

**FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA EM ADOLESCENTES DO 3º ANO DO ENSINO MÉDIO**Alessandra da Silveira Santos<sup>1</sup>, Marco Aurélio Gonçalves Nóbrega dos Santos<sup>2</sup>  
Marcelo Pereira de Lima<sup>3</sup>, Márcio Pereira<sup>4</sup>**RESUMO**

A motivação é um dos fatores considerado entre os mais importantes para a prática esportiva escolar e até mesmo para a iniciação esportiva, principalmente na fase da infância e da adolescência. A pesquisa teve por objetivo identificar quais são os fatores que motivam os adolescentes na prática esportiva no âmbito escolar. Contribuíram para o estudo 40 adolescentes de 16 a 18 anos de ambos os sexos do 3º ano do ensino médio de uma escola pública do município de Japira – Pr. O instrumento de avaliação utilizado foi o inventário de Motivação para Prática Desportiva de Gaya e Cardoso (1998) que classifica os fatores motivacionais em três categorias: competência desportiva, saúde e amizade/lazer. Os resultados indicaram que a competência desportiva saúde seguida pela competência amizade/lazer foram as mais valorizadas pelos adolescentes. A análise dos dados revelou que atualmente os adolescentes não estão ligados somente a competições e ao alto rendimento, porém estão ligados a desenvolver habilidades, estão abertos a aprender novas modalidades esportivas, visando o bem estar e a qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Adolescência. Motivação. Esporte. Educação Física Escolar.

1-Graduada em Educação Física Licenciatura pela Faculdade Estácio de Sá de Ourinhos-SP, Brasil.

2-Prof. Mestre em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu - USJT/SP e Docente do Curso de Educação Física da Faculdade Estácio de Sá de Ourinhos-SP, Brasil.

3-Prof. Mestre em Engenharia Biomédica e Docente do Curso de Educação Física da Faculdade Estácio de Sá de Ourinhos-SP, Brasil.

**ABSTRACT**

Motivational factors for sport practice in teens 3rd year of secondary education

The motivation is one of the factors considered between the more important for the school sports practice and even for a sports initiation, specially in the fase of the childhood and of the adolescence. The research has by objective to identify which are the factors that motivate the adolescents in practice sports in the ambit educational. Contributed for the study 40 adolescents of 16 at 18 years of both sex of 3rd grade of High School of a Public School of the city of Japira-Pr. The instrument of evaluation utilized was the inventory of Motivation for Sports Practice of Gaya and Cardoso (1998) that ranks the factors motivational in three categories: sport competence, health and friendship/leisure were the most valorized by adolescents. The analysis of the data revealed that currently the adolescents are not connected to develop abilities, are open to learn new sports modalities, aiming the well-being and the quality of life.

**Key words:** Adolescence. Motivation. Sports Practice. School Physical Education.

4-Prof. Esp. Em Educação Física e Docente do Curso de Educação Física da Faculdade Estácio de Sá de Ourinhos-SP, Brasil.

E-mail dos autores:

[silveira\\_ed.fisica@hotmail.com](mailto:silveira_ed.fisica@hotmail.com)

[marcoarelio67@hotmail.com](mailto:marcoarelio67@hotmail.com)

[lima.marcelo@estacio.br](mailto:lima.marcelo@estacio.br)

[marciope3@gmail.com](mailto:marciope3@gmail.com)

## INTRODUÇÃO

A adolescência é o período entre a infância e a vida adulta que é repleta de mudanças biológicas, cognitivas e socioemocionais compreendendo uma fase importante de desenvolvimento e que sofre influência em relação à cultura, ao convívio social e ao próprio indivíduo (Zagury, 1997; Melo, 2010).

Ao compararmos os adolescentes da atualidade com os de gerações anteriores é possível identificar que esses têm se tornado cada vez mais amplo em relação há 50 anos atrás, na qual a maturação sexual se inicia cada vez mais cedo, por volta dos oito anos. No entanto, as realidades são outras já que hoje os espaços, a tecnologia, a violência, as limitações urbanas tem gerado preocupações de como os adolescentes tem procurado e principalmente se motivado para a prática esportiva no sentido de oportunizar um estilo de vida saudável (Gallahue, Ozmun, Goodway, 2013).

