

Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional - EEFFTO

Curso de Educação Física

MOTIVAÇÃO DE ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA ESPORTIVA

Natália Batista Cerqueira de Melo

Belo Horizonte

Julho / 2010

NATÁLIA BATISTA CERQUEIRA DE MELO

MOTIVAÇÃO DE ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA ESPORTIVA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Disciplina Psicologia do Esporte do Curso de
Educação Física, da Escola de Educação Física da
Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientador: Prof. Dr. Dietmar Martin Samulski

Belo Horizonte

Julho/2010

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por me guiar durante toda essa jornada.

Agradeço ao meu professor orientador, o Prof. Dr. Dietmar Martin Samulski, por toda ajuda e atenção na orientação do meu trabalho.

A minha família pelo apoio constante.

E a todos que ajudaram de alguma forma para a realização deste trabalho.

RESUMO

Para a realização da prática esportiva os adolescentes precisam estar motivados e conscientes de sua importância. Dessa maneira, o presente estudo teve como objetivo realizar uma análise descritiva dos motivos que levam os adolescentes à prática esportiva e, ainda, comparar, os motivos dos adolescentes do sexo masculino com os adolescentes do sexo feminino. A amostra foi composta por 100 adolescentes (50 do sexo masculino e 50 do sexo feminino) com idade entre 12 e 18 anos. 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 saúde receberam maiores valores de importância. O que mostra que os adolescentes estão mais conscientes com relação à saúde e a busca pela qualidade de vida o que se deve, possivelmente, ao acesso de informações pela mídia e ambientes escolares e familiares.

Palavras-chave: Adolescente. Motivação. Prática Esportiva.

RESUMO

Para la realización de la práctica deportiva los adolescentes necesitan estar motivados y conscientes de su importancia. De esa manera, el presente estudio tuvo como objetivo realizar una analice descriptiva de los motivos que llevan los adolescentes a la práctica deportiva y, aún, comparar, los motivos de los adolescentes del sexo masculino con los adolescentes del sexo femenino. La muestra fue compuesta por 100 adolescentes (50 del sexo masculino y 50 del sexo femenino) con edad entre 12 y 18 años. El instrumento utilizado fue el Inventário de Motivación para Práctica Deportiva de Gaya y Cardoso (1998) compuesto por 19 preguntas objetivas, subdivididas en tres categorías: Cualificación Deportiva, Salud y Amistad/Ocio. Los resultados indicaron que los motivos relacionados a la salud recibieron mayores valores de peso. Lo que muestra que los adolescentes están más conscientes con relación a la salud y la búsqueda por la calidad de vida lo que se debe, posiblemente, al acceso de informaciones por la mídia y ambientes escolares y familiares.

Palabras-llave: Adolescente. Motivación. Práctica Deportiva.

SUMÁRIO:

1 INTRODUÇÃO.....	pág. 6
2 JUSTIFICATIVA.....	pág. 9
3 OBJETIVO.....	pág. 10
4 METODOLOGIA.....	pág. 11
4.1 População e amostra.....	pág. 12
4.2 Cuidados Éticos.....	pág. 12
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	pág. 13
6 CONCLUSÃO.....	pág. 35
7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	pág. 36
ANEXO I.....	pág. 38

1 INTRODUÇÃO:

De acordo com Zagury (1997) a adolescência compreende uma fase extremamente importante do desenvolvimento onde ocorre transição da infância para a juventude. Neste momento a criança passa a adquirir características corporais que são próprias da idade assim como características psicológicas e de relação que vão variar de acordo com a cultura, o grupo de convívio e até mesmo com o próprio indivíduo.

A adolescência representa um período de amadurecimento que é caracterizado pelo surgimento de novas responsabilidades e aumento do convívio social. Partindo de tal aspecto, os jovens podem passar a dar mais importância à opinião dos amigos e de seu grupo de socialização, ao invés de professores e pais, o que pode influenciar na sua busca pela prática esportiva.

O grupo de amigos tende a aumentar em importância e a tendência à imitação acentua-se nessa fase. Assim, a forma de vestir, falar, agir e até mesmo os gostos tendem a ser muito influenciados pelo grupo. Os adolescentes temem não serem aceitos e valorizados pelos amigos e, por isso, procuram agir de acordo com o que faz a maioria (ZAGURY, 1997).

Há, ainda, o fato de que os adolescentes dos dias atuais perderam o espaço que os adolescentes de outrora tinham para o seu lazer e as práticas esportivas como as ruas e lotes, por exemplo, que hoje são dominados pelas grandes construções, fluxo excessivo de carros e, principalmente, a violência. Assim, até mesmo por determinação dos pais, os adolescentes são pegos em suas casas assistindo à televisão, acessando a internet ou jogando games e, conseqüentemente, caminhando para uma vida extremamente sedentária.

É dentro desse cenário que os pais e os próprios adolescentes deveriam se preocupar com a prática esportiva, uma vez que segundo Ballarin (s/d), a prática esportiva saudável contribui para regular o sono e diminuir a ansiedade, promove o aumento do gasto energético, maior coordenação motora, melhora da capacidade respiratória, diminuição do estresse e redução do risco de doenças (hipertensão, obesidade, diabetes).

No entanto, para a busca dessa prática esportiva os adolescentes precisam estar motivados e conscientes da sua importância. No que diz respeito à motivação Samulski (2008) coloca que “a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos)”.

Já Weinberg e Gould (2008) definiram a motivação como a direção e a intensidade de um esforço. A primeira refere-se a um indivíduo buscar, aproximar-se ou ser atraído a certas situações. A segunda refere-se à intensidade do esforço que o indivíduo aplica em uma determinada situação. Esses autores ainda categorizaram o conceito de motivação como percebido pela sociedade em geral. Para os autores, são três as orientações como a maior parte dos indivíduos conceitua a motivação. A visão centrada no traço, a visão centrada na situação e a visão interacional. A visão centrada no traço, também pode ser chamada de visão centrada no participante, acredita que o comportamento motivado se dá basicamente em função de características individuais. A visão centrada na situação acredita que o nível de motivação esteja intimamente ligado à atividade (situação). E por último a visão interacional sustenta que a motivação é a interação entre os dois fatores anteriores (TERRA; HERNANDEZ; VOSER, 2009 apud WEINBERG E GOULD, 2008).

