

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Luciano Juchem

**MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADES FÍSICAS: UM ESTUDO
SOBRE TENISTAS BRASILEIROS INFANTO-JUVENIS**

Porto Alegre – 2006

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DO MOVIMENTO HUMANO
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Luciano Juchem

**MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADES FÍSICAS: UM ESTUDO
SOBRE TENISTAS BRASILEIROS INFANTO-JUVENIS**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Ciências do Movimento Humano.

Orientador: Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti

Porto Alegre – 2006

Dedicatória

Aos meus pais, João Carlos Santos Juchem e Helga Inge Juchem.

Ao meu irmão, Eduardo Juchem.

Agradecimentos

Ao concluir este trabalho, gostaria de expressar a minha gratidão a uma série de pessoas e instituições que colaboraram direta ou indiretamente pra a realização deste estudo.

Ao Prof. Dr. Carlos Adelar Abaide Balbinotti, orientador do trabalho, pela amizade, por me proporcionar a oportunidade de ser um de seus orientandos, pelos ensinamentos, pela paciência e incentivo em todos os momentos da realização deste trabalho.

Ao Prof. Dr. Marcos Alencar Abaide Balbinotti, pela autorização para a utilização do seu inventário IMPRAF-126 e pela condução do processo de construção do referencial teórico da área da Psicologia e da metodologia do trabalho.

Ao colega do PPGCMH, Marcus Levi Lopes Barbosa, pela disponibilidade, dedicação e paciência. A tua colaboração foi fundamental para este trabalho.

Ao colega do PPGCMH, Prof. Luciano da Rosa dos Santos, pela parceria em todos os momentos do trabalho.

À Associação Leopoldina Juvenil, pela liberação concedida de parte da minha carga horária de trabalho para que eu pudesse realizar este trabalho. Aos meus colegas de trabalho pela compreensão, auxílio e estímulo.

Aos tenistas pela colaboração e empenho na resposta do inventário.

À Andréia, minha namorada, pela parceria, paciência e dedicação e carinho.

RESUMO

As pesquisas sobre as motivações que levam crianças e jovens à prática de atividades físicas e desportivas vêm recebendo crescente destaque na literatura desportiva. O presente trabalho teve por objetivo central explorar e avaliar um grupo de 6 (seis) das mais relevantes dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas, que melhor descrevem os jovens tenistas brasileiros da faixa etária de 13 a 16 anos: Controle de Estresse, Saúde, Prazer, Competitividade, Sociabilidade e Estética. Mais especificamente, o estudo procurou verificar se há diferença estatisticamente significativa entre as dimensões motivacionais dos tenistas segundo as variáveis controladas: Sexo; Categorias (“até 14anos” e “até 16 anos”); Ranking (tenistas “integrantes do ranking” (IR) e tenistas “não integrantes do ranking” (NIR)); Experiência em competições (tenistas “estreadores em competições” (ER) e tenistas “não estreadores em competições” (NER)). Para tanto, aplicou-se o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas (IMPRAF-126; Balbinotti, 2004). O IMPRAF-126 é respondido numa escala do tipo Likert de cinco pontos (1 – Isto me motiva pouquíssimo a 5 – Isto me motiva muitíssimo) para verificar, em valores nominais, as dimensões que mais motivam os tenistas à prática de atividades físicas regulares. O IMPRAF-126 foi aplicado em 226 jovens tenistas de ambos os sexos, com idades entre 13 e 16 anos. Todos os tenistas participam das competições promovidas pelas Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis. Constatou-se que a dimensão que mais motiva os tenistas à prática regular de atividades físicas é o *Prazer* seguido por um grupo, indissociável estatisticamente, formado pela *Competitividade* e a *Saúde*. Seguem-se a este grupo a *Sociabilidade*, a *Estética* e o *Controle de Estresse*. Avaliando as motivações dos tenistas com as variáveis controladas, percebe-se que o *Controle de Estresse* motiva significativamente mais os tenistas do sexo masculino em comparação com os tenistas do sexo feminino. Tenistas da Categoria “até 16 anos” se motivam significativamente mais que os da categoria “até 14 anos” pela *Sociabilidade*. A *Competitividade* motiva significativamente mais aos tenistas IR do que aos tenistas NIR. Os tenistas NEC se motivam significativamente mais que os tenistas EC pela *Competitividade*. Os resultados deste estudo sugerem que a prática dos jovens tenistas brasileiros se origina predominantemente pelas suas motivações intrínsecas. Recomendamos que novos estudos com tenistas e com atletas de outros esportes, sejam realizados para aprofundar os conhecimentos sobre a motivação dos jovens à prática de atividades físicas.

Palavras-Chave: Motivação. Atividades Físicas. Tenistas Infanto-Juvenis.

ABSTRACT

Researches about the motives that lead children and young adults to practice sports and physical activities have been receiving increasing recognition in the sports literature. The main objective of this study was to explore and evaluate 6 (six) groups of the most important dimensions of the motivations associated to the practice of sports and regular physical activities that best describe the young Brazilian tennis players ages ranging from 13 to 16 years old: *Stress Control*, *Health*, *Pleasure*, *Competitiveness*, *Sociability*, and *Aesthetics*. More specifically, the study is projected to verify significant statistical differences between the motivational dimensions of the tennis players in agreement with controlled variables: Gender; Categories (“up to 14 and up to 16 years of age); Ranking (players who “ranking integrants” (IR) and players who are “non-raking integrants” (NIR)); Experience in competitions (“rookies in competitions” (ER) and players who are “non-rookies in competitions” (NER)). In order to do that, the “Inventario de Motivacao a Pratica Regular de Atividades Fisicas” (IMPRAF-126; Balbinotti, 2004), was applied. The IMPRAF-126 is a test that rates the answers in a Likert scale form of 5 points (1 – It’s not very motivating to 5 – It’s very motivating) verifying in nominal values, the dimensions that motivate most tennis players to the practice of sports physical activities on a regular basis. The IMPRAF –126, surveyed a sample of 226 young tennis players of both genders, ages between 13 and 16 years old. All the participants compete in events promoted by the Gaucha and Catarinense (States of Rio Grande do Sul and Santa Catarina, Brazil) tennis federations. The research established that the dimension that mainly motivates the tennis players to practice regularly is *Pleasure*, followed by a group, indivisible statistically, formed by *Competitiveness* and *Health*. Following this group is the *Sociability*, *Aesthetics* and *Stress Control*. Evaluating the motivations of the players with controlled variables, it is perceived that *Stress Control* motivates significantly more males in comparison with females. Tennis players of the category “up to 16’s” are significantly more motivated by *Sociability* than the “up to 14’s” are. *Competitiveness* significantly motivates more IR than NIR players. The NEC is significantly more motivated by *Competitiveness* than the EC group. The results of this study suggest that the intrinsic motivations are predominantly the origin to practice of sports and physical activities of the young Brazilian Tennis Players. We recommend that additional studies are directed with athletes of other sports in order to develop the knowledge about the motivational factors that lead children and young adults to the practice of sports and physical activities.

Key-Words: Motivation. Physical Activities. Junior Tennis Players.

Lista de Tabelas

Tabela 1: Distribuição de frequências de sujeitos por variável sócio-demográfica	39
Tabela 2: Estatísticas de Tendência Central, de Dispersão e Distribuição da amostra	49
Tabela 3: Estatísticas de Tendência Central, de Dispersão e Distribuição da amostra	65
Tabela 4: Dimensões motivacionais dos tenistas	67
Tabela 5: Comparações entre dimensões, intra-sexo (masculino)	68
Tabela 6: Comparações entre dimensões, intra-sexo (feminino)	69
Tabela 7: Comparação entre as médias das dimensões por “sexo”	70
Tabela 8: Comparações entre dimensões, intra-categoria (14 anos)	71
Tabela 9: Comparações entre dimensões, intra-categoria (16 anos)	72
Tabela 10: Comparação entre as médias das dimensões por “categoria” (14 anos e 16 anos)	73
Tabela 11: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “integrantes do ranking” (IR)	74
Tabela 12: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “não integrantes” do ranking (NIR)	75
Tabela 13: Comparação entre as médias das dimensões dos tenistas IR e tenistas NIR	76
Tabela 14: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “estreantes em competições”	77
Tabela 15: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “não estreantes em competições”	78
Tabela 16: Comparação entre as médias obtidas entre tenistas EC e NEC, em cada dimensão em estudo	79

Lista de Gráficos

Gráfico 1: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais.....	50
Gráfico 2: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “sexo” controlada.....	54
Gráfico 3: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “categoria” controlada.....	57
Gráfico 4: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “ranking” controlada.....	61
Gráfico 5: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “experiência em competições” controlada.....	64

Sumário

Dedicatória	III
Agradecimentos	IV
RESUMO	V
ABSTRACT	VI
Lista de Tabelas	VII
Lista de Gráficos	VIII
Sumário	IX
Introdução	1
1 A Motivação à prática de atividades físicas	5
1.1 Pressupostos orientadores da Teoria da Autodeterminação (TAD)	8
1.1.1 Compreendendo a Motivação Intrínseca.....	9
1.1.2 Compreendendo a Motivação Extrínseca.....	10
1.1.3 Sobre a Amotivação	12
1.2 Fatores motivacionais relacionados à prática regular de atividades físicas	13
1.2.1 O Controle do Estresse	14
1.2.2 A Saúde.....	16
1.2.3 A Sociabilidade.....	17
1.2.4 A Competitividade	18
1.2.5 A Estética	20
1.2.6 O Prazer	21
2 Treinamento de Tenistas Infanto-Juvenis	24
2.1 O Planejamento do treinamento de tenistas infanto-juvenis.....	25
2.2 Sobre as competições do tênis infanto-juvenil	28
2.3 Características do circuito masculino e feminino do tênis infanto-juvenil	31
2.4 Preparação psicológica dos jogadores de tênis	33
2.5 Os tenistas “estreantes em competições”	36
3 Metodologia	39
3.1 População e Amostra	39
3.2 Instrumentos.....	41
3.3 Procedimentos	42
4 Apresentação dos resultados	44

4.1 Análise de itens	44
4.2 Estatísticas descritivas gerais	47
4.3 Estatísticas descritivas por variáveis controladas no estudo.....	50
4.3.1 Análises por “sexo”	50
4.3.2 Análises por “categoria”.....	54
4.3.3 Análises por “ranking”.....	58
4.3.4 Análises por “experiência em competições”	61
4.4 Comparações das médias.....	66
4.4.1 Comparações para amostra geral	66
4.4.2 Comparações por “sexo”	68
4.4.3 Comparações por “categorias”	70
4.4.4 Comparações por “ranking”.....	73
4.4.5 Comparações por “experiência em competições”	76
5 Discussão dos resultados	80
6 Conclusões	87
Referências	89
Anexos	98
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	99
IMPRAF-126	100

Introdução

Nas últimas décadas, as pesquisas sobre os fatores motivacionais que levam crianças, jovens e adultos à prática de atividades físicas e desportivas vêm recebendo crescente destaque na literatura desportiva. A grande variedade de atividades físicas em que os jovens participam e os diferentes níveis de envolvimento (aulas de educação física, escolas esportivas, esporte de rendimento) destes jovens, oportunizam um amplo campo de investigação para pedagogos e psicólogos do esporte.

Sabendo-se da importância de se utilizar os conhecimentos de diversas áreas para organizar o processo de treinamento dos jovens atletas (WEINECK, 1999; VERKOSHANSKI, 2001; BOMPA, 2002), o presente pretende avaliar as motivações que levam jovens tenistas brasileiros à prática regular de atividades físicas. A seguir, serão relacionados alguns trabalhos sobre a motivação de atletas e jovens com o intuito de ilustrar a grande variedade de pesquisas sobre a motivação.

Em trabalho que investigou a motivação de crianças e a prática de esportes, Roberts, Kleiber e Duda (1981) demonstram a relação existente entre a motivação à prática de atividades desportivas e a percepção de competência que esta participação proporciona. Segundo os autores, esportistas com alta percepção de competência são mais motivados e mais persistentes. Demonstram, também, uma alta expectativa de obtenção de sucessos futuros nesta prática. Os autores referem que crianças com boa habilidade motora apresentam uma maior motivação para a prática de atividades esportivas.

Gill, Gross e Huddleston (1983) investigaram a motivação de jovens que participam de escolas esportivas durante as férias escolares. Os resultados demonstram que os motivos que orientam esta participação são: desenvolver habilidades; divertir-se; aprender novas habilidades; enfrentar desafios e ter boa condição física.

Estudos também vêm sendo desenvolvidos nos diferentes esportes. Brodtkin e Weiss (1990) investigaram as motivações que levam nadadores com idades que

variaram entre 6 e 74 anos à participação em competições. A saúde, a forma física, o status social, a sociabilidade, gastar energia, o parceiro ou parceira (no sentido de relacionamento afetivo) e o prazer são as principais dimensões motivacionais que orientam esta participação.

Diferentemente dos nadadores, os praticantes de Luta Leonesa¹ (LÓPEZ e MÁRQUEZ, 2001), são motivados pelo desejo de alcançarem a fama através do esporte, por sentirem-se importantes, enfrentarem desafios e eliminarem as tensões. A saúde e forma física são as dimensões que menos motivam os lutadores. Balaguer, Duda, Atienza e Mayo (2002), em pesquisa realizada com equipes de elite do handebol feminino, referem que atletas cujos treinadores organizam treinamentos com objetivos centrados na tarefa apresentam maior motivação. Este tipo de treinamento também faz com que os atletas tenham uma melhor percepção de competência e recebam de forma mais eficaz as orientações de seus técnicos.

Segundo Balaguer e Atienza (1994), os principais motivos que levam jovens à prática do tênis são: melhorar o seu nível técnico; estar fisicamente bem; melhorar as habilidades; fazer novos amigos e manter-se em forma. Os motivos que menos influenciam esta prática são: satisfazer pais ou amigos; sentir-se importante; ser popular; gastar energia e receber prêmios. Embora este trabalho aborde a motivação de jovens tenistas, sentimos a carência de estudos sobre a motivação de jovens tenistas brasileiros.

Sendo o esporte um importante instrumento no processo educacional, entendemos que o jovem tem o direito de desenvolver suas aptidões através de um processo de treino que seja orientado a partir das motivações deste jovem. Dentre os principais motivos que podem influenciar a participação em treinamentos e nas competições estão presentes os aspectos relacionados à saúde, à estética, à sociabilidade, à competitividade, ao controle de stress, ao lazer, além de outras motivações menos relevantes.

¹ Luta desenvolvida da região de León na Espanha.

O objetivo central do trabalho é explorar e avaliar os níveis de seis dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas (Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer) que melhor descrevem os tenistas da faixa etária de 13 a 16 anos, filiados às Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis, participantes de competições regionais e nacionais. Mais especificamente o estudo ainda procurará descrever os níveis destas 6 dimensões motivacionais segundo as variáveis: Sexo; Categorias (14 e 16 anos); Ranking (“integrantes do ranking” (IR)² e “não integrantes do ranking” (NIR)); Experiência em competições (“estreantes em competições” (EC)³ e “não estreantes em competições” (NEC)). Será verificada, também, se há diferenças estatisticamente significativas entre as dimensões motivacionais dos tenistas com as variáveis “sexo”, “categorias”, “tenistas IR” e “tenistas NIR” e “tenistas EC” e “tenistas NEC” controladas.

A investigação foi realizada com tenistas filiados às federações Gaúcha e Catarinense de Tênis, participantes de competições oficiais do calendário regional e nacional. A opção de investigar esta faixa etária se deve porque, segundo diversos autores (SCHÖNBORN, apud WEINECK, 1999, p. 38; BOMPA, 2002; FORTI, 1991), corresponde ao momento em que o treino especializado deve ocorrer de forma sistemática. Outro fator preponderante nesta escolha foi o grande número de participantes destes grupos nos torneios realizados nestes dois estados. Cabe ressaltar, ainda, que segundo Forti (1991), os jovens desta faixa etária já apresentam condições de ter decisões próprias sobre suas motivações e escolhas. A seguir, será apresentada a estruturação deste trabalho.

O trabalho foi dividido em três partes. Primeiramente foi realizada a revisão de literatura, dividida em dois capítulos. O primeiro capítulo trata da Motivação, da teoria que orienta este trabalho, a Self-Determination Theory (DECI e RYAN, 1985; RYAN e DECI, 2000), que significa Teoria da Autodeterminação (TAD) e das dimensões

² Consideramos tenistas “integrantes do Ranking” os atletas classificados para a chave principal dos torneios regionais e nacionais das Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis.

³ Consideramos tenistas “estreantes em competições” aqueles que estão no primeiro ano de participação em torneios oficiais.

motivacionais relacionadas à prática de atividades físicas. O segundo capítulo trata das questões referentes ao treino de tenistas da categoria infanto-juvenil.

A segunda parte do trabalho trata da Metodologia utilizada neste estudo. Nela é descrita a população e a amostra que foi alvo da investigação, o instrumento utilizado e os procedimentos adotados para a coleta dos dados. Na terceira parte do trabalho são apresentados os resultados, a discussão e as conclusões deste estudo.

1 A Motivação à prática de atividades físicas

A Motivação tem sido objeto de estudo da área da psicologia pela importância da mesma em diversos domínios da vida das pessoas (RYAN e DECI, 2000b). Os autores entendem que estar motivado significa estar disposto a agir. Esta definição serve para as situações enfrentadas no trabalho, no esporte, na escola, e em várias outras áreas da vida dos indivíduos. Em relação às atividades físicas e desportivas, Balaguer e Atienza (1994, p.286) referem que a Motivação é resultado da “interação dos fatores pessoais (personalidade, necessidades e desejos) e os situacionais (a importância de uma partida ou acontecimento desportivo, as características do oponente e a orientação utilizada pelo treinador)”.

Os estudos sobre a motivação no contexto esportivo, em qualquer nível (aprendizado, lazer, competitivo), também tem recebido crescente destaque. Para Bompa (2001), os conhecimentos das áreas da psicologia, da anatomia, fisiologia, biomecânica, estatística, medicina esportiva, aprendizagem motora, pedagogia, nutrição, história, sociologia, testes e avaliações, formam a Teoria e Metodologia do Treinamento Desportivo. Estes conhecimentos, segundo o autor, fornecem avaliações objetivas da reação do atleta à qualidade e a carga dos exercícios. A motivação pra a prática esportiva é uma das contribuições da psicologia do esporte que auxiliam no planejamento e organização dos treinamentos.

Especificamente em relação ao treinamento desportivo infanto-juvenil, a necessidade de que o treinamento seja um processo desenvolvido ao longo de vários anos, através de procedimentos relacionados aos fundamentos físicos, técnicos, táticos e psicológicos adequados às crianças e jovens (DAMÁSIO e SERPA, 2000), torna o estudo da motivação associada à participação desportiva, fundamental.

Balaguer e Atienza (1994) ressaltam a necessidade de que os treinadores do desporto infanto-juvenil estruturem os treinos em função dos motivos que levam os jovens à prática desportiva. Martínez e Chirivella (1995) referem que a Motivação é uma variável chave no desporto e na atividade física, tanto para a aprendizagem como para o desempenho.

Em relação ao tênis não encontramos uma grande quantidade de trabalhos realizados na área da motivação. Em seu trabalho, Butt e Cox (1992) avaliam o perfil motivacional de um grupo de tenistas alto nível (participantes ou ex-participantes de Copa Davis), de um grupo de tenistas de equipes universitárias e de um grupo de tenistas que praticam o esporte por lazer. Segundo o estudo, a competição, a percepção de competência e a busca pela evolução de nível técnico motivam significativamente mais os tenistas de alto nível. A sociabilização é o único fator motivacional em que as médias não apresentam diferenças significativas entre os grupos.

Em relação a tenistas infanto-juvenis, podemos relacionar o trabalho de Balaguer e Atienza (1994) que avaliou as motivações que levam jovens tenistas da região de Valência (Espanha) à prática do tênis e, o trabalho de Villamarín, Maurí e Sanz (1998). Neste trabalho, Villamarín et al. (1998) verificaram os principais fatores motivacionais associados à prática do tênis durante a etapa de iniciação no desporto. Segundo os autores, os fatores motivacionais mais importantes foram: o prazer; melhorar habilidades; estar em forma; fazer exercício e competir. Os fatores motivacionais menos importantes foram: interesse dos pais pela prática do desporto; sentir-se importante; ocupar o tempo livre e viajar.

O estudo da motivação para a prática de esportes vem sendo realizado em uma extensa e variada gama de realidades relacionadas com a atividade física e o desporto (MARTÍNEZ e CHIRIVELLA, 1995). Porém, segundo os autores, esta grande variação de realidades e de domínios traz dificuldades para a delimitação conceitual de motivação. A este respeito, Martínez e Chirivella (1995, p.101) afirmam que a variedade habitual de definições de motivação faz com que o termo seja aplicado com diferentes e contraditórios significados. Isso dificulta a boa comunicação dos psicólogos com treinadores e desportistas, prejudicando também a correta interpretação das instruções. Além disso, não facilitam a compreensão de como se inter-relacionam as diversas estratégias e técnicas de motivação individual.

Martinez e Chirivella (1995) entendem que considerar a motivação isoladamente como uma característica interna do indivíduo (Motivação Intrínseca),

ou característica externa (Motivação Extrínseca), constitui-se em outro problema encontrado no âmbito da prática da atividade física e do esporte. A este respeito, Fortier, Vallerand et al. (1995) apontam que a Teoria da Autodeterminação (TAD) desenvolvida por Deci e Ryan (1985), constitui-se em um avanço nas pesquisas sobre motivação. Este avanço ocorre porque a TAD não avalia de forma isolada as motivações. A TAD postula que os comportamentos podem ser influenciados tanto pela Motivação Intrínseca, como pela Motivação Extrínseca e pela Amotivação.

Em relação às pesquisas sobre a motivação de crianças e jovens pra a prática esportiva, Duda (1987) entende que a uma limitação dos estudos é generalização de teorias e construtos utilizados com adultos para a realidade esportiva das crianças. A autora entende que um caminho para a solução desta questão é a adoção da teoria da motivação para a realização, desenvolvida por Nicholls (1984).

Duda (1987) sugere que a construção de uma teoria da motivação para o esporte deve ser alicerçada em um maior número de pesquisas sobre as mudanças que ocorrem ao longo do tempo, na percepção de habilidade esportiva das crianças. Devem ser consideradas, também, as diferenças individuais nos estágios de desenvolvimento. A autora salienta, também, a necessidade de se considerar a influência dos fatores situacionais, a influência de pais e treinadores e dos objetivos do grupo sobre a motivação. Finalizando, Duda (1987) entende ser fundamental que seja delineada a relação entre motivação direcionada para a tarefa e a motivação direcionada para o ego, as percepções de habilidade e os comportamentos no contexto esportivo. Em recente artigo, Reinboth e Duda (2005) fundamentam o estudo, desenvolvido com atletas universitários britânicos, na TAD e na teoria da motivação para a realização. Considerando a sua relevância para os estudos na área da motivação para a prática desportiva (VLACHOPOULUS, KARAGEORGHIS e TERRY, 2000), a TAD será utilizada como teoria orientadora do presente estudo. A seguir, apresentaremos os conceitos e definições da TAD.

1.1 Pressupostos orientadores da Teoria da Autodeterminação (TAD)

A Teoria da Autodeterminação (TAD) é uma macro-teoria da motivação humana que trata do desenvolvimento e do funcionamento da personalidade nos contextos sociais. A TAD entende que os humanos (quando saudáveis) são ativos, curiosos e demonstram uma prontidão para aprender e explorar. Estes comportamentos não necessitam de incentivos extras para ocorrerem (RYAN e DECI, 2000a). Segundo os autores, esta tendência natural de comportamento intrinsecamente motivado é de fundamental importância para o desenvolvimento social, cognitivo e físico dos indivíduos.

Para que o comportamento intrinsecamente motivado ocorra, a TAD entende ser necessária a satisfação das necessidades psicológicas inatas, de competência, de relacionamento com os pares e de autonomia (RYAN e DECI, 2000a). As pessoas possuem diferentes formas e tipos de motivações, estas motivações podem afetar o desenvolvimento e o funcionamento da personalidade das mesmas. Com o objetivo de organizar e explicar a ação e o reflexo destas motivações sobre o comportamento humano, a TAD divide as motivações em Motivação Intrínseca, Motivação Extrínseca e Amotivação (VLACHOPOULUS, KARAGEORGHS e TERRY, 2000).

No contexto da Macro-teoria da TAD, Deci e Ryan (1985), introduziram a sub-teoria chamada Organismic Integration Theory (OIT), que significa Teoria da Integração do ser humano (TIH). Esta teoria integra os diferentes tipos de motivação, explicando, desta forma a ação das mesmas sobre os comportamentos intrinsecamente motivados. A TIH classifica e organiza as motivações, da Amotivação até a Motivação Intrínseca, em um contínuo. Na extrema esquerda do contínuo está situada a Amotivação, na extrema direita do contínuo está situada a Motivação Intrínseca. Entre a Amotivação e a Motivação Intrínseca está localizada a Motivação Extrínseca com as diferentes classificações que a mesma recebe da TAD. As características e os efeitos destas motivações sobre os comportamentos serão explicitados em tópicos específicos na seqüência de revisão.