Também outros aspectos a se considerar que nessa fase, são os problemas relacionados ao aspecto corporal, desempenho esportivo, transtornos alimentares, como anorexia e bulimia, obesidade, comportamentos estes que geralmente acabam desencadeando a depressão, levando este adolescente ao isolamento (Silva, 2006).

Diante desse cenário, o esporte como conteúdo da Educação Física escolar, pode e deve contribuir diante do papel do professor de Educação Física como motivador da prática esportiva (Franchin, Barreto, 2006), desde que seja ela toda contextualizada com um referencial teórico e prático, não apenas o saber fazer, mas por que fazer, trazendo uma função pedagógica que levem os adolescentes a uma motivação pela prática consciente (Carlan, Kunz, Fensterseifer, 2012).

Segundo Davidoff (2001), motivação é resultado de uma necessidade relacionada a um estado interno, e que desperta um comportamento.

Para Magill (2001), motivação se define por uma força interna, intenção, impulso que leva uma pessoa a agir ou a realizar algo. Samulski (2002) define motivação como sendo algo que o indivíduo busque, um objetivo, uma meta, um comportamento específico para alcançar o que deseja influenciada por fatores

intrínsecos que são os comportamentos internos pessoais, forma de comportamento e os fatores extrínsecos que sofrem influencia do ambiente, por outras pessoas, tarefas atraentes e desafiantes e influencias sociais.

Muitos estudos da área da psicologia, mais especificamente na psicologia do esporte tem evidenciado a motivação e o seu papel fundamental na prática esportiva, principalmente na adolescência, quer seja ela na iniciação ou na competição.

A motivação é importante na prática esportiva, vários autores buscam compreender quais os fatores determinantes que levam um indivíduo a praticar atividade esportiva, seja ela na iniciação ou no alto rendimento (Gaya, Cardoso, 1998; Myotin, 1995; Paim, 2001; 2003; Scalón, Becker e Bruner, 1999; Veiga e Teixeira 2007; Manoel e Santos 2010).

Assim, pesquisar motivação implica em investigar os motivos que influenciam um determinado comportamento, já que todo o comportamento advém de um motivo. A motivação abrange qualquer comportamento dirigido para um objetivo, que se inicia com um motivo e provoca um comportamento específico.

Considerando o exposto e também a importância de que as mais diferentes modalidades esportivas sejam trabalhadas na adolescência e no âmbito escolar, este estudo teve como objetivo identificar quais são os fatores que motivam os adolescentes na prática esportiva no âmbito escolar.

## MATERIAIS E MÉTODOS

A amostra deste estudo foi composta por 40 adolescentes matriculados no 3º ano do ensino médio, com idades entre 16 e 18 anos, do sexo feminino e masculino, alunos do Colégio Estadual Coronel Joaquim Pedro de Oliveira em Japira-PR, nos três períodos letivos.

Como instrumento de avaliação, utilizou-se o Inventário de Motivação para a prática Desportiva de Gaya e Cardoso (1998), composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em três categorias: Competência desportiva, saúde e amizade/lazer, onde cada indivíduo assinala o grau de importância pretendido.

Competência desportiva é composta pelas seguintes perguntas: para vencer, para ser o melhor no esporte, para competir, para

ser um atleta, para desenvolver habilidades, para aprender novos esportes e para ser jogador quando crescer. 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. Amizade/Lazer: para brincar, porque gosto, para encontrar os amigos, para me divertir, para fazer novos amigos e para não ficar em casa.

Para as questões as opções de respostas eram referentes aos níveis de importância: “nada importante”, “pouco importante”, “muito importante”.

Para a aplicação do inventário foi solicitado no segundo semestre de 2015, a autorização do diretor e do professor responsável. Os dados foram coletados na sala de aula, todos os participantes foram informados do objetivo da pesquisa e cada aluno recebeu o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que foi levado ao

responsável e posteriormente, devolvido preenchido e assinado. Logo após este procedimento ético, os inventários foram distribuídos e cada participante assinalou individualmente a opção que mais se adequava a sua realidade. O tempo estimado para o preenchimento do inventário foi de aproximadamente dez minutos.

Foi realizada uma análise de frequência e porcentagem das referidas respostas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 retrata a relevância dos fatores da categoria competência desportiva, que motivam os adolescentes, sendo que os mais relevantes foram “para aprender novos esportes” e “para desenvolver habilidades” e os índices menos relevantes foram “para ser jogador quando crescer” e “para ser melhor no esporte”.

