

MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA E NÃO PRÁTICA NO DESPORTO ESCOLAR

(2009)

Jorge Veigas
Fernando Catalão
Marco Ferreira
Sottero Boto

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

Email:

veigasjorge@hotmail.com

RESUMO

O presente estudo objectiva investigar as motivações que levam os jovens à prática e não prática do desporto escolar. A amostra foi constituída por alunos de ambos os sexos, das diversas escolas de Vila Real, um total de 289 inquiridos, sendo 182 não praticantes e 107 praticantes. Foram aplicados como instrumentos: o Questionário de Motivação para as Actividades Desportivas - QMAD versão traduzida e adaptada (Frias & Serpa, 1991) da versão original Participation Motivation Questioner - PMQ (Gill, Gross & Huddleston, 1983); e o Inquérito de Motivações para a Ausência de Actividade Desportiva – IMAAD, desenvolvido por Pereira e Vasconcelos-Raposo (1997) validado por Fernandes (2005). Os resultados evidenciam como motivos mais importantes para a prática *‘estar em boa condição física’, ‘atingir um nível desportivo mais elevado’ e ‘manter a forma’* e os menos importantes *‘ser conhecido’, ‘ter a sensação de ser importante’ e ‘pretexto para sair de casa’*. Os motivos mais importantes para a não prática são *‘os horários disponíveis das instalações não são adequados’, ‘falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia’ e ‘têm outras coisas para fazer’*. As análises comparativas demonstram que as variáveis independentes influenciam, positiva e negativamente, os jovens na prática e não prática desportiva.

Palavras-chave: Motivação, desporto escolar, prática e não prática desportiva

INTRODUÇÃO

O desporto constitui um dos fenómenos sociais com maior impacto no nosso tempo e a sua prática, correctamente desenvolvida, representa uma importante fonte de valorização das pessoas e da sua qualidade de vida. Por isso se consagrou internacionalmente a prática da educação física e do desporto como um direito fundamental, mas também como elementos essenciais da educação e da cultura no desenvolvimento das aptidões, da vontade e do auto controlo das pessoas humanas, visando a sua inserção social e o pleno desenvolvimento das suas capacidades.

O interesse que o desporto tem vindo a alcançar na nossa sociedade, em todos os seus contextos, pressupõe a necessidade de aumentar de forma significativa, não só os estudos sobre os motivos que levam as pessoas a envolverem-se nas actividades desportivas, mas também os motivos que as levam a não se envolverem (Jesus, 1993).

A motivação tem sido alvo de muitas investigações e discussões em diferentes contextos, sendo considerada por muitos autores a chave de qualquer acção humana e reconhecida nas várias áreas da actividade física, mostrando-se benéfica tanto ao nível biológico, como ao nível psicológico (Saba, 2001). Quando se fala em motivação convém lembrar que, o motivo é a base do processo motivacional, tratando-se portanto, o elemento essencial para o despoletar da iniciativa e posterior manutenção da actividade realizada pelo Homem (Isler, 2002; cit. por Moreno, Dezan, Duarte & Schwartz, 2006). Nesta perspectiva, Gouvea (1997) citado por Moreno et. al. (2006) afirmou anteriormente que, o motivo é “um factor interno, que dá início, dirige e integra o comportamento de uma pessoa”. Magill (1984) citado por Moreno et. al. (2006) relaciona a motivação à palavra motivo, como uma força intrínseca, um impulso, um propósito, levando o indivíduo a actuar de determinada forma dirigindo as suas acções e a intensidade dos esforços para atingir um objectivo.

Gill (2000) descreve a motivação como a intensidade e direcção de um comportamento, sendo esse comportamento determinado tanto pelo próprio indivíduo como pelo meio envolvente.

Alguns motivos têm maior influência sobre outros determinando a escolha de um tipo de acção/comportamento por parte do indivíduo (Gouvea, 1997; cit. por Moreno et. al., 2006); Rodrigues (1991) citado por Moreno et. al. (2006) afirma também que cada motivo apresenta uma força distinta, no entanto, o facto de um indivíduo se sentir mais motivado do que outro perante a mesma situação, deve-se à diferença de personalidade de cada indivíduo. Além da personalidade, os indivíduos possuem um sistema de motivos básicos para cada situação como resultado da interacção ou interpretação de outras situações vivenciadas pelo indivíduo (Alderman, 1984; cit. por Moreno et. al., 2006). No que diz respeito aos traços da personalidade, como cada indivíduo possui valores, histórias de vida e necessidades diferentes torna-se difícil determinar os motivos e as razões devido à sua multiplicidade (Cratty, 1984).

Na visão de Davidoff (2004) citado por Araújo et. al. (2007), a motivação é um estado interno regulado por necessidades que activa ou desperta o comportamento dirigido para a satisfação dessas necessidades; os motivos são, portanto, estabelecidos pela experiência designando-se simplesmente por motivos, enquanto aqueles que emergem para satisfazer as necessidades básicas da sobrevivência são denominados de impulsos.

Segundo Alves, Brito e Serpa (1996) citado por Fernandes (2006), o termo motivação, significa “acção de pôr em movimento” e parece ser originário das palavras latinas *motu* (movimento) e *movere* (mover), o que lhe confere uma ideia de movimento para ir de um local para outro. Deste modo, de acordo com estes autores, a motivação é entendida através de um conjunto de variáveis que estabelecem a razão que leva os indivíduos à escolha de um determinado desporto e ainda, o seu empenho e permanência a longo prazo.

Segundo Samulski e Noce, (2002) em 1995, a motivação “*é caracterizada por um processo activo, intencional e dirigido a uma meta, o qual dependente da interacção de factores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos)*”. De acordo com o modelo das determinantes da motivação, a motivação é formada por uma determinante energética (nível de activação) e uma determinante de direcção de comportamento (intenções, interesses, motivos e metas).

A motivação pode ser classificada em motivação extrínseca e motivação intrínseca. Na motivação extrínseca a pessoa adere ou mantém-se numa actividade pelas recompensas extrínsecas fornecidas por outros (aprovação social dos adultos e colegas, recompensas materiais, status social). Na motivação intrínseca, a pessoa adere ou mantém-se na actividade pelo próprio prazer que esta lhe proporciona (satisfação, divertimento, curiosidade e mestria pessoal) (Sapp & Haubenstricker 1978; Cruz, 1996). Os indivíduos motivados intrinsecamente têm maior probabilidade de serem mais persistentes, de apresentarem níveis de desempenho mais elevados e de realizarem mais tarefas do que aqueles que requerem reforços externos (Gill, 2000; Lázaro, Santos & Fernandes, 2004).