O comportamento intrinsecamente motivado é uma tendência natural do ser humano que se apresenta já na infância. Para que ele ocorra, Connel e Wellborn (1990) ressaltam a necessidade de que as necessidades de relacionamento com seus pares, as necessidades de autonomia e de competência sejam supridas pela atividade em questão. No mesmo sentido, Duda e Chi (1995) entendem que quanto maior a percepção de competência que a tarefa proporciona, maior será a motivação intrínseca das crianças. Esta idéia é corroborada por Valentini (2002). Entendendo que a motivação intrínseca é fundamental para os comportamentos ativos e criativos, a TAD procura estabelecer de que forma a motivação se mantém ou diminui, assim como, quais os fatores que contribuem para este fenômeno (RYAN e DECI, 2000a). Na seqüência trataremos das definições dos diferentes tipos de motivações e os efeitos das mesmas sobre os comportamentos.

1.1.1 Compreendendo a Motivação Intrínseca

Para Ryan e Deci (2000a), a Motivação Intrínseca (MI) é definida como realização de uma atividade para obter a própria satisfação. Quando intrinsecamente motivada, a pessoa é levada a agir preferencialmente pela satisfação e pelo desafio que a ação proporciona, e não pela pressão externa e premiações.

Segundo os autores, o fenômeno da MI foi pela primeira vez observado nos estudos relacionados ao comportamento animal. Nestes estudos, descobriu-se que muitos animais apresentavam um comportamento de exploração, de ação e curiosidade mesmo na ausência de reforços ou prêmios (WHITE apud RYAN e DECI, 2000a, p. 56). No ser humano, este comportamento intrinsecamente motivado, apesar de originar adaptações benéficas para o indivíduo, parece não se originar em nenhuma razão provocada, mas preferencialmente pela experiência positiva associada com o exercício e a melhoria das capacidades (RYAN e DECI, 2000a).

Embora a MI faça parte do ser humano, ela também irá variar na relação entre o indivíduo e a atividade, isto é, nem todos são motivados para todas as atividades. Neste sentido, Ryan e Deci (2000a) referem que existem duas linhas que

interpretam a MI. Uma linha interpreta a MI através do interesse que a atividade desperta. A outra linha interpreta a MI é através do prazer que a pessoa obtém por estar realizando uma atividade Ihe é motivante. Estas duas definições de MI derivam, segundo Ryan e Deci (2000a), do fato de que a MI foi sugerida como uma crítica contra duas teorias behavioristas dominantes nas pesquisas em psicologia dos anos 40 aos 60.

Skinner (apud RYAN e DECI, 2000a, p. 57) defendia que todo comportamento é motivado pelos prêmios. As atividades intrinsecamente motivadoras seriam aquelas em que o prêmio está na própria atividade. Desta forma, passou-se a investigar quais atividades seriam motivadoras. Por outro lado, a teoria da aprendizagem (HULL apud RYAN e DECI, 2000a, p. 57), defendia que todos os comportamentos são motivados por impulsos fisiológicos, as atividades intrinsecamente motivadoras seriam as que se originam nas necessidades fisiológicas inatas.

A TAD entende que os indivíduos se motivam por participar de determinadas atividades pela oportunidade que esta participação traz de satisfazer as necessidades psicológicas inatas de competência, autonomia e de relacionamento. Esta satisfação aumentaria a MI, cabe ressaltar, que a MI não é a única forma de motivação que atua sobre os comportamentos dos indivíduos. A TAD entende que a Motivação extrínseca (ME) e a Amotivação (AM) também influenciam os comportamentos.

1.1.2 Compreendendo a Motivação Extrínseca

Em 1975, Deci definiu que os comportamentos estimulados por forças externas ao indivíduo seriam resultados da Motivação Extrínseca (ME) (VLACHOPOULUS, KARAGHEORGHIS e TERRY, 2000). Ainda segundo os autores, a TAD considera que 4 tipos de ME atuam sobre os comportamentos: Regulação externa, Introjeção, Identificação e Integração.

Fortier, Vallerand et al. (1995) entendem os comportamentos associados à conquista de prêmios ou coação, são originados pela Regulação Externa. Os comportamentos originados pela Introjeção são aqueles em que as contingências externas (desejos de pais, amigos ou treinadores) começam a ser internalizadas e o indivíduo começa a pressionar a si próprio para participar da atividade. A Identificação e a Integração possuem características que as diferenciam das demais ME (RYAN e DECI, 2000a).

A Identificação e a Integração são consideradas pela TAD as formas mais autônomas de ME. A identificação é explicada por Ryan e Deci (2000a) através dos casos em que os comportamentos estimulados ou esperados por terceiros passam a ser considerados como algo importante para o indivíduo. Os autores exemplificam este tipo de ME pelo indivíduo que decora uma lista de palavras porque sabe que a mesma será útil para que possa escrever com desenvoltura.

A forma mais autônoma de ME é a integração, nela o indivíduo passa a aceitar a validade e utilidade do comportamento a ponto de passar a fazer parte de seus valores e motivações internas (FORTIER, VALLERAND et al., 1995). Estas ME são dispostas pela TIH entre a Amotivação e a Motivação Intrínseca. As motivações (Amotivação, Motivação Extrínseca e Motivação Intrínseca) estão dispostas no contínuo da seguinte forma: Na extrema esquerda do contínuo está situada a Amotivação (o indivíduo não demonstra nenhum interesse em agir). Ao lado, em direção à direita do contínuo estão colocadas as ME. A primeira ME é a Regulação Externa, seguida pela Introjeção, pela Identificação e pela Integração. Ao lado desta última forma de ME está situada a Motivação Intrínseca (MI) que é considerada o protótipo da atividade intrinsecamente motivada (RYAN e DECI, 2000a).

Vários trabalhos em diversas áreas do cotidiano das pessoas são sustentados pelos pressupostos da TAD. Ryan e Connell (1989), em trabalho realizado com crianças em idade escolar verificaram que quanto mais as crianças são externamente reguladas, menos interesse pela tarefa é demonstrado, o grau de dedicação também é menor e passam a culpar os outros (professores) por seus insucessos. Outros trabalhos realizados sobre os diferentes tipos de ME demonstraram a existência de um grande engajamento nas tarefas decorrentes de

ME que aumentam a percepção de autonomia e competência nas crianças (CONNELL e WELLBORN, 1990).

Em seu trabalho, Miserandino (1996) relata que crianças que sentem perda da autonomia e diminuição na percepção de competência apresentam retrocesso no comportamento em aula. Crianças cujas ME proporcionam um aumento na percepção de competência e autônias apresentam evolução no comportamento, e, maior engajamento nas atividades escolares. A relação entre a percepção de autonomia e competência com a diminuição no abandono esportivo (VALLERAND e BISSONETTE, 1992), com um melhor aprendizado (GROLNICK e RYAN, 1987) e maior sensação de bem estar (SHELDON e KASSER, 1995) também estão associados a estas formas mais autônomas de ME.

1.1.3 Sobre a Amotivação

A TAD considera a amotivação o estado em que o indivíduo não demonstra interesse em agir ou participar das tarefas ou atividades (RYAN e DECI, 2000b). Quando a pessoa está amotivada ela poderá não agir, ou, agir sem nenhum interesse, apenas cumprindo a tarefa. Ryan e Deci (2000b, p. 72) entendem que:

“a amotivação pode ser resultante do fato da atividade não ser considerada importante para o indivíduo (RYAN, 1995), do indivíduo não se sentir competente para realizar a tarefa (BANDURA, 1986), ou não considerar importante a realização das tarefas estabelecidas por motivações externas (SELIGMAN, 1975)”.

A amotivação (AM) se contrasta com a MI e a ME porque ela significa a perda e ou carência de ambos os tipos de motivação (DECI e RYAN, 2000). As pessoas com AM se percebem controladas externamente, podendo desenvolver sentimentos de baixa auto-estima e depressão. Para Pelletier et al. (2001), a amotivação é o estado em que o indivíduo não percebe a relação entre a sua ação e os resultados desta ação. Pessoas com AM agem sem objetivo, ou, perdem a intenção de agir. Elas sentem que perdem o controle sobre os atos. Os comportamentos influenciados pela AM são os menos autodeterminados porque não possuem razão de

acontecerem, porque não tem expectativas de obtenção de premiação, e, não existe a expectativa de que esta situação vá mudar com o passar do tempo.

A AM em jovens estudantes está freqüentemente associada aos casos de abandono da prática nas aulas de educação física e até ao abandono do estudo (NTOUMANIS, 2005). Estes ocorrem quando os indivíduos não aceitam ou não se interessam por participar em determinadas atividades. Muitas vezes a AM decorre das sensações de incompetência trazida pela atividade e pelo fato dos indivíduos não terem controle sobre as ações e intenções.

O estudo de Ntoumanis (2005), também demonstra a relação entre a AM, à concentração e o esforço durante as aulas de educação física. Os estudantes com AM prestam menos atenção nas orientações dos professores, se concentram menos na realização das tarefas e, por conseqüência, apresentam piores desempenhos. Estas percepções e comportamentos estão associados ao abandono das aulas de educação física e das atividades físicas fora da escola.

1.2 Fatores motivacionais relacionados à prática regular de atividades físicas

O estudo da motivação teve o seu crescimento associado aos vários âmbitos da vida esportiva e social dos indivíduos. Na área da Psicologia do esporte, o final do século XX, caracterizou-se por um aumento na criação e validação de instrumentos para avaliar diferentes variáveis cognitivas e comportamentais que intervêm na prática de atividades físicas em relação à saúde (NIÑEROLA apud CAPDEVILA et al., 2004, p. 56).

Segundo Zahariadis e Biddle (2000), os instrumentos avaliam a motivação dos indivíduos para a prática desportiva através dos motivos que os levam a esta prática. Os motivos caracterizam-se como ponto de partida para que se entenda a motivação dos indivíduos à prática desportiva. Por serem desenvolvidos em diferentes contextos e com diferentes objetivos, os instrumentos avaliam a motivação através de várias dimensões. Martínez e Chirivella (1995) mencionam esta questão e referem que Weinberg e Gould (1995) apontavam dezenove

dimensões motivacionais e emocionais que levam os indivíduos à prática de atividades desportivas. Entre elas, destacam-se: o desejo de aprovação social, a manutenção da forma física e da saúde, a competição, a amizade, o reconhecimento, a intimidação e controle, o controle de estresse e o estilo de vida.

Em relação aos fatores motivacionais que levam crianças e jovens para a prática do desporto, Gaya e Cardoso (2004, p.292) observam que:

[..] os motivos pelos quais crianças e jovens praticam desporto são, em grande escala, coincidentes, e configuram-se em: aprender, adquirir e testar habilidades; divertir-se, estar com amigos, fazer novos amigos, participar de grupos; participar de desafios, competir, ser vencedor, ter sucesso, realização pessoal; excitação do jogo.

Em seu trabalho, Gaya e Cardoso (2004) avaliam a motivação de jovens para a prática desportiva através dos fatores motivacionais: competência desportiva, amizade/lazer e saúde. Capdevilla et al. (2004), referem que um dos inventários que servem de referência para a literatura especializada é o Exercise Motivations Inventory (EMI-2; MARKLAND e HARDY, 1993). Este inventário avalia as motivações através de uma ampla gama de fatores que podem levar à prática de atividades físicas: Controle de Estresse, Prazer, Competitividade, Estética, Sociabilidade e Saúde, Força e Resistência Muscular, Agilidade e Flexibilidade. A seguir apontaremos os fatores motivacionais que mais comumente estão relacionados à motivação para prática de atividades físicas regulares (RYAN et al., 1997; WANG e WIESE-BJORNSTAL, 1996 e WEINBERG et al., 2000).

1.2.1 O Controle do Estresse

Os benefícios de natureza funcional, psicológica ou social que a participação regular em atividades físicas ou desportivas fornece para os indivíduos, em especial para crianças e adolescentes, constituem-se em dados aceitos tanto pela comunidade científica como pela população em geral (FONSECA, 2004; REINBOTH e DUDA, 2005). Segundo Mota (2004), os benefícios psicológicos da atividade física

são tão importantes como os benefícios físicos, pois o bem estar psicológico contribui para a saúde. Dentre os benefícios psicológicos está a melhoria dos estados de humor, a diminuição da ansiedade e da depressão e o controle do estresse.

O estresse é definido por MacGrath (apud WEINBERG e GOULD, 2001, p. 98), como “um desequilíbrio substancial entre demanda (física e/ou psicológica) e a capacidade de resposta, sob condições em que a falha em satisfazer aquela demanda tem importantes conseqüências”. Segundo Weinberg e Gould (2001), existem várias fontes causadoras de estresse, entre elas salientam-se a perda de um ente querido, mudança de emprego, pane no carro, problemas com colegas de trabalho. As questões referentes ao cotidiano da vida em grandes centros urbanos como o trânsito, a poluição sonora e atmosférica e a violência também são importantes fontes causadoras de estresse que diminuem a sensação de bem estar físico e psicológico.

Capdevilla et al. (2004), entendem que a dimensão Controle de Estresse diz respeito aos motivos relacionados à utilização do esporte como uma forma de controlar a ansiedade e o estresse da vida cotidiana. As interações sociais, a sensação de competência e a melhoria da condição física proporcionadas pelo esporte aumentam as sensações de bem estar. Por outro lado, sabe-se que a prática esportiva, em especial a competição, pode ser fonte de estresse para os indivíduos, a ponto de causar o abandono desta prática (GOULD et al., 1996a; FONSECA, 2004). Estas fontes de estresse são encontradas nos contextos de prática esportiva com carga excessiva de treinamentos, com valorização excessiva dos resultados competitivos, e, onde não são proporcionadas aos jovens as sensações de competência e de prazer. A construção de objetivos e de avaliações centrados em resultados competitivos gera um aumento na ansiedade, na agressividade e no relacionamento entre colegas e com o treinador, contribuindo desta forma com a diminuição da motivação intrínseca e do comprometimento com a prática (VAZOU, NTOUMANIS e DUDA, 2005; MILLER, ROBERTS e OMMUNDSEN, 2005).

1.2.2 A Saúde

Na atualidade o conceito de saúde se expandiu e deixou de ser restrito à medicina. Hoje em dia não se considera a saúde apenas como a ausência de doença. Segundo Reinboth e Duda (2005), a Organização Mundial da Saúde entende que a saúde não é apenas a ausência de doença, mas o estado em que o indivíduo se sente fisicamente, psicologicamente e socialmente bem.

Neste sentido a saúde passou a ser considerada como um bem a ser conquistado através do estilo de vida e dos comportamentos corporais. O envolvimento nas práticas desportivas e atividades físicas é considerado um dos padrões de comportamento que afetam positivamente a saúde (MOTA, 2004). Sendo o indivíduo um co-responsável pela saúde e pelo estilo de vida saudável, percebe-se a necessidade de uma educação para a saúde (GRAÇA e BENTO, 1993).

Esta percepção de que a saúde é um bem que deve ser conquistado através de comportamentos e hábitos saudáveis ao longo da vida, tem sido sustentada por diferentes pesquisas. As pesquisas associam a prática de atividades físicas regulares com benefícios para a saúde do sistema cardiovascular, com o aumento da força e da resistência, com o controle do peso e a manutenção da saúde mental (WANKELE, 1993). Estas evidências têm incentivado a prática de atividades físicas regulares visando à manutenção da saúde atual e a prevenção de doenças associadas ao sedentarismo (CAPDEVILLA et al., 2004). A educação física escolar e as escolas esportivas têm um importante papel pedagógico e didático na criação do hábito da prática regular de atividades físicas como forma de prevenir as doenças causadas pelo sedentarismo na sociedade contemporânea. Através da divulgação destes resultados em campanhas educativas, aliadas a programas que estimulam a prática esportiva, os governos procuram diminuir o sedentarismo da população.

Graça e Bento (1993) entendem que para desenvolver estratégias de ação que cumpram com sucesso os objetivos é necessário que se saiba como os sujeitos se posicionam frente a esses objetivos. Neste sentido os autores procuraram saber como os jovens praticantes de esporte escolar se posicionam em relação à sua

saúde. O estudo indicou que os jovens têm uma preocupação baixa com a sua saúde, o seu rendimento físico e a sua capacidade de rendimento corporal. Além disso, os jovens demonstraram que entendem que as suas ações podem interferir na manutenção da saúde. Dados como estes demonstram a existência de um grande campo de ação para os educadores físicos, pois os jovens acreditam que podem intervir na sua condição de saúde, mas ainda não consideram a saúde como algo digno de preocupação. Uma adequada intervenção dos programas de educação física e de esportes pode auxiliar na conscientização de que a saúde é um bem que deve ser conquistado ao longo da vida das pessoas.

1.2.3 A Sociabilidade

A necessidade e os benefícios da participação de crianças e jovens em atividades físicas e desportivas são cada vez mais aceitas em nossa sociedade, sabe-se hoje em dia que esta participação é um pré-requisito para que a criança cresça e se desenvolva com saúde. Hughson (1986) entende que a prática desportiva desempenha um importante papel no processo de sociabilização das crianças. Através do esporte a criança aprende valores como a responsabilidade, o respeito às normas e regras, e a subordinação do “eu” ao grupo. Os processos de comparações dão às crianças a possibilidade de se posicionarem dentro do grupo, tendo assim uma noção de sua competência relativa.

Weinberg e Gould (2001) consideram que a sociabilidade é um dos mais importantes fatores motivacionais para a prática de atividades físicas em crianças e jovens. As crianças apreciam o esporte devido à oportunidade que o mesmo proporciona de estar com amigos e fazer novas amizades. Esta convivência entre amigos, e no grupo está relacionada às questões de aceitação, à auto-estima e à motivação de uma criança (WEINBERG e GOULD, 2001, p. 478). Se identificar e ser aceito por parte de um grupo, especialmente nos contextos esportivos, parece ter fundamental importância no processo de sociabilização dos jovens.

Smith (1999) demonstra que os jovens que se sentem aceitos e sentem amizade pelos parceiros de prática desportiva apresentam altos índices de

motivação e participação em práticas esportivas entre os 12 e 15 anos de idade. Ullrich-French e Smith (2005) demonstram que o bom relacionamento e aceitação por colegas, ou com parentes, fazem com que os jovens sintam um maior prazer pela atividade que está sendo praticada e tenham uma melhor percepção de competência. Estes jovens apresentam, também, melhores índices de motivação autodeterminada e menores índices de estresse. Percebe-se, desta forma, que a maneira o papel dos treinadores é fundamental neste processo, a maneira como os treinamentos e os objetivos competitivos são traçados podem afetar diretamente a MI dos jovens atletas.

Para a teoria da autodeterminação, a necessidade psicológica do indivíduo em ser aceito e fazer parte em um grupo, que é algo obtido através da sociabilidade, representa uma das necessidades psicológicas básicas. A satisfação desta necessidade está associada à MI dos indivíduos. Cabe ressaltar que esta necessidade ocorre em todas as atividades, e não somente no contexto esportivo. A participação em atividades que satisfazem à necessidade de afiliação é considerada autodeterminada, sendo resultante predominantemente da MI (RYAN e DECI, 2000a). Segundo Hassandra et al. (2003), os envolvimento sociais são determinantes para o aumento da MI. Allen (2003) também refere que a Sociabilidade é o fator motivacional que melhor explica a participação de jovens em atividades esportivas. A valorização da sociabilidade aumenta com o passar da idade em meninos e permanece estável nas meninas (FERNÁNDEZ e SOLÁ, 2001).

1.2.4 A Competitividade

Weinberg e Gould definem que a “Competitividade é a característica de personalidade que melhor prevê o modo como as pessoas avaliam situações competitivas objetivas”(2001, p. 122). Para Gill e Deeter (apud WEINBERG e GOULD, 2001, p. 122) a competitividade é o prazer de competir e o desejo de lutar por sucesso em situações competitivas. A competitividade das pessoas pode ser orientada à vitória ou, orientada ao objetivo. Pessoas com orientação dirigida à vitória possuem foco na comparação interpessoal e na vitória da competição.

Pessoas com orientação ao objetivo possuem foco nos padrões de desempenho pessoal.

A orientação de uma pessoa afeta a forma como ela percebe a situação competitiva. Segundo Reinboth e Duda (2005), as conseqüências negativas da participação desportiva surgem em decorrência de pressões e motivações extrínsecas exercidas por pais e treinadores através da importância atribuída aos resultados competitivos. Estas situações de pressão surgem em função da valorização excessiva dos resultados e da incongruência entre os objetivos que os jovens buscam com a prática esportiva e os objetivos dos pais e treinadores.

Percebe-se a necessidade de que se coloque a criança no centro do processo competitivo. As estratégias de ação, de organização e de condução dos treinamentos e das competições podem destacar os pontos negativos ou positivos das competições. Desta maneira, o respeito aos interesses, às necessidades e expectativas dos jovens pode ser o passo inicial para que os pontos positivos das competições sejam destacados. Trabalhos de diferentes autores (WHITE e DUDA, 1994; NEWTON e DUDA, 1993; FORTIER, VALLERAND et al., 1995; PETHERICK e WEIGAND, 2002) demonstram que os homens são mais extrinsecamente motivados que as mulheres, pois demonstram mais interesse em demonstrar as suas habilidades em situações competitivas. No estudo realizado com tenistas infanto-juvenis de alto nível, Newton e Duda (1994) apontam que os tenistas do sexo masculino são orientados à vitória, as tenistas do sexo feminino são orientadas ao desempenho.

Segundo Marques (2004), muitos pedagogos vêm opondo uma séria resistência à adoção do desporto como um modelo de formação e educação dos mais jovens. Esta resistência ocorre porque estes pedagogos consideram que o esporte promove na juventude valores exacerbados de concorrência e de individualismo, em prejuízo dos valores da igualdade e da solidariedade. Neste sentido, Gaya e Torres (2004, p. 73) entendem que:

“O esporte de rendimento para crianças e jovens constitui-se num espaço amplo de formação e educação. Embora se constitua numa prática

seletiva sobre o ponto de vista do talento desportivo, não se pode negar sua potencialidade em propiciar oportunidades diversas para o desenvolvimento social e moral dos participantes”.

Mesmo que alguns pedagogos sejam contrários ao esporte de rendimento para crianças e jovens, muitos participantes de esportes competitivos afirmam que tais esportes não apenas podem revelar esforços cooperativos entre colegas perseguindo um esforço comum, mas também ajudam a preparar uma pessoa para a vida (WEINBERG e GOULD, 2001, p. 120). Os autores entendem que todas as atividades esportivas e competitivas envolvem tanto a competição como a cooperação. As interações entre as forças competitivas e cooperativas nas atividades competitivas são complexas, mas estão sempre presentes. No que tange à prática de atividades físicas regulares, especialmente em relação ao esporte que é objeto de nosso estudo (tênis competitivo infanto-juvenil), a afirmação de Marques (2004, p. 76) de que o sentido primordial do desporto para a criança é o jogo, a competição, pode auxiliar no entendimento fator motivacional competitividade e da importância do mesmo no processo educacional dos jovens. Para o autor, a competição e o esporte se confundem no entendimento da criança sobre o significado da prática.

1.2.5 A Estética

A estética, em especial a corporal, aparece como um valor de extrema importância em nossa sociedade (GARCIA e LEMOS, 2003). Os autores consideram o corpo humano uma construção cultural, comparando o mesmo com uma madeira que cada um esculpe de acordo com a sua própria vontade, satisfazendo os mais variados projetos individuais.

Segundo Meinberg (apud GARCIA e LEMOS, 2003, p.34), a imagem que o nosso tempo elegeu como a ideal, aproxima-se da imagem evidenciada pelos jovens, de onde resulta o imperativo ético de ter que se manter jovem o maior tempo possível. Na atualidade, mais importante do que as virtudes e defeitos da juventude são as impressões corporais transmitidas para o exterior, onde ser é nitidamente

subjugado ao parecer (GARCIA e LEMOS, 2003, p.34). Os autores consideram que pra que tal aconteça, é necessário que se construa uma imagem esteticamente agradável, desta forma o desporto e a atividade física assumem um importante papel na consecução deste processo de simulação.

O processo de crescimento e maturação pode afetar a auto-imagem, as motivações e os interesses dos jovens atletas (CUMMING et al., 2005). Ingledew e Sullivan (2002) demonstram que na adolescência a imagem corporal e a massa corporal influenciam fortemente a motivação intrínseca para o exercício, a tal ponto que podem afetar a adesão aos exercícios. O estudo revela que os adolescentes jovens se motivam menos que os adolescentes de maior idade para a prática de atividade física pelas questões de estética e controle de peso. Não existiram diferenças entre os sexos no grupo de adolescentes jovens e, também, no grupo de adolescentes com maior idade. Os adolescentes masculinos com maior idade que se consideram acima do peso ideal, são menos motivados pelo controle de estresse, pelo reconhecimento social e pelos desafios. As adolescentes do sexo feminino são menos motivadas pela competitividade, prazer e por fazer parte de um grupo.

O tipo de atividade física escolhida pelo praticante é originado por diferentes motivações. Frederick e Ryan (1995) relatam que praticantes de esportes possuem a motivação direcionada ao prazer pela atividade e pela competência. Praticantes de atividades físicas apresentam a motivação direcionada para o condicionamento físico e a aparência. Tahara, Schwatz e Silva (2003) também apontam a preocupação com a estética como um dos principais motivos da aderência à prática de exercícios em academias. Percebe-se, desta forma, que na dimensão Estética estão incluídos os motivos relacionados à busca de um modelo de corpo e de estética (estabelecido pelos contextos culturais), através da prática de atividades físicas.

