

# **A participação dos alunos nas aulas de Educação Física e nas sessões de Actividade Física e Desportiva no 1.º Ciclo do Ensino Básico**

**Ana Moreira, Cristiana Faria, Sandra Silva, Sara Costa <sup>1</sup> e Rui Neves <sup>2</sup>**

## **Resumo**

A participação dos alunos nas aulas de Educação Física (EF) e nas Actividades Físicas e Desportivas (AFD) no 1.º Ciclo do Ensino Básico tem vindo a ser um tema objecto de estudo e investigação por autores desta área. Partindo da problemática - *Será que os alunos participam de igual forma nas aulas de EF e nas sessões de AFD?* – estabelecemos como objectivos do nosso estudo: i) conhecer as expectativas e percepções dos alunos face às aulas EF e às sessões de AFD; ii) identificar os níveis de participação dos alunos nas aulas de EF e nas sessões de AFD; iii) caracterizar as formas de participação dos alunos ao longo das aulas de EF e nas sessões de AFD; iv) promover nos alunos a reflexão sobre a sua participação nas aulas de EF e nas sessões de AFD e v) compreender se as sessões de AFD substituem as aulas de EF.

O grupo de estudo era constituído por seis alunos de ambos os sexos. Foram observados ao longo de um mês em quatro aulas de EF e quatro sessões de AFD, com diferenciadas actividades dominantes. Para a recolha dos dados, a par dos instrumentos audiovisuais recorreu-se a um instrumento de observação já validado (Sarmiento et al. 1993), constituído por onze categorias de análise das actividades dominantes (AM – Actividade Motora, D – Demonstração, Aj – Ajuda, M – Manipulação do Material, DI – Deslocamentos, Ai – Atenção à Informação, E – Espera, Cft – Comportamento Fora da Tarefa, Iv – Interacções Verbais, Af – Afectividade, Oc – Outros Comportamentos).

No final de cada aula de EF e sessão de AFD, os alunos realizaram registos pessoais reflexivos sobre as suas prestações e do que se propunham fazer numa próxima aula ou sessão, construindo desta forma um diário pessoal. Aplicou-se ainda um inquérito a todos os alunos, com o objectivo de recolher informação acerca das expectativas e percepções dos alunos perante esta área do currículo. O estudo evidenciou que os alunos participaram mais nas aulas de EF do que nas sessões de AFD e que a sua participação foi maior nas aulas com actividade dominante centrada no bloco programático Actividades Rítmicas e Expressivas e participando menos nos blocos Jogos e Ginástica.

---

<sup>1</sup> Licenciatura em Ensino Básico – 1º Ciclo (2008/2009) – Departamento de Didáctica e Tecnologia Educativa - Universidade de Aveiro

<sup>2</sup> Professor Auxiliar no Departamento de Didáctica e Tecnologia Educativa - Universidade de Aveiro

**Palavras-Chave:** Participação; Aulas de Educação Física; Sessões de Actividade Física e Desportiva; Factores Motivacionais; Professor; Aluno.

### **The Abstract**

The participation of students in the Physical Education (PE) lessons and Sport and Physical Activities (SPA) sessions in the 1<sup>st</sup> cycle of basic education has been a topic increasingly discussed and reflected by authors in this area. On the question - Do the students participate equally in the PE lessons and in the SPA sessions? - were established for purposes of this study research: to know the expectations and perceptions of students regarding the PE class and the SPA sessions; identifying the level of participation of students in this classes and sessions; characterize the forms of participation of students during the PE lessons and SPA sessions; promoting student's reflection about their participation in the PE lessons and SPA sessions; and understand if the SPA sessions replace the PE lessons.

The study group was constituted by six students of both sexes. They were observed over a month in four classes of PE and four sessions of SPA, with different activities dominant.

For data collection, along with audiovisual tools was used an observation instrument already validated by Sarmiento, et al (1993), constituted by eleven categories of analysis activities dominant (AM - motor activity; D - demonstration; Aj - help; M - the material handling; DL - displacements; Ai - attention to the information; E - Wait; Cft - behavior outside task; Iv - verbal interactions; Af - affection; Oc - other behaviors).

At the end of each PE lessons and SPA sessions, all students achieved personal records reflective about their participation and what they proposed to do in the next class or session, thus they built a personal diary.

It was also applied a questionnaire to all students, in order to gather information about the expectations and perceptions of students in this area of the curriculum.

