

A Motivação dos Alunos para a Participação no Desporto Escolar

Inês Sá⁽¹⁾; José Bordonhos⁽¹⁾; Noémia Monteiro⁽¹⁾; Francisco Gonçalves ^(1;2)

⁽¹⁾ UTAD – Portugal

⁽²⁾ CIDESD – IPP – SCPD – Portugal

Resumo

A realização deste estudo teve como objectivo investigar as diferentes motivações que levam os alunos à prática do desporto escolar. A amostra foi constituída por alunos de ambos os sexos, de três escolas, das quais duas da região norte e uma da região centro de Portugal, participaram no estudo 142 questionados, sendo todos eles actuais praticantes do desporto escolar. Para a recolha de dados relativa ao estudo procedeu-se à elaboração e aplicação de um questionário que focaliza os diferentes tipos de aspectos motivadores que levam os alunos à prática do desporto escolar. De uma forma geral os resultados obtidos evidenciam o gosto pela modalidade (30%), a manutenção da condição física (20%) e o convívio (18%) como motivações mais importantes para a prática, enquanto que o factor competitivo (17%) e a prática como ocupação dos tempos livres (15%) demonstraram-se não tão importantes como factor motivacional para a maioria dos alunos participantes no estudo.

Palavras-chave: motivação; desporto escolar; prática desportiva.

Introdução

Com o passar dos anos tem vindo a verificar-se uma maior adesão e interesse pelo fenómeno desportivo por parte da população em geral (Sousa, 2004).

Com o passar dos anos, cada vez mais se verifica um destacar do lugar ocupado nos tempos livres das crianças e jovens (Roberts, 1993), tal como no restante processo educativo. (Sousa, 2004)

A escola deverá ser o principal meio promotor da actividade física, sendo os professores os principais responsáveis neste intuito; pois devem proporcionar experiências positivas com prática de exercício físico e também realçar a importância dos benefícios de uma prática física regular para um estilo de vida saudável. A melhor forma que os professores têm para passar aos alunos estes

hábitos são as aulas de Educação Física e as Actividades Extra-curriculares, onde se encontra o Desporto Escolar (Sousa, 2004).

É importante para os estudos sobre a motivação desportiva compreender que influência é exercida nos atletas quanto aos seus efeitos psicológicos (Roberts e tal., 1986, citado por Sousa, 2004). E por essa razão que os aspectos motivacionais são aqueles que têm recebido mais atenção por parte da comunidade científica, pois apesar da motivação ser uma área amplamente estudada continua a ocupar um lugar central dos estudos científicos (Biddle, 1997).

É essencial que tanto os treinadores como os professores e os pais conheçam como funciona a motivação no desporto, pois só assim poderão compreender determinadas questões relacionadas tais como: a persistência no desporto versus abandono desportivo; a intensidade na prática; o interesse dos jovens por uma determinada actividade em detrimento de outra; ou ainda as diferenças individuais na aceitação dos resultados (Fonseca, 1993; citado por Sousa, 2004).

A compreensão do significado e das razões para o envolvimento das crianças e dos jovens no desporto implica o estudo da motivação, e particularmente do tipo de objectivos estabelecidos por estes indivíduos nestes contextos (Duda, 1996) na medida em que a diferentes objectivos parecem corresponder, por exemplo, diferentes tipos de motivação ou de comportamento (Roberts, 1992).

O sujeito tem de ser considerado como instância activa e selectiva do seu próprio comportamento, capaz de o modelar e regular em função de objectivos e de finalidades a alcançar, por um lado, e das condições ou das disponibilidades do meio, por outro (Abreu, 1998).

Tornando-se assim fundamental que o ambiente das aulas seja positivo, assente na alegria e na estimulação permanente de forma a desenvolver as habilidades dos alunos e um sentimento de sucesso e de desejo (Carleton & Henrich, 2000).

