

# **ANEXOS 1**

**Inquérito**

**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Coimbra**  
**Mestrado Lazer e Desenvolvimento Local**  
**Parque Cidade/ Barreiro**

Pretendemos (1) caracterizar as actividades de Lazer realizadas em Parques Urbanos e (2) os factores ambientais que facilitam ou inibem a prática de actividades físicas. Este questionário refere-se, especificamente, ao Parque da Cidade. Agradecemos o preenchimento e entrega. Leia atentamente o questionário e não hesite em esclarecer alguma dúvida. É garantido o anonimato. Obrigado pela colaboração.

**1) Actividades de Lazer realizadas no último mês (30 dias/ 4 semanas)**

**1.1 Quantos dias, no último mês, visitou o Parque?** \_\_\_\_\_ dias

**1.2 Quantos dias durante a semana e ao fim de semana?**

Durante a semana: n.º dias \_\_\_\_\_ Fim semana: n.º dias \_\_\_\_\_

**1.3 Qual o tempo médio diário que permaneceu no Parque?** \_\_\_\_\_(horas)

**1.4 Que distância percorre, habitualmente, para se deslocar ao Parque?** \_\_\_\_\_(km)

**1.5 De que forma se deslocou para o parque?** (Assinale c/ "X" a mais habitual)

Pé \_\_\_\_\_ Bicicleta \_\_\_\_\_ Automóvel \_\_\_\_\_ Mota \_\_\_\_\_ Transportes Públicos \_\_\_\_\_

**1.6 Deslocou-se sozinho ou acompanhado?** (Assinale c/ "X" a mais habitual)

Sozinho \_\_\_\_\_ Família \_\_\_\_\_ Grupo Informal (amigos) \_\_\_\_\_

Outra \_\_\_\_\_ Indique qual: \_\_\_\_\_

**1.7 Qual o estado de espírito que associa ao Parque?** (Assinale c/ "X" Uma (1))

Liberdade \_\_\_\_\_ Sorte \_\_\_\_\_ Aventura \_\_\_\_\_ Felicidade \_\_\_\_\_ Harmonia \_\_\_\_\_

Outro \_\_\_\_\_ Indique qual: \_\_\_\_\_

**1.8 Deslocou-se ao Parque para realizar Actividades físico desportivas?**

Sim \_\_\_\_\_ (seguir para 1.9) Não \_\_\_\_\_ (seguir para 1.10)

**1.9 Que actividades físico desportivas realizou?** (Assinale c/ "X" duas (2) opções)

Corrida \_\_\_\_\_ Marcha \_\_\_\_\_ Jogos c/ bola \_\_\_\_\_ Bicicleta \_\_\_\_\_

Ténis \_\_\_\_\_ Escalada \_\_\_\_\_

Outra \_\_\_\_\_ Indique qual: \_\_\_\_\_

**1.10 Qual o motivo da sua deslocação ao Parque?** (Assinale c/ "X" duas (2) opções)

Relaxar \_\_\_\_\_ Ler um livro \_\_\_\_\_ Passear o cão \_\_\_\_\_ Para estar com as crianças \_\_\_\_\_

Para estar com outros \_\_\_\_\_ Para meditar \_\_\_\_\_ Para escapar à cidade \_\_\_\_\_  
 Para recarregar "baterias" \_\_\_\_\_ Dar comida aos patos \_\_\_\_\_  
 Outro \_\_\_\_\_ Indique qual: \_\_\_\_\_

## 2) ESCALA AUTO PERCEPÇÃO

Apresentamos situações que podem ser encontradas em Parques Urbanos e que possuem o **potencial de INIBIR ou ESTIMULAR a prática de actividades físicas**.

**Assinale com um "X"** a opção que melhor corresponde à sua percepção.

Factores Ambientais	ESCALA					
	Inibe		Indiferente		Estimula	
	1	2	3	4	5	6
1. Chuva						
2. Poluição do ar						
3. Beleza geográfica						
4. Localização geográfica						
5. Existência de Pista de caminhada/corrida/ ciclável						
6. Outros equipamentos disponíveis (campos jogos, circuitos condição física, barras, etc.)						
7. Estacionamento existente						
8. Beleza arquitectónica das estruturas construídas						
9. Programas/ eventos públicos relacionados com actividades físico desportivas						
10. Cartazes/ quadros informativos sobre actividades físico desportivas						
11. Serviços de emergência existentes						
12. Segurança pública nas imediações e no Parque						
13. Regulação do trânsito nas imediações						
14. Comportamento dos utilizadores						
15. Acompanhamento por amigos; Apoio ou incentivo						
16. Valor atribuído ao Parque pelos outros						