Muitos dos estudos realizados sobre a motivação para a participação são de tipo descritivo, focando os motivos que levam as pessoas a participar numa dada actividade (Gill, 2000). Os motivos são os factores dinâmicos que influenciam a conduta de um indivíduo, consciente ou inconscientemente, na direcção de um objectivo. Estes factores dinâmicos apesar de se manifestarem internamente podem ser originados por elementos externos que vão ao encontro de impulsos, necessidades ou forças potenciais internas (Lázaro et al., 2004). Os motivos oscilam entre um impulso (processo interno que incita à acção) e um determinado objectivo (meta ou fim, que ao ser atingido reduz ou anula temporariamente o impulso). Este ciclo, através da sua renovação, conduz a um conjunto de satisfações e gratificações predispondo o indivíduo a uma prática renovada, que se concretiza com maior frequência e facilidade, atingindo mesmo as esferas da necessidade e de prazer - satisfação (Lázaro et al., 2004).

Contudo, como refere Serpa (1991), «*de modo algo paradoxal, tendo em conta a importância do tema, não tem sido abundante a investigação sobre os motivos que levam os jovens à prática do desporto, referindo Gill (1993) que, apenas a partir da década de 70, a produção científica nesta área adquiriu alguma relevância*».

Assim, destaca-se, desde já, o estudo de Gill, Gross & Huddleston (1983); como um dos estudos mais relevantes nesta área, onde, desenvolveram um questionário, “*Participation Motivation Questionnaire*”, para avaliar os motivos que levam os jovens a participar no desporto, além disso investigaram as razões para a participação desportiva. Os resultados obtidos mostraram que as razões mais importantes para a participação desportiva eram: melhorar as competências, divertimento, aprender novas competências, desafio e ser fisicamente saudável. Paralelamente a análise das respostas permitiram identificar várias dimensões da motivação para a participação desportiva: realização / estatuto, orientação para a equipa, saúde física, descarga de energias, factores situacionais, desenvolvimento de competências, amizade e divertimento.

Num estudo mais recentemente elaborado, Buonomano, Cei & Mussino (1995), cit. por Cruz, (1996), procuraram identificar os motivos para a participação desportiva. As respostas a questões abertas relacionadas com motivação para a participação desportiva evidenciaram que os principais motivos dos jovens eram de ordem física, razões de ordem social, motivos competitivos, motivos relacionados com o desenvolvimento ou melhoria de competências e visibilidade social.

Gill (2000) refere que vários estudos descritivos apresentaram resultados consistentes, demonstrando que as crianças participam no desporto por mais do que uma razão, inserindo-se esses motivos em constructos comuns, sendo os mais importantes: o desenvolvimento da técnica; demonstração de competência; excitação; desafio; e o divertimento. Este autor refere outros estudos (Weiss & Chaumeton, 1992; Weingarten, Furst, Tenenbaum & Schaefer, 1984; Buonomano, Cei & Mussino, 1995), cujas conclusões apontam para a existência de diferenças na relevância das dimensões motivacionais, consoante os factores geográficos e socioculturais.

Fonseca e Maia (2000) investigaram a importância atribuída por crianças e jovens adolescente a um determinado conjunto de motivos normalmente indicados como determinantes na sua decisão de praticarem desporto. Na sua globalidade verificaram que, de uma forma geral pareceu ser evidente, a decisão de praticarem uma actividade desportiva competitiva alicerçava-se fundamentalmente em motivos relacionados com a tentativa de melhorar, ou de demonstrar, a sua competência para a prática dessa modalidade, bem como a procura da aquisição, ou manutenção, de elevados índices de forma física. Imediatamente a seguir, foram referidos como importantes, os motivos relacionados com a afiliação quer geral quer específica, e a competição (Fonseca & Maia, 2000).

Raposo, Figueiredo e Granja (1996) verificaram no seu estudo diferenças tanto em termos de sexo como em termos de idades, onde os rapazes atribuíram maior importância que as

raparigas ao motivo "Estar como os amigos". Os motivos mais importantes para os rapazes integram maioritariamente o factor "Mestria/Condição física", enquanto as raparigas integram maioritariamente o factor "Amizade/Divertimento". Verificaram também uma alteração nos motivos conforme a idade, em que os mais velhos atribuíram maior importância aos aspectos afiliativos e os mais jovens atribuíram maior importância aos aspectos da condição física e mestria.

Assim, de uma forma geral os estudos apontam como principais factores motivacionais, a prática desportiva o *Divertimento* o *Desenvolvimento de Competências*, a *Afiliação* e a *Saúde/Forma física*. Paralelamente, os factores referidos maioritariamente como menos importantes são, regra geral, a *Descarga de energias*, a *Realização/Estatuto* e a *Influência de pais e amigos*.

Deste modo, o trabalho tem por objectivo duas vertentes, em primeiro procuramos conhecer e identificar as motivações para a prática desportiva em jovens das várias escolas de Vila Real, bem como complementar os dados referentes ao ponto anterior, identificando as razões que podem contribuir para a sua abstinência desportiva. Na segunda componente deste estudo pretende-se, compreender e analisar o efeito das variáveis entre os indivíduos de ambos os sexos, os que habitam em meio rural ou urbano, como também em função ao ano de escolaridade, escalão desportivo e prática desportiva da amostra recolhida.

Metodologia

Tipo de estudo

Este estudo correlacional e transversal insere-se num modelo nomotético, visto que se procura a compreensão dos padrões gerais do comportamento, com base nos pressupostos normativos. Assim, trata-se de uma investigação quasi-experimental, identificando-se com o paradigma quantitativo que apresenta uma concepção global positivista, hipotético-dedutivo e orientado para os resultados e confirmação das hipóteses propostas neste estudo.

Amostra

A amostra desta investigação é de conveniência, visto que os participantes foram seleccionados tendo em ponderação a prática e a não prática de desporto escolar, obtendo-se nas diversas escolas de Vila Real, um total de 289 alunos sendo 107 praticantes e 182 não praticantes.

Deste modo, para a prática desportiva este estudo envolveu 54 elementos do sexo masculino (50,5%) e 53 elementos do sexo feminino (49,5%), com idades compreendidas entre

os 9 e 18 anos de idade ($14,0 \pm 2,24$). Quanto ao meio de residência, 38,3% dos indivíduos eram do meio rural e 61,7% eram do meio urbano. No que diz respeito ano de escolaridade, no 2º ciclo obtivemos 29 participantes (27,2%), no 3º ciclo 61 participantes (57,0%) e no secundário 17 (15,8%). Relativamente ao escalão desportivo distribui-se respectivamente em infantis 28 participantes (26,2%), iniciados 38 participantes (35,5%) e juvenis ou superior 41 participantes (38,3%).

Quadro 1: Caracterização da amostra dos Praticantes do Desporto Escolar (n=107).

