

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Kaue Kamau Silva**

**FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA: UM ESTUDO COM  
PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO “*BASQUETEBOL  
OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA*” DA ESEF/UFRGS**

**Porto Alegre**

**2014**

**Kaue Kamau Silva**

**FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA: UM ESTUDO COM PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO “*BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA*” DA ESEF/UFRGS**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Programa de Graduação em Educação Física - Bacharelado da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.  
Orientador: Prof. Marcelo Silva Cardoso

**Porto Alegre**

**2014**

**Kaue Kamau Silva**

**FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA: UM ESTUDO COM PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO “BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA” DA ESEF/UFRGS**

Conceito final:

Aprovado em ..... de ..... de .....

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. ....

Instituição:.....

---

Prof. ....

Instituição:.....

---

Orientador - Prof. Marcelo Silva Cardoso

Instituição: UFRGS

## **AGRADECIMENTOS**

A toda minha família, em especial meus pais, por tudo que fizeram em prol dos meus valores, serei sempre grato a eles.

Ao orientador professor Marcelo Francisco Cardoso pelo voto de confiança, por seus conhecimentos e principalmente pela amizade.

Ao professor Mario Generosi Brauner pela nossa grande amizade e valores repassados durante a graduação.

Aos participantes do projeto de extensão “Basquetebol oportunizando sua Prática” pela colaboração na realização deste trabalho.

Aos meus grandes amigos e colegas de Faculdade.

## RESUMO

A motivação tem relação direta e significativa no planejamento, estruturação e aplicação prática de projetos voltados à prática desportiva. Diferentes estudos têm demonstrado que há uma relação entre as dimensões motivacionais e a adesão e permanência em programas de esporte. Porém, é importante a ampliação na investigação dessa temática em contextos diversos, como em adultos que participam de projetos esportivos desenvolvidos na universidade. Dentro dessa perspectiva definimos como objetivo geral do estudo descrever e analisar as dimensões que motivam a prática esportiva em praticantes do projeto de extensão da ESEF/UFRGS, e como objetivo específico verificar se há influência do nível de prática esportiva e da idade dos participantes do projeto de extensão nas dimensões de motivação. A amostra estudada foi composta por 68 sujeitos que participam do PROJETO DE EXTENSÃO “BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA”, com idades compreendidas entre 18 e 55 anos. O instrumento utilizado para investigar as dimensões motivacionais para a prática esportiva foi o inventário IMPRAFE – 132 (BALBINOTTI e BARBOSA, 2009), que avalia as dimensões Estéticos, Competitividade, Controle do Estress, Saúde, Sociabilidade e Prazer e utiliza uma escala de sete pontos do tipo *Likerd*. Para apresentarmos os fatores motivacionais utilizamos a estatística descritiva em valores de médias e desvios padrão. Em uma primeira análise exploratória dos dados verificamos a aderência dos resultados à normalidade da distribuição através do teste de *kolmogorov-Smirnov*. Para verificar a influência das variáveis níveis de rendimento e idade sobre cada fator motivacional recorreremos a ANOVA do tipo II. O software utilizado foi o SPSS V.20 e o alfa mantido em 0,05. Os resultados evidenciaram uma importância maior atribuída às dimensões “estética” ( $110,06 \pm 19,51$ ) seguido da dimensão “prazer” ( $106,84 \pm 19,64$ ). As dimensões menos valorizadas foram a “saúde” ( $78,72 \pm 18,16$ ) e a “competitividade” ( $82,57 \pm 22,75$ ). Não encontramos interações, efeitos e diferenças estatisticamente significativas dos grupos de idade e dos níveis de rendimento esportivo na atribuição de importância das dimensões motivacionais. Conclusões: o planejamento dos projetos de prática esportiva, desenvolvidos na universidade, devem considerar as dimensões motivacionais para a prática esportiva do participante, isso possibilita uma adequação aos objetivos e também a permanência dos sujeitos no projeto.

Palavras - chave: Motivação, Dimensões motivacionais, Basquetebol

## ABSTRACT

Motivation has a direct and significant relationship in the planning, structuring and practical implementation of sports focused projects. Different studies have shown that there is a relationship between motivational dimensions and the membership and retention in sports programs. However, is it important to investigate this theme in various contexts, such as in adults who participate in university developed sports projects. Within this perspective, we defined as this study's general objective to describe and analyze the dimensions that motivate sport practice in participants of the extension project of ESEF/UFRGS. As a specific objective, to verify if there is any influence from the level of the sport practice and the age of the participants of the extension project in the motivating dimensions. The sample studied was made up of 68 individuals who participated in the EXTENSION PROJECT "BASKETBALL PROVIDING OPPORTUNITES FOR ITS PRACTICE", with ages ranging between 18 and 55 years. The tool used to investigate the motivational dimensions for sport practice was the inventory IMPRAFE – 132 (BALBINOTTI and BARBOSA, 2009), which evaluates Aesthetic, Competitiveness, Stress Control, Health Sociability and Pleasure factors, and uses a seven point scale of the *Likerd* type. For us to present the motivational factors, we used the descriptive statistics of average values and standard deviation. In a first exploratory analysis of the data, we verified the adherence of the results to a normal distribution through the kolmogorov-Smirnov test. To verify the influence of the varying levels of performance and age on each motivational factor we referred to ANOVA type II. The software used was SPSS V.20 and the alpha remained 0.05. The results showed a greater importance given to the "aesthetic" size ( $110.06 \pm 19.51$ ) followed by the "pleasure" size ( $106.84 \pm 19.64$ ). The least valued dimensions were "health" ( $78.82 \pm 18.16$ ) and "competitiveness" ( $82.57 \pm 22.75$ ). We did not encounter interactions, effects and statistically significant differences in the age groups and levels of sport performance in the assigning of importance of the motivational dimensions. Conclusion: The planning of sport practice projects, developed at the university, should consider the motivational dimensions of the participant, and this allows adaptation of the goals and the permanence of the individuals in the project.

Keywords: Motivation, Motivational Dimension, Basketball.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> - Valor do F crítico significativo para o erro tipo I ( $p < 0,05$ ). .....	38
<b>Figura 2</b> - Perfil geral da amostra nas dimensões motivacionais para a prática esportiva .....	45
<b>Figura 3</b> - Perfil geral da amostra nas questões que compõem a dimensão estética....	47
<b>Figura 4</b> - Perfil geral da amostra nas questões que compõem a dimensão prazer .....	48
<b>Figura 5</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão estética.....	50
<b>Figura 6</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão prazer .....	52
<b>Figura 7</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão controle do stress. ....	54
<b>Figura 8</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão sociabilidade.....	56
<b>Figura 9</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão competitividade .....	58
<b>Figura 10</b> - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão saúde .....	60

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> - Reciprocidade entre os fatores pessoais e situacionais elaborado por Weinberg & Gould, 2001 .....	19
<b>Tabela 2</b> - Características dos sujeitos que participaram do estudo .....	35
<b>Tabela 3</b> - Perfil em relação à participação em competições .....	36
<b>Tabela 4</b> - Perfil em relação à participação nos diferentes níveis de competições.....	37
<b>Tabela 5</b> - Configuração da amostra por grupos de idades .....	42
<b>Tabela 6</b> - Valores médios e desvios padrão para cada dimensão motivacional do grupo em geral. ....	44



## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1</b> - Contingências e percentagens relativas dos grupos de idades por nível de competições .....	42
<b>Quadro 2</b> - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Estética .....	49
<b>Quadro 3</b> -Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Prazer.....	51
<b>Quadro 4</b> - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Estresse .....	53
<b>Quadro 5</b> - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Sociabilidade.....	55
<b>Quadro 6</b> - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Competitividade.....	57
<b>Quadro 7</b> - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Saúde.....	59

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>2 JUSTIFICATIVA</b> .....	14
<b>3 PROBLEMA DE PESQUISA</b> .....	<b>15</b>
<b>4 OBJETIVOS</b> .....	16
4.1 OBJETIVO GERAL.....	16
4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO .....	16
<b>5 REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	<b>17</b>
5.1 MOTIVAÇÃO .....	17
5.2 TIPOS DE MOTIVAÇÃO.....	20
<b>5.2.1 Motivação Intrínseca</b> .....	<b>20</b>
<b>5.2.2 Motivação Extrínseca</b> .....	<b>21</b>
<b>5.2.3. Amotivação</b> .....	<b>22</b>
5.3 TEORIAS SOBRE MOTIVAÇÃO .....	23
<b>5.3.1 Teoria da Autodeterminação (TAD)</b> .....	<b>23</b>
<b>5.3.3 Teoria da Significação Motivacional da Perspectiva Futura de Lens</b> .....	<b>24</b>
<b>5.3.4 Teoria Geral da Escolha e do Desenvolvimento Profissional de Super.</b> .....	<b>24</b>
<b>5.3.5. Teoria da Motivação e Representação de si mesmo de Ruel</b> .....	<b>25</b>
5.4 FATORES MOTIVACIONAIS DECORRENTES A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA .....	25
<b>5.4.1. Controle do Estresse</b> .....	<b>25</b>
<b>5.4.2. Saúde</b> .....	<b>26</b>
<b>5.4.3 Sociabilidade</b> .....	<b>28</b>
<b>5.4.4 Estética</b> .....	<b>29</b>
<b>5.4.5. Prazer</b> .....	<b>29</b>
<b>5.4.6. Competitividade</b> .....	<b>30</b>
5.5 BASQUETEBOL .....	32
<b>5.5.1 Conceito</b> .....	<b>32</b>
<b>6 MATERIAIS E MÉTODOS</b> .....	<b>35</b>
6.1 TIPO DE ESTUDO.....	35

6.2 AMOSTRA .....	
6.3 CÁLCULO AMOSTRAL .....	37
6.4 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS .....	38
6.5 PROCEDIMENTOS DE COLETA DOS DADOS .....	39
6.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS.....	39
<b>6.6.1 Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....</b>	<b>39</b>
<b>6.6.2 Termo de autorização Institucional .....</b>	<b>40</b>
6.7 TRATAMENTO ESTATÍSTICO DOS DADOS .....	41
<b>7 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>42</b>
<b>8 CONCLUSÕES.....</b>	<b>61</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>63</b>
<b>APÊNDICES .....</b>	<b>73</b>
APÊNDICE 1 - INVENTÁRIO IMPRAF – 132.....	74
APÊNDICE 2 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	76
APÊNDICE 3 - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL .....	78

## 1 INTRODUÇÃO

A psicologia do desporto tem apresentado muitos estudos desde o início da década de 80 sobre a temática motivação para a prática esportiva (HARWOOD; BIDDLE, apud FERNANDES e RAPOSO 2005). As diferenças no envolvimento e permanência nas práticas desportivas podem ser compreendidas a partir dos estudos sobre motivação, tornando – se instrumento fundamental na compreensão das diferentes particularidades da prática desportiva. No estudo de Steinberg e Maurer, apud Fernandes e Raposo (2005) alguns sujeitos demonstram comportamentos motivacionais que se regulam conforme a ação aplicada para o sucesso na tarefa proposta, afirmando assim, o sucesso na prática desportiva, enquanto outros, nos primeiros obstáculos abandonam a prática. A identificação dos motivos pelo qual, a motivação é compreendida como fundamental para a prática ativa entre jovens é importante para a manutenção desses jovens nas atividades e também aumentam a possibilidade de participações em atividades físicas consequentemente diminuindo o seu abandono (ZAHARIADIS; GREECE; BIDDLE, 2000; GARCÍA; WEIS; VALDIVIESO, 2005).

Portanto fica evidente a importância na identificação e conhecimento das dimensões que motivam os sujeitos a participarem de projetos que promovam a prática desportiva.

Descrever e verificar através de uma análise dos fatores motivacionais que propiciam aos jovens e adultos a prática do basquetebol em um projeto incentivado pela universidade será a temática abordada nessa investigação. É importante conhecer o perfil dos participantes e identificar variáveis que possam explicar a variabilidade na atribuição de importância às dimensões motivacionais (Controle de Estresse, Saúde, Prazer, Sociabilidade, Competitividade e Estética).

A motivação é confirmada por vários estudos na área como um fator significativo para o engajamento do indivíduo em atividades físicas regulares. Verifica-se em distintos estudos a utilização de diferentes instrumentos e metodologias para encontrar e explicar os diferentes motivos de uma pessoa executar alguma atividade com maior empenho do que as outras ou, ainda persistir com frequência numa atividade por um longo período de tempo (CRATTY, 1984). Na função de professor ou treinador é

importante destacar que motivar os participantes, conhecer os verdadeiros motivos pelos quais os sujeitos participam da prática pode servir como conhecimento fundamental para determinar estratégias, avaliar o seu planejamento ou programa e poder influenciar de maneira positiva na permanência dos sujeitos. Segundo Bergamini (1997) o desequilíbrio no estado comportamental interno é suprido pelo desejo motivacional em diversos fatores levando os sujeitos a agirem de maneira que serão conduzidos até o objetivo almejado. A motivação referente à faixa etária mais elevada, por exemplo, idosos, que uma das formas de motivar esse público é através de algum trabalho multidisciplinar, promovendo uma promoção de vários agentes de saúde (médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, educadores físicos), com o ganho de conhecimento, esse processo é facilitado (OKUMA, 2007). No entanto, quando investigamos estudos especificamente sobre os motivos do envolvimento de jovens e adultos em prática esportiva de projetos universitários encontramos poucos estudos. Os fatores e dimensões averiguados pelo IMPRAFE – 132 (BALBINOTTI e BARBOSA, 2009), que identifica os motivos à prática regular de atividade física, neste caso, o basquetebol. As dimensões equivalentes no presente estudo são: Saúde, Controle de Estress, Prazer, Competitividade, Estética e Sociabilidade.

## 2 JUSTIFICATIVA

Os aspectos referentes ao estudo da motivação são de extrema relevância no sentido de conhecer com maior profundidade os diversos fatores do envolvimento e permanência das pessoas em determinada atividade. A motivação tem uma influencia no alcance de objetivos e metas pessoais, por isso devem ser consideradas no planejamento das atividades e dos projetos. O efeito dessa adequação dos motivos e objetivos pode ser verificado no incentivo as práticas desportivas bem como, no envolvimento pessoal dos sujeitos nas tarefas desempenhadas. Diversos estudos demonstram esta relação através da análise sobre motivação. Porém, em nosso contexto, encontramos poucas referencias de estudos que investigasse sobre essa temática no âmbito de projeto de extensão esportivos universitário. Assim, estudos sobre motivação de participantes, em especial a do basquetebol, podem contribuir para os coordenadores de projetos de extensão esportiva universitária e gestores/bolsistas que atuam na prática das atividades com a identificação dos principais motivos que levam ao envolvimento e permanência na prática esportiva. Com isso, qualificar as atividades e adequar os objetivos e metas dos projetos de extensão, aproximando as demandas e necessidades de seus praticantes. Nesse sentido, o estudo é relevante na medida em que busca descrever e verificar os níveis motivacionais através de análise baseada no inventário IMPRAFE – 132 (BALBINOTTI e BARBOSA, 2009), analisando também o efeito de variáveis como a idade e o nível de prática.

O estudo apresenta a seguinte estruturação: primeiramente apresenta – se a revisão de literatura sobre a motivação sobre os tópicos tipos de motivação, teorias da motivação, dimensões motivacionais (Saúde, Controle de Estresse, Prazer, Estético e Sociabilidade), basquetebol. Dando sequencia ao trabalho é apresentado a parte referente ao material e método adotados no estudo. Nessa parte são descritos o tipo de estudo, a amostra, o instrumento de medida, os procedimentos de coleta, os procedimentos éticos e por fim o tratamento dos dados.

Após essa etapa, apresentamos e discutimos os resultados, por fim as conclusões.

### **3 PROBLEMA DE PESQUISA**

Quais são as dimensões que mais motivam a prática esportiva em participantes de um projeto de extensão da ESEF/UFRGS?

## **4 OBJETIVOS**

### **4.1 OBJETIVO GERAL**

Descrever e analisar as dimensões que motivam a prática esportiva em praticantes do projeto de extensão da ESEF/UFRGS.

### **4.2 OBJETIVO ESPECÍFICO**

Verificar se há influência do nível de prática esportiva e da idade dos participantes do projeto de extensão nas dimensões de motivação.



## 5 REVISÃO DA LITERATURA

### 5.1 MOTIVAÇÃO

A motivação representa uma ação ou inércia comportamental quanto a algumas situações do cotidiano; é muito abordada por profissionais em atividades desportivas no intuito de melhorar o desempenho de atletas ou de praticantes em outras atividades pertinentes na promoção da saúde. É provável que o indivíduo esteja num estado de amotivação ( sem algum propósito ou objetivo na realização de tarefas) e passe a se tornar motivado ( podendo ser extrínseco ou intrínseco).

