

Motivação para a prática de esportes na Educação Física escolar

<https://doi.org/10.11606/issn.1981-4690.2024e38185517>

Gabriela Rezende de Oliveira Venturini^{*/**}
Mauro Lúcio Mazini Filho^{***}
Juliana Brandão Pinto de Castro^{*}
Hudson Rodrigues de Jesus^{****}
Renato Siqueira de Souza^{*****}
Jefferson Verbena de Freitas^{*****}
Nádia Souza Lima da Silva^{*}

^{*}Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.
^{**}Centro Federal de Educação Tecnológica de Minas Gerais, Leopoldina, MG, Brasil.
^{***}Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sudeste de Minas Gerais, Cataguases, MG, Brasil.
^{****}Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, MG, Brasil.
^{*****}Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, MG, Brasil.

Resumo

O comportamento sedentário tornou-se comum entre a população de jovens e adolescentes. Diferentes autores sugerem que a escola, mais especificamente a Educação Física escolar, deve assumir a incumbência de desenvolver práticas que ressaltem a importância de se adotar um estilo de vida saudável. O objetivo do presente estudo foi investigar a motivação para a prática de esportes escolares de alunos de 11 a 15 anos do ensino fundamental. A amostra foi composta por 118 alunos, de ambos os sexos, regularmente matriculados no ensino fundamental. A motivação foi analisada através do Participation Motivation Questionnaire (PMQ). Observou-se que os alunos são motivados à prática do basquetebol, handebol, futsal e voleibol para desenvolver a aptidão física, aprimorar a capacidade técnica, ter bons resultados competitivos e, na natação, como um meio de socialização através das atividades em grupo. Espera-se que esses fatores que influenciam na motivação para a prática esportiva possam auxiliar na motivação para elevar o nível de atividade física.

PALAVRAS-CHAVE: Motivação; Esporte; Adolescente; Escola; Comportamento sedentário; Estudantes.

Introdução

O sedentarismo é caracterizado pela ausência ou diminuição dos níveis de atividade física. O comportamento sedentário está associado à incidência de doenças crônicas não transmissíveis, incluindo a obesidade¹. No Brasil, apenas 25,6% da população pratica algum tipo de esporte e 45,9% está sedentária. Como justificativa, são apontados a falta de tempo (69,8%), problemas de saúde ou de idade (12,5%), cansaço, preguiça ou desmotivação (7%), problemas na prática, falta de resultados e

de socialização (6,1%), falta de espaços e instalações para prática (3,2%) e motivos econômicos (1,4%)².

Estudos vêm relatando uma incidência de obesidade na população jovem (adolescentes), associadas a um menor nível de atividade física, aumento da circunferência da cintura e maior tempo gasto com videogames, televisão e celular^{1,3-6}. Diferentes autores sugerem que a escola, de maneira geral, e a disciplina de Educação Física, em particular, devam assumir a incumbência de desenvolver

programas que levem os educandos a perceberem a importância de se adotar um estilo de vida saudável, fazendo com que a atividade física direcionada à promoção da saúde torne-se componente habitual no cotidiano das pessoas⁷⁻¹⁰. Essa questão se destaca, pois os hábitos adquiridos no decorrer dos anos letivos tendem a ser incorporados ao cotidiano, mesmo após a saída do estudante da instituição de ensino^{11,12}.

A Educação Física é uma disciplina obrigatória em toda a educação básica, responsável por ensinar as práticas corporais, como dança, ginásticas, jogos e brincadeiras,

lutas e esportes². Dentre as práticas corporais, o esporte é a prática mais presente nas aulas de Educação Física, sendo os esportes coletivos vôlei, basquete, handebol e futsal os mais praticados¹³.

Conhecer os fatores que influenciam na motivação dos alunos para as práticas esportivas dos esportes pode ser uma forma de utilizar esse fenômeno a favor da Educação Física escolar, fazendo com que os alunos iniciem o estilo de vida saudável através do esporte. Diante do exposto, o objetivo do presente estudo foi investigar a motivação para a prática de esportes escolares de alunos de 11 a 15 anos do ensino fundamental.

Método

Esse estudo se classifica como transversal¹⁴. A amostra foi composta por alunos, de ambos os sexos, regularmente matriculados no ensino fundamental, de uma escola pública da rede estadual de Minas Gerais, Brasil, e que participavam das equipes que competem os Jogos Escolares de Minas Gerais (JEMG). Os seguintes critérios de inclusão foram adotados: a) praticar qualquer modalidade esportiva nas aulas de Educação Física escolar; b) assinar o termo de assentimento livre e esclarecido (TALE); c) assinatura dos responsáveis do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), conforme determinação do Conselho Nacional de Saúde, Resolução nº 466/2012.

A coleta de dados foi realizada em duas visitas. Na primeira, foi explicada a pesquisa para os voluntários e assinado o TALE pelo aluno, que levou para casa o TCLE para leitura e assinatura do responsável. Na segunda visita, os termos foram devolvidos e o questionário foi aplicado.

Para a investigação central da pesquisa, foi aplicado o *Participation Motivation Questionnaire* (PMQ), de GILL, GROSS e HUDDLESTON¹⁵, traduzido e validado para a língua portuguesa e para a população brasileira por GUEDES e SILVÉRIO NETTO¹⁶. O PMQ consiste em 30 itens equivalentes ao elenco de possíveis motivos que possam levar os atletas-jovens a praticar esportes, agrupados em oito fatores

de motivação: a) reconhecimento social; b) atividade de grupo; c) aptidão física; d) emoção; e) competição; f) competência técnica; g) afiliação; h) diversão. No delineamento desse questionário, o respondente indica o grau de importância que mais se aplica para a prática de esporte, mediante escala de medida tipo Likert de valores para cinco pontos (1 = “nada importante” a 5 = “muito importante”)¹⁶.

A estatística descritiva foi apresentada utilizando a média e o desvio-padrão (variáveis quantitativas) e frequências absoluta e relativa (variáveis qualitativas). Os pressupostos paramétricos de normalidade e igualdade de variâncias foram avaliados pelo teste Kolmogorov-Smirnov e pelo teste de Levene, respectivamente. Para testar diferenças nos motivos de participação entre meninos e meninas, utilizou-se o teste t de Student para amostras independentes. Para testar diferenças nos motivos de participação entre as modalidades esportivas, utilizou-se a ANOVA one-way, com teste post hoc de Tuckey. O tamanho do efeito (TE) foi avaliado pelo d de Cohen, sendo adotada a seguinte classificação: pequeno: 0.20 – 0.49; moderado: 0.50 – 0.79; elevado: ≥ 0.80 ¹⁷. A consistência interna do questionário foi avaliada pelo alpha de Cronbach. Todas as análises foram feitas no IBM SPSS versão 20 (IBM Corp., Armonk, NY, USA). O valor de $p \leq 0,05$ foi adotado para significância estatística.

Resultados

A TABELA 1 apresenta as características gerais da amostra, que foi composta por 118 alunos. A média de idade foi de 13,4 \pm 0,9 anos, variando de 11 a 15 anos, sendo que a maioria tinha idade de 13

anos. Não houve diferença significativa na idade entre meninas e meninos. A maioria dos avaliados praticavam esportes coletivos (83%) em comparação aos esportes individuais (natação - 17%).

TABELA 1 - Características gerais da amostra.

Característica	N	%
Sexo		
Feminino	56	47,5
Masculino	62	52,5
Idade		
\leq 12 anos	37	31,4
13 anos	50	42,4
\geq 14 anos	31	26,3
Modalidades		
Handebol	20	16,9
Futsal	30	25,4
Basquetebol	22	18,6
Voleibol	26	22,0
Natação	20	16,9

Quanto aos motivos de participação, foi observada moderada a elevada consistência interna nas escalas do questionário, avaliada pelo alpha de Cronbach: reconhecimento social ($r = 0,81$), atividade de grupo ($r = 0,64$), aptidão física ($r = 0,67$), emoção ($r = 0,60$), competição

($r = 0,71$), afiliação ($r = 0,66$), diversão ($r = 0,58$); exceto na subescala competência técnica ($r = 0,33$), que apresentou baixa consistência interna.

Na TABELA 2 são observados os valores descritivos da amostra para cada um dos motivos de participação nos esportes escolares.

