

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS – CDS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – Hab. Licenciatura

JÉSSICA DOS SANTOS CARDEAL

**MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS
AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um estudo com a equipe de
ginástica rítmica de São José- SC**

Florianópolis/SC

2021

Jéssica dos Santos Cardeal

**MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um estudo com a equipe de ginástica rítmica de são
José- SC**

Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Educação Física – Hab. Licenciatura, Centro de Desportos/ CDS, da Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC, como requisito parcial para a obtenção do Título de Licenciado (a) em Educação Física.

Orientador (a): Profa. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas

Florianópolis/SC

2021

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Cardeal, Jéssica dos Santos

MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS
DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: : um estudo com a equipe de
ginástica rítmica de São José- SC / Jéssica dos Santos
Cardeal ; orientador, Michele Caroline de Souza Ribas,
2021.

44 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de
Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2021.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Motivação . 3. educação física
escolar. 4. atletas . 5. ginástica rítmica. I. de Souza
Ribas, Michele Caroline . II. Universidade Federal de
Santa Catarina. Graduação em Educação Física. III. Título.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS – CDS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – Habilitação: Licenciatura

Termo de Aprovação

MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um estudo com a equipe de ginástica rítmica de São José-
SC

Elaborado por

JÉSSICA DOS SANTOS CARDEAL

A Comissão Examinadora abaixo assinada, aprova o trabalho de conclusão de curso, aprovado como pré-requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Comissão Examinadora (Banca):

Orientadora – Prof.^a Dr.^a Michele Caroline de Souza Ribas

Membro – Prof. Dr. Jolmerson de Carvalho

Membro – Prof. Dr. Patricia Luiza Bremer Boaventura

FLORIANÓPOLIS, 2021

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por todas as oportunidades a mim dadas, pela força que ele me deu durante todo esse processo de formação, principalmente durante a realização desse projeto de conclusão de curso.

Agradeço a UFSC pela oportunidade de estudar em uma universidade pública e de qualidade.

Agradecimento especial a minha família, na qual eu tenho muito orgulho, obrigada por serem meu alicerce, meu maior exemplo e referência de vida. Obrigado por sempre me orientar da melhor maneira, me apoiar, incentivar os estudos e a buscar sempre o caminho justo e honesto independente de quaisquer circunstâncias.

Agradeço a minha irmã Dienifer, que sempre me incentivou e me orientou em todo o processo da graduação. Ao meu cunhado Edmar que por muitas vezes me socorreu nesse processo de construção do trabalho.

Ao meu namorado Gabriel, pelo companheirismo, cada gesto de amor e carinho, suporte e paciência.

Ao meu amigo Érico, que foi fundamental no meu processo de construção do trabalho.

A todos meus amigos da graduação que compartilharam muitos momentos juntos, especialmente a Gabriela e Letícia e Érico por sempre estarem comigo.

Quero agradecer a toda minha família que sempre esteve comigo, principalmente meu tio Remir e meu tio Gilmar que estiveram sempre me incentivando no processo do TCC. Obrigada a todos os amigos e familiares que compartilharam comigo momentos bons e ruins, que acompanharam de perto todo o caminho até aqui. Aqueles que me entenderam nas horas mais difíceis e celebraram comigo nos momentos mais felizes. Vocês são fundamentais.

E a minha orientadora Michele, por toda a paciência que teve comigo durante todo esse longo processo de TCC, sempre disposta a me ajudar, me incentivando e estando do meu lado mesmo com toda sua correria. Obrigado por tanto Michele. E agradecer aos professores da minha graduação e a banca examinadora por aceitarem esse convite, obrigada Patrícia e Jolmerson por fazerem parte desse momento tão significativo e importante.

RESUMO

Este estudo buscou analisar a motivação de atletas da ginástica rítmica para as aulas de educação física escolar. O instrumento utilizado foi o questionário *Perceived Locus of Causality Questionnaire* (PLOC), o instrumento de coleta foi traduzido e validado para a versão da língua portuguesa do Brasil por Guedes Bernardes e Yamaji (2020). O questionário possui 20 questões relacionadas a motivação no âmbito da educação física escolar, sendo respondidas através de escala *Likert*. Além disso foi adicionada uma questão referente ao conteúdo das aulas onde as participantes enumeravam o conteúdo que mais motivassem a participar das aulas. Participaram do estudo 15 atletas da ginástica rítmica da equipe de ginástica de São José-SC, com idades entre 09 a 16 anos. As informações foram descritas e analisadas mediante a tabulação dos resultados na planilha do Excel, posteriormente, feitos cálculos por meio do Índice de Autodeterminação. Os resultados indicaram que as atletas se sentem motivadas a participar das aulas de educação física escolar, e o principal conteúdo motivador é o conteúdo das ginásticas, seguidos de dança e esportes.

O estudo concluiu que as atletas se encontram motivadas intrinsecamente para a participação nas aulas de educação física, levando a perceber que a prática do esporte fora da escola, tem grande importância no envolvimento das ginastas nas aulas.

Palavras chave: Motivação, atletas, ginástica rítmica, educação física escolar.

ABSTRACT

This study sought to analyze the motivation of athletes in rhythmic gymnastics for school physical education classes. The instrument used was the Perceived Locus of Causality Questionnaire (PLOC), the collection instrument was translated and validated for the Brazilian Portuguese version by Guedes Bernardes and Yamaji (2020). The questionnaire has 20 questions related to motivation in the context of school physical education, which are answered using the Likert scale. In addition, a question was added regarding the content of the classes where the participants listed the content that most motivated them to participate in the classes. Fifteen rhythmic gymnastics athletes from the São José-SC gymnastics team, aged between 9 and 16 years, participated in the study. The information was described and analyzed by means of the tabulation of the results in the Excel spreadsheet, afterwards, calculations were made using the Self-Determination Index. The results indicated that athletes feel motivated to participate in school physical education classes, and the main motivating content is the content of gymnastics, followed by dance and sports. The study concluded that athletes are intrinsically motivated to participate in physical education classes, leading to the realization that the practice of sport outside school is of great importance in the involvement of gymnasts in classes.

Keywords: Motivation, athletes, rhythmic gymnastics, school physical education.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. *Continuum* da autodeterminação destacando os tipos de motivação com seus estilos de regulação, locus de causalidade e processos correspondentes

Tabela 2. Pontuação média das subescalas de motivação para as aulas de educação física apresentada pelas atletas da ginástica rítmica.

Sumário

1 INTRODUÇÃO.....	9
1.1 OBJETIVO GERAL.....	11
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
1.3 PROBLEMA DE PESQUISA.....	12
1.4. JUSTIFICATIVAS.....	12
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	14
2.1 MOTIVAÇÃO.....	14
2. 2 MOTIVAÇÃO E ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA.....	18
2.3 EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTIVAÇÃO.....	21
3 METODOLOGIA.....	25
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	25
3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO.....	25
3.3 ASPECTOS ÉTICOS.....	25
3.4 INSTRUMENTO E PROCEDIMENTOS.....	26
3.5 ANÁLISE DE DADOS.....	27
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	28
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	34
REFERÊNCIAS.....	35
APÊNDICE.....	40
ANEXO.....	43

1 INTRODUÇÃO

A ginástica rítmica (GR) é um esporte olímpico praticado oficialmente por mulheres no ambiente competitivo, tem como sua principal característica a beleza e plasticidade nos movimentos, atrelados ao uso de aparelhos específicos da modalidade, tais como corda, arco, bola, maçãs e fita. A ginástica rítmica é um esporte com seleção esportiva muito precoce¹, por volta dos 6 aos 9 anos de idade, isso ocorre devido à grande exigência de flexibilidade e melhora das capacidades motoras em relação a outras modalidades, implicando na precoce exposição a responsabilidades das atletas (LANARO FILHO; BÖHME, 2001) Além da flexibilidade a manipulação dos aparelhos também se torna uma das exigências da ginástica. Dessa forma as atletas trabalham na busca incansável pela perfeição na execução dos elementos, em decorrência de movimentos bastante criteriosos. Cobranças e sacrifícios são rotineiros durante os treinos, são consequência para atingir um nível ideal de preparação física das atletas (BOAVENTURA, 2016; FRUTUOSO; KRAESKI; KREBS, 2013).

O presente estudo terá seu pressuposto teórico a partir da Teoria da Autodeterminação. Desenvolvida na década de 80 por Deci e Ryan, essa teoria descreve que a motivação varia num *continuum* motivacional, passando por níveis do mais autodeterminado para o menos autodeterminado, resultando em diferentes tipos motivacionais, tais como: motivação intrínseca, motivação extrínseca e amotivação (GUEDES; MOTA, 2016; MATIAS, 2019). Quando nos referimos a atividade física e esporte, a motivação é um elemento chave para a permanência e prazer do atleta, pois dá energia e regula seu comportamento, dependendo de fatores ambientais e pessoais, sendo estes fatores e extrínsecos e intrínsecos. Os fatores extrínsecos estão ligados externamente como o ambiente, prêmios, envolvimento de recompensas, envolvimento dos pais, relação com a treinadora, controle de peso, dentre outros. Já os intrínsecos são fatores internos ligados a cada indivíduo, como por exemplo a vontade de superar seus limites, o gosto pelo esporte ou atividade em questão. Estes são considerados um dos fatores variam o motivo de adesão e permanência na modalidade de atleta para atleta. (COIMBRA; GOMES; OLIVEIRA; REZENDE; CASTRO; MIRANDA; BARA FILHO, 2013; FRUTUOSO; KRAESKI; KREBS, 2013; MACHADO, 2006).

Assim como as atletas precisam de motivação no esporte, na educação física, estar motivado também se torna um fator bastante importante, pois as alunas quando motivadas participam da aula de maneira engajada, tornando a motivação um caminho para levar as

¹ Na GR as atletas são consideradas adultas com 15 anos de idade, pois já competem na categoria adulta.

alunas a participação das aulas. Durante as atividades desafiadoras buscam estratégias que se adequem a tarefa proposta, esforçando-se para a realização de novas habilidades de compreensão e domínio, desafiando-se em cada um dos seus resultados desempenhados durante a aula. As aulas de educação física devem ainda colaborar para que haja socialização e também valorização das atitudes éticas (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH 2004, KOBAL, 2006; PERES; MARCINKOWSKI, 2012). Assim sendo, com a grande demanda de esforço físico dentro dos treinamentos, e as diversas repetições em busca da perfeição em cada um dos movimentos da ginástica, as atletas necessitam que as aulas de educação física sejam tão motivantes quanto os treinos, para que então possa despertar o interesse e a vontade de participar de novas habilidades e novas práticas corporais dentro da educação física.

Machado (1997) afirma que o comportamento de uma pessoa em atividades ligadas a aprendizagem é influenciado de acordo com o grau de motivação. Estar motivado é um fator de grande valor nas aulas de educação física, é importante que as alunas participem de forma motivada para evitar possíveis frustrações e desinteresse, impedindo o insucesso no processo de ensino-aprendizagem. Sendo assim, o professor como agente de motivação externa tem um papel bastante importante no processo de ensino aprendizagem, uma vez que através dele existe uma melhora no rendimento das alunas no ambiente escolar (PIMENTEL, 2017; PIZANI; BARBOSA-RINALDI; MIRANDA; VIEIRA, 2016).

