



**Universidade de Coimbra**  
**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física**

Mestrado em Lazer e Desenvolvimento Local

# “Programa de desenvolvimento do bodyboard no Concelho da Nazaré”

---

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como  
actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Diego Fellipe Leandro Amado

*Coimbra 2011*



**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física**

Mestrado em Lazer e Desenvolvimento Local

# “Programa de desenvolvimento do bodyboard no Concelho da Nazaré”

---

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade  
extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

*Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do  
grau de Mestre em Lazer e Desenvolvimento Local.*

Orientadora: Professora Doutora Salomé Marivoet

Diego Fellipe Leandro Amado

*Coimbra 2011*

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## RESUMO

Este projecto foi criado com o objectivo de verificar a viabilidade e o interesse local para a implementação de um projecto destinado à inclusão da actividade bodyboard como actividade extra curricular no Externato Dom Fuas Roupinho, situado no Concelho da Nazaré, cujo público alvo são os alunos do 5º e 6º ano, com idade compreendida entre os 10 e os 12 anos. Com essa proposta em mãos, foi feito um levantamento bibliográfico e empírico a partir dos quais definiu-se a problemática de análise, o objecto de estudo e as hipóteses/questões, assim como a respectiva metodologia a ser utilizada no estudo.

Um questionário para a verificação dos hábitos desportivos e do interesse dos alunos na prática do bodyboard foi construído e utilizado no Ext. Dom Fuas Roupinho. 32 alunos residentes no Concelho da Nazaré, 22 deles do sexo masculino e 11 do sexo feminino, além de seus respectivos encarregados de educação, participaram da aplicação do questionário através da plataforma da internet (<http://docs.google.com>). A plataforma utiliza o *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 17.0, para *Windows*, como instrumento de verificação das respostas presentes no questionário.

Durante a análise dos resultados, foi verificado que 53% dos jovens inquiridos já havia praticado o surf ou o bodyboard. Contudo, 67% dos jovens que nunca experimentaram a actividade demonstraram interesse em vir a praticá-la um dia. De acordo com o inquérito sociográfico, a falta de dinheiro, a falta de material, e o medo do mar foram os principais motivos apontados pelos jovens como impedimento da prática da modalidade caso ela fosse executada em sua escola.

Entre os inquiridos, foi verificada uma grande participação desportiva fora da escola: 97% dos jovens realiza uma ou mais actividades desportivas, e, deste grupo, 67% estão inscritos em um clube ou associação desportiva, com uma maior incidência nos indivíduos de sexo masculino e no desporto federado.

Os encarregados de educação não deram mostras de possíveis embargos referente à participação ou não dos seus educandos na actividade proposta, sendo o medo de um possível acidente na água e o valor das aulas algo a ser visto com cautela, já que se tratam de famílias com uma média de quatro pessoas por residência (50%), e cujo rendimento mensal médio está entre os 1.001 e os 1.500 euros.

**Palavras-Chave:** Hábitos Desportivos, Actividade extra curricular, Bodyboard, Surf, Jovens

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## **Abstract**

The aim of this project was to verify the viability and local interest for implementing a project for including bodyboard as an extra school activity on "Externato D.Fuas Roupinho", a local school on Nazaré. This was to be applied on students on 5th and 6th grade, from 10 to 12 years-old. With this proposal it was made a bibliographic and empiric research, defining the study aim, the problematic, the hypothesis and the methodology to be used.

After the creation of the questionnaire, idealized to verify sports' habits and students' interest on practicing bodyboard, it was used on Externado D.Fuas Roupinho, answered by 32 students, 22 male and 11 female, living in Nazaré, and by their carers. It was an online version, answered on google platform, and after analyzed with SPSS 17.0, a *Statistical Program for Social Sciences* data analysis.

During results analysis, it was verified that 53% of youths had already tried surf or bodyboard, although the rest (67%) also show interest in becoming practitioners. As the main reason for not practicing, if it would be implemented in their school, the students named financial issues, fear and lack of appropriated material.

Among these youth, it was verified a huge sport practice out of school, with a rate of 97% indicating as practicing a sport, and 67% of those being included on a team or sport association, mainly the males.

Carers didn't show possible (...) referring to their children on the proposed activity, being the fear of an accident and the price of the classes two aspects to be analyzed carefully, since we're in presence of families with about 4 people per home (50%) and owning from 1000 to 1500€ monthly.

**Keywords:** Habits Sports, extracurricular activities, bodyboard, surf, young

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## ÍNDICE

<b>ÍNDICE DE QUADROS E GRÁFICOS</b> .....	<b>XI</b>
<b>AGRADECIMENTOS</b> .....	<b>13</b>
<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
<b>1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO</b> .....	<b>3</b>
<b>1.1. ACERCA DO CONCEITO DE DESPORTO</b> .....	<b>4</b>
<b>1.2. ACTIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA</b> .....	<b>6</b>
<b>1.3. DESPORTO NA NATUREZA</b> .....	<b>8</b>
<b>1.4. PROPOSTA DE INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO</b> .....	<b>10</b>
1.4.1. Objecto de estudo e questões de investigação.....	<b>12</b>
1.4.2. Possibilidades de implementação.....	<b>13</b>
<b>2.METODOLOGIA</b> .....	<b>15</b>
<b>2.1. ESTÁGIO NO RIO DE JANEIRO</b> .....	<b>16</b>
2.1.1. Caracterização do local de estágio.....	<b>16</b>
2.1.2. Escola Kung de Bodyboard.....	<b>17</b>
2.1.3. Motivos para escolha da Escola Kung de Bodyboard.....	<b>18</b>
2.1.4. Expectativas do local de estágio.....	<b>19</b>
<b>2.2. PROPOSTA DE PROJECTO DE INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO</b> .....	<b>21</b>



2.2.1. Parcerias.....	21
2.2.2. Público alvo.....	22
2.2.3. Recursos humanos, materiais e financeiros.....	22
2.2.4. Divulgação da acção.....	12
<b>2.3. MÉTODOS E TÉCNICAS DE INVESTIGAÇÃO .....</b>	<b>24</b>
<b>3. HISTÓRIA E DESENVOLVIMENTO DO BODYBOARD .....</b>	<b>27</b>
<b>3.1. DESCRIÇÃO DAS MANOBRAS BÁSICAS DO BODYBOARD.....</b>	<b>30</b>
<b>3.2. MÉTODOS DE ENSINO.....</b>	<b>33</b>
<b>3.3. ESTILOS DE ENSINO SEGUNDO MOSSTON.....</b>	<b>34</b>
<b>3.4. ESTILOS DE ENSINO SEGUNDO LUCKESI.....</b>	<b>35</b>
<b>3.5. MÉTODOS DE ENSINO BODYBOARD.....</b>	<b>35</b>
3.5.1. Pré planeamento da aula.....	35
3.5.2. Ensino aprendizagem do bodyboard.....	36
<b>4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>39</b>
<b>4.1. INSTALAÇÕES DESPORTIVAS PRESENTE NO CONCELHO DA NAZARÉ.....</b>	<b>40</b>
<b>4.2. PRÁTICA DESPORTIVA DOS ALUNOS DO 5º E 6º ANO DO EXT. DOM FUAS ROUPINHO.....</b>	<b>42</b>

<b>4.3. DISPONIBILIDADE PARA A PRÁTICA DO BODYBOARD COMO ACTIVIDADE EXTRA CURRICULAR</b> .....	<b>45</b>
<b>4.4. FACTORES IMPEDITIVOS PARA A PRÁTICA DO BODYBOARD COMO ACTIVIDADE EXTRA CURRICULAR</b>	<b>48</b>
<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>51</b>
<b>LIMITAÇÕES E RECOMENDAÇÕES</b> .....	<b>52</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	<b>53</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>57</b>
ANEXO I – CARTA DE ACEITAÇÃO DE INTERCAMBIO NA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO DE JANEIRO	<b>59</b>
ANEXO II – GUIÃO DE ENTREVISTA AO FUNDADOR E DONO DA ESCOLA KUNG DE BODYBOARD	<b>61</b>
ANEXO III – GUIÃO DE ENTREVISTA AOS ALUNOS DA ESCOLA KUNG DE BODYBOARD	<b>63</b>
ANEXO IV – PROTOCOLO DE OBSERVAÇÃO DA ESCOLA KUNG DE BODYBOARD	<b>65</b>
ANEXO V – PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO PARA A REALIZAÇÃO DO ESTUDO	<b>67</b>
ANEXO VI - INQUÉRITO SOCIOGRÁFICO	<b>69</b>
ANEXO VII – GRÁFICOS DE APURAMENTO DOS RESULTADOS	<b>75</b>

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS

### Gráficos

<b>Gráfico 1</b> – Desportos praticados na escola.....	<b>42</b>
<b>Gráfico 2</b> – Desportos praticados fora da escola.....	<b>43</b>
<b>Gráfico 3</b> – Modalidades praticadas como desporto federado.....	<b>43</b>
<b>Gráfico 4</b> – Desportos praticados em horário livre por um período mínimo de 1 ano.....	<b>45</b>
<b>Gráfico 5</b> – Interesse no bodyboard como actividade extra curricular.....	<b>46</b>
<b>Gráfico 6</b> – Aceitabilidade dos encarregados de educação referente a modalidade bodyboard.....	<b>47</b>
<b>Gráfico 7</b> – Possíveis factores impeditivos segundo os alunos .....	<b>48</b>
<b>Gráfico 8</b> – Custo mensal máximo disponível para a actividade.....	<b>49</b>
<b>Gráfico 9</b> – Valor orçamentário médio do agregado familiar	<b>50</b>
<b>Gráfico 10</b> – Agregado familiar.....	<b>50</b>

### Quadros

<b>Quadro I</b> – Valor do equipamento necessário a prática do bodyboard .....	<b>23</b>
<b>Quadro II</b> – Tamanho da prancha x peso x altura .....	<b>29</b>
<b>Quadro III</b> – Níveis de aprendizagem ( Curso de treinadores – FPS) .....	<b>36</b>
<b>Quadro IV</b> – Infra-estrutura desportiva Municipal do Concelho da Nazaré.....	<b>41</b>
<b>Quadro V</b> – Instalações desportivas da Região Centro.....	<b>41</b>
<b>Quadro VI</b> – Número de atletas federados em 2010.....	<b>44</b>
<b>Quadro VII</b> – Vantagens da prática do bodyboard para o educando.....	<b>47</b>

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## **AGRADECIMENTOS**

Para a conclusão desse trabalho, obtive a ajuda de muitas pessoas, para as quais seria impossível dedicar um agradecimento personalizado, pois eu certamente correria o risco de ser injusto e me esquecer de alguém.

Em primeiro lugar, agradeço a Deus por todas as bênçãos concedidas, por ter-me dado força e coragem para enfrentar esse desafio e por ter colocado a minha família e os meus amigos na minha vida, pois esse certamente foi o maior presente que eu tive até hoje.

Em segundo lugar (e não menos importante), dedico essa tese à minha família, em especial aos meus pais, que sempre lutaram muito para nos dar a possibilidade de ter um bom estudo, uma boa educação e, acima de tudo, um bom carácter.

Um muito obrigado à “vó” Aurora, ao “vô” Celestino e à Janete, que, desde que eu me lembre, sempre participaram directamente na minha vida, ensinando-me valores que eu levarei para sempre. Um abraço à família “portuguesa”, em especial à prima Margarida, maior incentivadora dessa minha vinda a Portugal, pessoa que em muitas vezes foi para mim uma segunda mãe. Obrigado, Gui, por ser esse irmão/amigo que você é. Eu acho, que sem você aqui em Portugal, eu já teria voltado há muito tempo.

Um grande obrigado aos amigos de Pedra de Guaratiba, aos amigos da Nazaré, aos amigos da UGF, aos amigos da “Cergal Team” e da “Coimbra MMA”, aos amigos do “FCDEF” e a todos aqueles que, de forma directa ou indirecta, participaram da minha caminhada.

Ao Director António Formiga, por me ter aberto as portas do Externato e a todos os alunos que frequentam o 5º e o 6º ano do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré e aos seus respectivos encarregados de educação, que se disponibilizaram a preencher o questionário, sem o qual o estudo não poderia ter sido realizado.

À Professora Doutora Salomé Marivoet, por toda a paciência e boa disposição para me orientar nesta tese, utilizando-se sempre do seu enorme conhecimento para que este trabalho pudesse ser concretizado de uma forma digna e coerente. Você se tornou para mim um exemplo a ser seguido.

Enfim, um muito obrigado a todos que me auxiliaram nesta decisão, que foi a mais importante e difícil da minha vida. Muito obrigado, pois, sem vocês, eu nunca teria chegado aqui. Muito obrigado, galera!

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## INTRODUÇÃO

O *bodyboard* é um desporto “recente”, inicialmente criado nos finais da década de 70, e derivado de uma prática polinésia de surfar deitado em uma prancha feita de “alaias”, uma árvore típica daquelas ilhas. Posteriormente, a modalidade foi desenvolvida no Havai nas décadas de 60 a 70, em uma prática semelhante denominada “paipo boarding”. Trata-se de um desporto mundialmente conhecido por suas manobras radicais, pela maior facilidade no início da aprendizagem e por ser mais seguro, devido ao material flexível da prancha, diferentemente do *surf*, cuja prancha é produzida em poliuretano, um material mais rígido e pouco flexível.

A nível mundial, os principais países praticantes da modalidade são Austrália, África do Sul, Havai, Brasil, Ilhas Canárias (ESP), Portugal e Estados Unidos, sendo Mike Stewart o atleta com mais títulos a nível mundial (9 títulos mundiais, entre outros títulos) e considerado uma lenda viva do desporto. Portugal, apesar de ainda não ter conquistado um título mundial pela IBA (*International Bodyboarding Association*), considerado o melhor campeonato a nível mundial, já conquistou o título do *World Surfing Games – WSG* (jogos olímpicos dos desportos de mar – Surf e Bodyboard juntos), o Campeonato Europeu de bodyboard, o Campeonato Mundial realizado pela ISA (*International Surfing Association*) entre outros campeonatos, tendo atletas no top 16 do circuito mundial. O atleta Manuel Centeno é considerado o maior atleta português de todos os tempos na categoria masculino, e as atletas Rita Pires e Catarina Souza são as portuguesas com o maior número de títulos conquistados e de participações no campeonato mundial.

Devido à crescente exposição mediática que o *bodyboard* e o *surf* têm alcançado ao longo do seu desenvolvimento como modalidade desportiva e estilo de vida em Portugal e no mundo, a procura por tais modalidades aumentou de forma brusca, ainda que “pouco” desenvolvida quando comparada com outros desportos, tal como o futebol. Nos principais motivos que inspiram o desenvolvimento desse projecto, encontra-se a minha experiência adquirida na prática desse desporto, o que me fez conhecer a fundo as vantagens que tal modalidade pode trazer a um indivíduo, vantagens estas que são tanto físicas e psicológicas quanto sociais, tendo em vista as condições geográficas disponíveis no Concelho de Nazaré. Enquanto integrante da comunidade local, minha proposta visa aumentar o leque de actividades desportivas presentes neste Concelho, seguindo uma metodologia de ensino própria para a modalidade e buscando o desenvolvimento por completo do aluno, como praticante e cidadão.



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Com a privilegiada geografia do Concelho de Nazaré e com a forte ligação existente entre os seus moradores e o mar, seja na pesca ou nos desportos náuticos, este projecto pretende criar uma nova oportunidade de prática desportiva aos alunos do Externato D. Fuas Roupinho no Concelho da Nazaré, cuja faixa etária está entre os 10 e os 12 anos. Visto que grande parte desses alunos são praticantes ou já praticaram o bodyboard ou o surf, a intenção desta proposta também é desenvolver a capacidade motora e social desses praticantes de forma segura e atractiva.

Inicialmente, o projecto busca atender de 30 a 50 alunos durante os meses de Março e Junho, sendo que uma parte desse período será complementar ao ensino da nataçãõ, a fim de aproveitar o tempo mais agradável e a diminuição das ondulações na costa, providenciando uma actividade lúdica e principalmente segura. A partir de uma concepção de desporto que seja dinâmica, lúdica e segura, esta actividade busca incentivar os alunos à prática desportiva, usufruindo das praias disponíveis no Concelho, e proporcionando o convívio com a natureza, a cooperação, o respeito pelo mar e pelo companheiro.

No projecto, busca-se demonstrar de forma sucinta as relações entre a actividade física e o desporto como factores de suma importância para o desenvolvimento de uma vida saudável, tanto a nível físico quanto social, englobando os aspectos relativos aos desportos ou actividades na natureza e, dentre eles, o bodyboard.

O objectivo da proposta é, portanto, conseguir proporcionar ao público-alvo uma actividade “nova”, que seja auto-sustentável, e que conte com o apoio de parcerias e patrocinadores a fim de envolver a sociedade local numa actividade dinâmica, bem desenvolvida e organizada. O objetivo do projeto passa também pela intenção de construir uma nova perspectiva com relação à futura implementação de desportos considerados “alternativos” e, demonstrar que tais desportos podem ser tão profissionais como o futebol, por exemplo, busca-se afastar o estigma que alguns destes desportos possuem, bem como 'desmarginalizar' os seus praticantes.

---

## 1 – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

---

## 1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

O desporto encontra-se em crescente aumento tanto a nível de praticantes como a nível de variedade, profissionalizando-se cada vez mais e criando diversos grupos sociais incluídos em cada modalidade específica. Segundo estudos realizados por Andkjær (2004), foi verificado que, após a década de 70, houve um crescimento significativo no desenvolvimento das actividades de aventura, assim como na diversificação e na difusão destas actividades, o que resultou em um aumento natural no número de praticantes nessas actividades realizadas ao “ar livre”.

Verifica-se um aumento na procura e na oferta de tais actividades, como o *surf*, o *bodyboard*, as caminhadas, a escalada, entre outras actividades de aventura ou radicais. Segundo Tahara (2006: 117), “...*actividades com propriedades mais radicais é uma expressão dessa busca premente pelo prazer e pela satisfação social, marcada pelo risco, pela vertigem, com a possibilidade de superação de limites internos e externos, da busca pela liberdade e pela vida mais efectivamente vivida*”.

Entre estes desportos radicais, enquadro o *bodyboard* como tema para o desenvolvimento do projecto, devido à forte ligação da público-alvo com o mar e com a prática de diferentes modalidades aquáticas, bem como para a promoção de um lazer recreativo, para o desporto de alto rendimento e para a formação do carácter e solidificação de um estilo de vida mais saudável para o praticante.

### 1.1. ACERCA DO CONCEITO DE DESPORTO

Desde os primórdios da existência humana, a actividade física foi sempre um factor determinante para a sobrevivência e subsistência da espécie, sendo o condicionamento físico uma determinante na escolha de um líder nas sociedades primitivas.

Na evolução da espécie humana e das sociedades, encontram-se os gregos, reconhecidos historicamente como os fundadores da ginástica, que era dividida em três modalidades distintas: a ginástica militar, tipicamente espartana, onde os aspectos militares utilizados para a defesa do seu território eram uma prioridade; a ginástica médica, na qual o objectivo era não fazer atletas, e sim homens sãos e robustos; e, por fim, a ginástica educativa, apoiada segundo Marrou (1950:

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

21) *“numa cultura harmoniosa do espírito e do corpo, com as crianças tendo aprendido de leitura, contos e música, além da ginástica ministrada pelo pedótribo.”*

Devido ao aspecto lúdico da ginástica militar, foram criados os jogos Olímpicos da Antiguidade, disputados entre diversas cidades gregas e considerados por muitos como a primeira versão aceite de uma competição organizada. Segundo Marrou (1950: 22), *“os Jogos Gregos eram festas populares, religiosas, verdadeiras cerimónias pan-helênicas, nos quais tomavam parte quase todas as cidades gregas...”*

Com o avançar dos anos, o desporto foi elevado a outros patamares e sub-dividido em diversas vertentes e diferentes definições, ficando presente a definição descrita na Carta Europeia do Desporto do Concelho da Europa (1992: 3), *“entende-se por “desporto” todas as formas de actividades físicas que, através de uma participação organizada ou não, têm por objectivo a expressão ou o melhoramento da condição física e psíquica, o desenvolvimento das relações sociais ou a obtenção de resultados na competição a todos os níveis”*.