Reforçando o que foi citado, Samulski (2008) coloca que os mesmos autores apresentaram um modelo interacional da motivação para a prática esportiva onde a motivação para tal prática é colocada como resultado da interação entre fatores pessoais e situacionais. Como fatores pessoais teríamos a personalidade, as necessidades, os interesses, os motivos, as metas e as expectativas. Como fatores situacionais, estilo de liderança, facilidades, tarefas atrativas, desafios e influências sociais.

É importante compreender que, como cita Samulski (2008), de acordo com as necessidades e as oportunidades na vida de um indivíduo, ao longo dos anos a importância dos fatores pessoais e situacionais anteriormente mencionados pode mudar.

Alguns pesquisadores como Becker (2000) desenvolveram estudos no qual se destacou que os motivos para uma criança se envolver em programas esportivos

são os seguintes: ter alegria, aperfeiçoar suas habilidades e aprender novas, praticar com amigos e fazer novas amizades, adquirir forma física e sentir emoções positivas.

Outros estudos mostraram os motivos para a prática de atividades físicas em academias de ginástica (Chagas & Samulski, 1992) e na comunidade universitária da UFMG por parte de professores, funcionários e estudantes (Samulski & Noce, 2000). Resta então buscar os motivos que levam os adolescentes à prática esportiva.

2 JUSTIFICATIVA:

Com o conhecimento dos resultados da pesquisa os profissionais de Educação Física estarão mais aptos a criar uma motivação permanente nos alunos uma vez que eles estarão cientes dos motivos que o levaram a freqüentar uma determinada aula.

Será possível a elaboração de treinos estratégicos que possam contribuir de forma positiva para o processo de ensino-aprendizagem.

3 OBJETIVOS:

- Analisar os motivos que levam os adolescentes do sexo masculino e feminino à prática esportiva.

4 METODOLOGIA:

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 (ANEXO I), adaptado de Gaya & Cardoso (1998). Tal modelo foi construído a partir de uma síntese dos principais resultados obtidos através de uma revisão bibliográfica sobre os fatores motivacionais. A partir disso, os pesquisadores agruparam os motivos, conforme a afinidade dos mesmos, em três dimensões gerais: Competência Desportiva, Saúde e Amizade/Lazer.

O Inventário de Motivação para a Prática Desportiva foi composto por 19 motivos objetivos e subdivididos dentro das três dimensões gerais citadas anteriormente. 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.

4.1 População e Amostra

O questionário foi aplicado a 100 adolescentes com idade de 12 a 18 anos sendo 50 do sexo feminino e 50 do sexo masculino. Os participantes do estudo foram escolhidos aleatoriamente.

4.2 Cuidados éticos

Os sujeitos que participaram do estudo foram conscientizados sobre o objetivo do estudo, o sigilo das respostas e a possibilidade de não responder o questionário proposto.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Dos 100 adolescentes entrevistados 50% (50) eram do sexo masculino e 50% (50) eram do sexo feminino. A idade dos entrevistados variou entre 12 e 18 anos.

Com relação aos motivos ligados à competência desportiva que são: 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, podemos perceber que em relação aos 50 adolescentes do sexo masculino que participaram da pesquisa 56% (28) acham que vencer é um motivo muito importante para a prática esportiva, 34% (17) pouco importante e 10% (5) nada importante.

Já para os 50 adolescentes do sexo feminino 48% (24) acreditam que praticar esporte para vencer é muito importante, 38% (19) pouco importante e 14% (7) nada importante.

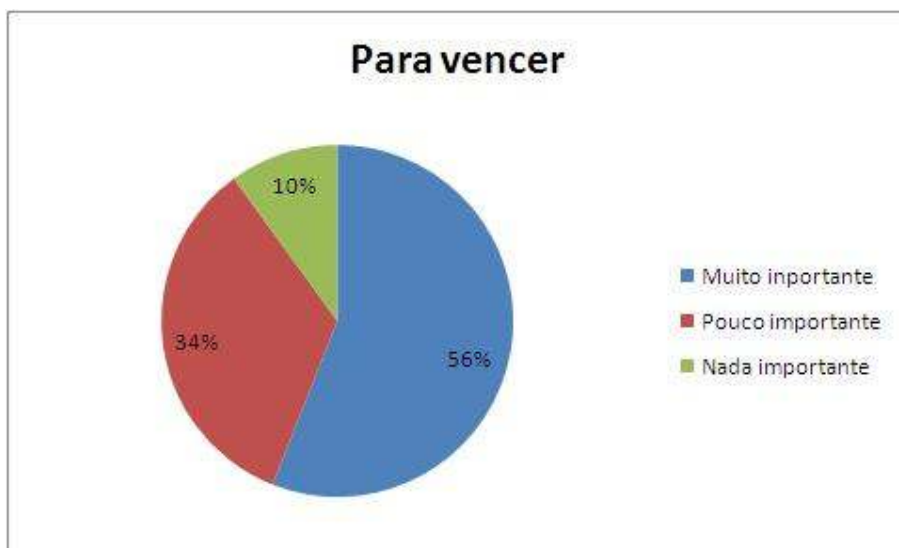


GRÁFICO 1 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a vencer.