1.2.6 O Prazer

A diminuição do tempo gasto com o trabalho, o aumento da escolaridade e as facilidades tecnológicas do mundo contemporâneo proporcionaram um aumento do

tempo disponível para atividades de lazer. Neste espaço de lazer, as pessoas buscam atividades que atendam às suas necessidades físicas, sociais e de valores (Mota, 2001). O autor entende que as atividades físicas, enquanto fenômeno orientado para a realização dessas necessidades, é um domínio que vem recebendo uma crescente aceitação na sociedade. Este crescimento se deve à relação entre a prática de atividades físicas e o crescimento dos níveis de qualidade física e bem estar, assim como a oportunidade de interação social proporcionada por esta prática. Segundo Ryan e Deci (2001), a sensação de bem estar provém do prazer que o indivíduo sente ao realizar as atividades. Esta sensação pode se originar especificamente da prática, ou também do ambiente e das condições em que esta prática é realizada.

A dimensão Prazer reflete, também, as motivações intrínsecas dos indivíduos. A teoria da autodeterminação sustenta que as atividades que proporcionam prazer, que trazem a noção de competência e autonomia, são os protótipos dos comportamentos autodeterminados (RYAN e DECY, 2000a). Os comportamentos autodeterminados não necessitam de ME para ocorrerem, eles acontecem de forma voluntária. Capdevilla e col. (2004) também entendem que a dimensão Prazer está relacionada às sensações de bem estar, diversão e satisfação que a prática desportiva proporciona para a pessoa. Os motivos relacionados a estas sensações sentidas, durante ou após a prática de atividades físicas, formam a dimensão Prazer.

Segundo Wankel (1993), o prazer proporcionado pelas atividades físicas é responsável pela manutenção da prática, possibilitando a conseqüente obtenção dos benefícios físicos e psicológicos desta prática. Grande parte dos estudos sobre as motivações que levam adolescentes à prática de atividades físicas, revela que o prazer obtido pelo jovem na prática desta atividade é fundamental na criação do hábito de praticar atividades físicas. Da mesma forma, a falta de prazer, causada por treinamentos muito intensos, pela excessiva valorização das competições, dentre outros fatores, pode fazer com que o jovem abandone a prática do esporte (WEINBERG et al., 2000).

Para Mota (2004), quanto se tem por objetivo encorajar os jovens à prática de atividades físicas ao longo da vida, devemos enfatizar a importância da qualidade da experiência durante a participação. Segundo o autor (p. 176, 2004):

“Se a experiência for positiva ou divertida, se a experiência valorizar as percepções da criança e do adolescente, então, com mais probabilidade, os jovens manterão a atividade para o resto da vida”.

A seguir serão apresentadas algumas das questões referentes ao treinamento e às competições de tenistas das categorias infanto-juvenis que são fundamentais no entendimento da motivação para a prática de atividades físicas de tenistas brasileiros infanto-juvenis.

2 Treinamento de tenistas infanto-Juvenis

Neste capítulo, serão abordadas as questões referentes ao treinamento de tenistas infanto-juvenis. Para dar conta do treino infanto-juvenil, Bompa (2002), Verkoshanski (2001) e Weineck (1999) consideram fundamental a utilização de conhecimentos vindos de várias disciplinas (nutrição, biomecânica, fisiologia, medicina, psicologia entre outras). Para vários autores (MARQUES e OLIVEIRA, 2001; TSCHIENE, 1990; FACAL, 1990; VILTE e CARBALLO, 1989), o treinamento infanto-juvenil ainda necessita de um maior desenvolvimento das questões teóricas que o orientam. Vilte e Carballo (1989) referem que a criança tem sido pouco estudada pela ciência do esporte, onde os aspectos médicos, biomecânicos, anatômicos, neurofisiológicos, psicológicos, didáticos, sociais e organizacionais são levados em conta como um todo.

Tschiene (1990) entende que a teoria do treinamento infanto-juvenil se baseia principalmente em experiências práticas dos treinadores e esportistas, em noções parciais, em sugestões metodológicas obtidas das ciências biológicas e pedagógicas, e nas idéias e princípios da moderna ciência do treinamento desportivo. Para Marques e Oliveira (2001), os modelos explicativos existentes, “[..] apóiam-se muito na experiência e no conhecimento empírico, em orientações pedagógicas e normativas, e menos do que seria desejável na explicação científica”. Alguns princípios, no entanto, são consensos entre os pedagogos do esporte. Dentre eles podemos referir o desenvolvimento do treinamento em longo prazo (BALYL, 2003) e o desenvolvimento das capacidades coordenativas nas idades apropriadas (WEINECK, 1999). Damásio e Serpa (2000) entendem que o treino de crianças e jovens deve ser um processo a ser desenvolvido ao longo de vários anos, conduzido através de procedimentos relacionados aos fundamentos físicos, técnicos, táticos e psicológicos adequados às crianças e jovens.

O treinamento de tenistas, entre as décadas de 70 e 80, se caracterizava pela falta de planejamento e pelo desconhecimento dos fatores que limitam o potencial de rendimento (ARRANZ et al., 1993). Schönborn (apud ARRANZ et al., 1983, p. 115) refere que os resultados competitivos, até então, eram valorizados em excesso, causando um prejuízo no desenvolvimento dos tenistas. As sessões de treino, por

sua vez, eram cópias dos modelos de treinamento utilizados na época em que os treinadores eram atletas. Segundo Höhm (ARRANZ et al., 1993), a partir da década de 80 se passa a considerar que a planificação do treino de tenistas deve ser organizada por uma equipe multidisciplinar, constituída pelo treinador, preparador físico, psicólogo e médico. Na seqüência, abordaremos o planejamento do treinamento de tenistas da categoria infanto-juvenil.

2.1 O Planejamento do treinamento de tenistas infanto-juvenis

O processo de desenvolvimento de um atleta de nível internacional segundo Erricson (apud LUBBERS e GOULD, 2003), dura um mínimo de 10 anos ou 10000 horas de treinamento. Lubbers e Gould (2003) entendem que este processo de desenvolvimento dos atletas deve ser planejado ao longo de 3 fases. A primeira fase caracteriza-se pela introdução ao esporte; a segunda fase é identificada como a de refinamento; e a terceira fase é representativa na aquisição da performance.

O treinamento dos tenistas da categoria infanto-juvenil, segundo Unierzyski (2003), na maioria dos países carece de um melhor planejamento. De um modo geral os planejamentos possuem poucas sessões de treinamento geral ou de prática de outros esportes e acabam sendo versões abreviadas do treinamento de tenistas adultos. Outra característica a ser destacada é a excessiva valorização dos resultados competitivos. Da mesma forma, os treinos e competições dos tenistas infanto-juvenis realizados no Brasil, muitas vezes, são organizados a partir dos modelos utilizados por ex-profissionais, não respeitando as necessidades, características e particularidades das crianças e jovens (BALBINOTTI, C., 2003).

Na primeira fase do planejamento do treinamento infanto-juvenil, Lubbers e Gould (2003) entendem que o objetivo é introduzir o jovem à prática do esporte. Neste período, deve ser estimulada a prática de vários esportes, sem nenhum compromisso com desempenhos ou com a conquista de resultados. Em relação ao tênis, a primeira fase se caracteriza pelo aprendizado da técnica dos golpes através de atividades interessantes para o jovem. Se o jovem não estiver envolvido e atraído pela atividade, o aprendizado será prejudicado. Na segunda fase, os autores

consideram fundamental que os atletas aprendam a treinar com objetivos e intensidade. Estes objetivos não devem estar centrados na conquista de resultados; mas, sim, na melhoria de desempenhos técnicos, táticos e físicos. A terceira fase, a qual os autores chamam de fase de performance, os atletas devem utilizar formas de se manterem motivados e dispostos a enfrentarem os desafios na busca dos resultados competitivos.

A Federação Internacional de Tênis e a Real Federação Espanhola de Tênis (CAYER et al., 1996; ARRANZ et al., 1993) entendem que o desenvolvimento de um tenista deve ser realizado ao longo de cinco fases, com objetivos e tarefas específicas para o desenvolvimento técnico, físico, tático e psicológico do desportista. As fases são divididas entre: mini-tênis, iniciação, aperfeiçoamento, competição e alto desempenho.

As fases do mini-tênis e a de iniciação correspondem ao período que Lubbers e Gould (2003) chamam de introdução da criança ao esporte. O mini-tênis utiliza quadras, raquetes e bolas adaptadas às capacidades físicas das crianças da faixa etária entre 7 e 10 anos (QUEZADA, et al., 2000). O objetivo desta fase do processo de ensino-aprendizagem é familiarizar a criança com o esporte, através de atividades realizadas em quadras com dimensões menores, com raquetes e bolas mais leves. Desta forma, é possível desenvolver suas habilidades motoras gerais, estimulando a sociabilização e iniciando o ensino da técnica do esporte. As atividades devem ser realizadas em grupos na forma de jogos e o ensino da técnica deve ser adaptado para as possibilidades motoras da faixa etária (Miranda, 2001).

A Federação Francesa de Tênis (2000) recomenda que as regras dos jogos devam ser organizadas e fixadas com a participação efetiva das crianças. Durante a fase de iniciação, se inicia o ensino da técnica com menores adaptações. Da mesma maneira que no mini-tênis, as atividades devem ser realizadas em grupo, através de jogos e atividades competitivas que mantenham a atenção e o interesse das crianças para a prática do tênis.

As fases de aperfeiçoamento e competição correspondem ao momento em que devem ser desenvolvidos os aspectos técnicos, táticos e físicos necessários

para que o tenista atinja o alto desempenho. Unierzyski (2003) considera que o período mais importante para a formação do tenista se situa nestas fases, mais especificamente entre os 11 e 14 anos de idade. Durante este período o treinamento dos tenistas deve obedecer algumas características. O treinamento físico deve buscar o desenvolvimento motor geral juntamente com os aspectos que limitam a performance no tênis, especialmente o desenvolvimento da velocidade e da agilidade. Os treinamentos técnico-táticos devem ter por objetivo o aprimoramento da técnica de todos os golpes juntamente com o desenvolvimento da versatilidade tática durante os jogos.

Este período deve ser entendido como um momento de aprendizado e formação das questões técnicas, táticas e psicológicas (UNIERZYSKI, 2005). Mesmo sabendo que os aspectos técnicos e táticos são colocados a prova durante as competições, é importante observar que as competições ainda devem ter um caráter de formação, pois elas são importantes para a consolidação e o desenvolvimento de aspectos específicos que serão importantes para que o tenista atinja a etapa do alto desempenho (SCHÖNBORN, 1999).

O tênis é considerado um dos esportes que mais exigem o preparo psicológico dos atletas. Em razão desse esporte, predominantemente individual, apresentar algumas características, como por exemplo: exigência de alto grau de coordenação, tomada de decisão do atleta em curto período de tempo e, ainda, a impossibilidade dos treinadores intervirem na maioria dos torneios, torna a competição um desafio (Pluim, 1998; Girod, 2005). No estudo realizado por Moran (ARRANZ et al., 1996, p.108), os treinadores de tenistas referem que a motivação, a concentração, a confiança em si mesmo, a preparação mental, o controle da ansiedade e da raiva e a visualização são as habilidades mentais mais importantes para o esporte. Segundo estes treinadores, tais habilidades mentais são importantes a ponto de serem decisivas para a definição das partidas quando as capacidades físicas e técnicas estão equiparadas.

As fases de aperfeiçoamento e competição deverão se estender até a faixa etária dos 17 anos para meninos e 16 anos para meninas (UNIERZYSKI, 2005). A partir desta idade, os aspectos físicos e psicológicos, desenvolvidos nas fases

anteriores, passam a ser determinantes para que todos os objetivos sejam atingidos. A partir deste momento se inicia um planejamento e uma periodização que busca a obtenção de resultados em competições, que foram previamente escolhidas (SCHÖNBORN, 1999).

2.2 Sobre as competições do tênis infanto-juvenil

As competições de tênis da categoria infanto-juvenil realizadas no Brasil seguem o modelo utilizado na categoria adulta (BALBINOTTI, C., 2003), tanto na estruturação do calendário como no modelo de disputa e na confecção das chaves. As disputas do calendário internacional de tênis profissional iniciam no mês de janeiro e se estendem até dezembro. Nestes 12 meses são disputadas competições masculinas e femininas, com diferentes níveis de pontuação e premiação em dinheiro em várias cidades e regiões do mundo.

Os tenistas do sexo masculino iniciam a carreira profissional disputando os torneios Satélites. Estes torneios são disputados durante 3 etapas que qualificam os melhores para a disputa de uma quarta etapa chamada de *Master*. Os melhores classificados do *Master* recebem a premiação em dinheiro e a pontuação para o ranking profissional. Durante as 3 primeiras semanas do circuito Satélite os tenistas recebem prêmios em dinheiro e pontos que os credenciam à disputa do *Master*, estes pontos não valem para o ranking profissional. Os próximos torneios são da série *Future*, que duram 1 semana, com pontuação e prêmios superiores. Os próximos níveis de torneio são os da Série *Challenger*, os torneios *ATP tour* e os torneios *Grand Slam*⁴. Os torneios *ATP tour* e os *Grand Slam* são os torneios que oferecem a maior quantidade de pontos e de premiação. Além destes torneios que distribuem pontos para o ranking e premiações individuais, acontece a Copa Davis que é uma competição por equipe entre países. Os torneios *Satélites*, *Futures* a *Copa Davis* e os *Grand Slams* são organizados pela Federação Internacional de Tênis (ITF). Os torneios *Challenger* e os torneios *ATP tour* são organizados pela Associação dos Tenistas Profissionais (ATP) (ITF, 2006; ATP, 2006).

⁴ O Grand Slam é formado por 4 torneios: Aberto da Austrália, Roland Garros, Wimbledon e Aberto dos Estados Unidos.

As tenistas do sexo feminino iniciam a carreira profissional disputando torneios organizados pela Federação Internacional de Tênis (ITF) que se dividem em 3 níveis, com diferentes pontuações e premiações. Acima deste nível de torneios, o circuito feminino profissional tem os torneios organizados pela Associação Feminina de Tênis (WTA) e os torneios do *Grand Slam*. Os torneios com maior pontuação e premiação para as mulheres são os torneios organizados pela WTA e os *Grand Slam*, organizados pela ITF. O acesso e a colocação dos tenistas, de ambos os sexos, às chaves dos torneios é dependente da sua posição no ranking. Este posicionamento no ranking é regulado pelo número de pontos que o jogador possui. Os torneios de maior nível oferecem melhores prêmios e maior pontuação e são disputados pelos tenistas melhor posicionados no ranking.

Os tenistas infanto-juvenis brasileiros têm a possibilidade de disputar 3 níveis de torneios: os torneios estaduais (organizados pelas federações estaduais); torneios nacionais (organizados pela Confederação Brasileira de Tênis) e os torneios internacionais (organizado pela Confederação Brasileira de Tênis com a supervisão de Federação Internacional de Tênis). Assim como entre os tenistas profissionais, os tenistas infanto-juvenis dependem da sua posição no ranking para ter acesso aos torneios. O calendário de competições da categoria infanto-juvenil se inicia em janeiro e se estende até dezembro. Os tenistas infanto-juvenis melhor posicionados no ranking disputam os torneios que distribuem a melhor pontuação. Além destes torneios os jovens tenistas brasileiros disputam torneios por equipe nos 3 níveis (estadual, nacional e internacional).

Os torneios por equipe de nível estadual são disputados pelos tenistas dos clubes filiados às federações. Os torneios por equipe de nível nacional são disputados por equipes formadas pelos tenistas convocados por cada estado. Os torneios internacionais são disputados pelos tenistas convocados pelos países. Em todos os níveis de torneios por equipe o critério de seleção mais utilizado é a posição do jogador no ranking.

Cabe ressaltar, ainda, que os torneios infanto-juvenis em todos os 3 níveis anteriormente citados, são disputados nas categorias até 12 anos, até 14 anos, até 16 anos e até 18 anos (em ambos os sexos). Os torneios infanto-juvenis se

diferenciam dos torneios profissionais porque não oferecem premiação em dinheiro para os campeões. Alguns torneios infanto-juvenis oferecem viagens e materiais esportivos como premiação.

O acesso aos torneios depende diretamente da posição do atleta no ranking. Essa imposição do regulamento obriga os tenistas disputarem um número exacerbado de competições. A posição dos tenistas infanto-juvenis no ranking (em todas as categorias) é, fundamentalmente, o critério que orienta todas as convocações para os torneios por equipes (Interclubes, Copa das federações, Torneios internacionais, entre outros). Os tenistas com melhor ranking, que compõe as chaves dos torneios nacionais, recebem gratuidade na alimentação e na estadia durante a realização do evento.

Além dos torneios internacionais (sul-americano, e mundial) por equipe, os tenistas brasileiros têm a possibilidade de disputar uma série de torneios durante os meses de janeiro a março na América do Sul. Estes torneios distribuem pontos para o ranking internacional das categorias 14 anos, 16 anos e 18 anos em ambos os sexos e formam o circuito *Cosat*⁵. Os tenistas sul-americanos com melhor classificação durante este circuito são convocados pra disputarem uma série de torneios na Europa, com treinadores e despesas pagas pela Confederação Sul-americana de tênis.

As facilidades e oportunidades para a carreira esportiva aparecem para os tenistas com as melhores colocações no ranking. Nesta perspectiva, quanto maior o número de torneios e de horas de treinamento, maior será a chance do atleta se desenvolver em curto prazo. Esta conduta poderá acarretar na valorização excessiva dos resultados competitivos, inclusive com a participação direta dos pais e treinadores (UNIERZYSKI, 2003). Estas questões de ranking, que dificultam a elaboração de uma adequada periodização dos treinamentos dos tenistas profissionais, também ocorrem para os tenistas infanto-juvenis.

⁵ Confederação Sul-americana de Tênis

O calendário extenso de competições dificultando a realização de períodos de descanso; a proximidade entre os principais torneios (Grand Slam), o desempenho em um torneio condicionando as participações em torneios posteriores (por questões financeiras e de posição no ranking), são as maiores dificuldades encontradas no circuito profissional de tênis (ROETERT e McENROE, 2005). Percebe-se, durante os torneios, que estas questões também estão presentes no circuito infanto-juvenil, uma vez que as competições são organizadas no mesmo modelo que as competições de tenistas profissionais. Esta realidade, além de acarretar prejuízos ao desenvolvimento técnico e físico dos jovens desportistas, ainda traz prejuízos ao desempenho escolar. Isto porque as competições nacionais são organizadas durante o período letivo. Percebe-se para que os tenistas com melhores colocações no ranking são obrigados a faltar a muitas aulas, pois os torneios são organizados durante toda a semana.

2.3 Características do circuito masculino e feminino do tênis infanto-juvenil

Apesar da semelhança nos objetivos, na forma de disputa e no número de “sets” das competições do circuito masculino e feminino de tênis infanto-juvenil, existem características que as diferenciam de forma importante. Em ambos os sexos, as partidas são disputadas em melhor de 3 “sets”, já a partir das categorias até 12 anos. Da mesma forma são distribuídos pontos para o ranking de acordo com a classificação dos atletas. As diferenças entre meninos e meninas começam a aparecer em relação à técnica dos golpes. Percebe-se que as atletas do sexo feminino executam os golpes com menor potência e rendimento do que os atletas do sexo masculino.

Além das diferenças fisiológicas e morfológicas entre os sexos, Kopsic e Segal (1996) e Giffenig (1999) consideram que existem importantes diferenças nos aspectos físicos, psicológicos e táticos que diferenciam e justificam as diferenças entre os dois circuitos. Os autores consideram que a diferença técnica entre meninos e meninas se deve ao fato de que o repertório motor dos meninos é mais desenvolvido que o das meninas. Esta diferença se origina em razão de que os meninos se envolvem desde cedo, através de atividades e jogos que possuem

corridas, saltos e lançamentos. As meninas, na maioria das vezes, realizam estas práticas somente quando se iniciam em atividades esportivas. Desta maneira, as meninas apresentam um déficit na bagagem motora em relação aos meninos. Déficit esse que deve ser diminuído, através de trabalhos específicos desde o período de iniciação (GIFFENIG, 1999).

Outra diferença entre o tênis masculino e feminino é que as tenistas podem iniciar a participação em torneios profissionais com menos idade que os tenistas do sexo masculino. Giffenig (1999) entende que esta iniciação precoce é um contra-senso, pois as tenistas cada vez mais apresentam os melhores entre os 21 e 25 anos. Se os melhores resultados no tênis feminino ocorrem na mesma faixa etária que no tênis masculino, o planejamento dos treinos e competições poderia ser semelhante. A participação nas competições do circuito infanto-juvenil durante um período maior de tempo seria mais produtiva para a formação equilibrada das tenistas nos aspectos físicos, técnicos, táticos. Esta participação também permitiria que as meninas não abandonassem a escola, o que é fundamental para a formação pessoal.

Os jogos de tênis entre homens e entre mulheres se diferenciam bastante. O saque no tênis feminino geralmente não se constitui em um golpe capaz de definir os pontos; as primeiras oportunidades de definir os pontos surgem com a devolução do saque. No tênis masculino a oportunidade de definir os pontos se inicia no saque, estas características, causadas pela menor potência nos golpes fazem com que no tênis feminino os pontos tenham uma maior troca de bolas (GIFFENIG, 1999).

As características psicológicas dos tenistas do sexo masculino e feminino também afetam o treino e o desempenho dos atletas. Segundo Giffenig (1999), as tenistas do sexo feminino tendem a demonstrarem altos e baixos emocionais que podem gerar desentendimentos na relação treinador-atleta. A comunicação e o entendimento das informações durante os treinamentos também podem ser afetados por esta característica. Em relação ao relacionamento treinador-atleta, os tenistas do sexo masculino tendem a ser mais independentes dos seus técnicos. A importância e influência dos treinadores sobre as tenistas do sexo feminino muitas

vezes extrapolam os domínios do esporte e passam para outras áreas da sua vida. Entre os homens e influência dos treinadores é mais restrita e pontual.

Todas estas questões anteriormente relatadas são percebidas também no circuito de tênis infanto-juvenil brasileiro. Outra característica do circuito infanto-juvenil brasileiro é a grande diferença no número de participantes nas chaves masculinas e femininas dos torneios. Em todas as categorias se percebe que existe uma maior quantidade de participantes entre os homens. Na categoria até 16 anos a diferença no número de participantes em competições se intensifica porque é a idade em que ocorrem as maiores taxas de abandono entre as tenistas do sexo feminino. Segundo Ewing e Seefeldt (apud Weinberg e Gould, 2001, p.474), a maior participação das crianças em atividades esportivas ocorre entre os 10 e 13 anos de idade e, então, declina consideravelmente até os 18 anos. Segundo estudos realizados com jovens tenistas (Gould et al. 1996a; 1996b), o abandono da prática pode ser causado pela interação de fatores pessoais e situacionais. De acordo com esses autores, a maior parte dos abandonos se deve às causas de natureza sócio-psicológica: casos em que o atleta é extremamente perfeccionista e/ou quando os atletas são colocados em situações de excessiva pressão psicológica gerada por outros, particularmente pelos pais.

Outro motivo pode ser a diferença entre as características motivacionais de homens e mulheres. Estudos de White e Duda (1994) e Petherick e Weigand (2002) demonstram que os homens são mais interessados que as mulheres para demonstrar as suas habilidades em situação competitivas. Os tenistas masculinos infanto-juvenis são mais motivados por atividades em que as suas habilidades são testadas competitivamente. As tenistas femininas, por sua vez, são mais motivadas pela realização das tarefas sem a competição.

2.4 Preparação psicológica dos jogadores de tênis

A Psicologia do Esporte tem contribuído de maneira importante na melhoria do rendimento dos tenistas, independentemente do nível de jogo do desportista (CASTRO, 2004). Na etapa de iniciação porque as habilidades psicológicas dos

treinadores podem contribuir para melhorar os recursos técnicos, táticos e físicos dos jogadores. Na etapa do alto desempenho, o desenvolvimento das habilidades psicológicas adquire muita importância porque pode representar a diferença entre os tenistas que ganham e os que jogam bem (VILLAMARÍN, MAURÍ E SANZ, 1998).

Este treinamento psicológico deve ser integrado com o treinamento técnico e tático desde as primeiras etapas do aprendizado, com a intenção de preparar os atletas para a etapa competitiva e prevenir contra problemas futuros (WEINBERG e GOULD, 2001). O treinamento psicológico auxilia não apenas as questões do treinamento desportivo, mas, também, as questões referentes ao processo de maturação dos jovens, o estresse escolar, as decisões sobre o nível de envolvimento do jovem com o esporte, alternativas após o encerramento da carreira esportiva, conflitos com colegas de treinos ou rivais e o relacionamento familiar. Questões estas que afetam o desempenho desportivo (CASTRO, 2004).

