

Gabriel Henrique Treter Gonçalves<sup>1</sup>

Roberto Tierling Klering<sup>1</sup>

Cauê Hasse Pacheco<sup>1</sup>

Marcos Alencar Abaide Balbinotti<sup>2</sup>

Carlos Adelar Abaide Balbinotti<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul, UFRGS, Brasil;

<sup>2</sup> Université du Québec à Trois-Rivières, Québec, Canadá; Professor PhD.

E-mail: [gabrielhtg@gmail.com](mailto:gabrielhtg@gmail.com)

Recebido : 17/08/2015

Aprovado : 27/10/2015

## Motivos à prática regular de futebol e futsal

## Reasons for Regular Practice of Soccer and Futsal

<http://dx.doi.org/10.18316/2317-8582.15.1>

### Resumo

O presente estudo visa identificar os motivos que levam adolescentes à prática do futebol e do futsal. Para tanto, foi aplicado o Inventário de Motivos à Prática Regular de Atividades Físicas e/ou Esportivas (IMPRAFE-54) a 61 adolescentes, de 13 a 17 anos de idade, praticantes de futebol ou futsal. Os resultados indicam que o principal motivo à prática regular desses esportes para esses adolescentes é o Prazer. Depois do Prazer, se destacam a Competitividade, Saúde e a Sociabilidade. A Estética e, principalmente, o Controle de Estresse não parecem ser motivos importantes para essa população. Os resultados indicam um alto nível de autodeterminação nesses praticantes, visto que a dimensão Prazer indica uma forte motivação intrínseca. Destaca-se que somente a dimensão Controle de Estresse não superou a média esperada. Esses resultados corroboram com alguns estudos realizados com indivíduos dessa faixa etária e com outros estudos específicos desses esportes. Por fim, espera-se contribuir no sentido de mostrar os reais interesses desse público, auxiliando treinadores e psicólogos do esporte no desenvolvimento de seus respectivos trabalhos junto a esses jovens.

**Palavras-chave:** Motivação; Esportes; Adolescentes; Psicologia.

### Abstract

This study aims to identify the reasons that lead adolescents to practice soccer and futsal. Thus, the Inventory of Motives for the Regular Practice of Physical and/or Sports Activities (IMPRAFE-54) was applied to 61 adolescents, ranging from 13 to 17 years old, soccer or futsal players. The results indicated that the main reason to regular practice of these sports in adolescents is pleasure. After that, stand competitiveness, health and sociability. Aesthetics and especially stress control do not seem to be important reasons for this population. The results indicated a high level of self-determination in these individuals, as the pleasure dimension is the most prominent, indicating a greater sign of intrinsic motivation. Stress control is the only dimension which did not exceed the expected mean. These results corroborated with some other studies with individuals at this age and other specific

studies of these sports. Finally, it is expected to contribute in a way that shows this public's real interests, helping coaches and sport psychologists in the development of their work with these youngsters.

**Keywords:** Motivation; Sports; Adolescents; Psychology.

## Introdução

O futebol e o futsal juntos são os esportes mais praticados atualmente no Brasil<sup>1,2</sup>. O futebol apresenta tanto destaque no cenário nacional que o país é chamado, muitas vezes, de “país do futebol” –mesmo que o futebol tenha surgido na Inglaterra, na segunda metade do século XIX. Já o futsal – jogo com dinâmica similar ao futebol – oriundo do futebol de salão e “transformado” pela FIFA, se tornou uma alternativa de prática do jogo com os pés em espaços reduzidos. Hoje, é um esporte consolidado, mas que continua em ascensão no Brasil. Esta ascensão se deve muito à prática desse esporte no ambiente escolar, o qual também sofre com a falta de espaço físico para a prática do futebol<sup>2</sup>.

A prática esportiva entre adolescentes é objeto de diversos estudos ao longo de anos<sup>3, 4, 5, 6, 7</sup>, seja pelo aumento do sedentarismo entre os indivíduos dessa faixa etária, seja pelo crescente fenômeno da competição esportiva, ou mesmo por interesse em questões sociais relacionadas. Fato é que o esporte deve criar um ambiente adequado a fim de atrair esses jovens à prática regular de atividades físicas. Nesse contexto, o conhecimento dos motivos que levam as pessoas à prática de determinado esporte é fundamental para a adesão e a permanência do indivíduo<sup>8, 9, 10</sup>.

Deci e Ryan estabeleceram, na década de 1980, uma teoria muito utilizada até os dias atuais no âmbito da motivação – a Teoria da Autodeterminação (TAD)<sup>11,12</sup>. Essa teoria afirma que um indivíduo pode ser motivado em diferentes níveis (intrínseca ou extrinsecamente) ou ser desmotivado à prática de qualquer atividade. Quando intrinsecamente motivado, o sujeito realiza a atividade por vontade própria, seja pelo prazer ou satisfação do processo de conhecê-la, explorá-la e aprofundá-la. Comportamentos intrinsecamente motivados são comumente associados com bem-estar psicológico, interesse, alegria e persistência. Já na motivação extrínseca, segundo esses autores, o indivíduo é motivado por expectativas de resultados ou contingências não diretamente relacionadas à própria atividade. No entanto, esses motivos podem variar de forma considerável em relação ao seu grau de autonomia, criando, basicamente, três categorias dessa motivação: a) regulação externa – comportamento regulado por premiações materiais ou medo de consequências negativas; b) regulação interiorizada – comportamento regulado por uma fonte de motivação que, embora inicialmente externa, é posteriormente internalizada, como aqueles realizados por pressões internas como a culpa, ou como a necessidade de ser aceito; c) regulação identificada – quando um sujeito realiza uma tarefa que não escolheu, mas que é considerada por ele importante. Por fim, há a desmotivação ou a motivação. Esta é a construção motivacional percebida em indivíduos que ainda não estão adequadamente aptos a identificar um bom motivo para realizar alguma atividade física.