**Tabela 1** - Frequência do grau de motivação dos alunos na prática esportiva na categoria competência desportiva.

	Grau de importância		
	Nada importante	Pouco importante	Muito importante
Para vencer	05	16	19
Para ser melhor no esporte	10	18	12
Para competir	07	19	14
Para ser um atleta	14	12	14
Para desenvolver habilidades	00	17	23
Para aprender novos esportes	03	13	24
Para ser jogador quando crescer	20	12	08

Os resultados demonstram que estes adolescentes motivam-se com a introdução de novos esportes e por consequência desenvolvem novas habilidades, mas o foco principal deles não é a competição, nem o desejo de ser atleta.

Estes resultados referentes à categoria competência desportiva estão em conformidade com os de Paim (2004) que analisou os fatores motivacionais que levam adolescentes a optarem pela prática da capoeira na escola, mostram que os alunos deram maior importância às questões “para aprender novos esportes” e “para desenvolver habilidades” e o que chamou atenção foi quanto ao esporte como sendo para competição ou profissional, que foram

considerados como “pouco” ou “nada importante”.

Santos (2011) realizou uma pesquisa com 364 alunos entre 07 e 18 anos de idade praticantes de natação no Centro Olímpico Rei Pelé de Samambaia/DF, a semelhança se repete novamente na categoria competência desportiva quanto às questões relevantes e menos relevantes já citadas anteriormente.

Em relação à tabela 2, os fatores que mais motivaram os adolescentes na categoria saúde, foram “para manter a saúde” e “para exercitar-se” e os que apresentaram menos relevância foram “para manter bom aspecto” e “para desenvolver a musculatura”.

Segundo está análise os adolescentes estão mais preocupados em manter uma boa saúde, em vez da aparência física, pois não se

preocupam com o desenvolvimento da musculatura e seu aspecto.

Estes achados são similares aos de Soares (s/d) que avaliou meninos de 10 a 15 anos da escola esportiva de futsal ACBF (Associação Carlos Barbosa de Futsal) e encontrou grande relevância na categoria saúde, “para manter a saúde” e “para exercitar-se” ficando entre as três consideradas como “muito importante”.

Já o estudo de Paim (2004) apresenta semelhança quanto a “manter a saúde” como

mais relevante e em segundo lugar há três questões empatadas com o mesmo número de relevância e a que não está em conformidade é a questão “para emagrecer” que segundo Paim está foi a menos relevante.

A tabela 3 apresenta que os motivos mais relevantes para os adolescentes para prática esportiva na categoria Amizade/Lazer foram “para me divertir” e “porque gosto” e a que apresentaram menos relevância foram “para não ficar em casa” e “para brincar”.

**Tabela 2** - Frequência do grau de motivação dos alunos na prática esportiva na categoria saúde.

	Grau de importância		
	Nada importante	Pouco importante	Muito importante
Para exercitar-se	01	08	31
Para manter a saúde	02	04	34
Para desenvolver a musculatura	07	14	19
Para manter bom aspecto	05	19	16
Para manter o corpo em forma	02	13	25
Para emagrecer	15	05	20

**Tabela 3** - Frequência do grau de motivação dos alunos na prática esportiva na categoria amizade/lazer.

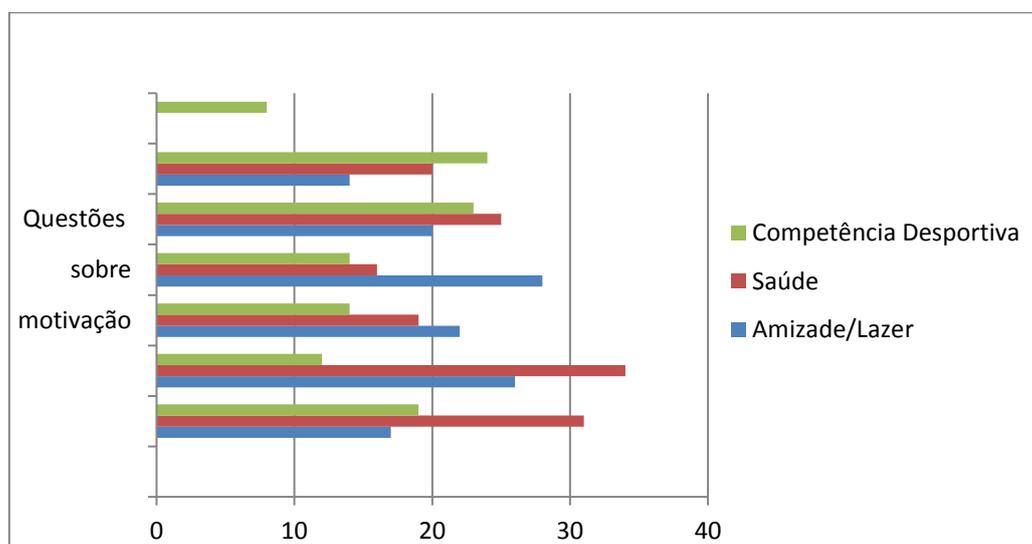
	Grau de importância		
	Nada importante	Pouco importante	Muito importante
Para brincar	10	13	17
Porque gosto	01	13	26
Para encontrar os amigos	03	15	22
Para me divertir	00	12	28
Para fazer novos amigos	06	14	20
Para não ficar em casa	18	08	14