O termo motivação pode ser relacionado com a palavra motivo no qual algum impulso, razão ou circunstância que leva a pessoa a agir de alguma forma para atingir seus objetivos sejam pessoais ou profissionais (MAGILL, 1984). O estudo sobre motivação não recebia grande ênfase no cenário esportivo antes do século II, pois o estado de espírito dos atletas era analisado a partir da ação de forças ocultas, a espíritos ou demônios, assim o espírito determinava a sua natureza comportamental (MURRAY, 1973) . A especificidade dos motivos resulta em analisar as razões pelas quais são selecionadas tarefas, no qual, sejam realizadas com maior empenho do que outras. A pesquisa sobre motivação no âmbito esportivo durante muito tempo foi realizada apenas no esporte competitivo e de alto rendimento (SCALON; BECKER; BRAUNER, 1999). No entanto hoje é cada vez maior a perspectiva no estudo sobre fatores motivacionais na prática de atividades físicas tanto na aprendizagem quanto para o desempenho. A motivação depende da personalidade do sujeito, das pretensões pessoais, de incentivos de natureza social e econômica; obtendo variação entre idade, gênero, etnias e culturas. Para a realização de um trabalho em práticas esportivas é fundamental conhecer os sujeitos a partir de questionamentos sobre quais os fatores influentes na ação do sujeito e qual a melhor forma de relacionar estes conhecimentos. Esta definição se reforça com (BALBINOTTI, 2000; BALBINOTTI e TÉTREAU, 2006; BALBINOTTI *et al.*, 2007) que afirmam que o termo motivação pode ser entendido como agir. Ainda, (VALLERAND e THILL, 1993) comentam que são fatores internos e externos comportamentais com determinada intensidade. É através deste fator que o

atleta consegue encontrar motivos para melhorar sua performance dentro do meio esportivo (MARQUES, 2003).

A motivação também é vista como fator mais relevante no início ou continuidade de alguma atividade física (MURCIA; COLL, 2006). Obter um estilo até mesmo cultural de vida com práticas constantes de atividades físicas é fator determinante positivo em mudanças comportamentais de um sujeito. Mas essa atitude positiva perante a prática desportiva pode muitas vezes ser suprimida por motivos contrários a prática como, por exemplo, o trabalho em demasia. Um jogo de basquetebol, por exemplo, em que uma equipe apresenta melhor qualidade técnica que a outra é muito comum que a outra equipe menos qualificada tanto individualmente quanto na sua organização coletiva jogue com esforço além do normal e tenha entusiasmo maior em vencer a partida pelo fato de enfrentar a outra equipe superior. O instante em que o atleta vivencia a prática desportiva é fator determinante para definir o nível de motivação. Portanto, quanto maior for à obstinação, convicção e a busca de seus objetivos maior será a motivação no desporto e menores as chances de abandono da prática.

A essência da motivação apresenta uma diversidade de abordagens aos sujeitos no sentido de motivar sua prática. Os princípios de especificidade no ensinamento de acordo com as necessidades do sujeito, a correção através do feedback, definição dos propósitos atingidos e o que precisa ser melhorado. Apesar de existir muitas vezes o coletivismo na prática desportiva é preciso respeitar a particularidade de cada indivíduo de acordo com suas características.

Existe um consenso entre os estudiosos de que a motivação é fundamental para o conhecimento, para o lazer, para o treinamento desportivo e a simples prática esportiva. Os significados e atribuições que auxiliam definindo a motivação por esses estudiosos sejam treinadores, desportistas e psicólogos muitas vezes são opostos, mas todas essas descrições visam melhores resultados através do planejamento em processos avaliativos e organizacionais dos sujeitos.

A psicologia esportiva é uma disciplina de estudo científico de pessoas e seus comportamentos em atividades esportivas e físicas sendo aplicada na prática deste conhecimento (WEINBERG, GOULD, 2001) destacando – se como grande referência no estudo da motivação e muito presente em cursos de educação física atualmente.

Sendo uma grande matéria de ideologia muito utilizada em diversas áreas (psicologia, medicina, psiquiatria, sociologia, pedagogia, filosofia, higiene, educação física e etc.). A motivação para o desporto é algo interessante de ser estudado e pesquisado, pois revela inúmeras facetas que envolve não apenas a motivação em si, mas também toda a preparação física e psicológica de atletas, implicando ainda as relações humanas entre atletas, treinadores e/ou educadores físicos (BURITI, 1997).

A motivação segundo (SAMULSKI, 2002) depende de fatores intrínsecos e extrínsecos apresentando assim níveis de motivação em determinado fator e variações comportamentais (objetivos, interesses, relevâncias), assim, resultando em uma busca de resultados incondicional muitas vezes pelo atleta em suas metas. O atleta que procura resultados segundo Marco e Junqueira, citado por (MARQUES, 2003) precisa fundamentalmente receber suporte do treinador como motivador. Weinberg & Gould (2001) criaram uma tabela que reforça a reciprocidade entre os fatores pessoais e situacionais.

**Tabela 1** - Reciprocidade entre os fatores pessoais e situacionais elaborado por Weinberg & Gould, 2001

<b>Fatores Pessoais</b>	<b>Fatores Situacionais</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de liderança</li> <li>• Necessidades</li> <li>• Interesses</li> <li>• Motivos</li> <li>• Metas</li> <li>• Expectativas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalidade</li> <li>• Facilidades</li> <li>• Tarefas atrativas</li> <li>• Desafios</li> <li>• Influencias sociais</li> </ul>

Esses fatores citados na Tabela 1 são modificados de acordo com as possibilidades dos sujeitos na modificação de seus objetivos nas atividades esportivas.

## 5.2 TIPOS DE MOTIVAÇÃO

### 5.2.1 Motivação Intrínseca

O sujeito que ingressa em uma atividade esportiva buscando conhecer seus novos desafios e novidades com prazer a realização de sua prática pode ser considerado intrinsecamente motivado. Nesse sentido (RYAN; DECI 2000) relatam que a necessidade intrínseca está associada a fatores psicológicos como alegria e bem estar. A motivação intrínseca apresenta significativa proximidade com o sucesso profissional na carreira desportiva sendo trabalhada através da autossuficiência, o prazer e a realização pessoal, assim, é fundamental que as tarefas sejam realizadas pelos sujeitos com autonomia e autodeterminação tornando a atividade efetuada uma consequência de suas ações intrínsecas motivacionais. O comportamento do sujeito na maioria das vezes ocorre sem estímulos externos. A tarefa realizada deve compor particularidades psicológicas de autonomia, competência e relação vinculada; imprescindíveis na realização da tarefa. Essas particularidades quanto mais se destacarem mais significativa será a motivação intrínseca relacionada com a prática de alguma tarefa realizada pelo sujeito no âmbito da Educação Física agregado na procura de práticas desportivas (FERNANDES, 2005). A motivação intrínseca pode aumentar ou diminuir através de ações essenciais dos professores na sua instrumentação ocorrendo aceitação das atividades por parte dos sujeitos (DECI; RYAN,1985). A abordagem dos professores perante os alunos torna o ambiente de aula positivo ou negativo ao desenvolvimento de tarefas (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004). Com isso, tornando – se favorável a prática desportiva a interpessoalidade entre professor e aluno aumentam beneficiando a motivação intrínseca (GUIMARÃES, 2004). Os resultados obtidos pelos alunos em aula através de sua fidedignidade na realização das atividades está interligado a postura do professor através de sua voz de comando e atitudes pessoais perante o grupo de alunos, no entanto, levando a acreditar que os méritos alcançados são consequências de sua responsabilidade nas tarefas (VALENTINI,2006).

Portanto a motivação intrínseca destaca – se em sujeitos que apresentam autonomia, autocontrole e autodeterminação realizando tarefas com aptidão suficiente, controlando suas ações realizando as atividades com bem – estar.

### **5.2.2. Motivação Extrínseca**

É uma ação efetuada a partir de estímulos externos, no qual, a motivação extrínseca encontra – se entre as variáveis: pouca ou nenhuma (amotivação) autodeterminação e muita autodeterminação (fator da motivação intrínseca).

A retirada do incentivo externo, tendo em vista a falta do entusiasmo e divertimento na tarefa sugere que essas ações externas suprimidas diretamente influenciam na diminuição da motivação pela falta de motivos intrínsecos (BIDDLE; CHATZISARANTIS, et al., apud FERNANDES, 2005)

Através da divisão dos grupos que formam a motivação extrínseca: regulação externa, introjeção, identificação e integração subdivididos em grupos de autodeterminação do menor ao maior nível (DECI; RYAN,2000).

Na regulação externa a prática esportiva é realizada em busca de premiações através de estímulos externos ou até mesmo para evitar rejeições a partir de um vínculo entre as amizades ou imposição dos familiares.

Em um nível maior de autodeterminação aparece a introjeção com maior nível de interação com a tarefa o indivíduo carrega pra dentro de si a causa e os desejos formando uma pressão interna a partir dos anseios de outras pessoas realizando a prática por motivos estéticos, podendo decorrer o constrangimento no sujeito pela falta do resultado esperado. O equilíbrio da ação é auxiliado através de alguma pressão psicológica pelo professor, treinador ou até mesmo de amigos e familiares. O objetivo de alcançar a reparação do ego ou moral pelo sucesso e fracasso a partir de obrigações e regras para a tarefa já é neste nível firmado.

A integração com a prática torna favorável a conscientização sobre a significância da tarefa distinguindo a regulação identificada. A autodeterminação aumenta, porém ainda existe relação com elementos externos. Os indivíduos percebem

que suas relações com as tarefas atribuídas cooperaram para seu desenvolvimento caracterizando o nível de regulação identificada.

O último subgrupo é a regulação integrada que entre todos os níveis é a mais autodeterminada, porém ainda é um tipo de motivação externa devido a ação do sujeito e não decorre do bem estar que a prática propicia. Assim, o sujeito mescla um conjunto de reações de outras pessoas as suas ações comportamentais.

O grau de autonomia na motivação extrínseca apresenta variabilidade conforme a faixa etária, experiência na prática esportiva ou até mesmo na sua situação momentânea (RYAN et al., 1997 apud BALBINOTTI et al., 2009)

Assim, a motivação extrínseca caracteriza – se pela reciprocidade entre o sujeito e os fatores fora da tarefa, mas que buscam auxiliar na atividade, por exemplo, o comportamento de acordo com o coletivo, evitando punições e críticas, visando em diversas circunstâncias os méritos através de premiações.

### **5.2.3. Amotivação**

É quando o indivíduo não tem um propósito que justifique realmente a execução da tarefa. Na visão destes sujeitos a atividade não irá propiciar nenhuma utilidade, ou o cumprimento da tarefa não será feito de maneira aceitável para si mesmo (BRIÉRE et al., 1995).

Ainda, caracteriza - se também pela falta de alguma finalidade do sujeito em realizar a prática estando num estado de espírito receoso ou decepcionado (DECY; RYAN, 1991; DECI; RYAN 2000). O controle das razões pelas quais os sujeitos estão amotivados vai além dos fatores intrínsecos e extrínsecos no qual não estão presentes nesta situação ( DECI; RYAN,2000). É fundamental alguns cuidados com a falta de motivação na tarefa, pois este fator está mais próximo do abandono do esporte, como por exemplo, a abordagem através de cobranças excessivas por parte do professor, treinos esgotantes a ponto que o sujeito diminua sua motivação e conseqüentemente possa tornar-se amotivado na tarefa.

## 5.3 TEORIAS SOBRE MOTIVAÇÃO

### 5.3.1 Teoria da Autodeterminação (TAD)

Essa teoria fundamentada por Deci e Ryan (1985) consiste no estudo das reações humanas preponderantes aos fatores de motivação intrínsecos, extrínsecos e de amotivação (CAPOZZOLI 2010). Algumas estruturas psicológicas são fundamentais na melhora da autodeterminação e conseqüentemente o aumento nos níveis motivacionais: competência, autonomia e de relacionamento (RYAN; DECI, 2000<sup>a</sup>; WANG; BIDDLE, 2007).

A TAD diferencia as motivações intrínsecas e extrínsecas através da autodeterminação para executar a prática. O sujeito pode estar em um nível amotivado (menos autodeterminado) e conforme seu comportamento torna - se motivado extrinsecamente, podendo finalmente alcançar o maior nível de autodeterminação (motivado intrinsecamente). Portanto, é essencial que o sujeito tenha noção de suas capacidades, atitudes com autonomia e interpessoalidade com o professor e colegas tornando - se assim agente principal de suas ações determinantes. Assim com os motivos solicitados pela prática realizada a autodeterminação em crescente escala propicia uma motivação intrínseca maior (DECI e RYAN, 2000; RYAN; DECI 2000a).

### 5.3.2 Teoria geral da motivação humana de Nuttin

O autor cita que o ambiente e o ser humano complementam – se na tarefa (NUTTIN 1980a, 1985). Em suas citações o autor entende que o ambiente existe unicamente pelo fato da valorização concedida pelo indivíduo, e na mesma proporção a evolução do indivíduo ocorre pelas situações compreendidas no ambiente. Essas ações são fundamentais na compreensão dos fatos vivenciados pelo indivíduo mesmo que o instrumento de suas atitudes seja ele próprio. As atitudes do sujeito são desenvolvidas para consolidar seus objetos – alvo a partir do dinamismo que estimula a motivação (NUTTIN, 1980b). Assim, a motivação é definida como o direcionamento do

comportamento humano que seleciona as suas necessidades a partir de objetos e interpersoalidade específica.

### **5.3.3 Teoria da Significação Motivacional da Perspectiva Futura de Lens**

Nesta teoria da perspectiva futura é explicada a ideia da junção do período futuro ao instante presente do indivíduo (LENS 1993<sup>2</sup>; apud BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009). Assim, o indivíduo nessa expectativa projeta suas ramificações ideológicas do seu produto motivacional, sendo fator direto as atitudes direcionadas a objetivos – alvos. Os objetivos a serem alcançados são subordinados as particularidades individuais de cada sujeito e de acordo com o tempo estão propícios a obterem maior ou menor tempo para serem alcançados. Além disso, existem sujeitos que obtêm perspectivas prolongadas com o tempo podendo ser diversas vezes decisões postergadas. Cada um desses sujeitos assim, apresenta individualidades subjetivas causando influência direta sobre os indivíduos (BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009).

O autor também comenta como hipótese que a perspectiva futura prolongada proporciona aos indivíduos maior aptidão em transformar suas vontades com o objetivo – alvo sendo alcançado de maneira mais estruturada.

### **5.3.4 Teoria Geral da Escolha e do Desenvolvimento Profissional de Super**

O autor comenta destacando os momentos profissionais que o sujeito atravessa no decorrer da vida ele cita três instantes que o indivíduo experimenta: escolhas provisórias ( relativo a tarefa de cristalizar a sua preferência profissional); transição (correspondente a tarefa de especificação de uma preferência profissional), e tentativa (prática de renovação de uma preferência profissional), assim evidencia que o jovem indivíduo opta por escolhas inconstantes antes de ser mais realista no seu planejamento profissional (BALBINOTTI; BALBINOTTI,2008; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009).



Na opinião de Balbinotti e Balbinotti (2008) o autoconceito a partir da formalização de ideias desde a infância forma sua própria imagem a partir da exploração, da diferenciação e da identificação de um indivíduo já adulto importante, para projetar essa imagem nos quesitos profissionais e renová-la a partir da auto – imagem no decorrer dos anos.

### **5.3.5. Teoria da Motivação e Representação de si mesmo de Ruel**

O autor contextualiza que a interação entre indivíduo e ambiente acontece no instante que a necessidade é modificada em objeto – alvo. Nessa teoria, a autor comenta que a capacidade funcional do indivíduo é questionável e julga que as chances de alcançar seus objetivos antecedem as necessidades de um projeto de ação. O autor Balbinotti (2008) cita os autoconceitos de onde proveem a autoestima. Sucessivamente, é considerado que a qualificação na representação que o indivíduo tem de si mesmo pode definir o limite da ação motivacional. Assim, o indivíduo aceita modificar a necessidade momentânea em objeto – alvo e logo determinar – se em uma relação com o ambiente, ou seja, segundo o autor o desejo de se espelhar em alguém está presente ( BALBINOTTI; BALBINOTTI; BARBOSA, 2009).

As Teorias apresentadas tem o princípio do desenvolvimento de objetivos apropriados para constantemente manter o indivíduo ativo. A integração contínua do sujeito a tarefa consolida cada vez mais a motivação a prática. Assim, identificar os fatores que levam o indivíduo a tarefa fornecendo recursos na promovendo um aumento na motivação.

## **5.4 FATORES MOTIVACIONAIS DECORRENTES A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**

### **5.4.1. Controle do Estresse**

O modelo do Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas Balbinotti (2004) e escrito novamente por Balbinotti, Saldanha e Balbinotti (2009), no qual analisa a dimensão motivacional sendo o controle do estresse uma das maneiras de dominar seus anseios e o estresse do cotidiano (Mc DONALD; HODGOON,1991).

O conceito sobre o estresse apresenta muitas controvérsias sendo para Cortez – Maghelly apud Nunomura, Teixeira e Caruso (2004) determinado como estímulo e outras como resposta propagada pelo estímulo. Alguns estudos apontam a melhora nos níveis de estresse perante a prática esportiva: Segundo Junior (2002) a competição pode ocasionar o estresse. Porém, Ré, Junior e Bohme (2004) levanta a hipótese que o valor atribuído pela criança na competição pode ser influência direta dos fatores de estresse independente dos fatores e modalidades competitivas. Com isso, a possibilidade de estresse na criança aumenta, possibilitando um esgotamento maior na tarefa independente se na sua realização ocorre a pratica em nível de competição, ou não, pelo fato do próprio indivíduo querer melhorar sua produtividade espelhando – se em outro sujeito de melhor rendimento.

Segundo Pires (2004) é visto que a tarefa é fator influente no nível de estresse proporcionando uma relação contrária entre a tarefa e o estresse; quanto maior o tempo de prática na atividade física menor o estresse sendo dessa maneira uma condição determinante no domínio do (CE).

