

# **DESEMPENHO MOTOR DAS HABILIDADES DE CONTROLO DE OBJETOS DAS CRIANÇAS E AS SUAS CARACTERÍSTICAS EMPREENDEDORAS**

**Inês Peixoto Silva, Vítor Manuel Rodrigues Oliveira,  
Beatriz Oliveira Pereira**

## **INTRODUÇÃO**

O crescente desenvolvimento da tecnologia e conseqüente crescimento económico determinaram diversas modificações no comportamento dos cidadãos nas últimas décadas, nomeadamente no aumento do sedentarismo e maus comportamentos alimentares (Silva, Santos e Pereira, 2013)

A inatividade física têm conseqüências graves não só na saúde como pode influenciar negativamente o desenvolvimento motor, cognitivo e social das crianças. O correto desenvolvimento motor da criança é essencial ao seu crescimento harmonioso e na adoção de hábitos de vida saudáveis.

Constatamos que o jogo é um bom promotor não só do desenvolvimento motor mas também cognitivo e social e que muitas das competências que o jogo promove são características consideradas empreendedoras sendo as mais referenciadas pela literatura, a assunção de riscos, autoconfiança, criatividade, inovação, identificação de oportunidades, liderança e persistência. Será então que o jogo pode também promover características empreendedoras em crianças?

Terá sentido falar de empreendedorismo em crianças?

No contexto atual do nosso país a procura de indivíduos empreendedores pelos grandes empregadores nacionais e internacionais, é cada vez maior. Desta forma, é essencial consciencializar a sociedade para as duas temáticas e desta forma, a longo prazo, melhorar a qualidade de vida dos cidadãos evitando comportamentos sedentários adquiridos na infância assim como promover a sua autonomia e responsabilidade perante uma sociedade que se tornará mais sustentável do ponto de vista social, económico e financeiro.

## **REVISÃO DA LITERATURA**

O sedentarismo pode afetar o correto desenvolvimento da criança seja ele motor, cognitivo ou social. Este estilo de vida constitui um grave problema de saúde em todo o mundo representando o quarto fator de risco de mortalidade com cerca de 6% dos casos (WHO, 2010). A prática regular de exercício físico pode, a médio e longo prazo, reduzir o risco do aparecimento de doenças cardiovasculares, articulares e musculares e

também problemas do foro psicológico como a depressão e a ansiedade. Desta forma, a prática de exercício físico regular é essencial ao desenvolvimento harmonioso da criança e sabemos que as crianças inativas conservam esse padrão na vida adulta (tracking), das crianças ativas grande parte irá manter um estilo ativo, saudável enquanto adulto (Lopes, Santos, Lopes e Pereira, 2012).

Desenvolvimento humano é, de acordo com Gallahue e Ozmun (2005), a mudança comportamental e/ou estrutural que ocorre num indivíduo desde sua concepção até à sua morte. Segundo Caetano, Silveira e Gobbi, (2005) o processo de desenvolvimento motor caracteriza-se por alterações no comportamento motor de um indivíduo, como a capacidade de controlar movimentos, que é adquirida ao longo do tempo, através da interação entre as exigências da tarefa, da biologia do indivíduo e o ambiente. Uma vez que o desenvolvimento motor não ocorre de forma linear em todas as crianças, é fundamental proporcionar situações que potenciem esse desenvolvimento.

Segundo Neto (1999), as crianças devem ter todas as condições para desenvolver as suas habilidades motoras, até aos 9/10 anos de idade pois, posteriormente, todas as aprendizagens são alicerçadas nestas. É neste intervalo de tempo que ocorrem os períodos sensíveis em que a criança está mais suscetível a receber determinados estímulos e onde o seu efeito é maximizado e por essa razão o desenvolvimento a nível físico, afetivo e social é potencializado.

