

# Alunos do 1º e 2º Ciclo e o tempo dedicado às Atividades Escolares

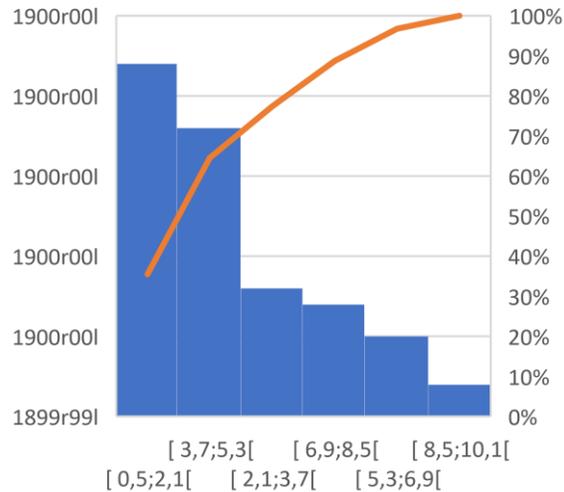
## Pode prejudicar o seu desenvolvimento?

### Introdução

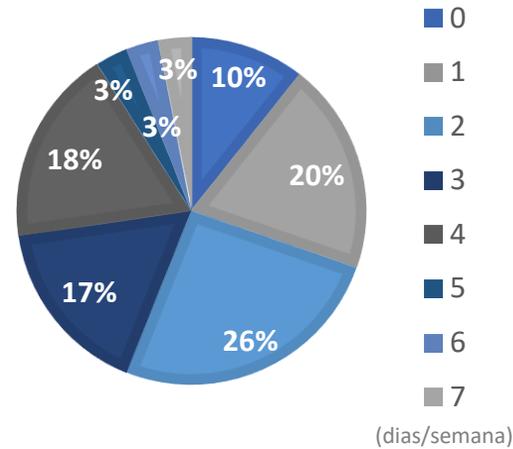
Neste cartaz, são apresentados os resultados de um questionário efetuado a 66 crianças entre os 9 e os 11 anos. O principal objetivo deste estudo é compreender se o tempo dedicado às Atividades escolares pode prejudicar o desenvolvimento das crianças.



### Horas de AECS, durante a semana



### PRÁTICA DESPORTIVA SEMANAL



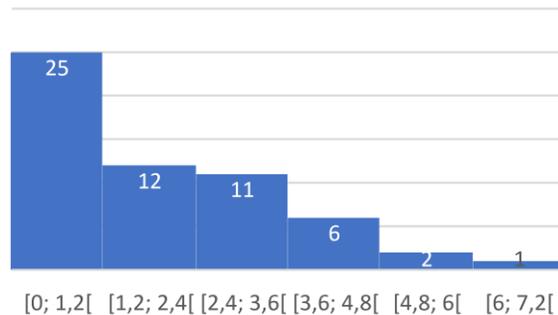
### Metodologia

Para este trabalho foi utilizado o questionário como instrumento de recolha de dados. Esse questionário foi realizado em papel, para os alunos do 4º, 5º e 6º ano da escola Cooperativa a Torre (66 alunos).

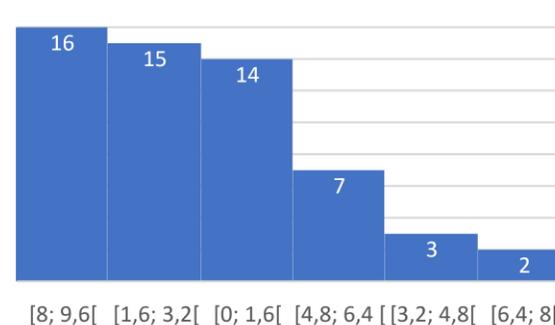
É composto por 15 questões (3 questões referentes à caracterização dos alunos e 12 questões relativas ao problema em estudo). A partir das 15 questões, o grupo realizou várias análises, que resumimos de forma a destacar as informações mais relevantes.

O grupo escolheu este tema pois, em conversa informal, surgiu o facto de familiares mais novos passarem muito tempo na escola e afirmarem o seu descontentamento quanto a isso.

### Horas dedicadas a atividades preferidas, pelos alunos, durante a semana



### Idem, sábado e domingo?



### Resultados

Através da análise dos dados recolhidos, foram seleccionados alguns dos gráficos obtidos para se apresentar uma resposta à questão problema.

É possível entender que os alunos fazem entre 0,5 horas (30 minutos) e 10 horas semanais de AECS. É necessário destacar os alunos que fazem mais de 6 horas de AECS por semana, uma vez que isto significa que, depois da escola, passam mais de 1 hora em atividades por dia.

Já no gráfico referente ao tempo passado pelas crianças na realização da sua atividade preferida, conclui-se que existem crianças que durante a semana apenas conseguem dedicar 30 minutos por dia às suas atividades preferidas. Algo que é de destacar pela negativa é que existem muitas respostas entre as 0 e as 1,2 horas (1 hora e 10 minutos). Já durante o fim-de-semana, existem alunos conseguem passar muito tempo a realizar as atividades que mais gostam e outros que não, por exemplo 16 alunos utilizam cerca de 8 a 9 horas e 14 alunos passam de 0 a 1,6 horas.

Quase a totalidade dos alunos questionados fazem desporto. O dia da semana em que mais alunos praticam qualquer tipo de desporto é à quarta-feira (32 respostas) e em seguida vem o sábado (31 respostas). O dia em que menos alunos fazem atividade física é no domingo (13 respostas). Relativamente ao facto de os alunos terem algum tipo de ansiedade ao irem para a escola, é possível afirmar que a maioria não apresenta qualquer tipo de ansiedade (42 alunos) e apenas 19 alunos afirmam que se sentem ansiosos.

### Conclusão

**1- Quais são as consequências negativas que os alunos sofrem por passar demasiado tempo a realizar atividades escolares?** Através do questionário pudemos assinalar várias consequências:

(i) Passarem demasiado tempo na escola, podendo-se sentir constrangidas, forçadas, talvez até “emprisionadas” num certo espaço. 25,8% das crianças responderam “sim” à questão “Sentes que passas tempo a mais na escola?” (ver P11); (ii) Sentirem-se impedidas de realizar outras atividades que sentem a vontade de praticar (ver P12); (iii) Sentir um desconforto recorrente ao vir para a escola, que devia ser um lugar onde se sentem primariamente bem. 30,6% das crianças respondeu “sim” à questão “Sentes algum tipo de ansiedade ou desconforto quando tens de vir para a escola?” (ver P13) **2 - Qual seria o tempo livre diário indicado para as crianças se desenvolverem de forma saudável?** As crianças que não sentem qualquer tipo de desconforto durante o tempo escolar, ou seja, que responderam “não” às P11 e P13, praticam uma média de 2h20min de atividades livres favoritas por dia, ao longo da semana. **3- Que diferentes atividades é que se podem propor às crianças para diminuir o tempo escolar em excesso?** As atividades que as crianças mais disseram que gostariam de praticar em vez de permanecer na escola são B – Passar mais tempo com os pais ou a família E – Propor atividades escolares menos exigentes que façam com que as crianças cheguem ao fim do dia menos cansadas.

*O tempo que os alunos de 1º ciclo hoje em dia têm de dedicar às atividades escolares pode prejudicar o seu desenvolvimento?* Podemos responder que sim, mas não significativamente – apenas 10% das crianças respondeu “sim” à P11+P13

Opinião do professor Carlos Neto é que as crianças de hoje em dia estão mais sedentárias que antes e isso prejudica-lhes o desenvolvimento a vários níveis.