

Artigo Original

## Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva

Giovanna Carla Interdonato<sup>1</sup>

Bianca Miarka<sup>2</sup>

Arlí Ramos de Oliveira<sup>1</sup>

Márcia Greguol Gorgatti<sup>1</sup>

<sup>1</sup> CEFE da Universidade Estadual de Londrina, Londrina, PR, Brasil

<sup>2</sup> EEFE da Universidade de São Paulo, SP, Brasil

**Resumo:** No esporte, os fatores motivacionais constituem um dos principais elementos que impulsionam o sujeito à ação. Dessa forma, este estudo teve como objetivo abranger a identificação de quais motivos levam os jovens à prática esportiva. Essa investigação caracterizou-se como transversal retro-analítica. A amostra foi composta por 87 atletas (72 meninos e 15 meninas) com 12,14 ( $\pm 1,44$ ) anos de idade e tempo de prática de 3,65 ( $\pm 2,19$ ) anos, adeptos de basquetebol, futebol, ginástica rítmica desportiva, judô, natação e voleibol. O instrumento utilizado foi o Inventário de Motivação para Prática Desportiva, de Gaya e Cardoso (1998), composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em 3 categorias: competência desportiva, saúde e amizade/lazer. Na análise estatística, verificou-se a distribuição percentual de respostas. Os resultados indicaram que fatores associados à saúde foram tidos como mais importantes para a maioria dos atletas. Em contrapartida, variáveis como "para encontrar os amigos" e "para emagrecer" possuíram menor importância.

**Palavras-chave:** Motivação. Psicologia. Esporte. Adolescentes.

### *Motivational factors for athletes to sport practice*

**Abstract:** In sport, the motivational factors are one of the main factors that drive the subject to action.. Thus, this study aimed to cover the identification of reasons which lead teenagers to sport. Such research is characterized as cross retro-analytical. The sample was composed by 87 athletes (72 boys and 15 girls) to 12,14 ( $\pm 1,44$ ) years of age and length of practice of 3,65 ( $\pm 2,19$ ) years, players of basketball, soccer, gymnastics rhythmic sport, judo, swimming and volleyball. The instrument was used to evaluate the Inventory of Motivation to Practice Sports, Gaya and Cardoso (1998), composed by 19 objective questions, divided into 3 categories: sports competence, health and friendship/leisure. In statistical analysis, there were the frequency and percentage of responses. The results indicated that factors associated with health were considered most important for most athletes. In contrast, variables like "to find the friends" and "to lose weight" had minor.

**Key Words:** Motivation. Psychology. Sports. Teenagers.

### Introdução

Atualmente, atividades esportivas direcionadas para jovens ganham intensa expansão. No mundo já existem aproximadamente 25 milhões de crianças envolvidas na prática de pelo menos uma modalidade esportiva (WEINBERG; GOULD, 2001). Contudo, o ato de praticar esportes em suas diferentes especificidades exige de crianças e adolescentes um alto desenvolvimento de suas funções, qualidades e estados psíquicos para permanência no processo de preparação e competição desportiva (BENCK; CASAL, 2006).

O esporte é fortemente direcionado para o alcance de metas pelo sentido e intensidade dos esforços (SAMULSKI, 2002, KIJINICK; GORGATTI; SANTOS, 2005). Essa ação é tida como causa de um motivo, um impulso e/ou uma intenção, que leva um indivíduo a agir de determinada forma (MAGILL, 1984). Quando a satisfação do sujeito é inerente ao objeto de aprendizagem, não dependendo de elementos externos, nomeia-se motivação intrínseca. Por conseguinte, a extrínseca está relacionada ao determinismo que envolve a aprendizagem, ganho de medalhas, salários e interação social (SAMULSKI, 2002). Adicionalmente, pressupõe-se que na relação ensino-aprendizagem, em

qualquer ambiente, conteúdo ou momento, a motivação é tida como um dos elementos centrais para a canalização das informações percebidas na direção do comportamento (PAIM, 2001, TRESKA; DE ROSE JÚNIOR, 2000).