This study showed that students participated more in the PE lessons than in the SPA sessions and that students participate more in classes where the programming block is rhythmic and expressive activities, and participate less in blocks Games and Gymnastics.

**Keywords:** Participation; Physical Education lessons; Sport and Physical Activities sessions, motivational factors, Teacher, Student.

### **Introdução**

A aprendizagem é considerada um processo dinâmico e deliberado. A importância de conhecer o *como* motivar a participação das crianças é um tópico central para que o processo ensino-aprendizagem seja efectivo.

No que se refere ao desenvolvimento intelectual e à relação do sujeito com o saber, a participação exerce um papel fundamental e insubstituível, visto que, é pela educação (um movimento, um processo longo, complexo e inacabado) que o sujeito se constrói e é construído pelos outros (Charlot, 1996) ou seja, a educação é uma produção de si por si mesmo, mas essa autoprodução só é possível pela mediação do outro e com ajuda, só é possível pela participação do outro e com o outro, o que significa que podemos educar-nos numa troca com os outros e com o mundo.

A ausência de desenvolvimento da EF no 1.º CEB pode implicar deficiências importantes ao nível da aptidão dos alunos, pois, o movimento para a criança é a sua realidade imediata e espontânea, é o movimento que permite à criança encontrar um conjunto de relações necessárias ao seu desenvolvimento.

Segundo Matos (1991), o desenvolvimento motor atinge estádios qualitativos que precedem o desenvolvimento cognitivo e social e são um dos seus requisitos. Assim a EF no 1.º CEB deverá ser uma actividade sistemática, com carácter educativo, integrada com as outras áreas de aprendizagem e organizada de forma a concretizar uma grande variedade de objectivos pedagógicos.

Como tal, é possível identificar diversos factores intrínsecos e extrínsecos ao aluno que influenciam a maior ou menor participação dos mesmos nas aulas de EF, que se apresentam seguidamente e passaremos a explorar e a desenvolver, sendo eles: a motivação, o género, a idade, a cultura, a família, as atitudes, vivências e experiências positivas e negativas do aluno fase à EF, bem como os valores, crenças, esperança e optimismo sobre a mesma, o professor, o feedback, o papel das ajudas e o tempo de empenhamento motor.

- **Motivação:** Uma criança motivada a realizar certa actividade poderá ter mudanças na compreensão da aprendizagem e do seu desempenho nas habilidades motoras (Magill, 2000). O clima motivacional também é importante para a participação dos alunos nas aulas de EF, na medida em que influencia as orientações e o nível de motivação destes.
- **Aluno:**
  - A **família** é, nos primeiros anos de vida das crianças, o seu primeiro e principal grupo de referência. Daí o seu importante papel no processo de desenvolvimento e socialização das crianças e dos jovens. A família e os seus membros não só servem de modelo de comportamento, como também são os que marcam os padrões de relação e configuram a primeira visão do mundo para a criança.
  - **Valores pessoais e crenças sobre a EF** - Existem factores que explicam a variedade na participação entre os alunos em EF, são eles os valores pessoais e crenças e a esperança na aprendizagem. A participação dos alunos é

influenciada pelas suas ideias, valores e crenças sobre o programa de EF. Assim, as crianças devem estar bem esclarecidas sobre o propósito da mesma.

- O **Género** – Para autores como Talbot (1999), a Educação Física e o Desporto na Escola devem promover uma variedade de experiências de movimento para rapazes e raparigas, contrariando estereótipos de género associados à prática de actividades físicas e desportivas, e permitir que todas as raparigas que frequentam a escola adquiram os conhecimentos e as habilidades básicas para participarem num desporto, dança ou outra actividade” (citado por Silva e Carvalho, 2001).

- O **Professor** de EF deve estar consciencializado do seu papel de motivador e que as teorias da motivação devem fazer parte da sua filosofia de ensino. Assim este deverá criar um bom clima na sala de aula, utilizando feedback, reforços positivos e tendo em conta o tempo de empenhamento motor que as crianças devem ter. Sendo o professor, um intermediário deste processo de ensino-aprendizagem, urge estar consciente da busca por conteúdos diversificados, para que consiga atender aos interesses contidos nas turmas, Desta forma o professor estará a estimular a vontade e motivação pela participação nas actividades desenvolvidas nas aulas.
- **O tempo de empenhamento motor** - Trata-se do tempo efectivamente passado em actividade motora pelo aluno durante a sessão de EF. O empenhamento motor do aluno é crucial para as suas aprendizagens e para alcançar os efeitos desejados nas aulas de EF. Uma criança motivada a realizar certa actividade poderá ter mudanças na compreensão da aprendizagem e do seu desempenho nas habilidades motoras.

## **Metodologia**

Numa primeira fase começámos por definir a temática a abordar a partir da formulação de uma pergunta-guia: “*Como é que os alunos participam nas aulas de EF e nas sessões de AFD?*”. Assim, depois de refinada a pergunta procedemos à recolha de bibliografia que viria a servir de suporte teórico.

## **Amostra**

O estudo teve lugar na escola do 1.º CEB de Vera-Cruz - Aveiro, contando com a participação de 6 alunos, do 3.º ano de escolaridade, com idades compreendidas entre os 8 e os 9 anos. Os alunos integrantes da amostra foram escolhidos segundo os seguintes critérios: o mesmo número de alunos do sexo feminino e masculino e o de frequentar as AFD realizadas no âmbito das Actividades de Enriquecimento Curricular.

## **Recolha de Dados**

Para a recolha dos dados recorreremos à técnica de observação directa e gravações audiovisuais, o que nos permitiu, uma análise do desenvolvimento das aulas e sessões. Estas observações foram realizadas em quatro sessões de AFD e quatro aulas de EF no decorrer do mês de Março, sendo que as actividades dominantes desenvolvidas nas mesmas foram semelhantes.

De notar que as aulas de EF eram leccionadas e planificadas pelo grupo de trabalho que durante esse período, se encontrava em estágio na escola e na turma em questão. Neste sentido, para que este dado não influenciasse os resultados finais, as actividades foram planificadas conjuntamente com o professor das AFD, permitindo que todos tivessem conhecimento antecipado dos objectivos, conteúdos e actividades a desenvolver. Assim, desenvolvemos actividades dos diferentes blocos programáticos, como: Jogos, Ginástica e Actividades Rítmicas e Expressivas. Esta foi uma variável que tentámos analisar, de forma a verificar até que ponto se confirmavam os dados da pesquisa bibliográfica. Utilizámos ainda, como auxílio às nossas observações, um instrumento de observação, validado por Pedro Sarmento, et al. (1993), que contempla as categorias de análise de participação definidos para cada aula e sessão, sendo estas: *Actividade Motora; Demonstração; Ajuda; Manipulação de material; Deslocamentos; Atenção à informação; Espera; Comportamento fora da tarefa; Interação verbal; Afectividade; Outros comportamentos.*

Como forma de aprofundar e reforçar o nosso estudo aplicámos inquéritos, à amostra estudada, com o objectivo de recolher informação acerca das opiniões, expectativas e percepções dos alunos perante estas duas áreas.

Distribuímos, ainda, no final de cada aula e sessão, um diário pessoal, não só pelos alunos da nossa amostra, mas por todos os alunos, que participavam nestas aulas e sessões e que espelha as suas concepções, relativamente às suas prestações e que nos permite compará-las com os dados recolhidos aquando as nossas observações de forma a dar-lhes voz e auto-implicação no processo.

## **Análise dos Dados**

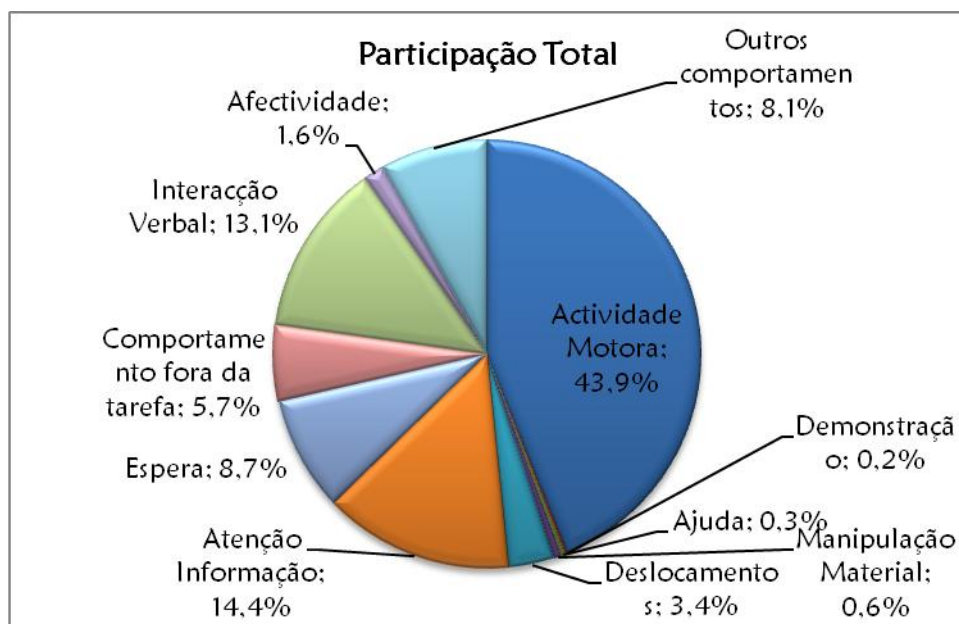
1. Analisámos os dados recolhidos durante as observações, recorrendo para tal ao programa SPSS, de forma a obtermos a frequência das categorias comportamentais manifestadas pelos alunos, tanto nas aulas de EF, como nas sessões de AFD;