A TAD<sup>11,12</sup> é composta por 6 mini teorias, sendo uma delas relacionada diretamente aos motivos. O estudo dos motivos relacionados à prática da atividade física pode esclarecer diver-

sas questões relativas às ciências do esporte. Os motivos podem ser entendidos como razões pelas quais as pessoas se engajam em uma determinada atividade. Portanto, todos os motivos são sustentados por metas do sujeito, que são subjacentes a ele<sup>13</sup>. Sendo assim, esse tipo de conhecimento pode, por exemplo, contribuir para o planejamento das atividades propostas pelo treinador e, como consequência, atingir de forma mais pontual os objetivos do indivíduo com aquela prática. Portanto, o objeto central desse estudo são os motivos pelos quais adolescentes brasileiros praticam o futebol e o futsal.

O estudo dos motivos se relaciona de forma importante com a psicologia do esporte. Diversos estudos nesse âmbito já foram realizados em diferentes esportes e práticas corporais, como corrida de rua<sup>8, 14</sup>, tênis<sup>15</sup>, ginástica artística<sup>16</sup>, basquete<sup>17</sup>, dentre outros. Quando se trata do futebol e futsal, podem ser citados diversos estudos relacionados à psicologia<sup>18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33</sup>. No entanto, não houve nenhum estudo que analisasse os principais motivos – citados pela literatura especializada<sup>34</sup> – que levam adolescentes à prática do futebol e do futsal.

Segundo Barbosa<sup>34</sup>, as dimensões motivacionais (motivos) mais utilizadas pela literatura especializada para entender o que leva indivíduos à prática regular de atividade física ou esportiva são: Controle de estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer. O Quadro 1 apresenta em linhas gerais cada uma das dimensões.

**Quadro 1** – Dimensões motivacionais relacionadas à prática regular de atividades físicas ou esportivas, propostas por Barbosa<sup>34</sup>.

Dimensão	Descrição
Controle de Estresse	Avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e/ou esporte como forma de controlar a ansiedade e o estresse da vida cotidiana. Gould, Eklund e Jackson <sup>35</sup> sugerem que a atividade física regular pode funcionar como vacina contra o estresse.
Saúde	Avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e/ou esporte como forma de manutenção da saúde geral e a prevenção de doenças associadas ao sedentarismo. Para Wankel <sup>36</sup> , índices apropriados de atividade física regular podem adicionar vida aos anos, e anos à vida. O sentir-se saudável pode levar pessoas a manterem uma atividade física regular.
Sociabilidade	Avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e/ou esporte como forma de fazer parte de um grupo, clube ou relacionar-se com outras pessoas. Segundo Gould, Eklund e Jackson <sup>35</sup> , a socialização se origina principalmente através dos fortes laços gerados pelos colegas de treino ou atividade, dos professores, técnicos e parentes. A socialização também é uma importante forma de desenvolvimento de outras valências psicológicas, tais como a sensação de aceitação, de pertença a um grupo e de autoestima. O sentir-se integrado em um grupo pode ser um agente motivador importante.
Competitividade	Avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e/ou esporte como forma de manifestação de aspectos relacionados ao vencer. Marques e Oliveira <sup>37</sup> afirmam que não há esporte sem competição. Comparar o desempenho consigo mesmo e com os outros pode levar pessoas a manter-se em atividade.

Estética	Avalia em que nível as pessoas utilizam a atividade física regular e/ou esporte como forma de obter ou manter um corpo que seja considerado atraente e aprovado pela sociedade ou grupo em que o indivíduo está inserido. Segundo Capdevilla, Niñerola e Pintanel <sup>38</sup> , os índices encontrados nessa dimensão sofrem grande influência do contexto social. A busca do corpo ideal preconizado pela cultura ocidental pode favorecer a procura por atividades físicas prolongadas.
Prazer	Dimensão relacionada à sensação de bem estar, de diversão e a satisfação que a prática regular de atividade física e/ou esporte proporciona. Supõe o interesse que se tem pela atividade assim como a necessidade e a importância acordada pelo sujeito. O prazer é uma dimensão chave para a compreensão da motivação no esporte.

Cabe destacar que os motivos que levam indivíduos à prática regular de atividades físicas e/ou esportivas podem variar consideravelmente conforme a prática, nível socioeconômico, faixa etária, local de prática, etc. Por esse motivo, é de extrema importância a realização da análise, descrição e discussão dos resultados tendo como plano de fundo essas informações.

Voser<sup>39</sup> e Tutko e Richards<sup>40</sup> reiteram que, provavelmente, o papel mais importante que um treinador desempenha é o de motivador. O estudo de Hallal<sup>29</sup>, por exemplo, realizado com adolescentes ex-atletas de futsal sobre os fatores associados ao abandono do futsal, apontou a falta de apoio do técnico como causa principal de abandono dos adolescentes. Fica clara, então, a importância de o professor levar em conta os fatores que influenciam a motivação dos jovens, a fim de obter uma maior adesão às atividades esportivas.

A partir dos conteúdos apresentados, e para responder adequadamente ao objetivo desta pesquisa, foi possível formular a seguinte questão central: “Quais os principais motivos que levam adolescentes à prática regular de futebol e futsal?”. Para responder adequadamente a essa questão, foram empregados procedimentos metodológicos, éticos e estatísticos, apresentados a seguir.

## Método

### Caracterização do estudo

Trata-se de um estudo descritivo de natureza transversal, que utiliza o método quantitativo para responder adequadamente aos seus objetivos.