O desporto pode ser considerado um fenómeno sociocultural com finalidade recreativa ou profissional, que envolve a prática voluntária de actividade predominantemente física. Tal actividade é considerada muito importante para o desenvolvimento das capacidades motoras, sociais e físicas de um indivíduo, devido à enorme variedade de modalidades desportivas e suas características únicas.

Em muitos países com uma cultura desportiva muito forte, o desporto é muitas vezes considerado como uma “chance única” para se conseguir sucesso na vida. Este é o caso do futebol no Brasil, onde o desporto, em muitos casos, consegue dar esperanças de um futuro melhor para as pessoas que nele se envolvem, além de agir de forma educativa na formação do carácter do indivíduo, afastando-o dos perigos que a vida nos países de terceiro mundo oferece, como as drogas, a prostituição e os crimes, algo tão comum no cotidiano brasileiro.

A característica física do desporto é também um elemento de fulcral importância para o desenvolvimento saudável dos indivíduos, assim como a fixação da importância dos conceitos de hábitos saudáveis de vida, o que aumenta a esperança e a qualidade de vida da população, assim como a diminuição dos riscos de saúde numa perspectiva comparativa entre as pessoas que praticam e as que não praticam desporto.

Hoje em dia, devido as constantes pesquisas que demonstram a singular relação entre desporto e qualidade de vida, a procura por actividades físicas torna-se cada vez maior, com a criação, “reinvenção” e adaptação de novas actividades desportivas, o que chama a atenção do

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

público e dos diferentes nichos do mercado. O desporto se tornou um bem de consumo, como demonstram as empresas que, estando relacionadas a diferentes modalidades do desporto, investem milhares de euros no desenvolvimento de novos materiais e no marketing desses produtos, buscando a adesão de novos praticantes através da associação de marca com atletas famosos.

O autor Henry Ford criou, no período pós-guerra, um modelo chamado Fordismo. De acordo com D. Harvey (1992: 55), *"O que havia de especial em Ford (e que, em última análise, distingue o fordismo do taylorismo) era a sua visão, seu reconhecimento explícito de que a produção de massa significava consumo de massa, um novo sistema de reprodução do trabalho, uma nova política de controle e gerência do trabalho, uma nova estética e uma nova psicologia, em suma, um novo tipo de sociedade democrática, racionalizada, modernista e populista"*.

Esse modelo Fordista ainda é muito comum em certos locais, mas vem se alterando com o passar dos anos, já que os consumidores estão cada vez mais em busca da exclusividade. O “interessante” é o “diferente”, e esta é hoje uma realidade no mercado actual que vai adaptando-se a esse período Pós-Fordista a cada dia que passa.

## **1.2. ACTIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA**

Em face do crescente sedentarismo entre os países desenvolvidos e com o avanço de novas tecnologias de entretenimento, é cada vez maior o número de crianças e adolescentes com um estilo de vida sedentário. Porém, não é fácil alterar um estilo de vida, e os especialistas criam cada vez mais maneiras de incentivar essas crianças e adolescentes à prática de desportos.

Actualmente, na elaboração do cardápio de algumas escolas, é comum ver a substituição de alguns alimentos quotidianos por outros mais saudáveis, o incentivo à actividade física e até mesmo a indústria de videojogos electrónicos criaram jogos interactivos, como o *Wii Fit*, da plataforma Nintendo Wii, com o qual a família pode se exercitar junta, dentro da sua própria casa.

Segundo Carla Leal (2008:12), *"qualidade de vida é o resultado da soma do meio ambiente físico; social; cultural; espiritual e económico onde o indivíduo está inserido; dos estilos de vida que este adopta; das suas acções e da sua reflexão sobre si, sobre os outros e*

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

*sobre o meio ambiente que o rodeia. É também a soma das expectativas positivas em relação ao futuro."*

Tal definição de qualidade de vida é complexa e ambígua, tão única como cada indivíduo, mas com uma ideia geral dos parâmetros a serem levados em conta e que são referentes a uma possível avaliação da qualidade de vida de um ou mais indivíduos. O desporto e a actividade física estão directamente ligados. Os estilos de vida derivados de alguns tipos de desportos, as condicionantes físicas, sociais e culturais que tais actividades englobam e o conhecimento do seus limites e do meio que rodeia o homem tornam a actividade física extremamente importante para o desenvolvimento de diferentes vertentes relacionados ao bem estar desses indivíduos.

Usando a definição concebida por Carspersen *et al.* (1985), na qual ele afirma que qualquer movimento corporal realizado pela musculatura esquelética e que leve a um gasto energético acima do repouso é considerado actividade física. Assim, pode-se ter uma ideia da enorme variedade de actividades que podem ser feitas para, de certa forma, sairmos do estado de sedentarismo.

A actividade física já é, desde de muitos anos, considerada importante, havendo relatos desde os gregos aos romanos, quando, em 395 AC, o imperador Teodósio aboliu os jogos Olímpicos, devido principalmente à adopção da religião cristã, cujo discurso primava pela salvação da alma e conseqüente desprezo da carne.

De acordo com um estudo realizado por Bouchard e Shephard (1994), a actividade física é o maior factor de desgaste energético, e a sua ausência pode desenvolver diversos problemas de saúde, como é o caso da obesidade infantil, que é um problema cada vez mais crescente na actualidade.

Após anos de variadas pesquisas, foi provado que a actividade física regular é um factor extremamente benéfico para os indivíduos, ajudando na prevenção de diversas doenças, entre elas a doença coronária, diabetes e até mesmo as psicológicas, como a depressão. Com a diversidade de actividades disponíveis hoje em dia e com uma relativa consciência de que a actividade física é benéfica, há um crescimento exponencial de praticantes de diversas idades e de ambos os sexos, factor que influencia directamente na diminuição da morbidade e na melhoria da qualidade de vida desses indivíduos.

São indiscutíveis os benefícios que a actividade física traz para o indivíduo, tanto biológica quanto socialmente. A partir da tentativa de mudar o sedentário estilo de vida de

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

algumas crianças, teremos adultos e idosos mais preocupados com o estilo de vida que estão levando, o que, por consequência, produzirá um envelhecimento activo e saudável.

### **1.3. DESPORTO NA NATUREZA**

Com a crescente expansão do meio urbano, a diminuição do contacto com as áreas “verdes” e a redução do tempo para o “lazer”, os desportos na natureza ou actividades na natureza, têm uma demanda de interessados cada vez maior. Segundo Tahara (p.119, 2006), “... *as actividades físicas de aventura na natureza vêm sendo mais procuradas ultimamente, quando se percebe o aumento de interesse e a conscientização sobre a necessidade de buscar condições favoráveis à possibilidade de melhoria nos níveis qualitativos de vida*”.

O sentimento de aventura, o desligamento do quotidiano e a busca pela emoção e pela adrenalina de forma segura e controlada trazem cada vez mais praticantes para as diferentes modalidades existentes, criando nesses utentes novas maneiras de se “levar” a vida, reduzindo os níveis de estresse e aumentando a sociabilidade com outros praticantes, unindo da maneira ideal o desporto e o lazer.

Segundo Camacho (1999: 4), “... *as actividades de aventura na natureza proporcionam possibilidades de vivenciar novas emoções e sensações, numa tentativa de amenizar as tensões das rotinas recorrentes da vida social*.”.

Entretanto, como em qualquer desporto, os desportos na natureza contêm certos elementos que podem se tornar impeditivos, desde os limites naturais aos limites financeiros, físicos, psicológicos. Alguns locais onde se pode praticar estes desportos já possuem uma boa infra-estrutura para receber tais desportistas e eventuais visitantes. Entretanto, tais actividades são muito dispendiosas para o padrão económico do cidadão português, tanto no equipamento, quanto nas deslocações e na acomodação. Em outros casos, a própria natureza acaba por se tornar um elemento limitador, com lugares extremamente restritos, devido ao difícil acesso a alguns sítios.

De acordo com Inácio (1997: 134), “*os esportes de aventura, assim como as demais modalidades esportivas, foram surgindo seguindo a lógica de produção e consumo de mercadorias, necessitando de algum investimento em equipamentos para a perfeita realização, geralmente superior ao poder aquisitivo da maioria da população*”.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Diariamente, verifica-se um crescente número de praticantes buscando actividades diferentes ou alternativas, entre elas as actividades radicais, desportos de aventura ou desportos na natureza, como maneira de “fugir da rotina”.

No final de 2009, foi realizado o Eurobarometro, estudo feito com o resultado de 27.000 entrevistas realizadas nos 27 Estados-Membros da União Europeia, a partir do qual se pôde verificar que 40% dos cidadãos da UE praticam desporto pelo menos uma vez por semana e 65% fazem algum tipo de exercício físico. A prática desportiva assume maior prevalência no sexo masculino e nos países nórdicos, tendo uma relação de proporcionalidade com os níveis de escolaridade. Além disso, a indisponibilidade de tempo é o argumento mais comum para a falta de empenho nestas actividades. Portugal encontra-se dentro da média europeia, mas com algumas ressalvas, como o número relacionado a actividades realizadas em parques ou na natureza com uma discrepância de 39% de PT para 48% da EU ou nos motivos para a não prática desportiva, em que 13% dos entrevistados afirmam que não realizam desporto por se tratar de uma actividade muito cara, 8% superior aos 5% encontrados na média europeia.

Entretanto, estudos como esses utilizados para a elaboração de um plano de desenvolvimento desportivo têm como grande problema o alto investimento na busca dos hábitos desportivos de um Concelho ou Freguesia em questão. A fim de tentar vencer tais dificuldades, o projecto tenta elaborar actividades com retorno a curto, médio e longo prazo, de maneira a atingir de forma “global” o máximo de praticantes possível, nas diferentes frentes de um projecto.

Obtendo as informações relativas aos hábitos desportivos de um Concelho ou Freguesia, podem-se executar trabalhos específicos nas diferentes faixas etárias, nos diferentes grupos sociais e económicos. Com essas informações em mãos, o Concelho tem um leque amplo e variado de futuros utentes que poderiam vir a tornar-se futuros praticantes de uma ou mais actividades desportivas. Para além disso, há também a possibilidade da promoção do bem-estar físico e mental, o que aumenta a satisfação dos utentes de uma determinada região, introduzindo-lhes nas diferentes faixas etárias a “ideia” do desporto como algo prazeroso e lúdico, actividade na qual os utentes poderão cuidar da sua saúde e reduzir os riscos de doenças cardíacas. Por fim, pode-se também implementar, com o decorrer do tempo, a prática sócio-desportiva como uma prática comum no seu quotidiano e dos seus amigos e familiares.

Em Portugal, um dos artigos encontrados sobre o tema é de de Joana Santos (p. 35, 2002), que afirma: “*os jovens procuram a modalidade de bodyboard pelo prazer que sentem em*



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

*estar em contacto com a natureza, divertimento e estar com os amigos. Não o fazem para se reconhecidos ou receber prémios*”. Diferentemente de outras modalidades desportivas em que o jovem “entra” em um desporto devido ao sucesso de alguns desportistas, tentando fazer daquela actividade um modo para alcançar êxito na vida. Tanto económica quanto socialmente, o bodyboard traz, apesar da diferente proporção com relação aos outros desportos, um sentimento de realização diferente.

#### **1.4. PROPOSTA DE INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO**

Como referido na introdução, a proposta inicial gira em torno da implementação de um projecto auto-sustentável, cujos objectivos contemplam a criação de hábitos desportivos saudáveis nos jovens e o desenvolvimento local através de um desporto na natureza, tendo recaído a nossa escolha sobre o *bodyboard*, com a natação enquanto elemento complementador dessa actividade, a fim de também usufruir dos meios oferecidos no Concelho da Nazaré.

Com a sua costa rodeada por praias com condições óptimas para a prática de diversas modalidades desportivas, recreativas e laborais, os moradores do Concelho da Nazaré demonstram uma forte ligação com o mar; local onde passam por momentos difíceis em busca do “pão de cada dia”; local onde desfrutam de momentos de prazer à beira-mar, e onde, em muitos casos, praticam a sua modalidade desportiva ao lado de amigos.

O passado vitorioso dos atletas “nazarenos” na modalidade *bodyboard*, com 9 atletas masculinos entre os 116 no ranking em 2009 e duas atletas femininas, entre as quais destaca-se Teresa Almeida, em 4º lugar no ranking, os diversos títulos nacionais e regionais e as participações nos campeonatos europeus e mundiais, assim como a aparição nos diversos meios de comunicação impressos e virtuais, unidos às condições naturais únicas presentes no Concelho da Nazaré, implicam uma exposição mediática que pode ser rentabilizada a favor do Concelho.

Com o desenvolvimento da prática desportiva e a futura construção do centro de alto rendimento de Surf e desportos aquáticos, o Concelho da Nazaré torna-se ainda mais atractivo para a prática de diferentes modalidades desportivas, nomeadamente o surf e o bodyboard. Esse desenvolvimento poderá levar ao Concelho o turismo desportivo específico e orientado, aumentando a visibilidade e valorizando os pontos turísticos da Nazaré, promovendo o turismo

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

durante toda o ano, diminuindo o deficit monetário presente nos meses de inverno, e aumentando de forma significativa a captação de novos recursos para o Concelho e para seus habitantes.

Unido a um projecto inovador e único no Concelho, de acordo com os objectivos traçados na elaboração da presente investigação-acção, com um baixo custo para a implementação e com a rentabilização de espaços durante todo o ano lectivo, tal projecto tem tudo para ter uma enorme adesão de praticantes, e, para isso, busca unir a Câmara e os moradores em prol de algo com um futuro extremamente promissor aos seus utentes e ao Concelho da Nazaré, tanto a nível desportivo quanto cultural e social.

Devido a estes factores, a proposta para fornecer aos alunos do 2º ciclo do Externato D. Fuas Roupinho um projecto de formação e aperfeiçoamento do *bodyboard*, vem com a intenção de desenvolver o desporto de forma segura e lúdica, como actividade extra curricular e complementadora da actividade de natação nos meses de Abril a Junho e Setembro a Outubro, aumentar o leque de actividades desportivas presentes no currículo escolar desta escola, e enriquecer o conhecimento destes alunos. Essa gama de intenções busca prepará-los também para adversidades dentro de água, evitando acidentes ou afogamentos, que, segundo dados do Instituto de Socorro a Náufragos, levaram 16 pessoas a óbito e 637 a serem resgatadas no período de 01 de Junho a 30 de Setembro de 2009 em toda a Costa Portuguesa, em praias vigiadas por nadadores salvadores.

Para verificar a real existência do interesse e da aceitação dos alunos em questão, é de suma importância que sejam analisados os factores motivacionais que levam estes jovens a optar pelo *bodyboard* como modalidade desportiva.

Verificando o estilo de vida desses praticantes ou simpatizantes, será possível compreender de uma forma mais completa quais seriam os meios e as estratégias mais eficazes para a captação de novos praticantes, de modo a definir-se um projecto mais específico em torno de um *target* bem definido.

Após a definição destas estratégias, seria possível iniciar a angariação de novos praticantes para a actividade, usufruindo e promovendo os meios naturais presentes no concelho, estando assegurado, a nível da concepção do projecto, as condições de segurança para a prática segura da modalidade, o equipamento necessário para a prática e os cuidados com a manutenção de tal, reforçando-se assim a necessidade da prática desportiva, melhorando os hábitos desportivos da população local, promovendo a saúde, o

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

desenvolvimento das aptidões físicas e motoras, e contribuindo para a sociabilização entre os utentes.

#### **1.4.1. Objecto de estudo e questões de investigação**

O objectivo de estudo seria a concepção de um projecto que visasse a implementação do *bodyboard* como actividade extra curricular durante o ano lectivo, tendo a natação um papel complementar à actividade proposta, rentabilizando-se assim o espaço e tendo em vista o aumento do número de utentes. Para que tal ideia seja consolidada, propomos a realização inicial de um estudo exploratório no Concelho com possíveis parceiros e entidades, estudo necessário para o melhor entendimento dos interesses do público-alvo, dos principais obstáculos para a implementação do projecto, da disponibilidade dos interessados e de possíveis clubes e patrocinadores que se interessem pelo projecto, de forma a tornar possível a sua concretização.

O objecto do estudo relaciona-se directamente com o desenvolvimento do projecto de *bodyboard*, visto que se encontra interligada e interfere na possibilidade de implementação do mesmo. Pretende-se, assim, saber sobre a aceitação e o interesse por parte dos futuros utentes e da viabilidade da implementação do projecto de *bodyboard* através do estabelecimento de parcerias. Busca-se, portanto, auscultar a possibilidade da utilização de infra-estruturas e de equipamentos da Câmara da Nazaré, estabelecer o compromisso com o CDAN (Clube de desportos alternativos da Nazaré), no recrutamento de profissionais devidamente habilitados aos objectivos definidos, nomeadamente através de estagiários integrados no curso de treinador de *surf* e *bodyboard* ministrado pela FPS (Federação Portuguesa de Surf), assim como a oferta por parte das escolas do concelho da actividade extra-curricular do projecto, sendo estas as principais questões que pretendemos esclarecer na nossa investigação-acção. No entanto, tais possibilidades podem se tornar limitadoras, visto que, para o bom funcionamento do projecto, é fundamental que tais questões estejam asseguradas.

Para o desenvolvimento da componente pedagógica, utilizamos as experiências e conhecimentos adquiridos no curso de treinadores de *surf* e *bodyboard* nível I, realizado na Nazaré em 2009 pela Federação Portuguesa de Surf, assim como o estágio prático nas referidas modalidades em Portugal e no Brasil, por meio de um acordo de Mobilidade Internacional realizado entre a Universidade de Coimbra e a Universidade Federal do Rio de Janeiro. Esses

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

estágios contemplaram partes teóricas e práticas, verificando-se as melhores formas para o desenvolvimento da actividade em diferentes lugares, culturas e com uma vasta faixa etária, de modo a se obter um melhor entendimento para a implementação de uma pedagogia de ensino segura, eficiente e lúdica.

#### **1.4.2. Possibilidades de implementação**

Inicialmente foram colocadas duas propostas:

P1 – Actividade aceite pela Escola Amadeu Gaudêncio em Nazaré com um mínimo de 5 alunos por cada escalão e um máximo de 10 em cada aula.

P2 - Actividade aceite pelo Externato D. Fuas Roupinho em Nazaré com um mínimo de 5 alunos por cada escalão e um máximo de 10 em cada aula.

O principal factor que justifique o baixo número de vagas disponíveis por cada escalão é a questão de segurança, já que o sugerido pela Federação Portuguesa de Surf é de 1 professor para cada 5 alunos, o que é inviável diante do facto do projecto estar em fase de desenvolvimento. Adicione-se a isso o facto de não se saber previamente o real interesse dos utentes e a procura pela actividade, em conjunto com as questões de ordem financeira. Tais possibilidades foram feitas seguindo uma margem de segurança necessária para a implementação do projecto, pelo menos nessa fase inicial.