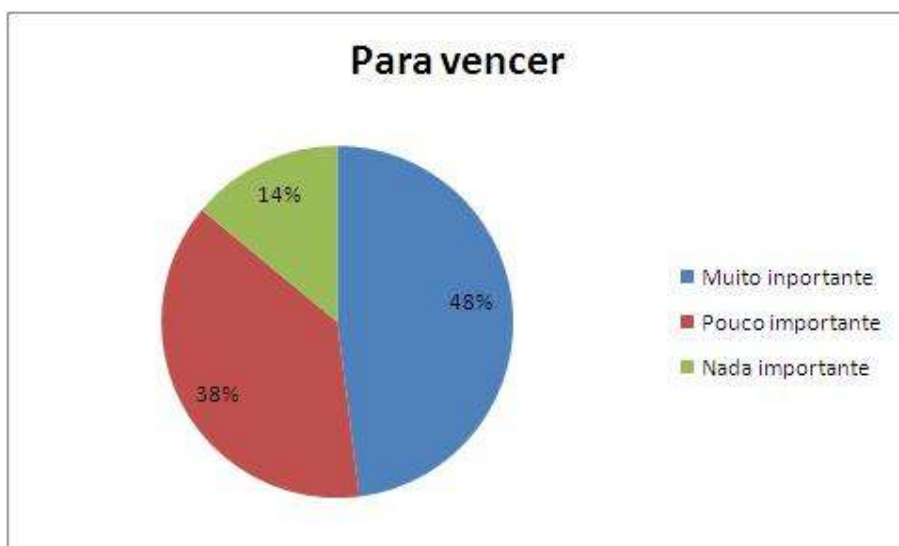


GRÁFICO 2 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a vencer.

Sobre a prática esportiva com objetivo de ser o melhor no esporte foi vista por 38% (19) dos adolescentes do sexo masculino como muito importante, 36% (18) como pouco importante e 26% (13) como nada importante. Para os adolescentes do sexo feminino 40% (20) opinaram que ser o melhor no esporte era muito importante, 34% (17) pouco importante e 26% (13) nada importante.



GRÁFICO 3 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a ser o melhor no esporte.

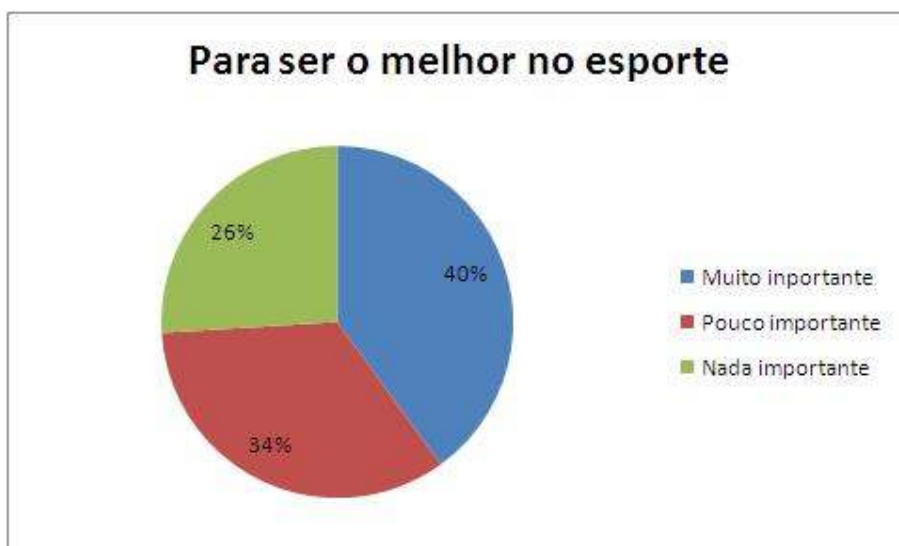


GRÁFICO 4 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a ser o melhor no esporte.

Quanto a prática esportiva realizada porque se gosta 50% (25) dos adolescentes do sexo masculino colocaram esta era muito importante, 42% (21) pouco importante e 8% (4) nada importante. Com relação aos adolescentes do sexo feminino, 54% (27) colocaram gostar do esporte como muito importante, 36% (18) pouco importante e 10% (5) nada importante.



GRÁFICO 5 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a gostar de praticar o esporte.



GRÁFICO 6 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a gostar de praticar o esporte.

No tocante à realização da prática esportiva para competir 34% (17) dos entrevistados do sexo masculino disseram que este seria um motivo muito importante, 52% (26) pouco importante e 14% (7) nada importante. E 50% (25) dos entrevistados do sexo feminino colocaram o mesmo motivo como muito importante, 34% (17) pouco importante e 16% (8) nada importante.



GRÁFICO 7 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a competir.

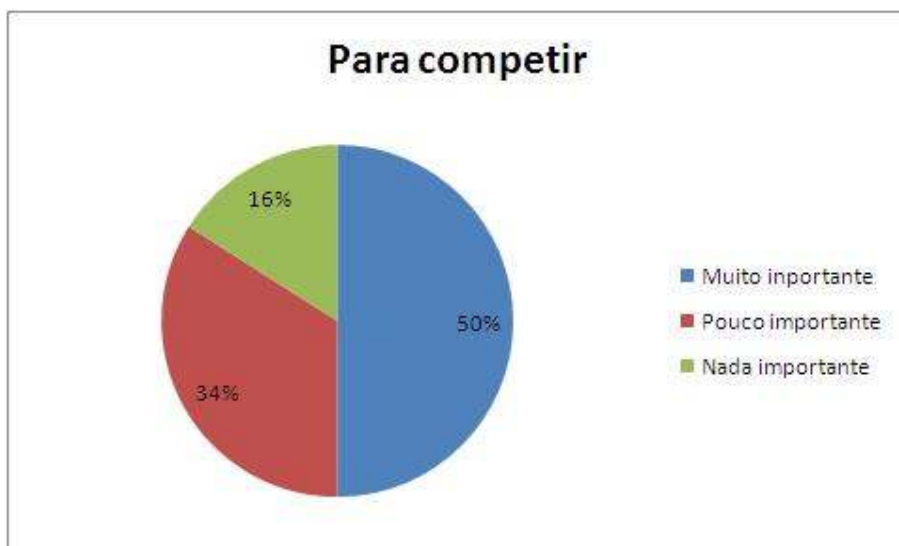


GRÁFICO 8 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a competir.

Com relação à busca da prática esportiva para ser um atleta 46% (23) dos adolescentes do sexo masculino que foram entrevistados consideraram esse motivo muito importante, 34% (17) pouco importante e 20% (10) nada importante. Já nos entrevistados do sexo feminino 38% (19) consideraram o motivo como sendo muito importante, 28% (14) pouco importante e 34% (17) nada importante.