O tênis brasileiro também tem sido objeto de estudos da área da Psicologia do Esporte. Podemos destacar o estudo de Marques (2000), que teve por objetivo verificar a percepção de atletas de futebol e tênis (adolescentes do sexo masculino) sobre a Psicologia do Esporte. Neste estudo os atletas relatam que possuem conhecimento dos benefícios que a Psicologia pode proporcionar ao esporte, apesar de não receberem esclarecimentos sobre os objetivos da Psicologia do Esporte. O trabalho com Psicologia do Esporte tem sido esporádico nos clubes, onde os psicólogos têm trabalhado mais para o rendimento esportivo e menos para o desenvolvimento humano. Os atletas ainda apresentam queixas sobre a conduta demasiadamente rígida dos psicólogos, principalmente no sentido de que os mais fracos não são valorizados e os objetivos demoram muito para serem atingidos. Outro estudo a ser destacado é o de Copetti (2001). Neste estudo, o autor avaliou os atributos pessoais dos tenistas. Os atributos pessoais são características da pessoa que podem influenciar o seu desenvolvimento futuro. O estudo demonstrou a existência de um conjunto de disposições, recursos e demandas dos tenistas. As disposições pessoais dos tenistas puderam ser observadas na presença da vontade para iniciar no tênis e para permanecer engajado na modalidade. Os recursos pessoais evidenciados foram identificados como: físico-cinestésicos, percepto-cognitivos e sócio-emocionais. As demandas pessoais dos tenistas são as

características que podem gerar reações positivas ou negativas no ambiente social dos tenistas. Ainda segundo o autor, as relações do tenista e os seus contextos (família, clube, escola, grupo de amigos) podem influenciar o desenvolvimento deste atleta no esporte. Desta forma, o contexto pode atuar de forma positiva ou negativa sobre os atributos pessoais dos tenistas.

A motivação, a concentração, o controle emocional e o controle de pensamentos são as habilidades psicológicas mais importantes durante um jogo de tênis. A Concentração é definida por Moran (apud ARRANZ et al., 1996, p. 111) como “a capacidade de manter-se mentalmente no tempo presente”. É a habilidade de focalizar os detalhes e mensagens pertinentes durante as partidas ou treinamentos e, ainda, manter o foco de atenção durante toda a partida ou treinamento. O controle emocional é considerado como uma habilidade crucial para o tênis porque ele regula o nível de ativação do tenista durante a partida (CAYER et al., 1996). O tempo que os atletas dispõem entre os pontos e entre os games faz com que o controle do pensamento seja importante. Durante este período, o tenista tem a possibilidade de avaliar as suas ações e as do adversário para, a partir destas informações, traçar as novas estratégias na busca da vitória (ARRANZ et al., 1993).

A motivação é uma variável chave para o esporte já na iniciação. Taylor (1993) entende que a motivação representa a base da pirâmide em direção ao sucesso. Esta motivação deve ser orientada para as tarefas e não para as conquistas. Para Platonov (2003), um dos desafios da preparação psicológica é manter nos atletas o desejo de aperfeiçoamento ao longo dos anos. Segundo o autor (2003, pg. 264):

“Na etapa da preparação inicial, o processo de treinamento não está relacionado com grandes cargas, mas sim com um número elevado de materiais novos e interessantes, que fazem com que o desportista evolua de uma sessão para outra”.

O autor entende que o aumento das cargas juntamente com a exigência de resultados, que ocorrem nas fases posteriores de desenvolvimento, pode diminuir a motivação para o treino. Segundo De Rose Jr. (2001), a maioria dos jovens tem

contato e escolhe a modalidade esportiva que irá praticar, na infância ou no início da adolescência. Por este motivo, o autor entende que, “[..] o professor/técnico deve saber o que levou este jovem a escolher esta modalidade esportiva e o que o faz praticá-la, ou seja, deve identificar os motivos para a sua prática” (DE ROSE JR., 2001, p. 295).

Segundo Castro (2004), na infância e adolescência ocorre mudanças no plano físico, social, emocional e cognitivo. Levar em conta estas diferenças ajudará na realização de planejamentos mais individualizados. Weinberg e Gould (2001) apontam que proporcionar experiências de sucesso que aumentem a percepção de competência dos jovens, valorizar o desempenho durante treinos e competições, envolver os jovens nas tomadas de decisões e estabelecer metas de desempenhos adequadas contribui de maneira decisiva para a adesão e para o aumento do nível de envolvimento do jovem no esporte. O estudo de Balaguer e Atienza (1994) revela que melhorar o nível, estar fisicamente bem, melhorar as habilidades, fazer novas amizades e manter-se em forma são as principais motivações dos jovens tenistas pra a prática do esporte. O estudo revela que as motivações de tenistas do sexo masculino e feminino são muito semelhantes. Apesar desta semelhança, percebe-se que os tenistas masculinos são mais motivados que as do sexo feminino para o desafio, a competição, na obtenção do reconhecimento social e pelas recompensas.

2.5 Os tenistas “estreadores em competições”

As competições regionais e nacionais do circuito infanto-juvenil de tênis possuem características que as diferenciam e que afetam a participação dos tenistas que estão iniciando a participação em competições. Nas competições regionais e nacionais, o ranking orienta a confecção das chaves. No caso das competições nacionais é o ranking da Confederação Brasileira de Tênis, e, no caso das competições regionais é o ranking da federação em que a competição se realiza. Cabe ressaltar que os pontos obtidos nas competições nacionais são computados para a classificação do jogador no ranking estadual, mas os pontos obtidos nas competições estaduais não são computados para o ranking nacional.

A primeira característica que diferencia os dois circuitos é a existência de dois níveis nas chaves das categorias nos torneios organizados pela Federação Gaúcha de Tênis. Estes dois níveis, “A” e “B”, têm por objetivo oferecer um maior equilíbrio técnico nas disputas. Os tenistas que disputam a categoria “A” possuem uma maior experiência competitiva e nível técnico mais elevado. Os tenistas da categoria “B” têm um menor nível técnico e uma menor experiência competitiva. No Rio Grande do Sul, os tenistas que estão estreando na disputa de competições participam da categoria “B”. Esta categoria “B” possibilita para estes estreantes a oportunidade de enfrentar adversários com nível técnico e experiência competitiva semelhante a sua. Os tenistas melhores classificados no ranking da categoria “B” podem participar dos torneios da categoria “A”. Percebe-se durante as competições que esta divisão proporciona um maior equilíbrio técnico nas disputas, e um melhor nivelamento das partidas.

Nos torneios nacionais não existe a divisão das chaves em dois níveis. O acesso aos torneios é feito através da pontuação do ranking. Para aqueles tenistas sem pontuação, a Confederação Brasileira de Tênis realiza torneios classificatórios, nos quais os vencedores passam a integrar a chave principal da competição. Os tenistas estreantes em competições precisam disputar estes torneios classificatórios para conseguirem acesso à chave principal dos torneios. Aqueles que se classificam normalmente jogam a primeira partida da chave principal contra um tenista com boa classificação no ranking. O que se percebe neste sistema de disputa é que ocorre uma grande diferença entre o nível técnico dos tenistas da chave principal e do torneio classificatório. Dificilmente, os tenistas vencedores dos torneios classificatórios oferecem resistência aos tenistas das chaves principais.

Como se sabe que as competições das categorias infanto-juvenis devem ter uma função de auxiliar na formação e no desenvolvimento técnico dos jovens atletas, a divisão das categorias em dois níveis seria mais adequada. Desta forma, seria oportunizada aos jovens tenistas a disputa de partidas com maior equilíbrio técnico e, ainda, possibilitaria uma melhor percepção de competência por estes jovens. Além disso, seria possível realizar uma avaliação mais adequada da sua evolução técnica e tática. Competições de técnico desequilibrado permitem que o atleta se sinta incompetente para atingir o nível do adversário. Estas questões

podem afetar de maneira importante a MI destes atletas e, por conseqüência, a sua participação no esporte.

A seguir apresentaremos a metodologia utilizada para atender os objetivos desta investigação. Descreveremos a população e a amostra deste estudo, assim como os instrumentos e os procedimentos adotados para a realização da investigação.

3 Metodologia

3.1 População e Amostra

Para esta pesquisa foi utilizada uma amostra de 226 tenistas infanto-juvenis de ambos os sexos, pertencentes às categorias “até 14 anos” e “até 16 anos”, todos participantes de competições do circuito regional e nacional de tênis, filiados às Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis. A distribuição de frequência dos sujeitos utilizados na investigação, separados por variável sócio-demográfica, é apresentada na Tabela 1.

Tabela 1: Distribuição de frequências de sujeitos por variável sócio-demográfica

	Sexo		Categoria		Ranking		Experiência em Competições	
	M	F	14	16	IR	NIR	NEC	EC
M	166	-	100	66	40	126	121	45
F	-	60	41	19	21	39	47	13
14	100	41	141	-	41	100	107	34
16	66	19	-	85	20	65	61	24
IR	40	21	41	20	61	-	61	-
NIR	126	39	100	65	-	165	107	58
NEC	121	47	107	61	61	107	168	-
EC	45	13	34	24	-	58	-	58

Obs. Os valores em negrito demonstram o total de 226 sujeitos por variável sócio-demográfica.

M = Masculino; F = Feminino; 14 = categoria 14 anos ; 16 = categoria 16 anos; IR = Tenistas integrantes do Ranking; NIR = Tenistas não integrantes do ranking; NEC = Tenistas não estreantes em Competições; EC = Tenistas estreantes em competições.

Esta tabela foi elaborada com um formato típico dos estudos de correlação com o intuito de facilitar a visualização e compreensão do leitor. Alguns dados da tabela merecem destaque e serão expostos a seguir. Há uma grande incidência de sujeitos do sexo masculino em relação aos do sexo feminino. Isso não nos surpreende, pois para cada 3 tenistas do sexo masculino filiados às federações temos uma tenista do sexo feminino.

No que diz respeito às categorias, percebe-se uma maior quantidade de tenistas na categoria “até 14 anos” do que na categoria “até 16 anos”. Este fato retrata a realidade encontrada nas chaves dos torneios regionais e nacionais, onde o número de tenistas participantes da categoria “até 14 anos” é sempre maior que o número dos tenistas participantes da categoria “até 16 anos”.

Em relação aos tenistas “integrantes do ranking” (IR) e tenistas “não integrantes do ranking” (NIR), se faz necessário um esclarecimento sobre a confecção das chaves dos torneios. As chaves dos torneios em que o Inventário foi aplicado foram constituídas por 32 atletas para o sexo masculino e 16 atletas para o sexo feminino. No sexo masculino, 28 atletas entram na chave principal do torneio por sua posição no ranking, 4 atletas entram na chave por convite e 4 atletas através da disputa de um torneio classificatório. No sexo feminino, 12 atletas entram na chave principal por sua posição no ranking, 2 atletas entram na chave por convite e 2 atletas através da disputa de um torneio classificatório.

A incidência de tenistas NIR sobre os IR acontece porque os tenistas com melhor classificação no ranking são aqueles que cumprem um calendário com um grande número de torneios disputados. Desta forma, os tenistas que integram as chaves principais acabam sendo os mesmos nos diferentes torneios. Os tenistas NIR são aqueles que disputam uma menor quantidade de torneios e, por consequência, não conseguem somar pontos para o ranking. Como a coleta de dados ocorreu em diferentes cidades do estado do Rio Grande do Sul e Santa Catarina, foi possível a aplicação do Inventário para um grande número de tenistas sem uma expressiva pontuação no ranking, pois muitos deles eram residentes nas regiões onde os torneios foram disputados.

A maior parte dos tenistas que participaram da amostra foi os “não estreantes em competições” (NEC). Isto se justifica pelo fato de que os tenistas “estreantes em competições” (EC), normalmente, iniciam suas participações nos torneios nas categorias “até 10 anos” e “até 12 anos”. Desta forma, a maioria dos tenistas das categorias até 14 anos e até 16 anos já possui uma experiência de mais de um ano na participação em competições.

3.2 Instrumentos

Foram utilizados dois instrumentos: um Questionário Bio-Sócio-Demográfico (apenas para controle das variáveis dependentes: sexo, idade, experiência em competições, ranking) e o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF-126)⁶. O IMPRAF-126 (BALBINOTTI, 2003) é um inventário que pretende verificar 6 dimensões associadas à motivação para a realização de atividade física regular. Trata-se de 126 itens agrupados 6 a 6, observando a seguinte seqüência: o primeiro item do primeiro bloco de 6 apresenta uma questão relativa à dimensão motivacional *Controle de Estresse* (ex.: liberar tensões mentais), a segunda *Saúde* (ex.: manter a forma física), a terceira *Sociabilidade* (ex.: estar com amigos), a quarta *Competitividade* (ex.: vencer competições), a quinta *Estética* (ex.: manter bom aspecto) e a sexta *Prazer* (ex.: meu próprio prazer). Esse mesmo modelo se repete no segundo bloco de seis questões, até completar 20 blocos (perfazendo um total de 120 questões). O bloco de número 21 é composto de seis questões repetidas (escala de verificação). Seu objetivo é verificar o grau de concordância acordada a primeira e a segunda resposta ao mesmo item.

As respostas aos itens do inventário são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo Likert, graduada em 5 pontos, indo de “isto me motiva pouquíssimo” (1) a “isto me motiva muitíssimo” (5). Cada dimensão é analisada individualmente, mas um resultado total também é obtido em razão do fato de que todas as dimensões têm o mesmo número de questões. Um escore bruto elevado, seja em cada uma das dimensões ou na escala total, indica um alto grau de motivação à prática regular de atividades físicas.

A confiabilidade (fidedignidade) desta medida, para os atletas desse estudo, foi determinada pelo viés da consistência interna. Assim, o coeficiente Alpha Cronbach obtido para a escala total foi de 0,968. Teve-se o cuidado de avaliar a fidedignidade para cada dimensão, individualmente: *Controle de Estresse* (0,921), *Saúde* (0,896), *Sociabilidade* (0,894), *Competitividade* (0,911), *Estética* (0,922) e *Prazer* (0,876). Esses resultados demonstram um escore altamente satisfatório,

⁶ Uma cópia do inventário encontra-se em anexo.

podendo ser interpretado de forma altamente positiva, isto é, trata-se de um instrumento preciso de medida da motivação de tenistas infanto-juvenis.

Destaca-se que esse resultado foi absolutamente comparável a um estudo anterior (Santos, 2004), realizado a partir de uma amostra de 64 adolescentes, de ambos os sexos (masculinos = 34; femininos = 30) e com idades variando de 11 a 18 anos, de uma escola particular do município de Porto Alegre. Este estudo encontrou índices Alpha de 0,91 para a dimensão *Controle de Estresse*; 0,85 para a dimensão *Saúde*; 0,93 para a dimensão *Sociabilidade*; 0,89 para a dimensão *Competitividade*; 0,85 para a dimensão *Estética*; e 0,84 para a dimensão *Prazer*. O coeficiente Alpha de Cronbach obtido para a escala total deste estudo foi de 0,954.

3.3 Procedimentos

Inicialmente, contatamos os treinadores ou responsáveis pelos atletas. O objetivo desse(s) primeiro(s) encontro(s) foi à obtenção da permissão livre e esclarecida para a aplicação do IMPRAF-126. Em um segundo momento, após a apresentação formal dos objetivos do estudo aos jovens, todos foram convidados a participar do estudo. Cabe ressaltar, ainda, que deixamos claro que a participação era livre, podendo o atleta desistir da participação em qualquer momento, presente ou futuro, se assim o desejasse. Para tanto, disponibilizamos um número de telefone, para que pudessem requerer que seus resultados fossem excluídos das análises.

Com a concordância verbal acordada, pedimos que o(a) treinador(a) ou o(a) responsável assinasse o termo de consentimento informado⁷ (livre e esclarecido). Foi reforçado que, mesmo tendo assinado tal consentimento, o atleta poderia requerer em qualquer outro momento futuro, que seus dados fossem retirados das análises. Somente após estas importantes formalidades, foi iniciada a investigação.

Três critérios de seleção foram aplicados no recrutamento e compilação dos dados finais: ser tenista filiado à Federação Gaúcha e Catarinense de Tênis, ser

⁷ Uma cópia do termo de consentimento encontra-se em anexo.

participante de competições regionais e nacionais; pertencer às categorias “até 14 anos” e “até 16 anos”. Destaca-se que, para não haver exclusões, a aplicação ocorreu com todos os atletas que demonstraram interesse em responder o IMPRAF-126 (mesmo aqueles que estavam fora do critério de seleção); os dados dos tenistas que não satisfizeram os critérios de seleção não foram compilados. Conforme acordado com treinadores e atletas, os nomes dos participantes que responderam o IMPRAF-126 não serão revelados.

A aplicação do IMPRAF-126 ocorreu no período de descanso entre os jogos, durante os eventos realizados no Estado do Rio Grande do Sul e em Santa Catarina, entre os meses de maio a setembro de 2005. Os sujeitos levaram em média 20 minutos para responder o inventário.

4 Apresentação dos resultados

Para responder adequadamente a questão central desta pesquisa, procedeu-se à exploração dos escores obtidos pelo IMPRAF-126, segundo princípios norteadores comumente aceitos na literatura especializada (Bisquera, 1987; Bryman e Cramer, 1999; Pestana & Gageiro, 2003; Reis, 2000; Sirkin, 1999). Caminho feito, segue-se a apresentação dos resultados das análises de itens; das estatísticas descritivas; e, finalmente, das comparações das médias (conforme as variáveis controladas: “sexo”, “categorias”, tenistas “integrantes do ranking” e tenistas “não-integrantes do ranking”, tenistas “estreantes” em competições e tenistas “não-estreantes” em competições). Utilizou-se o programa estatístico SPSS 10.0 para a análise dos dados.

Preliminarmente à condução das estatísticas descritivas e das comparações entre as médias, teve-se o cuidado de verificar se os valores extremos não afetam a distribuição da amostra. Para tanto, foram realizadas comparações (One Sample *t* test) entre a média aritmética e a média aparada a 5%. Observou-se que os valores extremos não afetaram de forma significativa ($p > 0,05$) a distribuição da amostra total dos tenistas, nem a distribuição da amostra estratificada por variável controlada. Sendo assim, optamos pela permanência dos casos com valores extremos nas amostras avaliadas.

4.1 Análise de itens

A fim de avaliar a fidedignidade do Inventário IMPRAF-126, foram realizados cálculos preliminares que darão suporte aos índices de fidedignidade. Inicialmente, serão apresentados os cálculos de média e desvios padrões por item, por dimensão (*Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer*) e do instrumento total, a fim de verificarmos se houve adesão a um dos extremos (negativo ou positivo). A seguir, apresentaremos os cálculos de correlações por item-item, item-dimensão, dimensão-dimensão para, finalmente, serem apresentados os índices Alpha de Cronbach.

Quanto à média geral dos itens do instrumento, independente da dimensão avaliada, obteve-se o índice de 3,26 (variando de 1,68 a 4,37), com um desvio-padrão associado que variou de 0,98 a 1,61. Interpretam-se estes resultados preliminares como sendo satisfatórios, uma vez que não houve predominância de respostas médias muito próximas aos valores extremos (1 e 5). Destaca-se, ainda, que a variabilidade dos itens foi de restrita à moderada (com desvios-padrões não ultrapassando, em nenhum caso, o valor nominal das médias), indicando certa homogeneidade na dispersão avaliada.

Sobre as dimensões avaliadas pelo IMPRAF-126, podemos destacar que as médias por dimensão variaram entre 54,03 e 76,29, com desvio-padrão variando de 13,78 a 17,89. Os resultados preliminares das análises das dimensões do IMPRAF-126 podem ser considerados satisfatórios, uma vez que as respostas médias por dimensão não se aproximaram muito dos possíveis valores extremos do IMPRAF-126 (20 e 100). Em nenhuma dimensão o desvio-padrão foi superior ao valor nominal das médias, sendo que a variabilidade, também no caso das dimensões, foi moderada, indicando certa homogeneidade na dispersão avaliada.

Da análise do instrumento total pode-se destacar que a média foi de 391,5; com um desvio-padrão associado de 74,39. O intervalo total observado foi de 145 a 574 pontos para um intervalo total esperado de 120 a 600 pontos (com média de 360 pontos). De forma geral, observou-se que nestas análises preliminares os valores observados estão bastante próximos dos valores esperados. A seguir, apresentaremos os cálculos de correlações por “item-item”, “item-dimensão”, “dimensão-dimensão” e Alpha de Cronbach.

No que diz respeito às correlações, a média das correlações “item-item” do instrumento foi de 0,21 e as correlações foram de negativas (-0,25) a fortes (0,80). Estes resultados, aparentemente indesejáveis, eram esperados, pois os itens avaliam diferentes dimensões motivacionais. Já no que diz respeito às correlações “item-dimensão”, observou-se correlações médias variando de 0,26 a 0,37, de acordo com a dimensão avaliada. Destaca-se, que estes resultados satisfatórios das correlações “item-dimensão” eram esperados, pois avaliam a mesma dimensão motivacional.

Quanto às correlações “dimensão-dimensão”, os resultados demonstram que foi fraquíssima entre a dimensão *Competitividade* x *Controle de Estresse* ($r=0,15$). Foram fracas entre as dimensões *Sociabilidade* e *Competitividade* ($r = 0,33$), *Controle de Estresse* e *Estética* ($r = 0,37$), *Saúde* e *Competitividade* ($r = 0,40$). Foram moderadas entre as dimensões *Competitividade* e *Prazer* ($r = 0,41$), *Prazer* e *Estética* ($r = 0,43$), *Sociabilidade* e *Estética* ($r = 0,48$), *Estética* e *Competitividade* ($r = 0,54$). Foram fortes entre as dimensões *Sociabilidade* e *Prazer* ($r = 0,63$), *Saúde* e *Estética* ($r = 0,65$), *Controle de Estresse* e *Sociabilidade* ($r = 0,66$), *Controle de Estresse* e *Prazer* ($r = 0,65$), *Saúde* e *Sociabilidade* ($r = 0,62$), *Controle de Estresse* e *Saúde* ($r = 0,68$). Finalmente, destaca-se que o coeficiente Alpha de Cronbach encontrado para a escala total (0,968) revela um escore elevado da consistência interna do instrumento. Observa-se, também, que a retirada do item 82 aumentaria o Alpha da escala total (0,969). Optou-se pela permanência deste item, pois o aumento do valor do Alpha (em dois milésimos) não justificaria a possível perda na validade de conteúdo originada pela retirada do item.

As dimensões motivacionais avaliadas pelo IMPRAF-126 apresentaram os seguintes coeficientes Alpha de Cronbach: *Controle de Estresse* (0,92), *Saúde* (0,89), *Sociabilidade* (0,89), *Competitividade* (0,91), *Estética* (0,92) e *Prazer* (0,87). Estes valores indicam que as dimensões possuem satisfatórios índices de consistência interna. Observou-se, ainda, que em algumas dimensões (*Controle de Estresse*, *Competitividade* e *Prazer*) a retirada de itens aumentou o valor do Alpha. Optou-se pela não retirada destes itens, porque a mudança dos valores dos Alphas foi centesimal. A retirada destes itens poderia trazer prejuízo na interpretação de importantes aspectos das dimensões motivacionais, pois mesmo com a presença destes itens, os Alphas indicam uma forte consistência interna em todas as dimensões.

4.2 Estatísticas descritivas gerais

A fim de descrevermos os resultados obtidos, apresentaremos as estatísticas de tendência central (média, mediana, média aparada a 5% e a moda); de dispersão (desvio-padrão e amplitude total); e de distribuição da amostra (normalidade, assimetria e achatamento). Inicialmente, apresentaremos as estatísticas de tendência central e de dispersão da amostra. Como se pode observar na Tabela 2, e no Gráfico 1, os índices obtidos nas médias das dimensões motivacionais dos tenistas (independente da variável controlada) variaram consideravelmente; em valores nominais a dimensão que mais motivou os tenistas para a prática regular de atividades físicas foi o *Prazer*, seguido, respectivamente, pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com exceção das dimensões *Competitividade*, *Estética* e *Prazer*, todas as demais apresentaram medianas com valores nominais muito próximos às médias. A média aparada a 5% em todas as dimensões apresentou valores nominais muito próximos à média das dimensões. Este fato sugere que os casos extremos não estão afetando as médias das dimensões. No que diz respeito às medianas, os valores que se afastam da média podem sugerir que as distribuições das dimensões *Competitividade*, *Estética* e *Prazer* não aderem à normalidade. Conforme o esperado, as seis dimensões apresentaram distribuição com apenas uma moda. Entretanto, as dimensões *Prazer* e *Saúde* apresentaram modas que se localizaram próximas do limite superior da distribuição (100). Estas modas próximas ao limite superior da distribuição podem sugerir a existência de problemas referentes à normalidade das dimensões. A seguir, serão apresentadas as estatísticas de dispersão e distribuição da amostra.