A primeira proposta, não veio, contudo, a ter continuidade por dificuldades de recolha de informação junto dos alunos da Escola Amadeu Gaudêncio, pelo que o nosso estudo apenas incidiu na segunda proposta: O Externato D. Fuas Roupinho no Concelho da Nazaré.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

---

## 2 – METODOLOGIA

---

## **2. METODOLOGIA**

O presente estudo foi realizado em duas partes distintas, sendo a primeira realizada através de um estágio no Rio de Janeiro, Brasil. Esta nossa decisão prendeu-se com o facto do *bodyboard* se encontrar mais desenvolvido no Brasil do que em Portugal, sendo nosso intuito de compreender o funcionamento da escola Kung de bodyboard, considerada por muitos como a melhor do Rio de Janeiro, pelos seus praticantes e a sua metodologia de ensino, contanto com um histórico vencedor na modalidade, assim como pela minha proximidade com Marcus Carl Kung, o precursor do *bodyboard* no Brasil.

Após essa primeira fase, foi utilizado no Ext. Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, um inquérito sociográfico com o intuito de verificar a disponibilidade local dos alunos e dos seus encarregados de educação referente a uma possível implementação do projecto de *bodyboard* como actividade extra curricular, assim como possíveis motivos impeditivos para tal.

### **2.1. ESTÁGIO NO RIO DE JANEIRO**

#### **2.1.1. Caracterização do local de estágio**

O estado do Rio de Janeiro é um dos 27 estados do Brasil, situando-se na região Sudeste do país, “descoberto” em Janeiro de 1502 durante a primeira expedição portuguesa dedicada à exploração da costa brasileira. O seu nome deriva de um equívoco ocorrido durante a entrada da frota portuguesa na Baía de Guanabara, que fora confundida com a foz de um grande rio, ficando assim com o nome de Rio de Janeiro. Esse nome, desde então, passou a designar as terras que ficavam em torno daquela baía.

A sua população e cultura derivam de diferentes etnias, o que acarretou a actual miscigenação existente no Brasil. Esta diversidade deriva de vários factores, como a colonização portuguesa, o acolhimento massivo de escravos africanos, bem como os próprios habitantes naturais (maioritariamente índios de variadas tribos) e outros povos oriundos da Europa e de outras partes do mundo (que viram no descobrimento de uma “nova” terra a oportunidade de uma vida melhor). Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Estatística – IBGE (2009), a população do Rio de Janeiro é constituída por 54,5% de brancos, 12,6% de negros, 32,4% de pardos e 0,4% de amarelos ou indígenas, dividida pelos mais de 6.186.710 de habitantes presentes somente na capital do Rio de Janeiro.

O Rio de Janeiro é conhecido mundialmente por suas belezas naturais, por suas montanhas que se misturam com a Mata Atlântica e pelo planalto que se encontra com as águas do mar. Com um litoral de 636Km e uma cidade construída maioritariamente em torno dele, considerando-se ainda o clima tropical durante grande parte do ano e a já conhecida alegria do povo brasileiro, o Rio de Janeiro é um local onde a praia se transforma num ponto de encontro, desde crianças a jogar a bola na praia até idosos a caminhar no calçadão. Assim, a diversidade de desportos praticados nessas praias é de um número quase infinito, com uma variedade de condições naturais adequadas tanto para o surfista iniciante, quanto para os praticantes mais experientes. Nessas modalidades, o Rio de Janeiro tem um histórico de conquistas internacionais muito mais amplo do que Portugal, tendo sido esta a principal razão para a escolha deste local para a realização do estágio.

### **2.1.2. Escola Kung de Bodyboard**

O motivo principal para a escolha da “Escola Kung de bodyboard” foi a proximidade com o “homem” que levou o *bodyboard* para o Brasil, Marcus Cal Kung, pioneiro do Bodyboard no Brasil e praticante da modalidade desde 1973. Envolvido com este desporto há mais de 30 anos, Marcus Cal Kung foi o fundador da primeira Associação de *bodyboard* registada mundialmente em Abril de 1984, juntamente com os amigos Cláudio Marques, Xandinho, Kiko Ebert, Kiko Pacheco e tantos outros que fizeram a história deste desporto.

Idealizador e regulamentador das primeiras regras de julgamento do *bodyboard*, Kung ajudou a implantar inúmeras associações e entidades representativas do desporto tanto no Brasil como no exterior. O resultado desse trabalho culminou com a atribuição do prémio de Personalidade Mundial do desporto, no Havai, em 1988. Marcus Cal Kung participou em inúmeras competições estaduais, nacionais e do primeiro circuito brasileiro até 1989, quando deixou de competir profissionalmente. Da mesma forma, participou de inúmeras competições internacionais, inclusive em 3 Pipe Masters, em Pipeline, no Havai. Desde 1984, envolvido com o fabrico de pranchas de *bodyboard*.



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Kung iniciou sua carreira profissional como “shaper”, director e gerente na área de marketing, produtos, design e relações públicas nas empresas do ramo, assessorando a implantação, criação e desenvolvimento de marcas e produtos para várias empresas (Morey Boogie, Speedo, Xuxa, Op, Redley, entre outras). “Kung” é ainda professor credenciado pelo CREF (Conselho Regional de Educação Física), dono proprietário da escola Kung de *bodyboard* e dono e “shaper” da Kung Bodyboard, além de fundador e actual presidente da Associação Carioca de Escolas de Surf - ACAES.

A escola Kung de bodyboard está presente no ramo desde de 2001, e é considerada por muitos como a melhor escola de *bodyboard* do Rio de Janeiro, contando com uma competente equipa de profissionais de educação física, e sendo que este foi também o local onde realizei anteriormente um estágio com duração de 2 anos. A escola utiliza uma metodologia própria de ensino, diferentemente de Portugal, onde existe um curso ministrado pela Federação Portuguesa de Surf obrigatório a todos os instrutores de *surf* e *bodyboard*, algo que, a meu ver, é totalmente benéfico, visto que os profissionais saem mais preparados para trabalharem numa área tão recente e específica como o *surf* e o *bodyboard*.

### **2.1.3. Motivos para escolha da Escola Kung de Bodyboard**

A escolha do Rio de Janeiro e da escola Kung de bodyboard deu-se por diversos motivos, dentre os quais a facilidade no contacto com o proprietário, que foi o grande motivador da minha entrada no “mundo” do *bodyboard*. Devido ao seu extenso histórico no desporto, em diferentes frentes já referidas (atleta, “shaper”, proprietário de escola, entre outras funções exercidas), o estágio foi algo totalmente viável e interessante, tratando-se também de uma oportunidade na qual eu poderia ver a modalidade sobre uma perspectiva totalmente diferente, devido a factores determinantes, como o histórico da modalidade no Brasil (que colecciona diversos títulos mundiais na categoria masculina e feminina), o factor clima (que influencia directamente no maior número de praticantes) e, obviamente, o facto de o Rio de Janeiro ser uma cidade construída em grande parte muito próxima da praia, cuja cultura é muito enraizada entre os seus habitantes.

O facto de ter vivido durante 20 anos no Rio de Janeiro, local onde parte da minha família reside até hoje, foi outro factor determinante para a escolha dessa cidade como local

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

para o estágio, devido a facilidades de habitação, transporte e localização. Para além disso, o facto de conhecer pessoas no Rio de Janeiro directamente ligadas ao *bodyboard* potencializou a ampliação dos meus horizontes e intenções de trabalho, fazendo-me ver pontos que até então tinham passado despercebidos para mim. O facto de a escola trabalhar somente com o *bodyboard* foi outro ponto a favor, já que a instituição explora um nicho de mercado muito próprio e em grande expansão, ficando atrás do *surf*, que é considerado o maior desporto das praias.

Na escola Kung, as aulas são ministradas individualmente ou em grupo divididos consoante o nível em que os alunos se encontram e as condições que o mar apresenta, colocando sempre a segurança em primeiro lugar. Para os alunos que já têm o equipamento, as aulas têm um custo menor. No entanto, é disponibilizado equipamento profissional para todos os interessados em aprender ou melhorar as suas habilidades nesse desporto versátil como é o *bodyboard*.

#### **2.1.4. Expectativas do local de estágio**

As expectativas quanto ao estágio foram grandes desde o início, devido à minha experiência anterior como instrutor na escola e ao desenvolvimento das minhas competências neste desporto em Portugal, onde conclui o Curso de Treinador de Surf e Bodyboard da Federação Portuguesa de Surf e o estágio obrigatório no Clube de Desportos Alternativos da Nazaré (CDAN), algo que enriqueceu e abriu a minha visão relativamente ao desporto, visto que a cultura do *surf* e do *bodyboard* em Portugal é algo totalmente diferente das minhas experiências anteriores.

No início do estágio e após conversar com o Prof. Kung sobre os conhecimentos adquiridos em Portugal, foi-me dada total liberdade para colocar em prática o que aprendi, de maneira a que o estágio fosse um meio de aprendizagem para ambas as partes. Com isso, senti-me muito mais à vontade para aplicar o meu método de trabalho, que teve resultados positivos na maioria dos casos, e outros não tão adequados à realidade do Rio de Janeiro ou dos alunos em questão. Entretanto, esses resultados não tão positivos também se reflectiram em aprendizagens, pois consegui adaptar o meu método de ensino à realidade que estava a vivenciar, potencializando a minha capacidade de adaptação em diferentes meios.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

As principais diferenças encontradas entre a prática do *bodyboard* no Brasil e em Portugal foram:

- Número muito maior de praticantes nas praias brasileiras;
- Comparativamente a Portugal, há no Brasil uma maior estrutura relativa ao desporto;
- Desporto mais enraizado entre os habitantes locais e mais respeitado pela população não praticante, o que causa uma maior descriminalização do mesmo;
- Custo elevado das escolinhas que disponibilizam a actividade, considerando o salário base local, o que direcciona o desporto para as classes média e alta;
- Maior número de praticantes com idade acima dos 30 anos na escola de bodyboard, já estabilizados financeiramente e dedicados a uma prática desportiva “alternativa”;
- Maior fidelização entre os alunos com idade avançada relativamente aos alunos mais novos;
- Factor social de grande importância, visto que grande parte dos alunos moram longe da praia e acabam por formar grupos dentro da escola, realidade esta que eles transportam para o seu convívio exterior;
- Escola voltada para fins mais recreativos, onde o importante é o aprendizado divertido e natural;
- Clima como factor incentivador a população estar mais presente nas praias.

No meio de todas essas diferenças, a que ficou mais acentuada foi a presença em massa de alunos com mais de 30 anos, tendo dois casos de alunos com mais de 65 anos. Este aspecto está directamente ligado com o valor cobrado pela escola e a necessidade de buscar novos amigos por parte desse público, bem como os benefícios do contacto com a natureza e com uma actividade desportiva (segundo a resposta de um aluno a uma questão feita por mim).

Nos alunos mais jovens, verificou-se, uma menor fidelização comparativamente aos alunos mais velhos, factor que pode ser justificado pela busca de novos desportos ou pelo sentimento de auto-suficiência despertado nos jovens.

O factor clima e a proximidade da cidade com a praia demonstraram ter uma importância muito maior do que o esperado, pois, devido ao clima quente durante grande parte do ano, cada vez mais vê-se um aumento na variedade de desportos oferecidos ao ar livre, assim como o número de praticantes que buscam alternativas diferentes das já habituais actividades de manutenção.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Para além disto, pude verificar também a importância que os alunos dão ao escolherem uma escola com um nome sólido e com um fundador com diversos títulos no desporto, ligado directamente à história do *bodyboard*, funcionando como um “chamariz” para a presença de alunos que buscam sempre a melhor qualidade no ensino.

## **2.2. PROPOSTA DE PROJECTO DE INVESTIGAÇÃO-ACÇÃO**

A nossa proposta de projecto teve por objectivo criar uma oferta de *bodyboard* dirigida aos alunos do 5º e do 6º ciclo das escolas do Concelho da Nazaré, como uma actividade nova e totalmente auto-sustentável. A proposta foi apresentada à Câmara Municipal e ao Clube de Desportos Alternativos da Nazaré, tendo em vista obter apoios e estabelecer parcerias.

### **2.2.1. Parcerias**

Durante a elaboração deste projecto de investigação-acção, foram procuradas parcerias que pudessem interagir com a proposta de projecto de *bodyboard* de maneira simples e eficiente, buscando-se um *win-win situation*, como dizem os americanos. A principal meta é fazer da actividade uma prática auto-sustentável, sendo para isso necessária a presença de colaboradores e parceiros.

Para a real implementação da actividade proposta, definiu-se que a Câmara Municipal da Nazaré seria contactada, com o objectivo de se obter alternativas viáveis de implementação da actividade, bem como equipamentos e recursos necessários à sua manutenção.

Estabeleceu-se ainda, que o Clube de Desportos Alternativos da Nazaré (CDAN) também seria contactado, a fim de saber do seu interesse em integrar o projecto proposto, e assim contribuir com a sua experiência, equipamentos e transportes, por meio de uma parceria com as autarquias da região (inicialmente também tínhamos pensado na possibilidade de alargamento do projecto aos alunos das Escolas de Alcobaça).

As escolas, por meio dos Núcleos de Educação Física e/os respectivos Conselhos executivos seriam igualmente os nossos interlocutores privilegiados, na sensibilização ao projecto, tendo em vista agregar vontades, obter apoios e estreitar parcerias. Nos contactos

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

realizados, apenas a resposta do Externato D. Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, nos ofereceram as condições necessárias para a prossecução dos trabalhos relativos à elaboração do presente projecto de investigação-acção.

### **2.2.2. Público-alvo**

Foram inqueridos alunos da faixa etária entre os 10 e 12 anos, inscritos no 5º e 6º ciclos, matriculados no Ext. D. Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, praticantes ou adeptos dos desportos de ondas, tendo ficado a possibilidade de, posteriormente, numa fase de implementação e desenvolvimento do projecto de bodyboard no terreno, e em caso de se projectar essa necessidade, serem abertas outras turmas para diferentes ciclos.

### **2.2.3. Recursos humanos, materiais e financeiros**

Na apresentação da proposta de projecto de *bodyboard* à Câmara Municipal de Nazaré e ao Externato D. Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em conjunto com o CDAN, foi proposto um modelo de projecto no qual seria apresentado um pedido de financiamento dos custos materiais necessários para a prática do desporto, isentando os alunos do investimento necessário para a prática das actividades. Caso tal opção não se tornasse viável, tínhamos uma outra hipótese que seria a implementação da actividade com o material próprio dos alunos interessados. Para tanto, haveria de ser cobrada uma mensalidade de 25 euros para os alunos que já possuem o material, e 40 euros para os alunos que teriam que utilizar o equipamento cedido pelo projecto. Essa taxa serviria para a manutenção dos equipamentos e restantes encargos necessários para a viabilização do projecto.

Na tabela abaixo, encontra-se o valor médio dos equipamentos necessários para a iniciação na modalidade aos preços do mercado <sup>1</sup>:

#### Quadro I – Valor do equipamento para a prática do bodyboard

---

<sup>1</sup> Valor confirmado no sítio [www.sportzone.pt](http://www.sportzone.pt). Retirado em 05/07/09 às 16:35PM.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Equipamento	Marca e modelo	Valor
Prancha	Deeply Vertex	€ 19,90
Prancha	Deeply Cadium 40,5	€ 29,90
Prancha	Deeply Radio 39	€ 49,90
Leash	WR Pro Cail	€ 9,90
Leash	WR Biceps Pro Cail	€ 11,00
Leash	Deeply Biceps Kripto 1	€ 14,90
Nadadeiras	Deeply DEE	€ 21,90
Nadadeiras	Deeply Hight	€ 29,90
Nadadeiras	Hidro Finz Original	€ 22,90
Fato	Deeply Pipeline 3.2mm	€ 29,99 à € 59,99
Valor Mínimo	€ 81,78	
Valor Máximo	€ 154,60	

Nos recursos humanos, seriam utilizados treinadores certificados no curso prestado pela Federação de Surf Portuguesa. Em parceria com o C.D.A.N, tais profissionais poderiam ser disponibilizados ou indicados pela Federação e os seus vencimentos seriam pagos pela autarquia da Nazaré.

#### 2.2.4. Divulgação da acção

Propôs-se a realização de uma palestra para os estudantes das respectivas escolas a envolver no projecto de *Bodyboard* a implementar, com atletas e ex-atletas locais, que expondo-lhes o que a modalidade tem para oferecer, responderiam às dúvidas que lhe fossem colocadas. Os pais, que também poderiam participar das palestras, seriam, no final, convidados a responder a um questionário, para que se ficasse a saber quais as suas principais preocupações e objecções relativas à nova actividade. Com isso, procurar-se-ia realizar uma actividade que demonstrasse a segurança aos alunos participantes e aos seus responsáveis. Seriam distribuídos entre os alunos e respectivos responsáveis *flyers* contendo todas as informações referentes ao projecto, tais como dias, horários e preços.

### 2.3. MÉTODOS E TÉCNICAS DE INVESTIGAÇÃO

Foram utilizados neste projecto de investigação-acção diferentes métodos e técnicas de pesquisa<sup>2</sup>, tais como a observação participante, a entrevista e o questionário (com questões abertas e fechadas), subdivididas em quatro fases.

Numa primeira fase, como foi visto, a observação participante realizou-se na escola Kung de *bodyboard* no Rio de Janeiro, uma escola privada, a fim de entender melhor o seu modo de funcionamento, as principais dificuldades e discutir novas propostas de ensino para essa actividade, de modo a reunir informação e experiência com a finalidade de definir a nossa proposta de investigação-acção.

Nesta fase do projecto, desenvolvida durante a observação participante durante as actividades de estágio já referidas (cf. Anexo I), foram realizadas entrevistas na Escola Kung de *bodyboard* no Rio de Janeiro (cf. Anexos II e III), de maneira a se observar um modelo consistente de ensino e manutenção do projecto, como custos e principais problemas relacionados à actividade, segurança, e impossibilidade de aulas devido às condições climáticas. Para além disso, a observação participante tendo por base um protocolo (cf. Anexo IV), procurou aferir também quais as actividades “alternativas” propostas por estas instituições nessas condições, buscando sempre um modelo flexível e operante para as diferentes situações que poderão surgir durante a execução do projecto.

Na segunda fase, foram realizadas as entrevistas informais aos parceiros acima identificados. No caso do Externato, foram seleccionados, para além dos responsáveis, um interlocutor privilegiado da escola. Assim, um professor de Educação Física da escola participante respondeu a uma entrevista na qual indicou a sua posição quanto a implementação da actividade, as principais carências dos alunos e a articulação desta actividade com as outras já existentes. Caso fosse necessário, em estudo posterior, prevê-se o alargamento da auscultação através do envolvimento dos professores de Educação Física da instituição, a fim de se encontrar uma proposta mais específica aos interesses da instituição em questão.

---

<sup>2</sup> Habitualmente, considera-se que um processo completo de inquirição deve começar por uma fase qualitativa, sob a forma de um conjunto de entrevistas não directivas ou estruturadas, a que se segue uma fase quantitativa. Iguamente, entende-se que a aplicação de um questionário a uma amostra permite uma interferência estatística através da qual se verificam as hipóteses elaboradas no decurso da primeira fase, as quais se completam por recurso às informações recolhidas e codificadas (Ghiglione e Matalon, 1993:105).