O Desporto Escolar é um campo que necessita de mais investigação neste domínio, uma vez que o mesmo pode desempenhar um papel fundamental na iniciação desportiva de muitos dos nossos jovens, visto que a grande maioria das escolas proporciona este tipo de actividades. No entanto, apesar de serem reconhecidos os seus benefícios, existe uma reduzida participação dos alunos nessas actividades. Como tal, parece-nos essencial compreender o impacto das mesmas nos jovens que delas usufruem (Sousa, 2004).

Sendo o Desporto Escolar uma actividade de carácter facultativo constitui uma boa aposta no sentido de conferir alguma credibilidade e valor às actividades físicas, pelo carácter de complementaridade ou de reforço das actividades curriculares (Mota, 1997).

De acordo com o programa do Desporto Escolar (2º e 3º ciclos do ensino básico e secundário), o mesmo deve integrar-se, de forma articulada e continuada, no conjunto dos objectivos gerais e específicos do Plano de Actividades das escolas e, em particular, respeitando cada nível de escolaridade (Sousa, 2004).

O Desporto Escolar, inserido no Sistema Educativo, só poderá cumprir a sua função social, cultural e educativa, se mantiver relações de cooperação devidamente articuladas entre o Sistema Educativo (nomeadamente na ligação com a disciplina curricular de Educação Física e na participação em projectos educativos globais) e o Sistema Desportivo (nomeadamente na articulação estratégica com o Desporto Federado) (Sousa, 2004).

Quanto à motivação é sabido que tem sido alvo de muitas investigações e discussões em diferentes contextos, sendo considerada por muitos autores a chave de qualquer acção humana e reconhecida nas várias áreas da actividade física, mostrando-se benéfica tanto ao nível biológico, como ao nível psicológico (Saba, 2001 citado por Alves, Brito e Serpa (1996). Segundo Alves, Brito e Serpa (1996), o termo motivação, significa “acção de pôr em movimento” e parece ser originário das palavras latinas *motu* (movimento) e *movere* (mover), o que lhe confere uma ideia de movimento para ir de um local para outro. No entender destes autores, a motivação é entendida através de um conjunto de variáveis que estabelecem a razão que leva os indivíduos à escolha de um determinado desporto e ainda, o seu empenho e permanência a longo prazo, podendo assim auxiliar no planeamento, promoção e manutenção das pessoas em determinada actividade física. (Ashford , Biddle & Goudas, 1993, citado por Trembath, Szabo & Baxter, 2002)

Samulski e Noce, (2002) citado por Veigas, Catalão, Ferreira & Boto (2009) afirmam que a motivação “é caracterizada por um processo activo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interacção de factores pessoais (intrínsecos) e ambientes (extrínsecos)”.

Com isto, podemos classificar a motivação como sendo extrínseca e intrínseca. Na motivação extrínseca a pessoa adere ou mantém-se numa actividade pelas recompensas extrínsecas fornecidas por outros (aprovação social dos adultos e

colegas, recompensas materiais, status social). Na motivação intrínseca, a pessoa adere ou mantém-se na actividade pelo próprio prazer que esta lhe proporciona (satisfação, divertimento, curiosidade e mestria pessoal) (Cruz, 1996 citado por Veigas, Catalão, Ferreira & Boto 2009).

Um dos estudos mais relevantes nesta área, realizado por Gill, Gross & Huddleston (1983) citado em Veigas, Catalão, Ferreira & Boto (2009), desenvolveu um questionário, "Participation Motivation Questionnaire", para avaliar os motivos que levam os jovens a participar no desporto, além disso investigaram as razões mais importantes para a participação desportiva. Os resultados adquiridos mostram que as razões mais importantes para a participação desportiva eram: melhorar as competências, divertimento, aprender novas competências, desafio e ser fisicamente saudável. Perante a análise das respostas permitiram identificar várias dimensões da motivação para a participação desportiva: realização/ estatuto, orientação para a equipa, saúde física, descarga de energias, factores situacionais, desenvolvimento de competências, amizade e divertimento.