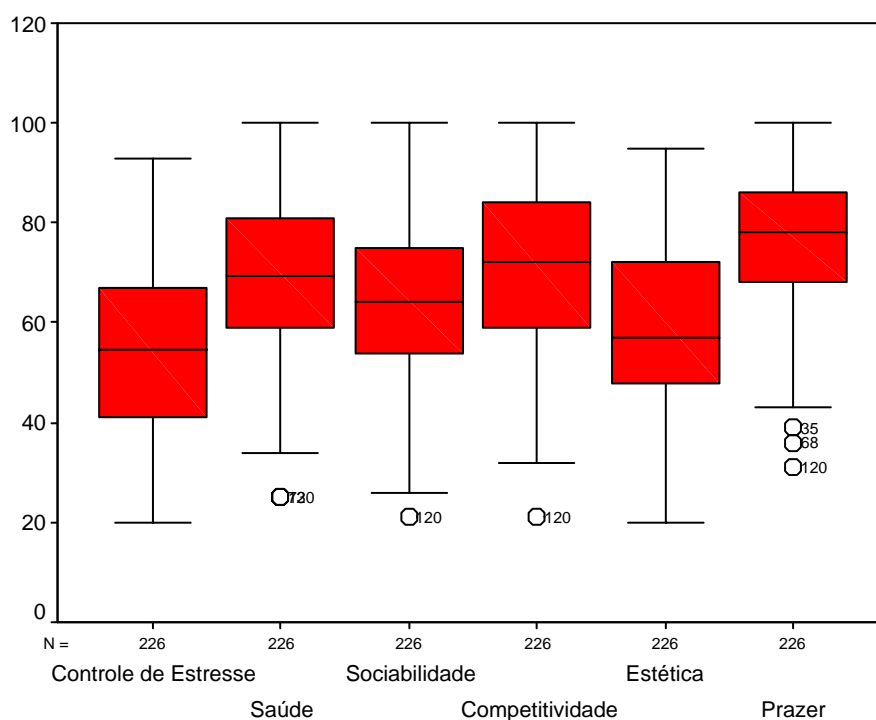
Sobre a dispersão da amostra, percebe-se que não houve uma grande variação entre o desvio-padrão das diferentes dimensões. Destaca-se, ainda, que em nenhuma dimensão o desvio-padrão ultrapassou a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade e a dispersão dos dados são satisfatórias. Dos valores referentes às estatísticas de dispersão (ver Tabela 2), nota-se que a menor amplitude total ocorreu na dimensão *Prazer* (69); enquanto que as maiores ocorreram nas dimensões *Sociabilidade* e *Competitividade* (79).

No que se refere aos valores máximos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente baixa (de 93 a 100 pontos), considerando, o valor nominal expresso. Esta pouca variabilidade encontrada (7 pontos), independente da variável em estudo, indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, a variabilidade observada é relativamente baixa (de 20 a 31 pontos), considerando, é claro, o valor nominal expresso. Esta pouca variabilidade encontrada (11 pontos), independente da variável em estudo, indica certa homogeneidade nos casos extremos à esquerda da curva.

Foram testados os índices de normalidade da distribuição das dimensões através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentam distribuições que aderem à normalidade. A dimensão *Estética* e a dimensão *Prazer* apresentaram distribuições que não aderiram à normalidade ($p < 0,05$).

A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa, confirmando o que já havia sido observado nas análises das medidas de tendência central. Destaca-se, ainda, que a distribuição da dimensão *Prazer* é mesocúrtica. A dimensão *Controle de Estresse* tem a distribuição simétrica e platicúrtica. As demais dimensões (*Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Estética*) possuem distribuições simétricas e mesocúrticas.

Gráfico 1: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais



4.3 Estatísticas descritivas por variáveis controladas no estudo

A fim de descrevermos os resultados obtidos, apresentaremos as estatísticas de tendência central (média, mediana, média aparada a 5% e moda), de dispersão (desvio-padrão e amplitude total) e de distribuição da amostra (normalidade, assimetria e achatamento) por variáveis controladas no estudo (“sexo”, “categorias”, “integrantes do ranking” e “não-integrantes do ranking”, “Estreantes em Competições” e “Não-Estreantes em Competições”). Começaremos a descrição, apresentando os resultados obtidos com a variável “sexo” controlada.

4.3.1 Análises por “sexo”

Controlando a variável “sexo”, como é possível perceber na Tabela 2, assim como no Gráfico 2, os índices obtidos nas médias das dimensões motivacionais dos tenistas variaram, consideravelmente, em valores nominais. Tanto para homens

quanto para mulheres, a dimensão que mais motivou os tenistas para a prática regular de atividades físicas foi o *Prazer*, seguido, respectivamente, pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com relação às medianas, percebe-se uma grande variação nos valores nominais e, nem sempre estes valores estiveram próximos às médias das dimensões, tanto para homens quanto para mulheres. Cabe ressaltar, ainda, que a média aparada a 5% de todas as dimensões, tanto para homens quanto para mulheres, esteve bem próxima à média aritmética. Percebe-se, desta forma, que os casos extremos das distribuições nas diferentes dimensões parecem não afetar de forma importante as médias. Estes dados preliminares sugerem que o fato das medianas apresentarem valores que se afastam da média aritmética pode ser causado por problemas de aderência à normalidade nestas dimensões. A seguir, apresentaremos de forma pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes ao sexo masculino.

Entre os homens, percebe-se que apenas as dimensões *Prazer*, *Competitividade* e *Controle de Estresse* apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). A dimensão *Prazer* apresentou a moda localizada próxima do valor máximo da distribuição (100), a moda da dimensão *Controle de Estresse* se localizou próximo ao valor da média aritmética e a moda da dimensão *Competitividade* foi menor que a média aritmética. As dimensões *Saúde*, *Sociabilidade* e *Estética* apresentaram distribuições com múltiplas modas.

Sobre as estatísticas de dispersão dos tenistas do sexo masculino, percebe-se que não há grande variação entre os desvios-padrão das diferentes dimensões; destaca-se, ainda, que em nenhuma dimensão este valor ultrapassou a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 64 a 75 pontos). As dimensões *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Prazer* apresentaram valores máximos que coincidem com o valor máximo da distribuição (100). As dimensões *Controle de Estresse* e *Estética* apresentaram valores máximos situados próximos a este valor.

A pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (7 pontos), para o sexo masculino, indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a variabilidade observada é considerável (de 20 a 36 pontos), tendo em vista, evidentemente, o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (16 pontos), independente da variável em estudo, indica pouca homogeneidade nos casos extremos à esquerda da curva.

Foram testados os índices de normalidade da distribuição das dimensões, para o sexo masculino, através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A dimensão *Estética* e a dimensão *Prazer* apresentaram distribuições que não aderiram à normalidade.

A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa, indicando uma distorção da curva em direção aos valores máximos. Ainda que não seja simétrica, a dimensão *Prazer* é mesocúrtica. As demais dimensões (*Saúde*, *Sociabilidade*, *Controle de Estresse*, *Competitividade* e *Estética*) possuem distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos de forma pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes ao sexo feminino.

Entre as mulheres, percebe-se que as dimensões *Saúde*, *Competitividade* e *Prazer* apresentaram distribuição com apenas uma moda (o que é desejável). A moda da dimensão *Saúde* localizou-se próxima a média aritmética. A dimensão *Competitividade* apresentou a moda com um valor próximo ao valor máximo da distribuição (100) e a moda da dimensão *Prazer* situa-se próxima à média aritmética e à mediana. As dimensões *Controle de Estresse*, *Sociabilidade* e *Estética* apresentaram distribuições com múltiplas modas.

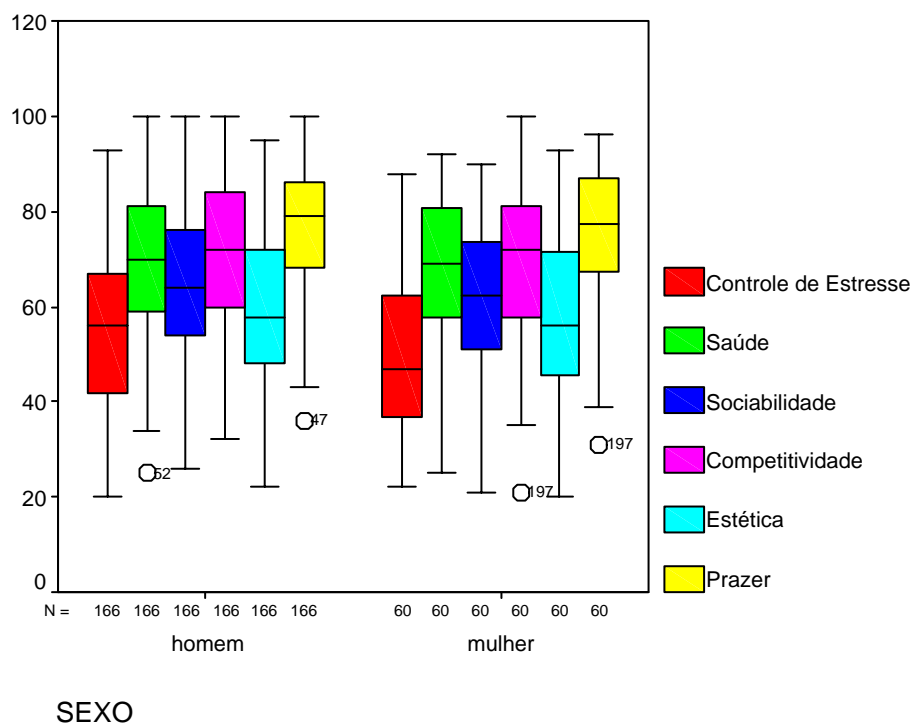
Sobre as estatísticas de dispersão das tenistas do sexo feminino, percebe-se que não há grande variação entre os desvios-padrão das diferentes dimensões. Destaca-se, ainda, que em nenhuma dimensão este valor ultrapassou a metade do

valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Em comparação com os homens, constatou-se que as mulheres apresentaram um desvio-padrão maior nas dimensões *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade*, *Estética* e *Prazer*.

Ainda sobre os valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados das tenistas do sexo feminino, salienta-se que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 65 a 79 pontos). A dimensão *Competitividade* apresentou valor máximo coincidente com o valor máximo da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situaram próximos a este valor. A pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (12 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente baixa (de 20 a 31 pontos), considerando, é claro, o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (11 pontos), independente da variável em estudo, indica certa homogeneidade nos casos extremos à esquerda da curva.

Para o sexo feminino foram testados os índices de normalidade da distribuição das dimensões, através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Os resultados indicam que todas as dimensões apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa. Esta distorção não foi suficientemente importante a ponto de afetar a adesão desta dimensão à normalidade. Destaca-se, ainda, que a distribuição da dimensão *Prazer* é mesocúrtica. As demais dimensões (*Saúde*, *Controle de Estresse*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Estética*) possuem distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos as estatísticas de tendência central, de dispersão e distribuição da amostra com a variável Categoria (14 anos e 16 anos) controlada.

Gráfico 2: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “sexo” controlada



4.3.2 Análises por “categoria”

Controlando a variável “categoria”, como se pode perceber, tanto na Tabela 2 quanto no Gráfico 3, os índices obtidos nas médias das dimensões motivacionais dos tenistas variaram, consideravelmente, em valores nominais. A dimensão que mais motiva os tenistas da categoria “até 14 anos” para a prática regular de atividades físicas foi a dimensão *Prazer*, seguida, respectivamente, pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Na categoria “até 16 anos”, a dimensão que mais motiva os tenistas para a prática regular de atividades físicas foi o *Prazer*, seguida, respectivamente, pela *Saúde*, *Competitividade*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com relação às medianas, percebe-se uma grande variação nos valores nominais. Nem sempre esses valores se localizam próximos às médias das dimensões, tanto para a categoria “até 14 anos” quanto para a categoria 16 anos.

Ainda em relação às medianas, seus valores variaram entre muito próximos das médias e maiores do que a média das dimensões. Esta característica foi semelhante entre as duas categorias. Cabe ressaltar, ainda, que a média aparada a 5% de todas as dimensões, tanto para os tenistas “até 14 anos” quanto para os “até 16 anos”, esteve bem próxima à média aritmética. Assim, os casos extremos das distribuições nas diferentes dimensões parecem não afetar de forma importante as médias. Estes dados preliminares sugerem, ainda, que o fato das medianas apresentarem valores que se afastam da média aritmética pode ser causado por problemas de aderência à normalidade nestas dimensões. A seguir, apresentaremos de forma mais pormenorizada aspectos relevantes das estatísticas referentes à categoria “até 14 anos”.

As dimensões *Controle de Estresse*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Estética*, da categoria “até 14 anos”, apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). As modas das dimensões *Controle de Estresse* e *Sociabilidade* situam-se próximas à média das respectivas dimensões, porém com valores nominais maiores do que estas médias. As dimensões *Competitividade* e *Estética* também apresentaram modas que se situaram próximas das médias das respectivas dimensões, porém com valores nominais menores que as médias. As dimensões *Saúde* e *Prazer* apresentaram distribuições com múltiplas modas.

Com relação às estatísticas de dispersão dos tenistas da categoria “até 14 anos”, percebeu-se que não aconteceram grandes variações entre os desvios-padrão das diferentes dimensões. Em nenhuma dimensão este valor ultrapassou a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Ainda sobre os valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, observou-se que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 69 a 79 pontos). As dimensões *Saúde*, *Competitividade* e *Prazer* apresentaram valores máximos que coincidem com os valores máximos da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situam próximos a este valor. A pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (10 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente baixa (de 20 a 31 pontos), considerando, é claro, o valor nominal

expresso. Esta variabilidade encontrada (11 pontos), independente da variável em estudo, indica certa homogeneidade nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A dimensão *Estética* e a dimensão *Prazer* apresentaram distribuições que não aderiram à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa. Portanto, as medidas de tendência central estão próximas dos valores máximos da distribuição. Destaca-se, ainda, que a distribuição da dimensão *Prazer* é mesocúrtica. A dimensão *Controle de Estresse* possui distribuição simétrica e platicúrtica. As demais dimensões (*Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Estética*) possuem distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos de forma pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes à categoria “até 16 anos”.

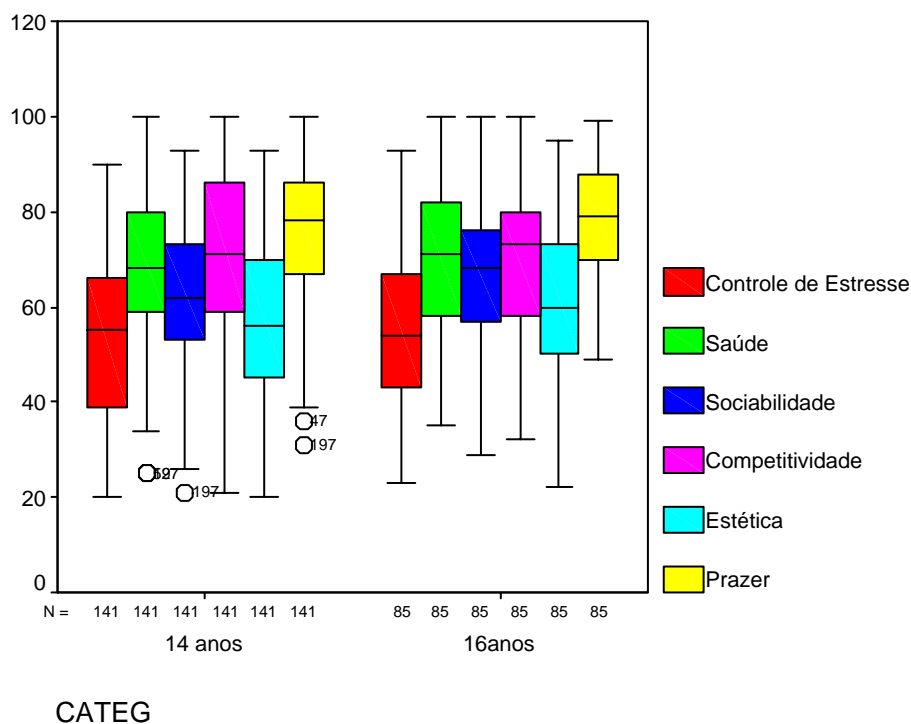
Na categoria “até 16 anos”, percebe-se que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição com múltiplas modas. As demais dimensões apresentaram distribuições com uma moda. As modas das dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade* apresentaram valores nominais maiores que as médias das respectivas dimensões. A moda da dimensão *Estética* se situou próxima ao valor da média aritmética.

Sobre as estatísticas de dispersão da categoria “até 16 anos”, percebe-se uma considerável variação entre os desvios-padrão das diferentes dimensões. Em nenhuma dimensão este valor ultrapassou a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Ainda sobre os valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, cabe ressaltar que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total. As dimensões *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram valores máximos que coincidem com os valores máximos do IMPRAF-126 (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situaram próximos a este valor. A pequena variabilidade

encontrada entre os valores máximos (7 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente alta (de 22 a 49 pontos), considerando o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (27 pontos), independente da variável em estudo, indica certa dispersão nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Estética* e *Prazer* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A distribuição da dimensão *Competitividade* não aderiu à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indica que todas as dimensões apresentaram distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos os resultados obtidos com a variável “ranking” controlada.

Gráfico 3: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “categoria” controlada



4.3.3 Análises por “ranking”

A variável “ranking”, formada por tenistas “integrantes do ranking” (IR) e tenistas “não integrantes do ranking” (NIR), como é possível perceber na Tabela 3, assim como no Gráfico 4, os índices obtidos nas médias das dimensões motivacionais dos tenistas variaram, consideravelmente, em valores nominais. Apesar desta variação, as dimensões que mais motivam os tenistas para a prática regular de atividades físicas foram coincidentes entre os tenistas IR e NIR. A dimensão que mais motiva foi o *Prazer*, seguido, respectivamente, pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com relação às medianas dos tenistas IR, houve uma grande variação nos valores nominais. As medianas das dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram valores muito próximos às respectivas médias. As dimensões *Estética* e *Prazer* apresentaram medianas que se afastaram dos valores das médias (foram menores do que as médias). A mediana da dimensão *Estética* apresentou um valor menor do que a respectiva média. A mediana da dimensão *Prazer* apresentou um valor maior do que a respectiva média. As medianas das dimensões dos tenistas NIR apresentaram valores nominais próximos das respectivas médias.

A média aparada a 5% de todas as dimensões, tanto para os tenistas IR quanto para os tenistas NIR, esteve bem próxima à média aritmética. Por essa razão, os casos extremos das distribuições nas diferentes dimensões (dos dois grupos) não afetaram de modo importante os valores das médias. Estes dados preliminares sugerem que o principal motivo que leva as medianas a apresentarem valores que se afastam da média aritmética pode ser causado por problemas de aderência à normalidade nestas dimensões. A seguir, apresentaremos de forma pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes aos tenistas “integrantes do ranking” (IR).

Entre os tenistas IR, as dimensões *Controle de Estresse*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Saúde* apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). As modas das dimensões *Saúde* e *Sociabilidade* apresentaram valores

nominais maiores do que essas médias. As dimensões *Controle de Estresse* e *Competitividade* apresentaram modas que se situaram próximas das médias das respectivas dimensões, porém com valores nominais menores que as médias. A dimensão *Estética* e a dimensão *Prazer* apresentaram distribuições com múltiplas modas. Quanto ao desvio-padrão, não ocorreram grandes variações entre as diferentes dimensões. No entanto, em nenhuma dimensão estes valores ultrapassaram a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Dos valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 58 a 70 pontos).

Ainda sobre as estatísticas de dispersão, apenas a dimensão *Competitividade* apresentou o valor máximo coincidente com os valores máximos da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situaram próximos a este valor. Quanto aos valores máximos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente baixa (de 90 a 100 pontos). Esta pequena variabilidade encontrada (10 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, a variabilidade observada é relativamente alta (de 20 a 42 pontos), considerando o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (22 pontos), independente da variável em estudo, indica certa dispersão nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A dimensão *Estética* e a dimensão *Prazer* apresentaram distribuições que não aderiram à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa. Portanto, as medidas de tendência central aproximam-se dos valores máximos. Destaca-se, ainda, que a distribuição da dimensão *Prazer* é mesocúrtica. As demais dimensões (*Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade*, *Controle de Estresse* e *Estética*) possuem distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos de forma

pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes aos tenistas “não integrantes do ranking” (NIR).

Entre os tenistas NIR, apenas a dimensão Saúde apresentou distribuição com múltiplas modas. As demais dimensões apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). As modas das dimensões *Controle de Estresse* e *Competitividade* apresentaram valores nominais maiores que as médias das respectivas dimensões. A dimensão *Estética* e a dimensão *Sociabilidade* apresentaram modas com valores nominais menores do que as médias das respectivas dimensões.

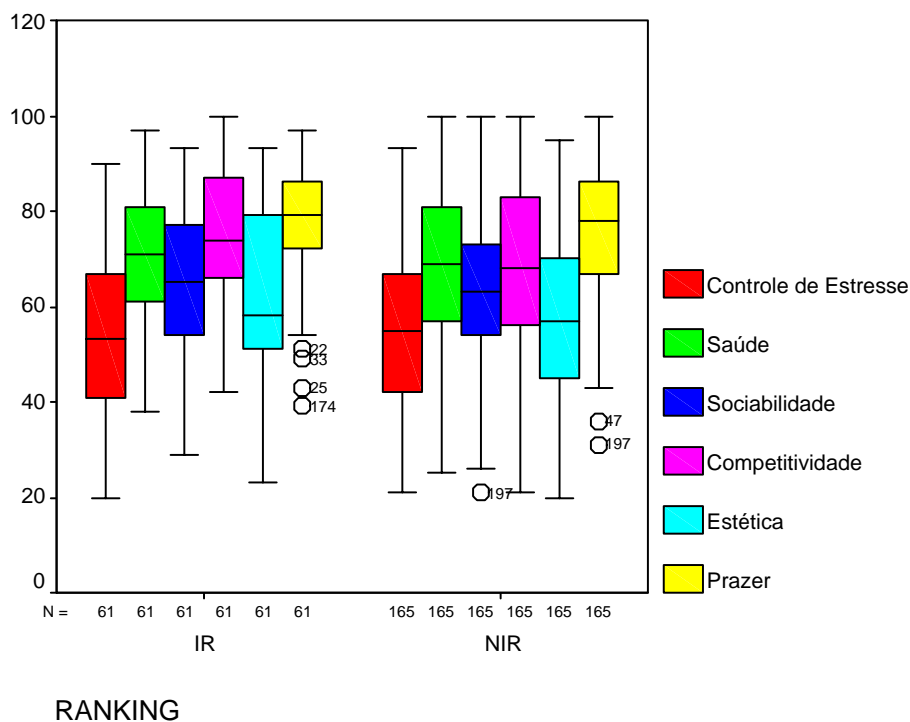
Quanto ao desvio-padrão, constatou-se que não ocorreram grandes variações entre as diferentes dimensões. Em nenhuma dimensão estes valores ultrapassaram a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Ainda sobre os valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, percebeu-se que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 68 a 79 pontos). As dimensões *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade* e *Prazer* apresentaram valores máximos que coincidem com os valores máximos da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situaram próximos a este valor.

A pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (7 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, observou-se que a variabilidade é relativamente alta (de 20 a 31 pontos), considerando o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (11 pontos), independente da variável em estudo, indica certa dispersão nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Competitividade* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A distribuição na dimensão *Prazer* não aderiu à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das

distribuições indicam que apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição assimétrica negativa, o que indica uma distorção da curva na direção dos valores máximos da distribuição. Sobre a dimensão *Prazer*, a análise de seu achatamento indica que se trata de uma distribuição mesocúrtica. As demais dimensões apresentaram distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos os resultados obtidos com a variável “experiência em competições”, formada por tenistas “estreadantes em competições” (EC) e tenistas “não estreadantes em competições” (NEC) controlada.

Gráfico 4: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “ranking” controlada



4.3.4 Análises por “experiência em competições”

Controlando a variável “experiência em competições”, como se pode perceber na Tabela 3, assim como no Gráfico 5, os índices obtidos nas médias das dimensões motivacionais dos tenistas “estreadantes em competições” (EC) e tenistas “não Estreadantes em competições” (NEC) variaram, consideravelmente, em valores

nominais. Constatou-se uma grande diferença na ordenação (por valores nominais) das dimensões que mais motivam os tenistas EC e NEC à prática regular de atividades físicas.

Entre os tenistas “estreadantes em competições” (EC), considerando os valores nominais, a dimensão que mais motivou foi o *Prazer*, seguido, respectivamente, pela *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. A dimensão que mais motivou os tenistas “não estreadantes em competições” (NEC) foi o *Prazer*, seguido pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Foi constatada uma grande diferença na ordem das dimensões que mais motivam os tenistas EC e NEC à prática regular de atividades físicas.

A média aparada a 5% de todas as dimensões, tanto para os tenistas EC quanto para os tenistas NEC, esteve bem próxima à média aritmética. Desta forma, os casos extremos das distribuições nas diferentes dimensões (dos dois grupos) não afetaram de maneira importante os valores das médias. Com relação às medianas, houve uma grande variação nos valores nominais. Tanto os tenistas EC quanto os NEC apresentaram medianas com valores nominais próximos dos valores das médias. Entre os tenistas EC, observou-se que somente a dimensão *Estética* e *Prazer* apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). A dimensão *Estética* apresentou a moda com valor nominal menor do que a sua média, enquanto que a dimensão *Prazer* apresentou a moda com valor nominal próximo (maior) do que a sua média.

Quanto ao desvio-padrão, não aconteceram grandes variações entre as diferentes dimensões. Em nenhuma dimensão estes valores ultrapassaram a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Dos valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, observou-se que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 54 a 67 pontos). Apenas a dimensão *Prazer* apresentou o valor máximo coincidente com os valores máximos da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situaram próximos a este valor. A pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (11 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a

variabilidade observada é relativamente alta (de 22 a 46 pontos), considerando o valor nominal expresso. Esta variabilidade encontrada (24 pontos), independente da variável em estudo, indica certa dispersão nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que todas as dimensões apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que todas as seis dimensões apresentaram distribuições simétricas e mesocúrticas. A seguir, apresentaremos de forma pormenorizada os aspectos relevantes das estatísticas referentes aos tenistas “não estreantes em competições”.