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Na terceira fase, depois de autorizada a realização do estudo (cf. Anexo V), foi utilizada uma amostra dos alunos dos 10 aos 12 anos e dos seus pais, que responderam a um questionário relacionado à actividade de *bodyboard* e às suas pretensões relativas ao desporto, sendo verificado a disponibilidade para a actividade e novas actividades que poderão ser posteriormente implementadas. O questionário foi aplicado através da plataforma da internet (<http://docs.google.com>), sendo susceptível de ser preenchido por todos os interessados (cf. Anexo VI). No questionário, foram inseridas questões sobre as opiniões dos pais acerca da permissão e do seu interesse com relação à participação dos seus filhos no projecto, estreitando-se assim os laços entre os pais e o futuro projecto.

Por fim, na quarta e última fase do levantamento da informação, os dados foram analisados separadamente, consoante as técnicas aplicadas. Na análise do questionário, foi utilizado o programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS versão 17.0 para Windows), associado à plataforma *docs.google*, que nos permitiu tratar a informação quantitativa recolhida (cf. Anexo VII). As questões abertas do questionário, assim como as entrevistas, foram objecto de análise qualitativa, podendo, sempre que possível, serem codificadas em grelhas, a fim de serem igualmente analisadas em termos quantitativos.



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

---

### 3 – HISTÓRIA E DESENVOLVIMENTO DO BODYBOARD

---

### 3. HISTÓRIA E DESENVOLVIMENTO DO BODYBOARD

O *bodyboard* é uma actividade já com muitos anos de história, embora não tivesse o formato que tem actualmente. Foram encontrados na Polinésia desenhos datados do século XV que mostram os “súditos” surfando deitados em pranchas denominadas *alaias*, que eram consideradas “pranchas do povo”, pois o *surf* de pé, praticado em pranchas maiores chamadas *olos*, era somente destinado aos reis e integrantes da alta cúpula.

Devido às circunstâncias, não se tem uma história única, visto que a actividade também era desenvolvida no Havaí. Entretanto, a história do bodyboard moderno é directamente ligada a Tom Morey, proprietário de uma pequena indústria de *surf* e um surf-shop e formado em Engenharia Mecânica pela “Southern California University”. Em 1970, Tom Morey, muda-se para o Havaí, ilha de Oahu, e já em 1971 começa a introduzir diversas inovações nas pranchas de *surf*, sendo consultor de algumas revistas de *surf* nas quais apresentava teorias sobre a evolução do desporto. Em uma dessas teorias, Morey acabou por desenhar a prancha de *bodyboard*, um tanto rudimentar se comparada com as pranchas actuais.

A prancha foi algo totalmente inovador para a época, sendo um sucesso absoluto e espalhando-se rapidamente pelo país e posteriormente pelo mundo. Com isso, Tom Morey foi considerado o criador do *bodyboard*. Paralela a essa história, existe o “conto” de que Tom Morey estava surfando com o mar em condições críticas, quando, em uma queda, lhe foi partida a prancha em dois pedaços, o que o obrigou a utilizar um destes pedaços para voltar para a terra. Daí a ideia da criação de uma nova modalidade. Mas essa história não é oficialmente confirmada e faz parte do folclore próprio do desporto.

Segundo Farias (2000), “o *bodyboard* é algo envolto em sol, areia, mar, e jovens em movimento com as suas pranchas em sincronização com as ondas. Caras sorridentes na areia e arrepiantes manobras no ar”. É um desporto relativamente novo, com origens controversas, entre o início nas ilhas polinésias ou no Havaí. É considerado um desporto radical no qual o praticante “desce” a onda, deitado ou de joelhos sobre uma prancha, menor do que a prancha de *surf*.

O *bodyboard* tem muitos praticantes em Portugal, e algumas praias da costa tem condições perfeitas para a prática dessa modalidade desportiva. Trata-se de um desporto que poderia ser classificado como “popular”, devido à sua prática por diferentes classes sociais e culturais.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

O *bodyboard* é uma actividade que pode também ser praticada por indivíduos de diferentes faixas etárias, desde crianças a idosos, sendo que a natação é pré-requisito para que o indivíduo consiga praticar o desporto, sem levar em consideração a técnica em si, mas sim a desenvoltura do indivíduo no meio aquático.

Para a prática da modalidade, são necessários equipamentos próprios da modalidade, fabricados por diversas empresas e com características muito próprias. Estes equipamentos são:

- Prancha <sup>3</sup>

Quadro II – Tamanho da prancha x peso x altura

Tamanho (centímetros)	Tamanho (polegadas)	Ideal para Altura de	Altura	Peso de	Peso
0,96cm	38"	1,47 a 1,52cm	4,82-4,99ft	30 a 39kg	65/85lbs
0,99cm	39"	1,53 a 1,60cm	5,02-5,25ft	39 a 53kg	85/115lbs
101cm	40"	1,61 a 1,67cm	5,28-5,48ft	50 a 60kg	110/130lbs
104cm	41"	1,70 a 1,75cm	5,57-5,74ft	57 a 71kg	125/155lbs
105cm	41,5"	1,73 a 1,77cm	5,67-5,81ft	60 a 75kg	130/165lbs
106cm	42"	1,77 a 1,83cm	5,81-6,00ft	66 a 78kg	145/170lbs
107cm	42,5"	1,84 a 1,89cm	6,03-6,20ft	73 a 87kg	160/190lbs
109cm	43"	1,90 a 1,95cm	6,23-6,40ft	85 a 96kg	185/210lbs
111cm	44"	1,96 a 2,00m	6,43-6,56ft	96 a 107k	210/235lbs

- Nadadeiras – diferentes das nadadeiras de mergulho, são menores e podem ter uma composição mais maleável ou rígida, utilizando os tamanhos xs, s, m, ml, l e xl.
- Fato isotérmico – fabricado em neoprene, tem a função de “proteger” o praticante do frio; tem diversas espessuras e modelos, consoante o fabricante e a necessidade do praticante.
- Shop ou Leash – equipamento de segurança que liga o praticante à prancha, a fim de impedir que a prancha “fuja” do praticante.
- Wax – conhecido no Brasil como parafina, serve para dar mais aderência entre a prancha e o praticante.

<sup>3</sup> Valores confirmados no sítio [http://www.kungbodyboard.com/sala\\_shape.asp?page=0](http://www.kungbodyboard.com/sala_shape.asp?page=0). Retirando em 19/08/11 às 16:48PM.

Como em outras modalidades, o *surf* e o *bodyboard* desenvolveram grupos específicos de praticantes e simpatizantes que se enquadram nas “tribos urbanas” que, segundo Abramovay e Cols (1999), “*representam uma importante estratégia de formação cultural, bem como de inserção e agregação social, especialmente da população juvenil*”.

Devido a esses factores, é essencial que tais jovens tenham alicerces educativos e culturais fortes o suficiente para que não se tornem parte de grupos ligados a drogas, cujo universo é frequentemente relacionado à modalidade, para além das imagens comumente associadas ao surfista: sujeito delinvente, vadio e sem ambições futuras. Em conjunto com esses aspectos, reforça-se também a necessidade do ensino correcto, com exercícios específicos e uma metodologia de ensino própria para a modalidade, respeitando os limites individuais de cada pessoa, mostrando o lazer que o praticante pode ter com tal modalidade.

### **3.1 DESCRIÇÃO DAS MANOBRAS BÁSICAS DO BODYBOARD**

#### Bico de pato

Esta manobra é de extrema importância para a evolução do surfista. Não só permite ultrapassar a zona de arrebentação com mais facilidade como também facilita a chegada ao *out side* de forma rápida e eficaz.

Dois aspectos importantes a ter em conta no bico de pato são o equilíbrio e a profundidade que o surfista consegue atingir com a prancha. Quanto maior for a profundidade, menor será a turbulência.

No momento em que a onda se aproxima, o surfista deve agarrar ambos os *rails* com as duas mãos próximas ao *nose*, e colocar um joelho no fundo da prancha. Quando a onda/espuma estiver muito próxima do surfista, este deve empurrar o *nose* da prancha para o fundo com o auxílio das mãos e do joelho. A perna livre deverá ficar esticada, ajudando a equilibrar e a subir à superfície.

Assim que terminar o bico de pato, o surfista pode iniciar nova remada/penada em direcção ao *out side*.

#### Apanhar a onda

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

A primeira coisa que o surfista deve fazer antes de apanhar a onda é saber escolher aquela que apresenta a melhor formação. Para isso, deve analisar as ondas no *set* que apresentam mais potencial e saber ver para que lado a onda irá quebrar.

Depois de escolhida a onda, o surfista deve deslocar-se na direcção da mesma utilizando a remada ou a pernada. No momento de entrar na onda, o surfista deve realizar uma pernada forte e, se necessário, alguma remada com um dos braços. É também importante pressionar o *nose* da prancha para ajudar a entrar mais facilmente na onda.

Após entrar na onda, o corpo deve deslizar ligeiramente para o centro da prancha.

### Drop

Descer a onda é uma das manobras mais importantes do *bodyboard*. Após o surfista entrar na onda, deve descer a parede até a sua base. O objectivo principal é ganhar velocidade, para poder realizar as manobras seguintes.

No caso de a onda ser uma direita, o braço direito deve ficar na parte superior direita da prancha, apoiado pelo cotovelo com a mão a agarrar o *nose* direito. O braço esquerdo deve estar mais ou menos a  $2/3$  da prancha, segurando o *rail* com a mão. Se a onda for uma esquerda, invertem-se as posições dos braços. Durante esse movimento, as pernas deverão estar esticadas e as barbatanas colocadas de forma a evitar o atrito com a água e conseqüente perda de velocidade.

Quanto mais velocidade o surfista conseguir atingir no *drop*, melhor será a manobra que se segue, *bottom turn*, e maior será a velocidade no decorrer de toda a onda.

### Bottom Turn

Esta manobra inicia-se assim que o surfista termina o “drop”, ou seja, no momento em que atinge a base da onda.

Um bom *bottom turn* é a chave para uma boa onda, já que é nesta fase que toda a velocidade adquirida no *drop* é transmitida. Uma boa execução permite normalmente continuar na onda com bastante velocidade e com uma boa colocação para as manobras seguintes.

Se a onda for uma esquerda, o surfista deve colocar o braço esquerdo na parte superior esquerda da prancha, apoiando o cotovelo, e com a mão esquerda agarrar o *nose*. O braço direito deve estar mais ou menos a  $2/3$  da prancha, puxando o *rail* com a mão, inclinando o corpo e colocando o peso do corpo sobre o *rail* esquerdo.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Nesta fase do movimento, dada a inclinação do corpo e da prancha, o centro de gravidade do surfista está colocado fora da prancha. Se a onda for uma direita, invertem-se as posições dos braços.

### Cutback

Para realizar esta manobra com sucesso, o surfista necessita de bastante velocidade. Este movimento de viragem da trajectória da prancha permite que o surfista saia de uma zona mais cheia da onda e se coloque em uma zona de maior potencial, adquirindo mais velocidade.

Para tal, o peso do corpo deve estar colocado na parte inferior da prancha sobre o *rail* exterior. A prancha deve virar no sentido contrário ao da direcção da onda, com a ajuda das mãos no *nose* da prancha e com as barbatanas em contacto com a água.

### 360

Tal como o nome indica, essa manobra consiste em fazer a prancha rodar numa volta completa de 360 graus. Para realizar a manobra, o surfista precisa de bastante velocidade. Caso contrário, ele não irá completar todo o movimento, podendo mesmo perder a onda.

Depois de ganhar velocidade, deverá deslizar o corpo para o centro da prancha, levantar as pernas para evitar o atrito com a água e iniciar a rotação no sentido da parede da onda. Durante o movimento, a zona lombar deve apresentar uma ligeira curvatura, o peso deve estar colocado na parte da frente da prancha e a cabeça deve olhar sempre no sentido da rotação.

Quando o surfista completar todo o movimento deverá regressar à posição inicial de deslize na onda. O “360” deverá ser feito oportunamente, numa altura em que a onda e a velocidade o permitam.

### El Rollo

Está é uma manobra que requer alguma experiência por parte do surfista, principalmente na escolha do momento certo para bater no *lip*.

Depois de ganhar velocidade, o surfista deve subir a parede da onda em direcção ao *lip*. No momento do contacto, e para que a projecção seja conseguida, a cabeça deve ficar levemente inclinada para trás e os braços quase em extensão.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Iniciada a rotação, os braços podem ficar totalmente em extensão para que o *el rollo* pareça ainda maior. No entanto, no momento da queda na água, um dos braços deve estar apoiado pelo cotovelo para suportar o impacto da queda e evitar possíveis lesões.

### 3.2. MÉTODOS DE ENSINO

Na literatura, são bastante correntes as definições que se têm a respeito de um método. Etimologicamente, temos que *meta*, do grego, significa “por” ou “através de”; e *hodos*, também palavra grega, significa “caminho”.

*“Se partirmos da compreensão que “método” é o caminho para se atingir um objectivo, já estabelecemos aí a estreita ligação entre essas duas categorias, ou seja, entre o objectivo e o método”*(Medeiros,1997: 91).

Entretanto, a maior parte dessas tentativas tomou como parâmetros os componentes fundamentais da didáctica. Segundo Mosston, *“É importante ainda ressaltar que, na prática muitos estilos podem coexistir, sendo difícil encontrar a aplicação integral, pura, de um dos estilos enfatizados no espectro.”* (Ap. Junior,1987: 56)

De acordo com Mosston, existem dez diferentes estilos de ensino, sendo que o seu espectro é dividido em duas grandes classificações: os estilos directos, que enfatizam a reprodução, e os estilos indirectos, que enfatizam a criação.

O espectro de estilos de ensino representa duas capacidades humanas básicas: a capacidade de reprodução de ideias, movimentos e modelos e a capacidade de produção de novo conhecimento, como a descoberta de novos movimentos e a criação de novos modelos.

Segundo Luckesi (1994), existem dois métodos de ensino: o método expositivo e o método investigativo. O método expositivo é aquele que possibilita colocar o educando em contacto com determinado conteúdo exposto pelo professor ou por outros meios, método a partir do qual o aluno, através da exercitação, fixará o conteúdo e seus mecanismos para poder utilizá-lo.

Segundo Marx (1984), *“o método da exposição é aquele pelo qual um sujeito, detendo um conhecimento conceitual completo sobre algum objecto ou processo, passa a expô-lo a outros sujeitos, para que estes adquiram a sua compreensão.”* (Ap. Luckesi,1987: 204)



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

No método investigativo, o educando exerce o papel mais importante, pois ele deverá resolver problemas determinados ou novos com as ferramentas adquiridas durante a sua formação, sendo o professor um mero orientador.

### **3.3 ESTILOS DE ENSINO SEGUNDO MOSSTON**

Segundo Mosston & Ashworth(1996), os seus estilos de ensino podem ser divididos em directos ou indirectos. Esses estilos foram criados em cima de três fases: o pré-impacto ou planeamento, o impacto ou execução e o pós-impacto ou avaliação e controle. Nos estilos directos, encontram-se os métodos de ensino por comando, prático, recíproco, auto-checagem e inclusão; já nos métodos de ensino indirecto encontram-se os métodos de descoberta orientada, divergente, individual, iniciado pelo aluno, bem como o método de auto-ensino.

Nos métodos directos, a reprodução de conteúdos se torna o principal elemento, no qual o aluno é directamente dependente do professor, não participa na fase de planeamento e geralmente escuta e acata as decisões do professor.

Um exemplo de método directo é o aprendizado por comando, no qual o professor ensina um conteúdo pré-determinado, utilizado para uma aprendizagem rápida, exacta e uniforme, de modo “global”, sendo o aluno um mero reproduzidor do conteúdo leccionado pelo professor.

Nos métodos indirectos, a criação, a solução de problemas e a comparação são os principais objectivos, método no qual o professor se torna um meio e o aluno o “pesquisador”. Posso citar como exemplo o método de descoberta orientada, no qual o aluno é introduzido em um processo de descobrimento, orientado pelo professor, que terá por papel principal guiar o aprendiz a fim de que ele responda às questões de maneira lógica e criativa, com os seus conhecimentos próprios, guiado pelo professor, para atingir o seu objectivo estipulado anteriormente na fase de planeamento da aula.

### **3.4 ESTILOS DE ENSINO SEGUNDO LUCKESI**

Segundo Luckesi (1994), os métodos de ensino estão divididos em expositivo e investigativo. Nos métodos expositivos, o educador expõe os conteúdos de forma lógica e estruturada, sendo ele a “figura” principal na sala de aula. Nos métodos investigativos, o papel do professor muda de expositor para mediador ou orientador, buscando encaminhar o aluno ao conhecimento através de problemas e pesquisas e inserindo nele a ideia da criação.

Esses métodos são apoiados em algumas tendências pedagógicas, a saber: Pedagogia Liberal, Pedagogia Tradicional, Renovada Progressivista, Renovada não-directiva e tecnicista e, pelo outro lado, a Pedagogia Progressista, a Pedagogia Libertadora, a Libertária e a Crítico-social dos conteúdos.

### **3.5 MÉTODOS DE ENSINO *BODYBOARD***

#### **3.5.1 Pré planeamento da aula**

Segundo os conhecimentos adquiridos no Curso de treinadores de *Surf* e *Bodyboard* da Federação Portuguesa de Surf, antes de iniciar qualquer actividade na praia, deve-se primeiro realizar um pré-planeamento das actividades que serão ministradas durante a aula, levando-se em consideração alguns procedimentos básicos de segurança, tais como:

- Escolher um local adequado ao escalão etário e ao nível de experiência desses alunos;
- Levar em consideração o número de alunos dentro d'água, que pode se situar entre 4 a 6 por instrutor, dependendo do nível desses alunos;
- Verificar sempre o estado de conservação do material;
- Distribuir o tempo respeitando a estrutura de treino;
- Regras de segurança para o manuseamento do equipamento, leitura das condições e segurança durante a aula;
- Aquecimento e alongamento, o que evita futuras dores ou lesões;
- Estrutura da sessão de treino (parte preparatória, parte principal e parte final);
- Registos da sessão de treino, tendo em vista futuras correcções.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

### 3.5.2. Ensino aprendizagem do bodyboard

Quadro III – Níveis de aprendizagem (Curso de treinadores – F.P.S)

	Requisitos	Objectivo	Local Adequado	Exercícios/ tarefas/ estratégias
<b>Nível 1</b>	Alunos inexperientes com capacidade para nadar 50m em mar sem ondas ou piscina	Adaptação ao novo meio; Introdução ao equipamento; Regras da aula e de segurança; Conhecer e identificar as posições básicas de controle e movimento na prancha; Entrada na água; Técnica de remada e pernada;	Ondas até 0,5m	Adaptação ao meio aquático; Aumento progressivo de dificuldade; Alternância entre remada, pernada e os dois movimentos juntos;
<b>Nível 2</b>	Alunos bem sucedidos do nível 1	Remada/pernada sobre as ondas e espumas; Deitar, sentar e virar a prancha; Surfar a espuma da onda em frente; Surfar a espuma da onda descrevendo trajectórias;	Ondas de 0,5 até 1m	Introdução ao <i>Body-surfing</i> ; Apanhar e surfar ondas e espumas;
<b>Nível 3</b>	Alunos bem sucedidos no nível 2	Realizar o bico de pato; Posicionamento no <i>Out-side</i> ; Remada/pernada para a onda; Descer a parede da onda em frente;	Ondas até 1 m	Apanhar ondas de frente utilizando a posição correcta; Utilização de exercícios apropriados para uma boa execução do bico de pato
<b>Nível 4</b>	Alunos bem sucedidos no nível 3	Descer a parede da onda <i>drop</i> ; Realizar o <i>bottom turn</i> para a esquerda e para a direita; Deslizar na parede da onda;	Ondas até 1m	Apanhar ondas na parede da onda; Realizar o <i>bottom turn</i> na parede da onda para ambos os lados;
<b>Nível 5</b>	Alunos bem sucedidos no nível 4	Realizar o <i>cut back</i> ; Realizar o “360”; Realizar o <i>el rollo</i> ;	Ondas até 1,5m	Realizar o <i>cut back</i> na parede da onda; Realizar o 360 na parede da onda; Realizar o <i>el rollo</i> no <i>lip</i> da onda;

No nível 1, o aluno encontra-se em seu primeiro contacto com a modalidade, estando, portanto, carente de uma maior atenção em relação aos procedimentos de segurança e em

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

relação ao material a ser utilizado nas aulas, sendo este um momento vital para que seja feita uma boa adaptação ao meio aquático. Após esse momento inicial, será feita uma introdução ao posicionamento do aprendiz na prancha no momento da remada, demonstrando, na areia, as diferenças de posicionamento entre a remada e a pernada e o momento em que os dois movimentos são utilizados.

No nível 2, presupõe-se que o aluno já esteja adaptado ao equipamento e ao mar, utilizando o *body surf* como instrumento de familiarização ao *timing* da onda e como um meio de segurança, visto que o aluno poderá perder a sua prancha em caso de condições adversas e utilizar do *body surf* para retornar à areia em segurança.

Nesta fase, o aluno começa a “pegar” as suas primeiras espumas, tentando realizar mudanças de direcção em seu percurso, assim como a alternância das “bases” utilizadas para surfar uma onda para a direita ou para a esquerda.

No nível 3, o aluno já tem condições para ir ao *out side*, necessitando para isso de um bom “bico de pato” para ultrapassar as ondas até o *spot* escolhido. No *line up*, o aluno tentará pegar ondas, descendo em frente neste primeiro momento.

Já no nível 4, o aluno irá apanhar ondas no *line up* tentando realizar um bom “*bottom turn*”, movimento vital para a execução de futuras manobras e para um bom aproveitamento da onda na sua totalidade.

No nível 5, o aluno irá aprender e tentará executar nas ondas as manobras “básicas” do bodyboard, como o *cut back*, o *el rollo* e o *360*. Nesse momento, ele irá necessitar de todos os passos ensinados anteriormente para uma boa execução das manobras, adaptando-se ao seu porte físico, às condições das ondas e ao material utilizado.

Após o aluno realizar todas as fases com êxito, ele será iniciado em um novo plano de treinos, direccionado aos alunos de nível avançado, com ondas maiores e/ou mais potentes, diferentes tipos de fundo (coral, pedra,...) e a iniciação em novas manobras com um nível de complexidade maior, como o *invert*, *backflip*, *360 aéreo*, *360 invertido*, entre outras manobras. A partir daí, o aluno entrará em um nível de aprendizado diferente, que requer uma maior disponibilidade, assim como uma maior carga de treinos e um condicionamento físico aprimorado. Nesta fase, o aluno que esteja interessado na modalidade desportiva em questão poderá entrar em competições, necessitando para isso de se filiar à Federação Portuguesa de Surf e a um clube ou associação ou continuar a praticar o *free surf*.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

---

## 4 – ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

---

#### **4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

Apoiado em estudos anteriores referentes à prática desportiva regional, e na no intuito de realizar uma investigação relacionada com um desporto relativamente recente como é o caso do *bodyboard*, definimos como objecto de estudo desta investigação/acção, procurar saber se existe aceitação e interesse por parte de eventuais futuros utentes deste desporto, e da viabilidade da implementação de um projecto do seu desenvolvimento através do estabelecimento de parcerias.

Com o intuito de aferir o interesse e a disponibilidade dos alunos e educadores do Externato Dom Fuas Roupinho para este projecto de investigação/acção como estudo de caso, iremos, neste capítulo, apresentar e analisar os dados obtidos dos inquéritos sociográfico ou por questionário aplicados.

Este capítulo encontra-se estruturado em quatro sub-capítulos intitulados: *Estrutura desportiva presente no Concelho da Nazaré, Prática desportiva dos alunos do 5º e 6º ano do Ext. Dom Fuas Roupinho, Disponibilidade para a prática do bodyboard e Factores impeditivos para a implementação do bodyboard como actividade extra curricular.*

##### **4.1. INSTALAÇÕES DESPORTIVAS PRESENTES NO CONCELHO DA NAZARÉ**

Começamos por analisar os hábitos desportivos dos jovens do Concelho da Nazaré, tendo presente a informação existente sobre as infra-estruturas disponíveis e a oferta das diferentes modalidades.

No Concelho da Nazaré, pode-se verificar que grande parte dos equipamentos desportivos encontra-se centralizada na Vila sede do Concelho com o mesmo nome, e conta com os seguintes equipamentos desportivos (ver quadro IV)

Os desportos de aventura possuem o seu lugar no Concelho, ainda que exercitados de maneira tímida, tendo como principais representantes o parapente, a asa-delta, o *surf* e o *bodyboard*, com o CDAN como único clube para estes desportos. O CDAN foi fundado em 2002 e conta aproximadamente com 70 praticantes e 50 associados, fazendo parte da Escola de Formação desportiva da Nazaré e contando com 3 técnicos - formadores e cerca de 60 alunos.

Quadro IV – Infra-estruturas desportiva Municipal do Concelho da Nazaré

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Equipamentos desportivos	Localização
Estádio Municipal	Areal, Nazaré
Pavilhão Municipal	Areal, Nazaré
Pavilhão gimnodesportivo	Areal, Nazaré
Piscinas Municipais	Urb. do Camarçã, Nazaré
Parque radical	Areal, Nazaré
Courts de ténis do Complexo desportivo Municipal	Urb. do Camarçã, Nazaré
Campo de ténis da Pedralva	Jardim da Pedralva, Pederneira
Pavilhão desportivo da A.R. Pederneira	Pederneira, Nazaré
Recinto polidesportivo de Fanhais	Fanhais, Nazaré

Fonte: <http://www.cm-nazare.pt/CustomPages/ShowPage.aspx?pageid=1b2f3765-d003-4249-99f6-399e1867785e#notop>. Retirado em 06/09/11 às 08:24AM.

Dentro da Região Centro do país são encontrados diversas opções públicas para o desenvolvimento do desporto com um grande número de grandes campos e pavilhões, explicando com isso a maior popularidade do futebol como desporto com o maior número de praticantes federados como é possível verificar no quadro V.

Quadro V – Instalações desportiva da Região Centro

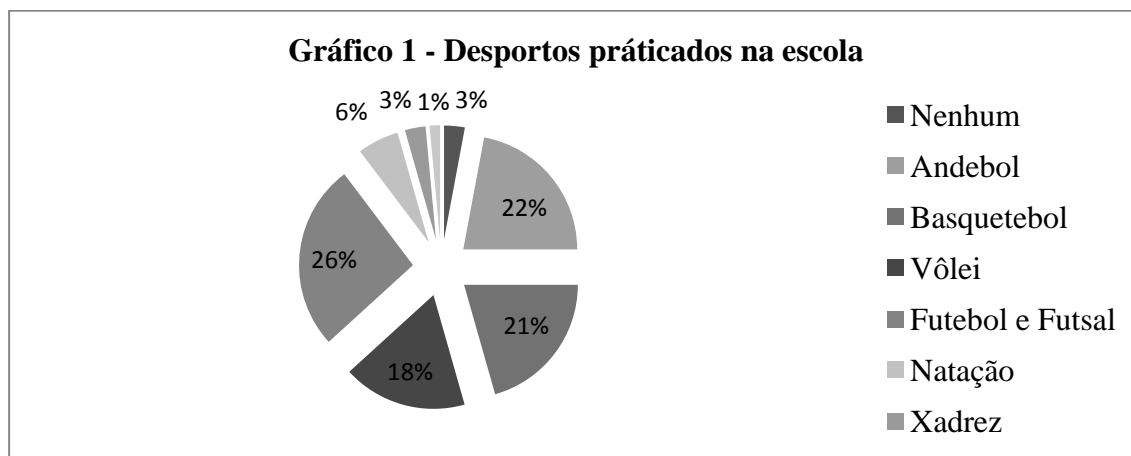
	Região Centro	Continente
Grandes Campos	748	2718
Pista de atletismo	16	59
Campos de ténis	205	1090
Pavilhão	220	888
Piscina Coberta	77	355
Piscina ar livre	98	322

Fonte: INE, 2006

#### 4.2. PRÁTICA DESPORTIVA DOS ALUNOS DO 5º E 6º ANO DO EXT. DOM FUAS ROUPINHO



Após análise dos questionários, foram verificados os principais desportos praticados pelos alunos do 5º e 6º ano do Ext. Dom Fuas Roupinho (ver gráfico 1).



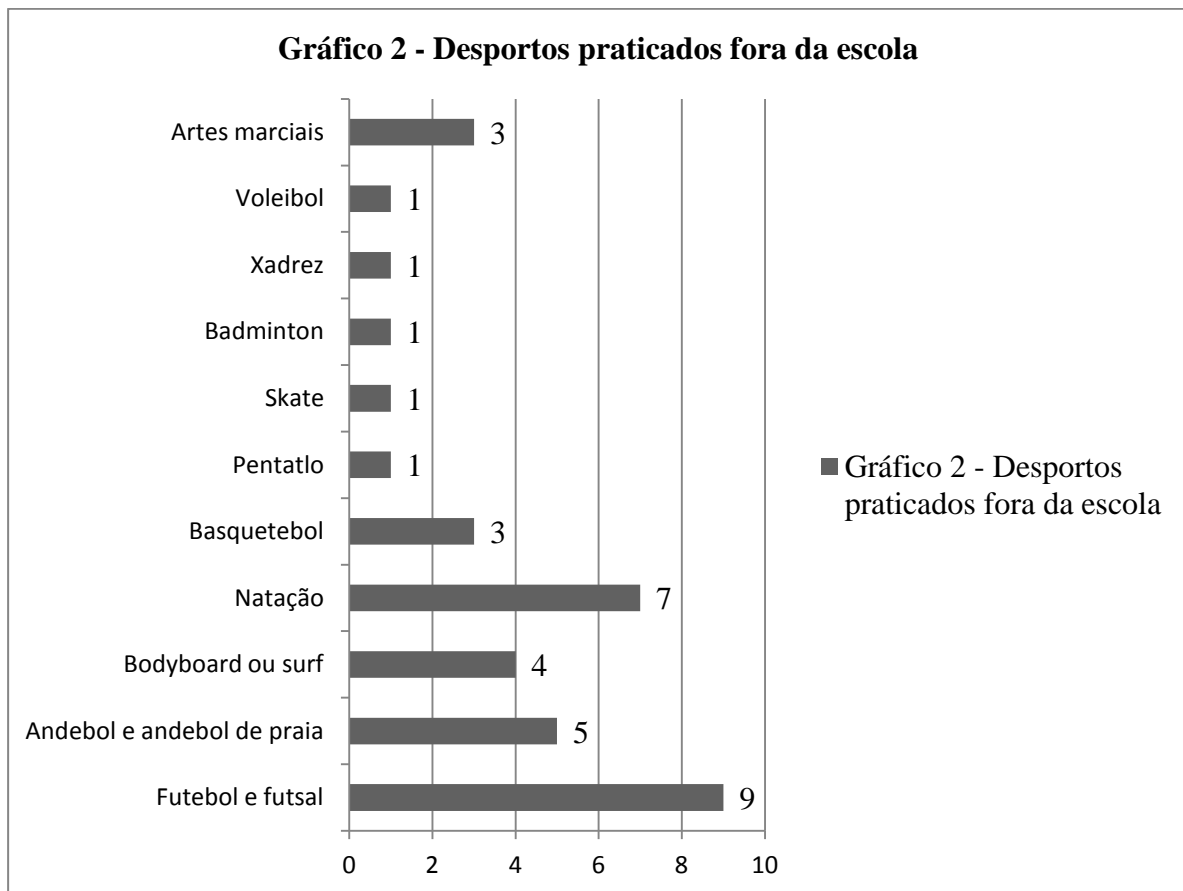
Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Verificou-se uma variedade de modalidades oferecidas, com uma leve tendência a uma maior participação no futebol e no andebol, sendo o xadrez como desporto menos praticado no Externato, o que demonstra uma maior predisposição aos desportos colectivos.

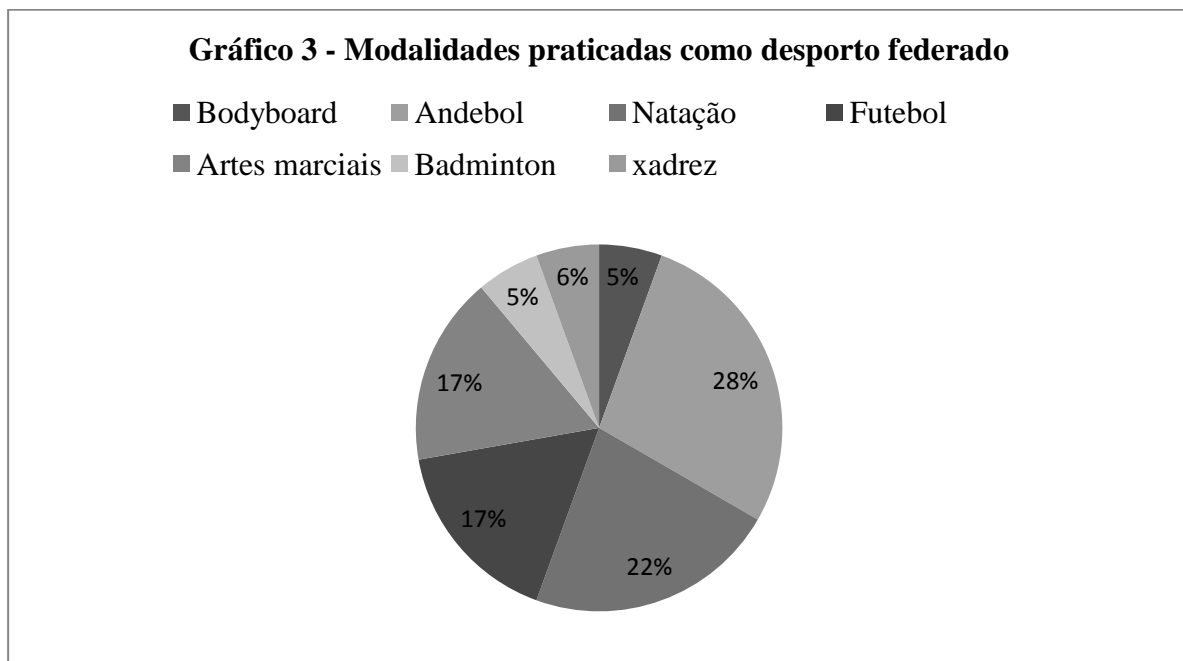
97% dos inquiridos afirmaram praticar outros desportos após o horário escolar, sendo novamente o futebol o desporto mais praticado nos horários livres, seguido da natação e do andebol, como se pode verificar no gráfico 2 (na página seguinte).

De acordo com os resultados, 53% dos inquiridos afirmou praticar desporto federado, com 47% praticando desporto somente por lazer consoante a sua disponibilidade. Seguindo a questão dos desportos federados, aparece agora o andebol como desporto com o maior número de atletas federados, seguido da natação e do futebol, tendo o *bodyboard* apenas 5% do total dos alunos federados nas diferentes modalidades desportivas citadas, como se pode observar no gráfico 3 (na página seguinte).

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

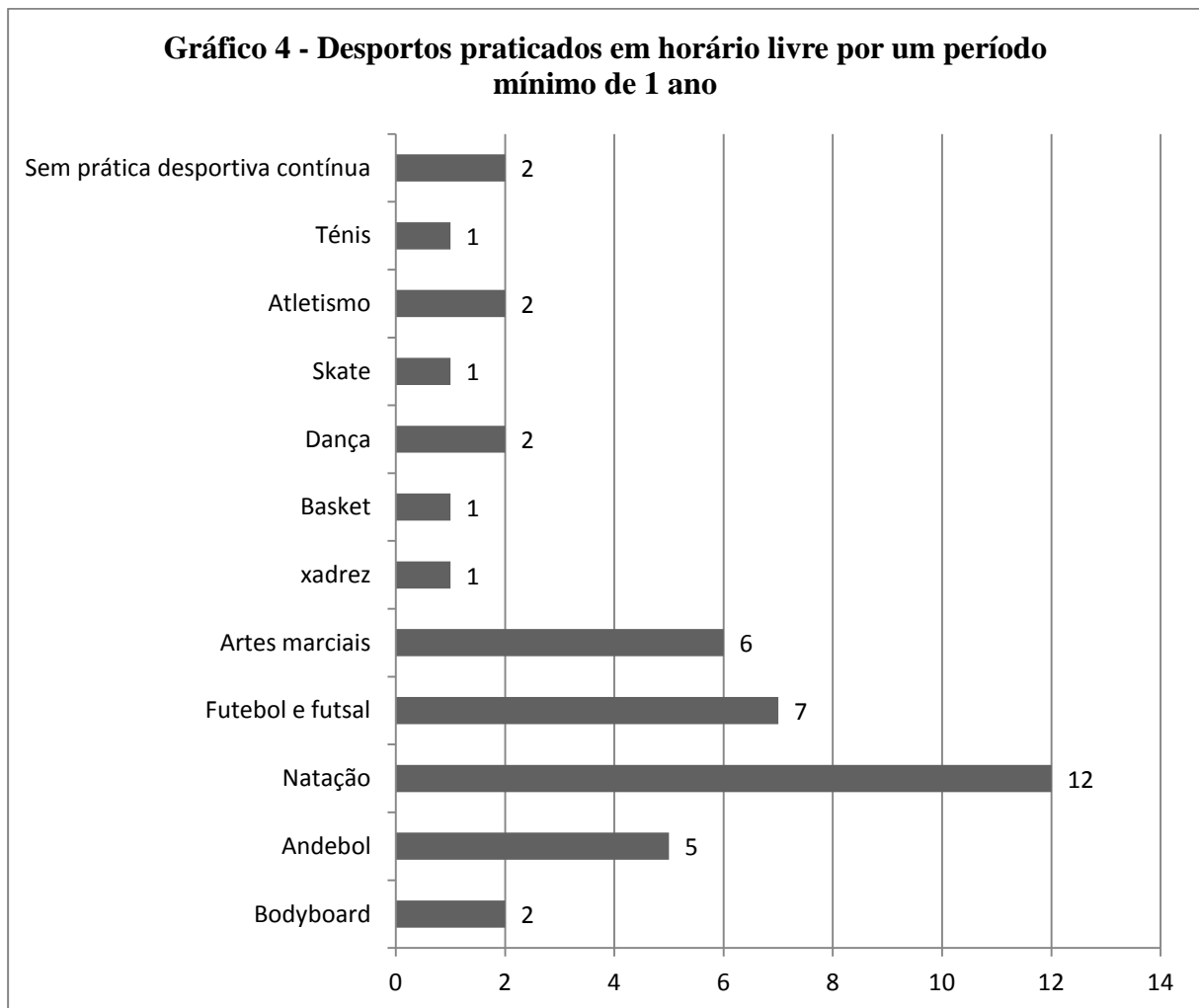
Após a análise desses dados, foi consultada na internet a página do Instituto de Desporto de Portugal (IDP), em que foi verificado o número de atletas federados nas seguintes categorias citadas nas questões acima (verificar o quadro VI). Com esses dados, pode se afirmar que o futebol é o desporto com o maior número de praticantes federados, apresentando um número de 93.072 de atletas somente nas categorias de formação e contando também com o maior número de clubes em Portugal, seguido do voleibol e do andebol, tendo o *surf* e o *bodyboard* um número de 628 atletas inscritos nos escalões de formação e sendo representado por 237 clubes em Portugal. Somente no ano de 2010 a modalidade ficou à frente de desportos como dança e pentatlo, mas ainda muito distante dos outros desportos como a natação, a ginástica e as diferentes modalidades de artes marciais.