No ponto de vista físico o estresse está relacionado com alguns sintomas: taquicardia, sudorese, nó no estômago, tensão muscular, aperto da mandíbula, ranger de dentes, náuseas e hiperatividade. No que diz respeito a aspectos psicológicos relacionados ao estresse estão presentes: angústia, tensão, preocupação excessiva, dificuldades de relaxar, tédio, ira, emotividade excessiva, depressão (PAFARO; MARTINO, 2004). Assim, o controle do estresse mostra – se fundamental na prática de atividades físicas e passa a ser um fator crescente nas pesquisas.

#### **5.4.2. Saúde**

Este fator analisa em que nível os indivíduos exploram as práticas físicas regulares como maneira de manejo da saúde em geral e a prevenção de doenças ocasionadas pelo sedentarismo. Com relação a processos fisiológicos e biomecânicos os benefícios entre atividade física e saúde são amplamente conhecidos. No caso, afirma – se que existe uma correlação entre esses dois fatores (NUNOMURA; TEIXEIRA E CARUSO 2004).

As prioridades com o objetivo de incentivar a promoção da saúde, por mais vezes estruturam – se no mundo como maneira fundamental na melhora deste fator (MARQUES E GAYA 1999).

O conceito sobre saúde não é apenas significado da falta de doenças mas também um momento de bem – estar físico, cognitivo e interação social. Assim, a maneira de agir do ser humano quanto a saúde apresenta uma diversidade de motivos do indivíduo direcionado a um momento de bem – estar mental, físico e social (PITANGA 2002). Contudo, os diversos assuntos sobre este tema tratam de enfatizar os riscos do sedentarismo como objeto na formação da obesidade, doenças cardiovasculares, osteoporose, incorreções posturais, dores nas costas, tipos de câncer, diabetes *mellitus* tipo II, entre várias outras. O termo saúde está diretamente relacionado a qualidade de vida de cada sujeito. A explicação de qualidade de vida segundo Rittner (1994) apud Gaspari e Schwartz (2001) que abordam a evolução das qualidades humanas e mostram a responsabilidade em melhorar as circunstâncias do indivíduo.

Baseando – se nessa ideologia sobre saúde e qualidade de vida, é possível acreditar que o direcionamento das práticas de atividade física esta relacionado ao favorecimento desses dois fatores, assim com a prática da tarefa o indivíduo desenvolve seu condicionamento físico, também podendo diminuir o estresse, e melhorar sua sociabilidade nas práticas que existe o coletivismo presente. As condições relevantes na atividade física para a manutenção e estímulo na qualidade de vida tem motivado a população na busca da prática (ROLLA; 2004 apud AMOEDO,2004). Obviamente, a promoção da saúde é um dos fatores fundamentais aos praticantes de esporte.

O conhecimento desses fatores pelo profissional de educação física é de grande importância, visto que, a busca para modificar todas as reações e costumes relacionados a saúde. O sujeito que procura alguma prática desportiva poderá estar fazendo por diversas razões, sendo a saúde um dos objetos mais importantes nesse caso. Assim, é evidente que políticas e programas de saúde é uma das condições significativas para motivar os praticantes de atividades desportivas.

### **5.4.3 Sociabilidade**

É fundamental que neste fator o indivíduo sinta - se componente de algum grupo cumprindo com suas necessidades interpessoais, e diretamente indo de acordo com a TAD (Teoria da Autodeterminação) conseqüentemente tornando o indivíduo mais autodeterminado. A partir desta causa existe a hipótese de diversos fatores relacionados à sociabilidade que ocasionem a prática desportiva. Por exemplo, interagir com os amigos, conhecer novas amizades, compor algum grupo, apresentar particularidades semelhantes a outra pessoa. Para Weinberg e Gould (2001) já na infância, a facilidade de interação que algumas crianças apresentam, com as amizades constituídas nas práticas aumentam a sociabilidade e o nível de comprometimento com as atividades físicas.

Um dos fatores essenciais para o envolvimento do adolescente no esporte é a necessidade de convivência social apresentada nessa faixa etária, deste modo, o ser humano passa a consolidar referências e relações interpessoais, ou seja, fazer parte de algum grupo (GALLAHUE E OZMUN 2005).

A socialização para os praticantes desportivos não ocorre apenas com o objetivo de exercer interação na tarefa com treinadores/professores ou colegas de atividade mas também muitas vezes pelo fato de receberem a aprovação fora do âmbito da prática na sua vida pessoal e profissional. A procura em ser aceito, coletivo através da cooperação e conseqüentemente aumentar suas relações afetivas, sendo através dessas ações contemplado com a realização pessoal da tarefa de maneira alegre e feliz são características que melhoram a auto – estima e sucessivamente os vínculos afetuosos e a aprovação da presença nos grupos.

#### **5.4.4 Estética**

A prática desportiva é analisada neste fator através da razão ou circunstância que leva o indivíduo na realização da tarefa no intuito da manutenção do corpo, de maneira desejável e aceitável por parte do grupo em que o sujeito encontra – se ou ate mesmo da sociedade. Assim, a estética é um fator estimulante para a participação de indivíduos em grupos de atividades físicas. É evidente que a estética pode influenciar jovens a praticarem atividades físicas com diferentes objetivos entre os gêneros muitas vezes; enquanto meninos praticam atividades pelo simples fato da desportividade as meninas realizam atividades que ocasionem a perda de peso, assim, os estudos de Ricciardelli et al apud Conti, Frutuoso e Gambardella (2005) verificaram que os fatores socioculturais influentes atingem meninos e meninas de maneira diferente. Muitas vezes os jovens, principalmente do sexo feminino buscam de maneira forçada um padrão de beleza, podendo ocasionar frustração e negação da própria auto – imagem por muitas vezes ser inatingível na maioria dos casos. Assim, fica evidente a importância destacada pela aparência, visto que na sociedade somos aquilo que aparentamos ser (MALDONADO 2006). Segundo Heilborn (1997) existem alguns fatores que são divididos pelos indivíduos baseando – se nas ciências sociais (antropologia), como por exemplo: o compartilhamento de um sexo pelos povos (características anátomo – fisiológicas) e da sexualidade. Ocorre também um direcionamento mercantilista, no qual, a mídia repassa a sociedade uma ideologia de modelo corporal através dos meios de comunicação (televisão, jornal, cinema e outras publicidades) valorizando musculaturas torneadas, modelos esbeltas, suplementos milagrosos e academias que são as mais beneficiadas através do lucro com essa realidade social (CUNHA 2003). Na mesma lógica segundo Russo (2005) a procura pela ideia corporal projetada, direciona os sujeitos para determinada atividade física ou esporte, assim, consolidando o objetivo do sujeito passando a obter o corpo requisitado pelo grupo ou a sociedade no geral.

#### **5.4.5. Prazer**

Esse fator está diretamente ligado a motivação intrínseca composto por elementos justamente de acordo com as propostas sugeridas pelas atividades físicas como o bem – estar e o próprio prazer; assim promovendo a competência e a autonomia ao indivíduo estando de acordo com a TAD tornando – o autodeterminado (DECY;RYAN 1985). Assim, as práticas desportivas propostas devem ser compostas pelo desafio e o prazer destacando a importância de que treinadores e professores do desporto desenvolvam treinamentos e aulas que propiciem circunstâncias para o aumento da motivação intrínseca (BARBOSA et al., 2008). A interação contínua durante a intensidade das atividades proporciona benefícios ao exercício e a saúde mental como melhora no humor, diminuição da ansiedade e sensação de relaxamento (NUNOMURA 1998).

Atualmente, alguns fatores como menor tempo gasto no trabalho, aumento no grau de escolaridade e a praticidade através do desenvolvimento tecnológico proporcionam uma presença maior nas práticas de lazer que segundo Marcellino (2003) está associado ao prazer. Com relação a alguns estudos sobre o prazer ser um fator fundamental na motivação dos indivíduos segundo (BALBINOTTI; SALDANHA; BALBINOTTI,2009) um estudo realizado com 41 atletas infanto – juvenis, jogadores de basquete, de ambos os sexos, com idades variando de 13 a 16 anos tendo como objetivo analisar as 6 dimensões motivacionais: sociabilidade, competitividade, prazer, estética, saúde e controle de estresse. Assim, concluiu – se no estudo que as três dimensões que mais estimularam atletas do sexo masculino foram: prazer, competitividade e saúde; enquanto atletas do sexo feminino apresentaram índices mais significativos referentes a fatores de prazer, saúde e sociabilidade. Portanto, as dimensões de prazer e saúde apresentam – se mais significativas no sentido de ambos os sexos analisados no estudo. E função do professor de educação física oportunizar aos sujeitos atividades com caráter lúdico muitas vezes, assim, ocasionando um aumento na motivação intrínseca em práticas físicas, visto que, o prazer pode fazer com o sujeito adquira o costume na prática em atividades físicas.

#### **5.4.6. Competitividade**

O rendimento na prática desportiva é destacado no fator da competição na procura de um melhor desempenho na tentativa de superar algum desafio praticado por outra pessoa ou grupo. Assim, nos esportes não é diferente, sendo que a competição está presente de modo significativo de acordo com os cronogramas, calendários e conseqüentemente na proposta das atividades. A situação desafiadora da competição estimula sentimentos opostos nos sujeitos de modo que, dessa maneira, enfrente situações desafiadoras (DE ROSE JR, 2002). Segundo Marques (2003) a competição está introvertida no ser humano formando dessa maneira o melhor que pudermos nas tarefas.

A competição está cada vez mais presente na nossa sociedade seja através de desempenho por melhores notas escolares ou conquista de troféus no meio esportivo (TAUER; HARACKIEWICZ 1999). O fator motivacional da competição está muito presente no desporto juvenil, sendo os pais grandes responsáveis por momentos de cobrança e pressão pela vitória nas competições pelos filhos custe o que custar rejeitando assim, o divertimento e o prazer que a competição pode proporcionar.

Em um estudo realizado com jogadores de futebol de 21 equipes com idade média de 25 anos, sendo que 6 equipes competiam nos campeonatos nacional de 2ª e 3ª divisão e 6 equipes disputavam campeonatos regionais, os resultados não confirmaram algumas das descobertas citadas acima. Não houve diferenças significativas nas orientações motivacionais em relação ao nível em que os jogadores de futebol estavam competindo. Nesta pesquisa, o nível de competição não foi determinante para distinguir se os atletas estavam orientados à vitória ou à tarefa. Os jogadores de futebol amador relataram altos níveis de amotivação, quando comparados com os profissionais, e os atletas profissionais atribuíram níveis significativos maiores à regulação identificada, quando comparados com os amadores (SARMENTO; CATITA ;FONSECA, 2008). Alguns aspectos como o bem - estar físico e psicológico deve ser conquistado entendendo – se a partir daí o valor da verdadeira competição. Segundo Marques (2003) algumas dessas questões (bem – estar físico e psicológico) for afetada a competição não está sendo direcionada de maneira correta. A vantagem na vida pessoal é o crescimento na pessoa e o seu bem - estar físico e mental podendo ser um fator de benefício na vida pessoal.

## 5.5 BASQUETEBOL

### 5.5.1 Conceito

O basquetebol surgiu em 1891 com James Naismith em Springfield, Massachussets, EUA (CBB,2010). Sendo oriundo da necessidade de um esporte que pudesse ser praticado em ambiente fechado devido ao inverno rigoroso local, assim é hoje um dos esportes mais praticados no mundo, e, portanto está inserido na cultura esportiva de muitos países; inclusive do Brasil. O basquetebol pode ser considerado um esporte complexo, por conta de uma grande variação de ações, ocorrendo de forma dinâmica e contínua. Para atingir uma performance de execução considerado adequado no alto nível, os atletas devem estar preparados fisicamente, tecnicamente e taticamente (DE ROSE et al, 2001). O desenvolvimento de fundamentos como o salto, a corrida, passe e o lançamento tornam esses movimentos naturais primordiais na constituição do jogo sendo dessa maneira um dos jogos mais populares na maioria dos países (TSETLIN 1961). Segundo também De Rose Junior e Tricoli (2005) indo de encontro com Tsetlin citam que essas ações presentes na execução dos fundamentos do basquetebol ou na combinação das ações, como por exemplo: arremessar em cesta, passar a bola, saltar para o rebote e deslocamentos em diversas direções são realizados com característica variável de intensidade e ritmo em suas ações.

As exigências do jogo de acordo com suas possibilidades funcionais como saltos, corridas intensas, combinações de movimentos, e situações de jogo que exigem rapidez, força, resistência, flexibilidade, agilidade e destreza denomina – se preparação física (ROSSINI JR ,2001).

A preparação no basquetebol ocorre em conjunto entre as variáveis física, técnica e tática. A preparação técnica constitui os fundamentos, sendo sua base de condução para o desenvolvimento do jogo, assim, caracterizando suas qualidades individuais. A elaboração da preparação técnica depende indiretamente da preparação física.



No entanto a preparação tática do jogo é atribuída ao conjunto de ações da equipe com treinamentos de situação de jogo. O conjunto da preparação física e técnica dos jogadores constituem a preparação tática.

A caracterização fisiológica do basquetebol mostra – se predominantemente com o metabolismo anaeróbico alático e láctico (BARBERO ÁLVARES e BARBERO ALVARES, 2005; GENTIL et al,2001; BORIN et al,1996) com movimentos intensos e de curta duração, ocasionado principalmente pelo acúmulo dos esforços e da fadiga (BÁRBERO ALVARES e BÁRBERO ALVARES,2005) tendo uma intensidade de jogo intermitente (BANGSBO,2003; HOFMANN E MARESH,2003; KOKUBUN et al, 1996). Já o metabolismo aeróbico contribui no basquetebol através do alto volume de jogo e ações baixas e moderadas nos instantes de parada características da modalidade (BARBERO ÁLVARES e BARBERO ÁLVARES, 2005).

A referência no aprendizado do basquetebol segundo Brauner (1994) ao realizar um estudo em escolinhas esportivas de basquete em Barcelona destaca que os professores com uma presença mais efetiva no trabalho mais aberta e interessada encontram eco nos pais. É importante esta ação por parte de quem coordena as aulas, pois na iniciação esportiva as crianças necessitam que os professores ou treinadores reconheçam suas tarefas realizadas em aula, assim evitando que ocorra uma desmotivação no esporte não querendo pratica – lo mais; e conseqüentemente o abandonando, pois o sentimento de exclusão nas atividades estará presente nos alunos.

Na prática do basquetebol segundo De Rose Junior e Tricoli (2005) o desenvolvimento de três capacidades motoras é fundamental na prática do basquete:

- a) Força: que pode ser dividida em força de salto (rebotes e arremessos), força de *sprint* (deslocamentos, aceleração e mudança de direção) e força de resistência (manutenção da qualidade dos gestos técnicos durante a partida);
- b) Resistência: geral ou aeróbia (responsável pela manutenção do estado básico do atleta e pela condição de recuperação de um jogo para o outro) e resistência específica ou anaeróbia (responsável pela execução eficiente e com intensidade adequada dos movimentos específicos durante o jogo).

- c) Velocidade de reação: (fundamental pra garantirão atleta a capacidade de se deslocar com rapidez, com ou sem bola, para responder rapidamente os estímulos, como uma saída rápida para interceptar um passe ou receber a bola) e de movimentos acíclicos ou agilidade (para garantir os deslocamentos no pequeno espaço físico da quadra de jogo).

Os autores De Rose e Tricoli (2005) ainda dizem que o basquete é visto como um esporte de oposição e cooperação e que a ação desenvolve – se em quadra na presença de duas equipes, em grande parte do tempo de jogo situando – se em espaço mais reduzido (meia quadra), executando as ações situacionais de jogo com defesa e ataque, com ou sem o domínio da bola tendo como objetivo a conversão da cesta.

## 6 MATERIAIS E MÉTODOS

### 6.1 TIPO DE ESTUDO

O estudo apresenta um delineamento do tipo comparativo com abordagem quantitativa. Esse desenho metodológico nos permite comparar grupos de sujeitos que diferem numa variável já presente ou existente, no qual o pesquisador pretende revelar uma realidade presente independente de sua interpretação (GAYA, 2008). Nesse sentido, pretendemos descrever o perfil motivacional dos participantes do projeto de extensão, avaliando a influencia, a interação e as diferenças dos grupos de idade e do nível de pratica nas dimensões motivacionais, através de análises estatísticas.

### 6.2 AMOSTRA

A amostra do presente estudo é composta por adultos participantes do Projeto de Extensão da ESEF/UFRGS *“BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA”*. Participaram 68 sujeitos que frequentam o projeto de extensão da ESEF/UFRGS, todos do sexo masculino e com idades entre 18 e 55 anos. O estudo em amostras se fundamenta no sentido de que as práticas podem ser melhoradas através da descrição objetiva dos fenômenos (THOMAS; NELSON, 2002).

**Tabela 2** - Características dos sujeitos que participaram do estudo

	<b>Idade</b>	<b>Tempo de experiência</b>	<b>Horas de treino/semana</b>	<b>Frequência dias/semana</b>
<b>n</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>67</b>	<b>67</b>
Média	27,41	13,34	1,82	2,64
Desvio padrão	7,286	8,756	0,984	1,164
Menor valor	18	1	1	1
Maior valor	55	38	7	7

As características apresentadas na tabela 2, evidenciam valores médios de  $27,41 \pm 7,28$  para a idade dos 68 participantes, apresentando como menor idade 18 anos e o indivíduo com maior idade na faixa etária dos 55 anos. O tempo de experiência dos participantes apresenta valores médios de  $13,34 \pm 8,76$  anos enquanto o menor tempo apresentado no estudo foi de 1 ano e o maior de 38 anos. Em relação às horas de treino, os sujeitos investigados apresentaram  $1,82 \pm 0,98$  treino/semana com intervalos de menor tempo 1 hora e maior de 7 horas. No que tange a frequência de treino por semana encontramos uma média de 2,64 dias/semana, sendo que a menor frequência foi de 1 dia e a maior foi de 7 dias/semana.