VARIÁVEIS INDEPENDENTES		<i>n</i>	%
Sexo	Masculino	54	50,5
	Feminino	53	49,5
Meio de residência	Rural	41	38,3
	Urbano	66	61,7
Ano de escolaridade	2º Ciclo	29	27,2
	3º Ciclo	61	57,0
	Secundário	17	15,8
Escalão desportivo	Infantis	28	26,2
	Iniciados	38	35,5
	Juvenis ou superiores	41	38,3

Quanto à não prática, este estudo envolveu 78 elementos do sexo masculino (42,9%) e 104 elementos do sexo feminino (57,1%), com idades compreendidas entre os 10 e 19 anos de idade ($14,12 \pm 2,11$). Quanto ao meio de residência, 52,2% dos indivíduos eram do meio rural e 47,8% eram do meio urbano. No que diz respeito ao ano de escolaridade, no 2º ciclo obtivemos 39 participantes (21,4%), no 3º ciclo 105 participantes (57,7%) e no secundário 38 (20,9%). Relativamente aos não praticantes, apuramos que 88 participantes já tinham praticado algum desporto (48,4%), e 94 participantes nunca praticaram desporto (51,6%).

Quadro 2: Caracterização da amostra dos não Praticantes do Desporto Escolar (n=182).

VARIÁVEIS INDEPENDENTES		<i>n</i>	%
Sexo	Masculino	78	42,9
	Feminino	104	57,1
Meio de residência	Rural	95	52,2
	Urbano	87	47,8
Ano de escolaridade	2º Ciclo	39	21,4
	3º Ciclo	105	57,7
	Secundário	38	20,9
Já praticou desporto	Sim	88	48,4
	Não	94	51,6

Instrumentos

Neste estudo foram utilizados o QMAD (Questionário de Motivação para as Actividades Desportivas) e o IMAAD (Inquérito de Motivações para a Ausência de Actividade Desportiva), com o objectivo de avaliar, respectivamente, os motivos para a prática e para a não prática desportiva.

O QMAD foi traduzido e adaptado do Participation Motivation Questioner - PMQ (Gill et al., 1983) traduzido e adaptado por Serpa e Frias (1991). Este instrumento é formado por 30 itens, agrupados em 6 factores, sendo o factor 1- Realização/Estatuto, factor 2- Objectivos Desportivos, factor 3- Orientação para o Grupo, factor 4- Excitação, factor 5- Divertimento e o factor 6- Influência Social. Este instrumento é precedido pela seguinte expressão “As pessoas praticam actividades desportivas para...”. E as respostas são dadas numa escala de tipo Likert, representando o 1- “nada importante”, 2- “pouco importante”, 3- “importante”, 4- “muito importante” e o 5- “totalmente importante”.

O IMAAD, desenvolvido por Pereira e Vasconcelos-Raposo (1997), é formado por 39 itens, precedido pela afirmação “Eu não pratico actividades desportivas porque...”. É constituído por 5 factores: Factor 1 - Aversão desportiva/Insatisfação, factor 2 - Estética/Incompetência, factor 3 – Falta de apoio/Condições, factor 4 – Desinteresse pelo esforço físico e o factor 5 – Falta de tempo. As respostas são dadas numa escala do tipo Likert, sendo que o 1 representa “discordo plenamente”, 2 “discordo”, 3 “nem concordo nem discordo”, 4 “concordo” e 5 “concordo plenamente”.

Na avaliação da consistência interna, o alpha de Cronbach em cada um dos factores dos dois instrumentos indica uma razoável consistência interna, variando no QMAD entre (0,60 e 0,84) e no IMMAD entre (0,62 e 0,81), como podemos verificar nos quadros 3 e 4.

Quadro 3: Análise descritiva das variáveis dependentes (QMAD).

QMAD	Média	Desvio padrão	Skewness	Kurtosis	α
Realização/estatuto	3,08	,983	-,184	-,709	,848
Objectivos desportivos	4,32	,612	-1,145	1,696	,694
Orientação para o grupo	4,31	,766	-1,188	2,251	,812
Excitação	3,51	,912	-,612	,533	,826
Divertimento	3,70	,702	-,287	-,062	,689
Influência social	3,46	,831	-,180	-,229	,604

Quadro 4: Análise descritiva das variáveis dependentes (IMAAD).

IMAAD	Média	Desvio padrão	Skewness	Kurtosis	α
Aversão desportiva/insatisfação	2,168	,652	,549	,136	,813
Estética/incompetência	2,447	,706	,138	-,464	,769
Falta de apoios/condições	2,344	,630	,323	-,451	,720
Desinteresse pelo esforço físico	2,364	,764	,180	-,629	,670
Falta de tempo	2,965	,899	-,265	-,607	,629

Analisando os quadros anteriores, que reportam para a análise descritiva da nossa amostra, verificamos estar perante uma distribuição normal, uma vez que os valores de Skewness (assimetria) e Kurtosis (achatamento) do IMMAD encontram-se dentro do intervalo considerado para uma distribuição normal] -1,1 [. Já no QMAD, estes valores encontram-se ligeiramente acima do intervalo em dois factores, porém tendo em conta a dimensão reduzida da nossa amostra os dados foram estudados como seguindo uma distribuição normal.

Consequentemente, utilizámos testes paramétricos para a caracterização dos resultados (Almeida, & Freire, 2003; Dancey, & Reidy, 2006; Kline, 2005).

Procedimentos

Após uma informação inicial dos propósitos da investigação e a obtenção do consentimento informado por parte dos indivíduos, foram aplicados os questionários, sendo pedido para responderem de forma sincera e sendo lhes garantindo o anonimato e a confidencialidade das suas respostas. Assim foram distribuídos a cada indivíduo o IMAAD (Pereira & Vasconcelos-Raposo, 1997) ou o QMAD (Serpa & Frias, 1991), consoante este praticasse ou não actividade física. Na folha de rosto do questionário foram também recolhidos alguns dados sócio-demográficos: sexo, idade, local de residência, habilitações literárias, escalão desportivo.

Após a inserção dos dados recolhidos numa matriz do SPSS v.17, procedeu-se a um conjunto de análises estatísticas. Inicialmente, efectuaram-se análises descritivas (frequências, média, desvio-padrão, assimetria e achatamento) e de consistência interna das escalas. Posteriormente, na análise comparativa dos instrumentos utilizados em função das variáveis independentes, utilizamos: o *t* de *Student* para as comparações entre médias; a análise de variância (ANOVA) para comparações entre factores no caso da variável escalão desportivo e habilitações literárias e o teste *F* de *Scheffé* (*post-hoc*) em complemento ao teste ANOVA.

RESULTADOS

Para a apresentação dos resultados iremos dividir a respectiva apresentação em duas partes. A primeira diz respeito aos dados relativos ao QMAD (*Estudo 1*), enquanto a segunda diz respeito ao IMAAD (*Estudo 2*).

Estudo 1

Através da análise descritiva dos dados o quadro 5 mostra-nos o valor médio das respostas a cada um dos 30 itens e de acordo com a escala de importância do QMAD, os valores 4 e 5 representam, motivos *totalmente* ou *muito importantes*. Da mesma forma, os valores inferiores a 3 indicam-nos motivos *pouco* ou *nada importantes*.

Assim, e em consonância com o quadro 5, os inquiridos indicaram como principais motivos para a prática desportiva, “*estar em boa condição física*”, “*atingir um nível desportivo mais elevado*” e “*manter a forma*”.