Para além do desenvolvimento motor, o exercício físico pode também promover o desenvolvimento cognitivo e social. O exercício físico tem por base o movimento, que através do jogo possibilita à criança diferentes tipos e formas de aprendizagem que se realizam no âmbito das mais variadas atividades. Nas atividades desportivas, promove-se na criança o despertar de situações onde a autenticidade, a afetividade, a tolerância, a autoestima, o sentido crítico, a cooperação e a solidariedade são aspetos indissociáveis à sua prática (Moreira, 2000).

O jogo surge então como a primeira forma não estruturada através da qual a criança constrói conhecimento e desenvolve as suas habilidades, experimenta e explora os seus limites (Almon & Miller, 2009), melhora as relações interpessoais e a aprendizagem acontece através das mesmas. O jogo promove o desenvolvimento cognitivo em muitos aspetos: descoberta, capacidade verbal, produção divergente, habilidades manipulativas, resolução de problemas, processos mentais, capacidade de processar informação, autonomia e criatividade (Neto, 1997). O jogo infantil constitui-se como um imenso campo gerador de novas amizades e potenciador da aquisição de novas competências pessoais e sociais, onde as crianças aprendem o valor das regras, da vitória e da derrota, enfim, a cultivar padrões de autoestima que lhes servirão de lição para a sua vida, uma vez que a expressão do jogo tem muito a ver com a vida social da criança (Grigowitschs, 2009).

Por todas as razões acima mencionadas, o jogo é essencial ao processo de socialização na medida em que contribui para criar a cultura infantil (Silva, 2008) e para o processo de desenvolvimento da criança (Pereira, 2008).

De acordo com o supracitado verificamos que uma grande parte das competências promovidas pelo jogo/movimento são comuns às características consideradas empreendedoras e essenciais a um indivíduo empreendedor. Segundo o Guia de Educação para o Empreendedorismo (2006), algumas das competências-chave para o desenvolvimento de características empreendedoras são: a identificação de oportunidades, assunção de riscos, liderança e tomada de decisão, comunicação, criatividade/inação e relações interpessoais.

O perfil empreendedor comporta pessoas visionárias, dotadas de ideias realistas e inovadoras, desempenham um papel otimista dentro da organização sendo capazes de enfrentar barreiras internas e externas. A comunicação é também essencial na compreensão dos problemas e possíveis soluções. Esta estabelece uma relação entre todos os intervenientes, independentemente da posição que ocupa promovendo a produtividade e o alcance de um objetivo que é comum. Afinal, quais são as vantagens de ser um empreendedor? O empreendedor é, uma pessoa que tem a necessidade de realizar coisas novas, com disposição para assumir riscos calculados, dotado de uma grande capacidade criativa e inovadora e com a habilidade de identificar oportunidades (Degen, 1989).

Algumas das características presentes em adultos empreendedores são também passíveis de ser observáveis em crianças e jovens, embora em diferentes contextos. As crianças/jovens passam a maioria do tempo na escola, e como tal, é nesse meio que desenvolvem a sua personalidade e a forma e aprendem a lidar com o próximo. No contexto de sala de aula, as relações interpessoais são limitadas pelo ambiente em questão, assim o recreio assume-se como o espaço onde a criança exerce a sua liberdade de ação e pensamento sendo este um importante contexto para o jogo. O recreio potencia o desenvolvimento motor, cognitivo e social da criança (Neto, 2008; Bulut & Yilmaz, 2008) pois as atividades que as crianças e jovens lá realizam resultam da relação entre as dificuldades, perigos, desafios, medos e das respostas das crianças perante estas situações. Segundo Tovey (2010), existe uma associação entre o risco e a aprendizagem da criança, pois o mesmo faz parte do dia-a-dia, promove prazer, permite desenvolver capacidades de resposta face aos novos desafios e o brincar de forma arriscada, pode promover o bem-estar, resiliência e saúde mental.

O recreio apresenta-se, desta forma, como um meio onde o jogo se encontra em grande evidência e onde são visíveis vários comportamentos empreendedores (Neto, 1997). Assim, as áreas de recreio nas escolas devem ser aumentadas, de forma a potenciar o jogo livre e melhoradas ao nível dos equipamentos móveis nestes espaços (Pereira, 2009).