#### População e amostra

A população do presente estudo é de adolescentes de classe média da cidade de Porto Alegre – RS – Brasil, que frequentam escolinhas de futebol ou futsal. A amostra foi composta por um total de 61 adolescentes do sexo masculino, com idades entre 13 e 17 anos. Destes 61 sujeitos, 36 eram praticantes regulares de futebol; e 25, praticantes regulares de futsal. Ressalta-se que, para ser considerada como prática regular, o tempo de cada participante na atividade deveria ser maior que um ano de prática e com uma frequência igual ou superior a duas vezes

na semana. A amostra foi selecionada por conveniência.

### **Instrumentos de coleta**

Para a realização desta pesquisa foram utilizados dois instrumentos: um Questionário Bio-Sócio-Demográfico (apenas para controle das variáveis dependentes: idade, esporte que pratica, frequência semanal e tempo de prática) e o Inventário de Motivos à Prática Regular de Atividades Físicas e/ou Esportivas (IMPRAFE-54)<sup>41</sup>.

O IMPRAFE-54<sup>41</sup> é um inventário que avalia 6 dimensões associadas à motivação para realização de atividades físicas e/ou esportivas regulares. Trata-se de 54 itens agrupados 6 a 6, observando a seguinte sequência: o primeiro item do primeiro bloco de 6 apresenta uma questão relativa à dimensão motivacional “Controle de Estresse” (ex.: liberar tensões mentais), a segunda “Saúde” (ex.: manter a forma física), a terceira “Sociabilidade” (ex.: estar com amigos), a quarta “Competitividade” (ex.: vencer competições), a quinta “Estética” (ex.: manter o corpo em forma) e a sexta “Prazer” (ex.: meu próprio prazer). Esse mesmo modelo se repete no segundo bloco de seis itens, até completar 9 blocos (perfazendo um total de 54 itens). As respostas aos itens do inventário são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo Likert, graduada em 5 pontos, indo de “isto não me motiva” (1) a “isto me motiva completamente” (5). Os sujeitos levaram, em média, quinze minutos para responder ao inventário. Cada dimensão foi analisada individualmente. Um escore bruto elevado indica alto grau de motivação para a prática de atividade física e/ou esportiva regular.

As validações fatoriais (exploratória e confirmatória), bem como a confiabilidade (fidedignidade) do IMPRAFE-54 foram realizadas por Barbosa<sup>34</sup>, apresentando resultados satisfatórios.

Os instrumentos foram aplicados anterior ou posteriormente à realização do treinamento. A explicação geral dos objetivos do estudo e dos procedimentos foi feita em conjunto, no entanto cada participante deveria realizar o preenchimento dos dados e das respostas individualmente. No caso de dúvidas, o pesquisador auxiliava os respondentes no que fosse preciso para o bom andamento da coleta.

### **Procedimentos Éticos**

Foram observadas as questões éticas inerentes à pesquisa com seres humanos conforme previsto na Resolução do Conselho Nacional de Saúde CNS 466/2012. Assim, foram considerados os princípios de autonomia, beneficência, não maleficência e justiça (entre outros), e foi apresentado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, o qual foi assinado pelos participantes do estudo e seus responsáveis. Por fim, acordou-se com os participantes o respeito aos critérios de confidencialidade e privacidade, mantendo suas identidades em sigilo e utilizando apenas as informações que os mesmos concordassem em expor. Ressalta-se que o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul analisou e aprovou o projeto sob o número de protocolo 2007721.

## Procedimentos estatísticos

Para responder adequadamente à questão central desta pesquisa, procedeu-se à exploração dos escores obtidos pelo IMPRAFE-54 segundo princípios norteadores comumente aceitos na literatura especializada<sup>42</sup>. Foram realizadas as análises de estatística descritiva (média, desvio padrão, moda, mediana, média aparada a 5%, valores mínimo e máximo, normalidade, assimetria e achatamento) e comparação de médias (teste *t* pareado) com auxílio do pacote estatístico SPSS 17.0.

## Resultados e discussão

Primeiramente, testou-se a normalidade da distribuição com ajuda do teste Kolmogorov-Smirnov, e seus resultados ( $K-S_{(61)} = 0,105$ ;  $p > 0,05$ ) indicaram haver normalidade na distribuição. Entretanto, ao considerarmos os cálculos individuais por dimensão, foi observado que algumas dimensões não aderiram à normalidade ( $p < 0,05$ ). Contudo, ao se considerar o Teorema Central do Limite, pode-se afirmar que, quando o tamanho da amostra é grande, a distribuição amostral de sua média aproxima-se cada vez mais de uma real distribuição normal<sup>43,44</sup>. Portanto, esses resultados sustentam a adequabilidade dos dados em estudo e a continuidade das análises.

A partir dos valores das médias nominais obtidos por cada uma das dimensões (ver Tabela 1), pode-se estabelecer um ranking dos motivos que levam esses adolescentes à prática regular de futebol e futsal. O Prazer aparece em primeiro lugar, seguido pela Competitividade, Saúde, Sociabilidade, Estética e, por último, Controle de Estresse.

**Tabela 1** – Estatísticas de tendência central, de dispersão e distribuição da amostra.

Dimensões	Tendência central e não central					Normalidade			Assimetria	Achatamento
	$X_{(dp)}$	Mín-Máx	$M_{ed}$	Trimed 5%	$M_{od}$	K-S	gl	Sig	Skewness/ $EP_s$	Kurtosis/ $EP_k$
Controle de Estresse	20,78 (7,49)	11-40	20	20,62	21 <sup>a</sup>	0,095	61	0,200*	-3,09477	0,077815
Saúde	31,01 (6,73)	12-40	32	31,42	31 <sup>b</sup>	0,122	61	0,025	0,918301	-0,69868
Sociabilidade	29,62 (6,76)	13-40	30	29,83	32	0,090	61	0,200*	-0,34641	-1,34437
Competitividade	31,24 (7,81)	11-40	35	31,84	35	0,209	61	0,000	-5,9085	5,741722
Estética	27,31 (7,21)	13-40	28	27,36	31	0,105	61	0,090	-2,48366	0,259934
Prazer	33,39 (6,57)	10-40	35	34,16	36	0,225	61	0,000	-0,85621	-0,79967

Múltiplas modas: <sup>a</sup>(25); <sup>b</sup>(32, 33, 36, 38, 40).