Como motivos menos importantes os inquiridos apontaram, “*ser conhecido*”, “*ter a sensação de ser importante*” e “*pretexto para sair de casa*”.

Na análise comparativa da variável independente sexo em estudo com os factores do QMAD, calculou-se a média dos itens correspondentes a cada factor para cada aluno inquirido, comparando-se depois os valores dos rapazes com os das raparigas através de um teste *t*.

Quadro 5: Análise descritiva em função dos itens do QMAD

	N	Média	Desvio padrão
1. Melhorar as capacidades técnicas	107	4.1776	.87753
2. Estar com os amigos	107	3.8318	.88473
3. Ganhar	107	3.7383	1.11876
4. Descarregar energias	107	3.5514	.97355
5. Viajar	107	3.1402	1.10273
6. Manter a forma	107	4.2243	.91433
7. Ter emoções fortes	107	3.4860	1.03125
8. Trabalhar em equipa	107	4.3364	.78841
9. Influência da família ou de outros amigos	107	3.1869	1.17466
10. Aprender novas técnicas	107	4.3738	.74635
11. Fazer novas amizades	107	3.9252	.97807
12. Fazer alguma coisa em que se é bom	107	3.8692	.97210
13. Libertar tensão	107	3.4766	1.00326
14. Receber prémios	107	3.6262	1.09478
15. Fazer exercício	107	4.3271	.76202
16. Ter alguma coisa para fazer	107	3.4019	1.12317
17. Ter acção	107	3.7757	.88284
18. Espírito de equipa	107	4.2897	.87964
19. Pretexto para sair de casa	107	2.5981	1.43316
20. Entrar em competição	107	3.8879	.93493
21. Ter a sensação de ser importante	107	2.8598	1.26229
23. Atingir um nível desportivo mais elevado	107	4.4299	.82545
24. Estar em boa condição física	107	4.4766	.76904
25. Ser conhecido	107	2.8037	1.20094
26. Ultrapassar desafios	107	3.8131	.98221
28. Ser reconhecido e ter prestígio	107	3.0654	1.18378
29. Divertimento	107	3.9065	.92688
30. Prazer na utilização das instalações e material desportivo	107	3.5981	.99868

Da observação do quadro 6 constata-se que existem diferenças estatisticamente significativas em 2 dos 6 factores. Assim, os rapazes dão mais importância que as raparigas aos factores *Realização/Estatuto* e *Divertimento*.

Quadro 6: Análise comparativa da variável dependente (QMAD) em função do sexo

QMAD	Rapazes	Raparigas	t	p
	(n=54) M±DP	(n=53) M±DP		
Realização/estatuto	3,31 ± 0,99	2,85 ± 0,92	2,50	,01**
Objectivos desportivos	4,28 ± 0,63	4,36 ± 0,59	-,68	,49
Orientação para o grupo	4,20 ± 0,80	4,42 ± 0,71	-1,49	,13
Excitação	3,62 ± 0,83	3,39 ± 0,97	1,32	,18
Divertimento	3,83 ± 0,62	3,56 ± 0,75	1,99	,04*
Influência social	3,45 ± 0,81	3,47 ± 0,85	-,13	,89

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

Tal como se fez para a variável sexo, fez-se também uma comparação por factores entre os residentes do meio rural e os residentes do meio urbano, onde não se verificaram diferenças estatisticamente significativas (quadro 7).

Quadro 7: Análise comparativa da variável dependente (QMAD) em função ao meio de residência.

QMAD	Rural (n=41)	Urbano (n=66)	<i>t</i>	<i>p</i>
	M±DP	M±DP		
Realização/estatuto	3,00 ± 0,90	3,14 ± 1,03	-, 68	, 49
Objectivos desportivos	4,35 ± 0,64	4,30 ± 0,59	, 43	, 66
Orientação para o grupo	4,42 ± 0,66	4,24 ± 0,81	1,21	, 22
Excitação	3,52 ± 0,81	3,50 ± 0,97	, 09	, 92
Divertimento	3,76 ± 0,65	3,66 ± 0,73	, 70	, 48
Influência social	3,46 ± 0,85	3,45 ± 0,82	, 02	, 98

*

$p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

No quadro 8 faz-se uma comparação entre os vários grupos, (anos de escolaridade), de acordo com os 6 factores identificados, segundo uma *análise de variância* (ANOVA), complementada com um teste *F* de *Scheffé*, para verificar entre que grupos se observam essas diferenças.

De acordo com o quadro 8, vemos que há diferenças estatisticamente significativas em 4 dos 6 factores. Assim, os alunos do Secundário dão maior importância que os alunos do 2º Ciclo ao factor *Realização/Estatuto*, bem como, maior importância do que os de 3º Ciclo ao factor *Objectivos desportivos*. Já no factor *Influência social* são os alunos do 2º Ciclo a darem mais importância que os alunos da Secundária.

Quadro 8: Análise comparativa da variável dependente (QMAD) em função dos anos de escolaridade.

QMAD	2º Ciclo (2) (n=29) M±DP	3º Ciclo (3) (n=61) M±DP	Secundário (S) (n=17) M±DP	F	P	Compar inter-gr
Realização/ estatuto	2,73±1,14	3,14±0,93	3,48±0,67	3,55	,03*	2<
Objectivos desportivos	4,31±0,72	4,23±0,57	4,66±0,44	3,32	,04*	3<
Orientação para o grupo	4,32±0,95	4,22±0,69	4,61±0,57	1,81	,16	
Excitação	3,31±1,32	3,60±0,74	3,52±0,48	1,04	,35	
Divertimento	3,50±0,83	3,84±0,63	3,51±0,59	3,26	,04*	
Influência social	3,73±0,88	3,44±0,77	3,05±0,80	3,77	,02*	2>

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

É de salientar que, apesar do teste ANOVA ter detectado diferenças entre os grupos para o factor *Divertimento*, o teste *F* de *Scheffé* não comprovou essa diferença entre nenhum grupo.

Tal, como anteriormente, procedeu-se à comparação entre grupos mas neste caso em função do escalão desportivo, verificando-se diferenças estatisticamente significativas em 2 dos 6 factores. Assim, o escalão juvenil ou superior atribuem maior importância que o escalão infantil ao factor *Realização/Estatuto*, já no factor *divertimento* o escalão infantil deu menos importância do que os iniciados, como se pode verificar no quadro 9.

Quadro 9: Análise comparativa da variável dependente (QMAD) em função do escalão desportivo.

QMAD	Infantil (Inf.) (n=28) M±DP	Iniciado (Ini.) (n=38) M±DP	Juvenil ou Superior (Juv. +) (n=41) M±DP	F	P	Compar inter-gr
Realização/estatuto	2,64±1,12	3,17±0,86	3,30±0,91	2,90	,03*	Inf. < Juv
Objectivos desportivos	4,27±0,71	4,23±0,56	4,42±0,58	1,11	,34	
Orientação para o grupo	4,28±0,97	4,26±0,72	4,40±0,65	,41	,73	
Excitação	3,30±1,30	3,52±0,70	3,65±0,73	,81	,49	
Divertimento	3,41±0,81	3,89±0,59	3,70±0,66	2,61	,05*	Inf. < Ini.
Influência social	3,70±0,97	3,36±0,71	3,38±0,82	1,07	,36	

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

Estudo 2

Para a apresentação dos resultados em relação aos não praticantes, foram utilizados exactamente os mesmos procedimentos que os usados anteriormente, para os praticantes.