TABELA 2 - Valores descritivos dos motivos de participação no esporte entre meninas e meninos praticantes de esporte escolar ($n = 118$). Valores em Média \pm DP.

Motivos	Basquetebol	Futsal	Handebol	Voleibol	Natação
Reconhecimento Social	3,14 \pm 1,08	3,73 \pm 0,83	3,63 \pm 0,95	3,18 \pm 0,84	3,65 \pm 0,90
Atividade de Grupo	3,60 \pm 0,96	4,02 \pm 0,81	4,05 \pm 0,82	3,75 \pm 0,72	4,40 \pm 0,47
Aptidão Física	4,13 \pm 0,88	4,20 \pm 0,76	4,26 \pm 0,66	4,00 \pm 0,71	4,23 \pm 0,66
Emoção	3,30 \pm 0,84	3,46 \pm 1,11	3,50 \pm 1,01	3,32 \pm 0,91	3,61 \pm 0,90
Competição	3,95 \pm 1,30	4,51 \pm 0,60	4,40 \pm 1,02	4,21 \pm 0,66	3,87 \pm 0,97
Competência Técnica	4,42 \pm 0,85	4,47 \pm 0,59	4,31 \pm 0,74	4,20 \pm 0,58	4,36 \pm 0,62
Afiliação	3,19 \pm 1,22	3,43 \pm 1,16	3,23 \pm 1,18	3,20 \pm 0,89	4,20 \pm 0,53
Diversão	3,36 \pm 1,09	3,73 \pm 0,83	3,66 \pm 0,82	3,49 \pm 0,81	4,08 \pm 0,55

DP = desvio padrão.

Foram observadas diferenças estatisticamente significantes entre os motivos de participação para todas as modalidades. No basquetebol, os maiores motivos estão relacionados à competência técnica, aptidão física e competição (FIGURA 1). No futsal, os maiores motivos estão relacionados à competição, competência técnica e aptidão física (FIGURA 2). No handebol, os maiores motivos estão

relacionados à competição, competência técnica e aptidão física (FIGURA 3). No voleibol, os maiores motivos estão relacionados à competição, competência técnica e aptidão física (FIGURA 4). Na natação, os maiores motivos estão relacionados à atividade de grupo em relação ao reconhecimento social e emoção, sendo o motivo relacionado à emoção considerado o menor valor (FIGURA 5).

*Diferença estatisticamente significante, em relação aos demais motivos, $F = 9,072$; $p < 0,001$.

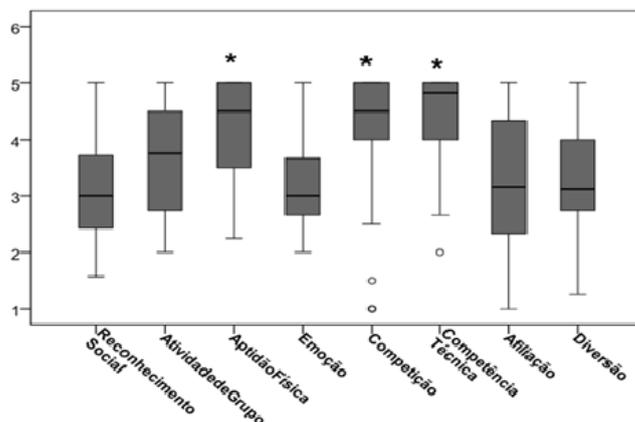


FIGURA 1 - Boxplot dos motivos de participação no esporte em jovens de 11 a 15 anos de ambos os sexos praticantes de basquetebol.

*Diferença estatisticamente significante em relação aos demais motivos, $F = 11,047$; $p < 0,001$.