**Tabela 3** - Perfil em relação à participação em competições

<b>Participação em competições</b>	<b>Frequência</b>	<b>%</b>
Sim	57	83,8
Não	11	16,2
Total	68	100,0

A Tabela 3 refere-se à participação em competições, que está dividida entre participantes (sim) e não participantes (não); entre os 68 participantes do estudo 57 já participaram de competições com um percentual de 83,8 %, enquanto 11 nunca participaram de nenhuma competição e apresentam percentual de 16,2 %.

O nível de competição dos participantes está dividido de acordo com seu respectivo grau, sendo que nas categorias: Municipal (13; 22,8%); Estadual (30 e 52,6%); Nacional (12; 21,1); Internacional (2; 3,5%). Sendo averiguada maior porcentagem na categoria Estadual (Tabela 4).

**Tabela 4** - Perfil em relação à participação nos diferentes níveis de competições

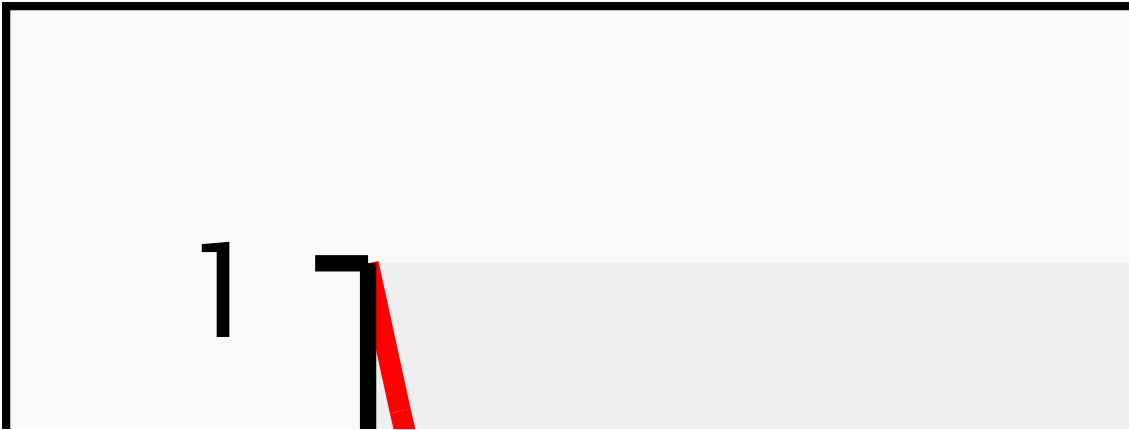
Nível das competições	Frequência	%
Municipal	13	22,8
Estadual	30	52,8
Nacional	12	21,1
Internacional	2	3,5
Total	57	100
Mis. System	11	
Total	68	

### 6.3 CÁLCULO AMOSTRAL

Para definirmos o tamanho da amostra requerida em nosso estudo recorreremos ao método matemático adotando os seguintes critérios: assumimos um valor de efeito largo para comparação entre as variáveis de 0,40 (*Effect size*  $w=0.4$ ), uma probabilidade de erro 5%, adotando um alfa de 0,05, erro tipo I ( $\alpha$  *err prob*=0.05); um poder estatístico do teste de 80% (*Power* ( $1-\beta$  *err prob*)=0.80). Adotando o teste estatístico ANOVA FATORIAL (ANOVA: *Fixed effects, omnibus, one-way*). O software utilizado foi o G\*Power 3.1.3. Dessa forma o tamanho da amostra ficou definido em 68 sujeitos (*Total sample size* = 68) conforme os resultados os cálculos e a figura 1 apresentados abaixo.

#### F tests – ANOVA: Fixed effects, omnibus, one-way

<b>Analysis:</b>	A priori: Compute required sample size	
<b>Input:</b>	Effect size f	= 0.40
	$\alpha$ err prob	= 0.05
	Power ( $1-\beta$ err prob)	= 0.80
	Number of groups	= 3
<b>Output:</b>	Noncentrality parameter $\lambda$	= 10.5600000
	Critical F	= 3.1428085
	Numerator df	= 2
	Denominator df	= 63
	Total sample size	= 68
	Actual power	= 0.8180744



**Figura 1** - Valor do F crítico significativo para o erro tipo I ( $p < 0,05$ ).

#### 6.4 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

Para a realização deste trabalho foi utilizado o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física ou Esportiva (IMPRAFE – 132) (BALBINOTTI, 2010) no qual identifica as seis dimensões motivacionais relacionadas à prática regular de atividades físicas. O inventário possui 132 itens agrupados em blocos de seis, conforme a sequência das dimensões a serem analisadas – no caso, controle de estresse (p.ex: liberar tensões), saúde (p.ex: manter a forma física), sociabilidade (p.ex: estar com os amigos), competitividade (p.ex.: vencer competições), estética (p.ex.: manter bom aspecto) e prazer (p.ex.: me sentir melhor). Para cada um dos itens é dada uma resposta bidirecional graduada em sete pontos, de acordo com uma escala tipo Likert, que vai de “1 – Este item não representa um motivo que me levaria a realizar uma atividade física regular ou esporte” até “7 – É por esse motivo que eu pratico atividade física ou esporte”. Esse mesmo modelo se repete no segundo bloco de 6 questões até completar 22 blocos (perfazendo um total de 132 questões). Cada dimensão equivale a 22 questões e composto de seis questões repetidas (escala de verificação). Seu objetivo é verificar o grau de concordância acordada a primeira e a segunda resposta ao mesmo item. As propriedades métricas deste instrumento foram exploradas em um extenso estudo com 1377 sujeitos (BALBINOTTI; BARBOSA, 2008). Foram avaliadas a validade fatorial confirmatória ( $\chi^2/gf = 2,52$ ; GFI = 0,859; AGFI = 0,854; RMS = 0,065)

e a consistência interna (índices Alphas de Cronbach variando de 0,89 a 0,92) com resultados bastante satisfatórios.

## 6.5 PROCEDIMENTOS DE COLETA DOS DADOS

A coleta de dados teve como ponto de partida a procura pessoal ao projeto de extensão desenvolvido na ESEF/UFRGS sob a coordenação do Professor Dr. Mário Brauner denominado “*BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA*”.

Posteriormente foi realizada visita ao local para estabelecer contato com o professor, entregar o Termo de Autorização Institucional e pedir a colaboração para a pesquisa. No local foi possível aplicar o IMPRAFE – 132 no primeiro contato. Os participantes do projeto foram convidados um a um a participar antes ou depois do jogo, após a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ficando livre a opção por participar e podendo o sujeito desistir a qualquer momento se assim desejasse; todos os participantes ficaram com uma cópia do Termo para o caso de desejarem realizar contato com o pesquisador em função de dúvidas ou desistência. Deste modo, a aplicação foi realizada individualmente e levou aproximadamente quinze minutos para cada participante.

## 6.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

### **6.6.1 Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

O presente estudo cumpriu com as exigências para investigações com seres humanos, assim, foi elaborado o Termo de Autorização Institucional e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Entretanto, não conseguimos encaminhar ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul devido ao pouco tempo entre a construção do projeto e a aplicação do instrumento de pesquisa. É

de conhecimento geral de que projetos de pesquisa que já estão em andamento, iniciado o processo de coleta de dados, não são julgados pelo comitê de ética.

Todos os indivíduos da amostra foram informados dos objetivos, instrumentos e procedimentos da investigação, esclarecendo que a sua participação será de livre escolha. Quem estiver de acordo em participar, após ler o termo de consentimento livre e esclarecido, colocará sua assinatura, podendo desistir e ter acesso ao estudo a qualquer momento. Também, deixamos claro que as informações coletadas não possuem fins lucrativos e são voltados apenas para a pesquisa científica e que todas as informações pessoais dos sujeitos serão mantidas em sigilo, os nomes das pessoas não aparecerão no estudo. As informações são tratadas e apresentadas de forma geral e não individual. O termo de consentimento livre e esclarecido está anexado neste estudo (Apêndice 2).

### **6.6.2 Termo de autorização Institucional**

Antes da realização do processo de seleção da amostra, foi entregue ao professor responsável pelo projeto, Prof. Dr. Mário Brauner, o termo de autorização institucional solicitando a autorização para realização do estudo com os participantes do projeto de extensão. No documento que foi entregue ao coordenador, consta as seguintes informações:

- 1 - Instituição, dados do projeto de investigação e responsáveis;
- 2 - Objetivos do estudo;
- 3 - Solicitação para avaliar os jovens que participam do projeto de extensão
- 4 - Local, data e turno das avaliações;
- 5 - Pedido de autorização para divulgação dos resultados da pesquisa;
- 6 - Compromisso dos pesquisadores no esclarecimento a qualquer dúvida, no retorno dos resultados e do trabalho final.

Esse documento é apresentado no Apêndice 3.



## 6.7 TRATAMENTO ESTATÍSTICO DOS DADOS

Para a descrição do perfil motivacional dos sujeitos que participam do projeto de extensão “BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA” na ESEF/UFRGS recorreremos à estatística descritiva, apresentando valores médios e desvios padrão encontrados em cada dimensão do inventário IMPRAF 132. Nas análises comparativas utilizamos a estatística inferencial, adotando o teste de *ANOVA FATORIAL* e o teste de comparação *Post-hoc de Bonferroni*, verificando assim, as influencias, as interações e as diferenças entre as variáveis grupos de idades e nível de prática. Realizaremos uma análise exploratória para verificar a aderência a normalidade da distribuição dos resultados, utilizando o teste de *Kolmogorov-Sminorf*. O software adotado será o SPSS V.20 e o nível de significância mantido em 5%.

## 7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para posterior análise descritiva e inferencial adotamos a estratégia de agrupar as diferentes faixas etárias em 3 grupos de idades de acordo com distribuição percentilica (G1 até p25; G2 entre p25 e p75; G3 acima de p75) , conforme quadro abaixo:

**Tabela 5 - Configuração da amostra por grupos de idades**

Grupos de idade	Frequência	%
G1= mais novos (18 a 22 anos)	18	26,5
G2= intermediário (23 a 29 anos)	33	48,5
G3= mais velhos (acima de 30 anos)	17	25
Total	68	100

Na tabela 5 o G1(18 a 22 anos – 18; 26,5 %); o G2 (23 a 29 anos – 33; 48,5%) e G3 (acima de 30 anos – 17; 25,0%). Com isso o (G2) com sua respectiva faixa etária apresenta maior percentual de frequência no presente estudo com 33 (48,5%) dos participantes.

Na relação entre o variável nível de competição e grupo de idade encontramos o seguinte perfil descrito no quadro abaixo:

### Quadro 1 - Contingências e percentagens relativas dos grupos de idades por nível de competições

nível.competição \* grupo.idade Crosstabulation

			grupo.idade			Total
			mais novos (18 a 22 anos)	intermediário (23 a 29 anos)	mais velhos (acima de 30 anos)	
nível.competição	municipal	Count	4	7	2	13
		% within nível.competição	30,8%	53,8%	15,4%	100,0%
		% within grupo.idade	28,6%	23,3%	15,4%	22,8%
	estadual	Count	9	14	7	30
		% within nível.competição	30,0%	46,7%	23,3%	100,0%
		% within grupo.idade	64,3%	46,7%	53,8%	52,6%
	nacional	Count	1	7	4	12
		% within nível.competição	8,3%	58,3%	33,3%	100,0%
		% within grupo.idade	7,1%	23,3%	30,8%	21,1%
	internacional	Count	0	2	0	2
		% within nível.competição	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
		% within grupo.idade	0,0%	6,7%	0,0%	3,5%
Total	Count	14	30	13	57	
	% within nível.competição	24,6%	52,6%	22,8%	100,0%	
	% within grupo.idade	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

De acordo com a divisão entre faixas etárias o G1 (mais novos de 18 a 22 anos) associados aos respectivos níveis de competição apresenta maior percentual em competições Estaduais (9; 64,3 %), sucessivamente, Municipal (4; 28,6 %); Nacional (1; 7,1 %); Internacional (0; 0 %). Analisando o G2 (intermediário 23 a 29 anos) assim como no grupo dos mais novos, o nível Estadual destaca – se com (14; 46,7 %), contudo, os níveis Municipais e Nacionais apresentam o mesmo valor (7; 23,3%) e o Internacional (2; 6,7%). E por fim, analisando por grupos, o G3 da mesma forma que os outros grupos apresentam percentuais mais elevados no nível Estadual (7; 53,8%); no Nacional (4; 30,8%); Municipal (2; 15,4%). Assim, podemos interpretar que o G1 nas competições Estaduais apresenta o maior percentual dentre os valores analisados em cada grupo por idade mesmo não obtendo o maior número de participantes, mas o fato de concentrar a maior parte de seus participantes no nível Estadual (9), atribuindo dessa maneira o maior valor. O G1, sujeitos de idades mais baixas, não apresentaram frequências em competições de nível Internacional, assim como o grupo G3, aqueles com idades maiores que 30 anos.

Apenas o grupo G2, sujeitos com faixas etárias compreendidas entre 23 e 29 anos, foram os que apresentaram uma frequência em competições de nível Internacional (2; 6,7%). Em seguida, o G1 apresenta valores de 30,8 a 8,3 %, com valores semelhantes nos níveis (Municipal – 30,8 e Estadual – 30,0). O nível Nacional no G3 destaca – se com maior percentual se comparado aos outros níveis de competição (33,3), é importante resaltar a similaridade de valores constatados no G3 na divisão por faixas etárias e por nível de competição (15,4). No total de participantes, o nível de competição Estadual apresenta maior percentual com (30; 52,6), seguido de valores semelhantes entre (Municipal – 22,8 % e Nacional 21,1%), com o nível Internacional demonstrando maior dispersão dos outros níveis (3,5%).

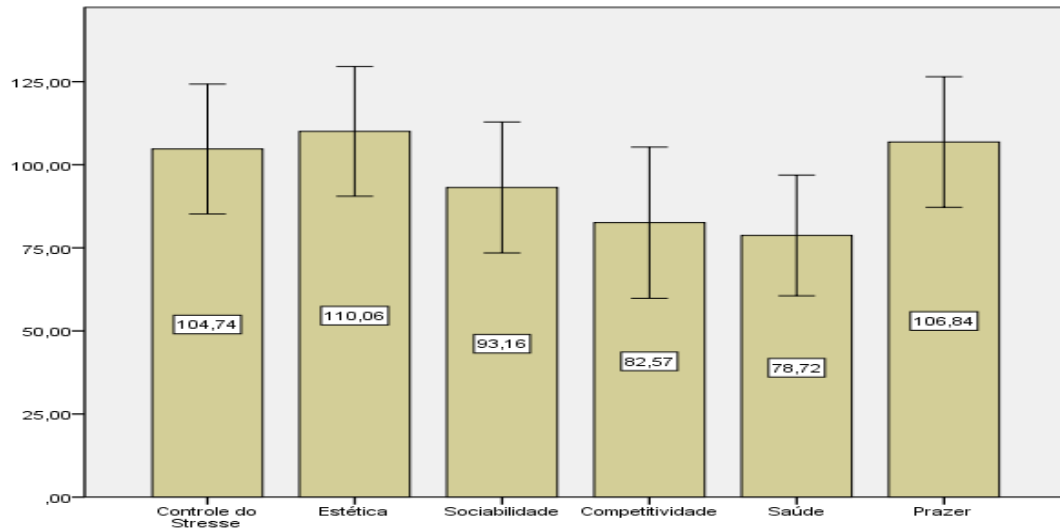
Em relação ao objetivo geral do estudo, descrever e analisar os fatores motivacionais para a prática dos participantes no projeto de extensão denominado *“BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA”* e coordenado pelo prof. Mario Brauner, encontramos os seguintes resultados com a aplicação do inventário IMPRAF 132:

**Tabela 6** - Valores médios e desvios padrão para cada dimensão motivacional do grupo em geral.

<b>Dimensões</b>	<b>N</b>	<b>Menor valor</b>	<b>Maior valor</b>	<b>Posição</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio padrão</b>
Estética	68	39,0	152,0	1°	110,05	19,51
Prazer	68	40,0	143,0	2°	106,83	19,64
Controle do stress	68	40,0	138,0	3°	104,73	19,52
Sociabilidade	68	32,0	130,0	4°	93,16	19,68
Competitividade	68	31,0	119,0	5°	82,57	22,74
Saúde	68	34,0	136,0	6°	78,72	18,16

Com base nos dados apresentados na Tabela 5 podemos dizer que, dentre os 68 participantes do estudo a dimensão motivacional *Estética* foi a que se destacou recebendo a maior atribuição de importância, apresenta o valor médio de  $110,05 \pm 19,51$ , seguido na valorização da dimensão *Prazer*, que apresenta valor médio de  $106,83 \pm 19,64$ . Realizando uma analogia com outros resultados apresentados na literatura científica encontramos algumas similitudes. Como podemos verificar no estudo de Amorim (2010) que verificou o nível de motivação de 40 praticantes regulares de musculação com faixa etária de 18 a 30 anos, de ambos os sexos, concluiu que a dimensão estética e prazer apresentaram maiores valores médios respectivamente, utilizando assim como avaliação o Imprafe – 54 – de Balbinotti e Barbosa (2008) como instrumento. Assim mostrando - se similar em termos de maior valor médio nas dimensões com o presente estudo. As dimensões menos valorizadas saúde ( $78,72 \pm 18,16$ ) e competitividade ( $82,57 \pm 22,74$ ) chamam a atenção o fato de outros estudos realizados na área e que comparam as médias respectivas das dimensões apresentaram valores menores em média que as outras dimensões. Um estudo realizado por Pacheco (2010) consta que a maior média entre as dimensões verificadas foi à saúde, esse estudo utilizou o Imprafe – 132 – de Balbinotti e Barbosa (2009) como instrumento e era composto por 40 praticantes de Jiu – Jitsu de ambos os sexos. Reforçando que a saúde está presente como dimensão de destaque em outros estudos, Salcedo (2010) verificou que a maior média dentre as variáveis também foi à dimensão saúde utilizando o Imprafe – 132 – de Balbinotti e Barbosa (2009) com a

amostra composta por 30 praticantes de ambos os sexos na faixa etária de 23 a 60 anos praticantes de treinamentos personalizados em academias de Porto Alegre. Analisando a dispersão de cada dimensão, observar nos resultados apresentados no quadro acima que a dimensão competitividade apresenta maior variabilidade no grau de importância atribuída ( $dp=22,74$ ).