Como uma das formas mais comuns de comportamento durante a infância, tornou-se numa área de grande atração e interesse para os investigadores no domínio do desenvolvimento humano, educação, saúde e intervenção social.

## **OBJETIVOS**

- Identificar o score de habilidades motoras de controlo de objetos em crianças do 1º e 3º ano.
- Identificar a existência ou não de características empreendedoras em crianças do 1º e 3º ano.
- Verificar e a relação entre as variáveis anteriores quanto à idade.

## **METODOLOGIA**

O estudo é descritivo procurando descrever a realidade através de resultados quantitativos recolhidos através de uma bateria de testes para avaliar o desempenho motor das crianças. Entre elas foram selecionados as mais e menos competentes sob o ponto de vista motor e foram sujeitas a uma observação não participante das características empreendedoras com base num guião previamente construído.

## **CARATERIZAÇÃO DA AMOSTRA**

Participaram 39 alunos de duas turmas. Uma do 1º ano com 10 (52,6%) meninos e 9 (47,4%) meninas e outra do 3º ano com 10 (50%) alunos de cada género. As idades estão compreendidas entre os 6 e os 9 anos ( $7,2 \pm 1,1$ ). O estudo foi realizado numa escola pública da zona urbana de Braga, no norte de Portugal.

## **INSTRUMENTOS**

Para a determinação do desempenho motor das crianças do 1º e 3º ano de escolaridade, utilizou-se a bateria de testes TGMD-2 (Ulrich, 2000).

Protocolo do teste: O teste mensura doze habilidades motoras globais, divididas em seis habilidades de locomoção e seis habilidades de controlo de objetos. As habilidades de locomoção avaliadas foram a corrida, galope, salto a um pé, passada, salto horizontal e corrida lateral e as habilidades de controlo de objetos avaliadas foram o rebater, driblar, rececionar, pontapear, arremessar por cima do ombro e rolar a bola por baixo.

Todas as habilidades motoras foram filmadas e posteriormente analisadas segundo critérios específicos definidos pelo protocolo da bateria de testes, para cada uma das habilidades. É atribuída a cada uma das habilidades um score que é posteriormente somado sendo que este varia entre 0 e 48 pontos para cada tipo de habilidades motoras (Ulrich, 2000).

Para a verificação das características empreendedoras realizou-se observação não participante em contexto de recreio escolar. Inicialmente foi feito um levantamento de características mais mencionadas por vários autores da área do empreendedorismo e, posteriormente, foram definidas as categorias e subcategorias.

Foi elaborado um guião de observação, que contempla as categorias e subcategorias (entre 2 a 3), de forma a tornar mais direta e objetiva a observação das características empreendedoras.

Depois de analisados os resultados do TGMD-2 foram selecionados os três alunos que apresentaram score bruto mais baixo e os três alunos com score mais alto no conjunto das habilidades motoras de controlo de objetos.

A observação das crianças selecionadas foi realizada durante um intervalo de 30 minutos, num polivalente onde se encontravam todos os alunos da turma. Inicialmente foram colocados vários materiais no centro do ginásio para perceber qual a reação dos alunos.

A avaliação foi realizada por três avaliadores e cada aluno foi observado duas vezes. Relativamente às subcategorias, foram pontuadas da seguinte forma: um A (apresenta a característica), um N (não apresenta a característica) e um NO (não observável). Posteriormente, procedeu-se à conjugação da classificação de cada subcategoria e classificou-se o aluno como tendo apresentado ou não cada uma das características empreendedoras previamente definidas.

## **PROCEDIMENTOS**

Num primeiro momento foram solicitadas as autorizações ao agrupamento de escolas, aos professores titulares de turma, aos encarregados de educação e aos próprios para a realização da investigação. Depois de concedidas as autorizações foi aplicada a bateria de testes TGMD-2. A realização deste teste ocorreu durante o mês de Janeiro de 2015 num polivalente e estiveram presentes três avaliadores, que durante cerca de 20 minutos avaliaram os alunos individualmente.