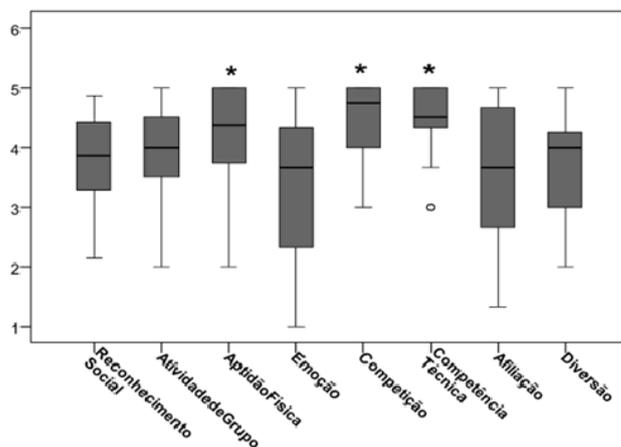


FIGURA 2 - Boxplot dos motivos de participação no esporte em jovens de 11 a 15 anos de ambos os sexos praticantes de futsal.

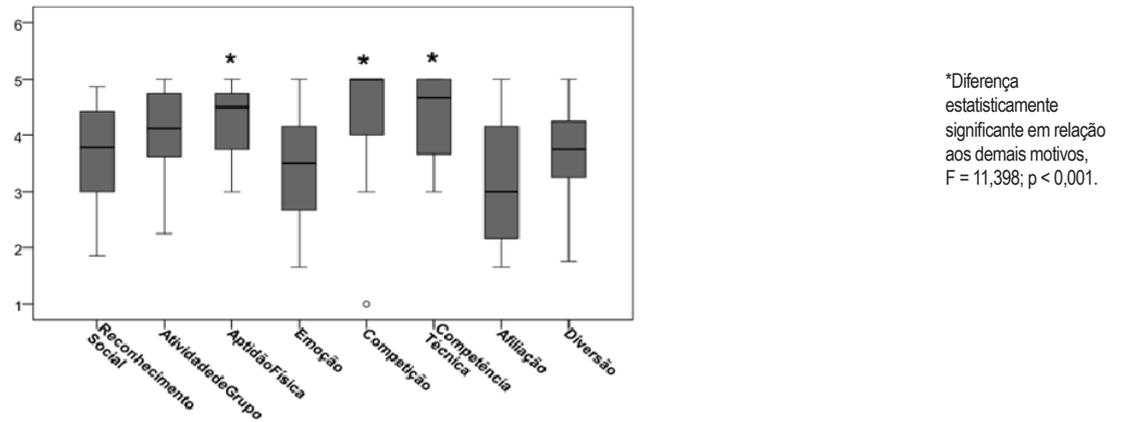


FIGURA 3 - Boxplot dos motivos de participação no esporte em jovens de 11 a 16 anos de ambos os sexos praticantes de handebol.

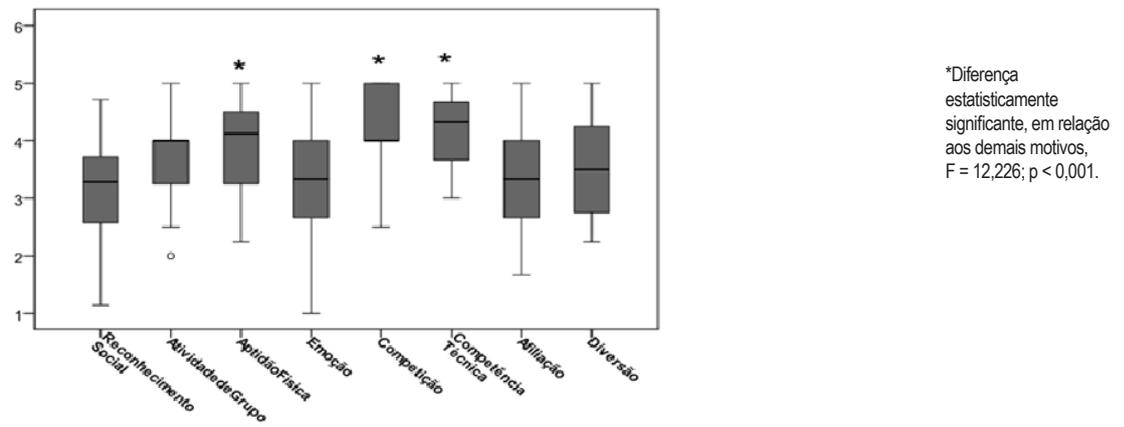


FIGURA 4 - Boxplot dos motivos de participação no esporte em jovens de 12 a 16 anos de ambos os sexos praticantes de voleibol.

