

FATORES MOTIVACIONAIS NA PRÁTICA ESPORTIVA

Gabriela de Medeiros Cabral¹, Albano Araújo Negreiros²

¹ Professora do Ensino Básico, Técnico e Tecnológico do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins. e-mail: gmcabral@ifto.edu.br

² Aluno do Instituto federal de Ciência e Tecnologia. e-mail: albanonegreiros@gmail.com

Resumo: No esporte, os fatores motivacionais constituem um dos principais elementos que impulsionam o sujeito à ação. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo verificar quais motivos leva os alunos/ atletas do Instituto Federal do Tocantins campus Paraíso do Tocantins à prática esportiva. A amostra foi composta por 28 adolescentes do sexo masculino com idade entre 14 e 18 anos que freqüentam regularmente os treinamentos esportivos. O instrumento utilizado foi o Inventário de Motivação para Prática Desportiva de Gaya e Cardoso (1998) composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em três categorias: Competência Desportiva, Saúde e Amizade/Lazer. Os resultados indicaram que os motivos relacionados à competência esportiva receberam maiores valores de importância, com o motivo preponderante, desenvolver habilidades, que apresentou 96% para o grau muito importante; seguido da categoria saúde, destaque para o item, manter a saúde (78,6%); os motivos relacionados à amizade e lazer receberam menores valores de importância, 60,7% para os fatores motivacionais, encontrar amigos e divertir. Desta forma constatou-se que os alunos pesquisados se motivam à prática esportiva, sobretudo com intuito de melhorar e desenvolver habilidades relacionadas ao esporte, mas não como aspecto de lazer e estilo de vida.

Palavras-chave: Adolescente, motivação, prática esportiva

1. INTRODUÇÃO

Atualmente, atividades esportivas direcionadas para jovens ganham intensa expansão. Um dos lugares escolhidos pelos adolescentes à prática esportiva sem dúvida são as escolinhas esportivas de suas próprias escolas. Contudo, o ato de praticar esportes em suas diferentes especificidades exige de crianças e adolescentes um alto desenvolvimento de suas funções, qualidades e estados psíquicos para permanência no processo de preparação e competição desportiva (BENCK; CASAL, 2006).

Compreender as razões pelas quais os jovens estão interessados e engajados nas diferentes modalidades esportivas praticadas nas escolas e entender quais são os fatores motivacionais que levam esses adolescentes à prática de Atividades Físicas e/ou Esportivas passa a ser uma ferramenta eficaz para traçar o perfil dos alunos/atletas.

A motivação no contexto escolar tem sido avaliada como um determinante crítico do nível e da qualidade da aprendizagem e desempenho. Um estudante motivado mostra-se ativamente envolvido no processo de aprendizagem, não apenas desafiando seus limites em tarefas complexas, mas também buscando desenvolver novas habilidades de compreensão e de domínio (GUIMARÃES, 2004). A motivação torna-se fundamental para os jovens atletas seguirem as instruções dos treinadores e para que a prática diária de treino torne-se um hábito (RYAN; DECI, 2000).

Balbinotti *et al.* (2007) afirmam que a motivação é um fator importante para o efetivo engajamento do aluno nas práticas esportivas. Quando os alunos passam a ter um hábito e praticar a modalidade esportiva é comum assistirmos a uma maior motivação e, conseqüentemente, menor índice de abandono (RYAN; DECI, 2000).

Estudos sobre fatores motivacionais que levam adolescentes e crianças à prática de esportes são relevantes para o desenvolvimento humano, e de fundamental importância para os Professores de Educação Física e Técnicos, pois, proporciona subsídios a esses profissionais envolvidos na prática de atividades físicas, estimula a preparação de seus programas e aulas voltadas mais para o interesse do praticante, facilita a escolha das atividades, o ritmo da aula, o

comportamento relacional e a maneira de motivar para uma prática alegre e prazerosa (PAIM, 2001). O conhecimento sobre elementos motivadores auxilia em planejamentos mais direcionados ao interesse do praticante, aumentando a probabilidade de permanência na prática da atividade esportiva (BERLEZE; VIEIRA; KREBS, 2002). Por essas razões, torna-se importante conhecer os motivos que levam os alunos do Instituto Federal do Tocantins campus Paraíso do Tocantins a praticar os esportes.

Assim este estudo objetivou, verificar quais os fatores motivacionais leva os alunos/atletas do IFTO que participam de Competições Institucionalizadas (Campeonatos Escolares, Campeonatos intermunicipais) à prática esportiva.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa consiste em uma análise descritiva dos motivos que levam os adolescentes à busca da prática esportiva. Para desenvolvê-la foi utilizado um Inventário de Motivação para a Prática Desportiva, adaptado de Gaya & Cardoso (1998). O Inventário de Motivação para a Prática Desportiva foi composto por 19 motivos objetivos e subdivididos dentro das três dimensões gerais. A distribuição dos motivos de acordo com cada categoria foi feita da seguinte maneira:

1. Competência desportiva: para vencer, para ser o melhor no esporte, porque gosto, para competir, para ser um atleta, para desenvolver habilidades, para aprender novos esportes e para ser jogador quando crescer.
2. Saúde: para exercitar-se, para manter a saúde, para desenvolver a musculatura, para ter bom aspecto, para manter o corpo em forma e para emagrecer.
3. Amizade/Lazer: para brincar, para encontrar os amigos, para me divertir, para fazer novos amigos e para não ficar em casa.