2. Tratámos os dados obtidos relativamente aos questionários, diário do aluno, bem como aos dados obtidos em SPSS, através do programa EXCEL;
3. Analisámos todos os dados, rentabilizando a sua organização em tabelas e gráficos (de barras e circulares);
4. Utilizámos as informações recolhidas do “Diário do aluno” e analisadas ao nível do seu conteúdo, para fundamentar e salientar algumas das informações e conclusões sobre os comportamentos adoptados e verificados aquando da prática das diferentes actividades;
5. Finalmente, analisámos a globalidade dos dados recolhidos de diferentes campos cruzando-os no sentido de respondermos aos objectivos deste estudo.

## Apresentação e Discussão dos Resultados

### A Participação dos alunos – resultados globais

O gráfico 1 representa o total de frequências dos comportamentos registados nas categorias consideradas, no período de tempo de observação levada a cabo durante as quatro semanas de observações para os dois tipos de actividades – aulas de EF e sessões de AFD.



**Gráfico 1-** Participação total dos alunos nas quatro semanas de observação nas aulas de EF e nas sessões de AFD.

A partir da análise de resultados é notório que a categoria que emerge como mais representativa foi a Actividade Motora (43.9%). Esta é, sem dúvida, a categoria que melhor

demonstra a grande participação dos alunos, uma vez que é em Actividade Motora que os alunos participam nas actividades de treino e de aprendizagem respondendo aos objectivos de aula e desenvolvendo as competências que se pretendem alcançadas.

Depois desta categoria as que revelam valores de frequência mais elevados são: Atenção à Informação (14.4%), Interações Verbais (13.1%) e Espera (8.7%). Os comportamentos observados para estas categorias são aqueles que não permitem aos alunos estarem a participar activamente nas aulas, pelo que o nível da sua participação diminui quando aumentam a frequência destes.