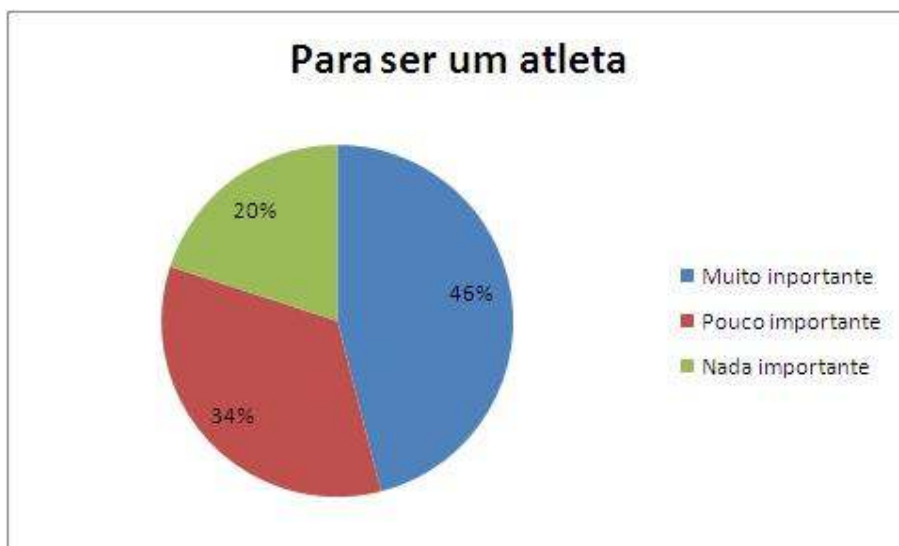


GRÁFICO 9 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a ser um atleta.



GRÁFICO 10 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a ser um atleta.

No que diz respeito ao desenvolvimento de novas habilidades 76% (38) dos adolescentes entrevistados do sexo masculino consideraram tal motivo muito importante, 22% (11) pouco importante e 2% (1) nada importante. No caso dos adolescentes do sexo feminino 68% (34) consideraram o motivo muito importante, 28% (14) pouco importante e 4% (2) nada importante.

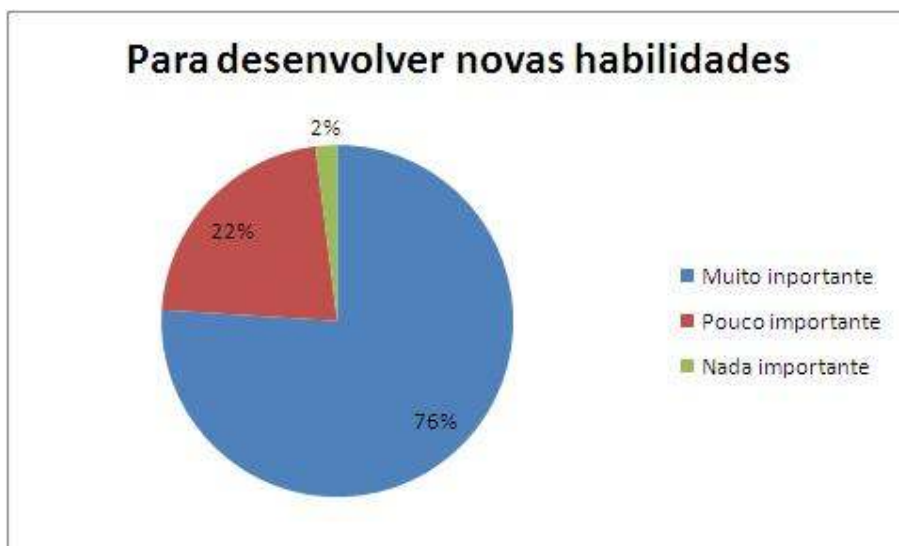


GRÁFICO 11 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a desenvolver novas habilidades.

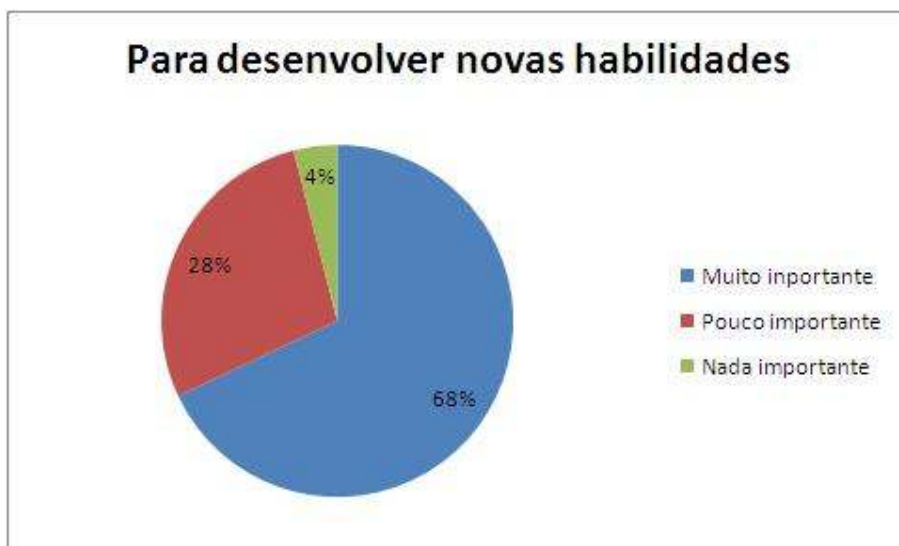


GRÁFICO 12 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a desenvolver novas habilidades.

Quanto à aprendizagem de novos esportes 60% (30) dos entrevistados do sexo masculino consideraram o motivo como muito importante, 36% (18) pouco importante e 4% (2) nada importante. Já com as entrevistadas do sexo feminino 70% (35) considerou o motivo muito importante, 20% (10) pouco importante e 10% (5) nada importante.