Posteriormente foi realizada a observação direta não participante, em contexto de recreio, aos alunos selecionados. Foram colocados diferentes materiais no centro do espaço de observação como cordas, raquetes, bolas de ténis e rugby, bosus, andas, maçãs e arcos de borraça. A observação teve uma duração 30 minutos.

Após a recolha de todos os dados procedeu-se à análise dos mesmos

Recorrendo ao programa estatístico SPSS, versão 21. Foi realizada uma análise descritiva e foi utilizado o teste qui-quadrado para verificar a associação entre as variáveis.

## APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

**Tabela 1** – Score bruto das habilidades de controlo de objetos.

		Mínimo	Máximo	Média ± DP	Total
<b>Score Bruto Controlo de Objetos</b>	<b>1º Ano</b>	24	41	31,1±4,9	19
	<b>3º Ano</b>	22	45	34,6±6,2	20

Na tabela 1 apresenta-se o somatório do score obtido no conjunto das habilidades de controlo de objetos. Verificou-se que os alunos do 1º ano de escolaridade apresentam um score bruto mínimo de 24 e um máximo de 41 correspondendo a uma média de 31,1±4,9. Em relação ao score bruto dos alunos do 3º ano de escolaridade, o score mínimo obtido foi 22 e o máximo 45 em que a média corresponde a um score de 34,6±6,2.

Constatamos assim que no 3º ano de escolaridade os valores do score são mais dispersos apresentando um maior valor de desvio padrão, pelo contrário, no 1º ano de escolaridade os valores estão mais centrados expressando um valor de desvio padrão menor. No entanto, a média do score obtido no 3º ano é superior ao 1º ano de escolaridade.

**Tabela 2** – Distribuição dos scores brutos extremos das habilidades de controlo de objetos em cada um dos anos de escolaridade

		Ano de Escolaridade	
		1º Ano N= 6	3º Ano N= 6
<b>Score Bruto Controlo de Objetos</b>	<b>Baixo Controlo</b>		
	22		1
	24	1	
	25	2	1
	27		1
	<b>Elevado Controlo</b>		
	36	1	
	39	1	
	41	1	1
	42		1
	45		1

Na tabela 2 demonstramos como foram selecionados os três alunos de cada ano que obtiveram o score mais baixo e os três com score mais alto em cada um dos anos de escolaridade, para assim podemos analisar com mais detalhe a relação entre o desempenho motor no teste de desenvolvimento motor e a presença ou não de características empreendedoras.

**Tabela 3** – Presença de características empreendedoras nos alunos selecionados.

Caraterísticas empreendedoras	Total de Alunos N= 12	
	1º Ano	3º Ano
<b>Identificação de Oportunidades</b>	3	3
<b>Assunção de Riscos</b>	2	4
<b>Liderança / Tomada de Decisão</b>	1	1
<b>Comunicação</b>	5	4
<b>Relações Interpessoais</b>	3	5
<b>Criatividade / Inovação</b>	4	3

Na tabela 3 podemos verificar quais as características mais mencionadas pelos alunos independentemente do score bruto obtido. Verificamos que, a criatividade/inação e a comunicação foram as características que mais se observaram no 1º ano e a assunção do risco a comunicação e as relações interpessoais foram as características mais observadas nos alunos do 3º ano de escolaridade. Constatou-se também que em ambos os anos a característica menos mencionada foi a liderança e a tomada de decisão.

**Tabela 4** – Identificação das características empreendedoras nos alunos com score bruto superior

Caraterísticas empreendedoras	ALUNOS SCORE SUPERIOR	
	1º Ano N= 3	3º Ano N= 3
<b>Identificação de Oportunidades</b>	2	2
<b>Assunção de Riscos</b>	2	3
<b>Liderança e Tomada de Decisão</b>	1	1
<b>Comunicação</b>	2	2
<b>Relações Interpessoais</b>	1	3
<b>Criatividade / Inovação</b>	3	2