## 3) Factores Ambientais

**Relativamente à/ aos:**

**3.1 Existência de Pista de caminhada/corrida/ ciclável** (Assinale com Cruz "X")

- a) Deverão estar juntas \_\_\_\_\_ ou separadas \_\_\_\_\_ Indiferente \_\_\_\_\_
- b) Tipo piso: Terra batida \_\_\_\_\_ Alcatrão \_\_\_\_\_ Indiferente \_\_\_\_\_ Outro \_\_\_\_\_  
 qual? \_\_\_\_\_
- c) Deverão ser acompanhados de informações relacionadas com actividades físico desportivas:  
 Sim \_\_\_\_\_ Não \_\_\_\_\_ Indiferente \_\_\_\_\_

**3.2 Equipamentos disponíveis** (Assinale com Cruz "X")

Que tipo de equipamento o motiva/ motivaria mais para a prática de actividades físico desportivas?

Circuito condição física\_\_\_\_ Campo Jogos Ténis\_\_\_\_ Campo jogos basquetebol\_\_\_\_

Campo jogos polidesportivo\_\_\_\_ Aparelhos tipo ginásio\_\_\_\_ Pista caminhada/ corrida/ ciclável\_\_\_\_

Indiferente\_\_\_\_

Outro\_\_\_\_ Qual\_\_\_\_\_

### **3.3 Programas/ eventos públicos relacionados com actividades físico desportivas**

(Assinale com Cruz "X")

a) Qual a regularidade dos programas/ eventos que o motiva/ motivaria mais para a prática de actividades físico desportivas?

Semanal\_\_\_\_ Bisemanal\_\_\_\_ Mensal\_\_\_\_ Trimestral\_\_\_\_ Semestral\_\_\_\_ Anual\_\_\_\_

Indiferente\_\_\_\_

b) Qual o tipo de programa que o motiva/ motivaria mais para a prática de actividades físico desportivas?

\_\_\_\_ Aulas grupo (Fitness; Pilates; Aeróbica)

\_\_\_\_ Corrida/ Marcha/ Condição Física

c) Qual o tipo de acompanhamento técnico que o motiva/ motivaria mais para a prática de actividades físico desportivas?

\_\_\_\_ Actividades acompanhadas por técnico com carácter educativo/ informativo

\_\_\_\_ Actividades não acompanhadas mas com plano indicativo de tarefas

\_\_\_\_ Actividades sem qualquer tipo de acompanhamento técnico

### **3.4 Cartazes/ quadros informativos sobre actividades físico desportivas**

Qual o tipo de informação que o motiva/ motivaria mais para a prática de actividades físico desportivas? (Assinale com Cruz "X")

\_\_\_\_ Efeitos fisiológicos da actividade físico desportiva

\_\_\_\_ Planos de treino livres

\_\_\_\_ Aspectos relacionados com saúde

\_\_\_\_ Problemas relacionados com a inactividades física

\_\_\_\_ Conselhos gerais sobre saúde e actividade físico desportiva

\_\_\_\_ Todos

\_\_\_\_ Indiferente

\_\_\_\_ Outros Quais:\_\_\_\_\_

## **4) Caracterização sociodemográfica** (Assinale com Cruz "X")

**4.1 Sexo:** M\_\_\_\_ F\_\_\_\_ **4.2 Ano Nascimento:** 19\_\_\_\_

**4.3 Estado civil:** a) Solteiro\_\_\_\_ b) Casado\_\_\_\_ c) Divorciado\_\_\_\_ d) Viúvo\_\_\_\_

**4.4 Grau de instrução concluído:** a) 1º Ciclo\_\_\_\_ b) 2º Ciclo\_\_\_\_ c) 3º Ciclo\_\_\_\_

d) Ensino Secundário\_\_\_\_ e) Bacharelato\_\_\_\_ d) Licenciatura\_\_\_\_ e) Mestrado\_\_\_\_  
f) Doutoramento\_\_\_\_