De modo geral, os estudos sobre a motivação de escolares na educação física mostram que os alunos de ambos os ensinos, fundamental e médio, se encontram motivados com as aulas. Os conteúdos que são considerados mais motivantes para as aulas são o conteúdo dos esportes. Contraditoriamente, esse conteúdo gera a desmotivação de outros alunos, uma vez que esse conteúdo é abordado desde os anos iniciais na escola tornando-se maçante e desgastante. (COSTA; FLORES; ANDRADE; ANVERSA; SOUZA, 2018; DAMASCENO; FREITAS; LEONARDI, 2017, MARTINEZ; CHAVES, 2020; PIZANI et al., 2016; SILVA; CHIMINAZZO; FERNADES, 2021).

Os estudos mostram ainda, que a educação física pode ser motivante pelo fato das aulas acontecerem fora da sala de aula, dando a sensação de liberdade as alunas, uma vez que a cobrança e exigência das outras matérias são maiores em relação à educação física. Vários são os fatores que podem influenciar na motivação das alunas, tais como fatores internos e externos (DAMASCENO; FREITAS; LEONARDI, 2017). Esses fatores podem estar ligados intrinsecamente ao estudante, como a sensação na participação nas aulas, o gosto pela prática da atividade dentre outros, já os fatores extrínsecos são ligados mais externamente as alunas

como por exemplo: a cobrança da sociedade ou até mesmo obtenção de nota dentro da disciplina (MACHADO, 2006).

As pesquisas também evidenciaram a importância do professor como agente motivador das alunas, cabendo ao professor conhecer e identificar as turmas de modo a planejar as aulas com conteúdo adequados tornando as aulas desafiadoras e provocadora de desejo, de modo a incluir todos os alunos, visto que esses possuem conhecimentos e habilidades distintos (PIZANI et al., 2016).

Recentemente, um estudo de revisão sistemática sobre a motivação de estudantes do ensino fundamental e médio, nas aulas de educação física, confirmou que os mesmos se encontram motivados para a prática da educação física. O estudo revelou ainda, a predominância de pesquisas com alunos do ensino fundamental, revelando uma carência com alunos do ensino médio. Os principais fatores motivacionais encontrados são intrínsecos as aulas, sendo sucedido pelos jogos esportivos a maior causa de motivação, os fatores saúde, estética e outros aparecem em seguida. A pesquisa confirma os achados anteriores onde demonstrou que os alunos se encontram motivados para a prática das aulas (MOREIRA et al., 2017).

Os estudos realizados até o momento, agregam conhecimento ao entendimento da motivação no contexto da educação física escolar, contudo, esses estudos não evidenciam um olhar específico para a aluna praticante de esporte, visto que esse possui uma experiência diferente das alunas que não praticam atividades físicas. Vale ressaltar que as alunas atletas dedicam uma grande parte de tempo em seus treinamentos diários dentro da modalidade, logo estar motivado é fator fundamental para suportar altas cargas de treinamento e ainda, encontrar motivação para aprender e participar de novas atividades e habilidades durante as aulas de educação física escolar. Tendo em vista o amplo desenvolvimento das capacidades físicas e motoras das atletas, surgiu a necessidade de investigar quais motivações levam as atletas da ginástica rítmica a participarem das aulas de educação física escolar. A importância da pesquisa destaca-se pela possibilidade de agregar conhecimento à literatura existente, e também, para atletas e professoras, de maneira que as aulas sejam um ambiente motivante para todas as alunas, com diferentes experiências sociais, motoras e esportivas.

1.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a motivação de jovens atletas da ginástica rítmica da equipe de São José- SC para participação nas aulas de educação física escolar.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar quais fatores que motivam as atletas de ginástica rítmica para a participação nas aulas de educação física escolar;
- Verificar qual conteúdo da educação física escolar é considerado mais motivante para as ginastas.

1.3 PROBLEMA DE PESQUISA

Quais motivações levam atletas da ginástica rítmica a participarem das aulas de educação física escolar?

1.4 JUSTIFICATIVAS

O tema motivação vem sendo estudado em diversas áreas, no âmbito da educação essa temática tem ganhando bastante força (AVELAR; 2015). Sendo assim, a motivação é um fator de grande importância no contexto escolar, pois a mesma pode estimular os estudantes a realizarem as atividades propostas em aulas, de forma a contribuir para o processo de ensino aprendizagem (ANDRADE; TASSA, 2015). Segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) as aulas de educação física escolar devem proporcionar um amplo leque de conteúdo. Dessa forma a justificativa pessoal do presente estudo se dá em razão de ter experienciado a ginástica rítmica desde os 11 anos de idade até os 20, e ter vivenciado a intensidade do esporte de rendimento, abdicando de horas com a família e amigos para se dedicar a intensas horas de treino em busca da perfeição na qual o esporte exige. Por consequência, o fato de praticar a ginástica me deixava segura em relação a novos desafios, pois a ginástica me permitiu o aprendizado de muitas capacidades motoras, me deixando motivada e despertando à vontade para experimentar diferentes práticas corporais e participar em diversas atividades físicas. Dessa forma surgiu o questionamento se as atletas da ginástica também são motivadas a participar e experienciar novas atividades nas aulas de educação física. A proximidade com a equipe de ginástica de São José se deu pelo fato de ter sido a última equipe que representei em competições, e mesmo ainda ter dado aula no projeto de iniciação a ginástica rítmica, dessa forma tendo contato maior com a equipe.

Ao iniciar as buscas de pesquisas acerca da motivação de ginastas nas aulas de educação física, percebi a ausência de estudos envolvendo essa temática, tendo em vista a importância de manter atletas motivadas a praticarem e participarem de outras atividades. Vale ressaltar que, durante meu período escolar como aluna, observava que muitas colegas de turma não praticavam as aulas de educação física por não gostarem ou não se sentirem competentes para realização do conteúdo proposto, visto que, o conteúdo ensinado era na maioria das vezes o esporte. A partir dos estudos encontrados sabe-se que a participação motivada dos alunos é de extrema importância, evitando assim possíveis frustrações e desinteresse dos alunos tornando-se efetiva a participação durante as aulas (PIZANI et, al. 2016). A temática da presente pesquisa busca contribuir de modo a identificar a motivação desse grupo, visando melhor atendê-las nas aulas de educação física, além de contribuir também para os professores de maneira a identificar os fatores que motivam essas atletas a participarem das aulas.

2 REVISÃO DE LITERATURA

A presente revisão de literatura será dividida em tópicos para melhor entendimento dos assuntos. Os tópicos abordam o conceito de motivação e a teoria da autodeterminação, motivação de atletas na ginástica rítmica, e pôr fim a motivação na educação física escolar.

2.1 MOTIVAÇÃO

A palavra motivação é originada do latim, do verbo *movere*, que manifesta a ideia de movimento (GUEDES; MOTA, 2016; UNESCO, 2013). A motivação no dicionário (DICIO, 2020) também é classificada como uma reunião de razões na qual da origem a ações conscientes de um indivíduo, levando o sujeito a agir de determinada maneira de acordo com a situação.

Caracterizada como um processo ativo e intencional voltado para uma meta, a motivação, segundo Samulski (1995), é uma ação na qual depende de fatores pessoais e ambientais, sendo esses fatores classificados como intrínsecos e extrínsecos. A motivação extrínseca está relacionada a fatores ambientais, ligadas a fatores externamente ao indivíduo, como por exemplo, a obtenção de recompensas, troféus, punições, dentre outras. A motivação intrínseca está relacionada a fatores pessoais, ligadas mais internamente ao indivíduo como por exemplo, o fato do sujeito querer obter sucesso, gostar da prática da atividade em questão. Dessa forma o sujeito ainda participa das atividades de maneira livre e voluntária (MACHADO, 2006; GUEDES; MOTA, 2016).

No âmbito da motivação a Teoria da Autodeterminação (TAD), tem sido a teoria na qual os estudos realizados, têm recorrido quando o assunto abordado é a motivação, tanto para a prática de esportes como também a motivação na educação física e motivação na atividade física (CID; PIRES, BARROSO; ALVES; SILVA, 2010). A TAD é uma macro teoria criada na década de 1970 por Edward Deci e Richard Ryan, essa teoria é sustentada por outras quatro minis teorias, sendo elas: Teoria das Necessidades Psicológicas Básicas, Teoria da Avaliação Cognitiva, Teoria das Orientações de Causalidade e pôr fim a Teoria da Integração organísmica (GUEDES; MOTA, 2016).

Dessa maneira, a TAD pressupõe que todo ser humano é ativo e auto motivado, com tendências a desenvolvimento e crescimento psicológico, de modo a desafiar-se e estimular suas capacidades. O propósito da TAD, segundo Guedes e Mota (2016), está centrado na análise do grau que o comportamento humano se torna volitivo ou autodeterminado.

Matias (2019) descreve que a TAD tem suporte através das necessidades psicológicas básicas, postulando que os sujeitos são constituídos internamente por estas necessidades. Sendo essa, teoria das necessidades psicológicas básicas uma das minis teorias que compõe a TAD, essa mini teoria afirma que para o sujeito estar de fato envolvido em uma atividade de modo voluntário e satisfatório os fatores das necessidades psicológicas básicas tais como competência, autonomia e vínculos sociais devem ser satisfeitos.

O fator autonomia através das necessidades psicológicas básicas, é entendido pelo fato do sujeito ser o responsável pelo seu comportamento, agindo de acordo com as suas vontades e escolhas. A competência é descrita quando o indivíduo se sente capaz de realizar as atividades propostas de modo a se sentir eficiente. O relacionamento ou vínculo social, é a capacidade de estabelecer conexões e interagir com as pessoas no ambiente em que está inserido, de maneira a se sentir aceito e seguro (DECI; RYAN, 2002). A satisfação dessas necessidades, segundo Deci e Ryan (1985), influencia positivamente na motivação mais autodeterminada, entretanto quando essas necessidades não são supridas, o processo de motivação fica menos autodeterminado tendo assim, a necessidade de mais estímulos externos.

A TAD propõe que a motivação varia de acordo com o grau de autodeterminação do sujeito, não ficando apenas restrita a motivação intrínseca e extrínseca, de tal forma que a motivação varia num *continuum* do mais autodeterminado para o menos autodeterminado. Propõe ainda três formas de motivação, tais como: amotivação, motivação extrínseca e motivação intrínseca, na qual possibilitam a compreensão dos fatores determinantes da motivação, de modo a identificar os contextos que geram a participação do indivíduo (DECI; RYAN, 1985; GUEDES; MOTA, 2016; MATIAS, 2019).