0,200\*: Nível mais baixo da real significância.

Segundo a TAD<sup>12</sup>, o Prazer é o maior responsável pela motivação intrínseca de quem pratica alguma atividade. Este, por sua vez, é fortemente relacionado ao bem estar psicológico, alegria e interesse<sup>45</sup>. Por esse motivo, pode-se sugerir que os indivíduos aqui pesquisados já tenham adotado o futebol e o futsal como sua atividade de lazer. Ainda, pode-se supor que esses jovens possuem níveis altos de autodeterminação para a prática do futebol/futsal. Níveis altos de autodeterminação, por sua vez, costumam indicar um alto índice de permanência na

prática, que é o que se busca tanto para o crescimento do esporte, quanto para o aumento dos benefícios físicos e psíquicos do esporte<sup>8, 36, 45</sup>.

De fato, diversos estudos<sup>15,16,46</sup> vêm apresentando o Prazer como um dos principais motivos à prática regular de atividades esportivas – o que é um fato importante de ser ressaltado. Por esse motivo, Balbinotti e colaboradores<sup>47</sup> realizaram um estudo específico sobre essa dimensão em adolescentes. Os autores descreveram o comportamento dos níveis de motivação relacionados a essa dimensão durante a adolescência – sempre altos, se comparados à média esperada – e compararam os dados obtidos por sexo nas diferentes faixas etárias, não encontrando diferenças significativas<sup>47</sup>.

Outro aspecto importante de ser salientado é que as médias aritméticas das dimensões são, de maneira geral, comparáveis com os valores das medianas, médias aparadas a 5%, um indicador importante de normalidade da distribuição dos dados desta pesquisa (ver Tabela 1). Apenas as dimensões Controle de Estresse e Saúde apresentaram múltipla moda. Estas, em alguns casos, se distanciam dos valores das médias.

Quando comparados os valores das médias obtidas aos valores das médias esperadas ( $\bar{\chi} = 27$ ; independente das dimensões motivacionais em análise), nota-se que os valores obtidos por todas as dimensões foram numericamente superiores, com exceção da dimensão Controle de Estresse. Esse resultado é similar ao encontrado por Fontana e colaboradores<sup>16</sup>, em uma amostra de ginastas rítmicas; de Balbinotti e colaboradores<sup>15</sup>, com tenistas; e de Saldanha, Alves e Florentino<sup>48</sup> com jogadores de basquete, ambos de categorias infante juvenis. Esse resultado pode indicar um padrão de respostas desse grupo etário de esportistas.

Conforme os resultados apresentados, a dimensão Prazer é a dimensão que parece melhor representar os motivos para a prática do futebol e do futsal em adolescentes. Para confirmar essa hipótese, consecutivos testes *t* para amostras pareadas foram realizados (ver Tabela 2). Seus resultados demonstram haver diferenças estatisticamente significativas ( $p < 0,05$ ) em praticamente todos os casos. As dimensões que não apresentaram diferenças estatisticamente significativas ( $p > 0,05$ ) foram: Competitividade – Saúde – Sociabilidade e Competitividade – Sociabilidade. Portanto, pode-se afirmar que o principal motivo que leva os adolescentes à prática regular de futebol e futsal é, de fato, o Prazer. Esta dimensão é seguida por Competitividade, Saúde e Sociabilidade, indissociáveis estatisticamente. Por fim, as dimensões que menos motivam esses indivíduos são a Estética e, por último, o Controle de Estresse.

**Tabela 2** – Comparação entre dimensões motivacionais.

Dimensões pareadas	<i>t</i>	gl	<i>p</i>
Competitividade – Controle de Estresse	8,303	60	0,000
Competitividade – Estética	3,465	60	0,001
Competitividade – Prazer	-2,206	60	0,031
Competitividade – Saúde	0,185	60	0,853
Competitividade – Sociabilidade	1,249	60	0,216
Controle de Estresse – Estética	-6,963	60	0,000
Controle de Estresse – Prazer	-10,781	60	0,000
Controle de Estresse – Saúde	-10,057	60	0,000
Controle de Estresse – Sociabilidade	-11,026	60	0,000
Estética – Prazer	-6,288	60	0,000
Estética – Saúde	-3,991	60	0,000
Estética – Sociabilidade	-2,477	60	0,016
Prazer – Saúde	2,702	60	0,009
Prazer – Sociabilidade	3,746	60	0,000
Saúde – Sociabilidade	1,626	60	0,109

Apesar de a dimensão Prazer ser a que mais motiva esses indivíduos, representando fortes indícios de motivação intrínseca, pode-se dizer que também estão presentes fatores motivacionais que podem ser mais relacionados à motivação extrínseca, como a Competitividade, a Saúde e a Sociabilidade – segunda, terceira e quarta dimensões motivacionais com maior média aritmética e indissociáveis estatisticamente.

Por serem os participantes somente praticantes regulares de futebol/futsal, sem objetivos relacionados ao alto rendimento, pode-se estranhar a presença do motivo Competitividade entre os mais importantes neste estudo. Contudo, cabe destacar que os atletas inventariados eram praticantes regulares de futebol/futsal que, por vezes, participam de competições. Como demonstrado, esse não é o principal motivo à prática desses indivíduos, ou pode mesmo não ser o motivo que os levou ao futebol/futsal, mas pode ser um motivo importante na manutenção ou permanência no esporte, assim como apresentado no estudo de Balbinotti e colaboradores<sup>8</sup>.