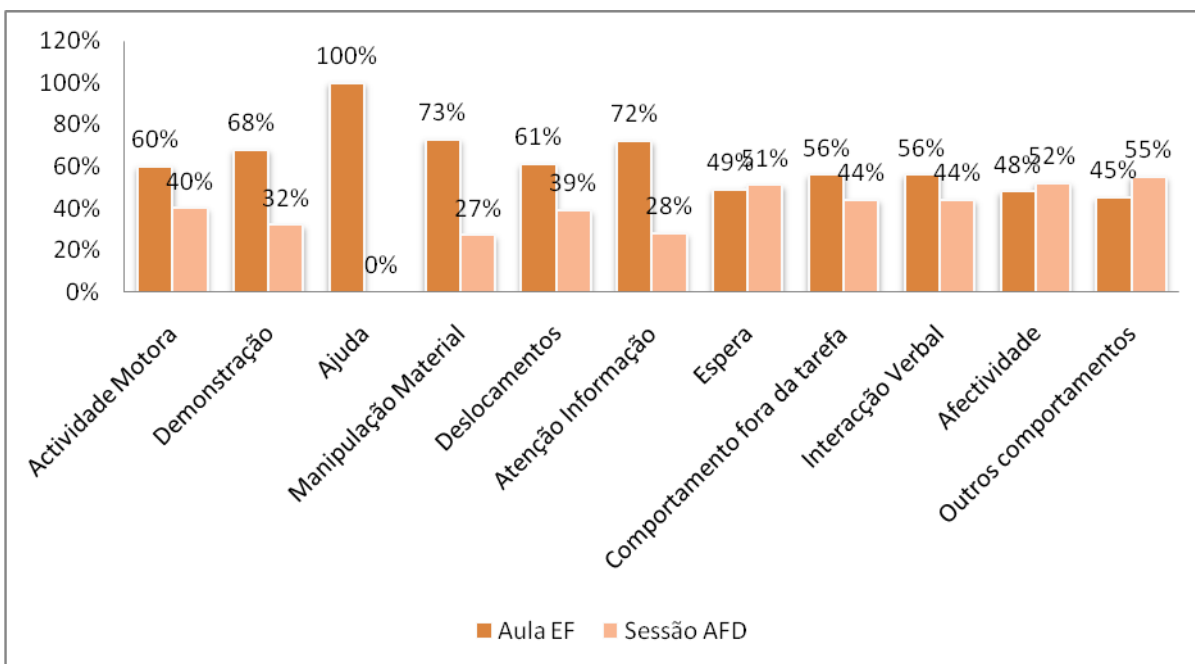
Aprontamos que os dados referidos anteriormente poderão estar relacionados com o facto da frequência dos comportamentos para as categorias Manipulação (0.6%), Ajuda (0.3%) e Demonstração (0.2%) ser tão reduzida. Como é possível observar-se a presença destas categorias são praticamente nulas o que contrasta com as elevadas percentagens determinadas para as categorias analisadas anteriormente.

Outras das categorias cujos comportamentos não foram observados com muita frequência foram a afectividade e os deslocamentos.

Relativamente aos deslocamentos acreditamos que este dados remetem a favor de uma participação activa por parte dos alunos, já que quanto menos tempo estes demorarem a retomar o seu lugar depois de um exercício, ou a dirigir-se para junto do professor para receber uma informação, ou mesmo a tomar a posição para iniciar uma actividade mais tempo poderão disponibilizar para a actividade motora.

### **A participação dos alunos - nas aulas de EF e nas sessões de AFD**

Os resultados sintetizados no gráfico 2 representam o somatório da frequência de todos os comportamentos registados nas aulas de EF e nas sessões de AFD.



**Gráfico 2** – Comparação das frequências das categorias entre as aulas de EF e as sessões de AFD.

Podemos verificar que a participação dos alunos é maior nas aulas de EF comparativamente com as sessões de AFD. Tal constatação, verifica-se pelos valores percentuais que o sinalizados no gráfico 2, sendo que é a categoria Actividade Motora que nos confirma que os alunos participam mais nas aulas de EF (60%) do que nas sessões de AFD (40%), uma vez que é esta categoria que corporiza o comportamento em que os alunos estão a participar nas actividades respondendo aos objectivos da aula.

Outros dados evidenciados nos resultados que também explicam a participação dos alunos nas aulas de EF são as percentagens das categorias Demonstração (68%), Ajuda (100%), Manipulação de Material (73%) e Atenção à Informação (72%). Todas estas categorias se reportam para comportamentos participantes, uma vez que os alunos estão activos e envolvidos, directa ou indirectamente, na aula e na realização das tarefas.

Relativamente à categoria Ajudas, esta apresenta valor expressivo, uma vez que só houve registo das mesmas nas aulas de EF. Este facto pode estar relacionado com o maior ou menor empenho, participação e motivação dos alunos na aula e na realização das actividades.

No que concerne às restantes categorias que nos dão os comportamentos menos participantes, verificamos que os valores percentuais não parecem variar muito. Por este motivo, e mesmo que por vezes os estes valores sejam mais elevados para as aulas de EF, estes não influenciam os dados da participação dos alunos discutidos anteriormente.



## A participação dos alunos - em função das actividades dominantes

O gráfico 3 representa a participação dos alunos nas diferentes actividades através dos blocos programáticos nas aulas de EF e nas sessões de AFD,