Cárdenas (2003), em pesquisa com os atletas de eventos de campo de atletismo do projeto UCS Olimpíada 2004, aponta os aspectos mais representativos para a prática destes esportes pelos sujeitos: representar a nação em diferentes eventos estaduais, nacionais e internacionais, bem como melhorar seu rendimento em competições internacionais; prazer em participar nos treinamentos e competições; melhorar o condicionamento físico; e, reconhecimento da família e de colegas. Apesar do excelente trabalho, os resultados condizem à população adulta em esporte de alto rendimento. Diferentemente, quando pesquisados os motivos do envolvimento de crianças em programas esportivos, observaram-se os seguintes fatores: alegria; aperfeiçoar habilidades e aprender novas habilidades; praticar com amigos e fazer novas amizades; adquirir forma física e sentir emoções positivas (SAMULSKI, 2002; GOULD; PETLICHKOFF, 1988).

O estudo sobre como os fatores motivacionais levam adolescentes e crianças a se envolverem na prática de esportes pode ser útil para a elaboração de treinos estratégicos, contribuindo no processo de ensino-aprendizagem, já que a aprendizagem e a motivação são processos interdependentes no homem. O conhecimento sobre elementos motivadores auxilia em planejamentos mais direcionados ao interesse do praticante, aumentando a probabilidade de permanência na prática da atividade esportiva (BERLEZE; VIEIRA; KREBS, 2002).

Tendo em vista a relevância do tema, este estudo tem como objetivo identificar quais os motivos que levam as crianças e adolescentes à prática esportiva, uma vez que o conhecimento de tais fatores pode contribuir para a elaboração de mecanismos que melhorem sua aderência ao treinamento.

## Métodos

A pesquisa caracterizou-se como transversal retro-analítica, com base em dados primários. Teve como critério de inclusão sujeitos com

idades entre 10 e 14 anos e tempo de prática esportiva maior que 10 meses.

A amostra foi randômica, composta por 87 atletas (72 meninos e 15 meninas), com idade média de 12,14 ( $\pm 1,44$ ) anos e tempo de prática esportiva de 3,65 ( $\pm 2,19$ ) anos, adeptos de basquetebol (n = 14), futebol (n = 19), G.R.D. (n = 13), judô (n = 13), natação (n = 18) e voleibol (n = 10) em clubes e academias das cidades de Londrina – PR e de Botucatu – SP.

Como instrumento de avaliação, utilizou-se o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva, de Gaya e Cardoso (1998), pela sua facilidade de aplicação e reprodutibilidade. Esse instrumento é composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em 3 fatores: competência desportiva, saúde e amizade/lazer (Quadro 1).

**Quadro 1.** Inventário de motivação para a prática desportiva adaptado de Gaya e Cardoso (1998).

01. Para vencer	1	2	3
02. Para exercitar-se	1	2	3
03. Para brincar	1	2	3
04. Para ser o(a) melhor no esporte	1	2	3
05. Para manter a saúde	1	2	3
06. Porque eu gosto	1	2	3
07. Para encontrar os amigos	1	2	3
08. Para competir	1	2	3
09. 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

A aplicação do Inventário de Motivação para a Prática Desportiva foi realizada para cada atleta pertencente à amostra antes dos treinamentos, de forma anônima e foi preenchido voluntariamente, com autorização do treinador.

Os motivos para a prática esportiva foram classificados em três categorias:

- 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 manter a saúde; para desenvolver a musculatura; para manter o corpo em forma e para emagrecer;
- 3) Amizade e Lazer: para brincar; para encontrar os amigos; para divertir-me; para fazer novos amigos e para não ficar em casa.

Cada variável possuiu três alternativas de níveis de importância: i) “muito importante”, ii) “pouco importante”, e iii) “nada importante”. No plano analítico estatístico, foram realizadas análises das freqüências das respostas.

## Resultados

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

**Tabela 1.** Percentual dos níveis de importância da motivação dos atletas na categoria: **Competência Desportiva**

MODALIDADES	CATEGORIA		
	Competência. Desportiva		
	N.I.	P.I.	M.I.
<b>BASQUETEBOL</b>	11,6%	28,5%	59,9%
<b>FUTEBOL</b>	09,2%	11,9%	78,9%
<b>G.R.D.</b>	14,4%	35,6%	50,0%
<b>JUDÔ</b>	08,6%	37,5%	53,9%
<b>NATAÇÃO</b>	09,7%	19,4%	70,9%
<b>VOLEIBOL</b>	18,7%	28,8%	52,5%

Nas diferentes modalidades pode-se apreciar os resultados para a categoria Saúde, divididos em níveis de importância para a amostra na Tabela 2.

**Tabela 2.** Percentual dos níveis de importância da motivação dos atletas na categoria: **Saúde**

MODALIDADES	CATEGORIA		
	Saúde		
	N.I.	P.I.	M.I.
<b>BASQUETEBOL</b>	16,6%	34,5%	48,9%
<b>FUTEBOL</b>	10,5%	25,5 %	64,0%
<b>G.R.D.</b>	05,1%	16,7%	78,20%
<b>JUDÔ</b>	07,6%	29,5%	62,9%
<b>NATAÇÃO</b>	04,6%	10,2%	85,2%
<b>VOLEIBOL</b>	08,4%	25,0%	66,6%

Para a categoria amizade e lazer os números conquistados podem ser visualizados na Tabela 3.

**Tabela 3.** Percentual dos níveis de importância da motivação dos atletas na categoria: **Amizade/Lazer**

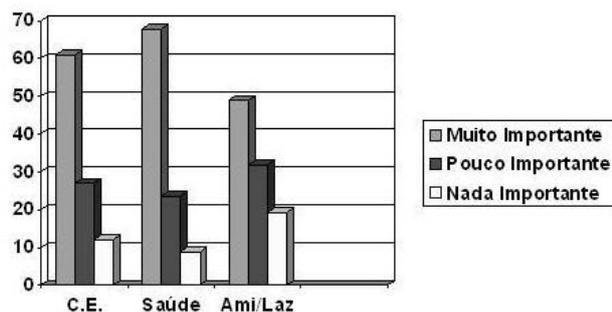
MODALIDADES	CATEGORIA		
	Amizade / Lazer		
	N.I.	P.I.	M.I.
<b>BASQUETEBOL</b>	28,5%	34,2%	37,1%
<b>FUTEBOL</b>	27,3%	31,5%	41,2%
<b>G.R.D.</b>	20,0%	29,3%	50,7%
<b>JUDÔ</b>	12,3%	35,3%	52,4%
<b>NATAÇÃO</b>	13,3%	31,1%	55,6%
<b>VOLEIBOL</b>	14,0%	30,0%	56,0%

Quanto aos percentuais dos níveis motivacionais nas diferentes categorias, obtiveram-se os seguintes resultados: 61% dos jovens consideram os motivos relacionados à competência desportiva como muito importantes;

27% consideram pouco importantes e 12% dos jovens consideram-nos nada importantes. Ainda 67,7% dos jovens investigados consideram os motivos relacionados à saúde como muito importantes; 23,5% acham pouco importantes e

8,8% nada importantes. Já 48,9% dos atletas afirmaram que os motivos relacionados à categoria amizade/lazer são muito importantes; 31,9% acham pouco importantes e 19,2% consideram os motivos pouco importantes. A Figura 1 exemplifica a comparação entre as categorias e seus respectivos graus de importância no estudo.

**Figura 1.** Percentuais dos níveis motivacionais dos atletas de todas as categorias



## Discussão

Esse estudo pretendeu direcionar a análise para crianças e adolescentes, limitando-se a esse público e aos aspectos motivacionais referentes a ele. Adicionalmente, por mais que se tenha preservado o anonimato dos participantes, não se tem como avaliar a veracidade das respostas. Contudo, o instrumento utilizado permite a reprodutibilidade para diferentes idades e níveis competitivos, bem como se demonstra completo e possui validade e fácil aplicação.

Quanto aos resultados obtidos, foram observados valores elevados para as questões referentes à Competência Desportiva em todas as modalidades. Notam-se também resultados semelhantes quando comparados os esportes individuais e coletivos. Quanto às afirmativas desta categoria, as menos votadas foram: “para ser o melhor no esporte” e “para ser um jogador profissional”. As questões mais consagradas entre os atletas das modalidades foram: “porque eu gosto” e “para desenvolver novas habilidades”, com exceção da modalidade futebol, para a qual a questão mais votada foi “para ser o melhor no esporte”. Este fato se assemelha ao estudo realizado por Paim (2001), em que foram analisados fatores motivacionais nos adolescentes do sexo masculino, praticantes de futebol em escolinhas de iniciação esportiva. Nessa investigação, o motivo “para ser o melhor

no esporte” foi considerado mais importante pelos jovens. Juntamente, outras pesquisas com análise na aprendizagem de novas habilidades em âmbitos esportivos e escolares também demonstram esses saldos (BERLEZE; VIEIRA; KREBS, 2002). Sugere-se ainda 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.