Assim, através da análise descritiva dos dados o quadro 10 mostra-nos o valor médio das respostas a cada um dos 39 itens e de acordo com a escala de importância do IMAAD, ao valor 1 corresponde o *desacordo* total com o motivo apresentado, ao valor 2 corresponde o *concordo pouco*, ao valor 3 corresponde o *concordo no geral*, ao valor 4 corresponde o *concordar bastante* e, finalmente, ao valor 5 corresponde o *concordo plenamente*.

Posto isto, como motivos mais importantes ou que mais contribuem para que os inquiridos não pratiquem desporto, seleccionamos todos aqueles que apresentam um valor médio superior a 2,7. Este valor foi utilizado por já se aproximar consideravelmente do valor 3 (*concordo no geral*).

Assim os motivos mais importantes para a não prática são: “*os horários disponíveis das instalações não são adequados*”, “*falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia*” e “*têm outras coisas para fazer*” e os menos importantes para a não prática são referidos os motivos “*desporto não traz benefícios*”, “*não querem mudar o seu visual*” e “*o desporto é aborrecido, maçador e chato*”.

Quadro 10: Análise descritiva em função dos itens do IMMAD.

Itens	N	Média	Desvio padrão
1. Falta de interesse, de vontade	182	2,1264	1,16128
2. Falta de instalações desportivas	182	2,2912	1,04476
3. Falta de tempo	182	3,2637	1,15472
4. Falta de treinadores/professores	182	2,2637	,94413
5. Falta de equipamento pessoal	182	2,0824	1,10689
7. Por motivos de saúde	182	1,9286	1,08753
8. Não gostam de desporto	182	1,9505	1,17655
9. Há poucas possibilidades de prática	182	2,3626	1,11262
10. Os pais não deixam/apoiam a prática	182	1,9945	1,12479
11. Têm outras coisas para fazer	182	3,0000	1,20771
12. Falta de hábitos desportivos	182	2,5440	1,25955
13. O desporto é “aborrecido”, “maçador” e “chato”	182	1,8077	1,03066
15. As instalações desportivas ficam longe	182	2,6648	1,22712
17. Os horários disponíveis das instalações não são adequados	182	2,9560	1,08645
19. Falta de jeito	182	2,4505	1,21012
20. As modalidades existentes não são as que mais gostam	182	2,6813	1,16467
21. Acham que não são bons a praticar desporto	182	2,5275	1,17375
23. Não sabem jogar	182	2,3516	1,11617
25. Tem uma má condição física	182	2,3571	1,16055
26. Os amigos também não praticam	182	2,4505	1,14442

28. Têm medo de se aleijar	182	2,5110	1,18340
30. O desporto não traz benefícios	182	1,5385	,83841
31. Não querem mudar o seu “visual” (ficar magro, com	182	1,9121	1,09391
33. Por causa do seu “visual” (se são gordos ou muito magros)	182	2,2582	1,15835
34. Por causa da idade	182	2,0055	,98327
36. Porque não se sentem bem a praticar (sentem-se	182	2,3462	1,08529
37. Não gostam do confronto físico	182	2,3571	1,06627
38. Falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia	182	2,7582	1,18779
39. Porque não gostam de estar em grupo	182	1,8791	,96726

No quadro seguinte faz-se uma comparação entre os rapazes e as raparigas ao nível da valorização dos 5 factores identificados, com base no teste *t*. Conforme se pode observar, existem diferenças estatisticamente significativas em 1 dos 5 factores.

Assim, de entre os factores que podem contribuir para que não se pratique desporto, as raparigas valorizam mais que os rapazes a *Aversão desportiva/Insatisfação*.

Quadro 11: Análise comparativa da variável dependente (IMMAD) em função dos sexos.

IMAAD	Rapazes (n=78) M±DP	Raparigas (n=104) M±DP	<i>t</i>	<i>p</i>
Aversão desportiva/insatisfação	2,04 ± 0,72	2,25 ± 0,58	-2,09	,03*
Estética/incompetência	2,35 ± 0,73	2,52 ± 0,68	-1,60	,10
Falta de apoios/condições	2,38 ± 0,63	2,31 ± 0,63	,67	,49
Desinteresse pelo esforço físico	2,24 ± 0,80	2,45 ± 0,72	-1,82	,06
Falta de tempo	2,83 ± 0,95	3,06 ± 0,84	-1,66	,09

p* <0,05, *p* <0,01, ****p* <0,001

À semelhança do que fizemos para o sexo, fez-se seguidamente uma análise comparativa, ao nível dos factores, em função da residência dos inquiridos. De acordo com o que podemos observar no quadro 12, constata-se diferenças estatisticamente significativas em 1 dos 5 factores, onde os residentes em meio urbano atribuem maior importância ao factor *Aversão desportiva/Insatisfação* como determinante, ou que mais contribui para a não prática desportiva.

Quadro 12: Análise comparativa da variável dependente (IMAAD) em função ao meio de residência.

IMAAD	Rural (n=95) M±DP	Urbano (n=87) M±DP	t	p
Aversão desportiva/insatisfação	2,06 ± 0,59	2,27 ± 0,69	-2,19	,03*
Estética/incompetência	2,43 ± 0,65	2,45 ± 0,76	-,21	,82
Falta de apoios/condições	2,41 ± 0,58	2,27 ± 0,67	1,53	,12
Desinteresse pelo esforço físico	2,32 ± 0,69	2,40 ± 0,83	-,66	,50
Falta de tempo	2,89 ± 0,90	3,04 ± 0,89	-1,10	,27

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

Tal como aconteceu no caso anterior (QMAD), também, aqui, fez-se uma comparação entre os vários grupos (anos de escolaridade) de acordo com os 5 factores identificados, tendo-se verificado (quadro 13), diferenças estatisticamente significativas em 4 dos 5 factores.

Quadro 13: Análise comparativa da variável dependente em função dos anos de escolaridade.

IMAAD	2º Ciclo (2) (n=39) M±DP	3ºCiclo (3) (n=105) M±DP	Secundário (S) (n=38) M±DP	F	P	Comparação inter-grupo
Aversão desportiva/ insatisfação	2,06±0,64	2,21±0,62	2,15±0,72	0,78	,45	
Estética/ incompetência.	2,19±0,78	2,54±0,67	2,45±0,66	3,58	,03*	2<3
Falta de apoios / condições	2,10±0,60	2,38±0,62	2,47±0,63	3,83	,02*	2<S
	2,05±0,66	2,47±0,77	2,38±0,76	4,51	,01**	2<3
Desinteresse pelo esforço físico	2,47±0,84	2,99±0,87	3,38±0,81	11,00	,00***	3>2
Falta de tempo						

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

Conforme se pode observar, os factores *Falta de apoio/Condições*, e *Falta de tempo* vão sendo mais valorizados à medida que o grau académico aumenta. Por sua vez, o grupo intermédio valorizam mais que o grupo superior os factores *Estética/Incompetência* e *Desinteresse pelo esforço físico*.