Além disso, para Singer<sup>49</sup>, existem ocasiões nas quais o principal incentivo é a obtenção de uma recompensa, tal como ter o próprio nome exposto, ganhar um troféu ou mesmo um elogio. No caso da dimensão Competitividade, Balbinotti e colaboradores<sup>50</sup> destacam que esta pode ser dividida em três dimensões: orientada à vitória, tendo como referência o outro; orientada à *performance*, levando-se em consideração o próprio desempenho; e orientada ao *status*, tendo o reconhecimento social como objetivo. Quando o adolescente inicia uma prática corporal pensando em algum tipo de premiação, ele está sendo influenciado por algo externo à tarefa e não apenas pelo prazer que a prática proporciona. Isso fica ressaltado ainda mais pelo fato de existir muitos jovens que veem no futebol/futsal um sonho ou um futuro promissor de jogar em um grande clube.

Cabe destacar que a Competitividade não é representada somente por aspectos de motivação extrínseca. Deci e Ryan<sup>12</sup> apresentam uma das necessidades psicológicas básicas do ser humano – a necessidade de competência. Crianças que demonstram aumento em suas percepções de competência tendem a intensificar a motivação intrínseca, preservando desta



forma a autoconfiança em suas habilidades<sup>51</sup>. Além disso, quando a competição é formatada e organizada de forma que se adeque às capacidades e interesses do atleta, como indicam diversos autores<sup>5,52,53,54</sup>, esta pode ser positiva uma vez que satisfaz tal necessidade psicológica.

A dimensão Saúde – terceira dimensão com maior média aritmética – está normalmente vinculada a uma ação de terceiros (influência dos pais, médicos, etc.). Segundo Tani<sup>55</sup>, existe grande preocupação por parte dos pais com a qualidade de vida e saúde de seus filhos, sendo o esporte muitas vezes utilizado como meio de prevenção de doenças associadas ao sedentarismo. Isso leva a acreditar em mais um fator motivacional extrínseco agindo como motivador. Contudo, essa dimensão pode vir a se fortalecer com o passar do tempo, tornando-se mais internalizada pelo sujeito. Isto pode ser explicado pelo fato de a saúde ser constantemente comentada na sociedade e na mídia.

Os resultados positivos relativos à Sociabilidade podem ser explicados pelo fato de essa dimensão representar outra necessidade psicológica básica – a de pertencimento, ou pertencer a um grupo. Quando o jovem busca uma escolinha de futebol/futsal, muitas vezes ele está procurando um grupo social no qual ele possa se inserir. Segundo Pujals e Vieira<sup>30</sup>, para jovens de 8 a 18 anos, um dos principais motivos para se envolver com o esporte é o ambiente social. Tendo isso em vista, os esportes coletivos, em geral, podem proporcionar ao jovem essa sensação de vínculo, uma vez que, matriculados na escolinha, eles realmente fazem parte do grupo. Além disso, segundo Samulski<sup>56</sup>, jovens que praticam esporte de rendimento costumam passar seu tempo livre com amigos que praticam também esporte de alto nível.

Os resultados obtidos no presente trabalho se aproximam de outros estudos da área motivacional em diversas modalidades esportivas. O trabalho de Scalon, Becker Jr e Brauner<sup>57</sup> concluiu que toda a criança que ingressa nos programas de iniciação esportiva busca, principalmente, divertimento, alegria e prazer. Além disso, se motivam em manter a saúde e buscam encontrar os amigos e fazer novas amizades. Pesquisadores brasileiros têm relatado que os motivos pelos quais as crianças se envolvem em programas esportivos são ter alegria, aperfeiçoar e aprender novas habilidades, praticar com os amigos, fazer novas amizades, adquirir forma física e sentir emoções<sup>47, 58</sup>.

Alguns outros estudos que utilizaram como instrumento o Inventário de Motivos à Prática de Atividades Físicas e/ou Esportivas (IMPRAFE-54, IMPRAFE-126 e IMPRAFE-132) também apresentaram resultados bastante semelhantes aos do presente trabalho. O estudo de Fontana e colaboradores<sup>16</sup>, realizado com atletas de ginástica rítmica, apresentou resultados com exatamente o mesmo padrão ordinal das dimensões que mais motivam seus sujeitos, inclusive com as dimensões Sociabilidade, Saúde e Competitividade indissociáveis estatisticamente. Balbinotti e colaboradores<sup>15</sup>, em um estudo com tenistas dessa mesma faixa etária demonstrou resultado semelhante com relação à dimensão Prazer, bem como à Competitividade e à Saúde em segundo lugar e indissociáveis estatisticamente. Esse fato possibilita a suposição de que esse é um padrão em esportistas infanto juvenis, justificado pelas discussões realizadas anteriormente.

Em estudos específicos sobre a motivação em adolescentes praticantes de futebol e/ou futsal, Nuñez e colaboradores<sup>59</sup> verificaram que o que mais motiva adolescentes a praticar o futsal de rendimento é o próprio rendimento esportivo, seguido da saúde e da amizade/lazer. Da

mesma forma, Rondini<sup>20</sup> identificou a competência esportiva como o principal motivo à prática do futsal. Esses resultados podem estar ligados tanto à competitividade, como relacionados ao prazer, satisfazendo a necessidade de competência. Cardoso<sup>21</sup> realizou uma coleta de dados em uma equipe feminina de rendimento. Seus resultados se relacionam com os demonstrados anteriormente. Os principais fatores motivacionais foram “Para vencer”, “Para ser um atleta”, “Para desenvolver habilidades” e “Para ser um jogador quando crescer”, demonstrando uma forte tendência à competitividade. Esses estudos se aproximam de forma importante dos resultados obtidos nesta pesquisa.