Analisando esses resultados podemos perceber que os adolescentes procuram o bem-estar, qualidade de vida e a prática esportiva é muito bem aceita por deles.

O estudo de Soares (s/d) nesta categoria amizade/lazer mostra uma igualdade quanto aos motivos “para me divertir” e “porque gosto” como de maior interesse e perante os de menos interesse permanece similar. Comparando com o estudo de Santos (2011), identifica-se a similaridade os resultados obtidos tanto a relevância, quanto os menos relevantes. A questão “para não ficar em casa” não é significativa para estes adolescentes, eles praticam pelo simples fato de gostarem de praticar esporte.

Figura 1 - A respeito a esta exemplificação das três categorias no critério “muito importante”, apresentou níveis elevados de motivação dos adolescentes na categoria saúde e em segundo lugar destaca-se a categoria amizade e lazer e em último a categoria competência desportiva.

Este estudo é divergente do apresentado por Gaya e Cardoso (1998), que pesquisou os fatores motivacionais de crianças e adolescentes para a prática esportiva em clubes esportivos e também de Manoel e Santos (2010), que buscou identificar quais os fatores motivacionais que influenciam a prática do futebol, pois a categoria que apresentou maior relevância nos dois estudos foi o rendimento desportivo.



**Figura 1** - Fatores motivacionais considerados muito importante para a prática esportiva em adolescentes do 3º ano do ensino médio.

Já o estudo de Paim (2004) e Balbinotti (2011), que pesquisou estudantes com sobrepeso, obesos e eutróficos quanto à motivação à prática regular de atividades físicas e esportivas, a dimensão saúde foi a primeira a se destacar, coincidentemente com a figura 1, mostra que dão maior relevância a categoria saúde e sucessivamente vem à categoria amizade/lazer e a última em relevância competência desportiva.

Outra investigação sobre fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva de Interdonato e colaboradores (2008) se assemelham somente na primeira em relevância, pois as pesquisas revelam que 67,7% dos investigados consideram a categoria saúde como a mais importante, ainda 61% dos investigados considera a categoria competência desportiva e por fim 48,9% consideram amizade/lazer como de maior relevância.

Acredita-se que os motivos encontrados sejam pessoais (intrínsecos), um desejo interno pela realização de uma tarefa e a aprender novos esportes e movimentos são os fatores mais motivantes.

Ouve dificuldade em conseguir encontrar todos os adolescentes em um mesmo espaço, para a aplicação do questionário. Uma boa opção seria pedir a ajuda de um professor local para a realização do mesmo.

## CONCLUSÃO

Os fatores motivacionais de maior relevância que levam adolescentes de 16 a 18 anos a prática esportiva no âmbito escolar, foram referente às perguntas relacionadas à saúde e amizade/lazer, mostrando que eles estão mais interessados em manter uma boa qualidade de vida, cuidando do corpo com exercícios físicos e ter um bom convívio social, porém não estão totalmente desmotivados pelo esporte, mas sim aos incentivos voltados exclusivamente a competição.

O grande percentual atribuído à categoria saúde pode ter relação com os projetos pedagógicos das escolas, pela divulgação da mídia, que abordam temas referentes à alimentação saudável, à prática esportiva regular e aos benefícios que esses comportamentos geram ao longo da vida.