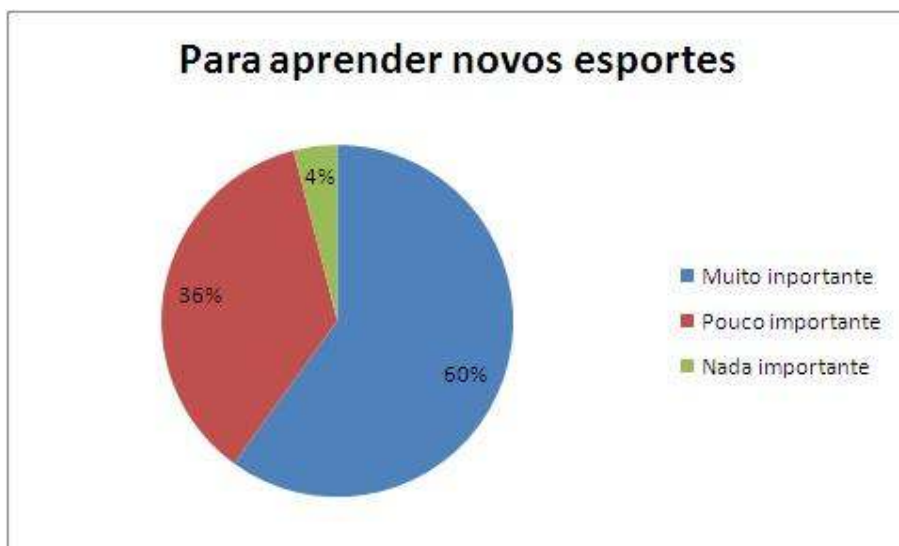


GRÁFICO 13 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a aprender novos esportes.



GRÁFICO 14 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a aprender novos esportes.

No tocante a ser jogador quando crescer 50% (25) dos entrevistados do sexo masculino considerou o motivo muito importante, 26% (13) pouco importante e 24% (12) nada importante. Com relação à opinião do sexo feminino 18% (9) das entrevistadas consideraram o motivo muito importante, 22% (11) pouco importante, 60% (30) nada importante.



GRÁFICO 15 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a ser jogador quando crescer.



GRÁFICO 16 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a ser jogador quando crescer.

Os resultados encontrados nessa categoria sugerem que os adolescentes entrevistados não estão muito preocupados com competições ou profissionalização esportiva. Dentro da categoria Competência Desportiva “para desenvolver novas habilidades” e “para aprender novos esportes” (em que 76% e 68% dos adolescentes do sexo masculino e feminino, respectivamente, consideraram o primeiro motivo muito importante e 60% e 70% dos adolescentes do sexo masculino e feminino, respectivamente, consideraram o segundo motivo muito importante) foram os motivos que receberam maiores valores de importância, enquanto “para competir” foi considerado por 34% adolescentes do sexo masculino como muito importante e “para ser jogador quando crescer” foi considerado muito importante por apenas 18% dos entrevistados do sexo feminino, tornando-se assim os dois motivos com menores valores de importância dentro da categoria.

Sugere-se que os motivos achados sejam intrínsecos, relacionados com a tarefa, em que o prazer pela realização do movimento, o gosto pelo esporte e a aprendizagem de movimentos novos são os fatores mais motivadores (INTERDONATO; MIARKA; OLIVEIRA; GORGATTI, 2008).

Tratando-se dos motivos ligados à saúde, que são: para exercitar-se, para manter a saúde, para desenvolver a musculatura, para ter bom aspecto, para manter o corpo

em forma e para emagrecer, 66% (33) dos entrevistados do sexo masculino consideraram o motivo exercitar-se muito importante, 32% (16) pouco importante e 2% (1) nada importante. Já as entrevistados do sexo feminino 78% (39) considerou o mesmo motivo muito importante, 18% (9) pouco importante e 4% (2) nada importante.



GRÁFICO 17 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a exercitar-se.



GRÁFICO 18 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a exercitar-se.

No que diz respeito a manter a saúde, 92% (46) dos entrevistados trataram o motivo como muito importante, 6% (3) pouco importante e 2% (1) nada importante. No caso das entrevistadas 82% (41) consideraram o motivo muito importante, 16% (8) pouco importante e 2% (1) nada importante.



GRÁFICO 19 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a manter a saúde.

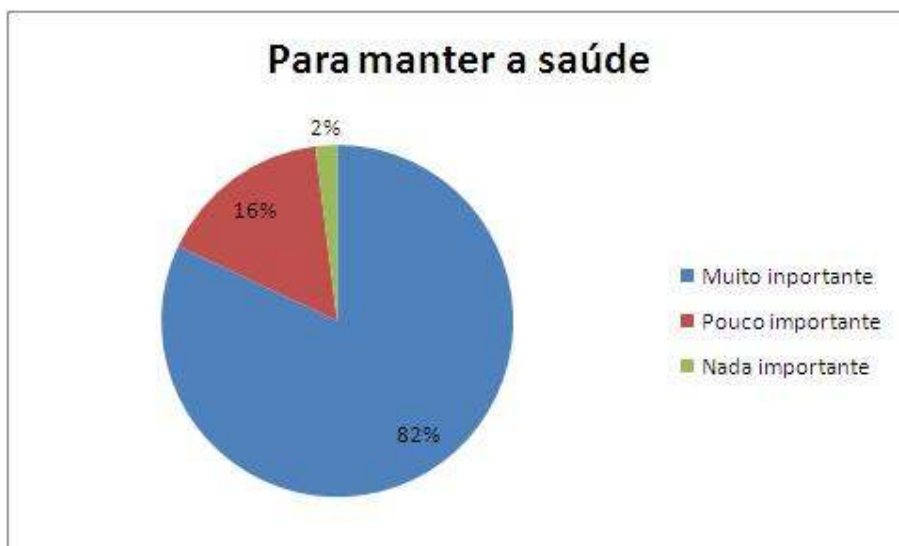


GRÁFICO 20 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a manter a saúde.