Fonseca e Maia (2000) citado em Veigas, Catalão, Ferreira & Boto (2009) investigaram a importância atribuída por crianças e jovens adolescentes a um determinado conjunto de motivos normalmente indicados como determinantes na sua decisão de praticarem desporto. Na sua totalidade verificaram que, de uma forma geral pareceu ser evidente, a decisão de praticarem uma actividade desportiva competitiva alicerçava-se fundamentalmente em motivos relacionados com a tentativa de melhorar, ou de demonstrar, a sua competência para a prática dessa modalidade, bem como a procura da aquisição, ou manutenção, de elevados índices de forma física. Imediatamente a seguir, foram referidos como importantes, os motivos relacionados com a afiliação quer geral quer específica, e a competição.

Metodologia

A amostra deste estudo é constituída por 142 alunos com idades compreendidas entre os 10 e os 19 anos, dos quais 65 (45,8%) são do género masculino e 77 (54,2%) do género feminino, praticantes de diversas modalidades do desporto escolar (Andebol, Basquetebol, Futsal, Ginástica, Ténis e Ténis de Mesa) de três escolas das regiões Norte e Centro de Portugal.

Para a realização deste estudo começou por se elaborar um questionário para avaliar a motivação dos alunos integrados no desporto escolar.

As escolas participantes no estudo foram contactadas pessoalmente com os directores e professores responsáveis pelo desporto escolar, explicando a finalidade da investigação e requerendo a autorização para aplicação do questionário aos alunos do desporto escolar e aguardando a confirmação de interesse e disponibilidade.

A colecta dos dados foi realizada com a ajuda dos professores durante a realização dos treinos de desporto escolar.

O questionário realizado aos alunos é anónimo e constituído por três questões para avaliar a sua motivação no desporto escolar, sendo elas: “Modalidades que pratica no desporto escolar”; “Já praticou outras modalidades que não a(s) actual (ais)?”; “Qual a tua motivação para a prática do desporto escolar?”.

Para a análise estatística dos questionários proceder-se-á à sua contagem e posterior avaliação gráfica.

Apresentação e Discussão de Resultados

Analisando as respostas aos questionários dos participantes fomos capazes de verificar que as razões que exercem mais impacto para a prática do Desporto Escolar são:

O gosto pela modalidade revelou-se a principal motivação para a prática do desporto escolar, seguido da manutenção da condição física, convívio, gosto competitivo e por último a ocupação dos tempos livres.

Em relação aos resultados obtidos nesta questão podemos verificar que a ocupação dos tempos livres é uma motivação menor, demonstrando-nos que estes praticantes participam no desporto escolar principalmente por gosto e não pelo simples facto de não terem com que ocupar o seu tempo livre.

De acordo com o que se encontra na bibliografia já existente e que foi utilizada por nós foi possível identificar várias dimensões da motivação, dimensões essas também referidas pelos nossos questionados, tais como a saúde física, aquisição de competências para a prática da modalidade, competição, amizade e divertimento.

Que modalidade pratica?

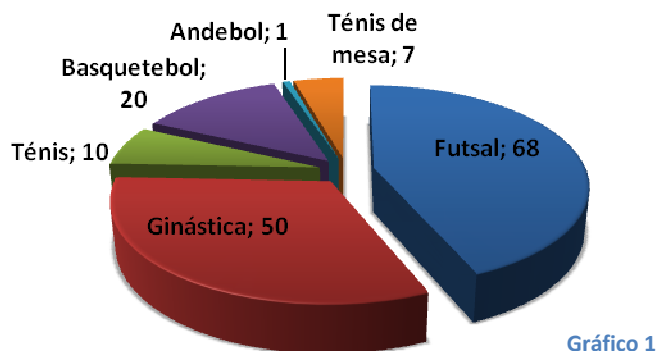


Gráfico 1

Foi-nos também possível identificar que as modalidades mais praticadas pelos alunos participantes neste questionário são o futsal e a ginástica, seguido do basquetebol, ténis, ténis de mesa e andebol.

Em relação aos resultados obtidos na modalidade de futsal o mesmo número já era esperado, visto que esta é a mais praticada no desporto escolar em Portugal; no caso da ginástica o elevado número de praticantes relativamente às restantes modalidades deve-se ao facto de estes alunos serem de uma escola de referência desportiva em desportos gímnicos.