A partir do *continuum* da autodeterminação, o autor Matias (2019) descreve que o comportamento dos sujeitos assume diferentes tipos de regulação da motivação. Esse *continuum* é desenvolvido através da mini teoria da integração do organismo, na qual o estudo terá sua temática sustentada. Essa mini teoria caracteriza a motivação por níveis de autodeterminação (DECI; RYAN, 1985).

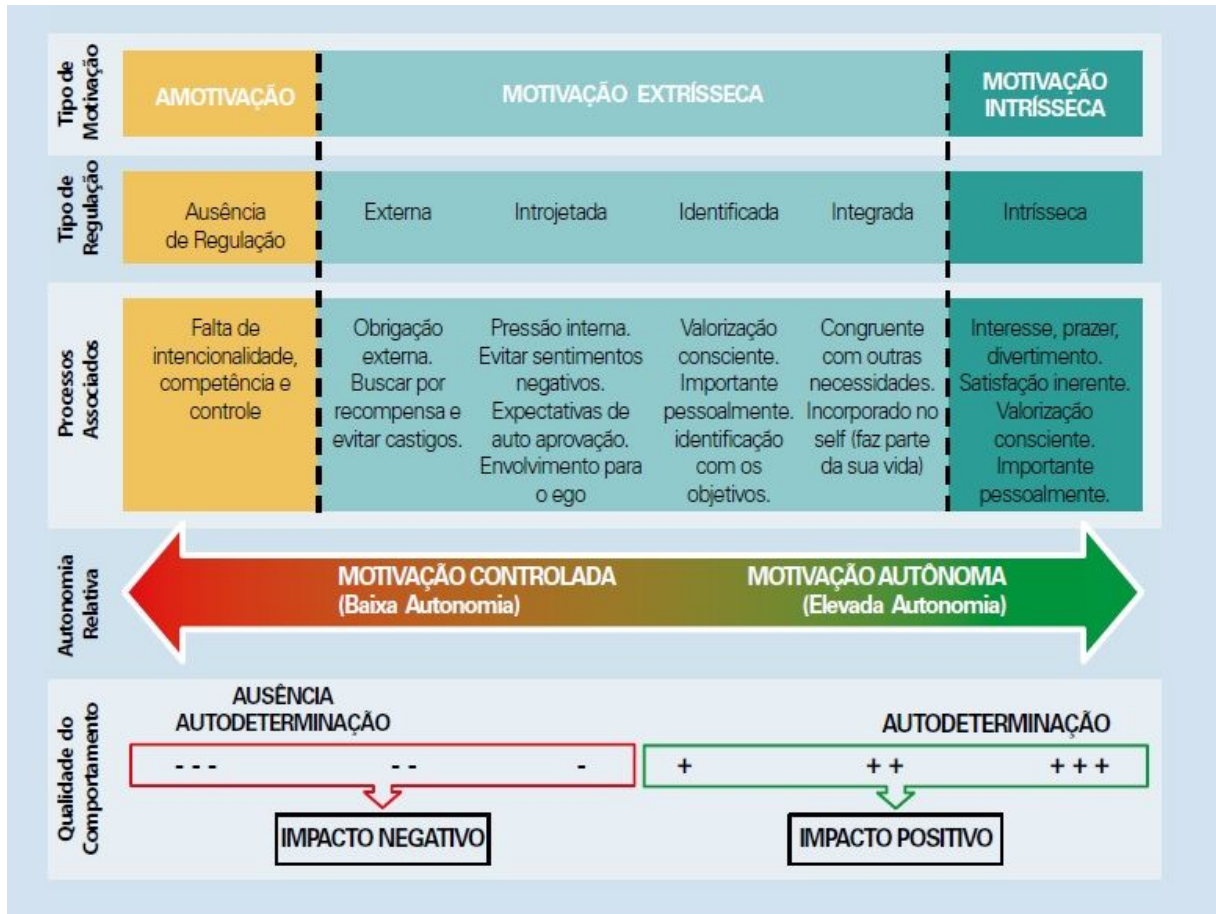


Tabela 1 – *Continuum* da autodeterminação destacando os tipos de motivação com seus estilos de regulação, lócus de causalidade e processos correspondentes (GUEDES; MOTA, 2016).

Conforme a figura anterior, o *continuum* de motivação inicialmente apresenta a amotivação, passando pelos quatro tipos de motivação extrínseca autorreguladas, até alcançar a motivação intrínseca.

A amotivação é caracterizada como a ausência de motivação, onde não existe engajamento e nem interesse do sujeito para realizar a determinada tarefa ou atividade, não se sentindo competente para participar ou se manter na atividade, é considerado também o mais baixo nível de autodeterminação. A motivação extrínseca é definida como o comportamento que é realizado com a finalidade de receber recompensa ou benefícios, desse modo apresentando quatro tipos de regulação, sendo elas:

- **Regulação externa:** considerada a forma mais básica de motivação extrínseca, de modo que o comportamento motivado acontece através da busca por recompensas, pela satisfação de exigências ou para evitar eventuais punições. A prática de esporte por pressão dos pais e técnicas é considerada um exemplo de regulação externa.

- **Regulação externa introjetada:** é quando o sujeito participa da atividade ou tarefa a fim de evitar desaprovação externa ou até mesmo buscar a aprovação social, resultando em pressões sobre si mesmo para regular seu comportamento. Como exemplo dessa regulação é quando o sujeito relata participar das aulas de educação física ou esporte para sentir-se bem consigo mesmo, se sentindo ansioso ou culpado caso não realize.
- **Regulação externa identificada:** o sujeito percebe que a realização da atividade é importante mesmo não sendo uma atividade que goste, mas realiza, pois, sabe dos benefícios que a tarefa proporciona. Como exemplo dessa regulação, é possível citar o aluno que participa da aula de educação física mesmo considerando a atividade desagradável, mas sabe que lhe trará benefícios a sua saúde.
- **Regulação integrada:** considerada a forma mais autodeterminada de motivação extrínseca, onde o comportamento é considerado importante e coerente com outras esferas da vida, sendo realizado com maior probabilidade de escolha da atividade. O sujeito que pratica exercício físico e esporte por conhecer sua importância no estilo de vida saudável é considerado um exemplo dessa regulação.

Por fim a motivação intrínseca é definida pela forma prazerosa, pelo divertimento, interesse e satisfação ao realizar a tarefa ou atividade sem finalidade de receber algo externo em troca. A motivação intrínseca é considerada ligada a satisfação das necessidades psicológicas básicas. Como exemplo da motivação intrínseca, é quando o indivíduo participa de atividade física ou das aulas de educação física por prazer e divertimento que sente na realização da prática. Dessa maneira, a motivação intrínseca se torna o principal fator motivacional, pois o indivíduo intrinsecamente motivado participa das atividades de maneira voluntária (GUEDES; MOTA, 2016; MATIAS, 2019; PIZANI, 2016).

Matias (2019) propõe ainda que: “Na ideia de contínuo, observa-se que o comportamento do indivíduo poderá assumir diferentes tipos de regulações motivacionais. Significa que os processos reguladores mais significativos do comportamento podem variar de forma não intencional até interesse, desfrute e prazer”.

Nesse sentido a motivação pode se tornar um fator determinante para a participação dos alunos na educação física escolar e influenciar no nível de atividade física. Identificar e conhecer a motivação dos estudantes para a participação nas aulas é fundamental, pois conhecer os fatores motivacionais dos alunos fará com que os estudantes participem de forma

engajada das tarefas propostas em aula (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004; STANDAGE, et al., 2006).

2. 2 MOTIVAÇÃO E ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA

Conhecida como ginástica feminina moderna durante o início do século XX, a ginástica rítmica (GR) passou por algumas mudanças quanto ao nome, até chegar a ginástica rítmica como é conhecida mundialmente hoje, nomenclatura na qual só foi aceita a partir dos anos 2000 (SAROA, 2005).

A GR teve muitas contribuições para a sua construção, na dança a influência se deu pela americana Isadora Duncan e do austríaco Rudolf Laban, no teatro através das ideias do francês François Delsart e na música a influência se deu por Jacques Dalcroze e seu aluno Rudolf Bode e Herich Medau (SAROA, 2005; OLIVEIRA; PORPINO, 2010).

No Brasil, a GR chegou através da professora austríaca Margareth Frohlich, na época a austríaca veio ao Brasil para ministrar um curso de ginástica feminina moderna (nomenclatura na qual a GR era chamada antigamente) promovido pelo estado de São Paulo, tendo como sua assistente a professora carioca Erica Sauer que posteriormente se tornou uma estudiosa acerca da GR (CASSEL, 2012).

Mundialmente conhecida por ser um esporte competitivo oficialmente por mulheres, a GR tem suas características marcantes através da delicadeza e plasticidade dos movimentos conectados com a música, atrelado também o uso de aparelhos específicos da modalidade. A GR conta então com a utilização de cinco aparelhos na modalidade, sendo eles: corda, arco, bola, maçãs e fita. Além de contar com apresentações de mãos livres, não contendo a presença de aparelhos. A GR fica caracterizada então, como uma sequência de movimentos envolvendo passos de dança, saltos e equilíbrios, realizados com a presença de música e também com o manuseio de aparelhos. Podendo ser realizada de forma individual ou em conjunto (FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA, 2009).

Os elementos corporais e os aparelhos são fundamentais para a modalidade. Fazem parte desse grupo de elementos, coordenação motora, flexibilidade, resistência, força, agilidade e equilíbrio tornando-se as capacidades básicas para a modalidade, sendo considerados a base indispensável dos exercícios individuais e de conjuntos, caracterizando a GR com grande exigência motora e um nível técnico elevado proveniente da evolução do esporte (GAIO, 2007; SAMPAIO; VALENTINI, 2015).

A GR é caracterizada como um esporte cujo o alto rendimento é alcançado antes das atletas se tornarem adultas para a ginastica, visto que nesse esporte são consideradas adultas

aos 15 anos. A exigência pelo grande desenvolvimento da flexibilidade e outras capacidades motoras fazem com que atletas da GR tenham uma iniciação precoce em relação a outros esportes, acontecendo por volta dos 6 aos 9 (LANARO FILHO; BOHME, 2001).

Identificar e conhecer os fatores que levam uma pessoa a realizar uma tarefa pode se tornar de extrema utilidade, para que os objetivos do indivíduo sejam alcançados de forma prazerosa, além de ajudar no entendimento do nível de comprometimento do praticante. Nesse sentido Frutuoso, Kraeski e Krebs (2013) buscaram analisar os fatores motivacionais que levavam atletas da GR a praticarem a modalidade. A pesquisa contou com a participação de 34 atletas com idades entre 10 a 20 anos de uma equipe de Florianópolis (SC). Para a coleta dos dados foi utilizada a escala de motivos para prática esportiva (EMPE), adaptação brasileira do **Participation Motivation Questionnaire (PMQ)**. Os resultados do estudo indicaram que os fatores afiliação e técnica são considerados como os mais importantes, e os fatores status e liberação de energia como os menos importantes. O estudo concluiu que as estratégias motivacionais para o grupo devem ser trabalhadas por meio das relações com as colegas e na evolução do treinamento, devendo a cobrança por resultados em competições ser realizada de forma gradativa. O estudo ainda afirma que esse sentimento de afiliação dentro do esporte leva a atleta a uma maior satisfação e manutenção na participação, tendo uma relação importante com a motivação.