Considerando o motivo desenvolver a musculatura, 70% (35) dos entrevistados do sexo masculino consideraram o motivo muito importante, 26% (13) pouco importante e 4% (2) nada importante. Para as entrevistadas do sexo feminino 40% (20) consideraram o motivo muito importante, assim como 40% (20) também considerou o motivo pouco importante e 20% (10) o considerou nada importante.



GRÁFICO 21 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a desenvolver a musculatura.

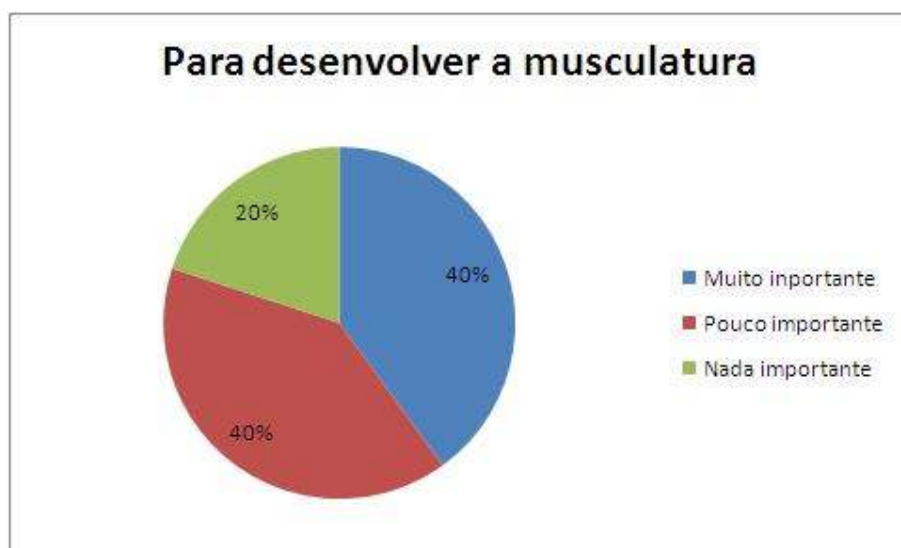


GRÁFICO 22 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a desenvolver a musculatura.

Com relação a ter bom aspecto 54% (27) dos entrevistados consideraram o motivo muito importante, 42% (21) pouco importante e 4% (2) nada importante. Para as entrevistadas 60% (30) consideraram o motivo muito importante, 30% (15) pouco importante e 10% (5) nada importante.

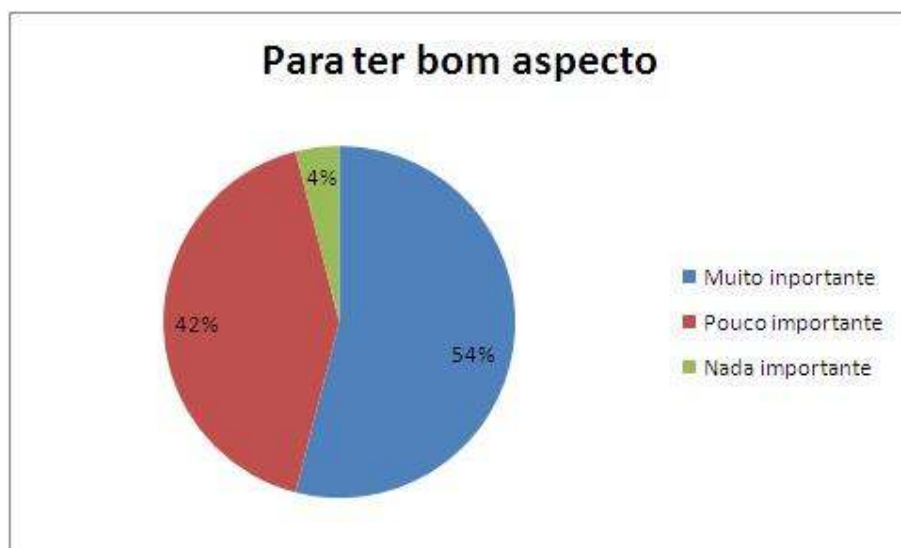


GRÁFICO 23 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a ter bom aspecto.



GRÁFICO 24 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a ter bom aspecto.

Sobre manter o corpo em forma, 84% (42) dos entrevistados de sexo masculino opinaram que o motivo é muito importante, 12% (6) pouco importante e 4% (2) nada importante. Para entrevistados de sexo feminino 70% (35) opinaram que o mesmo motivo era muito importante, 24% (12) pouco importante e 6% (3) nada importante.



GRÁFICO 25 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a manter o corpo em forma.



GRÁFICO 26 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a manter o corpo em forma.

Quando o motivo em questão foi emagrecer 34% (17) dos adolescentes de sexo masculino colocaram que o motivo era muito importante, 32% (16) pouco importante e 34% (17) nada importante. Já para adolescentes do sexo feminino 50% (25) delas colocaram o motivo como muito importante, 26% (13) pouco importante e 24% (12) nada importante.



GRÁFICO 27 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a emagrecer.



GRÁFICO 28 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a emagrecer.

Os resultados encontrados nessa categoria demonstram que os adolescentes estão preocupados com a saúde. Com exceção de “para desenvolver a musculatura” em que 40% dos adolescentes do sexo feminino entrevistados consideraram o motivo muito importante e “para emagrecer” onde 34% dos adolescentes do sexo masculino colocaram o motivo como muito importante a categoria Saúde foi a que recebeu os maiores valores de importância de acordo com o que foi respondido pelos adolescentes entrevistados.

Este achado contradiz o encontrado por Gaya e Cardoso (1998) onde se analisou os fatores motivacionais de crianças e adolescentes para a prática esportiva em clubes esportivos. Neste estudo verificou-se que os motivos pertencentes à categoria Competência Desportiva foram mais significativos nestes locais de prática.

Como ressaltam Interdonato *et al* (2008) essa pesquisa foi realizada há 12 anos, o que reforça a existência mais atual de maior conscientização e preocupação das crianças e adolescentes em relação à sua saúde. Isto pode ter relação com a grande difusão de informações sobre qualidade de vida no meio esportivo que houve na última década.