Na tabela 4 podemos verificar que no 1º ano de escolaridade a característica que mais se observou nos alunos com score bruto superior foi a criatividade/inação e no 3º ano de escolaridade foi a assunção do risco e as relações interpessoais. Pelo contrário a característica menos mencionada em ambos os anos de escolaridade voltou a ser a liderança/tomada de decisão. Apesar de não se verificarem associações estatisticamente significativas entre os alunos com score bruto superior das habilidades de controlo de objetos e a presença de características empreendedoras, existe um valor próximo entre a assunção de risco em ambos os anos de escolaridade, com o valor de  $p=0,08$  o que nos faz acreditar que se a amostra fosse maior, teríamos um valor de  $p$ , mais próximo de  $0,05$ .

## DISCUSSÃO

Relativamente à tabela 1, os resultados apresentados vão de encontro ao esperado pois, os alunos do 3º ano (8 anos) são mais velhos e, de acordo com Gallahue e Ozmun (2005) já deveriam estar no nível maduro das suas habilidades motoras fundamentais e por isso apresentar valores de controlo de objetos superiores aos alunos do 1º ano (6anos) que, pela sua idade, o seu desempenho motor nas habilidades motoras de controlo de objetos pode ainda ser suscetível de oscilação.

Uma outra razão que pode explicar estes resultados é o facto de os alunos do 1º ano de escolaridade não terem Expressão e Educação Físico-Motora nem mesmo atividades de enriquecimento curricular na área da educação física, o mesmo não acontece no 3º ano em que estes já tem educação física nas atividades de enriquecimento curricular. Desta forma, é proporcionado aos alunos do 3º ano um maior tempo de prática de exercício físico que pode ter influência no nível de desempenho motor que estes apresentam. Este resultado vai de encontro às afirmações de Neto (1995) e Brás (1998) que referem que a existência da Educação Física promove o desenvolvimento motor; proporciona uma boa aprendizagem de habilidades motoras fundamentais, um bom aproveitamento dos períodos de maturidade da criança não só pela interação entre desenvolvimento, aprendizagem e crescimento, mas também pela agradabilidade e favorecimento da aquisição de outros conhecimentos.

Na tabela 3, de acordo com os valores obtidos na observação em contexto de recreio, os resultados são expectáveis pois, e segundo Brown et al. (2005), um líder necessita de ser alguém moralmente “bom” a nível profissional mas também pessoal ao nível dos aspetos intrínsecos ao indivíduo, como a honestidade, sentido de justiça, integridade, empatia, e preocupação com os outros. Vários autores referem que os empreendedores não são inatos, e portanto as características que lhe estão inerentes podem ser aprendidas assim, a probabilidade de crianças desta faixa etária, que não são estimuladas, apresentarem estas características é baixa.

Relativamente às características mais observadas no 1º ano de escolaridade, criatividade e a comunicação, parece-nos passíveis de explicação

visto que, nesta faixa etária, as crianças procuram explorar, descobrir e realizar brincadeiras e dinamizar novas ideias, ao mesmo tempo que procuram companhia nas suas descobertas e para isso tentam transmitir as suas ideias aos colegas (Amabile, 1996). Já os alunos do 3º ano assumem um papel mais maduro, procurando realizar atividades mais arriscadas, com necessidade de ajuda, o que envolve já um trabalho de equipa para atingir um objetivo. Estas características foram observadas através de diálogos, em que, perante brinquedos novos, a maioria dos alunos se agrupavam dois a dois e comentavam sobre para que seriam e que finalidade os lhes podiam dar, partindo de imediato para a brincadeira. Maximiano (2006) e Pereira (2008) consideram que as relações interpessoais são deveras importantes e que serviriam de base para o sucesso de uma organização e para o desenvolvimento da criança.

