

ÍNDICE GERAL

	Pág.
AGRADECIMENTOS -----	IV
RESUMO -----	V
ABSTRACT -----	VI
ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS -----	XI
LISTA DE ANEXOS -----	XIII
LISTA DE APÊNDICES -----	XIV
INTRODUÇÃO -----	3
CAPÍTULO I – REVISÃO DA LITERATURA -----	8
1.1 – Emoções -----	8
1.1.1 – Conceito de Emoção -----	8
1.1.2 – A classificação das Emoções -----	9
1.1.3 – A origem da Emoção -----	13
1.1.4 – Consequências da exposição prolongada a determinados tipos de emoções -	16
1.1.5 – A necessidade da Educação das Emoções -----	18
1.1.6 – Inteligência Emocional -----	21
1.1.6.1 – Evolução do conceito de Inteligência -----	21
1.1.6.2 – Competências Emocionais Básicas -----	26
1.1.6.3 – O contributo da Educação Física na Educação Emocional – A Educação Física	
Emocional -----	27
1.1.6.3.1 – O corpo como projector de emoções – A Educação Física como écran	
de Projecção -----	35
1.1.6.3.2 – Actividade Física – Emoções exteriorizadas e formas de actuação do	
professor de Educação Física Emocional -----	37
1.2– O Jogo -----	42
1.2.1 – Perspectiva histórica do Jogo -----	42
1.2.2 – Conceito de Jogo -----	45
1.2.3 – As teorias do Jogo -----	46

1.2.4 – As finalidades do Jogo -----	49
1.2.5 – As funções do Jogo -----	50
1.2.6 – Classificações do Jogo -----	52
1.3 – A Praxiologia Motriz-----	56
1.3.1 – Os benefícios dos Jogos e Desportos no agir humano-----	56
1.3.2 – As ciências do Desporto e a fragmentação do conhecimento-----	57
1.3.3 – A Praxiologia Motriz – Uma necessária orientação-----	58
1.3.3.1 – Acções Motoras: O que se pode ver e observar -----	60
1.3.3.2 – A Lógica Interna é o elemento fundamental-----	63
1.3.3.2.1 – Os critérios relevantes -----	64
1.3.3.2.2 – Principais características das categorias -----	66
1.3.3.3 – Influência da Lógica Interna nas condutas motoras -----	67
1.3.3.4 – A Lógica Externa -----	71
1.3.3.5 - A utilização da Praxiologia na Educação Física como linha orientadora da conduta motora-----	72
CAPÍTULO II – ESTRUTURA DO TRABALHO-----	76
2.1 - Definição de objectivos -----	76
2.1.1 – Objectivo Geral -----	76
2.1.2 – Objectivos Específicos -----	80
2.1.3 – Interesse e justificação dos objectivos especificos a atingir -----	80
2.2 – Metodologia-----	80
2.2.1 – Formulação de Questões -----	81
2.2.2 - Definição das Dimensões e Variáveis do estudo-----	81
A) – Variável Dependente -----	81
B) – Variáveis Independentes -----	81
B.1) – Correspondentes à Lógica Interna do Jogo -----	81
B.2) – Correspondentes à Lógica Externa do Jogo -----	81
2.2.3 – População do estudo-----	82
A) – Critérios de Selecção da Amostra -----	82
B) – Caracterização da Amostra -----	82
2.2.4 – Instrumento -----	90

2.2.4.1 – Descrição do Instrumento -----	90
A) - Questionário “Historial Desportivo” -----	90
B) - Grelha de Registo de Expressão Emocional – Situações fictícias de jogo -	91
2.2.4.2 – Tradução e Validação do Instrumento-----	91
2.2.5 – Procedimentos-----	92
2.2.5.1 – Procedimentos de Aplicação – Aplicação do Instrumento -----	92
2.2.5.2 – Procedimentos Estatísticos -----	94
CAPÍTULO III – APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS --	96
3.1 – Percepção da Expressão das Emoções para a generalidade da amostra -----	97
3.1.1 – Apresentação de resultados -----	97
3.1.2 – Discussão dos resultados -----	101
3.2 – Percepção da Expressão das Emoções nos vários momentos da amostra-----	102
3.2.1 – Apresentação de resultados -----	102
3.2.2 – Discussão de resultados-----	106
3.3 – Percepção da Expressão das Emoções tendo em conta o Género dos sujeitos da amostr -----	109
3.3.1 – Apresentação de resultados -----	109
3.3.2 – Discussão de resultados -----	116
3.4 – Percepção da Expressão das Emoções da amostra tendo em conta o Nível de Prátic Desportiva Habitual-----	118
3.4.1 – Apresentação de resultados-----	118
3.4.2 – Discussão de resultados-----	120
CAPÍTULO IV – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES-----	122
BIBLIOGRAFIA-----	127
ANEXOS-----	131
APÊNDICES -----	134