Quadro VI – Número de atletas federados em 2010 segundo o IDP.

DESPORTOS	Nº TOTAL DE PRATICANTES “ATÉ JUNIORES”	Nº TOTAL DE CLUBES EM PORTUGAL
ANDEBOL	36.163	431
ATLETISMO	9.323	478
BADMINTON	865	80
BASQUETEBOL	33.067	260
DANÇA DESPORTIVA	389	61
FUTEBOL	93.072	2.206
GINÁSTICA	4.099	203
LUTAS AMADORAS E ARTES MARCIAIS	21.679	1.221
NATAÇÃO	8.353	304
PENTATLO MODERNO	566	24
SURF E BODYBOARD	628	237
TÊNIS	17.261	277
VOLEIBOL	39.596	997
XADREZ	1.832	137
Nº TOTAL DE PRATICANTES NO DISTRITO DE LEIRIA	22.523	

Fonte: IDP, 2010

Por último, verificou-se quais as outras modalidades os alunos já haviam treinado por um tempo mínimo de um ano, tendo a natação um número muito superior aos outros desportos, muito superior até mesmo em relação ao futebol, segundo colocado, tendo quase o dobro de respostas, afirmando-se assim a participação na actividade correspondente, conforme é possível verificar no gráfico 4.



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

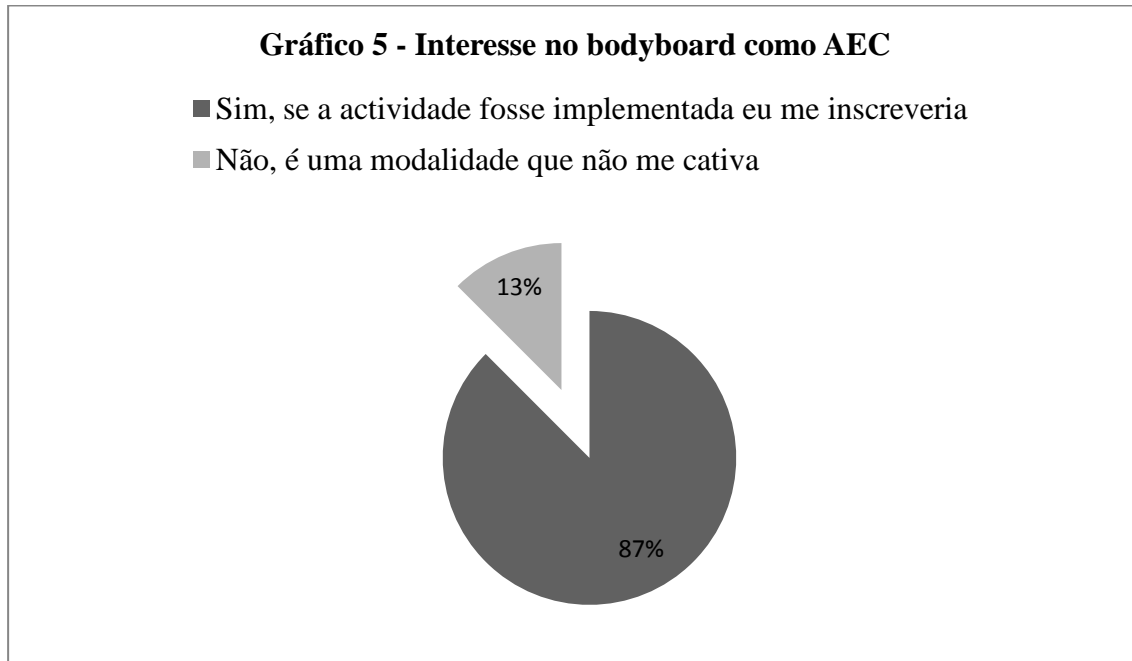
#### **4.3. DISPONIBILIDADE PARA A PRÁTICA DO BODYBOARD COMO ACTIVIDADE EXTRA CURRICULAR**

Durante a elaboração do projecto de investigação/acção, uma das constatações mais importantes diz respeito à aceitabilidade da implementação desta nova actividade por parte dos alunos e dos seus encarregados de educação, bem como sobre quais poderiam ser os factores impeditivos para a execução da actividade.

Através de questões elaboradas no questionário aplicado pela via electrónica, pôde-se verificar que grande parte dos alunos inseridos na pesquisa estariam dispostos a praticar a modalidade, caso ela estivesse disponível. 87% dos alunos entrevistados viram-se interessados

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

em participar da actividade, enquanto que 23% não demonstrou interesse na modalidade, conforme observa-se no gráfico 5.

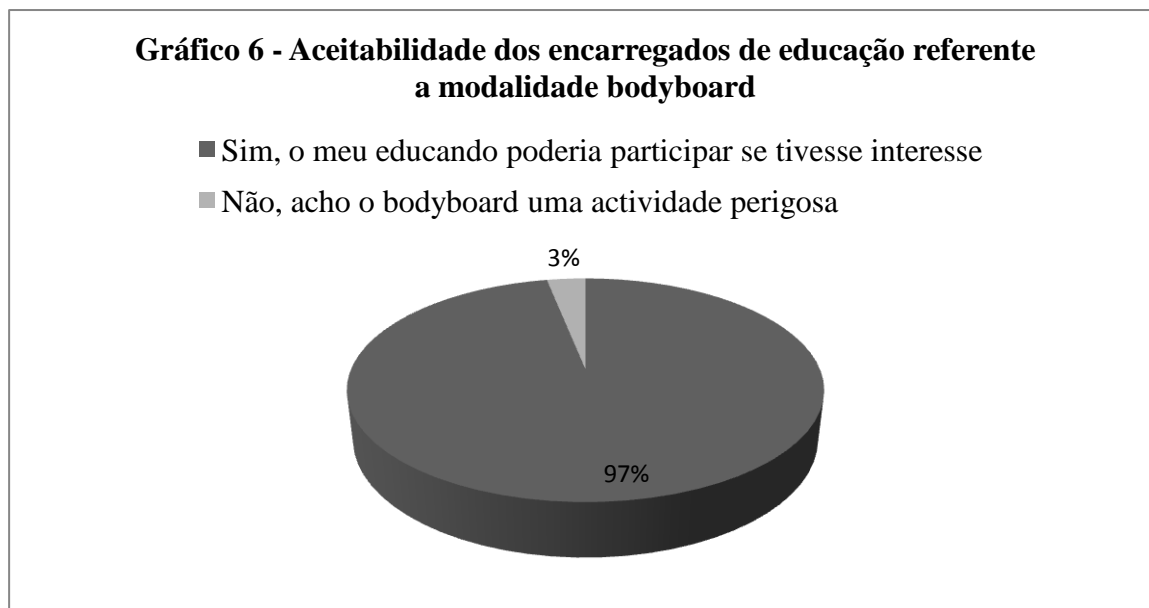


Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Após se verificar a boa aceitação dos alunos quanto à possível implementação da actividade *bodyboard*, inquiriu-se junto dos encarregados de educação acerca da possível autorização para que os seus educandos pudessem participar na actividade, caso o projecto viesse a ser implementado, solicitação esta, que teve um surpreendente resultado de aceitabilidade de 97%, conforme mostra o gráfico 6, na página seguinte.

Apenas 3% dos encarregados de educação afirmaram que, caso a opção fosse disponibilizada, não iriam dar a liberação aos seus educandos devido ao medo de possíveis acidentes ou afogamentos.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Questionados sobre as prováveis vantagens da prática desportiva, 72% dos encarregados de educação afirmaram que o *bodyboard* poderia aumentar e promover as capacidades físico-motoras do seu/sua educando(a), como pode ser verificado na tabela VII (ver abaixo).

Quadro VII – Vantagens da prática do bodyboard para o educando

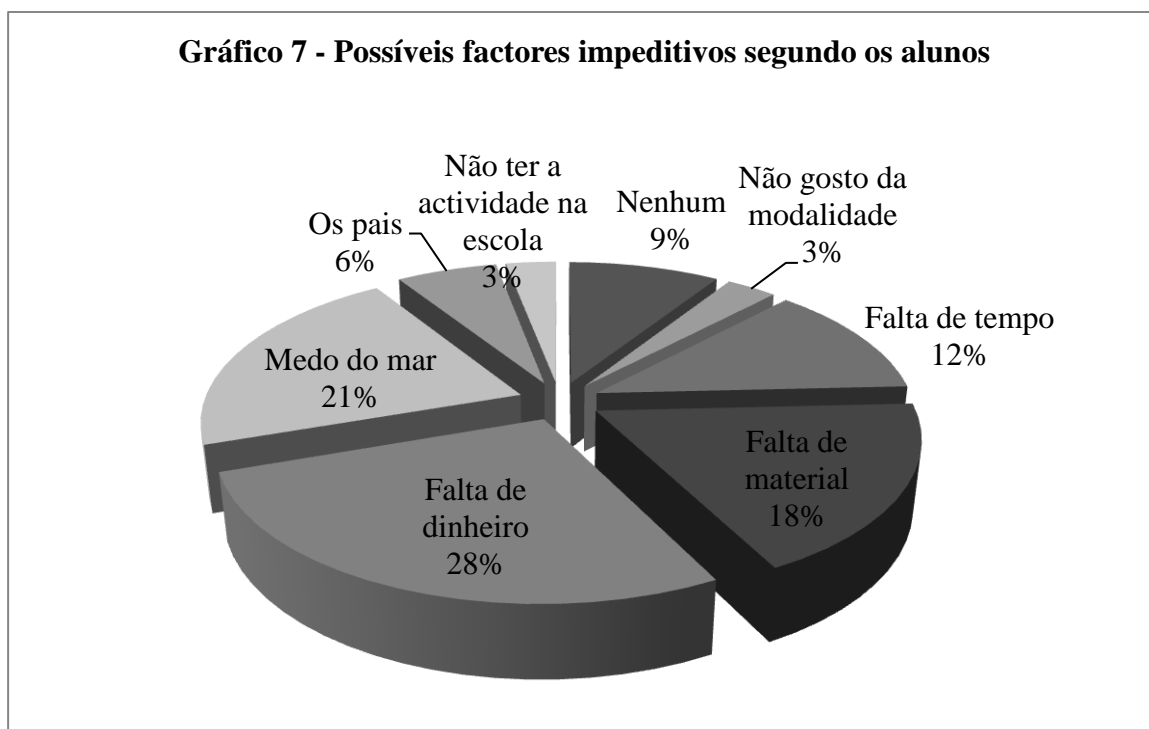
	(%)
Aumentar e promover as capacidades físico-motoras do seu/sua educando(a)	72
Ser uma opção saudável e segura para os horários livres	63
Criar e aumentar os laços de amizade já existentes	44
Ser uma actividade que nada acrescentaria	0
Outra	3

Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

#### 4.4. FACTORES IMPEDITIVOS PARA A PRÁTICA DO BODYBOARD COMO ACTIVIDADE EXTRA CURRICULAR

Após analisar as questões anteriores e verificar uma grande aceitação por parte dos encarregados de educação e dos educandos, é necessário verificar também quais poderiam ser os factores impeditivos para a prática do *bodyboard* como actividade extra curricular.

Entre os educandos, 28% indicaram a falta de dinheiro como o principal factor impeditivo para a prática da actividade, seguido do medo do mar, com 21%, e da falta de material, com 18% (ver gráfico 7).



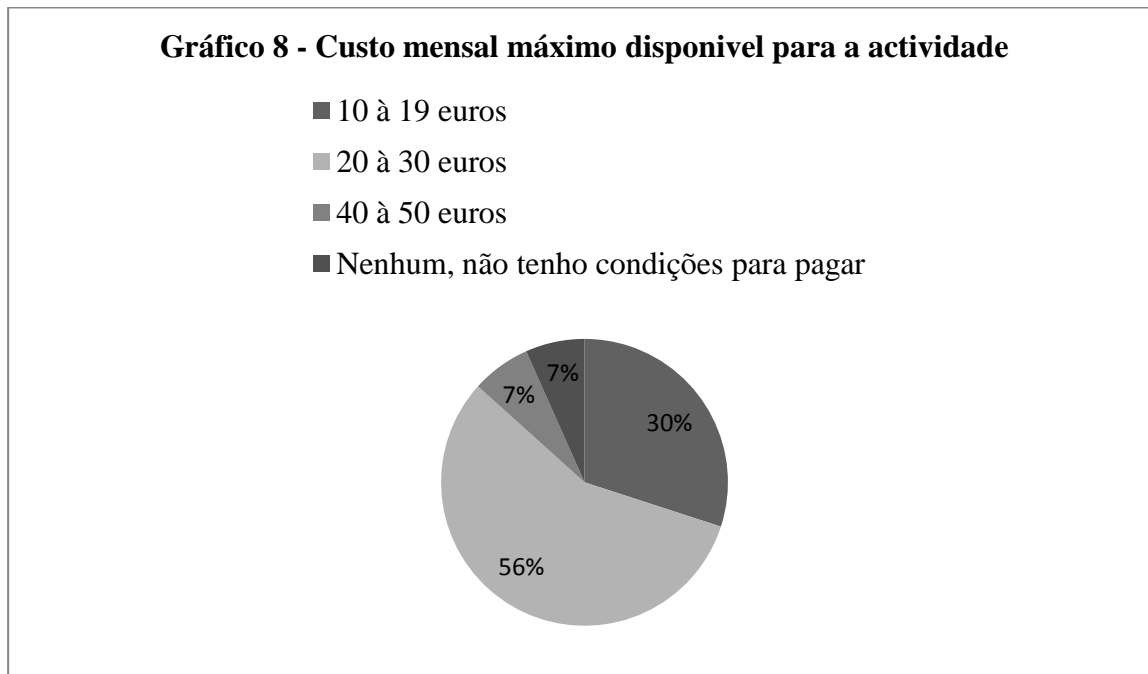
Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Como se pode concluir, apenas 6% dos alunos indicaram os pais como factor impeditivo, o que confirmou o percentual encontrado de 97% de aceitação por parte dos pais, conforme evidencia o gráfico 6 na página anterior.

Dado que o factor dinheiro fora apontado como principal factor impeditivo por parte dos alunos, verificou-se, junto aos encarregados de educação, o quanto esses alunos estariam dispostos a pagar caso a actividade fosse proposta no Externato. Cerca de 56% dos encarregados de família afirmaram estar dispostos a pagar um valor entre os 20 e 30 euros,

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

enquanto 7% dos pais indicaram não ter possibilidades para pagar a actividade, conforme mostra o gráfico 8.



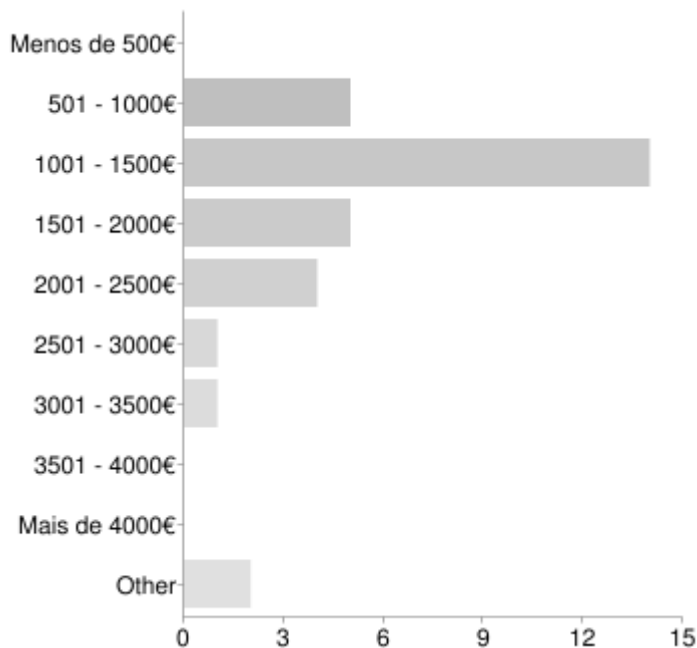
Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

Isso deve-se ao valor orçamentário médio do agregado familiar, situado entre os 1.001 aos 1.500 euros, segundo resposta de 44% dos encarregados de educação, certamente um valor relativamente baixo para um agregado familiar composto entre 3 e 4 pessoas em média, como se pode observar nos gráficos 9 e 10 na página seguinte. 13 (ver abaixo) e no gráfico 14(ver pág 58).

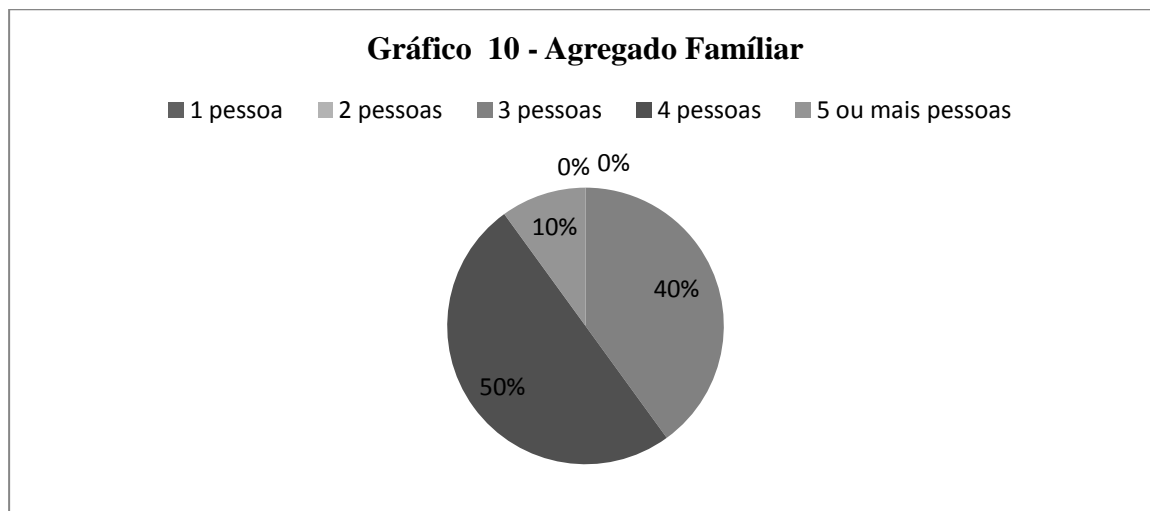


Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Gráfico 9 – Valor orçamentário médio do agregado familiar



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.



Fonte: Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard, 2010/2011.

## CONCLUSÃO

Neste presente estudo, pretendemos apresentar um projecto desportivo “diferente” aos alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, um projecto que busca integrar diferentes núcleos presentes no Concelho da Nazaré, tendo em vista a implementação de um projecto auto-sustentável e de longa duração no município.

Durante a análise dos resultados, foi verificado que 53% dos jovens entrevistados já havia praticado o *surf* ou o *bodyboard*. Contudo, 67% dos jovens que nunca experimentaram a actividade demonstraram interesse em vir a praticá-la um dia. Entre esses jovens, foi verificada uma grande participação desportiva fora da escola, com um percentual de 97% dos jovens a realizar uma ou mais actividades desportivas, e um total de 67% que estão inscritos em um clube ou associação desportiva, com uma maior incidência nos indivíduos de sexo masculino e no desporto federado.

Para o perfeito funcionamento do projecto, seria indispensável o auxílio de agentes externos, como os apoios da Câmara Municipal da Nazaré, do CDAN e dos encarregados de educação, algo difícil nos dias actuais devido aos problemas financeiros enfrentados por Portugal neste exacto momento, visto que o factor monetário, a falta de material e o medo do mar foram os principais motivos que poderiam impedir o ingresso na actividade caso ela fosse executada no Externato Dom Fuas Roupinho.

A boa aceitação por parte dos alunos e dos encarregados de educação demonstra o interesse do público-alvo no desenvolvimento de novas actividades desportivas, como a implementação de desportos de combate, por exemplo. O medo de um possível acidente na água e o valor das aulas foram os principais motivos limitativos, já que se tratam de famílias com uma média de quatro pessoas por residência (50%), e com um rendimento mensal médio rondando entre os 1.001 e os 1500 euros.

Apesar dos prós e dos contras, esta nossa proposta de projecto abre portas à implementação de diferentes desportos ou actividades no Concelho da Nazaré, algo que poderia ser feito com sucesso caso todas as partes envolvidas (público/privado) se unissem para a realização de um projecto que, de maneira saudável e lúdica, visasse beneficiar os jovens do município.

## **LIMITAÇÕES E RECOMENDAÇÕES**

Durante a elaboração do presente estudo, foram apercebidas algumas situações que poderiam ser modificadas ou incluídas em estudos posteriores sobre a mesma problemática. No decorrer do estudo foi aplicado o inquérito sociográfico através da plataforma da internet (<http://docs.google.com>), sendo respondido apenas por 32 inquiridos dos 60 enviados, uma amostra relativamente baixa, mesmo com o reenvio de um e-mail explicando e reforçar novamente a utilidade do estudo em questão, não obtemos o retorno pretendido, algo que poderia ser feito de maneira diferente em um novo estudo, devido ao baixo nível de respostas recebidas.

Seria também interessante aumentar o número de estudantes abrangidos, assim como a implementação em outras escolas e outros ciclos, podendo confrontar os resultados do estudo entre as diferentes escolas e os diferentes ciclos, e assim verificar as necessidades presentes no município em estudo, segundo os estudantes, algo que poderia ser analisado, pela Câmara Municipal da Nazaré, assim como os directores das respectivas escolas com o intuito de melhorar a disponibilidade da prática desportiva no Concelho da Nazaré.

Outro ponto observado foi a resposta de parte dos inquiridos relativamente aos desportos que gostariam de ter na sua escola, surgindo o Surf como uma actividade que poderia ser implementada em conjunto com o bodyboard numa futura proposta de projecto, de maneira a implementar não somente uma, mas duas novas actividades físicas para esses estudantes, algo que ao meu ver é totalmente possível de ser realizado.

Este tipo de estudo poderá ser utilizado para a verificação da carência desportiva presente nas escolas do Concelho da Nazaré, naturalmente com um alargamento da amostra, servindo assim como instrumento fomentador desta carência indicada pelos alunos do Ex. Dom Fuas Roupinho. Se planeado de maneira correcta, é possível a implementação de diferentes desportos, assim como a implementação de diferentes projectos, e de maneira não dispendiosa, caso obtenha a ajuda de Parceiros que busquem um objectivo desportivo e social comum, o desenvolvimento e a satisfação dos jovens presentes no Concelho da Nazaré.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## **BIBLIOGRAFIA**

ABRAMOVAY, M.; Waiselfisz, J.; Andrade, C. e Rua, M. G. (1999). *Gangues, galeras, chegados e rappers*. Rio de Janeiro: Garamond.

ANDKJAER, S. (2004). New trends in outdoor activities in Denmark. In: *Internacional Conference on Leisure, Tourism & Sport – Education, Integration, Innovation*, Cologne.

BUSS, Paulo Marchiori. (2000). Promoção da saúde e qualidade de vida, *Ciência saúde colectiva*, vol.5, no.1, 163-177.

CAMACHO, A.S.(1999). Las actividades físicas en la naturaleza en las sociedades occidentales de final de siglo, Buenos Aires. Disponível em [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

*CARTA EUROPEIA DO DESPORTO* (1992), Conselho da Europa

COUVREUR, Chantal (2001). *A qualidade de vida – arte para viver no Século XXI*. Loures: Lusociência.

ECO, Umberto (1991). *Como se faz uma tese em Ciências Humanas*. Lisboa: Presença.

ELIAS, Joana Isabel Silva Santos (2002). *Estudo dos factores motivacionais que explicam a procura do bodyboard como modalidade: análise do estilo de vida do jovem praticante*. 91 f.. Dissertação de Licenciatura, Curso de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra, Coimbra.

FARIAS, S. (2000). *Surf, conteúdos para a prática*. Universidade Federal de Santa Maria: Brasil.

FERREIRA, Francisco de B. F, Homem, Cabral T.(2006). *Tempo Livre, lazer e desportos dos jovens em idade escolar, análise da responsabilidade e do quadro de interacção da escola, da autarquia e do clube*. U. Porto: Porto.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

GHIGLIONE, Rodolphe; Matalon, Benjamin (1993). *O Inquérito. Teoria e Prática*. Oeiras: Celta.

GOMES, Miguel.(15/04/2009). *Hábitos desportivos da população do Seixal*. Disponível em: <[http://www.cm-seixal.pt/NR/rdonlyres/5AFE53CD-2E84-4B2C-995B-123C158FF17D/2301/Habitos\\_Desportivos.pdf](http://www.cm-seixal.pt/NR/rdonlyres/5AFE53CD-2E84-4B2C-995B-123C158FF17D/2301/Habitos_Desportivos.pdf)>.

GUAIANO, Osni Pinto.(2005). A intervenção do surfista no controle do afogamento. In: *Congresso Brasileiro de medicina do esporte*. (85 p.). São Paulo. Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte.

HARVEY, David. (1992). *Condição pós-moderna*. Edições Loyola: São Paulo.

INÁCIO, H. L. D. (1997). Educação física e ecologia: Dois pontos de partida para o debate, *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.18, n.2, 133-36.

JÚNIOR, A.F. (1987). *Prática de Ensino em Educação Física - Estágio Supervisionado*

LEAL, Carla Manuela da Silva. (2008) Reavaliar o conceito de qualidade de vida. Universidade dos Açores. Disponível em: <<http://www.porto.ucp.pt/lusobrasileiro/actas/Carla%20Leal.pdf>>. Acesso em: 25 maio 2010.

MARIVOET, S. (2001). *Hábitos Desportivos da População Portuguesa*. Lisboa: Instituto Nacional de Formação e Estudos do Desporto.

MARROU, H. I. (1950). *Histoire de l'Education dans l'Antiquité*. Editions du Seuil: Paris.

MARTINHO, Ana R. (2005). *Estilos de Vida e Práticas Culturais: Estudo comparativo das práticas culturais de populações com diferentes níveis de capital escolar, inseridas em diferentes contextos de urbanização*. Tese de Mestrado, Curso de Mestrado Lazer e Desenvolvimento Local, Universidade de Coimbra, Coimbra.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

MOSSTON, Muska, ASHWORTH, Sara.(1996) *La enseñanza de la educación física: la reforma de los estilos de enseñanza*. Barcelona: Hispano Europea.

MOTA, Jorge *et al.* (2006). *Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física: Atividade física e qualidade de vida*, *Rev. Bras. Educ. Fís. Esp* , v. 20, n. 20, 219-225.

NAHAS,M.V. (1996). *Revisão de Métodos para a Determinação dos níveis de Atividade Física Habitual em Diversos Grupos Populacionais*, *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 4, 27-37.

SCHWARTZ, Gisele Maria *et al.* (2006). *Aventuras na natureza: consolidando significados*: Fontoura: São Paulo.

SILVA, Augusto S.; Pinto, José M. (orgs.) (1986). *Metodologia das Ciências Sociais*. Porto: Afrontamento.

TAHARA, A. K. (2006). *Fatores de aderência às atividades de aventura*. In: SCHWARTZ, G. M. (Org.). *Aventuras na Natureza: consolidando significados*. (pp. 113-126). Fontoura: Jundiaí.

LUCKESI, Cipriano Carlos (1994). *Filosofia da Educação*. São Paulo: Cortez.

LUCKESI, Cipriano Carlos. (1984). *Elementos para uma didática no contexto de uma pedagogia para a transformação*. In: CONFERÊNCIA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, 3. Niterói, 12 a 15 de out. de 1984. Simpósios. São Paulo, Loyola, p. 202-217.

MEDEIROS, Mara Barbosa de (1998). *Didática e prática de ensino da educação física: para além de uma abordagem formal*. Goiânia: Ufg.

SOUZA, Nádía Maria Pereira de (1986). *A contribuição da prática de ensino nos currículos dos cursos superiores de licenciatura plena em educação física: uma análise da importância*

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

*da prática de ensino para o curso de licenciatura em educação física, tendo em vista uma futura ação docente, Monografia (9), Ugf, Rio de Janeiro.*

---

## ANEXOS

---



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## ANEXO I

### Carta de aceitação de intercambio na Universidade Estadual do Rio de Janeiro

Candidatura [Relações Internacionais - UC]

11/08/2009

Responder ▼

UC | DRIIC

Adicionar a contatos

Para diegofellipe@hotmail.com

[ID: 1662]

Nome: Diego Amado

Curso: Mestrado em Lazer e Desenvolvimento Local

Caro Estudante,

Informamos que a sua Candidatura à «Universidade do Estado do Rio de Janeiro» foi aceite.

Deverá agora passar nas Relações Internacionais fazendo-se acompanhar dos seguintes documentos:

- 1) – Fotocópia do Bilhete de Identidade;
- 2) – Fotocópia do Passaporte;
- 3) – Fotocópia do Cartão de Contribuinte;
- 4) – Fotocópia do Cartão de Estudante.

Documentos a retirar do *site*:

- 5) • Procuração;
- 6) • Declaração de NIB;
- 7) • Atualização de Contactos;
- 8) • Documento de Chegada;
- 10) • Documento de Partida.

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Relembramos ainda que deverá retirar do *site* o Inquérito de Avaliação, documento esse que tem de ser entregue na DRIIC/Divisão de Relações Internacionais até 15 dias após o final do período de estudos na universidade anfitriã.

Com os melhores cumprimentos,  
Ana Isabel Ferreira

---

Universidade de Coimbra • Administração | University of Coimbra • Administration  
Divisão de Relações Internacionais, Imagem e Comunicação | International Relations,  
Projection and Communication Unit  
Relações Internacionais | International Relations Office

Colégio de São Jerónimo • Largo D. Dinis | Apartado 3026 • 3001-401 COIMBRA •  
PORTUGAL

Tel. | Phone: +351 239 857 003 | Fax: +351 239 857 002

E-mail: [anisabel@ci.uc.pt](mailto:anisabel@ci.uc.pt)

[www.uc.pt/driic](http://www.uc.pt/driic) | [www.uc.pt/ects](http://www.uc.pt/ects) | [www.uc.pt/administracao](http://www.uc.pt/administracao)

Este e-mail pretende ser amigo do ambiente. Pondere antes de o imprimir!

A Universidade de Coimbra dá preferência a produtos e serviços com menor impacto ambiental.

This e-mail is environment friendly. Please think twice before printing it!

The University of Coimbra prefers products and services with reduced environmental impact.

## **ANEXO II**

### **Guião de entrevista ao fundador e dono da escola Kung de Bodyboard**

1 – A quanto tempo pratica a modalidade?

2 – Como foi o seu começo no bodyboard?

3 – Sabendo do seu histórico como atleta, como você acha que essa experiência foi benéfica para a fundação da escola Kung de bodyboard?

4 – Qual foi o principal motivo para a fundação da escola?

5 – Em que ponto a sua formação académica (formado em direito), trouxe benefícios para a escola?

6 – Hoje em dia, o que rentabiliza mais capital, a escola Kung de bodyboard ou a produção de pranchas?

7 – Qual é o seu principal tipo de clientela?

8 – Quando as condições para a prática da modalidade não são adequadas, você utiliza outras actividades? Quais são essas actividades?

9 – Como você vê o crescimento da modalidade no Brasil nesse momento?

10 - Tem alguma consideração que queira fazer referente a prática da modalidade ou da escola Kung de bodyboard?

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## **ANEXO III**

### **Guião de entrevista aos alunos da escola Kung de Bodyboard**

- 1 – A quanto tempo pratica a modalidade?
- 2 – Já havia praticado a actividade antes de vir para a escola Kung de bodyboard?
- 3 – Qual o principal factor para a escolha da modalidade bodyboard?
- 4 – Para você, quais foram os principais benefícios que a actividade lhe proporcionou?
- 5 – Em algum momento sentiu-se discriminado por familiares ou amigos ao mencionar que praticava bodyboard?
- 6 – Antes de praticar a modalidade, qual era a sua visão referente ao bodyboard?
- 7 – Para você, o que é mais importante dentro da escola Kung de bodyboard? (Ex: Fazer amigos, aprender manobras, ...)
- 8 – Tem alguma consideração que queira fazer referente a prática da modalidade ou da escola Kung de bodyboard?

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## **ANEXO IV**

### **Protocolo de observação da Escola Kung de bodyboard**

- Observação das aulas ministradas
  - Observação participativa antes, durante e após as aulas
  
- Observação da metodologia de ensino utilizada pela escola Kung de Bodyboard
  - Observação do modelo utilizado pela escola e verificação da existência ou não de um modelo “matriz” da actividade no Rio de Janeiro
  
- Entrevista com o fundador e dono da escola Kung de bodyboard
  - Verificação dos objectivos da escola
  - Verificação do principal tipo de clientela
  - A influência do passado vitorioso do fundador na modalidade
  
- Entrevista com os alunos da escola Kung de bodyboard
  - Observação da idade e do status social dos alunos
  - Verificação dos motivos que os levaram a prática desportiva
  - Verificação dos motivos que levaram estes alunos para a escola Kung de bodyboard
  
- Aplicação dos conteúdos aprendidos no Curso de treinadores da Federação Portuguesa de Surf
  - Administração de aulas utilizando a metodologia utilizada pela Federação Portuguesa de Surf
  - Observação das diferenças presentes nos dois modelos distintos
  
- Observação das culturais, físicas e estruturais
  - Verificação da influência das condições climatéricas para o funcionamento da escola
  - Verificação da correlação presente entre a proximidade da praia x cidade x clima tropical
  - Verificação da presença de praticantes durante o ano



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

- Condições estruturais encontradas na escola Kung de bodyboard para o aprendizado da modalidade

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## ANEXO V

### PEDIDOS DE AUTORIZAÇÃO PARA A REALIZAÇÃO DO ESTUDO

Diego Fellipe Leandro Amado  
Rua da Casa Branca, nº60, 3030-109 Coimbra  
e-mail: [diegofellipe@hotmail.com](mailto:diegofellipe@hotmail.com)  
Mestrando em Lazer e Desenvolvimento Local – FCDEF - UC

Exmo. Senhor/Exma. Senhora  
Encarregado(a) de Educação

#### **ASSUNTO: Pedido de autorização para aplicar um inquérito ao V/educando**

No âmbito do curso de Mestrado em Lazer e Desenvolvimento Local, da Faculdade Ciências Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra, foi definido como tema de estudo para a dissertação de mestrado “Programa de desenvolvimento do bodyboard no Concelho da Nazaré”.

O presente inquérito destina-se exclusivamente à elaboração de um projecto de investigação-acção, onde a proposta inicial gira em torno da implementação de um projecto auto sustentável de bodyboard. Os objectivos são a criação de hábitos desportivos saudáveis nos jovens, bem como o desenvolvimento local, através da prática de um desporto na natureza, como é o caso do Bodyboard. Este projecto visa a obtenção do grau de Mestre em Lazer e Desenvolvimento Local pela FCDEF – UC (Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra). Agradecemos desde já a sua colaboração, garantindo toda a confidencialidade das informações prestadas, bem como a utilização das mesmas apenas na presente produção científica.

À consideração de V. Ex.<sup>a</sup>, agradeço desde já a colaboração.

Atentamente

Coimbra, 14 de Março de 2011

---

Diego Fellipe Leandro Amado

(Mestrando em Lazer e Desenvolvimento Local – FCDEF – UC)

---

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Eu, \_\_\_\_\_ Encarregado de Educação do aluno  
\_\_\_\_\_ do \_\_\_\_º ano, turma: \_\_\_\_ concordo com a  
participação neste estudo, cedendo para o efeito o seguinte email: \_\_\_\_\_

---

O Encarregado de Educação

## ANEXO VI

### INQUÉRITO SOCIOGRÁFICO

#### **Inquérito sobre os Hábitos Desportivos dos Alunos do Externato Dom Fuas Roupinho, no Concelho da Nazaré, em particular o interesse pela prática do Bodyboard**

O presente inquérito destina-se exclusivamente à elaboração de um projecto de investigação-acção, onde a proposta inicial gira em torno da implementação de um projecto auto sustentável de bodyboard. Os objectivos são a criação de hábitos desportivos saudáveis nos jovens, bem como o desenvolvimento local, através da prática de um desporto na natureza, como é o caso do Bodyboard. Este projecto visa a obtenção do grau de Mestre em Lazer e Desenvolvimento Local pela FCDEF – UC (Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra). Agradecemos desde já a sua colaboração, garantindo toda a confidencialidade das informações prestadas, bem como a utilização das mesmas apenas na presente produção científica. **MUITO OBRIGADO PELA TUA COLABORAÇÃO!**

\*Obrigatório

A ser respondido pelo aluno(a)

- Anónimo

1. Já praticaste surf ou bodyboard? \*

- Sim
- Não

2. Se não, gostarias de praticar?

- Sim
- Não

3. Quais os desportos que praticas na tua escola? \*

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

4. Praticas algum desporto ou actividade física fora da escola? \*

- Sim
- Não

5. Se sim, qual ou quais?

6. Estás federado em algum desses desportos? \*

- Sim
- Não

7. Se sim, em qual desses desportos?

8. Para além dos desportos ou actividades físicas que praticas actualmente, que outros ou outras já praticaste pelo menos durante um ano? \*

9. Para além dos desportos oferecidos na tua escola, que outros desportos ou actividades físicas gostarias de poder praticar na tua escola? \*

10. Se fosse disponibilizada a opção bodyboard na sua escola, irias inscrever-te? \*

- Sim
- Não

11. Na tua opinião, quais seriam os principais factores que poderiam impedir-te de praticar a modalidade? \*

12. Qual a tua escola? \*

- Escola Amadeu Gaudêncio
- Externato Dom Fuas Roupinho

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

13. Sexo \*

- Masculino
- Feminino

14. Idade \*

NOTA: A parte seguinte destina-se a ser respondida pelo(a) teu/tua encarregado(a) de educação

- Anónimo

15. Quantas pessoas vivem no agregado familiar do(a) seu/sua educando(a)? \*

16. Qual a sua idade? \*

17. Rendimento mensal do agregado familiar do(a) seu/sua educando(a) (líquido) \*

- Menos de 500€
- 501 - 1000€
- 1001 - 1500€
- 1501 - 2000€
- 2001 - 2500€
- 2501 - 3000€
- 3001 - 3500€
- 3501 - 4000€
- Mais de 4000€
- Outra:

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

18. Se o bodyboard fosse disponibilizado na escola em que o seu/sua educando(a) se encontra e ele/ela demonstrasse interesse em praticá-lo, iria impedi-lo(a)? \*

- Sim
- Não
- Outra:

19. Se Sim, quais seriam os principais motivos para esse impedimento?

A large empty rectangular text area with a light gray border and a vertical scrollbar on the right side, intended for the respondent to write the reasons for the impediment.