A análise dos resultados da tabela 4 veio demonstrar a relação entre o nível de desempenho motor ao nível das habilidades de controlo de objetos e a presença de determinadas características, como a assunção de riscos, relações interpessoais e criatividade/inação. Grigorowitschs (2009) considera que as relações interpessoais presentes no jogo são uma característica bastante importante no desenvolvimento social da criança. O jogo promove o desenvolvimento cognitivo em muitos aspetos, como a resolução de problemas, processos mentais, capacidade de processar informação, autonomia e criatividade (Neto, 1997). Segundo Degen (2009), um empreendedor é uma pessoa que tem a necessidade de realizar coisas novas, com disposição para assumir riscos calculados, dotado de uma grande capacidade criativa e inovadora e com a habilidade de identificar oportunidades.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante compreender a relação que pode existir entre o desenvolvimento motor e a presença de características empreendedoras. Sabemos que os atletas de alta competição tem um desempenho motor normalmente acima da média, mas para além do desempenho motor é essencial trabalhar aspetos da personalidade como a capacidade de arriscar e aproveitar as oportunidades que vão surgindo, a capacidade de liderar um grupo/equipa, capacidade de trabalhar em equipa e saber relacionar-se com os restantes elementos independentemente das diferenças, uma boa comunicação entre o grupo, a capacidade de resiliência, entre outras. Estas características permitem que se tornem atletas de excelência mas mais do que isso cidadãos empreendedores capazes de organizar a sua vida profissional depois do término da sua carreira desportiva.

Como tal, pelas razões anteriormente referidas, é necessário que desde cedo, sejam dadas oportunidades às crianças de se desenvolverem, tanto a nível físico, cognitivo e social (Neto, 1997). É importante que desde a idade pré-escolar seja atribuída importância à Educação Física, sendo necessário que os professores criem atividades lúdicas que fomentem o

espírito de jogo e o desenvolvimento pessoal e social do aluno (Marques, 2004; Matos, 2004).

Os recreios assumem-se como o local de extrema relevância para a promoção e desenvolvimento de características empreendedoras. Para isso é necessário também que as áreas de recreio, bem como o tempo a que a ele é destinado nas escolas, sejam valorizados, de forma a potenciar o jogo livre e espontâneo (Pereira, 2009).

## RECOMENDAÇÕES FUTURAS

Após a análise dos resultados pensamos que seria relevante continuar o estudo, aproveitando os dados obtidos, de forma a poder analisar a evolução dos alunos desde o 1º ano até ciclos mais avançados, para perceber se as características empreendedoras vão sendo adquiridas com o aumento da idade e com a prática de exercício físico.

Esperamos que o estudo sirva para alertar a sociedade para a importância das duas temáticas e para a possível relação que pode existir entre as mesmas. Da mesma forma seria interessante que outros autores das diferentes temáticas se interessassem pelo tema e realizassem novas investigações que nos permitam compreender melhor esta relação e posteriormente entender se existe uma associação entre o desempenho motor e a promoção de características empreendedoras.

Por se tratar de um estudo de exploratório a amostra foi reduzida e acreditamos que se esta fosse maior talvez se encontrassem resultados mais expressivos e consistentes capazes de demonstrar a associação entre as variáveis, pelo que recomendamos que sejam realizados estudos com amostras de maior dimensão.

## REFERÊNCIAS

- Almon, J., & Miller, E. (2009). *Crisis in the Kindergarten: Why Children Need to Play in School*. College Park, MD: Alliance for Childhood. Obtido de Crisis in the Kindergarten: Why Children Need to Play in School: [http://www.allianceforchildhood.org/sites/allianceforchildhood.org/files/file/kindergarten\\_report.pdf](http://www.allianceforchildhood.org/sites/allianceforchildhood.org/files/file/kindergarten_report.pdf)
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context*. Boulder, CO: Westview Press.
- Brás, J. (2008). A formação inicial de professores do 1º Ciclo educação física. *Revista Horizonte*, X.
- Brown, M. E., Treviño, L. K., & Harrison, D. A. (2005). Ethical leadership: A social learning perspective for construct development and testing. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 117-134.
- Bulut, Z., & Yilmaz, S. (2008). Permaculture Playgrounds as a new Design Approach for Sustainable Society. *Internacional Journal of Natural and Engineering Sciences*, 35-40.

Caetano, M., Silveira, C., & Gobbi, L. (2005). Desenvolvimento motor e pré-escolares no intervalo de 13 meses. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 5-13.