**Figura 2** - Perfil geral da amostra nas dimensões motivacionais para a prática esportiva

Com base na figura 2 podemos descrever de modo geral que o grupo de participantes do projeto de extensão apresenta como motivos para o envolvimento e permanência na prática a seguinte hierarquia de importância: em primeiro lugar a dimensão Estética (110,05), em segundo lugar a dimensão Prazer (106,83), em terceiro lugar a dimensão Controle do estresse (104,73), em quarto lugar a dimensão Sociabilidade (93,16), em quinto lugar a dimensão Competitividade (82,57) e por fim, em sexto lugar a dimensão Saúde (78,72).

As dimensões Estéticas, Prazer e Controle do Estresse aparecem foram as que se destacaram com maior atribuição de importância para que os sujeitos se envolvessem nas atividades de extensão.

O resultado da pesquisa surpreende pelo fato da divergência em resultados de outros estudos, onde essa dimensão não apresenta – se com maior média. O destaque da dimensão Estética em nosso estudo nos reporta a uma hipótese de que essa

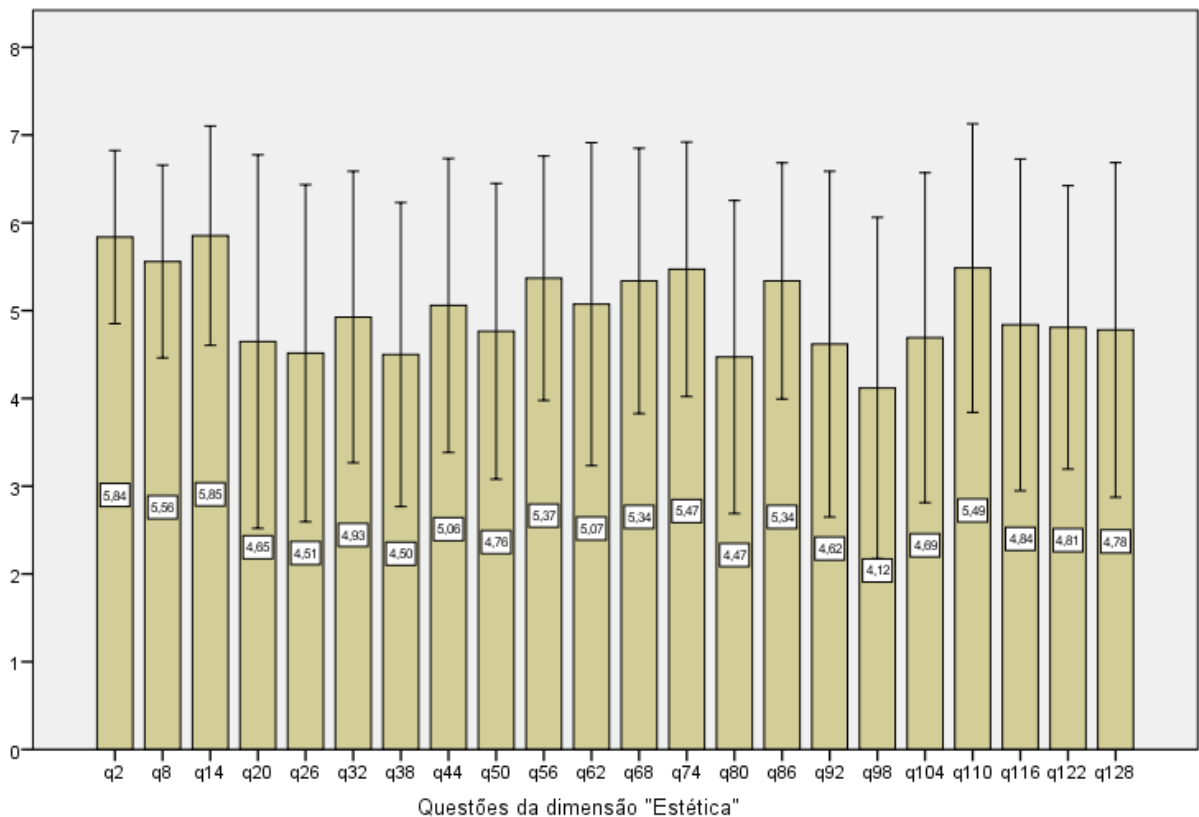
característica pode estar associada a grande exigência atual exercida pela sociedade e pela mídia que exerce enorme influência em diversas pessoas, na busca por um corpo magro e definido. Com o aumento no incentivo de dietas, produtos de beleza e, sobretudo por atividades físicas a pressão exercida pela mídia aumenta significativamente. Na sociedade atual o “ser” é julgado menos importante que o “parecer ser” tornando o fato de parecer jovem e saudável cada vez mais importante (GARCIA; LEMOS 2003). Os resultados deste estudo que apresentou maior média na dimensão Estética apresentam resultado semelhante de um estudo realizado por Ballbinotti e colaboradores (2007), que teve como objetivo descrever e comparar as dimensões motivacionais de atletas corredores de longa distância, segundo o sexo. Uma das principais conclusões desse estudo é que as mulheres mostram – se significativamente mais motivadas ( $p < 0,05$ ) conforme o sexo. Com isso a dimensão Estética descrita por Ballbinotti e colaboradores (2007) compara – se em termos de resultado com o presente estudo realizado que comparou diferentes idades e níveis de prática. Assim, não é difícil interpretar a importância em demasia que a sociedade impõe dando grande valor a aquilo que aparentamos ser (MALDONADO, 2006).

Seguindo a sequência, o Prazer como segunda maior dimensão de maior média (106,83). A motivação intrínseca está diretamente ligada a esta dimensão sendo utilizado na definição de níveis motivacionais intrínsecos segundo a teoria da autodeterminação (RYAN; DECI, 1985). Assim, os participantes do estudo podem estabelecer suas próprias metas podendo receber até mesmo apoio de familiares (NUNOMURA, 1998). Apesar da amostra do estudo ter verificado um valor de 2,64 dias/semana Sarkis (2009) afirma através de um estudo realizado que pessoas motivadas pelo prazer mantêm uma prática de atividades físicas no mínimo quatro vezes por semana sem finalidade esportiva de alto rendimento. Ele verificou que trinta indivíduos treinam com *personal trainer* de duas a quatro vezes por semana. Ainda, Rocha (2009) verificou que a dimensão prazer ficou em segundo lugar assim como no presente estudo entre as dimensões que mais motivam os praticantes regulares de arte marcial.

A terceira dimensão que obteve maior média foi o controle do estresse que está muito presente na população adulta, com evidências comprovando que sujeitos que

não praticam atividades físicas podem elevar seu nível de estresse. O fato de o exercício físico liberar hormônios como a b-endorfina e dopamina, ocasionando um efeito relaxante no praticante pós-exercício (CHEIK, 2003). Esses benefícios do exercício físico auxiliam na manutenção do equilíbrio dos participantes diante dos problemas do dia – a dia. Na amostra verificada percebemos que a maioria dos praticantes é de meia idade, o que pode explicar o fato do controle do estresse apresentar uma média alta, pois nessa faixa etária os sujeitos apresentam um grau elevado de exigência na vida pessoal e profissional.

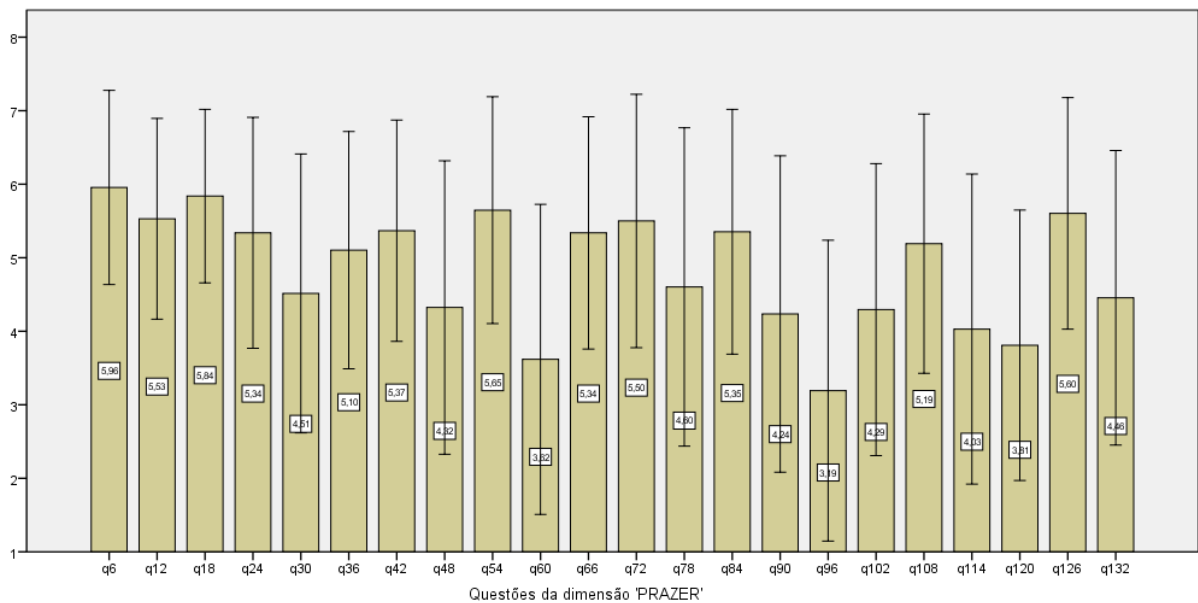
Dentre as questões que compõem a dimensão estética se destacaram, q14; q2; q8 e a q10 com médias acima de 5,5, o que significa em termos de grau de importância, consideradas que esses motivos os motivam muito.



**Figura 3 - Perfil geral da amostra nas questões que compõem a dimensão estética**

O gráfico acima da figura 3 demonstra relevantes valores nas questões: q2 – manter a forma física, q8 – manter o corpo em forma; q14 – manter a saúde e q 110 – viver mais, sendo que todas essas questões estão atreladas a dimensão estética dentre as 22 questões de cada dimensão do inventário. Entre as questões que se destacam na dimensão estética a q14 é a que apresenta maior valor em média com (5,85). É importante ressaltar que o grupo de idade que apresentou maior valor de média nas questões (q2,q8 e q14) foi o G2 (intermediário de 23 a 29 anos) e na q110 foi o G1 (mais novos de 18 a 22 anos). O nível de competição com maior valor de média nas questões q2, q8, q14 e q 110 foi o nível nacional.

Ao analisarmos as questões que compõem a dimensão prazer se destacaram, q6; q18; q54; q26 e a q12 com médias acima de 5,5, o que significa em termos de grau de importância, consideradas que esses motivos os motivam muito.



**Figura 4** - Perfil geral da amostra nas questões que compõem a dimensão prazer

O gráfico acima da figura 4 demonstra relevantes valores nas questões q6 – me sentir melhor, q12 – obter satisfação, q18 – meu próprio prazer, q54 – ter a sensação de bem estar, q 72 – divertir – me, q 126 – meu próprio prazer, sendo que todas essas questões estão atreladas a dimensão prazer dentre as 22 questões de cada dimensão



do inventário. Entre as questões que se destacam na dimensão prazer a q6 é a que apresenta maior valor em média com (5,96). É importante ressaltar que o grupo que apresentou maior valor de média nas questões (q6,q54,q72 e q126) foi o G2 (intermediário de 23 a 29 anos) e na q 12 e q 18 foi o G1(mais novos de 18 a 22 anos). O nível de competição municipal apresentou maior valor de média nas questões (q 18 e q 126), já o nível nacional obteve maior valor de média em (q6,q12,q72) e o nível internacional (q 54).

## 7.1 ANÁLISE INFERENCIAL

Para respondermos ao objetivo específico de verificar o efeito, as interações e as diferenças dos grupos de idade e do nível de prática sobre as dimensões motivacionais utilizamos a *ANOVA FATORIAL*.

A análise é realizada com as variáveis dependentes separadamente (dimensão motivacional) e como fatores os grupos de idade e o nível de prática.

**Quadro 2** - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Estética

### Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: Estética

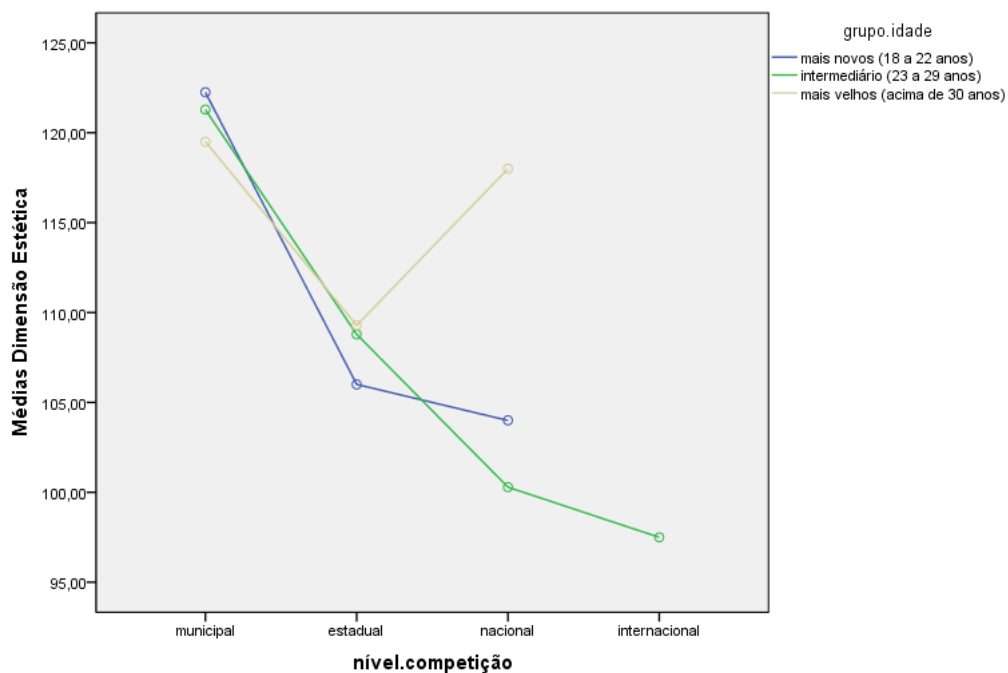
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	3097,116 <sup>a</sup>	9	344,124	1,055	,413	,168	9,491	,455
Intercept	291493,241	1	291493,241	893,312	,000	,950	893,312	1,000
nível.competição	1603,968	3	534,656	1,639	,193	,095	4,916	,402
grupo.idade	220,773	2	110,386	,338	,715	,014	,677	,101
nível.competição * grupo.idade	604,958	4	151,239	,463	,762	,038	1,854	,149
Error	15336,393	47	326,306					
Total	712982,000	57						
Corrected Total	18433,509	56						

a. R Squared = ,168 (Adjusted R Squared = ,009)

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão estética.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão estética ( $p > 0,05$ ).



**Figura 5** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão estética

Conforme o comportamento das variáveis expressa na figura acima sobre a dimensão estética a relação entre a dimensão estética e o grupo de idade mostra – se decrescente em valores de média conforme a mudança do nível competitivo com exceção do grupo (acima de 30 anos – mais velhos) que expressa um valor crescente a partir da análise em participantes do nível estadual até o nível nacional. O nível de competição internacional mostra um valor menor com relação aos outros níveis em participantes do grupo intermediário (23 a 29 anos).