Na análise comparativa da variável independente prática desportiva em estudo com os factores do IMMAD (quadro 14), verificaram-se diferenças estatisticamente significativas em 2 dos 5 factores.

Quadro 14: Análise comparativa da variável dependente (IMAAD) em função à prática desportiva.

IMAAD	Praticou (n=88) M±DP	Não praticou (n=94) M±DP	t	p
Aversão desportiva/insatisfação	2,05 ± 0,63	2,27 ± 0,64	-2,34	,02*
Estética/incompetência	2,38 ± 0,72	2,50 ± 0,68	-1,21	,22
Falta de apoios/condições	2,35 ± 0,61	2,33 ± 0,64	,18	,85
Desinteresse pelo esforço físico	2,24 ± 0,71	2,47 ± 0,79	-2,05	,04*
Falta de tempo	2,84 ± 0,95	3,07 ± 0,83	-1,75	,08

*p <0,05, **p <0,01, ***p <0,001

Conforme se pode constatar no quadro 14, verifica-se, que os factores, *Aversão desportiva/Insatisfação* e *Desinteresse pelo esforço físico* são menos valorizados pelos inquiridos que já praticaram desporto escolar do que os que nunca praticaram desporto escolar.

DISCUSSÃO

Neste capítulo iremos discutir os resultados obtidos e, sempre que possível, uma comparação com a literatura por nós consultada, seguindo a mesma ordem utilizada na apresentação dos resultados.

Estudo 1

Os motivos mais importantes para a prática desportiva, assumem um carácter intrínseco e correspondem a aspectos como “*estar em boa condição física*”, “*atingir um nível desportivo mais elevado*” e “*manter a forma*”. Estes resultados são bastante condizentes com a literatura em geral, (Gill, Gross & Huddleston, 1993; Klint & Weiss, 1987; Serpa, 1992; Neves, 1996; Raposo, Figueiredo & Granja, 1996). Relativamente aos motivos menos importantes, também encontramos resultados condizentes com a literatura consultada, onde referem como motivos o “*ser conhecido*”, “*ter a sensação de ser importante*” e “*pretexto para sair de casa*”.

Do exposto, poderemos dizer que são os motivos de cariz intrínseco que mais contribuem para que os jovens se envolvam no desporto.

Na análise comparativa em função da variável independente sexo, verificaram-se diferenças significativas em dois dos seis factores. Assim, os rapazes deram maior importância que as raparigas aos factores “*Realização/Estatuto*” e “*Divertimento*”. Relativamente ao “*Realização/Estatuto*”, os nossos resultados estão de acordo com os de Gill, Gross e Huddleston (1983), já o factor “*Divertimento*”, não vai ao encontro da revisão da literatura por nós efectuada.

Assim, podemos entender as diferenças entre sexos, baseados em aspectos culturais, onde os rapazes são encorajados a explorar o envolvimento e a ser fisicamente activos.

Relativamente à variável meio de residência verificamos que não existe uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis em estudo, apesar de o meio rural pontuar mais elevado que o urbano. Na nossa opinião, estes resultados podem ser explicados pelo facto de que, os residentes do meio rural não apresentam hábitos tão sedentários quanto os do meio urbano, deste modo, associamos essa diferença a factores sócio-culturais.

No que concerne ao escalão desportivo verificou-se que, os valores foram apenas estatisticamente significativos nos factores “*Realização/Estatuto*” e “*Divertimento*”. Observando-se, que o escalão juvenil ou superior atribuem maior importância que o escalão infantil ao factor *Realização/Estatuto*, já no factor divertimento o escalão infantil deu menos importância do que os iniciados. Na nossa opinião, estes resultados podem ser explicados pelo facto de que, nos escalões mais elevados a faixa etária é maior, logo atribuem mais importância ao estatuto social e encaram o desporto como um divertimento e não de forma mais rígida aquando de idades inferiores.

Importa também salientar os valores obtidos na variável habilitações literárias, onde, existe uma relação estatisticamente significativa em quatro dos seis factores, “*Realização/Estatuto*”, “*Influência social*”, “*Divertimento*” e “*Objectivos desportivos*”. De acordo com os resultados obtidos, pode ser explicado pelo facto de que à medida que os jovens têm mais formação académica os valores médios aumentam. Na nossa opinião, os jovens com um nível mais elevado de ensino, tendem a dar mais importância ao desporto como um possível meio de ascensão social.

Para finalizar esta comparação em termos de escalões desportivos e habilitações literárias, vimos que as motivações para a prática desportiva vão aumentando à medida que o nível de escalão e grau académico aumenta. Este conhecimento é importante em termos pedagógicos pois permite responder da melhor forma às reais necessidades e motivações dos jovens.

Estudo 2

No que concerne aos motivos mais importantes para a não prática desportiva, esta investigação permitiu verificar que, “*os horários disponíveis das instalações não são adequados*”, “*falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia*” e “*têm outras coisas para fazer*”, são os motivos fundamentais. Por outro lado, “*o desporto não traz benefícios*”, “*não querem mudar o seu visual*”, “*o desporto é aborrecido maçador e chato*” são os motivos considerados menos importantes para a não prática.

As razões apontadas enquadram-se com alguma facilidade no contexto sócio-cultural-económico-político e, de acordo com a *Teoria Motivacional das Atribuições*, estes aspectos

relacionam-se maioritariamente com causas externas e fora do controlo pessoal. Dada a reduzida literatura existente sobre esta temática, não nos foi possível determinar grandes comparações.

Na análise comparativa em função da variável independente sexo, verificaram-se diferenças significativas em um dos cinco factores. Assim, os rapazes deram menor importância que as raparigas ao factor “*Aversão desportiva/insatisfação*”, de forma geral as raparigas pontuaram mais elevado em quase todos os factores, menos no factor “*Falta de apoios/Condições*” o que poderá dizer que as raparigas têm menos interesse pelo desporto.

Relativamente à variável meio de residência verificamos que existe uma relação estatisticamente significativa em um factor, “*Aversão desportiva/insatisfação*”. Genericamente, os valores foram superiores no grupo “urbano” comparativamente ao grupo “rural”, o que na nossa opinião se deve ao facto dos jovens que residem no meio urbano, não estarem tão predispostos a actividades ao ar livre.

