

ÍNDICE GERAL

	Pág.
AGRADECIMENTOS	V
RESUMO	VII
ABSTRACT.....	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS.....	XII
LISTA DE ANEXOS	XIV
LISTA DE APÊNDICES	XV
INTRODUÇÃO	1
CAPÍTULO I – REVISÃO DA LITERATURA	4
1.1 – Emoções	4
1.1.1 – Conceito de Emoção	4
1.1.2 – A classificação das Emoções	6
1.1.3 – A origem da Emoção	9
1.1.4 – Consequências da exposição prolongada a determinados tipos de emoções--	13
1.1.5 – A necessidade da Educação das Emoções	14
1.1.6 – Inteligência Emocional.....	18
1.1.6.1 – Evolução do conceito de Inteligência.....	18
1.1.6.2 – Competências Emocionais Básicas.....	23
1.1.6.3 – O contributo da Educação Física na Educação Emocional – A Educação Física Emocional	25
1.1.6.3.1 – O corpo como projector de emoções – A Educação Física como ecrã de Projecção.....	33
1.1.6.3.2 – Actividade Física – Emoções exteriorizadas e formas de actuação do professor de Educação Física Emocional	34
1.2– O Jogo	39
1.2.1 – Perspectiva histórica do Jogo	40
1.2.2 – Conceito de Jogo	42

1.2.3 – As teorias do Jogo	44
1.2.4 – As finalidades do Jogo	47
1.2.5 – As funções do Jogo	48
1.2.6 – Classificações do Jogo	49
1.3 – A Praxiologia Motriz	53
1.3.1 – Os benefícios dos Jogos e Desportos no agir humano	53
1.3.2 – As ciências do Desporto e a fragmentação do conhecimento	54
1.3.3 – A Praxiologia Motriz – Uma necessária orientação	55
1.3.3.1 – Acções Motoras: O que se pode ver e observar	58
1.3.3.2 – A Lógica Interna é o elemento fundamental	61
1.3.3.2.1 – Os critérios relevantes	62
1.3.3.2.2 – Principais características das categorias	64
1.3.3.3 – Influência da Lógica Interna nas condutas motoras	66
1.3.3.4 – A Lógica Externa	70
1.3.3.5 - A utilização da Praxiologia na Educação Física como linha orientadora da conduta motora	71
CAPÍTULO II – ESTRUTURA DO TRABALHO	76
2.1 - Definição de objectivos	76
2.1.1 – Objectivo Geral	76
2.1.2 – Objectivos Específicos	79
2.1.3 – Interesse e justificação dos objectivos específicos a atingir	80
2.2 – Metodologia	82
2.2.1 – Formulação de Questões	82
2.2.2 - Definição das Dimensões e Variáveis do estudo	83
A) – Variável Dependente	83
B) – Variáveis Independentes	83
B.1) – Correspondentes à Lógica Interna do Jogo	83
B.2) – Correspondentes à Lógica Externa do Jogo	84
2.2.3 – População do estudo	84
A) – Critérios de Selecção da Amostra	84
B) – Caracterização da Amostra	84

2.2.4 – Instrumento-----	90
2.2.4.1 – Descrição do Instrumento -----	90
A) - Questionário “Historial Desportivo” -----	90
B) - Grelha de Registo de Expressão Emocional – Situações reais de jogo -----	91
2.2.4.2 – Tradução e Validação do Instrumento -----	92
2.2.5 – Procedimentos -----	92
2.2.5.1 – Procedimentos de Aplicação – Aplicação do Instrumento-----	93
2.2.5.2 – Procedimentos Estatísticos -----	96
CAPÍTULO III – APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS ---	97
3.1 – Percepção da Expressão das Emoções para a generalidade da amostra -----	98
3.1.1 – Apresentação de resultados -----	98
3.1.2 – Discussão dos resultados -----	105
3.2 – Percepção da Expressão das Emoções da amostra tendo em conta a presença ou ausência de “Vitória” no jogo-----	107
3.2.1 – Apresentação de resultados-----	107
3.2.2 – Discussão de resultados-----	110
3.3 – Percepção da Expressão das Emoções tendo em conta o Género dos sujeitos da amostra -----	112
3.3.1 – Apresentação de resultados -----	112
3.3.2 – Discussão de resultados -----	118
3.4 – Percepção da Expressão das Emoções da amostra tendo em conta o Nível de Prática Desportiva Habitual -----	120
3.4.1 – Apresentação de resultados-----	120
3.4.2 – Discussão de resultados -----	122
CAPÍTULO IV – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES-----	125
BIBLIOGRAFIA -----	130
ANEXOS-----	136
APÊNDICES-----	138

ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS

	Pág.
Quadro 1 – Emoções básicas (adaptado de Lazarus, 1991 e Bisquerra, 2000) -----	8
Quadro 2 – Competências Emocionais Básicas (adaptado de Bisquerra, 2003) -----	23
Quadro 3 - Categorias das Situações Motoras segundo Parlebas (1981) -----	65
Quadro 4 – Caracterização da amostra por idades -----	85
Quadro 5 – Distribuição da amostra por idades -----	85
Quadro 6 – Distribuição da amostra por género -----	86
Quadro 7 – Distribuição da amostra em função do nível desportivo -----	86
Quadro 8 – Distribuição da amostra pela prática desportiva habitual predominante ----	87
Quadro 9 – Distribuição da Prática Desportiva Habitual por Género -----	88
Quadro 10 – Distribuição da Prática Desportiva Habitual por Nível Desportivo -----	89
Quadro 11 – Expressão das Emoções Positivas nos Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição - -----	98
Quadro 12 – Expressão das Emoções Negativas nos Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição-----	99
Quadro 13 – Expressão das Emoções Ambíguas nos Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição -----	100
Quadro 14 – Estatísticas Descritivas da Expressão das Emoções no Conjunto dos Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição -----	101
Quadro 15 – Estatísticas Descritivas das Emoções Positivas nos vários Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição -----	102
Quadro 16 – Estatísticas Descritivas das Emoções Negativas nos vários Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição -----	103
Quadro 17 – Estatísticas Descritivas das Emoções Ambíguas nos vários Jogos Reais do Domínio Sociomotor de Oposição -----	104
Quadro 18 – Expressão das Emoções Positivas entre Jogos com Vitória e Jogos sem Vitória -----	107
Quadro 19 – Expressão das Emoções Negativas entre Jogos com Vitória e Jogos sem Vitória -----	107

Quadro 20 – Expressão das Emoções Ambíguas entre Jogos com Vitória e Jogos sem Vitória -----	108
Quadro 21 – Comparativo da Expressão das Emoções, por emoções nos jogos com e sem vitória-----	109
Quadro 22 – Média da Expressão das Emoções dos vários tipos de Emoção, por Género -----	113
Quadro 23 – Média da Expressão das Emoções, por Género -----	114
Quadro 24 – Média da Expressão das Emoções no Jogo Mão Individual ganhadora, por Género -----	115
Quadro 25 – Média da Expressão das Emoções no Jogo Lebres na Parede, por Género -----	117
Quadro 26 – Média da Expressão das Emoções no Jogo Perseguir Imitando, por Género -----	118
Quadro 27 – Expressão das Emoções Positivas, por Nível Desportivo -----	121
Quadro 28 – Expressão das Emoções Negativas, por Nível Desportivo -----	121
Quadro 29 – Expressão das Emoções Ambíguas, por Nível Desportivo-----	122
Gráfico 1 – Estatística descritiva da expressão das emoções no conjunto dos jogos --	113

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1 – Questionário “Historial Desportivo”. (Documento original)-----	136
Anexo 2 – Grelha de Expressão Emocional. (Documento original)-----	137

LISTA DE APÊNDICES

	Pág.
apêndice 1 – Competências Emocionais Básicas – Definição dos seus critérios de validação (Bisquerra, 2003)-----	138
apêndice 2 – Questionário “Historial Desportivo”. (Documento traduzido) -----	140
apêndice 3 – Grelha de Expressão Emocional. (Documento traduzido) -----	141
apêndice 4 – Descrição das situações reais de jogos de acção motora -----	142
apêndice 5 – Lista de materiais necessários-----	148
apêndice 6 – Organização da aplicação dos Jogos -----	149