**4.5 Condição perante o trabalho:**

a) Trabalhador por conta de outrem\_\_\_\_ b) Doméstica(o)\_\_\_\_ c) Desempregada(o)\_\_\_\_

d) Reformada(o)\_\_\_\_ e) Estudante\_\_\_\_ f) Empresário\_\_\_\_ » N.º trabalhadores\_\_\_\_

g) Outra:\_\_\_\_\_

**4.6 Categoria/ Grupo Profissional:** (Consultar folha anexa/ Assinale o n.º

correspondente;

Grupo

*Agradecemos a colaboração*

# **ANEXOS 2**

**Grelha Codificação  
Categoria/ Grupo Profissional**

**GRUPO 1 - QUADROS SUPERIORES DA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA,  
DIRIGENTES E QUADROS SUPERIORES DE EMPRESA**

1.1 - Quadros Superiores da Administração Pública

1.2 - Directores de Empresa

1.3 - Directores e Gerentes de Pequenas Empresas

## **GRUPO 2 - ESPECIALISTAS DAS PROFISSÕES INTELLECTUAIS E CIENTÍFICAS**

- 2.1 - Especialistas das Ciências Físicas, Matemáticas e Engenharia
- 2.2 - Especialistas das Ciências da Vida e Profissionais da Saúde.
- 2.3 - Docentes do Ensino Secundário, Superior e Profissões Similares.
- 2.4 - Outros Especialistas das Profissões Intellectuais e Científicas.

## **GRUPO 3 - TÉCNICOS E PROFISSIONAIS DE NÍVEL INTERMÉDIO**

- 3.1 - Técnicos e Profissionais de Nível Intermédio das Ciências Físicas e Químicas, da Engenharia e Trabalhadores Similares
- 3.2 - Profissionais de Nível Intermédio das Ciências da Vida e da Saúde
- 3.3 - Profissionais de Nível Intermédio do Ensino
- 3.4 - Outros Técnicos e Profissionais de Nível Intermédio

## **GRUPO 4 - PESSOAL ADMINISTRATIVO E SIMILARES**

- 4.1 - Empregados de Escritório
- 4.2 - Empregados de Recepção, Caixas, Bilheteiros e Similares

## **GRUPO 5 - PESSOAL DOS SERVIÇOS E VENDEDORES**

- 5.1 - Pessoal dos Serviços Directos e Particulares, de Protecção e Segurança
- 5.2 - Manequins, Vendedores e Demonstradores

## **GRUPO 6 - AGRICULTORES E TRABALHADORES QUALIFICADOS DA AGRICULTURA E PESCAS**

- 6.1 - Agricultores e Trabalhadores Qualificados da Agricultura, Criação de Animais e Pescas
- 6.2 - Agricultores e Pescadores - Agricultura e Pesca de Subsistência

## **GRUPO 7 - OPERÁRIOS, ARTÍFICES E TRABALHADORES SIMILARES**

- 7.1 - Operários, Artífices e Trabalhadores Similares das Indústrias Extractivas e da Const. Civil
- 7.2 - Trabalhadores da Metalurgia e da Metalomecânica e Trabalhadores Similares
- 7.3 - Mecânicos Precisão, Oleiros, Vidreiros, Artesãos, Trabalhadores Artes Gráficas e Similares
- 7.4 - Outros Operários, Artífices e Trabalhadores Similares

## **GRUPO 8 - OPERADORES DE INSTALAÇÕES E MÁQUINAS E TRABALHADORES DA MONTAGEM**

- 8.1 - Operadores de Instalações Fixas e Similares
- 8.2 - Operadores de Máquinas e Trabalhadores da Montagem
- 8.3 - Condutores Veículos, Embarcações e Operadores de Equipamentos Pesados Móveis

## **GRUPO 9 - TRABALHADORES NÃO QUALIFICADOS**

- 9.1 - Trabalhadores não Qualificados dos Serviços e Comércio
- 9.2 - Trabalhadores Não Qualificados da Agricultura e Pescas
- 9.3 - Trabalhadores Não qualificados

# **ANEXOS 3**

**Grelha Codificação**

**Grupos Profissionais em Classes Sociais**

<b>Classe Social</b>	<b>Grupo Profissional</b>
Burguesia Empresarial, Proprietária e Dirigente (BEPD)	Grupo 1
Pequena Burguesia Intelectual e Científica (PBIC)	Grupo 2
Pequena Burguesia Técnica de Enquadramento (PBTE)	Grupo 3
Pequena Burguesia (PB)	Grupo 6
Pequena Burguesia de Execução (PBE)	Grupo 4 e 5
Operariado Industrial e Agrícola (OIA)	Grupo 7, 8 e 9