Diante do exposto, o estudo pretendia mostrar aos profissionais de educação física sobre a importância de uma motivação eficaz, focando no que realmente os adolescentes tendem a ter maior interesse, assim poderão orientá-los a procurar por modalidades esportivas e/ou atividades físicas que se adéquem satisfatoriamente e por consequência diminua a evasão dos mesmos nas aulas e a sua participação nas modalidades esportivas.

Perante este estudo cabe a cada profissional estar fortalecendo o reconhecimento dessa disciplina e sua

# Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

[www.ibpex.com.br](http://www.ibpex.com.br) / [www.rbff.com.br](http://www.rbff.com.br)

fundamental importância no elenco das disciplinas formativas do currículo escolar.

## REFERÊNCIAS

1-Balbinotti, M. A. A.; e colaboradores. Motivação à prática regular de atividades físicas e esportivas: um estudo comparativo entre estudantes com sobrepeso, obesos e eutróficos. *Motriz*. Vol. 17. Núm. 3. p.384-394. 2011.

2-Carlan, P.; Kunz, E.; Fensterseifer, P. E. O esporte como conteúdo da Educação Física escolar: estudo de caso de uma prática pedagógica "inovadora". *Movimento*. Vol. 18. Núm. 4. p.55-75. 2012.

3-Davidoff, L. L. Introdução à psicologia. 3ª edição. São Paulo. Makron Books. 2001.

4-Franchin, F.; Barreto, S. M. G. Motivação nas aulas de educação física: um enfoque no ensino médio. I Seminário de Estudos em Educação Física Escolar. CEEFE/UFSCar. 2006.

5-Gallahue, D. L.; Ozmun, J. C.; Goodway, Jacqueline D. Compreendendo o Desenvolvimento Motor, bebês, crianças, adolescentes e adultos. 7ª edição. Porto Alegre. Artmed. 2013.

6-Gaya, A.; Cardoso, M. Os Fatores motivacionais para prática desportiva e suas relações com o sexo, idade, níveis de desempenho desportivo. *Perfil*. Ano 2. Núm.2 p.40-52. 1998.

7-Interdonato, G. C.; e colaboradores. Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva. *Motriz*. Vol. 14. Núm. 1. p.63-66. 2008.

8-Magill, R. A. Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações. 5ª edição. São Paulo. Edgard Blucher. 2001.

9-Manoel, R. V.; Santos, M. A. G. N. Fatores motivacionais na prática do futebol. *Ourinhos. Hórus*. Vol. 4. Núm. 2 p.220-230. 2010.

Melo, N. B. C. Motivação de adolescentes para a prática esportiva. *Belo Horizonte*. julho 2010.

10-Myotin, E. A participação da adolescente brasileira em esportes e atividades físicas como forma de lazer: fatores psicológicos e socioculturais. In: Romero, E. (org.) *Corpo, Mulher e Sociedade*. Campinas: Papyrus. 1995. p.177-197.

11-Paim, M. C. C. Motivos que levam adolescentes a praticar o futebol. *Revista Digita*. Ano 7. Núm. 43. 2001.

12-Paim, M. C. C. Voleibol, que fatores motivacionais levam a sua prática? *Revista Digital*. Año 9. Núm. 61. 2003.

13-Paim, M. C. C.; Pereira, E. F. Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola. *Motriz*. Vol. 10. Núm.3. p.159-166. 2004.

14-Samulski, D. M. Psicologia do Esporte. Manole. 2002.

15-Santos, C. A.; Silva, R. R.; Prada, F. J. A. Análise perceptiva dos fatores motivacionais de escolares para a prática da natação. Brasília. Universidade Católica de Brasília. 2011.

16-Scalon, R. M.; Becker Junior, B.; Brauner, M. R. G. Fatores motivacionais que influem na aderência dos programas de iniciação desportiva pela criança. *Perfil*. Porto Alegre, Ano 3. Núm. 3. p.51-61. 1999.

17-Silva, L. R. R. Desempenho Esportivo: Treinamento com Crianças e Adolescentes. *Phote*. 2006.

18-Soares, F. R.; Martins, E. S. Fatores motivacionais de atletas de 10 à 15 anos da ACBF para a prática do futsal. (s/d).

19-Veiga, V. V.; Teixeira, L. R. F. A motivação para a prática desportiva em praticantes de futebol e futsal masculino com idade entre 10 e 15 anos. 2007.

20-Zagury, T. O adolescente por ele mesmo. São Paulo. Editora Record. 1997.

Recebido para publicação em 13/03/2016  
Aceito em 17/05/2016