No que concerne à variável habilitações literárias, existe uma relação estatisticamente significativa em quatro dos cinco factores, “*Estética/incompetência*”, “*Falta de apoios/condições*”, “*Desinteresse pelo esforço físico*” e “*Falta de tempo*”. Há medida que o grau académico aumenta os valores médios aumentam, no nosso entender este facto pode ser explicado, devido ao tempo que os estudos obrigam os jovens a dedicar-se para atingir certas metas e à medida que a idade aumenta, os jovens vão tendo consciência das razões que mais contribuem para a não prática desportiva e que mais afectam o desenvolvimento desportivo.

Quanto à variável se já praticou ou não praticou, a literatura é bastante escassa e, quando existem, poucas são tratadas da forma como o foram neste estudo. No nosso estudo verificaram-se médias mais elevadas entre os que não praticaram, sendo significativos os factores “*Aversão desportiva/insatisfação*” e “*Desinteresse pelo esforço físico*”, logo, em nosso entender os que não praticaram atribuíram maior importância que os já praticantes devido ao facto de quem nunca praticou qualquer modalidade desportiva não tem conhecimento dos benefícios que daí podem advir.

Consideramos que o nosso estudo contém limitações devido ao facto dos grupos submetidos a comparação não serem homogéneos podendo levar a conclusões desacertadas e ao facto do instrumento QMAD não estar validado para a população portuguesa. Em futuras investigações, sugere-se a utilização de uma amostra de maiores dimensões, a utilização de uma faixa etária mais abrangente e também dar mais relevância às motivações para a não prática desportiva.

CONCLUSÃO

Os resultados do nosso estudo coincidem com a literatura e permitem-nos concluir que os jovens envolvem-se na prática regular do desporto escolar devido a motivos de cariz intrínseco, sendo que os rapazes dão maior importância à *Realização/Estatuto e ao Divertimento*, fundamentalmente nos escalões mais elevados, enquanto as raparigas estão mais motivadas pela *Orientação para o Grupo* e, como era de esperar as raparigas, de uma forma geral apresentam mais motivos para a não prática.

Estes comportamentos são explicados culturalmente. Desde muito cedo, os rapazes são incentivados pelos pais e amigos a demonstrar a sua competência física e a competir entre si, contrariamente às raparigas que se preocupam sobretudo com a sua sexualidade e auto-imagem e que, nesta idade são, normalmente, menos dotadas para a prática do desporto, sendo incentivadas a interagir com as amigas e a dedicarem-se a actividades menos físicas.

Os benefícios da prática da actividade e do exercício para a promoção e manutenção da saúde são evidentes e do conhecimento geral Instituições ligadas à saúde como a Organização Mundial de Saúde e a “International Consensus Conference on Physical activity Guidelines for Adolescents” recomendam uma vida activa e a pratica regular do exercício físico desde a infância e ao longo de todo o ciclo de desenvolvimento Humano.

O desporto escolar está integrado no âmbito da Educação Física e tem como objectivos, para além dos benefícios a nível físico, contribuir para o desenvolvimento holístico da pessoa de forma a ser um cidadão plenamente adaptado à comunidade, consciente de valores como a solidariedade e a identificação com o grupo.

Para a prática do desporto é necessário o investimento em infra-estruturas apropriadas. Mas, é sobretudo na educação e formação do elemento humano, professores e dos demais intervenientes sociais, que é imprescindível apostar, para que estes, através das boas práticas pedagógicas e da modelagem comportamental concorram para a adesão ao desporto e não para as desistências.

Referências Bibliográficas

Buonamano, R; Cei, A. & Mussino, A. (1995). Participation motivation in Italian youth sport. *The Sport Psychologist*, 9, 265-281.

Carvalho, A. Melo (1994). Desporto e Autarquias Locais. Uma Nova Via para o Desenvolvimento Desportivo Nacional. Campo das Letras – Editores S.A., 1994, Porto.

Cruz, J.F. (1996). Motivação para a competição e prática desportiva. In Manual de Psicologia do Desporto, (pp. 305-331). Braga: S.H.O- Sistemas Humanas e Organizacionais, Lda.

Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

Dias, Isilda M. T. (1995). “Estrutura de Motivos da Prática da Actividade Física: Estudo em jovens dos dois sexos, dos 10 aos 14 anos de idade do Concelho do Porto”. Dissertação Apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Porto Dezembro 1995.

Fernandes, H.M. (2003). *Motivação no contexto da Educação Física: Estudo centrado no valor preditivo das intenções de prática desportiva em função da motivação intrínseca*. Tese de Licenciatura não publicada, Vila Real: UTAD.

Fernandes, H.M. (2005). Análise factorial confirmatória do IMAAD numa população adulta. *Psychologica*, 38, 307-320.

Fernandes, P. (2006). CORFEBOL: Um estudo sobre as motivações dos jovens, entre os 15 e os 19 anos, para a prática desportiva. *Monografia da Universidade Lusófona*, (33).

Fonseca, A. M. Mendonça (1995). “Motivação para a Prática Desportiva”. Relatório apresentado às provas de aptidão pedagógica e capacidade científica. Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Porto, Novembro 1993.

Gil, D., Gross, J., Huddleston, S. (1983). “Participation Motivation in Youth Sports”. *International Journal of Sports Psychology*, Vol XIV, pp 1-14.

Marivoet, Salomé (1991). “Habitos Desportivos da População Portuguesa”. *Revista Horizonte* Vol VII, nº 42, Lisboa.

Moreno, R; Dezan, F.; Duarte, L. & Schwartz, G. (2006). Persuasão e motivação: Interveniências na actividade física e no esporte. *Revista digital*, 11 (103). Acedido em 03/05/2009 a partir de <http://www.efdeportes.com/efd103/motivacao.htm>

Nunes, M. (1995). “Motivação para a prática desportiva”. *Revista Horizonte* Vol. XII, nº 67 Mai/Jun 1995, pp 13-17.

Pais, J. M. (1989). “Usos do Tempo e Espaço de Lazer”. A Juventude Portuguesa. Situações, Problemas, Aspirações. Vol. I, Lisboa, ICS/M juventude, pp 127-151.

Samulski, D & Noce, F. (2002). Perfil psicológico de atletas paraolímpicos brasileiros. *Revista digital*, 8 (4). Acedido em 02/05/2009 a partir <http://www.efdeportes.com/efd55/motiv1.htm>

Serpa, S. (1991). “Motivação para a Prática Desportiva”. in Sobral, F. Marques, A. Coordenação. *FACDEX – Desenvolvimento Somato-Motor e Factores de Excelência na População Escolar Portuguesa*. Ministério da Educação. Direcção Geral do Ensino Básico e Secundário. Direcção Geral dos Desportos. Gabinete Coordenador do Desporto Escolar. Fevereiro 1991, Lisboa.

Vasconcelos-Raposo, J.J.B.; Figueiredo, A.; Granja, P. (1996) *Factores de motivação dos jovens para a prática desportiva*. Vila Real. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Weinberg, R. & Gould, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics

Anexo B



UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO
Departamento de Educação e Psicologia

QUESTIONÁRIO

Antes de tudo, o nosso muito obrigado pela sua participação.