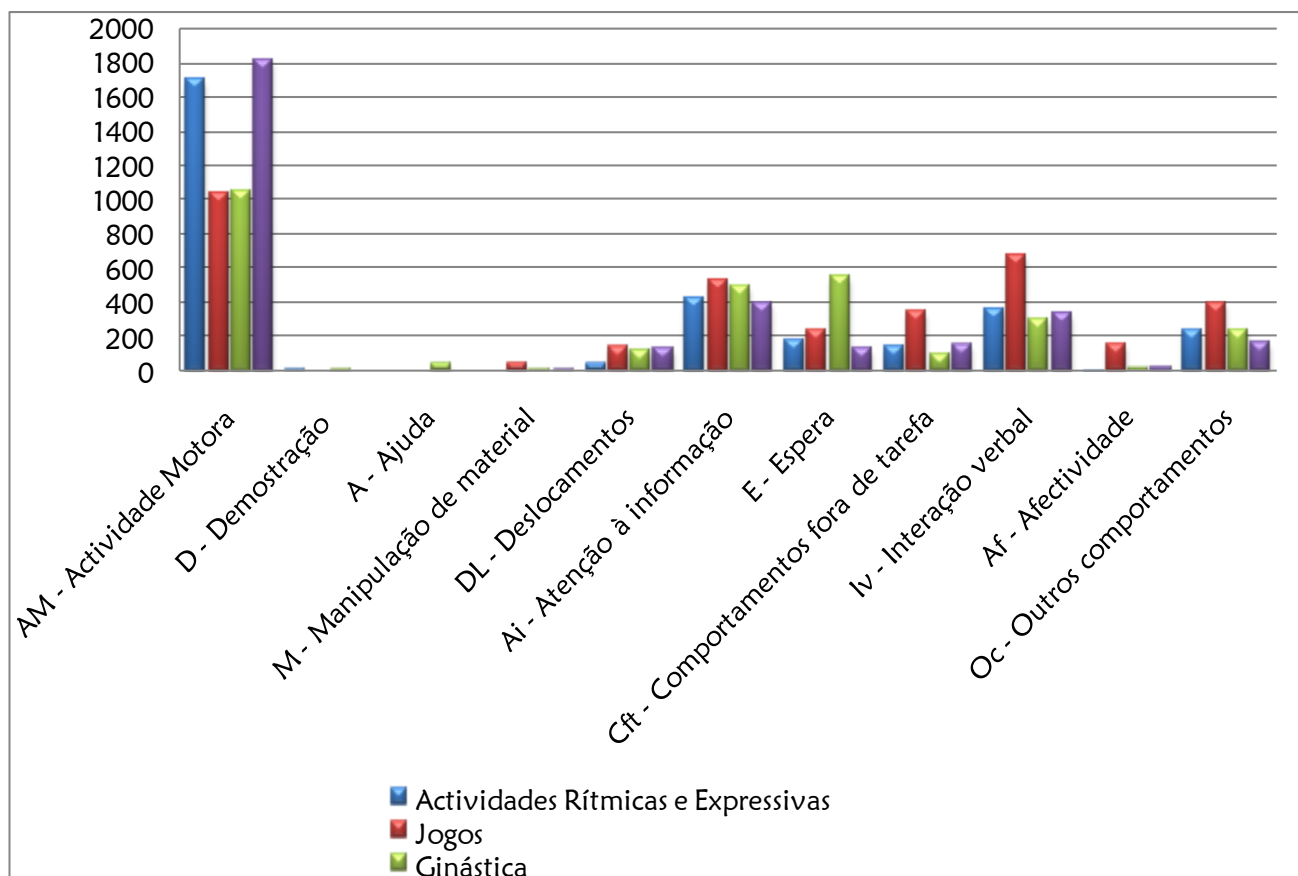


Gráfico 3 – Participação dos alunos – em função das actividades dominantes.

Uma análise mais pormenorizada destes resultados parece permitir-nos afirmar que a participação dos alunos é mais óbvia nas aulas em que se trabalha o bloco programático Actividades Rítmicas e Expressivas, uma vez que neste bloco a frequência do comportamento da categoria Actividade Motora é mais expressiva. Como podemos verificar, os blocos em que os alunos menos participaram foram o bloco Jogos e Ginástica. Este dado comprova-se, também, pela frequência do comportamento da categoria Actividade Motora, que é menor nestes dois blocos, comparando com o bloco em que a frequência é maior, que é Actividades Rítmicas e Expressivas.