Foram realizadas por Ryska (2003) avaliações das medidas de competitividade, orientação da motivação e objetivo percebido de participação como preditoras da prática esportiva em 391 jovens de 10 a 15 anos de idade, sendo 185 meninos e 134 meninas. Estes jovens eram praticantes de competições extracurriculares de futebol, natação, hipismo, tênis e ciclismo. As análises compactuaram com os achados e demonstraram que razões intrínsecas, auto-estima e domínio da tarefa foram mais preditoras de diversas dimensões da prática do esporte do que competitividade, o que diferencia os principais motivos relatados por atletas adultos de alto rendimento de crianças e adolescentes. Já os objetivos extrínsecos, busca de status social e status na carreira, contribuíram com níveis mais baixos para algumas dimensões da prática do esporte. Esse fator aparentemente é útil quando referente à aprendizagem das habilidades motoras, pois a motivação torna-se fundamental, acelerando o processo de aprendizagem (KRUG, 2002). Os resultados apresentados mostram menor preocupação por parte dos jovens pesquisados em ser o melhor ou ser profissional futuramente.

Em contraste com as teorias relacionadas à motivação como força interna que impulsiona as pessoas a alcançar uma meta, alguns fatores motivacionais dos incentivos se baseiam na associação de que fatores externos impulsionam as pessoas a cumprir determinadas metas. Nesta orientação, a Tabela 2 apresenta os resultados da categoria Saúde. Acredita-se que a preocupação com esta categoria esteja associada com estímulos externos, como ações educativas, mídia e escola, que podem influenciar neste comportamento.

Os incentivos positivos são estímulos atrativos que facilitam um comportamento, como por exemplo a procura pelo esporte como meio de melhorar a saúde. Os negativos podem ajudar e

eliminar comportamentos que não são desejados, como a ociosidade. Os resultados demonstram que parte da amostra está preocupada com a saúde. Dentre as questões, as que possuíram maior preocupação foram “para manter a saúde” e “para exercitar-se”. Por outro lado, as menos significativas foram: “para desenvolver a musculatura” e “para emagrecer”. Esta última foi a que obteve um menor percentual de respostas em todas as modalidades. Este saldo compactua com o achado por Paim e Pereira (2004), em que a variável “para emagrecer” sofreu pouca importância entre os capoeiristas. Talvez isto tenha ocorrido pelo fato de que ambos os estudos possuísem a maior parte da amostra composta por sujeitos jovens do sexo masculino.

A Tabela 3 mostrou a homogeneidade entre os níveis de importância assinalados para Amizade/Lazer nas diferentes modalidades. Entre os motivos relacionados à categoria amizade e lazer, o mais representativo para a maioria dos sujeitos, com exceção dos atletas de judô e natação, refere-se ao “para me divertir”. Já nadadores e judocas preferiram optar pelo motivo “para fazer novos amigos”. Curiosamente, Paim e Pereira (2004) observaram que, nas modalidades individuais, os fatores “desenvolver habilidades” e “excitação/desafio” são os que parecem somar-se ao fator afiliação, como estar com amigos e pertencer a uma equipe em termos de importância.

Os motivos menos votados foram: “para encontrar os amigos” e “para não ficar em casa”. Supostamente isto tenha ocorrido porque a maioria dos atletas é de cidades interioranas, o que remete ao fato dos sujeitos se encontrarem com frequência nos locais comuns, como escolas e diferentes cursos.

A Figura 1 exemplifica os motivos relacionados às categorias e à importância dada para elas por atletas jovens. A categoria competência desportiva foi considerada a mais importante. Porém, cerca de 75% dos jovens consideraram os motivos relacionados à saúde muito importantes; já 48,9% dos atletas afirmaram que os motivos relacionados à categoria amizade/lazer são muito importantes. Esses resultados apresentados corroboram com os achados por Paim e Pereira (2004), que investigaram fatores motivacionais na prática da capoeira por adolescentes no meio escolar e verificaram que os fatores ligados à saúde foram

os que mais influenciaram os jovens para a prática esportiva.

Em contrapartida, no estudo sobre fatores motivacionais de crianças e adolescentes para prática esportiva em clubes esportivos, realizado por Gaya e Cardoso (1998), verificou-se que os motivos relacionados à competência desportiva foram mais significativos nestes locais de prática. É válido ressaltar que essa pesquisa foi realizada há 10 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.

Assim, pode-se concluir na presente pesquisa que, para os sujeitos estudados, os fatores relacionados à saúde foram mais significativos, seguidos daqueles ligados à competência desportiva. A preferência pela categoria saúde pode ser explicada pelo conhecimento por parte dos esportistas de informações relacionadas a uma melhor qualidade de vida. As respostas menos escolhidas foram de fatores ligados à amizade e lazer. Especula-se que isso tenha ocorrido por se tratarem de jovens atletas que já disputam campeonatos, de acordo com suas faixas etárias.

Outras investigações 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. Nessa perspectiva, muitos autores acrescentam o valor ético-educativo que o esporte possui (SCALCAN; BECKER JÚNIOR; BRAUNER, 1999, PAIM; PEREIRA, 2004, MAGILL, 1984). Dessa forma, ressalta-se 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. Este estudo sugere ainda pesquisas complementares sobre

as razões de abandono da prática de modalidades esportivas, pois estes fatores ainda permanecem uma incógnita.

## Referências

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

BERLEZE, A.; VIEIRA, L. F.; KREBS, R. J. Motivos que levam crianças para a prática de atividades motoras na escola. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v.13, n.1, p. 99-107, 2002. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFi/article/view/3757> Acesso em: 28 jan. 2008.

CÁRDENAS, D. El proceso de formación táctica colectiva desde una perspectiva constructivista. In: A. LÓPEZ, A.; JIMÉNEZ, Y. C.; AGUADO, R. (Ed.) **Didáctica del baloncesto en las etapas de formación**. Madrid: Gymnos, 2003. p.179-209.

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

GOULD, D.; PETLICHKOFF, L. Psychological stress and the age-group wrestler. In: BROWN, E. W.; BANTA, C. F. (Ed.) **Competitive sports for children and youth**. Champaign: Human Kinetics Books, 1988. p.63-73.

KIJINICK, J. ; GORGATTI, M. G.; SANTOS, S. S. Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes. **Revista Virtual EFArtigos**, Natal, v. 3, n. 2, maio, 2005. Disponível em: <http://efartigos.atspace.org/esportes/artigo46.html> Acesso em: 10 maio 2008.

KRUG, H. N. Educação Física Escolar: temas polêmicos. **Cadernos de Ensino, Pesquisa e Extensão do Centro de Educação da UFSM**, Santa Maria, v.53, p.1-49, 2002.

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

PAIM, M. C. C. Motivos que levam adolescentes a praticar o futebol. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v.43, 2001. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd43/motivo.htm> Acesso em: 3 maio 2008.

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, p.159-166, 2004. Disponível em: <http://cecemca.rc.unesp.br/ojs/index.php/motriz/article/view/384/327> Acesso em 31 jan. 2007.

RYSKA, T. A. Sportsmanship in young athletes: the role of competitiveness, motivational orientation, and perceived purposes of sport. **American Journal of Psychology**, Chicago, v.137, p.273-294, 2003.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**. Barueri: Manole, 2002.

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, v.3, p.51-61, 1999.

TRESCA, R. P.; DE ROSE JÚNIOR, D. Estudo comparativo de motivação intrínseca em escolares praticantes e não praticantes de dança. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.8, n.1, p.9-13, 2000. Disponível em: [http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/8/8%20-%201/completo/c\\_8\\_1\\_1.pdf](http://www.ucb.br/mestradoef/RBCM/8/8%20-%201/completo/c_8_1_1.pdf) Acesso em: 31 jan. 2007.

WEINBERG, R. S.; GOULD, B. **Foundations of sport and exercise psychology**. Champaign: Human Kinetics Publishers, 2001.

Esse estudo foi realizado no Departamento de Esporte pertencente ao Centro de Educação Física e Esporte – CEFE, da Universidade Estadual de Londrina - UEL, Londrina – Paraná.

Endereço:  
Giovanna Carla Interdonato  
Rua Borba Gato, 1158/601 Vila Ipiranga  
Londrina PR.  
86010-630  
Fone: (43) 33440034, (43) 91257002.  
Email: [gjointerdonato@hotmail.com](mailto:gjointerdonato@hotmail.com)

*Recebido em: 16 de junho de 2008.*

*Aceito em: 8 de agosto de 2008.*



Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, SP, Brasil - eISSN: 1980-6574 - está licenciada sob [Licença Creative Commons](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)