20. Se a actividade fosse implementada na escola do(a) seu/sua educando(a) e tivesse um custo mensal, quanto poderia despende para o pagamento da mensalidade? \*

21. Na sua opinião, a actividade bodyboard poderia ? \*

- Aumentar e promover as capacidades físico-motoras do seu/sua educando(a)
- Criar e aumentar os laços de amizade já existentes
- Ser uma opção saudável e segura para os horários livres
- Ser uma actividade que nada acrescentaria
- Outra:

22. Situação na profissão da pessoa que mais contribui para o rendimento do agregado familiar do(a) seu/sua educando(a) \*

- Desempregado(s)
- Estudante(s)
- Doméstica(s)

Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

- Trabalhador(es) por conta própria (sem empregados)
- Trabalhador(es) por conta própria (até 3 empregados)
- Trabalhador(es) por conta própria (com mais de 3 empregados)
- Trabalhador(es) por conta de outrem
- Outra:

23. Profissão da pessoa que mais contribui para o agregado familiar do seu/sua educando(a) \*

24. Habilitações Literárias da pessoa que mais contribui para o agregado familiar do seu/sua educando(a) \*

- Doutoramento
- Mestrado
- Licenciatura
- Bacharelado
- Secundário Completo (10º, 11º, 12º)
- 3º Ciclo completo (7º,8º,9º)
- 2º Ciclo completo (5º e 6º)
- 1º Ciclo completo (escola primária)
- Sei ler, mas não frequentei a escola
- Outra:

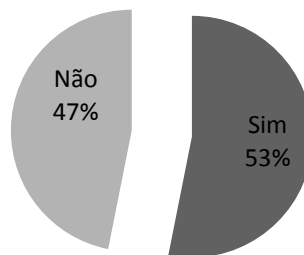


Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

## ANEXO VII

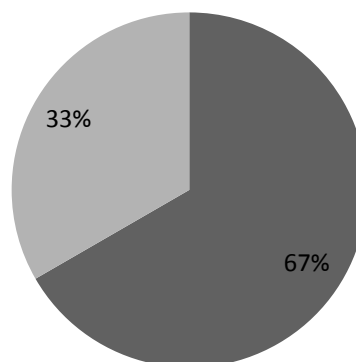
### GRÁFICOS DE APURAMENTO DOS RESULTADOS

**Gráfico 1 - Quantidade de alunos que já praticaram surf ou bodyboard**

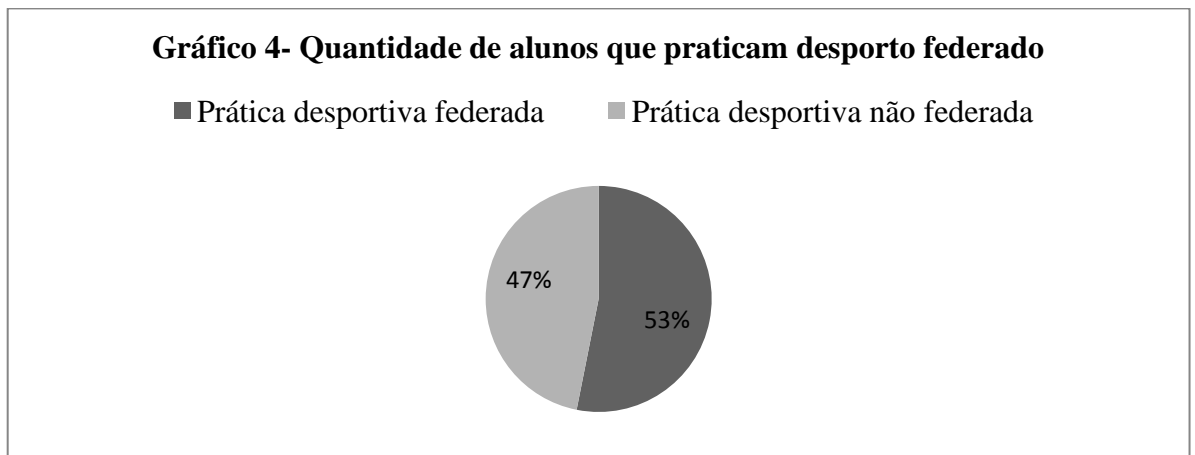
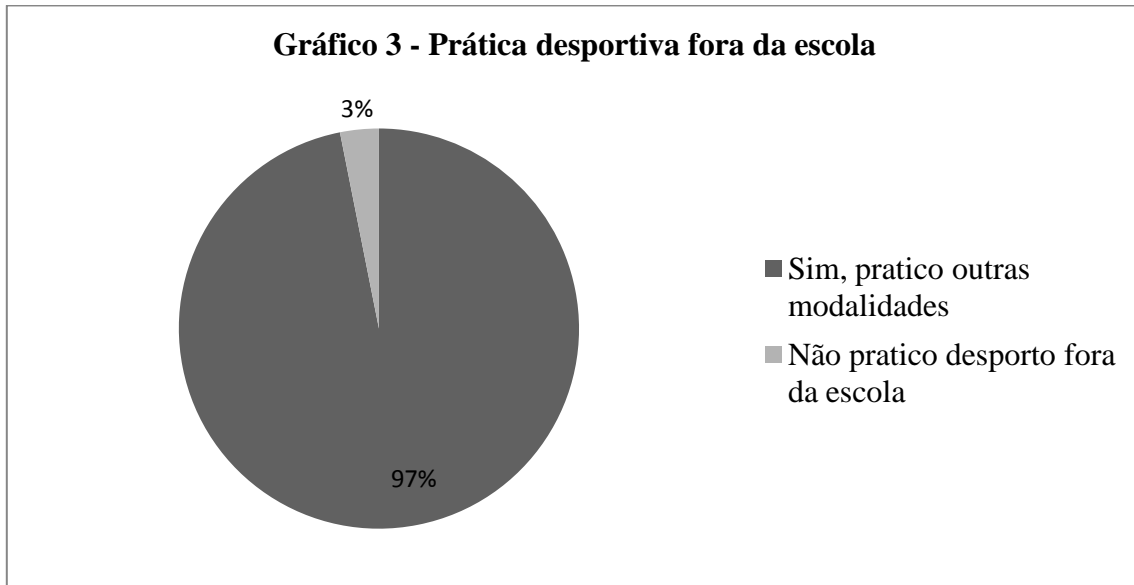


**Gráfico 2 - Alunos que nunca praticaram surf ou bodyboard**

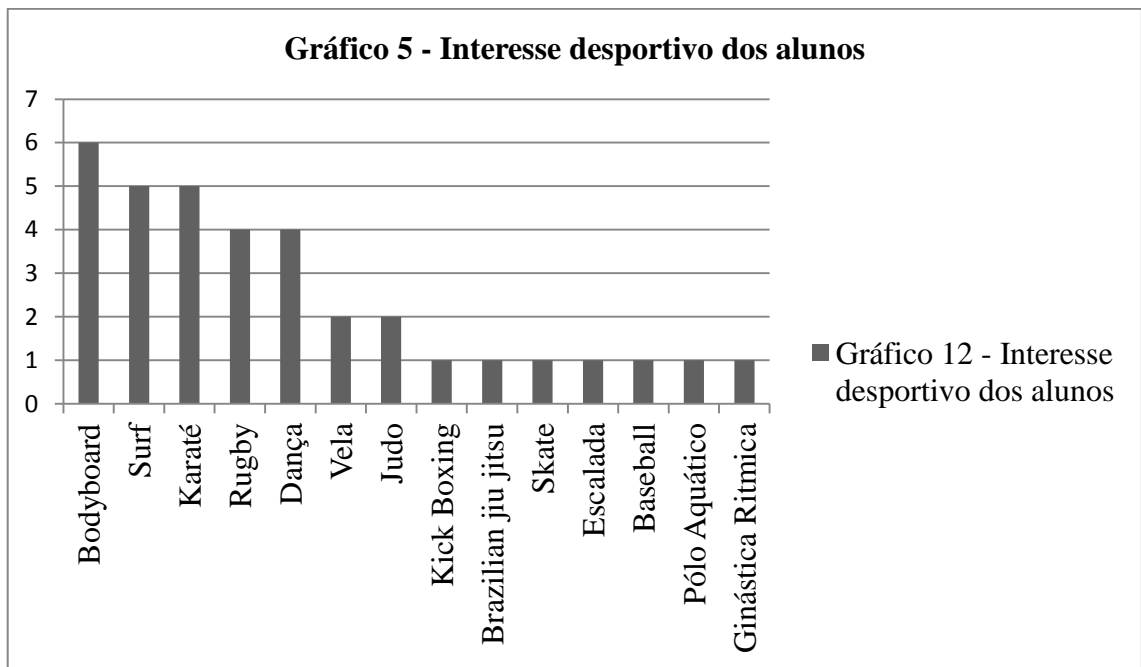
■ Sim, tenho interesse em praticar um dia ■ Não, a modalidade não me atrai



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

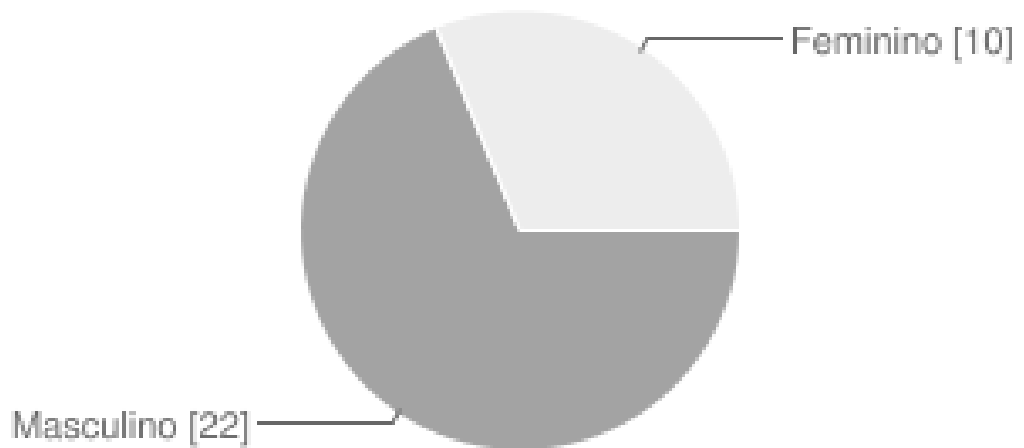


Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho



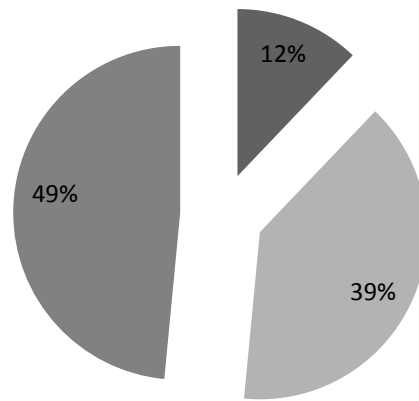
### Caracterização da Amostra

Gráfico 6



**Gráfico 7 - Idade dos jovens inquiridos**

■ 10 anos ■ 11 anos ■ 12 anos



**Gráfico 8 - Idade dos encarregados de educação**

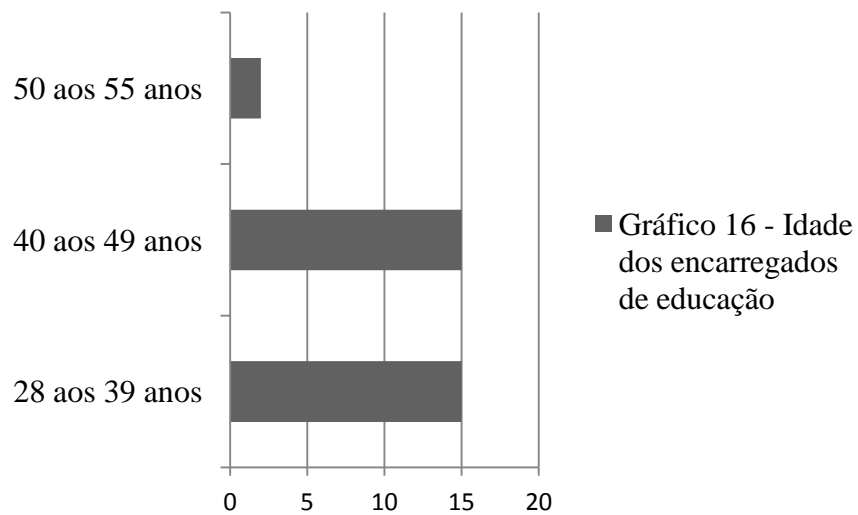
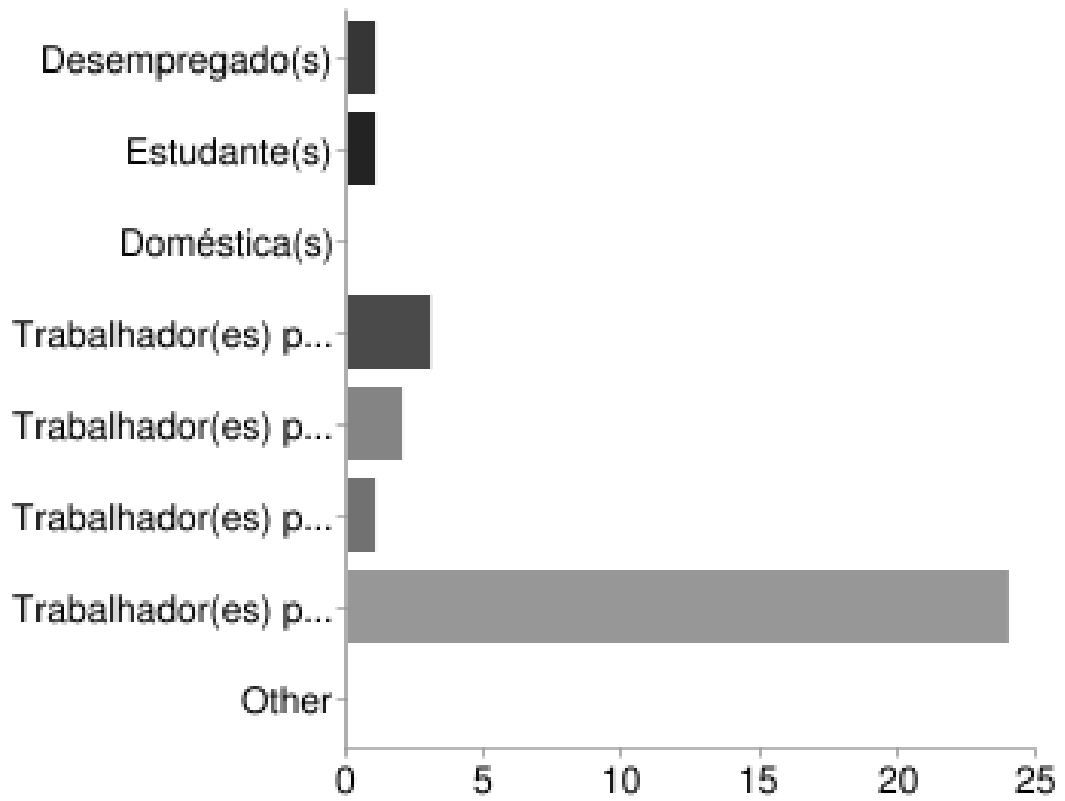
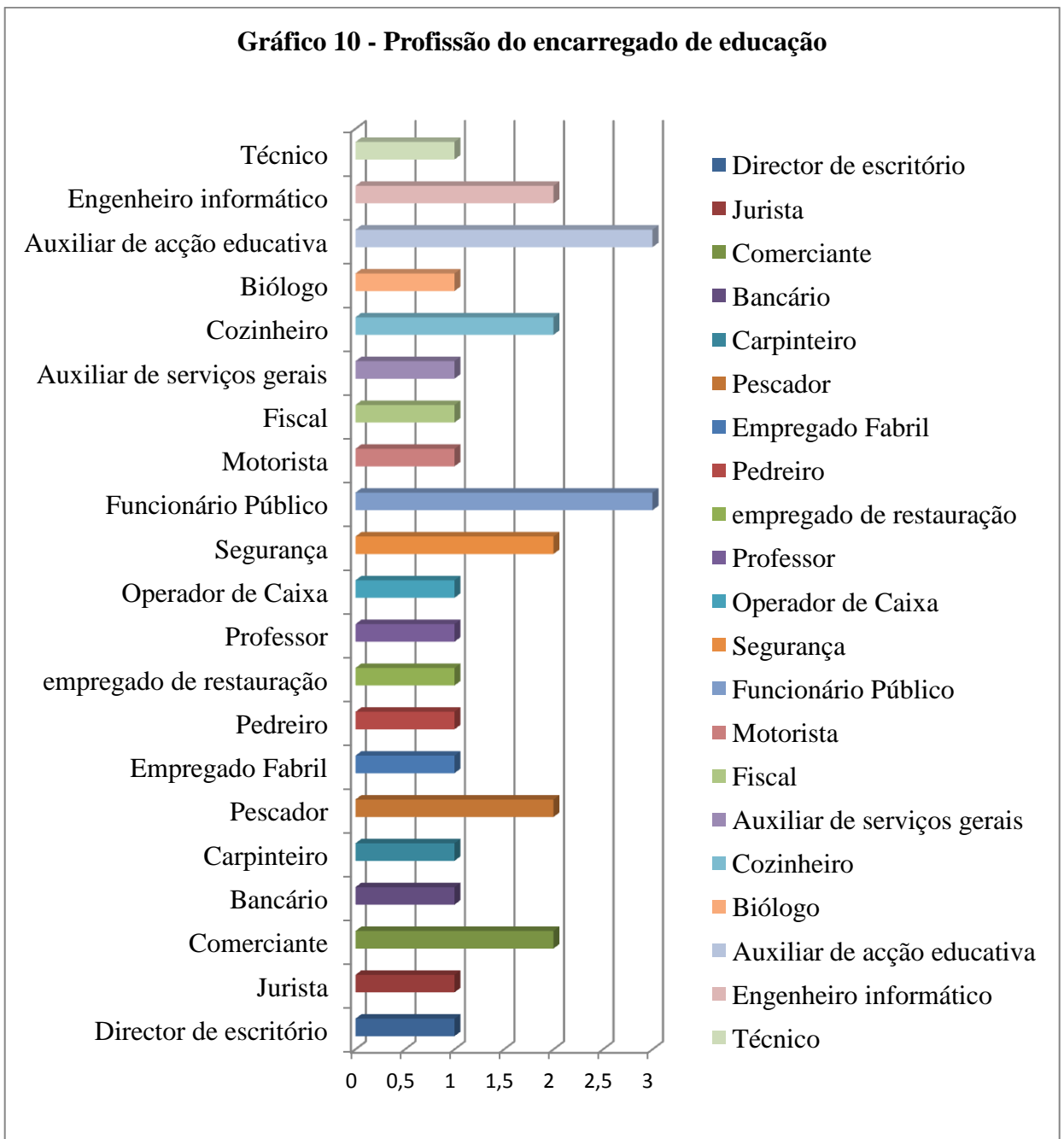


Gráfico 9



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

**Gráfico 10 - Profissão do encarregado de educação**



Estudo de viabilização da implementação do bodyboard como actividade extra curricular no Ext. Dom Fuas Roupinho

Gráfico 11