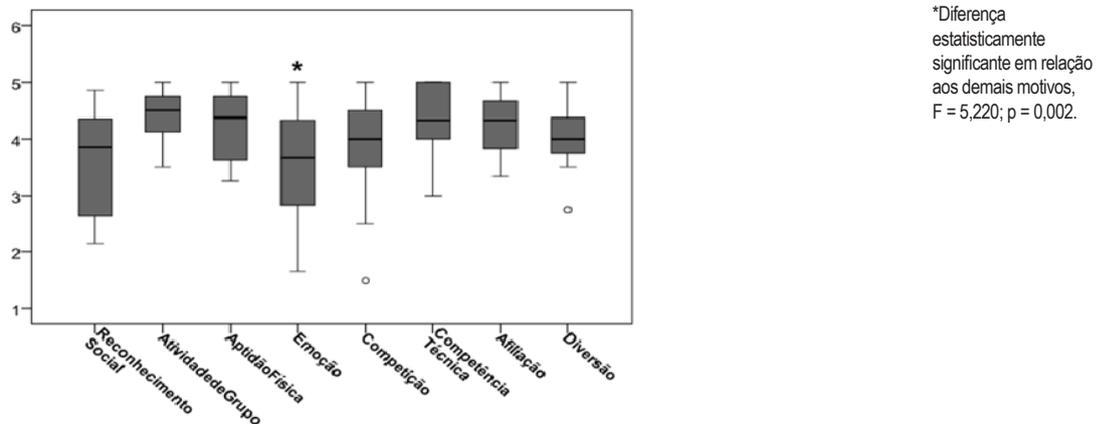


FIGURA 5 - Boxplot dos motivos de participação no esporte em jovens de 11 a 15 anos de ambos os sexos praticantes de natação.

Discussão

Após a investigação sobre os motivos para a prática de esportes escolares de alunos de 11 a 15 anos do ensino fundamental, foi possível identificar que os esportes coletivos apresentaram resultados que destacam os componentes: competição, competência técnica e aptidão física, enquanto que o único esporte individual (natação) se destacou nos seguintes componentes: atividades de grupo, competência técnica e aptidão física. Esses resultados podem estar relacionados ao perfil da escola investigada, uma vez que apresenta um perfil esportivo bastante competitivo e professores que são entusiastas dos esportes de competição a nível escolar.

Passando à avaliação dos desportos, é possível observar que os esportes coletivos investigados trazem uma mesma tendência, onde os componentes apresentados apresentam uma relação entre si, uma vez que, para se destacar em competições, um bom nível técnico e de aptidão física se fazem necessários. Dessa forma, a competência técnica e a aptidão física são destacadas pelos alunos-atletas, pois, intrinsecamente, atribuem a elas a possibilidade de sucesso esportivo^{16,18,19}. Adicionalmente, são destacadas por inúmeros professores ou treinadores esportivos que tem por objetivo a vitória e não o processo educacional de uma forma geral.

Considerando a faixa etária dos alunos pesquisados que se encontram na fase da adolescência, esse é um período de grandes descobertas, de mudanças corporais e modificações comportamentais. Sendo assim, a busca por aprovação, por sucesso/status culmina por mostrar todo o sucesso do jovem perante o esporte²⁰.

Portanto, quando encontramos esses três aspectos como sendo os mais importantes, aptidão física, competência técnica e competição, tudo se encaminha para ir de encontro a fase com que o adolescente atravessa, ou seja, a capacidade física, somada a técnica permitirá a sua participação em competições e ao participar das competições o levará a ter o status. Os fatores sociais apresentam valores menores, porém é possível predizer que ele venha em consequência dos demais.

Já em relação ao único desporto individual

analisado, a natação, os resultados foram um pouco distintos, onde os componentes que mais se destacaram foram às atividades de grupo, seguidos da competência técnica e aptidão física. Isso nos leva a refletir que esses alunos ao optarem pelo desporto individual, apresentam maiores características de socialização entre um grupo do que a competição propriamente dita que passa a ser coadjuvante. Todavia, aspectos técnicos e de aptidão física também são destacados. Dentro dessa perspectiva, é importante entender esses resultados e, através deles, motivar o engajamento desses alunos para que se tornem adultos fisicamente ativos²¹⁻²³.

O estudo de GONZALEZ et al.²⁴ revela que atletas envolvidos em esportes competitivos são mais motivados por questões intrínsecas do que praticantes de forma recreacional, que se preocupam mais com questões ligadas à motivação extrínseca, como pertencer a um grupo, o que corrobora com os achados do presente estudo, uma vez que na região da escola onde foi realizado o estudo, predomina as competições de esporte coletivo e conforme encontrado e que chamou a atenção em relação a natação o fato da motivação ligada às atividades em grupo.

A natação, assim como outros esportes individuais, atletismo, canoagem de velocidade, ciclismo de velocidade a melhora da marca, uma evolução no desempenho é algo grandioso para o atleta. Portanto, no esporte individual, antes de competir com os adversários, cada praticante tem sua competição intrínseca, ou seja, o atleta de esporte individual está o tempo todo competindo consigo mesmo, pois, independe de adversário, esse fato pode ter desencadeado a falta do componente competição no esporte individual.

Os achados de SOUZA et al.²⁵ colaboram com os resultados para a modalidade natação uma vez que este foi realizado na modalidade atletismo. Os autores identificaram que a motivação para a prática do atletismo é independente da prova disputada, quanto mais experiente o praticante, maior é a motivação intrínseca e o sexo masculino apresenta uma maior motivação extrínseca que o sexo feminino. Assim sendo, a motivação para a

prática do esporte individual se caracteriza pelo prazer da prática da modalidade.

Uma limitação da presente pesquisa foi o instrumento metodológico adotado, que consistiu na aplicação de um questionário apenas uma vez e em um único grupo investigado. Portanto, recomenda-se cautela na interpretação e generalização dos achados do presente estudo.

Conclui-se que os alunos são motivados

à prática do basquetebol, handebol, futsal, voleibol para desenvolver a aptidão física, aprimorar a capacidade técnica, ter bons resultados competitivos e, na natação, como um meio de socialização através das atividades em grupo. Sugere-se que pesquisas futuras investiguem a motivação para a prática de esportes em outras escolas e estados, além de incluir alunos que não necessariamente estejam inseridos em equipes esportivas.

Abstract

Motivation for sports practice in school Physical Education.

Sedentary behavior has become common among the youth and adolescent population. Different authors suggest that the school, more specifically Physical Education at school, should assume the task of developing practices that emphasize the importance of adopting a healthy lifestyle. The aim of the present study was to investigate the motivation for practicing school sports by students aged 11 to 15 years of elementary school. The sample consisted of 118 students, of both sexes, regularly enrolled in elementary school. Motivation was analyzed using the Participation Motivation Questionnaire (PMQ). It was observed that students are motivated to practice basketball, handball, futsal, and volleyball to develop physical fitness, improve technical capacity, have good competitive results and, in swimming, as a means of socializing through group activities. We hope that these factors that influence motivation to practice sports can assist in motivation to raise the level of physical activity.

KEYWORDS: Motivation; Sports; Adolescent; School; Sedentary behavior; Students.

Referências

1. Niermann CYN, Gerards SMPL, Kremers SPJ. Conceptualizing family influences on children's energy balance-related behaviors: levels of interacting family environmental subsystems (the LIFES framework). *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(12):2714.
2. Brasil. Diagnóstico Nacional do Esporte (DIESPORTE). Ministério do Esporte; 2015.
3. Hallal PC, Bertoldi AD, Gonçalves H, Victora CG. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. *Cad Saúde Pública*. 2006;22(6):1277-1287.
4. Sevil J, García-González L, Abós Á, Generelo E, Aibar A. Can High Schools be an effective setting to promote healthy lifestyles? effects of a multiple behavior change intervention in adolescents. *J Adolesc Health*. 2019;64(4):478-486.
5. Júdice PB, Silva AM, Berría J, Petroski EL, Ekelund U, Sardinha LB. Sedentary patterns, physical activity and health-related physical fitness in youth: a cross-sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2017;14(1):25-33.
6. Werneck AO, Silva ECA, Bueno MRO, Vignadelli LZ, Oyeyemi AL, Romanzini CLP, Ronque ERV, Romanzini M. Association(s) between objectively measured sedentary behavior patterns and obesity among Brazilian adolescents. *Pediatr Exerc Sci*. 2018;31(1):37-41.
7. Guedes DP. Educação para a saúde mediante programas de Educação Física escolar. *Motriz*. 1999;5(1):10-15.
8. Ferreira MS. Aptidão física e saúde na educação física escolar: ampliando o enfoque. *Rev Bras Cienc Esporte*. 2001;22(2):41-54.
9. Alves US. Não ao sedentarismo, sim à saúde: contribuições da Educação Física escolar e dos esportes. *Mundo Saúde*.