Cada opção de resposta apresenta três alternativas com níveis de importância: 1-nada importante; 2- pouco importante; 3- muito importante.

Fizeram parte da amostra 28 alunos/ atletas do Instituto Federal do Tocantins (IFTO) com faixa etária entre 14-18 anos, integrantes das equipes masculinas de futsal, handebol e voleibol que são as modalidades de treinamentos esportivos oferecidas pelo IFTO campus Paraíso do Tocantins.

O estudo foi realizado durante o primeiro semestre de 2014, os sujeitos envolvidos foram conscientizados sobre o objetivo do estudo. Inicialmente, foi apresentado o questionário foco de investigação e o termo de esclarecimento (TCLE) para ser assinado por todos os participantes, e no caso dos menores de idade ser encaminhado aos responsáveis.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado obteve-se a frequência e o percentual dos níveis de importância da motivação dos atletas divididos por categoria. A Tabela 1 mostra os resultados sobre os fatores motivacionais para Competência Desportiva.

Tabela 1 - Frequência e porcentagem do grau de motivação dos alunos/atletas na prática dos esportes na categoria competência esportiva, F (a) frequência, % porcentagem.

Competência Esportiva	Grau de Importância					
	Nada Importante		Pouco Importante		Muito Importante	
	F (a)	%	F (a)	%	F (a)	%
Vencer	2	7,1	4	14,3	22	78,6
Ser o melhor no esporte	3	10,7	11	39,3	14	50
Porque gosto	0	0	2	7,1	26	92,8
Para Competir	1	3,6	9	39,3	18	64,3
Para ser atleta	2	7,1	7	25	19	67,8
Desenvolver habilidades	0	0	1	3,6	27	96,4
Para ser jogador	5	17,8	10	35,7	13	46,4

Verifica-se na tabela 1, que as principais causas que motivam os alunos/atletas avaliados à prática esportiva na categoria competência desportiva, estão relacionadas com maior ênfase aos fatores motivacionais: para desenvolver habilidades, por gostar do esporte e vencer. Informações semelhantes a esta pesquisa foram encontradas em estudo de Cavalcanti (2013) onde ficou constatado que alunos/atletas sentem-se motivados na prática do futsal por fatores relacionados à busca de vitórias.

Tabela 2 - Frequência e porcentagem do grau de motivação dos alunos/atletas na prática na dos esportes na categoria saúde.

Saúde	Grau de Importância					
	Nada Importante		Pouco Importante		Muito Importante	
	F (a)	%	F (a)	%	F (a)	%
Exercitar-se	2	7,1	5	17,8	21	75
Manter a saúde	2	7,1	4	14,3	22	78,6
Desenvolver a musculatura	2	7,1	8	28,6	18	64,3
Ter bom aspecto	3	10,7	12	42,8	13	46,4
Manter o corpo em forma	4	14,3	7	25	17	60,7
Emagrecer	14	50	9	39,3	5	17,8

Em relação à tabela II a qual está relacionada à motivação na categoria saúde, os resultados mostraram que o que mais motivava os adolescentes eram “manter a saúde”, “exercitar-se” e “desenvolver a musculatura” enquanto o que teve menor relevância foi “emagrecer”, o que leva a crer que na categoria saúde os alunos/atletas analisados tem preocupação com a manutenção da sua saúde, e acreditam que exercitar é um caminho para atingir a saúde, mas já pensam em desenvolver a musculatura, este último fator deve ser motivado pela ocorrência de cada vez mais os jovens têm acesso a todos tipos de informações relacionadas à saúde e conseqüentemente divulga a busca pela melhora da qualidade de vida.

Com relação aos principais fatores motivacionais na categoria saúde os dados analisados na presente pesquisa tem uma aproximação com os estudos de Nuñez et al (2008), pois este constatou que os principais fatores motivacionais são para manter a saúde e manter o corpo em forma. Dados similares foram verificados em estudo de Cavalcanti (2013) onde manter a saúde,

exercitar-se e desenvolver a musculatura foram as principais causas que levaram os adolescentes investigados a praticarem futsal.

Tabela 3. Frequência e porcentagem do grau de motivação dos alunos/atletas na prática dos esportes na categoria amizade/ lazer.