**Quadro 3** -Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Prazer

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: Prazer

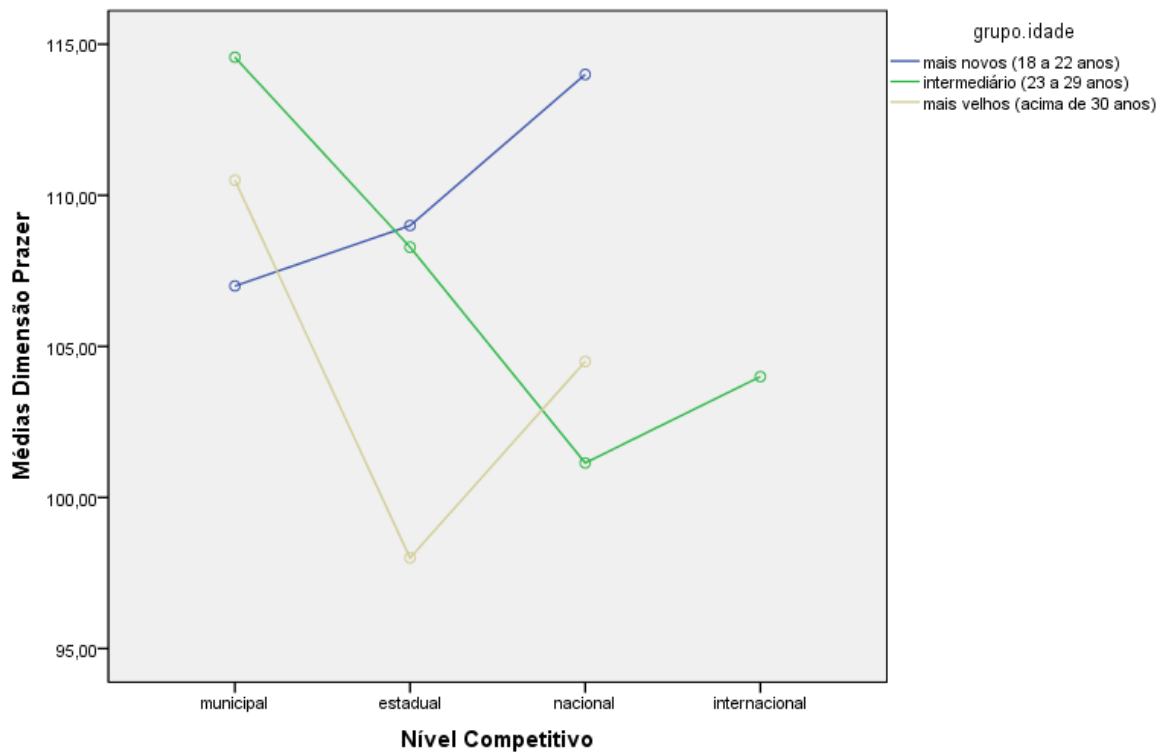
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	1379,001 <sup>a</sup>	9	153,222	,397	,930	,071	3,575	,174
Intercept	275113,590	1	275113,590	713,165	,000	,938	713,165	1,000
nível.competição	256,324	3	85,441	,221	,881	,014	,664	,089
grupo.idade	148,521	2	74,260	,193	,826	,008	,385	,078
nível.competição * grupo.idade	600,563	4	150,141	,389	,815	,032	1,557	,132
Error	18130,929	47	385,764					
Total	668470,000	57						
Corrected Total	19509,930	56						

a. R Squared = ,071 (Adjusted R Squared = -,107);

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão prazer.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão prazer ( $p > 0,05$ ).



**Figura 6** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão prazer

Conforme observamos na figura acima sobre a dimensão prazer os grupos intermediário (23 a 29 anos) e mais velhos (acima de 30 anos) adotam um comportamento decrescente de acordo com o nível competitivo em valores médios sendo que o grupo intermediário apresenta valores menores em média até o ponto de competição estadual adotando uma crescente a partir no nível estadual bem como o grupo dos mais velhos que adota um pequeno valor crescente, no qual aproxima – se em valores grupo dos mais velhos.

**Quadro 4 - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Estresse**

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: Controle.Stress

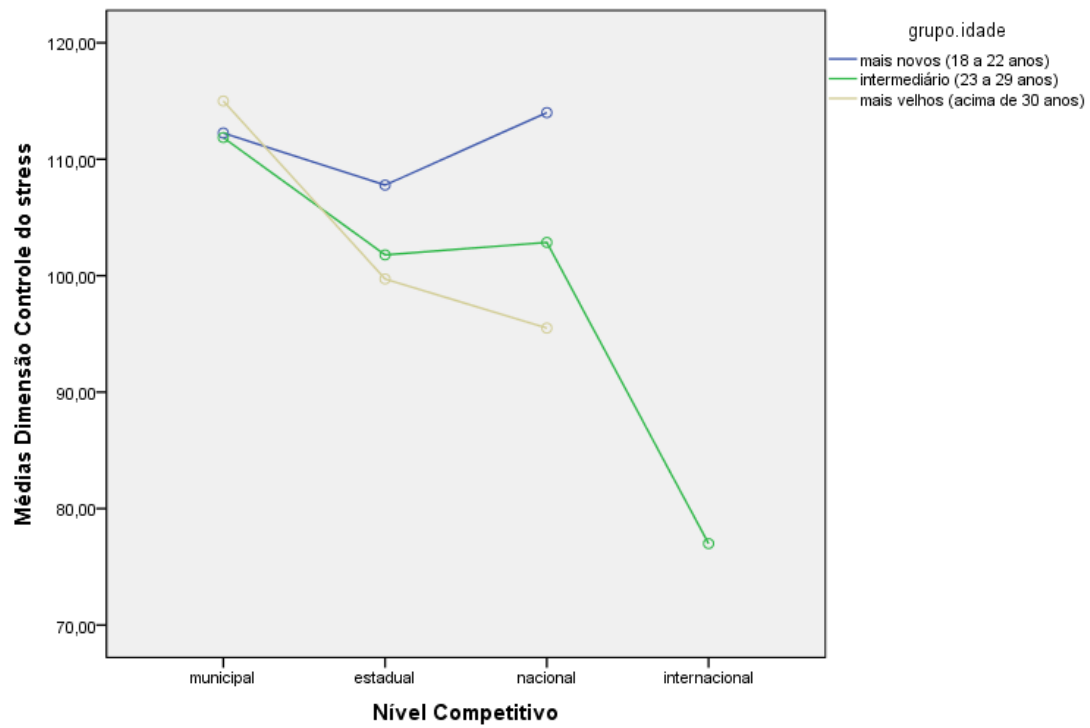
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	3128,037 <sup>a</sup>	9	347,560	1,009	,447	,162	9,077	,435
Intercept	250237,241	1	250237,241	726,140	,000	,939	726,140	1,000
nível.competição	2196,304	3	732,101	2,124	,110	,119	6,373	,508
grupo.idade	262,645	2	131,323	,381	,685	,016	,762	,108
nível.competição * grupo.idade	264,737	4	66,184	,192	,941	,016	,768	,087
Error	16196,806	47	344,613					
Total	635213,000	57						
Corrected Total	19324,842	56						

a. R Squared = ,162 (Adjusted R Squared = ,001)

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão controle do estresse.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão controle do estresse ( $p > 0,05$ ).



**Figura 7** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão controle do estresse.

A figura 7 revela o comportamento sobre a dimensão estresse, o grupo intermediário e os mais velhos apresentam valores decrescentes conforme o nível competitivo. A exceção do grupo dos mais novos que apresenta uma valorização crescente do nível estadual para o nível competitivo nacional.

**Quadro 5 - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Sociabilidade**

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: Sociabilidade

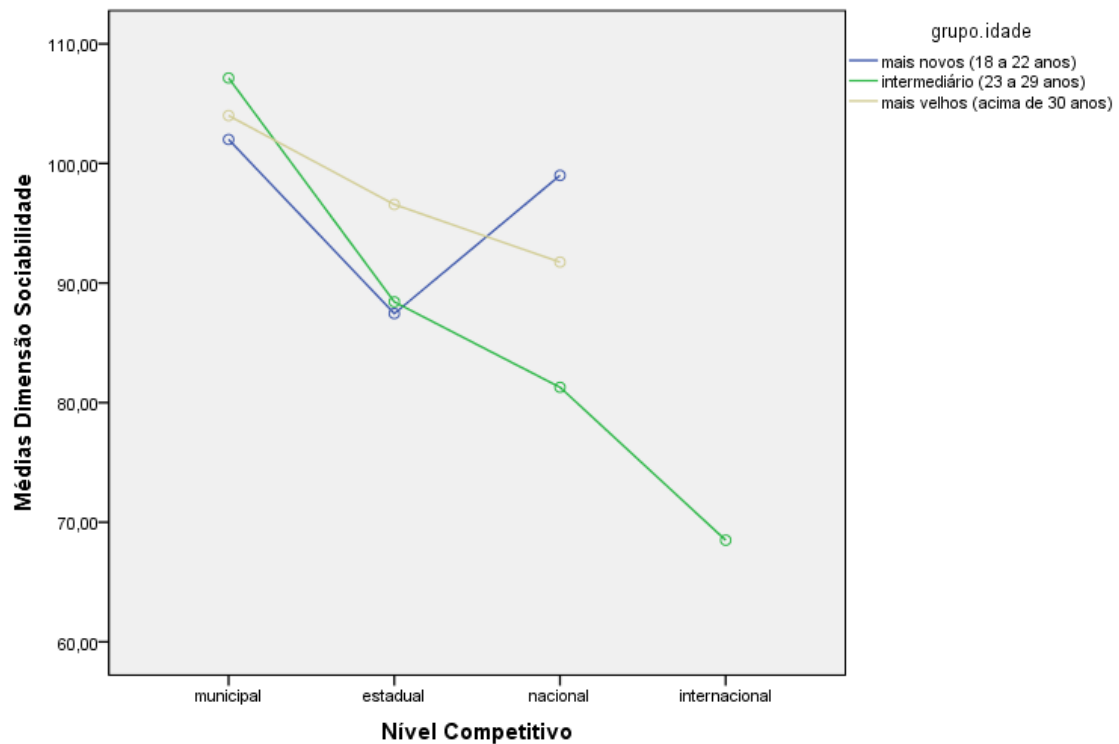
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	4761,661 <sup>a</sup>	9	529,073	1,503	,175	,224	13,528	,634
Intercept	200286,775	1	200286,775	569,034	,000	,924	569,034	1,000
nível.competição	2428,489	3	809,496	2,300	,089	,128	6,900	,544
grupo.idade	223,114	2	111,557	,317	,730	,013	,634	,098
nível.competição * grupo.idade	478,510	4	119,627	,340	,850	,028	1,359	,120
Error	16542,901	47	351,977					
Total	502833,000	57						
Corrected Total	21304,561	56						

a. R Squared = ,224 (Adjusted R Squared = ,075)

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão sociabilidade.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão sociabilidade ( $p > 0,05$ ).



**Figura 8** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão sociabilidade

Na dimensão sociabilidade, verificamos na figura 8 que o grupo de idades intermediárias apresenta um decréscimo na valorização dessa dimensão conforme aumenta o nível competitivo. Esse comportamento também é verificado nos sujeitos na faixa etária acima de 30 anos. O grupo dos mais novos é único a apresentar em um nível competitivo mais elevado índices médios maiores de motivação para a sociabilidade.



**Quadro 6 - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Competitividade**

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: Competitividade

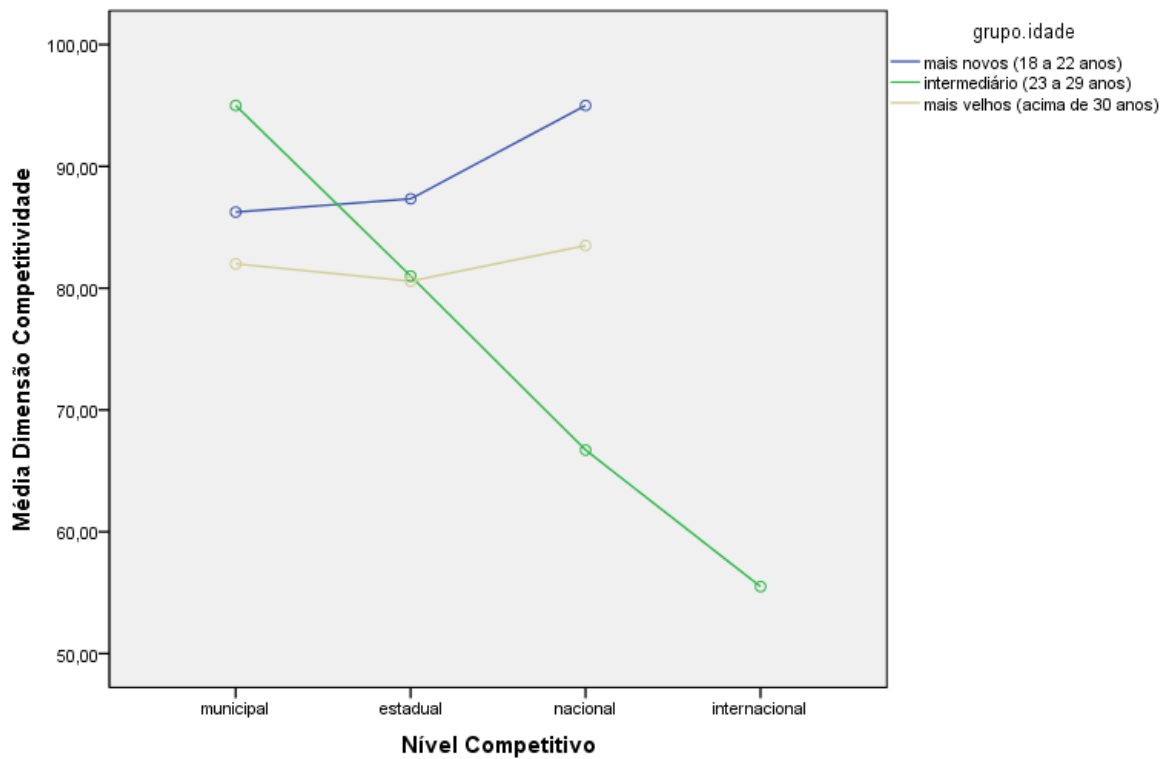
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	4756,186 <sup>a</sup>	9	528,465	1,009	,446	,162	9,082	,435
Intercept	153206,761	1	153206,761	292,553	,000	,862	292,553	1,000
nível.competição	1382,173	3	460,724	,880	,458	,053	2,639	,227
grupo.idade	392,939	2	196,470	,375	,689	,016	,750	,107
nível.competição * grupo.idade	1557,240	4	389,310	,743	,567	,060	2,974	,221
Error	24613,393	47	523,689					
Total	411163,000	57						
Corrected Total	29369,579	56						

a. R Squared = ,162 (Adjusted R Squared = ,001)

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão competitividade.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão competitividade ( $p > 0,05$ ).



**Figura 9** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão competitividade

Verificamos que na dimensão competitividade o grupo intermediário é o que apresenta os índices médios mais elevados de motivação no nível mais baixo de competição. Porém é o que mostra uma tendência de decréscimo mais acentuada conforme aumenta os níveis competitivos. Contrariamente a esses comportamentos, os outros dois grupos de idade apresentam um crescimento motivacional para a prática esportiva pelo motivo da competitividade.

**Quadro 7 - Interações e efeitos das variáveis nível competitivo e grupo de idade na Dimensão Saúde**

**Tests of Between-Subjects Effects**

Dependent Variable: Saúde

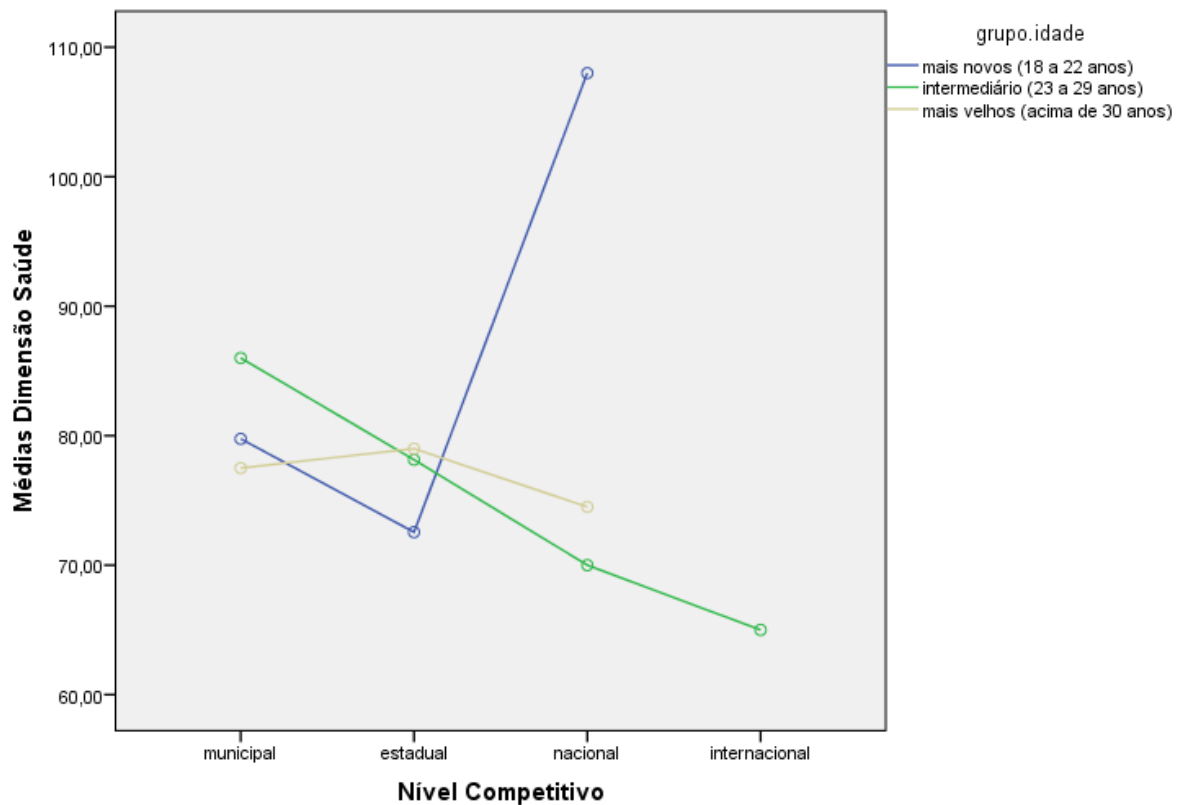
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power <sup>b</sup>
Corrected Model	2435,849 <sup>a</sup>	9	270,650	1,052	,415	,168	9,466	,454
Intercept	147817,864	1	147817,864	574,445	,000	,924	574,445	1,000
nível.competição	669,775	3	223,258	,868	,465	,052	2,603	,225
grupo.idade	460,985	2	230,493	,896	,415	,037	1,791	,195
nível.competição * grupo.idade	1624,622	4	406,155	1,578	,196	,118	6,314	,449
Error	12094,187	47	257,323					
Total	354488,000	57						
Corrected Total	14530,035	56						

a. R Squared = ,168 (Adjusted R Squared = ,008)

b. Computed using alpha = ,05

Não encontramos interações e efeitos significativos das variáveis níveis competitivos e grupo de idade na dimensão saúde.