No entanto, existem outros dados que podemos salientar que evidenciam a frequência de comportamentos não participantes dos alunos. Por exemplo, nas aulas dos blocos Jogos, a frequência das categorias dos comportamentos, Interação Verbal, Comportamentos Fora de Tarefa e Outros Comportamentos é maior do que nas restantes aulas, cujos blocos programáticos eram diferentes. Neste sentido, como a frequência dos comportamentos não

participantes é elevada, conseqüentemente também a participação dos alunos neste bloco programático diminui. Este dado é contraditório quando confrontado com as opiniões e expectativas dos alunos da nossa amostra. A maioria destes alunos, referiram que as actividades que mais gostavam de fazer eram do bloco Jogos (*“Gosto mais de jogar ao piolho e ao futebol sem bola”*; *“Gosto de jogar futebol sem bola e jogar ao piolho”*; *“Gosto de jogar jogos”*; *“Gosto de jogar à apanhada”*), verificando-se desta forma que as opiniões gerais dos alunos não vão ao encontro dos resultados finais. No entanto, também na nossa pequena amostra houve um aluno que referiu gostar muito de *“dançar ao som da música”*, o que nos remete para a nossa grande conclusão, de que os alunos também gostam muito das aulas do bloco Actividades Rítmicas e Expressivas, levando-nos assim para a justificação da frequência da categoria do comportamento Actividade Motora.

Também, podemos ainda destacar o facto de não haver registo dos comportamentos das categorias Ajuda e Demonstração nas aulas em que se trabalhou os blocos Jogos e Actividades Rítmicas e Expressivas e Jogos. Este facto, pode estar relacionado com o modo com os professores orientam as suas aulas, e também com o facto de o professor não dar grande importância ao contributo dos alunos na demonstração das actividades, mas sim à explicação das mesmas, sendo que assim, se justifica a grande frequência da categoria Atenção à Informação em todas as aulas dos diferentes blocos programáticos.

### **Considerações Finais**

Com o desenvolvimento deste trabalho, verificou-se que, relativamente à participação global dos alunos nestas aulas, existiam registos que se encontravam muito díspares em relação a outros, como é o caso das categorias Atenção à Informação e Espera, que atingiram frequências bastante elevadas em relação às Manipulação do Material, Ajuda e Demonstração, para os quais quase não foram registadas ocorrências. Acreditámos, por isto, que estas oscilações estão relacionadas com o facto dos professores raramente pedirem aos alunos para procederem a uma demonstração da actividade, aquando da sua explicação, ou à manipulação do material aquando a organização do espaço, sendo que pudemos constatar que quase sempre optaram por explicar ou demonstrar eles mesmos os exercícios.

Concluimos, portanto, que a forma organizativa da aula e as opções tomadas pelos professores influenciam de forma acentuada a natureza da participação dos alunos nas diferentes actividades desenvolvidas nesta área do currículo no 1º CEB.

Apesar da sua importância no contexto do processo ensino-aprendizagem, a Atenção à Informação é fundamental, atingindo valores de frequência mais elevados do que os que seriam desejáveis, já que era preferível a rentabilização do tempo de aula em tempo de empenhamento motor. Este, para além de se constituir como um factor motivacional, apresenta elevada

importância, já que, como é referido por diversos autores, verificámos que este é crucial para as aprendizagens dos alunos, pois constitui-se como um mediador da aprendizagem, através do qual as informações transmitidas pelo professor são experimentadas pelos alunos.

Relativamente à categoria Espera que assume valores elevados e que não contribui para a participação activa dos alunos, consideramos que estes valores seriam menores se o professor solicitasse mais vezes a intervenção dos alunos ao nível da demonstração da actividade, da responsabilização de tarefas, como a recolha, colocação e disposição do material aquando a organização do espaço de aula e das ajudas.

No que concerne às ajudas, sabemos que esta tem um papel fundamental, já que garantem um suporte físico na realização das diferentes actividades, prevenindo a ocorrência de acidentes e conferindo uma maior confiança aos alunos no decorrer das mesmas. Isto aumenta a colaboração e entreajuda dos alunos, bem como o grau de motivação e conseqüentemente a maior participação dos mesmos.

Desta forma, acreditamos que se os professores tivessem solicitado mais os alunos, incentivando-os a ajudar-se mutuamente a frequência dos comportamentos implícitos à categoria Actividade Motora teria aumentado, elevando, conseqüentemente, a participação dos alunos da turma e conseqüentemente potenciando os seus níveis de aprendizagem na área.