Ainda de acordo com esses autores, acredita-se que a preocupação com esta categoria esteja associada com estímulos externos, como ações educativas, mídia e escola, que podem influenciar neste comportamento.

Tratando, então, de motivos ligados a amizade/lazer que são: para brincar, para encontrar os amigos, para me divertir, para fazer novos amigos e para não ficar em casa, encontramos que para os entrevistados do sexo masculino 32% (16) consideraram o motivo brincar muito importante, 48% (24) pouco importante e 22% (11) nada importante. Para entrevistados do sexo feminino 33% (17) consideraram o motivo muito importante, 52% (26) pouco importante e 15% (7) nada importante.



GRÁFICO 29 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a brincar.



GRÁFICO 30 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a brincar.

Com relação a encontrar os amigos 42% (21) dos entrevistados do sexo masculino consideraram o motivo como muito importante, 40% (20) pouco importante e 18% (9) nada importante. Já as entrevistadas 46% (23) consideraram o motivo muito importante, 36% (18) pouco importante e 18% (9) nada importante.



GRÁFICO 31 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a encontrar os amigos.



GRÁFICO 32 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a encontrar os amigos.

No tratante a diversão 56% (28) dos entrevistados de sexo masculino colocaram o motivo como sendo muito importante, 36% (18) pouco importante e 8% (4) nada importante. Já os entrevistados de sexo feminino 66% (33) consideraram o mesmo motivo muito importante, 32% (16) pouco importante e 2% (1) nada importante.

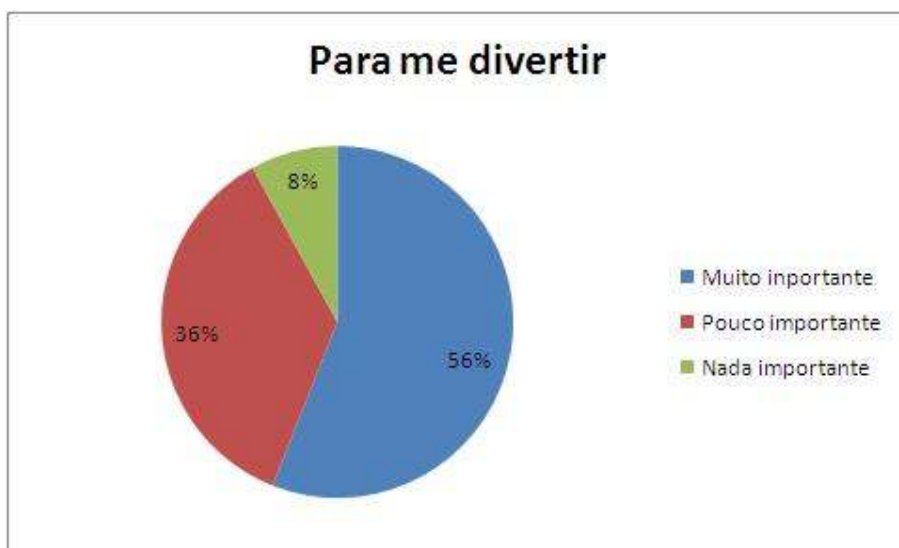


GRÁFICO 33 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a divertir.

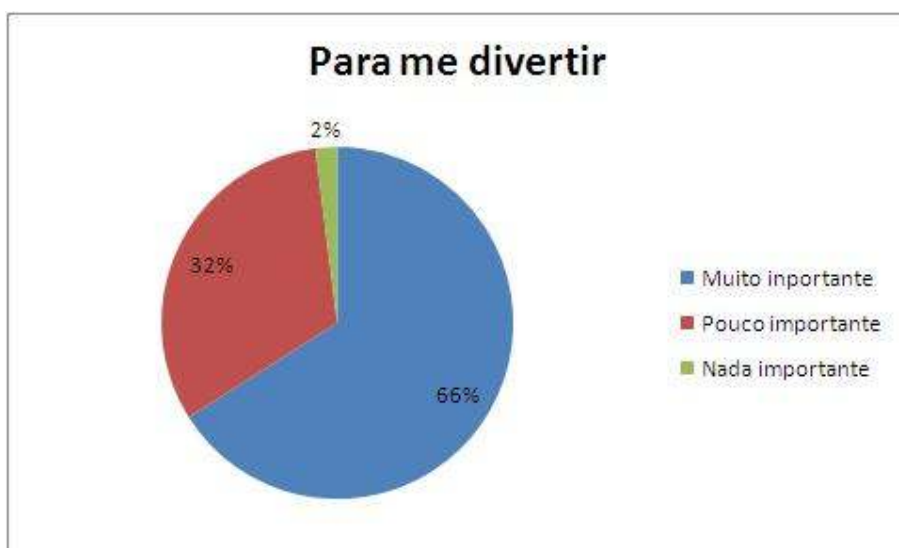


GRÁFICO 34 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a divertir.

Com relação a fazer novos amigos 42% (21) dos adolescentes do sexo masculino opinaram que o motivo era muito importante, 44% (22) pouco importante e 14% (7) nada importante. 56% (28) das adolescentes opinaram que o mesmo motivo era muito importante, 26% (13) pouco importante e 18% (9) nada importante.



GRÁFICO 35 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a fazer novos amigos.



GRÁFICO 36 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a fazer novos amigos.

Quando o motivo foi praticar atividade física para não ficar em casa 38% (19) dos adolescentes consideraram o motivo muito importante, 26% (13) pouco importante e 36% (18) nada importante. Já no caso das adolescentes 28% (14) consideraram o motivo muito importante, 48% (24) pouco importante e 24% (12) nada importante.



GRÁFICO 37 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo masculino no que diz respeito a não ficar em casa.



GRÁFICO 38 – Porcentagem dos graus de importância para adolescentes do sexo feminino no que diz respeito a não ficar em casa.