O Brasil é um dos países cuja a especialização precoce tem se tornado bastante frequente nos esportes. A idade das crianças nessa especialização tem sido cada vez menor, isso se deve pela influência da divulgação dos grandes eventos esportivos, como é o caso de Copas do mundo e Olimpíadas. Essa especialização ocorre devido a identificação com os atletas participantes destes eventos, e também com a pressão dos pais na esperança de sucesso (GREGORIO; SILVA, 2014). No entanto, a iniciação esportiva precoce pode acabar resultando na exposição prematura da atleta a responsabilidades.

Durante a adolescência das ginastas, as atletas participam de horas intensas de treinamento (MENEZES, et, al. 2009). Entretanto, por ser uma modalidade bastante criteriosa quanto a avaliação dos movimentos, a busca pela perfeição dos movimentos acarreta em grandes cobranças durante os treinos, além de sacrifícios para atingir o nível ideal de preparação física. Tendo em vista que para se adquirir alta performance na GR, é preciso muita dedicação e empenho por parte das atletas, visto que os elementos corporais são considerados de difícil execução. Desta forma, torna-se importante estabelecer um plano de atividade no qual mantenham as atletas motivadas por um longo período de tempo (FONTANA; BARBOSA; BALBINOTTI; BALBINOTTI, 2013).

No meio do processo de treinamento e competição, Rolhfs (et. al., 2008) destaca que, para se manter no esporte ou para a manutenção do desempenho esportivo algumas variáveis psicológicas se tornam fundamentais, sendo a motivação um dos fatores mais citados.

Através de uma intervenção psicológica, baseada no modelo de *coaching* motivacional realizado com uma atleta de 12 anos de idade, praticante da modalidade da ginástica rítmica, foi evidenciado uma eficácia quanto a melhora das variáveis psicológicas, tais como: bem-estar psicológico, autoestima e autoeficácia. A intervenção se mostrou eficaz quanto a medidas, na percepção do desempenho desportivo da atleta e nas percepções de seus pais e da sua treinadora. O estudo ainda concluiu que intervenções deste tipo são consideradas necessárias para prevenir os riscos à saúde mental, especialmente nos desportos exigentes como é o caso da ginástica rítmica.

A formação de um atleta de alta performance na GR leva em torno de 8 a 10 anos. Fontana, Barbosa, Balbinotti e Balbinotti (2013) afirmam que, ao decorrer desses tempos, muitos desistem por esforços ininterruptos de ordem física e psicológica, sendo fundamental no planejamento de treinamentos manter as atletas motivadas mesmo com as adversidades marcadas ao decorrer da vida.

Os autores Fontana, Barbosa, Balbinotti e Balbinotti (2013) ainda buscaram investigar na sua pesquisa as dimensões motivacionais que colaboravam para o rendimento esportivo de atletas brasileiras de GR. O estudo contou com a participação de 66 atletas da GR de 13 a 14 anos. Para avaliar as dimensões, os autores utilizaram um questionário onde os resultados obtidos mostraram que para manter as atletas motivadas para a prática da modalidade, as atividades devem ser organizadas a fim de promover prazer, sociabilidade, saúde e competitividade. Sugerindo ainda para os profissionais que trabalham com a GR que promovam em seus planejamentos de treinos atividades que tragam essas dimensões, mantendo assim a motivação de suas atletas.

Com o objetivo de analisar os fatores competitivos motivadores e estressantes de atletas da seleção brasileira juvenil de GR, os autores do estudo evidenciaram através dos resultados obtidos, que o gosto das atletas pelo esporte era tido como o principal fator motivacional, sendo apresentado na pesquisa como o fator com maior significância. Os fatores estressantes citados foram, o fato de serem prejudicadas pelas arbitras e falta de tempo para divertimento (VIEIRA; BOTTI; VIEIRA, 2005). Os autores destacam ainda que é fundamental importância entender o processo de motivação e estresse das atletas, de forma a buscar um equilíbrio emocional das ginastas pois estes, são aspectos determinantes para o atleta de alto rendimento.

No estudo de Interdonato, Miarka, Oliveira e Gorgatti (2008), os autores buscaram investigar a motivação de atletas para a prática esportiva. Dentre a amostra encontram-se atletas de diferentes esportes, dentre eles a ginástica rítmica. A amostra foi realizada com atletas de 12 anos de idade e com três anos e meio de prática da modalidade. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o inventário de motivação para prática desportiva, de Gaya e Cardoso (1998), composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em 3 categorias: competência desportiva, saúde e amizade/lazer. O estudo resultou de modo geral, que os atletas têm o fator saúde como o principal fator de motivação, seguido da competência desportiva.

Por tanto, o fator sociabilidade ficou evidenciado na maioria dos estudos como um dos principais fatores causadores de motivação, estas divergências motivacionais segundo Frutuoso et al. (2013), podem ser resultado dos diferentes ambientes de trabalho, de tal forma que ainda não há um consenso sobre a motivação de atletas da ginástica rítmica. A convivência desenvolvida no dia a dia das atletas, pode também influenciar positivamente para a permanência no esporte (OLIVEIRA; SOUZA; STARK, 1999). Logo, Matias (2019) destaca que, essa necessidade de pertencimento propõe que o sentimento de se sentir socialmente conectado, próximo e querido pelas pessoas são consideradas importantes para o sujeito.

Podemos concluir através dos estudos mencionados que a GR não possui um consenso sobre a motivação das atletas, vale lembrar também que os fatores motivacionais variam de acordo com o ambiente de prática, visto que cada lugar trabalha de forma diferente. Por isso a importância de conhecer os fatores motivantes das atletas de forma a manter as atletas na modalidade assim como desenvolver as habilidades motoras do esporte, visando o bem-estar e saúde do praticante.

2.3 EDUCAÇÃO FÍSICA E MOTIVAÇÃO

A disciplina de Educação Física escolar, segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC,2018), é componente curricular obrigatório no qual, a prática de atividade física é apresentada de forma estruturada às crianças e aos adolescentes. Ainda de acordo com a BNCC, a educação física escolar é considerada componente curricular na área da linguagem, tendo como finalidade possibilitar aos estudantes participar de diferentes práticas de linguagem, permitindo ampliar as capacidades de expressão em diferentes manifestações

artísticas, corporais e linguísticas. Desta forma, o movimento corporal é utilizado como instrumento de expressão e comunicação dos sujeitos.

A Educação Física Escolar oferece um amplo leque de conteúdos que podem ser voltados para o aumento da cultura corporal de movimentos, tais como a dança, jogos, ginástica, lutas, atividades rítmicas e esporte (BNCC, 2018). Dessa forma, os conteúdos devem ser desenvolvidos com a finalidade de proporcionar formação integral do aluno.

Com a grande diversidade de conteúdos que a disciplina oferece, o professor tem papel fundamental ao ensinar os conteúdos de modo a oferecer conhecimentos significativos aos escolares, sendo capaz de tornar as aulas um espaço de aprendizagem, com o intuito de contribuir para a área de educação e participar da formação humana (OLIVEIRA, 2006).

De maneira geral a literatura evidencia que o conteúdo dos esportes perdura desde o ensino fundamental até o médio, sendo o conteúdo mais utilizado pelos professores, o que gera o afastamento de alguns alunos (ANISZEWSKI; HENRIQUE; OLIVEIRA; ALVERNAZ; VIANNA, 2019; BATISTA; CARDOSO; NICOLETTI, 2019; CHICATI, 2000; OLIVEIRA; SERDOKO, 2015; SILVA; CHIMINAZZO; FERNANDES, 2021).

Ainda nessa perspectiva, segundo Martins Junior (2000, p. 115):

A ausência da oferta de atividades diversificadas faz com que a Educação Física Escolar se resuma nuns poucos esportes e outras escassas atividades. Faltam aos professores novas alternativas em termos de conteúdos e procedimentos que tornem a Educação Física mais interessante aos alunos e que os direcionem a uma prática voluntária e perfada das atividades físicas.

Portanto, julga-se necessário que as aulas de educação física, segundo Pizani et al. (2016), sejam provocadoras de desejos despertando o interesse dos estudantes. Dessa maneira os autores Silva, Chiminazzo e Fernandes (2021) também assumem ser necessário que os conteúdos das aulas sejam diversificados de forma que o ambiente seja motivador, para que desperte o interesse dos alunos em aprender.

A motivação é considerada um dos fatores mais importantes no contexto escolar, pois a mesma pode estimular os estudantes a realizarem as atividades propostas em aulas, de forma a contribuir para o processo de ensino aprendizagem (ANDRADE; TASSA, 2015). O aluno, que apresenta o comportamento motivado demonstra foco no processo de ensino aprendido, exibindo maior esforço na realização de atividades de maneira a favorecer o desenvolvimento de novas habilidades. Apresenta também, maior entendimento e domínio dos conteúdos, buscando a melhor estratégia para enfrentar a tarefa proposta (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

Nesse sentido Silva, Chiminazzo e Fernandes (2021), afirmam que, para que os estudantes se sintam motivados, os professores devem preocupar-se com a satisfação das necessidades psicológicas básicas, nas quais os fatores autonomia, competência e vínculos fazem parte. Ainda segundo os autores, “Isso significa que quando os alunos se sentem competentes para as atividades propostas, ficam ainda mais motivados nas relações com seus pares”. Em contrapartida, com a baixa motivação surgem as dificuldades na realização da tarefa e efeitos negativos no desenvolvimento dos conteúdos (SILVA; CHIMINAZZO; FERNANDES, 2021).

De modo geral, os estudos que buscaram investigar a motivação dos alunos nas aulas de educação física demonstraram que a grande maioria dos estudantes se encontram motivados a participar das aulas (COSTA; FLORES; ANDRADE; ANVERSA; SOUZA, 2018; DAMASCENO; FREITAS; LEONARDI, 2017, MARTINEZ; CHAVES, 2020; PIZANI et al., 2016; SILVA; CHIMINAZZO; FERNANDES, 2021).

No recente estudo de revisão da literatura, sobre a motivação de escolares nas aulas de educação física, realizado com estudantes do ensino fundamental e médio concluiu que a maioria dos estudantes se encontram motivados para as aulas de educação física, se assemelhando com os achados de estudos anteriores. Os estudos mostraram que a desmotivação para alguns alunos ocorre devido à falta de diversificação dos conteúdos, frisando apenas o conteúdo dos esportes, o que o acaba tornando o ensino maçante e desgastante (MOREIRA, et al., 2017).

Nos estudos de Aniszewski et al. (2019), Martines e Chaves (2020), Silva et al. (2021), os autores descreveram que a motivação, quando comparado entre os sexos, as meninas são menos motivadas que os meninos. Isso porque as foram evidenciadas a partir das necessidades psicológicas básicas que as meninas sentem a necessidade de competência mais baixa que os meninos. Essa desmotivação pode ocorrer devido ao baixo senso de competência em conteúdos esportivos, tendo em vista que esse conteúdo é abordado frequentemente, podendo levar o aluno a se sentir constrangido em participar (COSTA, et al., 2018).

Em contrapartida, um estudo realizado com estudantes do ensino médio que tinha como objetivo investigar a percepção dos alunos sobre a educação física, resultou que os alunos com altas habilidades possuíam índices maiores de satisfação com as aulas do que os alunos com baixas habilidades. Isso reforça a ideia de que as aulas ainda são consideradas espaços para os alunos que possuem habilidades corporais e esportivas desenvolvidos. O estudo ainda descreve que praticar atividades físicas e esportes fora da escola pode influenciar positivamente na satisfação com a aula (BRANDOLIN; KOSLINSKI; SOARES, 2015).

Assim sendo, os estudos vão ao encontro com os achados mencionados anteriormente, afirmando que os alunos mais habilidosos se sentem mais motivados com as aulas de educação física, de modo a se sentirem satisfeitos com as aulas. Vale destacar então, a importância da variação de conteúdo durante as aulas, e ainda a importância do comportamento motivado para as aulas, de maneira a atender as demandas dos alunos e suas diversas experiências motoras.

Portanto, através dos estudos, pode-se concluir que os estudantes são motivados por diversos fatores. Além disso alguns estudos evidenciaram que os meninos são mais motivados que as meninas, podendo essa motivação estar ligada com o fator competência, principalmente quando os conteúdos envolvem bastante habilidade. Logo, a participação dos alunos de forma voluntária e engajada, se torna bastante importante para que os alunos participem das aulas propostas.

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Classificado como descritivo, o estudo busca descrever as características de uma população, de um fenômeno ou de uma experiência (GIL, 2010). De corte transversal o estudo analisará apenas em determinado momento, não se preocupando com mudanças futuras (GAYA, 2016 p. 253). De modo quantitativo descritivo o estudo busca quantificar e descrever os dados numéricos coletados através de questionário. Zanella (2013, p. 95) afirma que: “O método quantitativo se preocupa com representatividade numérica, isto é, com a medição objetiva e a quantificação dos resultados”.

3.2 PARTICIPANTES DO ESTUDO

Participaram do estudo atletas praticantes da modalidade de ginástica rítmica (GR), com idades entre 09 a 16 anos que estavam devidamente matriculadas nas redes de ensino. A amostra do estudo se deu através de conveniência, na qual se tem fácil acesso aos sujeitos, e estavam mais facilmente a sua disposição (GAYA 2016, p.278).

Para a realização da pesquisa foi necessário a utilização do Termo de autorização da escola, Termo de consentimento livre esclarecido (TCLE) e autorização dos responsáveis, pois as participantes da pesquisa são menores de idade. Os critérios de inclusão utilizados no estudo foram: crianças com idade entre 09 e 16 anos, atletas praticante da GR, estar devidamente matriculadas nas redes de ensino. Os critérios de exclusão adotados no estudo foram: não participarem das aulas de educação física escolar, e não entregarem os termos de autorização assinados pelos responsáveis.

3.3 ASPECTOS ÉTICOS

A presente pesquisa foi conduzida após (i) aprovação para aplicação dos questionários pela responsável da equipe de ginástica rítmica de São José; posteriormente (ii) a ciência dos participantes quanto aos objetivos e os métodos do estudo e seus procedimentos de avaliação; e por fim (iii) a assinatura pelo responsável do menor do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e também assinatura do termo de assentimento do participante. Participaram do estudo apenas as atletas que trouxeram o TCLE e termo de assentimento do

participante assinado. O protocolo de pesquisa seguiu as recomendações do Sistema Nacional de Ética e Pesquisa do Conselho Nacional de Saúde.

3.4 INSTRUMENTO E PROCEDIMENTOS

O instrumento de coleta de dados utilizado foi o questionário Perceived Locus of Causality Questionnaire (PLOC), o presente instrumento de coleta foi traduzido e validado para a versão da língua portuguesa do Brasil por Guedes Bernardes e Yamaji (2020). O questionário tem como objetivo medir as motivações definidas em um *continuum* da Teoria da Autodeterminação, para participação nas aulas de Educação Física Escolar. O questionário é constituído por 20 questões respondidas por meio de escala *likert* com sete opções, sendo 1 – discordo plenamente; 2 – discordo bastante; 3 - discordo no geral; 4 – nem concordo nem discordo; 5 – concordo no geral; 6 – concordo bastante; 7 – concordo plenamente.

O instrumento avaliou diferentes tipos de motivação do *continuum* da autodeterminação tais como: motivação intrínseca, motivação extrínseca identificada, motivação extrínseca introjetada, motivação extrínseca externa e amotivação, sendo essas variáveis divididas dentro do questionário através de quatro questões para cada tipo de motivação. As questões 1, 6, 11 e 16 são relacionadas a motivação intrínseca, as questões 2, 7, 12 e 17 sobre a motivação extrínseca regulação identificada, questões 3, 8, 13 e 18 sobre a motivação extrínseca introjetada, questões 4, 9, 14 e 19, motivação extrínseca regulação externa, e por fim as questões 5, 10, 15, 20 sobre amotivação (GUEDES; MOTA, 2016). Além disso, foi adicionada outra questão com o objetivo de identificar o conteúdo causador de motivação das atletas, com a finalidade de responder nossos objetivos específicos. Na questão foi proposta que as alunas enumerassem os conteúdos na ordem que mais motivasse as ginastas a participarem das aulas.

Os procedimentos adotados foram primeiramente entrar em contato com a responsável técnica da equipe buscando esclarecer os objetivos da pesquisa, bem como, tirar possíveis dúvidas e solicitar a permissão da pesquisa com a equipe. Posteriormente foi realizada uma reunião com os pais e/ou responsáveis das atletas com o objetivo de explicar os objetivos da pesquisa, os riscos e benefícios para as participantes, além de solicitar a permissão para a participação das ginastas no estudo, em seguida foi entregue o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) para a assinatura dos responsáveis com todas as informações da pesquisa. Após a entrega dos termos assinados pelos responsáveis, foi realizada uma roda de conversa com as ginastas explicando a finalidade do estudo, objetivos dentre outras questões

pertinentes ao assunto, além de tirar as dúvidas que surgiam ao logo da conversa. Em seguida foi entregue o termo de assentimento do menor, no qual destaca informações acerca da liberdade em participar do estudo caso quisessem e também a desistência ao longo da aplicação do questionário caso não se sentissem confortáveis em participar. Logo em seguida, foi explicado como seria a aplicação do questionário, e caso tivessem dúvidas teriam a liberdade em perguntar a pesquisadora para sanar todas as pendências.

3.5 ANÁLISE DE DADOS

Inicialmente, os dados foram descritos e tabulados na planilha do Excel, posteriormente foram realizados cálculos para obter a média e desvio padrão de cada questão do questionário. Utilizou-se também o Índice de Autodeterminação (IAD) a fim de responder os objetivos geral e específicos do estudo.

O Índice de Autodeterminação (IAD), foi calculado mediante a soma dos itens de cada subescala da motivação, o resultado dividido por 4 (número de questões presentes no questionário para cada um dos fatores motivacionais). Posteriormente os resultados foram aplicados na fórmula, $IaD = (-2 \times AMOT) + (-1 \times REEX) + (1 \times REID) + (2 \times MOTI)$ para a obtenção dos valores referentes ao Índice de autodeterminação. O índice permite que sejam realizadas análises das regulações motivacionais através de um único escore, o mesmo pode apresentar variações entre os escores equivalentes a -18 menor autodeterminação e +18 maior autodeterminação (VALLERAND; RATELLE, 2002). Para obter a resposta a questão relacionada ao conteúdo das aulas, foi utilizada a análise de frequência absoluta de resposta de acordo com cada conteúdo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo geral do presente estudo foi analisar a motivação de atletas da ginástica rítmica para a participação nas aulas de educação física, e verificar qual o conteúdo das aulas mais motivam as ginastas a participar.

O estudo contou com a participação de 15 estudantes, todas atletas da ginástica rítmica da equipe de São José- SC. As participantes possuíam idade de 09 a 16 anos de idade, considera-se a média de idade de 12,4. Por se tratarem de estágios de desenvolvimento diferentes, as atletas podem apresentar diferenças nos valores dos resultados, destacamos ainda a necessidade de investigação em estudos futuros. As atletas eram todas da mesma equipe de ginástica, porém, de categorias diferentes. As atletas com idade entre 9 e 10 anos são da categoria pré-infantil, já as atletas com idades entre 13 a 15 pertencem a categoria juvenil, porém com 15 anos as ginastas já podem competir na categoria adulto.

O questionário para avaliar os fatores motivacionais das atletas é dividido entre 5 fatores, possuindo 4 questões para cada fator motivacional. Dessa maneira, na tabela 1 é apresentada a média dos resultados do questionário aplicado em cada um dos fatores motivacionais.

Tabela 1. Pontuação média das subescalas de motivação para as aulas de educação física apresentada pelas atletas da ginástica rítmica.

VARIÁVEIS	MÉDIA ± DESVIO PADRÃO	MÍN-MÁX
IDADE	12,4 ± 2,58	09 - 16
AMOT	1,76 ± 0,74	1 – 3,25
REEX	3,45 ± 1,68	1,25 – 6,75
REIJ	3,58 ± 1,27	1 – 5,5
REID	4,93 ± 0,91	3 - 6, 25
MOTI	5,58 ± 0,94	4 - 6,75

AMOT: amotivação; **REEX:** motivação extrínseca regulação externa; **REIJ:** motivação extrínseca regulação introjetada; **REID:** motivação extrínseca regulação identificada; **MOTI:** motivação intrínseca.

Os resultados evidenciaram que os fatores motivação intrínseca e motivação extrínseca regulação identificada apresentaram pontuação maiores, com médias de $5,58 \pm 0,94$ e $4,93 \pm 0,91$, respectivamente. Na perspectiva de motivação intrínseca de acordo com Deci e Ryan (1985) o comportamento quando regulado por esse tipo de fator motivacional desencadeia a participação em atividades de forma voluntária, não havendo recompensas extrínsecas, como exemplo no ambiente escolar, a recompensa seria vista como a obtenção de nota.

No estudo de regulações motivacionais para aulas de Educação Física, os autores Guedes, Bernardes e Mota (2020) averiguaram também, que os estudantes exibiram suas motivações mais autodeterminado, exibindo valores médios mais altos para motivação intrínseca. Ntoumanis (2001), destaca que esse tipo de comportamento é considerado a forma mais autodeterminada, além disso, baseiam o comportamento no prazer e divertimento ao participar da atividade. A subescala de motivação que apresentou maior valor no estudo pode ser entendida pelo fato da motivação intrínseca ter forte relação com as necessidades psicológicas básicas, Guedes e Mota (2016) descrevem que esse fator motivacional tem origem através da satisfação dessas necessidades, tais como a autonomia, competência e vínculos sociais.