Este estudo inscreve-se no programa curricular da disciplina de Estudos Independentes em Psicologia do Desporto, do curso de Psicologia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

O questionário é anónimo, confidencial e de resposta voluntária, no entanto, para posterior análise estatística, pedimos que respondas às seguintes questões:

1. Sexo:

Masculino Feminino

2. Idade: _____(anos)

3. Escalão: Infantil Iniciado Juvenil Júnior Outro _____.

3. Habilitações escolares:

5º Ano 6º Ano 7º Ano 8º Ano 9º Ano

10º Ano 11º Ano 12º Ano

4. Local de Residência:

Rural Urbano

5. Qual a modalidade do desporto escolar que praticas?

_____.

6. Quantos dias da semana praticas? _____.

7. Num dia normal, quantas horas praticas? _____.

8. Há quanto tempo praticas esta modalidade? _____.

De seguida, pede-se que leia cada uma das afirmações abaixo, e **assinale 1, 2, 3, 4 ou 5** para indicar quanto cada afirmação se aplica a si. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo a indicar a sua resposta em cada afirmação.

A classificação é a seguinte:

Nada Importante	Pouco Importante	Importante	Muito Importante	Totalmente Importante
1	2	3	4	5

Eu pratico actividades desportivas para...

	Nada Importante	Pouco Importante	Importante	Muito Importante	Totalmente Importante
1. Melhorar as capacidades técnicas	1	2	3	4	5
2. Estar com os amigos	1	2	3	4	5
3. Ganhar	1	2	3	4	5
4. Descarregar energias	1	2	3	4	5
5. Viajar	1	2	3	4	5
6. Manter a forma	1	2	3	4	5
7. Ter emoções fortes	1	2	3	4	5
8. Trabalhar em equipa	1	2	3	4	5
9. Influência da família ou de outros amigos	1	2	3	4	5
10. Aprender novas técnicas	1	2	3	4	5
11. Fazer novas amizades	1	2	3	4	5
12. Fazer alguma coisa em que se é bom	1	2	3	4	5
13. Libertar tensão	1	2	3	4	5
14. Receber prémios	1	2	3	4	5
15. Fazer exercício	1	2	3	4	5
16. Ter alguma coisa para fazer	1	2	3	4	5
17. Ter acção	1	2	3	4	5
18. Espírito de equipa	1	2	3	4	5
19. Pretexto para sair de casa	1	2	3	4	5
20. Entrar em competição	1	2	3	4	5
21. Ter a sensação de ser importante	1	2	3	4	5
22. Pertencer a um grupo	1	2	3	4	5
23. Atingir um nível desportivo mais elevado	1	2	3	4	5
24. Estar em boa condição física	1	2	3	4	5
25. Ser conhecido	1	2	3	4	5
26. Ultrapassar desafios	1	2	3	4	5
27. Influência dos treinadores	1	2	3	4	5
28. Ser reconhecido e ter prestígio	1	2	3	4	5
29. Divertimento	1	2	3	4	5
30. Prazer na utilização das instalações e material desportivo	1	2	3	4	5

Muito Obrigado pela sua colaboração!



Anexo C

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO
Departamento de Educação e Psicologia

QUESTIONÁRIO

Antes de tudo, o nosso muito obrigado pela sua participação.

Este estudo inscreve-se no programa curricular da disciplina de Estudos Independentes em Psicologia do Desporto, do curso de Psicologia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

O questionário é anónimo, confidencial e de resposta voluntária, no entanto, para posterior análise estatística, pedimos que respondas às seguintes questões:

1. Sexo:

Masculino Feminino

2. Idade: _____(anos)

3. Habilitações escolares:

5º Ano 6º Ano 7º Ano 8º Ano 9º Ano

10º Ano 11º Ano 12º Ano

4. Local de Residência: _____.

Rural Urbano

5. Já praticaste desporto escolar?

Sim

Não

De seguida, pede-se que leia cada uma das afirmações abaixo, e **assinale 1, 2, 3, 4 ou 5** para indicar quanto cada afirmação se aplica a si. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo a indicar a sua resposta em cada afirmação.

A classificação é a seguinte:

Discordo Plenamente	Discordo	Nem Discordo, nem Concordo	Concordo	Concordo Plenamente
1	2	3	4	5

Eu não pratico actividades desportivas porque...

	Discordo Plenamente	Discordo	Nem Discordo, nem Concordo	Concordo	Concordo Plenamente
1. Falta de interesse, de vontade	1	2	3	4	5
2. Falta de instalações desportivas	1	2	3	4	5
3. Falta de tempo	1	2	3	4	5
4. Falta de treinadores/professores	1	2	3	4	5
5. Falta de equipamento pessoal	1	2	3	4	5
6. O trabalho não permite	1	2	3	4	5
7. Por motivos de saúde	1	2	3	4	5
8. Não gostam de desporto	1	2	3	4	5
9. Há poucas possibilidades de prática	1	2	3	4	5
10. Os pais não deixam/apoiam a prática	1	2	3	4	5
11. Têm outras coisas para fazer	1	2	3	4	5
12. Falta de hábitos desportivos	1	2	3	4	5
13. O desporto é “aborrecido”, “maçador” e “chato”	1	2	3	4	5
14. Por razões económicas (falta de dinheiro)	1	2	3	4	5
15. As instalações desportivas ficam longe	1	2	3	4	5
16. Há poucas pessoas interessadas	1	2	3	4	5
17. Os horários disponíveis das instalações não são adequados	1	2	3	4	5
18. Por vergonha dos outros	1	2	3	4	5
19. Falta de jeito	1	2	3	4	5
20. As modalidades existentes não são as que mais gostam	1	2	3	4	5
21. Acham que não são bons a praticar desporto	1	2	3	4	5
22. Não gostam dos treinadores/professores	1	2	3	4	5
23. Não sabem jogar	1	2	3	4	5
24. Não gostam de se submeter ao esforço físico	1	2	3	4	5
25. Tem uma má condição física	1	2	3	4	5
26. Os amigos também não praticam	1	2	3	4	5

	Discordo Plenamente	Discordo	Nem Discordo, nem Concordo	Concordo	Concordo Plenamente
27. Têm medo ou receio de fazer mal	1	2	3	4	5
28. Têm medo de se aleijar	1	2	3	4	5
29. Falta de informação	1	2	3	4	5
30. O desporto não traz benefícios	1	2	3	4	5
31. Não querem mudar o seu “visual” (ficar magro, com músculos)	1	2	3	4	5
32. Falta de apoios, subsídios	1	2	3	4	5
33. Por causa do seu “visual” (se são gordos ou muito magros)	1	2	3	4	5
34. Por causa da idade	1	2	3	4	5
35. Por preguiça	1	2	3	4	5
36. Porque não se sentem bem a praticar (sentem-se rejeitados...)	1	2	3	4	5
37. Não gostam do confronto físico	1	2	3	4	5
38. Falta de iniciativas desportivas por parte da autarquia	1	2	3	4	5
39. Porque não gostam de estar em grupo	1	2	3	4	5

Muito Obrigado pela sua colaboração!