Em um estudo sobre os fatores motivacionais e desempenho no futebol de Paim<sup>31</sup>, os motivos relacionados à Competitividade (desenvolver habilidades, excitação e desafio), à Sociabilidade (afiliação) e à Saúde (aptidão) surgiram como as principais fontes de motivação entre os futebolistas de 10 a 16 anos. Em um estudo semelhante<sup>32</sup>, o autor verificou que, de uma forma geral, a competência esportiva representava 72%, a saúde 70% e a amizade e lazer 67% dos motivos à prática do futebol. No entanto, encontrou diferenças quando comparou os contextos sociais nos quais os sujeitos estavam inseridos<sup>32</sup>. Nesses casos, a discussão com os resultados aqui apresentados é pobre, pois as dimensões analisadas são limitadas. No entanto, tais motivos parecem ser importantes em ambos os estudos.

Também foram realizados diversos estudos com amostras diferentes, apresentando resultados bastante variados e substancialmente diferentes dos aqui encontrados. Voser e colaboradores<sup>19</sup> analisaram atletas de futsal adultos e federados. Encontraram, surpreendentemente, para homens, a “forma física” e o “jogar em equipe” como os principais motivos para a prática. Já para as mulheres, o “jogar em equipe” seguido de “habilidade”. Em acadêmicos de educação física, os motivos considerados “Muito Importantes” foram “saúde” e “condicionamento físico”<sup>23</sup>. Soares e colaboradores<sup>26</sup>, com uma amostra de mulheres, verificaram que os aspectos estéticos são mais predominantes, visto que a “forma física” foi o fator mais importante nesse estudo.

Praticantes de futebol feminino também foram analisadas com relação à orientação motivacional. O estudo de Hirota, Schindler e Villar<sup>28</sup> demonstrou que as mulheres são mais orientadas à tarefa e não ao ego. Por fim, destacando outros estudos relacionados à psicologia do esporte no futebol/futsal, Pujals e Vieira<sup>30</sup> verificaram que a psicologia esportiva foi fundamental para o aumento da motivação e da autoconfiança em atletas de futebol de campo. E Corrêa e colaboradores<sup>31</sup> encontraram que o fator psicológico influencia diretamente o desempenho dos jogadores profissionais de futebol.

A Estética, apesar de ter sido a segunda dimensão motivacional menos representativa nesse grupo de sujeitos, apresentou média aritmética superior à média esperada. Pode-se supor que a influência da mídia na sociedade e nos jovens em geral interfere nas respostas desses indivíduos. Segundo Moreno, Polato e Machado<sup>60</sup>, a mídia exerce uma importante relação de difusão de modelos que são seguidos pela criança. Contudo, vale ressaltar que essa influência da Estética é externa à tarefa, tratando-se, portanto, de um fator motivacional extrínseco.

Por fim, o Controle de estresse – dimensão menos ressaltada pelos sujeitos da pesquisa – pode ser explicado pelo fato de essa dimensão ser mais lembrada na população adulta que, além de ter maiores preocupações comparados à população adolescente, vê nas atividades físicas uma forma de aliviar as tensões do dia a dia. Além disso, evidências mostram que pes-

soas que não praticam atividades físicas tendem a ter um maior nível de estresse. Segundo o estudo de Pires e colaboradores<sup>61</sup>, que analisou os níveis de estresse em adolescentes, o grupo classificado com estresse adequado à saúde apresentou maior tempo em atividades físicas intensas e muito intensas quando comparado ao grupo com níveis de estresse prejudicial. Isso pode explicar os baixos resultados obtidos na dimensão Controle de estresse, visto que os jovens desta pesquisa são praticantes regulares de futebol ou futsal.

## Conclusão

Com os resultados obtidos no presente estudo, pode-se concluir que as dimensões que mais motivam os adolescentes à prática do futebol/futsal são: o Prazer (1º), a Competitividade, Saúde, e Sociabilidade (2º), a Estética (3º) e o Controle de Estresse (4º). Esses resultados demonstram que esses indivíduos são mais motivados intrinsecamente, pois o Prazer, segundo a TAD, é a dimensão motivacional que melhor representa esse tipo de motivação. Além disso, o Prazer também justifica fortemente o grande número de praticantes de tais esportes no Brasil.

Esses resultados são particularmente importantes para treinadores de futebol/futsal de adolescentes. A partir desses dados, os profissionais da área podem planejar suas atividades de melhor maneira, a fim de promover aos seus atletas uma prática adequada aos seus interesses e necessidades. Por fim, ressalta-se que novos estudos podem ser realizados utilizando-se de maiores amostras a fim de realizar comparações entre os dois esportes (futebol e futsal), entre os sexos e entre faixas etárias, no intuito de extrapolar os limites do conhecimento atual e proporcionar aos jovens melhores práticas.

## Referências

1. Deloitte. Muito além do futebol: estudo sobre esportes no Brasil. [internet]. 2011 [acesso em 2012 nov 12]. Disponível em: <http://www.deloitte.com/assets/Dcom-brazil/Local%20Assets/Documents/Estudos%20e%20pesquisas/PesquisaMuitoAlemFutebol.pdf>>.
2. Vicari PR. Futebol de salão no Rio Grande do Sul: apontamentos históricos sobre o esporte [monografia]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2014.
3. Pinho L, Botelho ACC, Caldeira AP. Associated factors of overweight in adolescents from public schools in Northern Minas Gerais State, Brazil. *Rev. paul. Pediatr*, 2014; 32(2): 237-43.
4. Milistetd M, Nascimento, JV, Silveira J, Fusverki D. Análise da organização competitiva de crianças e jovens: adaptações estruturais e funcionais. *Rev. bras. ciênc. esporte*. 2014; 36(3): 671-8.
5. Gonçalves GHT. A Competição de tênis como modelo de educação e formação de crianças: o caso das categorias até 10 anos [dissertação]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2014.
6. Korsakas P, Rose Júnior D. Os encontros e desencontros entre esporte e educação: uma discussão filosófico-pedagógica. *Rev. Mackenzie Educ. Fís. Esporte*. 2002; 1(1): 83-93.