Nas comparações múltiplas, utilizando o teste de *Bonferroni*, também não foram evidenciadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes níveis de competitividade e entre os três grupos de idades na atribuição de valor para a dimensão saúde ( $p > 0,05$ ).



**Figura 10** - Comportamento do nível competitivo por grupo de idade na dimensão saúde

Por fim, na dimensão saúde o grupo dos mais novos destaca – se pelo fato de apresentar valores crescentes a partir do nível estadual, enquanto os outros grupos dos intermediários e dos mais velhos, apresentam um comportamento decrescente na valorização dos motivos que compõem a dimensão saúde.

Como destaque também podemos verificar o baixo nível de valores médios nas dimensões para o grupo intermediário quanto ao nível competitivo internacional, com exceção da dimensão prazer que apresenta um valor crescente em determinado ponto. Esses resultados podem estar relacionados com o baixo número de participantes que apresentam – se no nível competitivo internacional também serve como hipótese para os menores valores nessa variável que aparecem até mesmo na dimensão competitividade (apenas 2 participantes).

## 8 CONCLUSÕES

Desta forma, com base nos resultados do presente estudo podemos concluir que:

- Os participantes do projeto de extensão “*Basquetebol oportunizando sua prática*” em geral, independente da faixa etária e do nível competitivo, apresentaram um perfil motivacional, destacando de forma hierárquica a Dimensão Estética como a principal e a mais valorizada para prática esportiva e participação no projeto de extensão. A questão (q14 – manter a saúde) apresentou um valor médio maior de 5,85.
- Dentro dessa hierarquia de atribuição de importância, a Dimensão Prazer coloca-se em segundo lugar, revelando a característica motivacional intrínseca dos participantes do projeto e característico da teoria da autodeterminação. A (questão q6 - me sentir melhor) apresentou um valor médio maior de 5,96.
- As dimensões que receberam menor valorização foram a Dimensão Competitividade e a Dimensão Saúde, revelando que para essa amostra investigada esses motivos não apresentam uma importância elevada para seu envolvimento e permanência na atividade.
- Quanto à influência e a interação entre a idade e o nível competitivo não foram encontradas efeitos, interações e diferenças significantes sobre as dimensões motivacionais. Mesmo a amostra apresentando essa diversidade em suas características de faixa etária e de nível competitivo encontramos uma congruência no que se refere aos motivos para participar dos jogos de basquetebol.
- O estudo possibilitou descobrir e entender um pouco mais sobre as dimensões que mais motivam os participantes de projetos de extensão em práticas

esportivas. Esse conhecimento pode contribuir para uma melhor adequação em propostas de práticas esportivas, auxiliando os coordenadores de projetos de extensão esportivos no seu planejamento, estruturação e adequação das atividades. Dessa forma, mantendo os níveis de motivação elevados para a prática e permanência de seus participantes. Trazendo um sentido e um significado para os sujeitos de sua prática.

- Entretanto, destacamos a importância da realização de novos estudos na área, com o intuito de verificar a consistência nos resultados de valorização das dimensões motivacionais, assim como, em diferentes contextos e modalidades esportivas.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMOEDO Celestino Amorim. A importância do equilíbrio, da diversificação e do planejamento de Atividades físicas em academias em prol de uma melhor qualidade de vida. **Sitientibus**, Feira de Santana, n.30, p.61 – 76 jan/jun 2004.

AMORIM, D.P. **Motivação à prática de musculação por adultos jovens do sexo masculino na faixa etária de 18 a 30 anos**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

BALBINOTTI, M.A.A. **Vers un modèle explicative de la cristallisation des préférences professionnelles durant l'adolescence**. Tese inédita de doutorado. Montréal, Qc.: Universidade de Montreal, 2000.

BALBINOTTI, M.A.A. **Inventário de Motivação a Prática Regular de Atividade Física (IMPRAFE – 126)**. Laboratório de Psicologia do Esporte. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004.

BALBINOTTI, M.A.A. ; TÉTREAU, Bernard. Níveis de maturidade vocacional de alunos de 14a 18 anos do Rio Grande do Sul. **Revista Psicologia Em Estudo**, v.11, p.551-560, 2006.

BALBINOTTI, M.A.A. *et al.* Dimensões motivacionais de atletas corredores de longadistância: um estudo descritivo-comparativo segundo o sexo. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.6, n.2, p.73-80, set/2007.

BALBINOTTI, Carlos A.A. *et al.* **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2009. p.99 – 112 e 233 – 249.

BALBINOTTI.M.A.A.; BALBINOTTI,C.A.A.; BARBOSA,M.L.L. **A teoria da significação motivacional da perspectiva futura e suas aplicações no contexto do tênis infante – juvenil.** In: BALBINOTTI, C.A.A. (Org). O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem. Porto Alegre: Artmed,2009.

BALBINOTTI, M.A.A. **Inventário de Motivação para a Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas (IMPRAF – 132). 3ª versão.** Service d'Intervention et de Recherche en Orientation et Psychologie (SIROP), Montréal, Canadá,2010.

BANGSBØJ.In: GARRET JR., W.E.; KIRKENDALL, D.T. N. **A Ciência do exercício e dos esportes.** Porto Alegre: Artmed,2003.

BARBERO ÁLVAREZ,J.C. E BARBERO ÁLVAREZ,V. **Relación entre el consumo máximo de oxígeno y la capacidad para realizar ejercicio intermitente de alta intensidad em jugadores de fútbol sala.** Relationship between the maximal oxygen uptake and repeated sprint ability in futsal players. <http://www.efdeportes.com>, 2005.

BARBOSA,M.L.L.et al. **Propriedade métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF – 126).** Porto Alegre: UFRGS,2005).

BARBOSA, M.L.L. et al. A motivação à prática de atividade física regular relacionada à competitividade em adolescentes do sexo feminino. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.7,n.1,p. 51-58,2008.

BARBOSA, M.L.L. et al. **O prazer na prática de atividade física em adolescentes: estudo comparativo dos níveis de motivação entre os sexos.** In: XII CONGRESSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO DESPORTO DOS PAÍSES DE LÍNGUA PORTUGUESA, Anais, Porto Alegre,2008.

BERGAMINI,C.W. **Motivação nas Organizações (4ª ed.).** São Paulo: Atlas,1997.



BORIN, J.P.; GONÇALVES, A.; PADOVANI, C.R.; ARAGON, F.F. Intensidade de esforço em atletas de Basquetebol segundo Ações de Defesa e Ataque: Estudo a partir de equipe infanto-juvenil do campeonato paulista de 1996. **Revista Treinamento Desportivo**, 18 – 25, 1996.

BRAUNER, Mario Roberto Generosi. **El profesorado en los programas de iniciación al baloncesto: Análisis empírico y propuesta pedagógica.1994**. Tesis doctoral. (Doutorado em Teoria e História da Educação) - Universidad de Barcelona, Barcelona,1994.

BRIÈRE, N.; VALLERAND, R.; BLAIS, M.; PELLETIER, L. Developpement et Validation d'une Mesure de Motivation Intrinsèque, Extrinsèque et d' Amotivation em Contexte Sportif: l'chelle de motivation dam les sports. **International Journal of Sport Psychology**, v.26, n. 4, p. 465 – 489,1995.

BURITI, M de A. **Psicologia do esporte**. Alínea: Campinas (1997).

CAPOZZOLI, C.J. **Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes em academias de ginástica de Porto Alegre**. Dissertação (Mestrado). Porto Alegre, Universidade Federal do Rio Grande do Sul,2010.

CHEIK,N.C.; REIS, I.T.; HEREDIA, R.A.G.; VENTURA, M.L.;TUFIK, S.; ANTUNES, H.K.M.; MELLO,M.T. Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.11,n.3,p.45 – 52,2003.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE BASQUETEBOL (CBB). **A História do Basquete, 2010**.

CONTI, Maria Aparecida; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí; GAMBARDELLA, Ana Maria Dianezi. **Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes** *Revista de Nutrição*. v.18.no.4 Campinas.2005.

CRATTY, B.J. **Psicologia no esporte**. 2ª ed., Rio de Janeiro, Prentice Hall do Brasil, 1984.

CUNHA, A.C. Os conteúdos físico – esportivos no lazer em academias: atividade ou passividade?. In: **MARCELLINO, N.C. (Org). Lúdico, educação e Educação Física**. 2ª ed. Ijuí: Editora Unijuí, p 149 – 159, 2003.

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. **Intrinsic Motivation and self - determination in human behaviour**. New York: Plenum, 1985.

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self – determination of behaviour, **Psychological Inquiry**, 11, p. (227 – 268) 2000.

DE ROSE JR, D.; DESCHAMPS, S.R.; KORSAKAS, P. O jogo como fonte de stress no basquetebol infanto-juvenil. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, vol. 1(2), 36 44, 2001.

DE ROSE JR, Dante. **A criança, o jovem e a competição esportiva: considerações gerais**. In: **DE ROSE JR, Dante (organizador)**. Esporte e atividade física e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed, 2002.

DE ROSE JR, Dante, TRICOLI, Valmor. **Basquetebol: conceitos e abordagens**. In: **Basquetebol: uma visão integrada entre ciência e prática**. Barueri: Manole, 2005.

FERNANDES, Helder Miguel; RAPOSO, José Vasconcelos. Continuum de Autodeterminação: validade para sua aplicação no contexto desportivo. **Estudos de Psicologia** v. 10, nº 3, p 385 – 395, Dez 2005 ISSN 1413-294X.

FONTANA, P.S. **A Motivação na Ginástica Rítmica: um Estudo Descritivo Correlacional entre Dimensões Motivacionais e Autodeterminação em Atletas de 13 a 16 anos.** 2010 193f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

GARCIA, R.P.; LEMOS, K.M. A estética como um valor na educação física. **Revista Paulista de Educação Física.** São Paulo, v.17,n.1,p. 32 – 40, jan/jun, 2003.

GALLAHUE, D.;OZMUN,J. **Compreendendo o desenvolvimento motor de bebês, crianças, adolescentes e adultos.** 3ed. Phorte: São Paulo, 2005.

GÁSPARI, Jossett Campagna de; SCHWARTZ, Gisele Maria Adolescência. **Esporte e Qualidade de Vida Motriz.** Vol.7, n.2,2001.

GAYA, A.; TORRES, L. **O esporte na infância e adolescência: alguns pontos polêmicos .** In: **GAYA, A.; MARQUES, A.; TANI, G (Orgs.)**. Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2004, p.57 – 74.

GAYA, A. **Ciências do movimento humano. Introdução à metodologia da pesquisa.** Porto Alegre: Artmed, 2008.

GENTIL, D.A. S.; OLIVEIRA, C.P.S.; BARROS NETO T. L.; TAMBEIRO V.L. Avaliação da seleção feminina de basquete. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, vol. 7, n.2, Niterói, março/abril,2001.

GUIMARÃES, S.É.R.; BORUCHOVITCH,E. O Estilo Motivacional do Professor e a Motivação Intrínseca dos estudantes: Uma perspectiva da Teoria da Autodeterminação. **Psicologia Reflexão e Crítica**, Rio Grande do Sul, v.17, n.2, p. 143 – 150, 2004.

HEILBORN ,M. L. **Corpo, sexualidade e gênero.**In: **DORA,D.D (Org.). Feminino e Masculino: igualdade e diferença na justiça.** Porto Alegre: Sulina, 1997.

HOFFMANN, J,R.; MARESH,C. M. In: GARRET JR., W.E.; KIRKENDALL, D.T.N. **A Ciência do exercício e dos esportes.** Porto Alegre: Artmed, 2003.

JUNIOR, Dante de Rose. **A competição como fonte de estress no esporte – Revista Brasileira de Ciência do Movimento.** Brasília v,2002 – ucb.br.

KOKUBUN, E.; MOLINA, R.; ANANIAS, G.E.O. Análise de deslocamentos em partidas de Basquetebol e de Futebol de Campo: Estudo exploratório através da análise de séries temporais. **Revista Motriz**, vol.2 (1), 1996.

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

MALDONADO, Gisela de Rosso. A Educação Física e o adolescente: a imagem corporal e a estética da transformação na mídia impressa. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, 5 (1): 59 – 76,2006.

MARCELLINO N. C. Academias de ginástica como opção de lazer. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Taguatinga, v.11, n.2, p.49 – 54, 2003.

MARQUES, A.T.; GAYA, A. Atividade física, Aptidão física e Educação para a Saúde: Estudos na Área Pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 13, n.1, p. 83 - 102, 1999.

MARQUES, G.M. **Psicologia do esporte aspectos que os atletas acreditam.** Canoas: Editora Ulbra, 2003.

Mc DONALD, D.; HODGOON, J. **Psychological effects of aerobic fitness training.** New York: Springer – Verlag, 1991.

MINELLI, D.S.et al. O estilo motivacional de professores de Educação Física. **Motriz**, Rio Claro, v.16, n.3,p. 598 – 609, jul./set.2010.

MOREIRA,A. **O detalhe do controle da preparação – O caso da seleção brasileira, 2002.**

MURRAY, J.E. **Motivação e Emoção.** Ed: Zahar. Rio de Janeiro, 1973

MURCIA, J.A.M.; COLL, D.G.C.. A permanência de praticantes em programas aquáticos baseada na Teoria da Autodeterminação. **Fitness & Performance Journal**, v. 5,nº 1, p. 5-9 , 2006.

NUNOMURA M. Motivos de adesão à atividade física em função das variáveis idade, sexo, grau de instrução e tempo de permanência. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde.**1998.

NUNOMURA, Myrian; TEIXEIRA, Luis Antonio Cespedes; CARUSO, Mara Regina Fernandes. Nível de stress em adultos após 12 meses de prática regular de atividade física. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte.** V.3,Nº 3, P 125 – 134,2004.

NUTTIN ,J. **Théorie de La motivation humaine.** Paris: Presses Universitaires de France, 1980a.

NUTTIN,J. **Motivation ET perspective d’avenir.** Louvain: Presses Universitaires de Louvain,1980b.

OKUMA, Silene Sumire; MIRANDA, Maria Luiza de Jesus; VELARDI, Marília. Atitudes de idosos frente a prática de atividades físicas. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, 2007, 15 (2), pág 47-54.

PACHECO, C.C.K. **Motivação no Jiu – Jitsu .** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

PAFARO, R.C; MARTINO, M.M.F. Estudo do estress do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. **Revista. Esc. Enfermagem USP.**2004.

PITANGA, Francisco José Gondin. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília v.10 n.3 p 49 – 54.2002

PIRES, Edna Aparecida Goulart; DUARTE, Maria de Fátima da Silva; PIRES, Mário Cesar; SOUZA, Gustavo de Sá e. Hábitos de atividade física e o estress em adolescentes de Florianópolis – SC, Brasil. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília v.12 n.1 p. 51 – 56 jan/mar 2004

RÉ, A.H.N., DE ROSE Jr., D., BOHME, M.T.S. **Stress e nível competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal.** **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** 2004; 12(4): 83 – 87.

RYAN,R.M.; DECI,EL. **Active Human Nature: Self – determination Theory and Promotion ans Maintance of sport, Exercise, and Health.** In: HAGGER, M. S; CHATZISARANTIS, N. L. D. (Ed.) **Intrinsic Motivation and Self – Determination in Exercise and Sport.** Champaign: Human Kinetics, 2007, v.1,p.1-19.

RYAN,R.M.; DECI,EL **Intrinsic and Extrinsic Motivation: Classic Definition and New Directions.** **Contemporary Educational psychology**, New York, v.25 n.1, p. 54-67, jan.2000a.

RYAN, R.M.; DECI, E. **Self – Determination Theory and facilation of intrinsic motivation, social development, and well – being.** **American Psychologist**, v.55,n.1,p. 68 – 78,jan.2000b.

ROCHA, J.M. **Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes de Taekwondo.** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2009.

RUSSO,R.; Imagem corporal: construção através da cultura do belo. **Movimento & Percepção**, v.5, n.6. Espírito Santo de Pinhal,2005.

SALCEDO, J.F. **Os motivos à prática regular do treinamento personalizado: Um estudo com alunos de personal trainer**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010

SAMULSKI,D. **Psicologia do Esporte**. São Paulo: Manole Ltda.2002.