Nesse sentido os autores Silva et al. (2021), tiveram como objetivo avaliar a motivação dos alunos nas aulas de educação física, e com base na teoria da autodeterminação (TAD) verificou-se que alunos, que regulavam seu comportamento a partir da motivação intrínseca, tiveram seus resultados relacionados com a satisfação das necessidades de competência e autonomia. Assim como na educação física os resultados foram relacionados as necessidades psicológicas básicas, na GR os fatores encontrados também tiveram essa relação. Frutuoso et al. (2013) descreveu que os fatores motivantes para a prática da GR foram os fatores: afiliação, técnica, saúde, condicionamento físico, dentre outros, sendo esses fatores relacionados a competência, autonomia e relações sociais.

É possível que a prática esportiva permita ao atleta o desenvolvimento amplo de suas capacidades motoras, resultando no sentimento de competência percebida para a aprendizagem de novas práticas corporais. Dessa forma, as capacidades físicas e motoras, obtidas com a prática da ginástica, permitem que as atletas se sintam capazes na realização de novas práticas corporais, visto que essa possui um amplo repertório motor, podendo dar maior autonomia ao aluno para a participação das atividades propostas em aula. Assim como na educação física, o ambiente de treinamento da ginástica também é constituído por muitos momentos desafiadores, pois os elementos corporais que compõe as séries de ginástica são bastante complexos e de difícil execução, exigindo da ginasta empenho e dedicação para a execução dos movimentos (FONTANA, 2010), dessa maneira o comportamento pode ser visto como o mais autodeterminado.

O segundo fator que apresentou níveis elevados foi a motivação extrínseca de regulação identificada ($4,93 \pm 0,91$). Nesse sentido, os alunos que regulam suas motivações de forma identificada participam das atividades pensando nos benefícios e resultados que a atividade pode lhes proporcionar (FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOUSO, 2005).

Dessa forma, através dos vários benefícios que a educação física proporciona, podemos exemplificar esse comportamento nas aulas de educação física escolar, quando os alunos participam das aulas com a finalidade de melhorar seu desempenho físico ou também com fins estéticos. Esse resultado pode ter sido apresentado porque na ginástica, as meninas treinam visando também a busca por resultados melhores, seja na aprendizagem de um novo movimento com o objetivo de incluí-lo nas suas séries, ou até mesmo realizar o movimento com perfeição, ou também por identificar que a prática de atividades físicas pode trazer benefícios a saúde do atleta, ficando evidente no estudo Frutuoso et al. (2013) quando o fator saúde apareceu como um dos principais fatores de motivação as ginastas.

A motivação extrínseca regulação introjetada ($3,58 \pm 1,27$) e regulação externa ($3,45 \pm 1,68$) apresentaram valores menores, sendo o terceiro e quarto domínio de motivação das atletas, respectivamente. No comportamento regulado pela motivação extrínseca regulação introjetada, a aluna frequenta aulas de educação física por vontade própria para sentir-se bem consigo mesmo, internalizando o sentimento ansiedade e culpa caso não participe da atividade, esse tipo de fator motivacional tratar-se de recompensas e punições internas (pessoal) (DECI; RYAN 1985). Outro exemplo é o caso de pessoas que fazem algum tipo de exercício físico para não se sentir culpado.

Diversamente, no comportamento motivacional de regulação externa o sujeito realiza a atividade para satisfazer exigências externas, ou seja, depende da presença contínua de feedback, além disso, esses comportamentos podem ser observados quando o aluno participa da aula porque outras pessoas dizem o que deve fazer ou até mesmo por pressão dos pais ou professores (GUEDES; MOTA, 2016). Na ginástica esse tipo de comportamento é percebido quando a atleta realiza a atividade por recomendação médica, ou por pressão dos familiares. Nesse construto motivacional, os valores podem estar relacionados com o fato de as ginastas praticarem as aulas de educação física apenas para obterem notas, evitando assim punições caso não participem, ainda assim, necessitam que a todo momento tenha a presença de retorno externo (feedback) seja dos amigos, professores ou até mesmo da família.

O comportamento amotivado apareceu como último fator ($1,76 \pm 0,74$), ou seja, como menor característica de motivação das atletas. Os autores Deci e Ryan, (1985), afirmam que a desmotivação não é considerada nem como motivação intrínseca e nem extrínseca, visto que, nessa situação não existe intenção e pensamento proativo para a realização da atividade. Contudo, o percentual de desmotivação encontrado no presente estudo não obteve valores expressivos, revelando escores mais baixos nesse fator motivacional. Mesmo apresentando baixos escores de amotivação, esse valor pode ser entendido, pelo fato das atletas gostarem de

participar das aulas, pelo conteúdo das aulas abordados, o fato de estarem a presença de amigos, dentre outros. Além disso no estudo de Matias (2010), o autor descreveu que a prática e atividades física influencia na motivação dos alunos, descrevendo que os alunos que não praticavam se mostraram mais amotivados. Desse modo, a prática da GR pode ter sido um fator determinante para a obtenção de baixo índice de desmotivação no estudo.

Ainda assim, é importante destacar alguns fatores que podem levar ao desinteresse desses alunos pelas aulas de educação física, sendo eles o conteúdo das aulas, falta de estrutura adequada para as aulas, carência de professores capacitados dentre outros fatores (BIDUTTE, 2001). Desta forma torna-se essencial identificar os fatores motivacionais dos alunos, de modo que o professor possa realizar manutenções para obter sucesso em suas aulas.

Através dos escores obtidos em cada fator de motivação, foi calculado o índice de autodeterminação das ginastas. O índice de autodeterminação permite ao pesquisador analisar as regulações motivacionais mediante um único escore, de tal modo que os valores podem variar de -18 a +18, apresentando respectivamente comportamentos menos e mais autodeterminados. No geral, através do índice de autodeterminação verificou-se que as participantes do estudo se sentem motivadas para participarem das aulas de educação física, apresentando uma média de $9,11 \pm 3,40$. Esse índice foi apresentado devido aos baixos escores nos fatores de amotivação, motivação extrínseca de regulação extrínseca e motivação extrínseca de regulação introjetada. Levando a perceber que as atletas são mais motivadas internamente, participando das aulas por livre e espontânea vontade, sem se preocupar com as recompensas externas.

Igualmente no estudo de Fernandes e Vasconcelos-Raposo (2005), os alunos no geral apresentaram motivação mais autodeterminada, se assemelhando com os resultados obtidos no presente estudo. Com o objetivo de investigar a motivação para a prática de atividade física e as relações com os estados de humor e de depressão na adolescência, Matias (2010), mostrou que os adolescentes que relataram praticar atividade física são significativamente mais motivados intrinsecamente e possuem maior índice de autodeterminação, indo também ao encontro com os resultados obtidos na presente pesquisa. Isso ocorre devido aos participantes do estudo apresentaram altos índices para as regulações motivacionais mais internas, e baixos escores para as regulações externas (amotivação e regulação externa), resultando em um maior índice de autodeterminação.

Com o objetivo de verificar o principal conteúdo causador de motivação das atletas para a participação nas aulas e educação física escolar, foi possível verificar que das 15 atletas participantes do estudo, 73,33% das ginastas (11 alunas) descreveram o conteúdo das

ginásticas como o principal conteúdo causador de motivação, seguidos dos conteúdos dança com 13,33% (2 atletas), e esportes também com 13,33% (2 atletas). A motivação pelo conteúdo das ginásticas pode ter forte influência pelo fato das participantes praticarem a modalidade fora do ambiente escolar. Vale destacar que o conteúdo das ginásticas dentro das aulas de educação física deve englobar todas as modalidades da ginástica. Dessa maneira as ginastas podem vir a auxiliar nas aulas e ainda se sentirem motivadas ao perceber que os colegas de turma vivenciem a prática do esporte que elas praticam fora do ambiente escolar, além disso se sentem capazes de vivenciar outras modalidades de ginástica, visto que algumas modalidades têm movimentos parecidos facilitando a aprendizagem do conteúdo.

No sentido do conteúdo dos esportes, o estudo de Moreira et al. (2017) apresentou que o conteúdo dos esportes é um dos principais causadores de motivação, se assemelhando com as evidências encontradas diante dos resultados do presente estudo. Segundo Medeiros; Pelisser; Lemos; Cunha e Bossle, (2018) o esporte reproduz a ideia da competição, de treino, visando o rendimento dos alunos. Nesse sentido, no estudo de Eick (2012), as ginastas se mostraram satisfeitas com o fator relacionado a competição, nessa perspectiva é possível que o esse fator tenha se apresentado para 13,33% das ginastas como o principal fator causadores de motivação, pelo fato de ter forte relação com a competitividade. Peres e Marcinkowski (2012) relatam em seu estudo que os alunos acreditam que estar com os amigos, competir com eles são avaliados como necessários para uma boa aula.

Referente ao conteúdo relacionados a dança, Shibukawa, Guimarães, Machado e Soares (2011) em seu estudo evidenciaram que os alunos se sentem motivados com a prática das aulas de dança de salão na educação física, destacou ainda que esse conteúdo costuma ser praticado mais pelo gênero feminino, revelando ser uma atividade motivada principalmente pelo divertimento e sensação de prazer. É importante destacar que na ginástica rítmica (GR) existe uma forte influência pela dança (SAROA, 2005; OLIVEIRA; PORPINO, 2010). Visto que, as atletas apresentam uma série coreografada com passos de danças e elementos próprios da ginástica. Dessa maneira, Fontana (2010) descreve que as atletas necessitam de várias repetições da coreografia para o melhor desempenho dos movimentos. Dessa maneira os valores obtidos através do conteúdo da dança podem apresentar estreita relação com os resultados obtidos.

Buscando ressaltar a importância da motivação nas aulas de educação física escolar, o professor deve ter em vista que os alunos possuem diferentes tipos de experiências práticas, e desse modo propor atividades que alcancem todos os níveis de desenvolvimento dos alunos, desde atividades mais fáceis até as mais elaboradas, evitando possíveis frustrações e

desinteresse dos alunos (PIZANI et al., 2016). Weinberg e Gould (2017) destacam que, para obter maior engajamento dos alunos nas aulas, existe a necessidade que haja motivação de maneira que os alunos participem de atividades com o objetivo de superar seus limites levando a sentir-se orgulho de si, e ainda segundo Avelar (2015) o professor deve proporcionar contextos significativos para motivar os alunos no processo de ensino aprendizagem.