ÍNDICE DE GRÁFICOS E QUADROS

	Pág.
Quadro 1 – Emoções básicas (adaptado de Lazarus, 1991 e Bisquerra, 2000)-----	12
Quadro 2 – Competências Emocionais Básicas (adaptado de Bisquerra, 2003)-----	26
Quadro3 - Categorias das Situações Motoras segundo Parlebas (1981)-----	66
Quadro 4 – Caracterização da amostra por idades -----	83
Quadro 5 – Distribuição da amostra por idades -----	83
Quadro 6 – Distribuição da amostra por género-----	84
Quadro 7 – Distribuição da amostra em função do nível desportivo -----	84
Quadro 8 – Distribuição da amostra pela prática desportiva habitual predominante----	85
Quadro 9 – Distribuição da Prática Desportiva Habitual por Género -----	86
Quadro 10 – Distribuição da Prática Desportiva Habitual por Nível Desportivo-----	88
Quadro 11: Média da Expressão das Emoções dos vários tipos de Emoção-----	96
Quadro 12 – Expressão das Emoções Positivas nos Jogos Fictícios do Domínio Sociomotor de Oposição-----	97
Quadro 13 – Expressão das Emoções Negativas nos Jogos Fictícios do Domínio Sociomotor de Oposição-----	97
Quadro 14 – Expressão das Emoções Ambíguas nos Jogos Fictícios do Domínio Sociomotor de Oposição-----	98
Quadro 15 – Estatísticas Descritivas da Expressão das Emoções no Conjunto dos vários momentos do conto -----	99
Quadro 16 – Estatísticas Descritivas das Emoções Positivas nos vários momentos do conto -----	102
Quadro 17 – Estatísticas Descritivas das Emoções Negativas nos vários momentos do conto -----	103
Quadro 18 - Estatísticas Descritivas das Emoções Ambíguas nos vários momentos do conto -----	104
Quadro 19 – Média da Expressão das Emoções dos vários tipos de Emoção, por Género- -----	107
Quadro 20 – Média da Expressão das Emoções, por Género-----	109

Quadro 21 – Média da Expressão das Emoções no 1º momento do conto, por Género-	110
Quadro 22 – Média da Expressão das Emoções no 2º momento do conto, por Género-	111
Quadro 23 – Média da Expressão das Emoções no 3º momento do conto, por Género-	112
Quadro 24 – Média da Expressão das Emoções no 4º momento do conto, por Género-	113
Quadro 25 – Expressão das Emoções Positivas, por Nível Desportivo -----	116
Quadro 26 – Expressão das Emoções Negativas, por Nível Desportivo -----	117
Quadro 27 – Expressão das Emoções Ambíguas, por Nível Desportivo-----	118
Gráfico 1 – Estatística descritiva da expressão das emoções no conjunto dos jogos---	107

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 1 – Questionário “Historial Desportivo”. (Documento original)-----	130
Anexo 2 – Grelha de Expressão Emocional. (Documento original)-----	131

LISTA DE APÊNDICES

	Pág.
Apêndice 1 – Competências Emocionais Básicas – Definição dos seus critérios de evidência (Bisquerra, 2003)-----	135
Apêndice 2 – Questionário “Historial Desportivo”. (Documento traduzido)-----	137
Apêndice 3 – Grelha de Expressão Emocional. (Documento traduzido)-----	138
Apêndice 4 – Descrição das situações fictícias do conto/jogo -----	139
Apêndice 5 – Lista de materiais necessários-----	140
Apêndice 6 – Organização da aplicação dos Jogos-----	141