Degen, R.J. (1989). *O empreendedor: fundamentos da iniciativa empresarial*. São Paulo: McGraw-Hill. Gallahue, D., & Ozmun, J. (2005). *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte.

Grigorowitschs, T. *Jogo Infantil Coletivo com Problema Sociológico*. Obtido de <http://29reuniao.anped.org.br/trabalhos/trabalho/GT14-1695--Int.pdf> Guia de Educação para o Empreendedorismo (2006). Educação para a Cidadania: Lisboa: Ministério da Educação: Direção-Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular.

Lopes, L., Santos, R., Lopes, V. & Pereira, B. (2012). A importância do recreio escolar na atividade física das crianças. In I. Condessa, B. Pereira, & G. Carvalho (Coord.). *Atividade Física, Saúde e Lazer. Educar e Formar*. pp. 65-79, Braga: Centro de Investigação em Estudos da Criança, Instituto de Educação, Universidade do Minho.

Marques, A. (2004). *O ensino das atividades física e Desportivas*. Fatores determinantes da eficácia. (Vol. XIX). *Revista Horizonte*.

Matos, M., Carvalhosa, S., & Diniz, J. (2002). fatores associados à prática da atividade física nos adolescentes portugueses. *Análise Psicológica*, XX, 57-66.

Matos, Z. (2004). *A importância da educação física no 1º ciclo do ensino básico*. educação física na escola primária. Porto: Universidade do Porto.

Moreira, C. (2000). *Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico: Contributos para a sua efectiva implementação*. Dissertação de Mestrado em Ciência do Desporto. Universidade do Porto.

Neto, C. (1995). *Motricidade e jogos de infância*. Lisboa: FMH.

Neto, C. (1997). *O Jogo e o desenvolvimento da criança*. In C. Neto. *Jogo e Desenvolvimento da Criança* (pp. 5-9). Lisboa: FHM.

Neto, C. (1999). *A Educação Motora e as "Culturas de Infância"*: A Importância da Educação Física e Desporto no Contexto Escolar. Lisboa: FHM.

Neto, C. (2008). Atividade física da criança e do jovem e independência de mobilidade do meio urbano. In B. Pereira, & G. Carvalho, *Actividade física saúde e lazer: modelos de análise e intervenção* (pp. 15-34). Porto: LIDEL.

Pereira, B. O. (2008). Jogos e brinquedos nos recreios das escolas. In B. O. Pereira & G. S. Carvalho (Coords), *Actividade Física, Saúde e Lazer* (pp. 3-13). Lisboa: LIDEL. Edições Técnicas, Lda.

Pereira, B. O. (2009). *In Juegos y juguetes en los recreos de las escuelas de Portugal La Pedagogia del Ocio: nuevos desafios* (pp. 33-42).

Silva, I., Santos, R., Pereira, B. (2013). Associações entre aptidão cardiovascular e a performance académica, diferenças entre padrões alimentares associados à dieta mediterrânica. Um estudo em adolescentes do 8º ano de uma escola numa perspetiva longitudinal. *Atas do IX Seminário Internacional de Edu-*

.....  
*cação Física, Lazer e Saúde*. CIEC, IE, Universidade do Minho (UM), Portugal.  
<http://hdl.handle.net/1822/26336>

Silva, J. V. (2008) *Espaço para o Jogo no Recreio Escolar e a Ocorrência de lutas a “Brincar”*. *Licere*,11(2), <https://seer.lcc.ufmg.br/index.php/licere/article/viewFile/705/581> acrescentar

Tovey, H. (2010). *Playing outdoors: spaces and places, risk and challeng*. McGraw Hill Open University Press.

Ulrich, D. A. (2000). *Test of gross motor development 2*. TX: PRO-ED Publishers.

World Health Organization (WHO) [Consultado em Maio, 2015] em [http://www.who.int/childgrowth/standards/bmi\\_for\\_age/](http://www.who.int/childgrowth/standards/bmi_for_age/)