Dentro dessa categoria “para me divertir” foi o motivo que obteve maior importância, onde 56% dos adolescentes o consideraram muito importante e 66% das adolescentes também o consideraram muito importante. Já os motivos que apresentaram menor importância foram “para brincar” que obteve voto de muito importante de apenas 32% dos adolescentes do sexo masculino e 33% dos adolescentes do sexo feminino e “para não ficar em casa” onde apenas 38% e 28%

dos adolescentes do sexo masculino e feminino, respectivamente, o consideraram muito importante.

Apesar dos motivos dessa categoria terem recebido valores de importância menores que os motivos relacionados à categoria Saúde muitos estudos sobre os fatores motivacionais para a permanência de crianças e adolescentes nos programas esportivos relatam que, primordialmente, os jovens se envolvem nessas práticas na busca do divertimento, prazer e alegria (INTERDONATO; MIARKA; OLIVEIRA; GORGATTI, 2008 apud SCALCAN; BECKER JÚNIOR; BRAUNER, 1999, PAIM; PEREIRA, 2004, MAGILL, 1984).

6 CONCLUSÃO

No presente estudo, em que se buscou analisar os motivos que levam os adolescentes à prática esportiva, verificou-se que os adolescentes entrevistados, tanto do sexo masculino quanto feminino, atribuíram maiores valores de importância aos motivos relacionados à saúde, diferentemente do achado de Gaya e Cardoso (1998) onde os motivos ligados à Competência Desportiva receberam maior importância.

O resultado pode ser explicado pela maior difusão de idéias através da mídia e do ambiente tanto familiar quanto escolar. Os jovens têm cada vez mais acesso a todos os tipos de informações e as questões relacionadas à saúde podem ser um desses casos, no qual se divulga a busca pela melhora da qualidade de vida.

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.

É nessa perspectiva que Interdonato *et al* (2008) ressaltam “a necessidade de que os treinadores busquem tornar o momento da prática esportiva sempre uma experiência livre de pressões, que atenda às necessidades dos jovens. O excesso de cobranças e a falta de divertimento podem ser fatores que predisponham os atletas ao abandono precoce do esporte. Criar um ambiente atraente, no qual os momentos de descontração e a possibilidade de experimentar e desenvolver suas potencialidades se façam presentes, pode ser uma boa estratégia para que os treinadores consigam melhorar a aderência de crianças e adolescentes na prática esportiva”.

7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BALLARIN, G. G. **Prática Esportiva na Adolescência**. Disponível em: <http://www.nutrociencia.com.br/upload_files/arquivos/Pr%C3%A1tica%20Esportiva%20na%20Adolesc%C3%Aancia.doc>. Acesso em: 09 Jun. 2010.

BECKER JR., B. **Manual de Psicologia do Esporte e Exercício**. Porto Alegre: Nova prova, 2000.

CHAGAS, M. H.; SAMULSKI, D. M. **Análise da motivação para atividades físicas em academias de ginástica de Belo Horizonte**. In: I semana de iniciação científica da UFMG. Anais. Belo Horizonte, 1992.

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, número 2, ano 2, 1998

INTERDONATO, G. C.; MIARKA, B.; OLIVEIRA, A. R.; GORGATTI, M. G. **Fatores motivacionais de atletas para a prática desportiva**. 2008. Disponível em: <<http://cecemca.rc.unesp.br/ojs/index.php/motriz/article/viewFile/1290/1589>>. Acesso em: 14 Jun. 2010.

MAGILL, R. A. **A aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. São Paulo: Edgard Blücher, 1984.

PAIM, M. C. C. **Motivos que levam adolescentes a praticar futebol**. Revista Digital, Buenos Aires, número 43, ano 7. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd43/motivo.htm>>. Acesso em: 09 Jun. 2010.

PAIM, M. C. C.; PEREIRA, E. F. **Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola**. Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, v.10, n.3, 2004. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/10n3/09CCP_hp.pdf> Acesso em 29 jun. 2010.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia Do Esporte**. 2.ed. São Paulo: Manole Ltda, 2008.

SAMULSKI, D. M.; NOCE, F. **A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: um estudo entre professores, alunos e funcionários da UFMG**. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. 2000

SCALCAN, R. M.; BECKER JÚNIOR, B.; BRAUNER, M. R. G. **Fatores motivacionais que influem na aderência dos programas de iniciação desportiva pela criança.** Revista Perfil, Porto Alegre, 1999.

TERRA, G.B; HERNANDEZ, J. A. E; VOSER, R. C. **A motivação de crianças e adolescentes para a prática do futsal.** Revista Digital, Buenos Aires, número 128, ano 13. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd128/a-motivacao-de-criancas-e-adolescentes-para-a-pratica-do-futsal.htm>>. Acesso em: 10 Jun. 2010.

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. Disponível em: <<http://www.futsalbrasil.com.br/2008/artigos/artigo-de-futsal-6.pdf>>. Acesso em: 09 Jun. 2010.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício.** 4.ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

ZAGURY, T. **O adolescente por ele mesmo.** 9.ed. Rio de Janeiro: Record, 1997.

ANEXO I

Questionário 1

Marque com um X os motivos que o levaram a buscar a prática esportiva considerando os graus de importância (1,2 e 3).

1)Para vencer	1	2	3
2)Para exercitar-se	1	2	3
3)Para brincar	1	2	3
4)Para ser o(a) melhor no esporte	1	2	3
5)Para manter a saúde	1	2	3
6)Porque eu gosto	1	2	3
7)Para encontrar os amigos	1	2	3
8)Para competir	1	2	3
9)Para ser um atleta	1	2	3
10)Para desenvolver a musculatura	1	2	3
11)Para ter bom aspecto	1	2	3
12)Para me divertir	1	2	3
13)Para fazer novos amigos	1	2	3
14)Para manter o corpo em forma	1	2	3
15)Para desenvolver habilidades	1	2	3
16)Para aprender novos esportes	1	2	3
17)Para ser jogador quando crescer	1	2	3
18)Para emagrecer	1	2	3
19)Para não ficar em casa	1	2	3

Considerando: 1- nada importante; 2- pouco importante; 3- muito importante

Sexo:

☐

Masculino

☐

Feminino