Entre os tenistas “não estreantes em competições” (NEC), apenas a dimensão *Prazer* apresentou distribuição com múltiplas modas. As demais dimensões apresentaram distribuições com uma moda (o que é desejável). A moda das dimensões *Controle de Estresse*, *Competitividade* e *Saúde* apresentou valores nominais maiores que as médias das respectivas dimensões. A dimensão *Estética* e a dimensão *Sociabilidade* apresentaram modas com valores nominais menores do que as médias das respectivas dimensões.

Quanto ao desvio-padrão dos tenistas NEC, constatou-se que não ocorreram grandes variações entre as diferentes dimensões. Em nenhuma dimensão estes valores ultrapassam a metade do valor nominal das médias, indicando que a variabilidade dos dados é satisfatória. Ainda sobre os valores referentes às estatísticas de dispersão dos dados, percebeu-se que todas as dimensões apresentaram uma grande amplitude total (de 68 a 79 pontos). As dimensões *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram valores máximos que coincidem com os valores máximos da distribuição (100). As demais dimensões apresentaram valores máximos que se situam próximos a este valor. Desta forma, percebe-se que a esta pequena variabilidade encontrada entre os valores máximos (7 pontos) indica certa homogeneidade nos casos extremos à direita da curva. Quanto aos valores mínimos, destaca-se que a variabilidade observada é relativamente alta (de 20 a 31 pontos), considerando o valor nominal expresso. Esta

variabilidade encontrada (11 pontos), independente da variável em estudo, indica certa dispersão nos casos extremos à esquerda da curva.

Os índices de normalidade da distribuição das dimensões foram testados através do cálculo Kolmogorov-Smirnov ($p > 0,05$), com correção Lilliefors. Seus resultados indicam que as dimensões *Controle de Estresse*, *Saúde*, *Sociabilidade* e *Competitividade* apresentaram distribuições que aderiram à normalidade. A distribuição da dimensão *Estética* e da dimensão *Prazer* não aderiu à normalidade. A análise da assimetria ($-1,96 < \text{Skewness}/EP_s < 1,96$) e achatamento ($-1,96 < \text{Kurtosis}/EP_k < 1,96$) das distribuições indicam que as dimensões *Competitividade* e *Prazer* apresentaram distribuições assimétrica negativas. Portanto, as medidas de tendência central aproximam-se dos valores máximos. Sobre as dimensões *Competitividade* e *Prazer*, destaca-se que a análise de seus achatamentos indica que se trata de distribuições mesocúrticas. As demais dimensões apresentaram distribuições simétricas e mesocúrticas.

Gráfico 5: Distribuição das dimensões motivacionais dos tenistas em valores nominais com a variável “experiência em competições” controlada

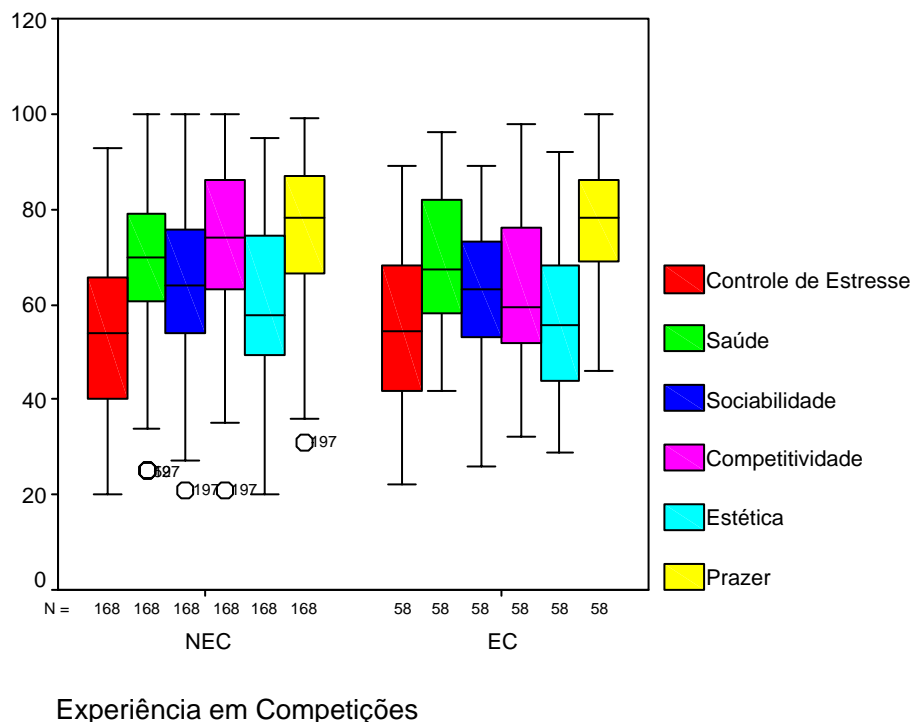


Tabela 3: Estatísticas de Tendência Central, de Dispersão e Distribuição da amostra

Dimensões	Categorias	Tendência Central e Não Central			Normalidade			Assimetria		Achatamento	
		χ (DP)	Mínimo/ Máximo	M _{cd}	Trime d 5%	M _{od}	K-S	gl	Sig	Skewness/EP _s	Kurtosis/EP _k
Controle de Estresse	IR	54,22 _(17,84)	20 - 90	53	54,08	41,00	0,107	61	0,078	0,53	-1,35
	NIR	53,96 _(17,96)	21 - 93	55	53,69	56,00	0,037	165	0,200	0,83	-1,67
	EC	55,87 _(17,59)	22 - 89	54,5	55,85	42,00 ^d	0,101	58	0,200	0,50	-1,24
	NEC	53,40 _(17,99)	20 - 93	54	53,07	56,00	0,055	168	0,200	0,88	-1,75
Saúde	IR	70,80 _(13,61)	38 - 97	71	70,97	71,00	0,068	61	0,200	-0,03	-0,51
	NIR	68,50 _(15,73)	25 - 100	69	68,82	72,00 ^c	0,043	165	0,200	-1,43	-0,93
	EC	69,08 _(14,82)	42 - 96	67,5	69,11	55,00 ^e	0,097	58	0,200	0,00	-1,71
	NEC	69,13 _(15,36)	25 - 100	70	69,51	71,00	0,048	168	0,200	-1,71	-0,13
Sociabilidade	IR	64,59 _(16,50)	29 - 93	65	64,93	73,00	0,088	61	0,200	-1,01	-1,21
	NIR	62,67 _(15,24)	21 - 100	63	62,91	58,00	0,046	165	0,200	-1,02	-0,30
	EC	62,72 _(14,82)	26 - 89	63	62,96	53,00 ^f	0,070	58	0,200	-0,71	-0,66
	NEC	63,35 _(15,87)	21 - 100	64	63,60	58,00	0,052	168	0,200	-1,17	-0,82
Competitividade	IR	74,80 _(13,30)	42 - 100	74	75,03	74,00	0,083	61	0,200	-0,64	-0,85
	NIR	68,93 _(17,24)	21 - 100	68	69,30	86,00	0,064	165	0,097	-1,08	-1,74
	EC	62,34 _(16,98)	32 - 98	59,5	61,99	53,00 ^g	0,088	58	0,200	0,95	-0,96
	NEC	73,34 _(15,33)	21 - 100	74	73,86	74,00	0,063	168	0,098	-2,43	-0,18
Estética	IR	61,60 _(18,05)	23 - 93	58	61,89	56,00 ^a	0,126	61	0,018	-0,01	-1,51
	NIR	57,23 _(17,40)	20 - 95	57	57,11	53,00	0,061	165	0,200	0,33	-1,28
	EC	56,05 _(15,47)	29 - 92	55,5	55,68	50,00	0,100	58	0,200	1,05	-1,12
	NEC	59,22 _(18,31)	20 - 95	57,5	59,36	53,00	0,084	168	0,005	-0,22	-1,61
Prazer	IR	77,03 _(13,71)	39 - 97	79	77,80	76,00 ^b	0,159	61	0,001	-2,91	0,63
	NIR	76,02 _(13,83)	31 - 100	78	76,58	85,00	0,093	165	0,001	-2,98	-0,09
	EC	76,70 _(13,16)	46 - 100	78	77,08	78,00	0,108	58	0,089	-1,23	-0,39
	NEC	76,15 _(14,02)	31 - 99	78	76,86	85,00 ^h	0,105	168	0,000	-3,82	0,24

^aMúltiplas Modas (56 e 85); ^b(76 e 84); ^c(72 e 86); ^d(42 e 56); ^e(55 e 86); ^f(53 e 69); ^g(53 e 82); ^h(85 e 88).

4.4 Comparações das médias

Com o objetivo de verificar a adequação do uso de testes paramétricos para a comparação das médias das dimensões motivacionais, primeiramente testou-se a homogeneidade das variâncias através do teste de Mauchly e do cálculo F de Levene. O teste de Mauchly foi utilizado para a verificação da homogeneidade da variância intravariáveis. O “teste F” de Levene foi utilizado para testar a homogeneidade das variâncias entre as variáveis independentes.

Para os grupos de variáveis em que a homogeneidade foi assumida (Sexo, Categorias e Experiência em Competições), utilizaremos o teste ANOVA One-Way, a fim de verificarmos as diferenças entre os escores das dimensões. Para os grupos de variáveis em que a homogeneidade das variâncias não foi assumida (Grupo total de tenistas, intra-sexo, intra-categorias, intra-experiência em competições e intra-ranking), utilizaremos o teste *t* pareado, a fim de verificarmos as diferenças entre os escores das dimensões. Para a variável “ranking” (homogeneidade das variâncias não assumida), utilizaremos o teste *t* para amostras independentes, a fim de verificarmos as diferenças entre os escores das dimensões. Inicialmente, apresentaremos os resultados das comparações entre as dimensões motivacionais do grupo total de tenistas. Em algumas amostras as distribuições das dimensões não aderiram à normalidade, mesmo assim, o uso de testes paramétricos é adequado porque o “n” das amostras em questão é maior que 30 (PESTANA e GAGEIRO, 2000).

4.4.1 Comparações para amostra geral

Como mencionado anteriormente, a homogeneidade da variância do grupo total de tenistas foi rejeitada pelo teste de Mauchly ($p < 0,01$). Sendo assim, conduziu-se um teste *t* pareado com o intuito de verificar as dimensões que melhor descrevem a motivação dos tenistas para a prática de atividades físicas regulares. A tabela 4 apresenta estes resultados.

Tabela 4: Dimensões motivacionais dos tenistas

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Controle de Estresse - Saúde	-17,05	225	0,000
Controle de Estresse - Sociabilidade	-9,91	225	0,000
Controle de Estresse - Competitividade	-11,07	225	0,000
Controle de Estresse - Estética	-3,31	225	0,001
Controle de Estresse - Prazer	-24,31	225	0,000
Saúde - Sociabilidade	6,66	225	0,000
Saúde - Competitividade	-1,21	225	0,225
Saúde - Estética	11,64	225	0,000
Saúde - Prazer	-9,68	225	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-5,97	225	0,000
Sociabilidade - Estética	4,23	225	0,000
Sociabilidade - Prazer	-15,48	225	0,000
Competitividade - Estética	11,14	225	0,000
Competitividade - Prazer	-5,26	225	0,000
Estética - Prazer	-15,82	225	0,000

Conforme mencionado anteriormente, nas estatísticas descritivas por variáveis controladas, observou-se (em valores nominais) que a dimensão que mais motiva os tenistas para a prática regular de atividades físicas foi o *Prazer*, seguido, respectivamente, da *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. O teste *t* pareado foi conduzido para verificar se estas diferenças em valores nominais são estatisticamente significativas.

Os resultados do teste *t* pareado demonstraram que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p > 0,05$) entre as dimensões *Saúde* e *Competitividade*. Entre todas as demais dimensões, as diferenças foram estatisticamente significativas ($p < 0,01$). Portanto, a dimensão que mais motiva os tenistas à prática regular de atividades físicas é o *Prazer* seguido por um grupo indissociável estatisticamente, formado pelas dimensões *Competitividade* e *Saúde*. Seguem-se a este grupo a dimensão *Sociabilidade*, a dimensão *Estética* e a dimensão *Controle de Estresse*.

4.4.2 Comparações por “sexo”

Antes mesmo de verificarmos as diferenças entre as dimensões motivacionais de tenistas com a variável “sexo” controlada, conduziu-se um teste *t* pareado (amostras não independentes), com o intuito de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas para cada sexo. Como mencionado anteriormente, foi utilizado o teste *t* pareado para verificarmos as diferenças motivacionais intra-sexo, porque a homogeneidade da variância dentro de cada sexo foi rejeitada pelo teste de Mauchly ($p < 0,01$). As Tabelas 5 e 6 apresentam estes resultados.

Tabela 5: Comparações entre dimensões, intra-sexo (masculino)

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-13,98	165	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-7,51	165	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-9,07	165	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-2,02	165	0,045
Contr. de Estresse - Prazer	-19,99	165	0,000
Saúde - Sociabilidade	5,89	165	0,000
Saúde - Competitividade	-1,137	165	0,257
Saúde - Estética	9,62	165	0,000
Saúde - Prazer	-7,98	165	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-5,210	165	0,000
Sociabilidade - Estética	3,57	165	0,000
Sociabilidade - Prazer	-13,16	165	0,000
Competitividade - Estética	10,09	165	0,000
Competitividade - Prazer	-4,34	165	0,000
Estética - Prazer	-12,92	165	0,000

Tabela 6: Comparações entre dimensões, intra-sexo (feminino)

Dimensões Pareadas	t	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-10,08	59	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-6,81	59	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-6,37	59	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-3,20	59	0,002
Contr. de Estresse - Prazer	-14,39	59	0,000
Saúde - Sociabilidade	3,22	59	0,002
Saúde - Competitividade	-0,47	59	0,635
Saúde - Estética	6,65	59	0,000
Saúde - Prazer	-5,57	59	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-2,91	59	0,005
Sociabilidade - Estética	2,26	59	0,027
Sociabilidade - Prazer	-8,08	59	0,000
Competitividade - Estética	4,99	59	0,000
Competitividade - Prazer	-2,97	59	0,004
Estética - Prazer	-9,44	59	0,000

Os resultados apresentados na Tabela 5 demonstram que a dimensão que mais motiva tenistas do sexo masculino à prática regular de atividades físicas é o *Prazer* ($p < 0,01$), seguido por um grupo formado pela dimensão *Competitividade* e *Saúde*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$), pela *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Entre as tenistas do sexo feminino (Tabela 6), a dimensão que mais motiva à prática regular de atividades físicas é o *Prazer* ($p < 0,01$) seguido por um grupo formado pela dimensão *Competitividade* e *Saúde*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$), pela *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

O teste F de Levene demonstrou que a homogeneidade das variâncias foi assumida para a variável “sexo” ($F_{(1, 224)} > 0,024$; $p > 0,502$). Nas estatísticas descritivas por variáveis controladas quanto à variável “sexo”, observou-se entre tenistas do sexo masculino e feminino a mesma prevalência (apesar de valores nominalmente diferentes) da dimensão *Prazer*, seguido da *Competitividade* e *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*, como dimensões que mais motivam os tenistas para a prática regular de atividades físicas.

Com o intuito de esgotar as possíveis análises comparativas, foi conduzido o teste ANOVA One-Way para serem testadas possíveis diferenças entre as dimensões que mais motivam tenistas do sexo masculino e feminino para a prática regular de atividades físicas. A Tabela 7 apresenta estes resultados.

Tabela 7: Comparação entre as médias das dimensões por “sexo”

Dimensões	gl	F	p
Controle de Estresse	1	5,607	0,019
Saúde	1	0,514	0,474
Sociabilidade	1	0,436	0,510
Competitividade	1	0,653	0,420
Estética	1	0,427	0,514
Prazer	1	0,426	0,515

Nota-se que a única dimensão motivacional que apresentou diferença significativa ($p < 0,05$) entre os sexos foi a dimensão *Controle de Estresse* ($F_{(1, 224)} = 5,60$; $p = 0,019$). Pode-se inferir que a dimensão *Controle de Estresse* motiva significativamente mais os tenistas do sexo masculino à prática regular de atividades físicas. As demais dimensões motivam da mesma forma tanto os meninos quanto as meninas. A seguir, apresentaremos os resultados dos testes estatísticos conduzidos com a variável categoria (“até 14 anos” e “até 16 anos”) controlada.

4.4.3 Comparações por “categorias”

Antes mesmo de verificarmos as diferenças entre as dimensões motivacionais de tenistas com a variável “categoria” controlada, conduziu-se um teste *t* pareado com o intuito de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas em cada uma das categorias (“até 14 anos” e “até 16 anos”). Como mencionado anteriormente, foi utilizado o teste *t* pareado para se verificar as diferenças motivacionais intra-sexo, porque a homogeneidade da variância dentro de cada categoria foi rejeitada pelo teste de Mauchly ($p < 0,01$).

Conforme mencionado nas estatísticas descritivas por variáveis controladas, quanto à variável “categoria”, percebe-se que, em valores nominais, a dimensão que mais motiva tenistas da categoria “até 14 anos” à prática regular de atividades físicas é o *Prazer*, seguido pela dimensão *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Entre a categoria 16 anos, percebe-se a prevalência (em valores nominais), da dimensão *Prazer*, seguido da dimensão *Saúde*, *Competitividade*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com o objetivo de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas conduziu-se um teste *t* pareado dentro de cada categoria. As Tabelas 8 e 9 apresentaram os resultados que seguem.

Tabela 8: Comparações entre dimensões, intra-categoria (14 anos)

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-13,70	140	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-7,63	140	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-9,54	140	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-2,36	140	0,019
Contr. de Estresse - Prazer	-19,48	140	0,000
Saúde - Sociabilidade	5,88	140	0,000
Saúde - Competitividade	-1,82	140	0,070
Saúde - Estética	10,11	140	0,000
Saúde - Prazer	-6,92	140	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-6,19	140	0,000
Sociabilidade - Estética	3,13	140	0,002
Sociabilidade - Prazer	-13,17	140	0,000
Competitividade - Estética	10,41	140	0,000
Competitividade - Prazer	-3,11	140	0,002
Estética - Prazer	-12,81	140	0,000

Tabela 9: Comparações entre dimensões, intra-categoria (16 anos)

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-10,11	84	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-6,31	84	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-5,78	84	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-2,36	84	0,020
Contr. de Estresse - Prazer	-14,49	84	0,000
Saúde - Sociabilidade	3,25	84	0,002
Saúde - Competitividade	0,39	84	0,692
Saúde - Estética	6,06	84	0,000
Saúde - Prazer	-7,05	84	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-1,90	84	0,061
Sociabilidade - Estética	2,87	84	0,005
Sociabilidade - Prazer	-8,38	84	0,000
Competitividade - Estética	4,98	84	0,000
Competitividade - Prazer	-4,51	84	0,000
Estética - Prazer	-9,25	84	0,000

Os resultados demonstram que a dimensão que mais motiva tenistas da categoria “até 14 anos” à prática regular de atividades físicas é o Prazer ($p < 0,01$) seguido por um grupo formado pela dimensão *Competitividade* e *Saúde*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$), pela *Sociabilidade*, pela *Estética* e *Controle de Estresse*. Entre os tenistas da categoria “até 16 anos”, a dimensão que mais motiva à prática de regular de atividades físicas é o *Prazer* ($p < 0,01$). Seguem-se a ela um grupo formado pelas dimensões *Saúde* e *Competitividade*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$), e outro grupo formado pelas dimensões *Competitividade* e *Sociabilidade* (também indissociável estatisticamente). Após estes grupos está a *Estética* e o *Controle de Estresse*. A partir destas análises, pode-se inferir que a dimensão *Saúde* e *Competitividade* motivam da mesma forma os tenistas da Categoria “até 16 anos”. As dimensões *Competitividade* e *Sociabilidade* também motivam da mesma forma os tenistas. A dimensão *Saúde* significativamente mais ($p < 0,01$) que a dimensão *Sociabilidade*.

O teste F de Levene demonstrou que a homogeneidade das variâncias foi assumida para a variável Categoria ($F_{(1, 224)} > 0,008$; $p > 0,347$). Com o intuito de

esgotar as possíveis análises comparativas, foi conduzido o teste ANOVA One-Way para se testar possíveis diferenças entre as dimensões que mais motivam tenistas das categorias “até 14 anos” e “até 16 anos” à prática regular de atividades físicas. A tabela 10 apresenta estes resultados.

Tabela 10: Comparação entre as médias das dimensões por “categoria” (“até 14 anos” e “até 16 anos”)

Dimensões	gl	F	p
Controle de Estresse	1	1,321	0,252
Saúde	1	0,908	0,342
Sociabilidade	1	3,871	0,050
Competitividade	1	0,395	0,531
Estética	1	2,388	0,124
Prazer	1	2,241	0,136

Nota-se que a dimensão *Sociabilidade* ($F_{(1, 224)} = 3,87$; $p = 0,050$) foi a única dimensão com diferenças estatisticamente significativas ($p = 0,05$) entre os tenistas das categorias “até 14 anos” e “até 16 anos”. Pode-se inferir que a dimensão *Sociabilidade* motiva significativamente mais os tenistas da categoria “até 16 anos” à prática regular de atividades físicas. As demais dimensões motivam da mesma forma as duas categorias. A seguir, apresentaremos os resultados dos testes estatísticos conduzidos com a variável ranking (tenistas “integrantes do ranking” e tenistas “não integrantes do ranking”) controlada.

4.4.4 Comparações por “ranking”

Antes mesmo de verificarmos as diferenças entre as dimensões motivacionais de tenistas com a variável “ranking” controlada, conduziu-se um teste *t* pareado com o intuito de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas, com relação as variáveis “tenistas integrantes do ranking” (IR) e “tenistas não integrantes

do ranking” (NIR). Foi utilizado o teste *t* pareado para se verificar as diferenças motivacionais “intra-IR” e “intra-NIR”, porque a homogeneidade da variância dentro de cada categoria foi rejeitada pelo teste de Mauchly ($p < 0,01$).

Conforme mencionado nas estatísticas descritivas por variáveis controladas, quanto à variável “ranking”, observou-se que, em valores nominais, tanto os tenistas “integrantes do ranking” (IR) quanto os “não integrantes do ranking” (NIR), apresentaram a mesma ordenação das dimensões motivacionais que mais motivam à prática regular de atividades físicas. A dimensão que mais motiva estes grupos de tenistas foi o *Prazer*, seguido pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Conduziu-se um teste *t* pareado com o objetivo de verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas, tanto para os tenistas IR quanto para os tenistas NIR. As Tabelas 11 e 12 apresentaram estes resultados.

Tabela 11: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “integrantes do ranking” (IR)

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-10,96	60	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-5,78	60	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-7,86	60	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-2,95	60	0,004
Contr. de Estresse - Prazer	-12,79	60	0,000
Saúde - Sociabilidade	3,74	60	0,000
Saúde - Competitividade	-2,13	60	0,037
Saúde - Estética	5,2	60	0,000
Saúde - Prazer	-4,16	60	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-4,59	60	0,000
Sociabilidade - Estética	1,34	60	0,184
Sociabilidade - Prazer	-7,03	60	0,000
Competitividade - Estética	6,56	60	0,000
Competitividade - Prazer	-1,24	60	0,220
Estética - Prazer	-6,89	60	0,000

Tabela 12: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “não integrantes” do ranking (NIR)

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-13,53	164	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-8,07	164	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-8,38	164	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-2,10	164	0,037
Contr. de Estresse - Prazer	-20,62	164	0,000
Saúde - Sociabilidade	5,51	164	0,000
Saúde - Competitividade	-0,30	164	0,757
Saúde - Estética	10,45	164	0,000
Saúde - Prazer	-8,83	164	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-4,28	164	0,000
Sociabilidade - Estética	4,15	164	0,000
Sociabilidade - Prazer	-13,89	164	0,000
Competitividade - Estética	9,06	164	0,000
Competitividade - Prazer	-5,29	164	0,000
Estética - Prazer	-14,39	164	0,000

Os resultados demonstraram (Tabela 11) que as dimensões *Prazer* e *Competitividade* formam um grupo, indissociável estatisticamente ($p > 0,05$), que mais motiva tenistas IR à prática regular de atividades físicas. Segue-se a elas a dimensão *Saúde*, seguida por outro grupo formado pelas dimensões *Sociabilidade* e *Estética*, também indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$) e a dimensão *Controle de Estresse*. A dimensão que mais motiva tenistas NIR (Tabela 12) à prática regular de atividades físicas é o *Prazer* ($p < 0,01$) seguido por um grupo formado pelas dimensões *Competitividade* e *Saúde*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$), seguidos pela *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Com o objetivo de se esgotar as possíveis análises comparativas, verificou-se inicialmente a homogeneidade das variâncias (ver Tabela 13) que não foi assumida na dimensão *Competitividade*. Levando-se em conta os resultados, conduziu-se um teste *t* para amostras independentes, a fim de se testar possíveis diferenças entre as motivações à prática de atividades físicas regulares entre tenistas IR e tenistas NIR.

