol	0,3%	1,0%	1,1%	1,6%	1,3%	1,4%	2,5%	1,3%	1,6%	0,8%	0,7%	1,6%	1,7%
Outro	4,9%	5,4%	5,8%	5,8%	3,3%	0,0%	6,1%	6,3%	3,9%	4,8%	6,7%	4,4%	4,1%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.

Tabela 6 – Lista de atividades físicas espontâneas mais praticadas, por comunidade intermunicipal (cont.)

atividade	Douro	Lezíria do Tejo	Médio Tejo	Oeste	Região de Aveiro	Região de Coimbra	Região de Leiria	Tâmega e Sousa	Terras de Trás-os-Montes	Viseu Dão Lafões
Andar de bicicleta	20,6%	21,7%	22,7%	24,0%	25,1%	23,3%	26,4%	23,9%	22,7%	26,8%
Andar de patins	4,9%	5,1%	4,9%	4,9%	5,0%	5,6%	5,3%	4,5%	4,0%	4,0%
Andar de skate	1,8%	2,3%	3,0%	2,8%	2,9%	1,5%	1,8%	1,3%	2,1%	1,7%
Atividades aquáticas	1,0%	0,4%	1,0%	0,6%	1,1%	0,8%	0,6%	0,6%	0,6%	0,7%
Atividades com raqueta	1,1%	1,0%	1,7%	1,5%	1,2%	1,2%	1,0%	0,4%	1,1%	1,1%
Atividades de ginásio	4,6%	7,3%	6,6%	7,1%	6,8%	7,6%	5,2%	3,9%	4,3%	4,4%
Atividades na neve	0,2%	0,1%	0,1%	0,1%	0,1%	0,0%	0,2%	0,0%	0,1%	0,2%
Caminhar	14,8%	11,0%	12,1%	14,7%	13,6%	16,3%	12,5%	14,6%	13,8%	14,8%
Correr	16,7%	20,4%	17,4%	16,4%	17,1%	16,3%	16,7%	15,9%	16,1%	17,0%
Dança	4,8%	3,3%	4,3%	3,3%	4,0%	3,9%	4,2%	4,8%	4,6%	3,6%
Fazer surf ou bodyboard	0,3%	0,6%	0,4%	1,4%	1,1%	0,5%	1,1%	0,1%	0,1%	0,2%
Jogar basquetebol	3,1%	1,8%	2,6%	1,7%	2,7%	1,7%	2,1%	2,5%	2,7%	2,7%
Jogar futebol	21,9%	17,2%	16,5%	14,2%	13,0%	15,9%	16,2%	22,9%	21,3%	18,2%
Jogar voleibol	0,4%	1,8%	0,8%	1,8%	1,2%	1,0%	0,9%	0,7%	2,4%	0,4%
Outro	4,0%	5,8%	5,8%	5,6%	5,0%	4,4%	5,9%	3,9%	4,1%	4,1%

Fonte: Inquérito aos Hábitos Desportivos da População Escolar Portuguesa, 2.º, 3.º CEB e Ensino secundário, 2016/17.