7. Gaya A. Sobre o esporte para crianças e jovens. *Movimento* (impr.). 2000; 6(13): i-xiv.
8. Balbinotti MAA, Gonçalves GHT, Klering RT, Wiethaeuper D, Balbinotti, CAA. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*. 2015; 37(1): 65-73.
9. Brunet J, Sabiston CM. Exploring motivation for physical activity across the adult lifespan. *Psychol Sport Exerc*. 2011; 12(2): 99-105.
10. Costa IT, Samulski DM, Noce F, Costa VT. A importância da atividade física para a manutenção da saúde e os principais fatores que motivam professores, alunos e funcionários de duas universidades brasileiras a praticarem exercícios. *Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde*. 2003; 8(1): 52-61.
11. Ryan RM, Deci EL. Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol*, 2000a; 55(1): 68-78.
12. Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Nova Iorque: Plenum; 1985.
13. Vansteenkiste M, Niemiec CP, Soenens B. The development of the five mini-theories of self-determination theory: an historical overview, emerging trends, and future directions. *The Decade Ahead: Theoretical Perspectives on Motivation and Achievement - Advances in Motivation and Achievement*. 2010; 16(A): 105-65.
14. Balbinotti MAA, Wiethaeuper D, Gonçalves GHT, Klering RT, Balbinotti CAA. Perfil motivacional de atletas corredores de rua: estudo comparativo segundo o sexo. *R. Min. Educ. Fís. Edição Especial*. 2012; (1): 2051-62.
15. Balbinotti MAA, Juchem L, Barbosa MLL, Saldanha RP, Balbinotti CAA. Qual o perfil motivacional de tenistas infanto-juvenis brasileiros? *Motriz rev. educ. fís.* (impr.). 2012; 18(4): 728-34.
16. Fontana PS, Barbosa MLL, Balbinotti MAA, Balbinotti CAA. Estudo das motivações à prática da ginástica rítmica: contribuições da pesquisa para o rendimento desportivo. *Pensar práct.* 2013; 16(2): 387-400.
17. Balbinotti MAA, Saldanha RP, Balbinotti CAA. Dimensões motivacionais de basquetebolistas infanto-juvenis: um estudo segundo o sexo. *Motriz*. 2009; 15(2): 318-29.
18. Oliveira LP, Vissoci JRN, Nascimento Jr JRA, Vieira JLL, Vieira LF, Balbinotti MAA, Peixoto EM. O papel mediador da autodeterminação sobre o efeito do perfeccionismo nas estratégias de enfrentamento em atletas juniores de futebol. *Rev. Saúde e Desenvolvimento Humano*. 2015; 3(1): 7-16.
19. Voser RC, Hernandez JAE, Ortiz LFR, Voser PEG. A motivação para a prática do futsal: comparação entre atletas federados do sexo masculino e feminino. *Rev. Bras. Futsal Futeb.*, 2014; 6(21): 196-201.
20. Rondini OM. Fatores motivacionais que levam adolescentes do sexo masculino entre 15 e 17 anos a praticarem futsal. *Rev. Enaf Science*, 2013; 8(4): 11-21.
21. Cardoso LM. Fatores motivacionais para a prática de futsal feminino, numa equipe de rendimento Sub-17: um estudo de caso [monografia]. Criciúma: Universidade do Extremo Sul Catarinense; 2012.
22. Correia TAS, Netto JES. Motivos para a prática esportiva e fatores associados de jogadoras de futsal. *Rev. Mackenzie Educ. Fís. Esporte*. 2012; 11(2): 82-95.
23. Medeiros PV. Motivos da prática do futsal em Universidade pública [monografia]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2012.
24. Costa VT, Albuquerque MR, Lopes MC, Noce F, Costa IT, Ferreira RM, Samulski DM. Validação da escala de motivação no esporte (SMS) no futebol para a língua portuguesa. *Rev. bras. educ. fís. esp.*

2011; 25(3): 537-546.

25. Silva DAP, Machinski PR. Futsal masculino e feminino: a comparação motivacional no município de Rebouças-PR. *Cinergis*, 2010; 11(1): 1-10.

26. Soares WD, Oliveira IS, Germano JM, Cruz IRD, Carneiro ALG. Motivação para o futsal em atletas participantes dos Jogos do Interior de Minas – JIMI. *EFDeportes* [internet]. 2010. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd148/motivacao-para-o-futsal-em-atletas.htm>

27. Reis LFCM, Scotá TCC. Aspectos motivacionais no futsal feminino amador de Porto Alegre. *Semana Acadêm. Rev. Cient.* [internet]. 2008. Disponível em: <http://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/aspectosmotivacionaisnofutsalfemininoamadordeportoalegre.pdf>

28. Hirota VB, Schindler P, Villar V. Motivação em atletas universitárias do sexo feminino praticantes de futebol de campo: um estudo piloto. *Rev. Mackenzie Educ. Fís. Esporte*. 2006; 5(especial): 135-42.

29. Hallal PC, Nascimento RR, Hackbart L, Rombaldi AJ. Fatores Intervenientes Associados ao Abandono do Futsal em Adolescentes. *Rev. bras. cienc. mov.* 2004; 12(3): 27-32.

30. Pujals C, Vieira LF. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. *Rev. educ. fis.* 2002; 13(1): 89-97.

31. Corrêa DKA, Alchieri JC, Duarte LRS, Strey MN. Excelência na produtividade: a performance dos jogadores de futebol profissional. *Psicol. Reflex. Crít.* 2002; 15(2): 447-60.