- 2007;31(4):464-469.
10. Venturini GRO, Mazini FML, Touguinha HM, Castro JBP, Pereira MR, Vale RGS. Análise do conceito de saúde abordado nas aulas de Educação Física escolar: uma revisão integrativa. *Rev Interdisciplin Promoç Saúde*. 2018;1(2):119-126.
 11. Haberman S, Luffey D. Weighing in college students' diet and exercise behaviors. *J Am Coll Health*. 1998;46(4):189-191.
 12. Castro JBP, Vale RGS, Aguiar RS, Mattos RS. Perfil do estilo de vida de universitários de Educação Física da cidade do Rio de Janeiro. *Rev Bras Cienc Mov*. 2017;25(2):73-83.
 13. Betti M, Zuliani LR. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. *Rev Mackenzie Educação Fís Esporte*. 2002;1(1):73-81.
 14. Thomas JR, Nelson JK, Silverman SJ. Métodos de pesquisa em atividade física. 6. ed. Rio de Janeiro: Artmed; 2012.
 15. Gill DL, Gross JB, Huddleston S. Participation motivation in youth sports. *Int J Sport Psychol*. 1983;14(1):1-14.
 16. Guedes DP, Silvério NJE. Participation motivation questionnaire: tradução e validação para uso em atletas-jovens brasileiros. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2013;27(1):137-148.
 17. Cohen J. A power primer. *Psychol Bull*. 1992;112(1):155-159.
 18. Campos LTS, Vigário PS, Lürdorf SMA. Fatores motivacionais de jovens atletas de vôlei. *Rev Bras Cienc Esporte*. 2011;33(2):303-317.
 19. Januário N, Colaço C, Rosado A, Ferreira V, Gil R. Motivação para a prática desportiva nos alunos do ensino básico e secundário: Influência do gênero, idade e nível de escolaridade. *Motri*. 2012;8(4):38-51.
 20. Hernandez JAE, Voser RC, Lykawka MA. Motivação no esporte de elite: comparação de categorias do futsal e futebol. *Rev Digital*. 2004;10(77).
 21. Capranica L, Millard-Stafford ML. Youth sport specialization: how to manage competition and training? *Int J Sports Physiol Perform*. 2011;6(4):572-579.
 22. Delorme N, Chalabaev A, Raspaud M. Relative age is associated with sport dropout: evidence from youth categories of French basketball. *Scand J Med Sci Sports*. 2018;21(1):120-128.
 23. Sirard JR, Pfeiffer KA, Pate RR. Motivational factors associated with sports program participation in middle school students. *J Adolesc Health*. 2006;38(6):696-703.
 24. Gonzalez OM, Valle AS, Marquez S. Self-determination and exercise adherence: state-of-the-art. *Rev Int Cienc del Deporte*. 2011;7(25):287-304.
 25. Souza RS, Lima JRP, Werneck FZ, Bara FMG, Freitas JV. Motivação de jovens e adultos para o treinamento do atletismo. *Pensar Prat*. 2016;19(4):914-925.

ENDEREÇO

Juliana Brandão Pinto de Castro
Universidade do Estado do Rio de Janeiro
Rua São Francisco Xavier, 524 - Pavilhão João Lyra Filho
20550-900 - Maracanã - RJ - Brasil
E-mail: julianabrandaoflp@hotmail.com

Submetido: 07/05/2021

Revisado: 21/07/2022

Aceito: 06/01/2023