Amizade/ Lazer	Grau de Importância					
	Nada Importante		Pouco Importante		Muito Importante	
	F (a)	%	F (a)	%	F (a)	%
Brincar	11	39,3	2	7,1	15	53,6
Encontrar amigos	10	35,7	1	3,6	17	60,7
Divertir-se	5	17,8	6	21,4	17	60,7
Fazer novos amigos	5	17,8	7	25	16	57,1
Não ficar em casa	9	39,3	9	39,3	10	35,7

Na tabela 3 que se refere ao grau de motivação na categoria amizade/lazer os entrevistados deram maior relevância aos motivos de, na prática esportiva encontrar amigos, de se divertir, e para fazer novos amigos. Nesta categoria há uma diferenciação com relação a estudos de Santos e Manoel (2010) realizada com indivíduos de 11 a 15 anos, onde consta que o motivo mais relevante para a prática esportiva na categoria citada, está relacionado à por gostar do esporte, e para brincar, sendo o menos importante de acordo com os pesquisados encontrar amigos. Em pesquisa realizada por Soares, Koch (2010) a amostra de 39,7% de (253 pesquisados) citou os amigos como sendo os responsáveis pela sua motivação e permanência no esporte.

Em contraposição ao que foi verificado no presente estudo, onde a categoria competência esportiva teve um maior grau de importância, uma pesquisa realizada com 87 atletas das cidades de Londrina – PR e de Botucatu – SP, adeptos das modalidades: basquetebol, futebol, judô, natação e voleibol apontou que para os sujeitos estudados os fatores motivacionais relacionados à saúde foram mais significativos, seguidos daqueles ligados à competência desportiva. A preferência pela categoria saúde pode ser explicada pelo conhecimento por parte dos esportistas de informações relacionadas a uma melhor qualidade de vida. Os resultados referentes à categoria amizade/lazer são similares a este estudo, pois as respostas menos escolhidas foram de fatores ligados a esta categoria. Especula-se que isso tenha ocorrido por se tratarem de jovens atletas que já disputam campeonatos, de acordo com suas faixas etárias (INTERDONATO et al 2008).

4. CONCLUSÕES

Com base nos resultados encontrados, pode-se concluir que as maiores motivações dos alunos/atletas estão relacionadas às competências esportivas, onde os fatores motivacionais que receberam maior importância foram “desenvolver habilidades” e “porque gosta do esporte”. Em seguida, aparece a competência saúde com o enfoque nos motivos “manter a saúde”, “exercitar-se”.

Os motivos que receberam menores valores de importância foram os relacionados à categoria Amizade/lazer, no entanto acredita-se que o que mantém o adolescente na prática constante de algum esporte, além de outros fatores, é a busca pelo divertimento, prazer e alegria.

Com base nesses dados, os profissionais de Educação ou treinadores esportivos do IFTO campus Paraíso do Tocantins, terão subsídios para organizar e planejar aulas e ou treinamentos esportivos que contemplem o interesse do aluno.

REFERÊNCIAS

BALBINOTTI, C. A.; BARBOSA, M. L.; JUCHEM, L.; BALBINOTTI, M. A.; SALDANHA, R. P. A. Motivação à prática regular de atividade física relacionada ao Prazer em adolescentes do sexo masculino. Coleção Pesquisa em Educação Física, v. 6, n. 2, p. 13-18, set/2007.

BENCK, R. S.; CASAL, H. M. V. Atribuições de causalidade para o sucesso e fracasso em diferentes modalidades esportivas. Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, v.10, n. 92, 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd92/atrib.htm> Acesso em: 18 ago. 2014.

BERLEZE, A.; VIEIRA, L. F.; KREBS, R. J. Motivos que levam crianças para a prática de atividades motoras na escola. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v.13, n.1, p. 99-107, 2002. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3757>. Acesso em: 19 ago. 2014.

CAVALCANTI, L. A. **FATORES QUE MOTIVAM ALUNOS, PROFESSORES GESTORES NA PRÁTICA E DESENVOLVIMENTO DO FUTSAL ESCOLAR.** Revista Brasileira de Futsal e Futebol, *São Paulo*, v.5, n.18, p.284-290, Jan/De, 2013.

GAYA, A.; CARDOSO, M. Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo. Revista Perfil, Porto Alegre, v.2, p.40-52, 1998.

GUIMARÃES, S. O Estilo Motivacional do Professor e a Motivação Intrínseca dos Estudantes: Uma Perspectiva da Teoria da Autodeterminação, 2004.

INTERDONATO, G. C.; MIARKA, B.; OLIVEIRA, A. R.; GORGATTI, M. G. Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva. Motriz, Rio Claro, v.14 n.1, p.63-66, jan./mar. 2008.

NUÑEZ, P.; MARTINS, R. Motivos que levam Adolescentes a Praticar o Futsal. Revista Conexões, v. 6, n. 1, 2008.

RYAN, R. M.; DECI, E.L. The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. Psychological Inquiry, v. 11, n. 4, p.319-338, 2000.

SANTOS, M. A. G. N.; MANOEL, R. V. **FATORES MOTIVACIONAIS NA PRÁTICA DO FUTEBOL.** Revista Hórus, v. 4, n. 2 p.220-230, Out./Dez., 2010.

SOARES, M.M.; KOCH, M. Por que adolescentes praticam esporte? Uma análise sobre quem os motiva a praticar. Revista digital efdeportes. Ano 15. Num.151. 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd151/por-que-adolescentes-praticam-esporte.htm>. Acesso em: 15 ago. 2014.