Tabela 13: Comparação entre as médias das dimensões dos tenistas IR e tenistas NIR

Dimensões	F	Sig.	<i>t</i>	gl	Sig.	Diferença das médias
Controle de Estresse	0,076	0,783	0,097	224	0,923	0,2598
Saúde	1,904	0,169	1,010	224	0,314	2,3002
Sociabilidade	0,935	0,335	0,821	224	0,413	1,9174
Competitividade	8,118	0,005	2,704	138,245	0,008	5,8639
Estética	1,037	0,310	1,661	224	0,098	4,3763
Prazer	0,751	0,387	0,488	224	0,626	1,0085

Percebe-se que a dimensão *Competitividade* (Co) ($t = 2,70$; $p = 0,008$) foi a única que apresentou diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,01$) entre os tenistas IR e NIR. A dimensão *Competitividade* motiva significativamente mais aos tenistas IR em comparação com os NIR à prática regular de atividades físicas. As demais dimensões motivam da mesma forma os dois grupos. A seguir, apresentaremos os resultados dos testes estatísticos conduzidos com a variável Experiência Competitiva, formada por tenistas “estreadantes em competições” (EC) e tenistas “não estreadantes em competições” (NEC), controlada.

4.4.5 Comparações por “experiência em competições”

Antes mesmo de verificarmos as diferenças entre as dimensões motivacionais de tenistas com a variável “experiência em competições” controlada, conduziu-se um teste *t* pareado com o intuito de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas em “tenistas estreadantes em competições” (EC) e “tenistas não estreadantes em competições” (NEC). Como mencionado anteriormente, foi utilizado o teste *t* pareado para que pudesse ser verificada as diferenças motivacionais “intra-EC” e “intra-NEC”, tendo em vista que a homogeneidade da variância dentro de cada categoria foi rejeitada pelo teste de Mauchly ($p < 0,01$).

Conforme mencionado nas estatísticas descritivas por variáveis controladas, quanto à variável “experiência em competições”, percebe-se que, entre tenistas EC, a dimensão (em valores nominais) mais motiva à prática regular de atividades físicas

foi o *Prazer*, seguida da dimensão *Saúde*, *Sociabilidade*, *Competitividade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Entre os tenistas NEC, a dimensão (em valores nominais) mais motivante foi o *Prazer*, seguido pela *Competitividade*; *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Conduziu-se um teste *t* para amostras pareadas (amostras não independentes), com o intuito de se verificar a existência de possíveis diferenças na intensidade (prevalência) dos valores nominais nas dimensões motivacionais estudadas, dos tenistas EC, assim como, dos tenistas NEC. As Tabelas 14 e 15 apresentaram estes resultados.

Tabela 14: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “estreadantes em competições”

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-6,44	57	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-3,55	57	0,001
Contr. de Estresse - Competitividade	-2,16	57	0,035
Contr. de Estresse - Estética	-0,06	57	0,947
Contr. de Estresse - Prazer	-11,29	57	0,000
Saúde - Sociabilidade	3,35	57	0,001
Saúde - Competitividade	3,25	57	0,002
Saúde - Estética	8,19	57	0,000
Saúde - Prazer	-5,77	57	0,000
Sociabilidade - Competitividade	0,15	57	0,875
Sociabilidade - Estética	3,06	57	0,003
Sociabilidade - Prazer	-9,02	57	0,000
Competitividade - Estética	3,09	57	0,003
Competitividade - Prazer	-6,7	57	0,000
Estética - Prazer	-10,34	57	0,000

Tabela 15: Comparações entre as médias das dimensões dos tenistas “não estreados em competições”

Dimensões Pareadas	<i>t</i>	gl	p
Contr. de Estresse - Saúde	-16,47	167	0,000
Contr. de Estresse - Sociabilidade	-9,51	167	0,000
Contr. de Estresse - Competitividade	-12,17	167	0,000
Contr. de Estresse - Estética	-3,83	167	0,000
Contr. de Estresse - Prazer	-21,57	167	0,000
Saúde - Sociabilidade	5,74	167	0,000
Saúde - Competitividade	-3,22	167	0,002
Saúde - Estética	8,96	167	0,000
Saúde - Prazer	-7,90	167	0,000
Sociabilidade - Competitividade	-7,28	167	0,000
Sociabilidade - Estética	3,13	167	0,002
Sociabilidade - Prazer	-12,71	167	0,000
Competitividade - Estética	11,31	167	0,000
Competitividade - Prazer	-2,34	167	0,020
Estética - Prazer	-12,53	167	0,000

Os resultados demonstraram (Tabela 14) que a dimensão que mais motiva tenistas EC à prática regular de atividades físicas é o *Prazer*, seguido da *Saúde*. Após estas duas motivações, temos dois grupos formados pelas dimensões *Competitividade* e *Sociabilidade*, indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$) e outro grupo formado pelas dimensões *Controle de Estresse* e *Estética*, também indissociáveis estatisticamente ($p > 0,05$). Entre tenistas NEC (Tabela 15), a dimensão que mais motiva à prática regular de atividades físicas é o *Prazer*, seguido pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

O teste F de Levene demonstrou que a homogeneidade das variâncias foi assumida para a variável Experiência em Competições ($F_{(1, 224)} > 0,212$; $p > 0,244$). Com o objetivo de esgotar as possíveis análises comparativas, conduziu-se um teste ANOVA One-Way, a fim de testarmos possíveis diferenças entre as motivações à prática de atividades físicas regulares entre tenistas EC e NEC. A Tabela 16 apresenta estes resultados.

Tabela 16: Comparação entre as médias obtidas entre tenistas EC e NEC, em cada dimensão em estudo

Dimensões	gl	F	p
Controle de Estresse	1	0,824	0,365
Saúde	1	0,000	0,983
Sociabilidade	1	0,070	0,792
Competitividade	1	20,977	0,000
Estética	1	1,397	0,239
Prazer	1	0,069	0,793

Percebe-se, que a dimensão *Competitividade* ($F_{(1, 224)} = 20,97$; $p = 0,000$) foi a única que apresentou diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,01$) entre os tenistas EC e NEC. Para os tenistas NEC, a dimensão *Competitividade* é significativamente mais motivante à prática regular de atividades físicas do que para os tenistas EC. As demais dimensões motivam da mesma forma os dois grupos.

5 Discussão dos resultados

O presente trabalho teve como objetivo central verificar e avaliar os fatores e níveis motivacionais (*Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer*) associados à prática regular de atividades físicas que melhor descrevem os tenistas da faixa etária de 13 a 16 anos. Estes tenistas são filiados às Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis, participantes de competições regionais e nacionais. Tivemos como objetivos específicos descrever e avaliar as motivações dos tenistas, controlando as variáveis “sexo”, “categoria”, “ranking” e “experiência em competições”. Iniciaremos a discussão dos resultados analisando a amostra geral para, na seqüência, discutir os resultados obtidos nas variáveis controladas.

5.1 Amostra geral

Os resultados demonstram que a dimensão que mais motiva os tenistas à prática de atividades físicas é o *Prazer*. Segue-se a ela a *Saúde* e a *Competitividade* (indissociáveis estatisticamente), a *Sociabilidade*, a *Estética* e o *Controle de Estresse*. O fato da dimensão *Prazer* se constituir na que mais motiva os tenistas não chega a surpreender. Segundo Deci e Ryan (1985), o prazer obtido pelos indivíduos na prática de atividades físicas e esportivas reflete as motivações intrínsecas das pessoas. Wankel (1993) entende que a obtenção de prazer na prática de atividades físicas é fundamental para a manutenção desta prática.

O fato das dimensões *Competitividade* e *Saúde* motivarem da mesma forma os tenistas nos causou surpresa. Entendíamos que a participação sistemática em competições faria com que a dimensão *Competitividade* fosse mais motivante que a dimensão *Saúde*. Cardoso (1998), também aponta a predominância dos motivos referentes à competência desportiva (entre elas os aspectos competitivos) em relação aos motivos referentes à manutenção da saúde como fatores motivacionais relacionados à prática de atividades físicas de jovens. Da mesma forma que no estudo de Ballaguer e Atienza (1994), a dimensão *Sociabilidade* é uma das que mais motiva os jovens tenistas brasileiros para a prática de atividades físicas.

Já esperávamos que as dimensões *Estética* e *Controle de Estresse* fossem as que menos motivam os tenistas à prática de atividades físicas regulares. Segundo o estudo de Ingledew e Sullivan (2002), adolescentes que se acham com massa corporal acima da ideal e que desejam emagrecer apresentam maiores índices de motivações relacionadas à *Estética* (perda de peso) e ao *Controle de Estresse*. Este fenômeno, conforme o resultado obtido nesse estudo, ocorre de forma mais clara nos adolescentes de maior faixa etária (entre 17 e 19 anos). Entendemos que a faixa etária dos tenistas (entre 13 e 16 anos) não favoreceria a predominância dos aspectos referentes à *Estética* e ao *Controle de Estresse* como fatores que mais motivam estes tenistas à prática de atividades físicas regulares. Segundo Skinner e Piek (2001), crianças e adolescentes que possuem desordem no seu desenvolvimento motor apresentam maiores índices de ansiedade e menor sensação de competência que as crianças e adolescentes com desenvolvimento motor correto. A participação regular em competições, característica deste grupo de tenistas, sugere que estes tenistas possuem um bom desenvolvimento motor e uma boa percepção de competência. Desta forma, a *Estética* e o *Controle de Estresse* não seriam dimensões capazes de motivar estes tenistas para a prática de atividades físicas regulares.

5.2 Variável “sexo” controlada

Tenistas do sexo masculino e do sexo feminino apresentam a prevalência da dimensão *Prazer*, seguida pela *Competitividade* e *Saúde* (indissociáveis estatisticamente), *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*, como dimensões motivacionais associadas à prática de atividades físicas regulares. Testando as possíveis diferenças estatísticas entre as médias das dimensões motivacionais, segundo a variável “sexo”, percebe-se que a dimensão *Controle de Estresse* motiva significativamente mais ($p = 0,01$) aos meninos do que às meninas à prática de atividades físicas regulares. Em razão de o *Prazer* ter sido a dimensão que mais motiva tenistas do sexo masculino e feminino para a prática regular de atividades físicas, pode-se entender que ambos os sexos são motivados predominantemente por motivos intrínsecos (RYAN e DECI, 2000a; De Rose JR. et al., 2001).

Foi surpreendente o fato dos tenistas de ambos os sexos apresentarem as dimensões *Competitividade* e *Saúde* como as segundas mais motivantes. A literatura vem demonstrando que existem diferenças entre as motivações de homens e mulheres para a prática de atividades físicas, especialmente no que se refere à *competitividade*. Fortier, Vallerand et al. (1995) demonstram que as mulheres são mais intrinsecamente motivadas que os homens para a prática de atividades físicas. White e Duda (1994); e Petherick e Weigand (2002) demonstram que os homens são mais extrinsecamente motivados que as mulheres. Newton e Duda (1994), em estudo desenvolvido com tenistas infanto-juvenis de alto nível, também referem que os atletas do sexo masculino apresentam comportamentos mais orientados para as vitórias, enquanto as mulheres apresentam comportamentos mais orientados para as tarefas.

A relevância dada pelos tenistas de ambos os sexos para a dimensão *Saúde* pode ser interpretada como resultado da Integração. Segundo Ryan e Deci (2000a), a Integração é a forma mais autônoma da motivação extrínseca. Ocorre quando as motivações extrínsecas passam a fazer parte do comportamento do indivíduo. Para Reinboth e Duda (2005), a importância da atividade física para a manutenção da saúde física e mental é um consenso tanto na literatura científica quanto na opinião pública. Desta forma, os jovens recebem informações sobre a relação entre atividade física e manutenção da saúde, através da educação formal, dos meios de comunicação e da opinião pública e, ainda, integram estas motivações extrínsecas aos seus valores e comportamentos.

A importância que a dimensão *Sociabilidade* recebe pode ser explicada pela necessidade psicológica de afiliação (RYAN e DECI, 2000a). Recente estudo de Ullrich-French e Smith (2005) demonstra que índices positivos na sociabilização com colegas de esporte estão associados ao maior prazer pela prática da atividade e ao aumento na percepção de competência. Simultaneamente, percebe-se um aumento na motivação intrínseca destes atletas e uma redução na percepção de estresse.

Em relação ao *Controle de Estresse*, constatou-se que os tenistas do sexo masculino são significativamente mais motivados do que as tenistas do sexo feminino. Este resultado contrasta com o trabalho de Estrada, Jiménez e Fernández

(2003), no qual as mulheres do estudo em questão são significativamente mais motivadas que os homens pelas questões referentes ao *Controle do Estresse*. De acordo com uma série de trabalhos (WHITE e DUDA, 1994; NEWTON e DUDA, 1994; FORTIER, VALLERAND et al., 1995; PETHERICK e WEIGAND, 2002), os homens são predominantemente orientados para as questões do ego, isto é, possuem maior interesse por demonstrar competência em situações competitivas. Segundo Reinboth e Duda (2005), a excessiva importância atribuída aos resultados competitivos, juntamente com as pressões exercidas por pais e treinadores pode fazer com que a participação tenha efeitos negativos nos atletas. Dentre estes efeitos estaria o surgimento da ansiedade nos atletas (VAZOU, NTOUMANIS e DUDA, 2005). Sendo assim, é possível interpretar que o *Controle do Estresse* motiva significativamente mais aos tenistas do sexo masculino devido à orientação deste grupo para as questões do ego. Eles utilizariam o esporte, também, para controlar o estresse gerado por esta característica de comportamento. A diferença entre a faixa etária das populações dos dois estudos também pode explicar o contraste entre os resultados. É importante ressaltar que a população do estudo de Estrada, Jiménez e Fernández (2003) é composta por universitários, enquanto que os tenistas deste estudo são mais jovens (entre 13 e 16 anos).

5.3 Variável “categoria” controlada

Os tenistas integrantes da categoria “até 14 anos” apresentam a prevalência da dimensão *Prazer*, seguida pelas dimensões *Competitividade* e *Saúde* (indissociáveis estatisticamente), *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse* como dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas. Os tenistas da categoria “até 16 anos” apresentam a prevalência da dimensão *Prazer*, seguida pela *Saúde* e *Competitividade* (indissociáveis estatisticamente), *Competitividade* e *Sociabilidade* (indissociáveis estatisticamente), *Estética* e *Controle de Estresse* como dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas. Testando as possíveis diferenças estatísticas entre as médias das dimensões com a variável “categoria” controlada, percebe-se que a dimensão *Sociabilidade* motiva significativamente mais ($p = 0,05$) os tenistas da categoria “até 16 anos” à prática de atividades físicas regulares.

Era esperada uma maior semelhança entre a ordenação das dimensões motivacionais de tenistas em ambas as categorias (“até 14 anos” e “até 16 anos”). O fato das competições das duas categorias serem realizadas simultaneamente poderia justificar esta semelhança. A dimensão *Sociabilidade* ser significativamente mais motivante para os tenistas da categoria “até 16 anos” pode ser explicada à luz de diferentes estudos. Estudando tenistas iniciantes, Villamarín, Mauri e Sanz (1998) referem que os tenistas mais jovens dão maior importância para os motivos referentes ao êxito competitivo. Tenistas de maior faixa etária, por sua vez, valorizam mais os motivos referentes ao alívio de tensões e à busca de sensações de prazer. Allen (2003) refere que o esporte possibilita aos jovens oportunidades sociais como: fazer parte de um grupo ou equipe, estar com amigos, desenvolver amizades mais estreitas e obter respeito e reconhecimento do grupo em que o jovem está inserido. Segundo o autor, os dois fatores sociais que melhor explicam a participação dos jovens em atividades físicas são: obter reconhecimento e ser popular no grupo. Hassandra et al. (2003) também referem que os envolvimento sociais são determinantes para o aumento da motivação intrínseca. Fernández e Sola (2001) apontam que entre os meninos ocorre um aumento na valorização da dimensão *Sociabilidade* com o aumento da idade. A valorização da dimensão *Sociabilidade* não sofre variação entre as meninas.

5.4 Variável “ranking” controlada

Em valores nominais, os tenistas “integrantes do ranking” (IR) e os tenistas “não integrantes do ranking” (NIR) apresentam a mesma prevalência de dimensões motivacionais que orientam a prática de atividades físicas regulares. A dimensão que mais motiva os dois grupos é o *Prazer*, seguido pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*. Verificando as diferenças entre as médias das motivações intragrupo, percebe-se que a ordenação das dimensões motivacionais dos tenistas IR é a seguinte: As dimensões *Prazer* e *Competitividade* (indissociáveis estatisticamente) são as que mais motivam este grupo. Seguem-se a elas a *Saúde*, a *Sociabilidade* e a *Estética* (indissociáveis estatisticamente) e o *Controle de Estresse*. Os tenistas NIR apresentam a seguinte prevalência de dimensões motivacionais: A dimensão *Prazer*, seguida por um grupo formado pela

dimensão *Competitividade* e *Saúde* (indissociáveis estatisticamente), *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse*.

Ao compararmos as médias das dimensões motivacionais de tenistas IR e tenistas NIR, percebemos que a dimensão *Competitividade* motiva significativamente mais ($p < 0,01$) os tenistas IR. Esta diferença entre as motivações de tenistas IR e NIR pode ser explicada pelo fato de que os tenistas IR são aqueles que integram a chave principal dos torneios. Para que este tenista integre a chave principal dos torneios ele deve possuir uma boa classificação no ranking. Esta classificação é resultado da pontuação obtida nos torneios anteriores. Portanto, é provável que os tenistas IR sejam aqueles que disputam o maior número de competições. Em estudo realizado com tenistas de 3 diferentes níveis de envolvimento: Copa Davis, Universitários, e tenistas de lazer, Butt e Cox (1992) referem que os tenistas que disputam Copa Davis são significativamente mais motivados pela *Competitividade* em comparação com os tenistas universitários ou aqueles que praticam por lazer. Estes resultados podem sugerir também, que os tenistas IR são predominantemente motivados para demonstrar competência em situações competitivas.

5.5 Variável “experiência em competições” controlada

Ao avaliar as motivações que orientam a participação de tenistas “não estreantes em competições” (NEC) e tenistas “estreantes em competições” (EC) em atividades desportivas, algumas características merecem destaque. Os tenistas EC apresentam a prevalência do *Prazer*, seguido pela *Saúde*, *Competitividade* e *Sociabilidade* (indissociáveis estatisticamente), *Controle de Estresse* e *Estética* (indissociáveis estatisticamente) como dimensões motivacionais associadas à prática regular de atividades físicas. Os tenistas NEC apresentam a prevalência do *Prazer*, seguido pela *Competitividade*, *Saúde*, *Sociabilidade*, *Estética* e *Controle de Estresse* como dimensões motivacionais associadas à prática de atividades físicas. Comparando as médias das dimensões motivacionais de tenistas EC e NEC, percebe-se que a dimensão *Competitividade* motiva significativamente mais ($p < 0,01$) os tenistas NEC.

Analisando a ordenação das motivações dos tenistas EC, nos parece que a dimensão *Prazer* indica que o grupo é motivado preponderantemente pelas motivações intrínsecas e pelas formas mais autônomas de motivações extrínsecas. A importância recebida pela dimensão *Saúde* pode estar refletindo o consenso da sociedade (REINBOTH e DUDA, 2005), de que a prática de atividades físicas está relacionada com a melhoria dos índices de saúde física e mental. Outro dado interessante é o fato das dimensões *Competitividade* e *Sociabilidade* motivarem da mesma forma os tenistas EC (são indissociáveis estatisticamente). Este fato pode indicar que os tenistas EC estão buscando fazer parte e serem aceitos pela comunidade de tenistas que disputam as competições do circuito infanto-juvenil. Além do interesse em fazer parte da comunidade competitiva, este grupo também busca demonstrar competência na situação competitiva. A ordenação das dimensões motivacionais dos tenistas EC também pode sugerir a prática deste grupo é predominantemente orientada pelas motivações intrínsecas.

A ordenação das motivações dos tenistas NEC pode indicar que prática deste grupo é orientada pelas motivações intrínsecas, recebendo, também, uma forte influência das motivações extrínsecas. O interesse por demonstrar competência em situações competitivas, manifesto pela importância dada para a dimensão *Competitividade*, está reforçando esta questão. Quando comparadas às médias das dimensões motivacionais dos dois grupos, percebe-se que a única dimensão que diferencia as motivações de EC e NEC é a *Competitividade*. Este resultado já era esperado. Esta diferença pode ser explicada pelo maior tempo de participação dos tenistas NEC em competições. A participação no ambiente competitivo pode fazer com que os tenistas NEC sintam uma maior necessidade em demonstrar competência nas situações competitivas. Necessidade esta já abordada em estudos como o de Duda, Chi, et al. (1995).

6 Conclusões

O desenvolvimento do presente estudo teve como objetivo geral verificar e avaliar os fatores e níveis motivacionais associados a prática regular de atividades físicas em tenistas de 13 a 16 anos. Além disso, tinha o propósito de descrever e verificar se há diferenças entre os índices motivacionais, controlando as variáveis “sexo”, “categorias”, “ranking”, e “experiência em competições”. Os resultados juntamente com o referencial teórico deste estudo nos trouxeram algumas conclusões e perspectivas futuras.

A constatação de que a dimensão *Prazer* é a mais motivante para os tenistas em todas as análises indica que a participação deste grupo em atividades físicas se origina predominantemente das suas motivações intrínsecas. Entendemos, também, que a relevância dada pelos tenistas para as dimensões *Competitividade*, *Saúde* e *Sociabilidade* pode apontar importantes caminhos para a organização de treinamentos e competições das categorias infanto-juvenis. O respeito aos interesses dos jovens, bem como a construção de objetivos centrados no desempenho e nas tarefas durante treinamentos e competições, auxiliará no aumento da MI dos atletas. Por outro lado, a valorização excessiva dos resultados competitivos e a construção de objetivos orientados para as questões do ego podem originar uma diminuição na motivação intrínseca dos atletas e, até mesmo, a perda do interesse pela prática do esporte.

A semelhança entre os índices motivacionais de tenistas do sexo masculino e feminino, especialmente nas dimensões *Competitividade* e *Saúde*, não encontram sustentação e, inclusive, contraria o que a literatura vem estabelecendo. Desta forma, nos parece importante que novos estudos sejam realizados para que se verifique se esta semelhança ocorre apenas entre os tenistas ou, também, em praticantes de diferentes esportes.

Entendemos que o fato da dimensão *Sociabilidade* motivar significativamente mais aos tenistas da categoria “até 16 anos” merece especial atenção dos treinadores. É preciso oportunizar aos jovens desta categoria um ambiente de treino e de competições em que os contatos e relacionamentos sociais sejam valorizados.

Inclusive, estas relações sociais poderão auxiliar na redução da pressão que a exigência dos resultados competitivos exerce nestes atletas. Cabe ressaltar, ainda, que os jovens desta faixa etária já podem participar de competições do circuito profissional de tênis, onde os resultados competitivos são determinantes (etapa do alto rendimento).

Outro resultado de fundamental importância para a pedagogia do treino desportivo foi a confirmação de que a dimensão *Competitividade* motiva mais aos tenistas “integrantes do ranking” do que os tenistas “não integrantes do ranking”. Além disso, a Competitividade motiva mais os tenistas “não estreantes em competições” que aos tenistas “estreantes em competições”. Isso faz com que a orientação dos técnicos seja no sentido de controlar a valorização que estes jovens dão para a competição. Se por um lado a competição, quando bem organizada, pode colaborar com a formação dos jovens sportistas; sabe-se que a valorização excessiva dos resultados poderá diminuir a motivação intrínseca dos atletas, chegando ao ponto de ocasionar o abandono da prática esportiva.

Por fim, esperamos que este estudo possa contribuir para a integração entre o conhecimento acadêmico e a prática pedagógica dos treinadores, em benefício dos jovens sportistas. Recomendamos que novos estudos com tenistas e com atletas de outros esportes, sejam realizados para aprofundar os conhecimentos sobre a motivação dos jovens à prática regular de atividades físicas.

Referências

ALLEN; Justine B. Social Motivation in Youth Sport. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, n. 25, p. 551-567, 2003.

ARRANZ, José Antonio; ANDRADE, Juan Carlos; CRESPO, Miguel. **Tenis (II)**. Espanha, Comité Olímpico Español, 1993, 422 p.

BALAGUER, I.; ATIENZA, F.; Principales motives de los jóvenes para jugar al tenis. **Apunts: Educación Física y Deportes**, vol. 31, p. 285-299, 1994.

BALAGUER, I.; DUDA, J.L.; ATIENZA, F.L.; MAYO, C. Situational and dispositional goals of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. **Psychology of Sport and Exercise**, n. 3, p. 293-308, 2002.

BALBINOTTI, Carlos. **A formação Técnica do Jogador de Tênis: Um estudo sobre jovens tenistas brasileiros**. Porto: UP, 2003. Dissertação (Doutorado em Ciência do Desporto), Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 2003.

BALBINOTTI, Marcos; SILVA, Marcelo. **Inventário de Motivação Aplicado a Atividade Física**. Laboratório de Psicologia do Esporte – Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre, 2003.

BALYI, Istvan. O desenvolvimento do praticante a longo prazo – sistemas e soluções. **Revista Treino Desportivo**, Lisboa, n. 23, dez. 2003, p. 22-27.

BISQUERA, R.. **Introducción a la estadística aplicada a la investigación educativa: un enfoque informático con los paquetes BMDP y SPSS**. Barcelona: PPU, 1987.