31. Paim MCC. Fatores motivacionais e desempenho no futebol. *Rev. educ. fis.* 2001; 12(2): 73-9.

32. Paim MCC. Motivos que levam adolescentes a praticar o futebol. *EFDeportes*, 2001; 7(43).

33. Samulski D, Chagas MH. Análise do stress psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias infantil e juvenil (15 – 18 anos). *Rev. bras. cienc. mov.*, 1992; 5(4): 12-18.

34. Barbosa MLL. Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF-126) [dissertação]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2006.

35. Gould D, Eklund RC, Jackson SA. Coping strategies used by more versus less successful Olympic wrestlers. *Res. Q. Exerc. Sport*. 1993; 64(1): 83-93.

36. Wankel L. The Importance of Enjoyment to Adherence and Psychological Benefits from Physical Activity. *Int. J. Sport Psychol.*, 1993; 24(2): 151-69.

37. Marques AT, Oliveira JM. O treino dos jovens desportistas. Atualização de alguns temas que fazem a agenda do debate sobre a preparação dos mais jovens. *Rev. Port. Ciênc. Desporto*. 2001; 1(1): 130-7.

38. Capdevilla L, Niñerola J, Pintanel M. Motivación y actividad Física: El Autoinforme de Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico (AMPEF). *Rev. Psicol. Deport.* 2004; 13(1): 55-74.

39. Voser RC. Iniciação ao futsal – Abordagem recreativa. 3.ed. Canoas: Ulbra; 2004.

40. Tutko TA, Richards JW. *Psicología del entrenamiento deportivo*. Boston: Allyn and Bacon; 1984.

41. Balbinotti MAA, Barbosa MLL. Inventário de Motivos à Prática Regular de Atividade Física e/ou Esportiva (IMPRAFE-54). Laboratório de Psicologia do Esporte –Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre; 2006.

42. Pestana MH, Gageiro JG. Análise de dados para ciências sociais: a complementaridade do SPSS. Lisboa: Silabo; 2014.

43. Fischer H. *A History of the Central Limit Theorem: From Classical to Modern Probability Theory*,

- Sources and Studies in the History of Mathematics and Physical Sciences, New York: Springer, 2011.
44. Klartag B. A central limit theorem for convex sets. *Inventiones Mathematicae*. 2007; 168(1): 91–131.
  45. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemp Educ Psychol*. 2000b; 25(1): 54-67.
  46. Balbinotti CAA, Barbosa MLL, Balbinotti MAA, Saldanha RP, Teixeira RG. O perfil motivacional de adolescentes jogadores de voleibol. *Coleç. Pesqui. Educ. Fís*. 2010; 9(2): 189-96.
  47. Balbinotti MAA, Barbosa, MLL, Balbinotti CAA, Saldanha RP, Mazo, JZ. O prazer na prática de atividades físicas e esportivas na adolescência: um estudo comparativo entre os sexos. *Coleç. Pesqui. Educ. Fís*. 2010; 9(2): 197-202.
  48. Saldanha RP, Alves SLC, Florentino JA. Dimensões motivacionais de basquetebolistas infanto-juvenis: um estudo descritivo-comparativo segundo variável categoria. *Rev. e-Lato Sensu*, 2011; 1: 25-42.
  49. Singer RN. *Psicologia do esporte: mitos e verdades*. 2.ed. São Paulo: Harbra; 1977.
  50. Balbinotti MAA, Barbosa MLL, Saldanha R.P, Balbinotti CAA. Estudos fatoriais e de consistência interna da Escala Balbinotti de Motivos à Competitividade no Esporte (EBMCE-18). *Motriz rev. educ. fís. (impr.)*. 2011; 17(2): 318-27.
  51. Valentini NC. Competência e autonomia: desafios para a Educação Física Escolar. *Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.*, 2006; 20(5): 185-87.
  52. Klering RT. *A técnica funcional do tenista: um estudo sobre os conteúdos do treino de tenistas infanto-juvenis de 11 a 14 anos [dissertação]*. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2013.
  53. Marques AT. Fazer da Competição dos mais Jovens um Modelo de Formação e Educação. In: Gaya A, Marques A, Tani G. *Desporto para Crianças e Jovens: Razões e Finalidades*. Porto Alegre: Editora da UFRGS; 2004. p.75-96.
  54. Rost K. As Competições no Desporto Juvenil. *Rev. Treino Desp.*, p.3-10, 1997.
  55. Tani G. A criança no esporte: implicações da iniciação esportiva precoce. In: Krebs RJ. *Desenvolvimento infantil em contexto*. Florianópolis: UDESC; 2001. p.101-113.
  56. Samulski D. *Psicologia do Esporte: Teoria e aplicação prática*. Imprensa Universitária/UFMG, Belo Horizonte 1995.
  57. Scalon RM, Becker Jr B, Brauner MRG. Fatores motivacionais que influem na aderência dos programas de iniciação desportiva pela criança. *Rev. Perfil*, 1999; 3(3): 51-61.
  58. Terra GB, Hernandez JAE, Voser RC. A motivação de crianças e adolescentes para a prática de futsal. *EFDeportes Revista Digital*, 2009; 13(128): p. 1.
  59. Nuñez PRM, Picada HFSL, Schulz ST, Habitante CA, Silva JVP. Motivos que levam adolescentes a praticarem futsal. *Conexões*. 2008; 6(1): 67-78.
  60. Moreno BS, Polato AL, Machado AA. O aluno e seu corpo nas aulas de educação física: apontamentos para uma reflexão sobre a vergonha e a mídia. *Mov. Percepção* 2006; 6(8): 85-104.
  61. Pires EAG, Duarte MFS, Pires MC, Souza GS. Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis – SC, Brasil. *Rev. bras. cienc. mov.*, 2004; 12(1): 51-56.