SARKIS, Miguel. **A construção do corredor – dos primeiros passos a alta performance**. São Paulo, Editora Gente, 2009.

SARMENTO, H.; CATITA, L.; FONSECA, A. **Sport Motivation – A comparison between adult football players competing at different levels**. Kinesiology Research Trends and Applications. 5<sup>th</sup> International Scientific Conference on Kinesiology, Zagreb, Croatia, p. 631 – 634, 2008.

SCALON, R. M.; BECKER JR., B. & BRAUNER, M. R. Fatores Motivacionais que influem na aderência dos Programas de Iniciação Desportiva pela Criança. In: **Revista Perfil**, no.3, 1999.

ROSSINI,D.Jr. **Basquete: Manual de organização, 2001**.

TAUER, J. M.; HARACKIEWICZ, J M. Winning Isn't Everything: Competition, Achievement Orientation, and Intrinsic Motivation. **Journal of Experimental Social Psychology**, v.35, p. 209-238,1999.

THOMAS,J. e NELSON,J.2002. **Métodos de Pesquisas em Atividades Físicas**. Porto Alegre: Artmed,2002.

TSETLIN, P. **Baloncesto: manual de entrenamiento para principiantes**. Moscou: Backetboji, 1961.

VALENTINI, Nadia Cristina; RUDISILL, Mary Elizabeth. **Orientação de metas e contexto para a maestria: uma revisão de pesquisas contemporâneas e considerações para intervenções.** Estudos de Psicologia, Campinas, n. 23 (2), p. 159 – 171, abr./jun.2006.

VALLERAND, R.J.; THILL, E.E. Introduction au concept de motivation. In: VALLERAND, R.J. ;THILL, E.E.(Eds.), Introduction à la psychologie de la motivation. **Laval, Québec: Éditions Études Vivantes**, p. 3-39, 1993.

WEINBERG. R.& GOULD,D. **Fundamentos da Psicologia do esporte e do exercício. Tradução de Maria Cristina Monteiro.** 2ed. Porto Alegre: ARTMED,2001.

ZAHARIADIS,P.N.; GREECE, T.; BIDDLE. S.J.H. Goal Orientations and Participation Movies in Physical Education and Sport: their relationships in english schoolchildren. **Athletic Insight – The online Journal of Sport Psychology**, n.1, v.2, 2000.



## APÊNDICES

## APÊNDICE 1 - INVENTÁRIO IMPRAF – 132

## IMPRAFE-132

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Sexo M ( ) F ( ) Você se considera um atleta de carreira? SIM ( ) NÃO ( ), caso a resposta tenha sido NÃO, você almeja ser atleta de carreira? SIM ( ) NÃO ( ) Que esporte praticas? \_\_\_\_\_ Há quanto tempo? \_\_\_\_\_ Quantas horas diárias de treino? \_\_\_\_\_ Em quantos dias da semana? \_\_\_\_\_ Você tem treinador? SIM ( ) NÃO ( ) Por quantos treinadores já passou? \_\_\_\_\_ Já participou de competições? SIM ( ) NÃO ( ) Qual o nível destas competições (ex.: regional, estadual, nacional, etc.) \_\_\_\_\_ Você é remunerado neste esporte? SIM ( ) NÃO ( ), caso a resposta tenha sido SIM, você é assalariado de um clube ou patrocinador ou depende das competições para poder receber? \_\_\_\_\_ Você tem outra profissão paralela? SIM ( ) NÃO ( ) Qual profissão? \_\_\_\_\_ Qual delas você dedica o maior tempo? \_\_\_\_\_ Em qual delas recebe a maior remuneração? \_\_\_\_\_

### INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA e/ou ESPORTE

Este inventário visa conhecer melhor o grupo de motivações que o faz realizar (ou o mantém realizando) atividades físicas

e/ou esportivas, regulares. As afirmações (ou itens) descritas abaixo podem ou não representar suas próprias motivações.

Indique, de acordo com a escala abaixo, o quanto cada afirmação representa (ou representaria) sua motivação para realizar uma atividade física regular ou um esporte. Note que, quanto maior o valor associado a cada afirmação, mais motivadora ela é para você. Responda a todos os itens de forma sincera, não deixando nenhuma resposta em branco.

- (1) – Este item não representa um motivo que me levaria a realizar uma atividade física regular ou esporte  
 (2) – Isto me motiva pouquíssimo (para realizar uma atividade física regular ou esporte)  
 (3) – Isto me motiva pouco (para realizar uma atividade física regular ou esporte)  
 (4) – Isto me motiva “mais ou menos” (não sei dizer ou tenho dúvida) (para realizar uma atividade física regular ou esporte)  
 (5) – Isto me motiva muito (para realizar uma atividade física regular ou esporte)  
 (6) – Isto me motiva muitíssimo (para realizar uma atividade física regular ou esporte)  
 (7) – É por esse motivo que eu pratico atividade física ou esporte

1	01. ( ) liberar tensões mentais 02. ( ) manter a forma física 03. ( ) estar com os amigos 04. ( ) vencer competições 05. ( ) manter bom aspecto 06. ( ) me sentir melhor	6	31. ( ) aliviar pressões da família 32. ( ) crescer com saúde 33. ( ) conversar com outras pessoas 34. ( ) superar meus limites 35. ( ) ficar forte 36. ( ) me sentir à vontade
2	07. ( ) relaxar 08. ( ) manter o corpo em forma 09. ( ) fazer novos amigos 10. ( ) melhorar minhas habilidades 11. ( ) emagrecer 12. ( ) obter satisfação	7	37. ( ) gastar energia 38. ( ) aumentar minha força 39. ( ) estar com outras pessoas 40. ( ) melhorar meus índices físicos 41. ( ) ser admirado pelos outros 42. ( ) descontraír
3	13. ( ) sair do cotidiano 14. ( ) manter a saúde 15. ( ) encontrar amigos 16. ( ) atingir meus objetivos 17. ( ) manter o corpo em forma 18. ( ) meu próprio prazer	8	43. ( ) realizar atividades do dia sem stress 44. ( ) ter índices saudáveis de aptidão física 45. ( ) ter a oportunidade de rir 46. ( ) ter a possibilidade de ganhar dinheiro 47. ( ) ficar com o corpo bonito 48. ( ) adquirir gosto pelo exercício
4	19. ( ) acalmar-me 20. ( ) evitar a obesidade 21. ( ) ter respeito pelos outros 22. ( ) ser reconhecido 23. ( ) ter bom aspecto 24. ( ) sentir-me mais satisfeito comigo mesmo	9	49. ( ) esquecer dos problemas 50. ( ) realizar as tarefas do dia a dia sem dificuldades 51. ( ) reunir meus amigos 52. ( ) ter mais status social 53. ( ) ficar com o corpo definido 54. ( ) ter a sensação de bem estar

5	<p>25. <input type="checkbox"/> ter uma válvula de escape</p> <p>26. <input type="checkbox"/> diminuir o peso</p> <p>27. <input type="checkbox"/> não ficar em casa</p> <p>28. <input type="checkbox"/> receber homenagens</p> <p>29. <input type="checkbox"/> desenvolver a musculatura</p> <p>30. <input type="checkbox"/> contentar-me</p>	10	<p>55. <input type="checkbox"/> descontraír</p> <p>56. <input type="checkbox"/> levar a vida com mais alegria</p> <p>57. <input type="checkbox"/> participar de novos grupos de amizades</p> <p>58. <input type="checkbox"/> ganhar dos adversários</p> <p>59. <input type="checkbox"/> chamar a atenção das pessoas</p> <p>60. <input type="checkbox"/> livrar-me de preocupações</p>
11	<p>61. <input type="checkbox"/> tirar o stress mental</p> <p>62. <input type="checkbox"/> não ficar doente</p> <p>63. <input type="checkbox"/> divertir-me</p> <p>64. <input type="checkbox"/> desenvolver habilidades</p> <p>65. <input type="checkbox"/> ter um corpo definido</p> <p>66. <input type="checkbox"/> sentir-me mais alegre</p>	17	<p>097. <input type="checkbox"/> ter sensação de repouso</p> <p>098. <input type="checkbox"/> ficar mais forte</p> <p>099. <input type="checkbox"/> participar nas aulas de educação física</p> <p>100. <input type="checkbox"/> concorrer com os outros</p> <p>101. <input type="checkbox"/> ser notado entre as pessoas</p> <p>102. <input type="checkbox"/> ocupar meu tempo livre</p>
12	<p>67. <input type="checkbox"/> sair da agitação do dia-a-dia</p> <p>68. <input type="checkbox"/> adquirir saúde</p> <p>69. <input type="checkbox"/> brincar com meus amigos</p> <p>70. <input type="checkbox"/> aprender novas habilidades</p> <p>71. <input type="checkbox"/> sentir-me bonito</p> <p>72. <input type="checkbox"/> divertir-me</p>	18	<p>103. <input type="checkbox"/> ficar mais tranqüilo</p> <p>104. <input type="checkbox"/> ter a sensação de auto-realização</p> <p>105. <input type="checkbox"/> ser respeitado pelos outros</p> <p>106. <input type="checkbox"/> atingir meus limites</p> <p>107. <input type="checkbox"/> desenvolver o meu corpo</p> <p>108. <input type="checkbox"/> entreter-me</p>
13	<p>73. <input type="checkbox"/> descansar</p> <p>74. <input type="checkbox"/> melhorar a saúde</p> <p>75. <input type="checkbox"/> fazer parte de um grupo de amigos</p> <p>76. <input type="checkbox"/> ser campeão no esporte</p> <p>77. <input type="checkbox"/> ser admirado</p> <p>78. <input type="checkbox"/> distraír-me</p>	19	<p>109. <input type="checkbox"/> ficar sossegado mais</p> <p>110. <input type="checkbox"/> viver</p> <p>111. <input type="checkbox"/> ir a escolinhas de esporte</p> <p>112. <input type="checkbox"/> competir com os outros</p> <p>113. <input type="checkbox"/> tornar-me atraente</p> <p>114. <input type="checkbox"/> alcançar meus objetivos</p>
14	<p>79. <input type="checkbox"/> diminuir a irritação</p> <p>80. <input type="checkbox"/> manter um bom aspecto físico</p> <p>81. <input type="checkbox"/> ser reconhecido entre meus amigos</p> <p>82. <input type="checkbox"/> ser o melhor no esporte</p> <p>83. <input type="checkbox"/> atrair a atenção</p> <p>84. <input type="checkbox"/> me sentir bem</p>	20	<p>115. <input type="checkbox"/> diminuir a angústia pessoal</p> <p>116. <input type="checkbox"/> ficar livre de doenças</p> <p>117. <input type="checkbox"/> ir para a igreja ou culto religioso</p> <p>118. <input type="checkbox"/> ganhar prêmios</p> <p>119. <input type="checkbox"/> ter um corpo em boa forma física</p> <p>120. <input type="checkbox"/> atingir meus ideais</p>
15	<p>85. <input type="checkbox"/> diminuir a ansiedade</p> <p>86. <input type="checkbox"/> estar bem comigo mesmo</p> <p>87. <input type="checkbox"/> sentir-me integrado com meus amigos</p> <p>88. <input type="checkbox"/> ter prestígio</p> <p>89. <input type="checkbox"/> ser considerado mais bonito</p> <p>90. <input type="checkbox"/> realizar-me</p>	21	<p>121. <input type="checkbox"/> ficar mais calmo</p> <p>122. <input type="checkbox"/> manter o corpo em forma</p> <p>123. <input type="checkbox"/> encontrar amigos</p> <p>124. <input type="checkbox"/> melhorar minhas habilidades</p> <p>125. <input type="checkbox"/> ser admirado pelos outros</p> <p>126. <input type="checkbox"/> meu próprio prazer</p>
16	<p>091. <input type="checkbox"/> sair do stress da família</p> <p>092. <input type="checkbox"/> evitar o cansaço</p> <p>093. <input type="checkbox"/> ir para escola</p> <p>094. <input type="checkbox"/> ter retorno financeiro</p> <p>089. <input type="checkbox"/> ser considerado mais bonito</p> <p>095. <input type="checkbox"/> não engordar</p>	22	<p>127. <input type="checkbox"/> satisfazer uma necessidade pessoal</p> <p>128. <input type="checkbox"/> melhorar minha condição cardiovascular</p> <p>129. <input type="checkbox"/> mostrar aos meus amigos o que é importante para mim</p> <p>130. <input type="checkbox"/> Enfrentar novos desafios</p> <p>131. <input type="checkbox"/> motivar outras pessoas a fazerem o mesmo</p> <p>132. <input type="checkbox"/> me sentir competente</p>

## APÊNDICE 2 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável. Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma. Em caso de dúvida, você pode procurar os responsáveis pela Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul pelo telefone 3308.5887

#### INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: “Fatores Motivacionais para a Prática Esportiva: um estudo com participantes do projeto de extensão *Basquetebol oportunizando sua prática da ESEF/UFRGS*”.

Pesquisador Responsável: Marcelo Francisco da Silva Cardoso

Instituição a que pertence o Pesquisador Responsável: UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL.

Telefones para contato: (51) 33085887 - (51) 98280206

Participante: Kauê Kamau Silva (51) 3222.1649 e (51) 9223.8077

Instituição que pertence o aluno: UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – ESEF/UFRGS

Esta pesquisa tem o objetivo de identificar e analisar os fatores que mais motivam à prática esportiva em participantes de um projeto de extensão da ESEF/UFRGS.

O instrumento utilizado na investigação será o questionário construído e validado por Balbinotti e Barbosa (2009) denominado Inventário Motivacional à Prática Regular de Atividade Física- IMPRAF-132, que é composto por 132 questões em uma escala graduada em 7 pontos. O conjunto das questões do inventário configuram seis dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas (Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer). A aplicação do instrumento se dará no local de prática do projeto, ginásio 1 da ESEF/UFRGS. A coleta de dados será realizada por um único avaliador, treinado e esclarecido sobre os procedimentos que aplicará o questionário de forma individual.

A aplicação do inventário não trará ao participante qualquer prejuízo moral ou de constrangimento.

Os benefícios desta pesquisa são os de identificar os fatores que mais motivam à prática esportiva em participantes de um projeto de extensão. Portanto, informações relevantes sobre os fatores motivacionais para a aderência à prática esportiva dessa população contribuirão de forma significativa para um planejamento adequado e uma organização das atividades desenvolvidas em projetos de extensão esportiva que promovam a permanência dos participantes.

Não haverá nenhum gasto com sua participação. A aplicação do questionário será totalmente gratuita, não recebendo nenhuma cobrança com o que será realizado. Você também não receberá nenhum pagamento com a sua participação.

As informações não serão utilizadas com fins lucrativos, e será resguardada a identidade pessoal dos sujeitos investigados.

É garantido ao entrevistado, se for da sua vontade, deixar a pesquisa a qualquer momento.

Responsável por esta pesquisa, Professor Marcelo Francisco Cardoso (51) 3308.5887 e 9828.0206; endereço eletrônico [marcelocardoso.esef@gmail.com](mailto:marcelocardoso.esef@gmail.com), ESEF/UFRGS; Graduando Kauê Kamau Silva (51) 3222.1649 e (51) 9223.8077; endereço eletrônico: [kamau\\_tt22@hotmail.com](mailto:kamau_tt22@hotmail.com)

#### CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, \_\_\_\_\_, abaixo assinado, concordo em participar do estudo. Fui devidamente informado e esclarecido pelo pesquisador sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isso leve a qualquer penalidade.

Local \_\_\_\_\_ data \_\_\_\_\_

Assinatura do sujeito:

\_\_\_\_\_

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e aceite do sujeito em participar.

Testemunhas (não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome: \_\_\_\_\_ Assinatura: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_ Assinatura: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Observações complementares

## APÊNDICE 3 - TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

## TERMO DE AUTORIZAÇÃO INSTITUCIONAL

Título do Estudo: FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA ESPORTIVA:  
UM ESTUDO COM PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO  
BASQUETEBOL OPORTUNIZANDO SUA PRÁTICA DA ESEF/UFRGS.

Pesquisador Responsável: Marcelo Francisco da Silva Cardoso

Instituição a que pertence o Pesquisador Responsável: UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Telefones para contato: (51) 33085887 – (51) 98280206

Participante: Kaue Kamaú Silva (51) 92238077

Esta pesquisa tem o objetivo descrever e analisar os fatores que motivam a prática esportiva em praticantes do projeto de extensão da ESEF/UFRGS. Por isso, venho solicitar autorização para a realização do estudo com os participantes do projeto. O questionário será respondido dentro do Ginásio 1 da ESEF/UFRGS com a preocupação de não afetar o andamento do projeto. Os indivíduos participarão do estudo, depois de devidamente esclarecidos sobre os procedimentos e de assinado os termos de consentimento livre e esclarecido.

Da mesma, forma se necessário, autoriza a divulgação dos resultados da pesquisa através de meios eletrônicos, impressos ou em eventos científicos, sempre mediante prévio conhecimento dos resultados obtidos com a investigação.

Estou ciente da garantia de receber esclarecimento a qualquer dúvida inerente aos procedimentos, benefícios ou outros assuntos relacionados ao estudo e da liberdade de poder retirar o consentimento dado para a realização do mesmo a qualquer momento.

Declaro que recebi a cópia da presente solicitação de autorização para a realização do estudo com os participantes do projeto.



Mário Roberto Generosi Brauner

Coordenador do Projeto de Extensão *Basquetebol Oportunizando sua Prática*