Outra das categorias que não apresentou ocorrências de comportamentos muito frequentes foi a Afectividade. Contudo, esta frequência aumentou significativamente nas aulas cujo bloco programático foi Jogos e onde a natureza das actividades pressupunham o trabalho de grupo e cooperativo. Este dado veio provar mais uma vez que o trabalho cooperativo é vantajoso, uma vez que estimula a participação dos alunos e os envolve num clima de união, interacção e partilha, espelhando nos seus rostos o prazer e a satisfação pelas actividades que decorriam. Sobre esta categoria e generalizando os dados obtidos, esta, apesar de não oscilar muito, era quase sempre mais frequente nas sessões de AFD. Acreditámos que esta ocorrência pode prender-se pelo facto de os alunos já estarem mais familiarizados com o professor das AFD, já que este os acompanha desde o início do ano lectivo, enquanto, as professoras das aulas de EF, estavam a proceder às primeiras intervenções junto destes alunos.

Podemos considerar que a participação dos alunos varia consoante o bloco programático e, contrariamente às nossas expectativas e às expectativas dos alunos, o bloco que registou maior frequência dos comportamentos participantes foi o bloco programático de Actividades Rítmicas e Expressivas, sendo que os blocos onde houve menor participação foram Jogos e Ginástica. No bloco programático Jogos, a menor participação surpreendeu-nos, uma vez que os alunos possuíam expectativas elevadas no que respeita ao mesmo e as actividades que afirmavam gostar mais de fazer eram referentes a este mesmo bloco.

Quanto à Ginástica, consideramos que o modelo organizativo de ambas as aulas influenciou estes dados. Isto porque os professores optaram por um modelo em percurso que os

alunos tinham de percorrer para cumprir as diferentes actividades. Este modelo não permitiu aos alunos uma rentabilização do tempo de empenhamento motor, uma vez que dado o grande número de alunos e o espaço ser muito limitado para as actividades desta índole, houve tempos de espera muito demorados.

Neste sentido, ponderamos que a forma organizativa que teria contribuído para uma participação mais activa destes alunos, nestas aulas, e diminuído os tempos de espera, seria o modelo em circuito, pois desta forma os alunos estariam divididos por diferentes grupos, a realizar as tarefas em tempos distintos. Assim, ter-se-ia diminuído o número de alunos por postos e rentabilizando os períodos de aprendizagem em cada um.

Respondendo a um dos nossos objectivos, podemos aferir, por tudo que foi mencionado anteriormente, que as aulas de EF não devem ser descoradas, nem substituídas pelas sessões de AFD.

As aulas de EF pressupõem objectivos e competências que estão consignadas na lei, constituindo-se matéria curricular obrigatória, que não encontramos no plano das AFD. Estas sessões de AFD são de carácter facultativo, pelo que nem todos os alunos podem usufruir das mesmas. Sendo papel primordial da escola conceber a todos os alunos as mesmas oportunidades de aprendizagem, o professor da turma não deve nunca confundir ou dispensar as suas aulas de EF em função das sessões de AFD.

## **Bibliografia**

- BORDENAVE, Juan; E. DIAZ. (1994) *O que é participação*. São Paulo: Brasilence.
- BORUCHOVITCH, Evely; BZUNECK, Aloyseo (org.) *A motivação do aluno: contribuições da psicologia contemporânea*. Petrópolis: Vozes.
- CHARLOT, B. (1996) *Da relação com o Saber e com a escola entre estudantes de periferia*. Cadernos de Pesquisa: São Paulo.
- MAGILL, R. (2000) *Aprendizagem motora: conceitos e aplicações*. São Paulo: Blucher.
- SARMENTO, P. et al. (1993) *Pedagogia do Desporto: Instrumentos de observação sistemática da Educação Física e Desporto*. Departamento de Ciências do Desporto: Edições FMH.
- SIEDENTOP, D. (1991): *Developing teaching skills in physical education*. California. Mayfield Publishing Company.
- SILVA, P. et al. (2001) *Da penumbra à luminosidade: recordes dos últimos 100 anos da participação feminina desportiva portuguesa*.
- TALBOT, M. (1990) *Equal Opportunities and physical education. New directions in physical education*. Human Kinetics Books, London
- TALBOT, M. (2001) *Sem limites: com excepção dos limites impostos pelos outro?: o papel da educação no desenvolvimento do desporto para as mulheres*.
- XAVIER, Telmo Pagana. (1986) *Métodos de ensino em educação*. Buenos Aires: São Paulo: Manole, Disponível em: <[http://www.efdeportes.com/revista\\_digital](http://www.efdeportes.com/revista_digital)>.