O presente estudo apresenta algumas limitações, tais como: (1) número pequeno de atletas participantes do estudo (2) amostragem feita apenas com atletas de uma única equipe, limitando a generalização dos resultados, e por fim (3) a falta de aplicação de outros questionários que abordem o conteúdo relacionados a competência, autonomia e vínculos sociais, de modo a agregar ainda mais o estudo. Por outro lado, apresenta pontos positivos que como: (1) a realização de um estudo com atletas da ginástica rítmica sobre a motivação para a participação das aulas de educação física escolar (2) abordagem do conteúdo motivação e estudantes atletas, (3) análise da motivação mediante a perspectiva da teoria da autodeterminação.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese dos resultados apresentados, podemos concluir que as atletas se encontram motivadas para participarem das aulas de educação física, onde a maioria apresentou escores mais elevados de motivação mais autodeterminada, revelando se sentirem motivadas intrinsecamente, participando das aulas por prazer e divertimento, sem a busca por recompensas externas. Em relação a amotivação, os dados revelaram baixos níveis para esse tipo motivacional, revelando que as participantes apresentam intenção e proatividade em participar das aulas. Com relação ao conteúdo das aulas, a ginástica se apresentou como o principal conteúdo causador de motivação, seguidos de jogos, dança e esportes.

Compreendendo que a motivação é um fator de bastante importante no contexto educacional, concluímos a importância de identificar os fatores que levam seus alunos a motivar-se, de modo abordar estratégias que contemplem tais fatores durante as aulas. Desse modo, as atletas de modo geral se encontram motivadas para a participação das aulas de educação física escolar, levando a perceber que a prática do esporte fora da escola, tem grande importância no envolvimento das ginastas nas aulas.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, T. E.; TASSA, K. O. M. E. Motivação nas aulas de Educação Física no ensino médio. **Lectures: Educación Física y Deportes**, Revista Digital, Buenos Aires, v. 20, n. 203 2015. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd203/motivacao-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>>. Acessado em: 15 de janeiro 2020.

ANISZEWSKI, Ellen; HENRIQUE, José; OLIVEIRA, Aldair José de; ALVERNAZ, Aline; VIANNA, José Antônio. A (Des) motivação nas aulas de Educação Física e a satisfação das necessidades de competência, autonomia e vínculos sociais. **Journal Of Physical Education**, [S.L.], v. 30, n. 1, p. 3052, 12 jun. 2019. Universidade Estadual de Maringá. <http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3052>.

AVELAR, Alessandra Cândida. A MOTIVAÇÃO DO ALUNO NO CONTEXTO ESCOLAR. **Anuário Acadêmico-científico da UniAraguaia**, [S.l.], p. 71 - 90, Abr. 2015. ISSN 2238-6378. Disponível em: <<http://www.fara.edu.br/sipe/index.php/anuario/article/view/271>>. Acesso em: 13 Mai. 2021.

BATISTA, Francisco Lauriano; CARDOSO, Vinícius Denardin; NICOLETTI, Lucas Portilho. O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A INFLUÊNCIA DA MOTIVAÇÃO EM SUA PRÁTICA PEDAGÓGICA. **Revista Educação em Debate**, Fortaleza, v. 41, p. 172-184, 30 out. 2019.

Bidutte LC. Motivação nas aulas de educação física em uma escola particular. **Psicologia Escolar e Educacional** 2001;

BOAVENTURA, Patrícia. **Técnica, estética, educação**: os usos do corpo na ginástica rítmica. 2016. 445 p. Tese (Doutorado em Ciências Humanas), Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.

BRANDOLIN, Fábio; KOSLINSKI, Mariane; SOARES, Antonio Jorge Gonçalves. A percepção dos alunos sobre a educação física no ensino médio. **Revista da Educação Física/Uem**, [S.L.], v. 26, n. 4, p. 601, 23 nov. 2015. Universidade Estadual de Maringá. <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v26i4.29836>.

Brasil. Lei n. 10.793, de 01 de dezembro de 2003. Altera a redação do art. 26, parágrafo 3º, e art. 92 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, que estabelece as diretrizes e bases da educação nacional, e dá outras providências. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 2 dez. 2003. Seção 1, p. 3.

COIMBRA, Danilo Reis; GOMES, Simone Salvador; OLIVEIRA, Helder Zimmermann de; REZENDE, Rafael Andrade; CASTRO, Débora; MIRANDA, Renato; BARA FILHO, Mauricio Gattás. Características motivacionais de atletas brasileiros. **Motricidade**, [S.L.], v. 9, n. 4, p. 64-72, 1 dez. 2013. Desafio Singular, Lda. [http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.9\(4\).1179](http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.9(4).1179)

COLEDAM, D. H. C.; FERRAIOL, P. F.; PIRES JUNIOR, R.; DOS-SANTOS, J. W.; OLIVEIRA, A. R. Prática esportiva e participação nas aulas de educação física: fatores

associados em estudantes de Londrina, Paraná, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 3, p. 533-45, 2014.

DAMASCENO, Augusto Lopes; FREITAS, Josiane Fujisawa Filus de; LEONARDI, Thiago Jose. A motivação na participação dos alunos de 7º e 9º ano nas aulas de Educação Física. **Horizontes - Revista de Educação**, [S.l.], v. 4, n. 8, p. 171-179, jul. 2016. ISSN 2318-1540. Disponível em: <<https://ojs.ufgd.edu.br/index.php/horizontes/article/view/5798>>. Acesso em: 01 abr. 2021.

Deci EL, Ryan RM. Overview of self-determination theory: an organismic dialectical perspective. In: Deci EL, Ryan RM. (Orgs.). *Handbook of self-determination research*. New York: University of Rochester Press, 2002, p. 3-36.

Deci E, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press; 1985.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. Código de pontuação de Ginástica Rítmica – 2009/2012.

Fontana PSA. *Motivação na Ginástica Rítmica: Um estudo descritivo correlacional entre dimensões motivacionais e autodeterminação em atletas de 13 a 16 anos*. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano. In: Escola Superior de Educação Física. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2010.

FRUTUOSO, Anderson Simas; KRAESKI, Maria Helena; KREBS, Ruy Jornada. FATORES MOTIVACIONAIS RELACIONADOS À PRÁTICA DE GINÁSTICA RÍTMICA. **Pensar A Prática**, [S.L.], v. 16, n. 4, p. 1065-1080, 20 dez. 2013. Universidade Federal de Goiás. <http://dx.doi.org/10.5216/rpp.v16i4.20659>.

GILIOLI, E. B. **O esporte nas aulas de educação física no ensino médio: convenções ideológicas e resistência**. 2020. 193f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2020.

GUEDES, D. P.; BERNARDES, A. G.; YAMAJI, B. H. S. PLOC – Regulações motivacionais para aulas de Educação Física: validação psicométrica para uso em escolares brasileiros. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 34, n. 1, p. 19-31, 2020. DOI: 10.11606/issn.1981-4690.v34i1p19-31. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/170694>.

GUEDES, Dartagnan Pinto; MOTA, Jurandir da Silva. *Motivação: educação física, exercício físico e esporte*. Londrina: Unopar, 2016. 261 p.

Guimarães SER, Boruchovitch E. O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da teoria da autodeterminação. **Psicol Refl Crít**. 2004; 17: 143-50.

INTERDONATO, G. C. et al. Fatores Motivacionais de Atletas Para a Prática Esportiva. **Motriz**, Rio Claro, v.14 n.1 p.6366, jan./mar. 2008.

LAFFRANCHI, B. *Treinamento Desportivo Aplicado à Ginástica Rítmica*. Londrina: UNOPAR, Editora, 2001.

LANARO FILHO, Pedro; BÖHME, Maria Tereza Silveira. DETECÇÃO, SELEÇÃO E PROMOÇÃO DE TALENTOS ESPORTIVOS EM GINÁSTICA RÍTMICA DESPORTIVA: UM ESTUDO DE REVISÃO. *Revista Paulista Educação Física*, Sao Paulo, v. 5, p. 154-168, 2001.

Machado, A. A. (1997). *Psicologia do esporte: temas emergentes I. Ápice*: Jundiaí, São Paulo.

MACHADO, A. A. *Educação física no ensino superior: psicologia do esporte da educação física escolar ao esporte de alto nível*. Rio de Janeiro: Guanabara, 2006.

MARTINS JUNIOR, J. O professor de Educação Física e a Educação Física escolar: como motivar o aluno? *Revista da Educação Física UEM*, Maringá, v. 11, n. 1, p. 107-117, 2000.

MEDEIROS, T. N.; PELISSER, M.; LEMOS, C. de O.; CUNHA, F. M.; BOSSLE, F. O esporte no currículo da educação física escolar: um estudo de revisão bibliográfica nos periódicos da capes. *Corpo consciência*, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 73-84, 2018. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/6377>.

MATIAS, Thiago Sousa. *Motivação para a prática de atividade física relacionada aos estados de humor e de depressão na adolescência*. 2010. 197 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano – Área: Atividade Física e Saúde) – Universidade do Estado de Santa Catarina. Programa de Pós-graduação em Educação Física, Florianópolis, 2010.

MATIAS, Thiago Sousa. **Motivação, atividade física e mudança de comportamento: teoria e prática**. 1.ed. Curitiba: Appris, 2019

MENEZES L, DANTAS P, FERNANDES FILHO J. Rhythmic Gymnastics on Different Levels of Qualification. A Comparative Study. Em: American College of Sports Medicine-Annual Meeting, 2009.

MOREIRA, Caroline Herzer et al. MOTIVAÇÃO DE ESTUDANTES NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: um estudo de revisão. *Corpoconsciência*, Cuiaba-Mt, v. 21, p. 67-79, 2017.

MOTIVAÇÃO. In.: Dicio, Dicionário Online de Português. Porto: 7Graus, 2020. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/motivacao/>. Acesso em: 23/04/2021.

Ntoumanis N. A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *Br J Educ Psychol* 2001;71: 225-42.

OLIVEIRA, Maria Cecília Mariano. **Atletismo Escolar, uma proposta de ensino na educação infantil**. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

OLIVEIRA, M. M. M.; LOURENÇO, M. R. A.; TEIXEIRA, D. C. / *UNOPAR Cient. Ciênc. Biol. Saúde*, Londrina, v. 5/6, n. 1, p. 29-40, out. 2003/2004

OLIVEIRA, G. K.; SOUZA, M. T.; STARK, R. E. Identificação de fatores motivadores e desmotivadores da prática de atividades físicas no programa de extensão comunitária 'Criança em movimento' das Faculdades Integradas de Guarulhos (FIG). In. SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 22. São Paulo, 1999. Anais.... São Paulo: FIG, 1999. P.90.

PERES, André Luis Xavier; MARCINKOWSKI, Bruno Borrin. A motivação dos alunos do ensino médio: realização das aulas de Educação Física. *Cinergis*, Santa Cruz do Sul, v. 13, n. 4, p. 26-33, jul. 2013. ISSN 2177-4005.

PIMENTEL, E. F. Os educandos da educação de jovens e adultos e as estratégias motivacionais utilizadas no processo ensino-aprendizagem. *Revista Latino Americana de Educação, Cultura e Saúde*, v. 1, n. 1, p. 189-200, jan./mar. 2017.

PIZANI, Juliana; BARBOSA; RINALDI, Ieda Parra; MIRANDA, Antônio Carlos Monteiro de; VIEIRA, Lenamar Fiorese. (Des) motivação na educação física escolar: uma análise a partir da teoria da autodeterminação. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, [S.L.], v. 38, n. 3, p. 259-266, jul. 2016. FapUNIFESP (SciELO).
<http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2015.11.010>.

Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63, 397-427.

ROHLFS, I. C. P. M. et al. Escala de Humor de Brunel (BRUMS): Instrumento para detecção precoce da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 14, n.3, p.176181, maio/jun., 2008.

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte: teoria e aplicação prática*. Belo Horizonte: **Imprensa UFMG**, 1995.

SAMPAIO, Daisy Fernandes; VALENTINI, Nádia Cristina. Iniciação esportiva em ginástica rítmica: abordagens tradicional e o clima de motivação para a maestria. **Revista da Educação Física/Uem**, [S.L.], v. 26, n. 1, p. 1-10, 20 abr. 2015. Universidade Estadual de Maringá.
<http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.22382>.

SILVA, Sebastião Ribeiro da; CHIMINAZZO, João Guilherme Cren; FERNANDES, Paula Teixeira. Motivação na educação física escolar: teoria da autodeterminação. **Caderno de Educação Física e Esporte**, [S.L.], v. 19, n. 1, p. 1-7, 2 fev. 2021. Caderno de Educação Física e Esporte. <http://dx.doi.org/10.36453/cefe.2021191.a25985>.

SHIBUKAWAI, Rodrigo Massami; GUIMARÃES, Adriana Coutinho de Azevedo; MACHADO, Zênite; SOARES, Amanda. Motivos da prática de dança de salão nas aulas de educação física escolar. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, [S.L.], v. 25, n. 1, p. 19-26, mar. 2011. **Fap UNIFESP**.

Standage M, Duda JL, Ntoumanis N. Students' motivational processes and their relationship to teacher ratings in school physical education: A self-determination theory approach. **Res Q Exerc Sport**. 2006; 77: 100-10.

TENORIO MCM, TASSITANO RM, BERGMANN GG, LIMA MC. Validação do Perceived Locus Of Causality Questionnaire para avaliação da motivação nas aulas de Educação Física. **R. bras. Ci. e Mov** 2019;27(4):156-167.

Vallerand RJ, Ratelle CF. Intrinsic and extrinsic motivation: a hierarchical model. In: Deci EL, Ryan RM (Eds). *Handbook of Self-Determination Research*. Rochester, New York: University of Rochester Press. 2002. pp. 37-63.

VIEIRA, L. F.; BOTTI, M. VIEIRA, J. L. L. Ginástica rítmica – análise dos fatores competitivos motivadores e estressantes da Seleção Brasileira Juvenil. **Acta Scientiarum Health Science**, Maringá, v. 27, n. 2, p. 207215, 2005

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. 604 p.

APÊNDICE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado (a) Sr (a).

Eu, Jéssica dos Santos Cardeal acadêmica da Universidade Federal de Santa Catarina, do Curso de Educação Física venho através desta convidá-lo (la) para participar da pesquisa intitulada “MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um estudo com a equipe de ginástica rítmica de São José- SC”, sob minha responsabilidade e orientação da Prof.^a. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas, Professora Adjunta da Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Educação Física.

O objetivo desta pesquisa é analisar se as atletas da ginástica rítmica se encontram motivadas para participar das aulas de educação física escolar, visto que a modalidade proporciona aos atletas muitos benefícios. A justificativa da realização da mesma é desenvolver uma pesquisa com atletas da ginástica visto que, durante meu período de atleta desta modalidade, me encontrava bastante motivada para realizar atividades físicas e experimentar novas práticas corporais, na qual as aulas de educação física me permitiam. Desse modo, busco verificar a motivação das atletas para participar das aulas de educação física, justificando-se também com fins de Trabalho de Conclusão de Curso da graduação. O preenchimento deste questionário poderá expor os participantes a riscos mínimos, como cansaço e desconforto pelo tempo gasto para responder o questionário. Os benefícios serão indiretos, pois as informações coletadas fornecerão subsídios para a construção de conhecimento na área, bem como para novas pesquisas a serem desenvolvidas sobre essa temática.

A participação é voluntária e caso você aceite participar, solicita-se a permissão para a realização de um questionário, onde apenas (o) a pesquisador (a) terá acesso direto aos dados. Também, vale informar que a qualquer momento o (a) senhor (a) pode desistir da participação da mesma. Os responsáveis pela pesquisa estarão sempre à disposição para tirar dúvidas, em qualquer etapa da pesquisa. No mesmo pedido, requerer-se-á autorização para o uso dos dados para elaboração do trabalho de conclusão de curso. A privacidade será mantida através da omissão dos dados pessoais na pesquisa. Salienta-se que não haverá custo para participar deste estudo.

Você pode entrar em contato comigo pelo e-mail: cardealjessica@gmail.com, no qual posso lhe dar todas as informações a respeito deste estudo em qualquer momento ou inclusive para retirar o seu consentimento. O presente documento, que estará sendo assinado caso concorde em participar do estudo, será mantido por mim em confidência. Você receberá uma cópia deste consentimento via e-mail, onde consta o endereço e o telefone do pesquisador principal, em que pode tirar suas dúvidas sobre o projeto e participação de seu filho (a), agora ou a qualquer momento. Seu filho (a) assinará um Termo de Assentimento dizendo que concorda em participar do estudo. Caso isso não seja possível, seu filho (a) terá direito verbalmente em concordar ou não em participar do estudo.

Eu, _____, portador do RG _____, li o texto acima bem como compreendi a natureza assim como o objetivo do estudo do qual meu filho _____, foi convidado a participar. Entendo que sou livre para interromper minha participação no estudo a qualquer momento sem a necessidade de justificar a minha decisão. Eu concordo voluntariamente em participar deste estudo e que minha participação se dará respondendo ao questionário.

Assinatura do participante

Jéssica dos Santos Cardeal
cardealjessica@gmail.com (48) 98431-0229

TERMO DE ASSENTIMENTO DO MENOR

Você está sendo convidado para participar da pesquisa “MOTIVAÇÃO DE JOVENS ATLETAS PARA PARTICIPAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: um estudo com a equipe de ginástica rítmica de São José- SC”. Seus pais permitiram que você participasse. Queremos analisar os fatores que motivam atletas de Ginástica Rítmica a participarem das aulas de educação física escolar. Você não precisa participar da pesquisa se não quiser, é um direito seu, não terá nenhum problema se desistir. A pesquisa será feita na Universidade Federal de Santa Catarina. Você responderá a um questionário com perguntas relacionadas a sua aula de educação física na sua escola. O preenchimento deste questionário poderá lhe causar riscos como cansaço e desconforto pelo tempo gasto para responder o questionário. Os benefícios serão indiretos, pois as informações coletadas fornecerão subsídios para a construção de conhecimento na área, bem como para novas pesquisas a serem desenvolvidas sobre essa temática.

Ninguém saberá que você está participando da pesquisa, não falaremos a outras pessoas, nem daremos a estranhos as informações que você nos der. Os resultados da pesquisa vão ser publicados, mas sem identificar as crianças que participaram da pesquisa. Se você tiver alguma dúvida, você pode me perguntar. Caso aconteça algo errado, você pode nos procurar pelo telefone (48) 98431-0229 da pesquisadora Jéssica dos Santos Cardeal.

Eu _____ aceito participar da pesquisa. Entendi “as coisas ruins” e as coisas boas que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que, a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir que ninguém vai ficar furioso. Os pesquisadores tiraram minhas dúvidas e conversaram com os meus responsáveis. Recebi uma cópia deste termo de assentimento e li e concordo em participar da pesquisa.

Assinatura do menor

Assinatura do (a) pesquisador

ANEXO

APLICADO NO ÂMBITO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO.

Este questionário destina-se à recolha de informação para o estudo: “Motivação de jovens atletas para participação nas aulas de educação física escolar: um estudo com a equipe de ginástica rítmica de são José- SC”. Este tem como objetivo principal compreender a motivação das atletas no âmbito da disciplina de Educação Física. Para garantir a confidencialidade dos dados, todas as respostas serão anónimas e em momento algum serão transmitidas a outras pessoas.

Preencha todas as questões do questionário. Não existe resposta certa ou errada. As respostas variam em 7 opções de escolha. Sendo: **1) discordo plenamente; 2) discordo bastante; 3) discordo no geral; 4) nem concordo nem discordo; 5) concordo no geral; 6) concordo bastante; 7) concordo plenamente.**

PERCEIVED LOCUS OF CAUSALITY (PLOC)

EU PARTICIPO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	DISCORDO			CONCORDO			
	TOTALMENTE	TOTALMENTE	TOTALMENTE	TOTALMENTE	TOTALMENTE	TOTALMENTE	TOTALMENTE
01. Porque a educação física é divertida.	1	2	3	4	5	6	7
02. Porque aprendo habilidades que posso utilizar em outras áreas da minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
03. Porque é o que devo fazer para me sentir bem.	1	2	3	4	5	6	7
04. Porque assim sou bem visto (a) pelos (as) professores e pelos (as) colegas.	1	2	3	4	5	6	7
05. Porém não entendo porque preciso ter aulas de educação física.	1	2	3	4	5	6	7
06. Porque acho que esta disciplina é interessante e agradável.	1	2	3	4	5	6	7
07. Porque valorizo os benefícios que esta disciplina pode oferecer para o meu desenvolvimento pessoal.	1	2	3	4	5	6	7
08. Porque fico incomodado se não participo das aulas.	1	2	3	4	5	6	7

09. Porque quero que o (a) professor (a) pense que sou um (a) bom (boa) aluno (a).	1	2	3	4	5	6	7
10. Porém sinto que estou perdendo meu tempo com esta disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
11. Porque me sinto bem realizando as atividades das aulas.	1	2	3	4	5	6	7
12. Porque, para mim, é uma das melhores formas de conseguir algo de útil para o meu futuro.	1	2	3	4	5	6	7
13. Porque acredito ser necessário para sentir-me bem comigo mesmo.	1	2	3	4	5	6	7
14. Porque quero que meus (minhas) colegas valorizem o que faço.	1	2	3	4	5	6	7
15. Não sei, tenho impressão que é inútil continuar participando das aulas.	1	2	3	4	5	6	7
16. Pela satisfação que sinto nas aulas.	1	2	3	4	5	6	7
17. Porque esta disciplina me transmite conhecimentos e habilidades que considero importantes.	1	2	3	4	5	6	7
18. Porque sinto mal comigo mesmo quando falto às aulas.	1	2	3	4	5	6	7
19. Para demonstrar ao (à) professor (a) e aos (às) colegas meu interesse pela disciplina.	1	2	3	4	5	6	7
20. Não sei claramente, porque não gosto das aulas.	1	2	3	4	5	6	7

- 1) Enumere o de 1 a 6 o conteúdo das aulas de acordo com o conteúdo que mais te motive a participar da aula. Caso o conteúdo do seu gosto não esteja presente, descreva no espaço em branco.

() DANÇA

() GINÁSTICAS

() JOGOS

() LUTAS

() ESPORTES

() PRÁTICAS DE AVENTURA