BOMPA, Tudor O. **Periodização: Teoria e Metodologia do Treinamento**. São Paulo: Phorte, 2002, 423 p.

BRODKIN, P.; WEISS, M. Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, n. 12, p. 248-263, 1990.

BRYMAN, A.; CRAMER, D. **Quantitative data analysis with SPSS release 8 for Windows: a guide for social scientists**. New York: Routledge, 1999.

BUTT, D.S.; COX, D.N. Motivational Patterns in Davis Cup, University and Recreational Tennis Players. **International Journal of Sport Psychology**, n. 23, p. 1-13, 1992.

CAPDEVILA, L.; NIÑEROLA, J.; PINTANEL, M. Motivación y Actividad Física: El Autoinforme de Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico (AMPEF) . **Revista de Psicología del Deporte**, vol. 13, n. 1, p. 55-74, 2004.

CARDOSO, Marcelo Francisco Silva. **Fatores Motivacionais para a Prática Desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo**. 1998. 95 f. Dissertação (Mestrado) - Ciências do Movimento Humana, Departamento de Escola de Educação Física, UFRGS, Porto Alegre, 1998.

CASTRO, Iciar Eraña de. Entrenamiento Psicológico Con Jóvenes Tenistas. **Revista de Psicología del Deporte**, Barcelona, v. 13, n. 2, p.263-271, 23 dez. 2004.

CAYER, Louis; AKEN VAN, Ivo; DENT, Paul; FRAAUEHNOVEN VAN, Frank; **Manual Para Entrenadores Avanzados**, Londres, ITF, 1996, 339 p.

CONNELL, J.P.; WELLBORN, J.G. Competence, autonomy and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. In: **Minnesota symposium on child psychology**, 1990, vol. 22, p. 43-77, Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1990.

COPETTI, Fernando. **Estudo Exploratório dos Atributos Pessoais de Tenistas**. 2001. 218 f. Tese (Doutorado) - Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Centro de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2001.

CUMMING, Sean P.; EISENMANN, Joey C.; SMOLL, Frank L.; SMITH, Ronald D.; MALINA, Robert M.. Body size and perception of coaching behaviors by adolescent female athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, in press, p.1-13, 2005.

DAMÁSIO, L.; SERPA, S. O treinador no desporto infanto-juvenil. **Revista “Treino Desportivo-Especial”**, Lisboa, n. 3, p. 41-44, Novembro de 2000.

DE ROSE JR., Dante ; CAMPOS, Roberto R.; TRIBST, Marcelina. Motivos que llevan a la práctica del baloncesto: Un estudio con jovens atletas brasileiros. **Revista de Psicología del Deporte**, vol. 10, n.2, p. 293-304. 2001.

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

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. The “what” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. **Psychological Inquiry**, n.4, p. 227-268, 2000.

DUDA, Joan L.. Toward a Developmental Theory of Children. **Journal of Sport Psychology**, n. 9, p.130-145, 1987.

DUDA, Joan L.; CHI, Likang et al. Task and Ego Orientation and Intrinsic Motivation in Sport. **International Journal of Sport Psychology**, n. 26, p. 40-63, 1995.

ESTRADA, José A. Cechini; JIMÉNEZ, Antonio Méndez; FERNÁNDEZ, José Muñiz. Tendencias o direcciones del deporte contemporáneo en función de los motivos de práctica. **Apunts Educación Física y Deportes**, n. 72, p.6-13, 2º Trimestre de 2003.

FACAL, Rodríguez Facal. Hacia um modelo científico del entrenamiento juvenil. **Revista Stadium**, Buenos Aires, n. 140, abril 1990, p. 41-44.

Federação, Francesa de Tênis. (Org.). Mini Tennis Section: The child first, the student second. **ITF- Coaching e Sport Science Review**, London, v. 8, n. 222, p.17-20, 1 dez. 2000.

FERNÁNDEZ, Isabel Castilo; SOLÁ, Isabel Ballaguer. Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valenciano escolarizados. **Apunts Educcion Física y Deportes**, n. 63, p.22-29, 2001.

FONSECA, António Manuel. **O Abandono das Práticas Desportivas: Aspectos Psicológicos**. In: Desporto para Crianças e Jovens. Razões e Finalidades. Org. GAYA, Adroaldo; MARQUES, António; TANI, Go. Porto Alegre, Editora da Ufrgs, 2004, p. 265-288.

FORTI, Leonello. **La formación del tenista completo**. Paidós Educacion Física, 1991, 178 p.

FORTIER, M.S.; VALLERAND, R.J. et al. Competitive and Recreational Sport Structures and Gender: A Test of Their Relationship with Sport Motivation. **International Journal of Sport Psychology**, n. 26, p. 24-39, 1995.

FREDERICK, Christina M.; RYAN, Richard M.. Self-Determination in Sport: A Review using Cognitive Evaluation Theory. **International Journal Sport Psychology**, n. 26, p.5-23, 1995.

FURASTÉ, Pedro Augusto. **Normas Técnicas para o Trabalho Científico. Explicação das Noras da ABNT**. 13. ed., Porto Alegre: s.n., 2004.

GARCIA, Rui Proença; LEMOS, Kátia Moreira. A Estética como um valor na Educação Física. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 32-40, jan/junho de 2003.

GAYA, Adroaldo; CARDOSO, Marcelo. **Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo.** In: Desporto para Crianças e Jovens. Razões e Finalidades. Org. GAYA, Adroaldo; MARQUES, António; TANI, Go. Porto Alegre, Editora da Ufrgs, 2004, p. 289-313.

GAYA, Adroaldo; TORRES, Lisiane. **O esporte na infância e adolescência: Alguns Pontos Polêmicos.** In: Desporto para Crianças e Jovens. Razões e Finalidades. Org. GAYA, Adroaldo; MARQUES, António; TANI, Go. Porto Alegre, Editora da Ufrgs, 2004, p. 57-74.

GIFFENIG, Edgar. How to develop female tennis players. **ITF- Coaches Review**, Londres, v. 7, n. 18, p.5-6, ago. 1999.

GILL, D.L.; GROSS, J.B.; HUDDLESTON, S. Participation Motivation in Youth Sports. **International Journal of Sport Psychology**, n. 14, p. 1-14, 1983.

GIROD, Antoni. Tennis and Neuro-Linguistic Programming. **ITF Coaching e Sport Science Review**, Londres, v. 13, n. 36, p.11-12, dez. 2005.

GOULD, D.; LOEHR, J. Burnout in Competitive Junior Tennis Players: I. A Quantitative Psychological Assessment. **The Sport Psychologist**, n. 10, p. 322-340, 1996.

GOULD, D.; LOEHR, J. Burnout in Competitive Junior Tennis Players: II. Qualitative Analysis. **The Sport Psychologist**, n. 10, p. 341-366, 1996.

GRAÇA, Amândio; BENTO, Jorge. Receios e convicções de controlo acerca da saúde em crianças e jovens.. In: CONGRESSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DOS PAÍSES DE LINGUA PORTUGUESA, 3., 1992, Recife. **A ciência do Desporto a Cultura e o Homem.** Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física Da Universidade Do Porto, 2003. p. 599 - 612.

GROLNICK, W.S.; RYAN, R.M. Autonomy in children's learning: An experimental and individual difference investigation. **Journal of Personality and Social Psychology**, n. 52, p. 890-898, 1987.

HASSANDRA, Maria; GOUDAS, Marios; CHRONI, Stilian. Examining Factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. **Psychology os Sport and Exercise**, n. 4, p.211-233, 2003.

HUGHSON, R. Children in competitive sports: a multidisciplinary approach. **Canadian Journal of Applied Sports Sciences**, n. 11, p.62-72, 1986.

INGLEDEW, David K.; SULLIVAN, Gillian. Effects of body mass and body image on exercise motives in adolescence. **Psychology of Sport and Exercise**. n. 3, p.323-338, 2002.

KOPSIC, D.; SEGAL, F.. How to develop female tennis players. **ITF- Coaches Review**, London, n. 9, p.5-6, ago. 1996.

LÓPEZ, Cesáreo; MÁRQUEZ, Sara. Motivation en Jóvenes practicantes de Lucha Leonesa. **Revista de Psicología del Deporte**, vol. 10, n.1, p. 9-22. 2001.

LUBBERS, Paul; GOULD, Daniel. Phases of World-Class Player Development. **ITF Coaching e Sport Science Review**, 30, p.2. August 2003.

MARQUES, Marcio Geller. **Estudo Descritivo sobre como adolescentes, atletas de futebol e tênis de Porto Alegre, percebem a psicologia do esporte**. 2000. 150 f. Dissertação (Mestrado) - Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2000.

MARQUES, António. **Fazer da Competição dos mais Jovens um Modelo de Formação e Educação**. In: Desporto para Crianças e Jovens. Razões e Finalidades. Org. GAYA, Adroaldo; MARQUES, António; TANI, Go. Porto Alegre, Editora da Ufrgs, 2004, p. 75-96.

MARQUES, António; OLIVEIRA, José Manuel. O treino dos jovens desportistas. Actualização de alguns temas que fazem a agenda do debate sobre a preparação dos mais jovens. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, vol. 1, n.1, 2001, p. 130-137.

MARTÍNEZ, Luis Maior; CHIRIVELLA, Enrique Canton. Direcciones y Problemas de la Motivacion y Emocion en la Actividad Fisica y Deportiva. **Revista de Psicología del Deporte**, Madrid, n. 7-8, p. 100-111, 1995.

MILLER, Blake W.; ROBERTS, Glyn C.; OMMUNDSEN, Yngvar. Effect of perceived motivational climate on moral functioning, team moral atmosphere perceptions, and the legitimacy of intentionally injurious acts among competitive youth football players. **Psychology of Sport and Exercise**, n. 6, p.461-477, 2005.

MIRANDA, Miguel. Mini Tennis: Being on Time to the tennis lesson. **ITF- Coaching e Sport Science Review**, London, v. 9, n. 25, p.10-13, 1 dez. 2001.

MISERANDINO, M. Children who do well in School: Individual differences in perceived competence and autonomy in above-average children. **Journal of Educational Psychology**, n. 88, p. 203-214, 1996.

MOTA, Jorge. **Desporto como Projecto de Saúde**. In: Desporto para Crianças e Jovens. Razões e Finalidades. Org. GAYA, Adroaldo; MARQUES, António; TANI, Go. Porto Alegre, Editora da Ufrgs, 2004, p. 171-186.

MOTA, Jorge. Actividade Física e Lazer-contextos actuais e ideias futuras. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 1, n. 1, p.124-129, jan. 2001.

NEWTON, Maria; DUDA, Joan L.. Elite Adolescent Athletes' Achievement Goals and Beliefs Concerning Success in Tennis. **Journal of Sport e Exercise Psychology**, n.15, p.437-448, 1993.

NTOUMANIS, Nikos. A Prospective Study of Participation in Optional School Physical. **Journal of Educational Psychology**, v. 97, n. 3, p.444-453, 2005.

PELLETIER, Luc G.; FORTIER, Michelle S.; VALLERAND, Robert J. BRIÈRE, Nathalie M.. Associations Among Perceived Autonomy Support, Forms of Self-Regulation, and Persistence: A Prospective Study. **Motivation and Emotion**, v. 25, n. 4, p.279-306, dez. 2001.

PESTANA, M. H.; GAGEIRO, J. G. **Análise de dados para ciências sociais: a complementaridade do SPSS** (3ª Ed.). Lisboa: Edições Silabo, 2003.

PETHERICK, C.M.; WEIGAND, D.A.; The Relationship of Dispositional Goal Orientations and Perceived Motivational Climates on Indices of Motivation in Male and Female Swimmers. **International Journal of Sport Psychology**, n. 33, p. 218-237, 2002.

PLATONOV, V. N. **Teoria Geral do Treinamento Desportivo Olímpico**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001. p. 638.

PLUIM, Babette. Ten Ways to Improve Psychological Skills on Court. **ITF Coaches Review**, Londres, v. 6, n. 15, p.2-4, ago. 1998.

QUEZADA, Sofia; RIQUELME, Natalia; RODRIGUEZ, Raúl; GODOY, Godoy MINI TENNIS SECTION: PRE-TENNIS AND THE development of motor patterns of children 5 years of age. **ITF- Coaching e Sport Science Review**, London, v. 8, n. 20, p.20-24, 1 abr. 2000.

REINBOTH, Michael; DUDA, Joan L.. Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team Sports: A longitudinal perspective. **Psychology of Sport and Exercise**, in press , p.1-18, 2005.

REIS, E. **Estatística descritiva**. Lisboa: Edição Silabo, 2000.

ROBERTS, G.; KLEIBER, D.; DUDA, J. An analysis of motivation in children's sport : The role of perceived competence in participation. **Journal of Sport Psychology**, n. 3, p. 206-216, 1981.

ROETERT, E. Paul; McENROE, Patrick. Can Periodised Training work for Professional Male Players?. **ITF Coaching e Sport Science Review**, Londres, v. 13, n. 36, p.11-12, ago. 2005.

RYAN, R.M.; CONNELL, J.P. Perceived Locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. **Journal of Personality and Social Psychology**, n. 57, p. 749-761, 1989.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. **Contemporary Educational Psychology**, vol. 25, n. 1, p. 54-67, January 2000.

RYAN, R.M.; DECI, E.L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well Being. **American Psychologist**, vol. 55, n. 1, p. 68-78, January 2000.

RYAN, Richard M.; DECI, Edward. On Happiness and Human Potentials: A Review of Resarch on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. **Annual Review Psychology**, Eeee, n. 52, p.141-166, 2001.

RYAN, Richard M.; FREDERICK, Christina M.; LEPES, Deborah; RUBIO, Noel; SHELDON, Kennon M. Intrinsic Motivation and Exercise Adherence. **International Journal of Sport Pshycology**, Roma, v. 28, p. 335-354, 1997.

SANTOS, Luciano da Rosa dos. **A Relação entre os Fatores Motivacionais para a Prática de Atividades Físicas no Contexto Escolar e a Faixa Etária do Participante**. Monografia de Conclusão de Curso de Educação Física – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2004.

SCHÖNBORN, Richard. **Tenis: Entrenamiento técnico**. 1. ed. Madrid: Ediciones Tutor, 1999. 284 p.

SHELDON, K.N.; KASSER, T. Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. **Journal of Personality and Social Psychology**, n.68, p. 531-543, 1995.

SIRKIN, R. M. **Statistics for the Social Sciences**. London: Sage Publications, 1999.

SKINNER, Rosemary A.; PIEK, Jan P.. Psychosocial Implications of poor motor coordination in children and adolescents. **Human Movement Science**, n. 20, p.73-94, 2001.

SMITH, Allan L.. Perceptions of peer relationships and physical activity participation in early adolescence. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, n. 21, p.329-353, 1999.

TAHARA, A.K.; SCHWARTZ, G.; SILVA, K.A. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. vol. 11, n. 4, p. 7-12, 2003.

TSCHIENE, Peter. En Favor de una Teoria del Entrenamiento juvenil. **Revista Stadium**, Buenos Aires, n. 143, out. 1990, p. 18-28.

ULLRICH-FRENCH, Sarah; SMITH, Alan L.. Perceptions of relationships with parents and peers in youth sport: Independent and combined prediction of motivational outcomes. **Psychology of Sport and Exercise**, in press, p.1-22, 2005.

UNIERZYSKI, Piotr. Periodisation for under-14s. **ITF- Coaching e Sport Science Review**, London, v. 13, n. 36, p.4-6, ago. 2005.

UNIERZYSKI, Piotr. Planning and Periodisation For The 12-14 Year Old Tennis Players. **ITF Coaching e Sport Science Review**, n.31, p.6-8, December 2003.

VALENTINI, Nádia Cristina. A Influência de uma Intervenção Motora no Desempenho Motor e na Percepção de Competência de Crianças com Atrasos Motores. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, vol.16, n.1, p. 61-75, janeiro/junho de 2002.

VALLERAND, R.J.; BISSONETTE, R. Intrinsic, extrinsic and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. **Journal of Personality**, n.60, p. 599-620, 1992.

VAZOU, Spiridoula; NTOUMANIS, Nikos; DUDA, Joan L.. Predicting young athletes' motivational indices as a function of their perceptions of the coach and peer created climate. **Psychology of Sport and Exercise**, in press, p.1-19, 2005.

VERKHOSHANSKI, Yuri. Os Horizontes de uma teoria e metodologia científica do treinamento esportivo. *Revista Digital*, Buenos Aires, ano 7, n. 34, abril de 2001. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>

VILLAMARÍN, Francisco; MAURÍ, Cristina; SANZ, Antonio. Competencia percibida y motivación durante la iniciación en la práctica del tenis. **Revista de Psicología del Deporte**, n. 13, p.41-56, 1998.

VILTE, Enrique ; CARBALLO, Eduardo. El Niño a la luz de la ciência del deporte. **Revista Stadium**, Buenos Aires, n. 134, p. 6-12, abril 1989.

VLACHOPOULUS, S.P.; KARAGEORGHIS, C.I.; TERRY, P.C. Motivation Profiles in Sport: A Self-Determination Theory Perspective. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, vol. 71, n. 4, p. 387-397, 2000.

WANG, Jin; WIESE-BJORNSTAL, Diane M. The Relationship of School Type and Gender to Motives for Sport Participation among Youth in the People's Republic of China. **International Journal of Sport Psychology**, v. 28, p. 13-24, 1996.

WANKEL, Leonard M. The Importance of Enjoyment to Adherence and Psychological Benefits from Physical Activity. **International Journal of Sport Psychology**, v. 24, p. 151-169, 1993.

WEINBERG, R.; TENENBAUM, G.; MCKENZIE, A.; JACKSON, S.; ANSHEL, M.; GROVE, R.; FOGARTY, G. Motivation for Youth Participation in Sport and Physical Activity: Relationships to Culture, Self-Reported Activity Levels, and Gender. **International Journal of Sport Psychology**, v. 31, p. 321-346, 2000.

WEINBERG, ROBERT S.; GOULD, DANIEL. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 2ª edição. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001, 560p.

WEINECK, Jürgen. **Treinamento Ideal**. 9. ed. São Paulo: Manole, 1999, 740 p.

WHITE, S. A.; DUDA, J. L.. The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to task and ego orientation. **International Journal of Sport Psychology**, n. 26, p.4-18, 1994.

ZAHARIADIS; BIDDLE. **Goal orientations and participation motives in physical education and sport: Their relationships in english schoolchildren**. (2000) Disponível em: <<http://www.athleticinsight.com/Vol.2Iss1/EnglishChildren.htm>>. Acesso em: 12 dez. 2005.

Anexos

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Declaro que fui esclarecido, de forma detalhada sobre a pesquisa, que tem como título “O Treino Desportivo Infanto-Juvenil: Um estudo sobre a motivação de tenistas (13 a16 anos) para a prática de atividades físicas” bem como da importância de sua realização. Esta pesquisa tem por objetivo é verificar e avaliar os fatores e níveis motivacionais associados à prática regular de atividades físicas que melhor descrevem os tenistas da faixa etária de 13 a 16 anos filiados às Federações Gaúcha e Catarinense de Tênis, participantes de competições regionais e nacionais.

O responsável por esta pesquisa, Professor Luciano Juchem (telefone (51) 3222-0716 e 81195885) aluno do Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano da Escola de Educação Física/UFRGS, garante aos participantes:

- Não há nenhum risco aos participantes da pesquisa, já que os entrevistados serão submetidos apenas a um questionário de perguntas.
- É garantido ao entrevistado, se for da sua vontade, deixar a pesquisa a qualquer momento. Para tal foi fornecido o telefone de contato.
- Prestar esclarecimentos antes e depois da pesquisa.
- A identidade dos participantes não será revelada e as informações que forem prestadas poderão ser utilizadas somente para fins científicos.

Nome e Assinatura do Participante ou Responsável

Nome: _____ Idade: _____ Sexo: () M () F
 Curso/Profissão: _____ Ano: _____ Data: ____/____/2004
 Estado Civil: _____ Prático Atividade Física: _____ Qual?
 Tempo de participação em competições: () primeiro ano () mais de 1 ano
 Integrante da chave principal do torneio: () S () N

INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA

Este inventário visa conhecer melhor as motivações que o levam a realizar (ou o mantém realizando) atividades físicas regulares. As afirmações (ou itens) descritas abaixo podem ou não representar suas próprias motivações. Indique, de acordo com a escala abaixo, o quanto cada afirmação representa (ou representaria) sua motivação para realizar uma atividade física. Note que, quanto maior o valor associado a cada afirmação, mais motivadora ela é para você. Responda todas as questões de forma sincera, não deixando nenhuma resposta em branco.

- 1 – Isto me motiva pouquíssimo
 2 – Isto me motiva pouco
 3 – Mais ou menos – não sei dizer – tenho dúvida
 4 – Isto me motiva muito
 5 – Isto me motiva muitíssimo

Responda, nos parênteses apropriados, as seguintes afirmações iniciadas com:

Realizo (ou realizaria) atividades físicas para...

1	001. () liberar tensões mentais 002. () manter a forma física 003. () estar com os amigos 004. () vencer competições 005. () manter bom aspecto 006. () me sentir melhor	6	031. () aliviar pressões da família 032. () crescer com saúde 033. () conversar com outras pessoas 034. () superar meus limites 035. () ficar forte 036. () me sentir à vontade
2	007. () relaxar 008. () manter o corpo em forma 009. () fazer novos amigos 010. () melhorar minhas habilidades 011. () emagrecer 012. () obter satisfação	7	037. () gastar energia 038. () aumentar minha força 039. () estar com outras pessoas 040. () melhorar meus índices físicos 041. () ser admirado pelos outros 042. () descontraír
3	013. () sair do cotidiano 014. () manter a saúde 015. () encontrar amigos 016. () atingir meus objetivos 017. () manter o corpo em forma 018. () meu próprio prazer	8	043. () realizar atividades do dia a dia, sem stress 044. () ter índices saudáveis de aptidão física 045. () ter a oportunidade de ir 046. () ter a possibilidade de ganhar dinheiro 047. () ficar com o corpo bonito 048. () adquirir gosto pelo exercício
4	019. () acalmar-me 020. () evitar a obesidade 021. () ter respeito pelos outros 022. () ser reconhecido 023. () ter bom aspecto 024. () sentir-me mais satisfeito comigo mesmo	9	049. () esquecer dos problemas 050. () realizar as tarefas do dia a dia sem dificuldades 051. () reunir meus amigos 052. () ter mais status social 053. () ficar com o corpo definido 054. () ter a sensação de bem estar
5	025. () ter uma válvula de escape 026. () diminuir o peso 027. () não ficar em casa 028. () receber homenagens 029. () desenvolver a musculatura 030. () contentar-me	10	055. () descontraír 056. () levar a vida com mais alegria 057. () participar de novos grupos de amizade 058. () ganhar dos adversários 059. () chamar a atenção das pessoas 060. () livrar-me de preocupações

Considere e escala abaixo:

- 1 – Isto me motiva pouquíssimo
 2 – Isto me motiva pouco
 3 – Mais ou menos – não sei dizer – tenho dúvida
 4 – Isto me motiva muito
 5 – Isto me motiva muitíssimo

Responda, nos parênteses apropriados, as seguintes afirmações iniciadas com:

Realizo atividades físicas para...

11	061. () tirar o stress mental 062. () não ficar doente 063. () divertir-me 064. () desenvolver habilidades 065. () ter um corpo definido 066. () sentir-me mais alegre	17	097. () ter sensação de repouso 098. () ficar mais forte 099. () participar nas aulas de educação física 100. () concorrer com os outros 101. () ser notado entre as pessoas 102. () ocupar meu tempo livre
12	067. () sair da agitação do dia-a-dia 068. () adquirir saúde 069. () brincar com meus amigos 070. () aprender novas habilidades 071. () sentir-me bonito 072. () divertir-me	18	103. () ficar mais tranqüilo 104. () ter a sensação de auto-realização 105. () ser respeitado pelos outros 106. () atingir meus limites 107. () desenvolver o meu corpo 108. () entreter-me
13	073. () descansar 074. () melhorar a saúde 075. () fazer parte de um grupo de amigos 076. () ser campeão no esporte 077. () ser admirado 078. () distrair-me	19	109. () ficar sossegado 110. () viver mais 111. () ir a escolinhas de esporte 112. () competir com os outros 113. () tornar-me atraente 114. () alcançar meus objetivos
14	079. () diminuir a irritação 080. () manter um bom aspecto físico 081. () ser reconhecido entre meus amigos 082. () ser o melhor no esporte 083. () atrair a atenção 084. () me sentir bem	20	115. () diminuir a angústia pessoal 116. () ficar livre de doenças 117. () ir para a igreja ou culto religioso 118. () ganhar prêmios 119. () ter um corpo em boa forma física 120. () atingir meus ideais
15	085. () diminuir a ansiedade 086. () estar bem comigo mesmo 087. () sentir-me integrado com meus amigos 088. () ter prestígio 089. () ser considerado mais bonito 090. () realizar-me	21	121. () acalmar-me 122. () manter o corpo em forma 123. () encontrar amigos 124. () melhorar minhas habilidades 125. () ser admirado pelos outros 126. () meu próprio prazer
16	091. () sair do stress da família 092. () evitar o cansaço 093. () ir para escola 094. () ter retorno financeiro 095. () não engordar 096. () poder viajar com meus companheiros		