No caso específico da modalidade de andebol, como podemos observar, apenas tem um elemento participante pois este se encontra matriculado numa escola, mas no entanto, devido a um protocolo, pratica o desporto escolar numa outra escola onde este questionário não foi aplicado.

Já praticou outra(s) modalidade(s) que não a actual?

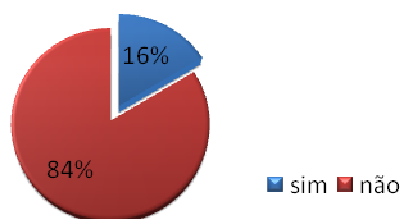


Gráfico 2

Relativamente à continuidade dos alunos nas modalidades do desporto escolar podemos verificar que apenas 16% já praticou outra(s) modalidades que não a actual.

Podendo assim concluir que os alunos possuem um vínculo com as actividades em que se inserem continuando assim a sua prática. Em relação aos alunos que praticaram outras modalidades anteriormente os motivos para o seu abandono são a perda do gosto pela modalidade, a indisponibilidade de horário e a preferência pela modalidade actual.

Conclusões

Os resultados do nosso estudo coincidem com a literatura e permitiu concluir que os jovens envolvem-se na prática regular do desporto escolar por motivos de cariz intrínseco sendo estes, o gosto pela modalidade, a manutenção da condição física, convívio, competição e ocupação dos tempos livres.

O desporto escolar está integrado no âmbito da Educação Física e tem como objectivos, para além dos benefícios a nível físico, contribui para o desenvolvimento holístico da pessoa de forma a ser um cidadão plenamente adaptado á comunidade, consciente de valores como a solidariedade e a identificação com o grupo.

Para a prática do desporto é necessário o investimento em infra-estruturas apropriadas. Mas, é sobretudo na educação e formação do elemento humano, professores e dos demais intervenientes sociais, que é imprescindível apostar, para que estes, através das boas práticas pedagógicas e da modelagem comportamental concorram para a adesão ao desporto e não para as desistências.

Bibliografia

Abreu, M. V. (1998). Cinco ensaios sobre motivação. Almedina.

Biddle, S. (1997). Cognitive theories of motivation and the self. In K. R. Fox (Eds.).
The physical self: From motivation to well-being (pp.59-82). Champaign, IL:
human Kinetics.

Carleton, B. & Henrich, T. (2000). Strategies for enhancing the performance of low-skilled students. JOPERD, 71(2), 29-31.

Duda, J. (1996). Maximizing motivation in sport and physical education among children and adolescents: The case for greater task involvement. Quest, 48,290-302.

- Mota, J. (1997). A educação física e o desporto escolar. *Horizonte*, 13(76), 1-12.
- Roberts, G. (1992). Motivation in Sport and Exercise: Conceptual Constraints and Convergence. In Roberts, G. (Ed.). *Motivation in sport and exercise* (pp.3-29). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Roberts, G. (1993). Motivation in Sport: Understanding and Enhancing the Motivation and Achievement of Children. In: Singer, R.; Murphey, M.; Tennant, L. (Eds.). *Handbook of Research on Sport Psychology*, (pp. 405-420). International Society of Sport Psychology, N. Y.
- Roberts, G.; Spink, K. & Pemberton, C. (1986). *Learning experiences in sport psychology*, Champaign, Human Kinetics.
- Sousa, A.; Oliveira, M. (2004). *Desporto Escolar no Concelho de Viseu: que realidade, que motivação dos jovens para a sua prática?*. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Universidade do Porto.
- Trembath, E.; Szabo, A.; Baxter, M. (2002). Participation Motives in Leisure Center Physical Activities. *The Online Journal of Sport Psychology – Athletic Insight*. Volume 4, Issue 3.
- Veigas, J.; Catalão, F.; Ferreira, M.; Boto, S. (2009). *Motivação para a prática e não prática no Desporto Escolar*. O portal do Psicólogos.