

## Aspectos Motivacionais em praticantes de esportes individuais: prazer versus competitividade

### Introdução



A motivação é um aspecto fundamental na prática regular de esportes individuais. No esporte de alto rendimento juvenil, muitas vezes a competição está repleta de pressões, ansiedades, cobranças e frustrações. De modo geral, produz muitos derrotados e poucos vencedores. Nesse contexto, emerge uma questão que merece atenção especial dos educadores esportivos: Qual o principal motivo que leva praticantes de três esportes individuais – Tênis, Remo e Karate – a participar de competições?

### Objetivo

O objetivo deste estudo foi identificar qual o principal motivo que leva praticantes de três esportes individuais – Tênis, Remo e Karate – a participar de competições.

### Metodologia

#### Amostra

A amostra foi constituída de 47 atletas de ambos os sexos da faixa etária de 13 a 18 anos, participantes de competições federadas em três esportes individuais: Tênis, Karate e Remo.

#### Instrumento

Foi aplicado um inventário denominado “Inventário de Motivos à Prática Regular de Atividades Físicas ou Esportivas”, que estuda seis das possíveis dimensões associadas à motivação: controle do estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer. O IMPRAFE-126 é respondido em uma escala tipo *Likert*, graduada em 5 pontos: (1) isto me motiva pouquíssimo a (5) isto me motiva muitíssimo.

### Procedimentos

Os dados foram coletados nos intervalos das competições. Os atletas eram convidados a se reunir em pequenos grupos e respondiam aos itens do Inventário individualmente. O tempo de coleta de dados era de aproximadamente 25 minutos. Este estudo faz parte de uma pesquisa mais abrangente que foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRGS sob o número 2006569.



### Resultados

Os resultados obtidos indicaram que o principal motivo que leva esses jovens a competir é o “Prazer” (média = 76,29) seguido de perto pela “Competitividade” (média = 70,52). Portanto, há fortes indicativos de que o prazer em participar de competições é mais importante do que as vitórias propriamente ditas.

### Recomendações à prática

Para orientar o trabalho dos técnicos, observando os escores obtidos, certas considerações devem ser feitas: (1) Ao planejar o treinamento deve-se levar em consideração que o resultado das competições não é o único objetivo do atleta que participa de competições federadas em Remo, Karate ou Tênis; A simples participação na busca da melhor performance pode ser o principal objetivo desses atletas, e (2) O treinador deve adequar a competição conforme as particularidades de cada atleta.



\*Aluna do Curso de Educação Física, Bacharelado, EsEf- UFRGS

\*\*Professor Doutor Adjunto da EsEf- UFRGS

Contato: [aireshannah@hotmail.com](mailto:aireshannah@hotmail.com)

#### REFERÊNCIAS:

- BALBINOTTI, C. O ensino do tênis, novas perspectivas de aprendizagem. Artmed, 2009.
- BALBINOTTI, M. A. A., BARBOSA, M. L. L., BALBINOTTI, C. A. A., SALDANHA, R. P. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório