

MOTIVAÇÕES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO NATAÇÃO: TREINAMENTO E RENDIMENTO

José Andyson Batista da Silva¹, Sara Aquino dos Santos², José Fanuel Moreira de Lima³, Maria Silvana Ferreira Gurgel⁴, Douglas Alves da Silva⁵

Resumo

Introdução: A motivação é o que leva o ser humano a agir em determinada situação com algum objetivo em mente ou alguma meta. **Objetivo:** Tem como objetivo identificar os fatores motivacionais que levam os alunos a praticarem a natação no projeto Natação: Treinamento e Rendimento. **Metodologia:** A pesquisa se trata de um estudo de campo, de cunho quantitativo e caráter descritivo. A amostra da pesquisa totalizou 19 participantes, 8 do sexo feminino e 11 do sexo masculino. Como instrumento de pesquisa foi utilizado o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física. Para a análise de dados foi utilizado estatística descritiva, média e distribuição de frequência relativa. **Resultados:** Encontrou-se que os fatores saúde e prazer chamam mais a atenção do sexo masculino, ambos apresentando 99% e os fatores competição e prazer são os que mais chamam a atenção do sexo feminino, respectivamente 70% e 61,21%. **Conclusão:** Conclui-se que diante dos fatores de preferência dos alunos é necessário um reconhecimento melhor dos mesmos e suas motivações para um melhor planejamento de aula, assim contribuindo para manutenção e direcionamento do objetivo da turma.

Palavras chaves: Motivação esportiva; Extensão universitária; Natação

1 Introdução

A motivação é o que leva o ser humano a agir em determinada situação com algum objetivo em mente ou alguma meta. Como nos mostra Moreno et al (2006), a motivação no esporte faz com que os alunos adiram à prática com maior facilidade, se sentindo mais dispostos e frequentes.

¹ Universidade Regional do Cariri, e-mail: andyson_cp_@hotmail.com

² Universidade Regional do Cariri, e-mail: sara.aquino_@outlook.com

³ Universidade Regional do Cariri, e-mail: fanuelmoreira@gmail.com

⁴ Universidade Regional do Cariri, e-mail: silvanagurgel.profissional@outlook.com

⁵ Universidade Regional do Cariri, e-mail: douglas_jfc@hotmail.com

I Semana Universitária da URCA/UDI

*26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri*

O meio aquático apresenta diversas formas de exercícios e atividades físicas, como ginásticas, esportes, brincadeiras e etc. A natação é um esporte muito antigo praticado pelo homem no meio aquático, o que leva muitas pessoas à prática. Os motivos que levam ao esporte podem ser diversos, tais como lazer, exercício físico, bem estar, superação, questões de relacionamento e principalmente saúde, que é o aspecto motivacional mais evidente em boa parte dos estudos (ALVES, et al, 2007; PEREIRA, et al, 2009; CHAVES, et al, 2011)

As atividades no meio aquático proporcionam vários benefícios aos seus praticantes, tais como, melhora na força muscular, flexibilidade ou até mesmo no desenvolvimento de crianças, na sua coordenação motora, sociabilidade, auto estima e etc. (RIZZI; LEAL; VENDRUSCULO, 2010, OLIVEIRA et al, 2013), bem como benefícios psicológicos, como a auto descoberta, fazendo com que os sentimentos fluam através da água trazendo prazer ao praticante (FERREIRA E KLEINUBING, 2003).

Este trabalho justifica-se pela necessidade de se compreender o que leva os alunos do projeto de Natação: Treinamento e Rendimento a praticarem o esporte, tendo em vista que essa compreensão melhor da motivação dos alunos à prática poderia contribuir na melhora do projeto, planejando-se assim novas maneiras e estratégias de agradar ainda mais o público e proporcionar uma melhora no bem estar dos alunos e na qualidade do projeto.

Diante disto, surgiu a seguinte problemática: O que leva os alunos do projeto de extensão Natação: Treinamento e Rendimento à participarem do projeto e praticarem a natação?

2 Objetivo

Identificar os fatores motivacionais que levam os alunos a praticarem a natação no projeto Natação: Treinamento e Rendimento

3 Metodologia

A pesquisa se trata de um estudo de campo, de cunho quantitativo e caráter descritivo. O estudo quantitativo tabula seus dados em números, percentuais e estatísticas, analisando de forma mais direta e objetiva, tendo suas hipóteses e resultados comparados mais claramente com outras variáveis (PRODANOV; FREITAS, 2013).

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

Foi realizada com os alunos do projeto de extensão Natação; Treinamento e Rendimento, do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri –URCA- na cidade de Iguatu-CE. A amostra da pesquisa totalizou 19 participantes, 8 do sexo feminino e 11 do sexo masculino, com idade média de 23,65 anos, entre 18 e 51 anos. O estudo foi feito no horário do projeto. Antes de iniciarem as atividades, o pesquisador abordou os participantes, explicou o estudo, seus objetivos, entregou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para que então prosseguissem na resolução do questionário de forma voluntária.

Os critérios de inclusão utilizados foram: a participação ativa no projeto a pelo menos 1 mês; frequência semanal de no mínimo 3 dias na semana. E como critério de exclusão, decidimos eliminar aqueles que não responderam todas as questões do questionário.

Como instrumento de pesquisa foi utilizado o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física, que é um instrumento que visa conhecer melhor as motivações que o levam a realizar atividades físicas (BALBINOTTI; BARBOSA, 2006).

Os dados foram analisados no programa Excel®, onde tabulou-se todos os dados coletados com os questionários, para então fazer a análise estatística e posteriormente construir uma tabela para melhor entendimento dos resultados.

A pesquisa foi feita de acordo com a resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde: visando a ética, a beneficência, respeito e a dignidade humana acima de tudo (BRASIL, 2013).

4 Resultados

Os resultados obtidos de acordo com o instrumento de coleta de dados, estão descrito na tabela abaixo, tendo em vista a pontual marcada e em cada fator de acordo com o próprio instrumento, os dados foram distribuídos em média de pontos e percentil.

TABELA 1: Descrição dos dados do Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física.

Fatores Motivacionais	Percentil Masculino	Percentil Feminino
Estresse	78,30%	60,57%
Saúde	99,00%	61,21%
Sociabilidade	71,18%	31,25%
Competitividade	40,00%	80,00%

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

Estética	82,28%	40,00%
Prazer	99,00%	70,00%

Como podemos observar acima, os fatores que mais motivam os homens à prática de natação são os motivos de saúde e prazer, já nas mulheres, o que mais motiva é a competitividade e também o prazer. Quase todos os fatores se mostraram bem relevantes na motivação dos praticantes, porém os que apresentaram menor índice para o sexo masculino foi a competitividade e para as mulheres a sociabilidade.

Como já mencionado a natação traz diversos benefícios à saúde, por este motivo chama tanta a atenção dos seus praticantes, assim como também o prazer que traz o meio líquido. Já a motivação pela competição não é tão comum entre os amadores da modalidade, porém, como nos mostra Lopes e Nunomura (2007), a motivação na competição esportiva se dá principalmente pela necessidade e ultrapassar limites do próprio corpo e pela realização em se conquistar títulos.

Um estudo feito com 425 atletas de natação buscou compreender quais os motivos que os levavam para àquela modalidade esportiva. Encontrou-se no estudo que os principais fatores motivacionais não é somente a necessidade de melhorar as próprias habilidades, mas também por questões de saúde e socialização, entre outros fatores (ANDRADE; SALGUERO; MÁRQUEZ, 2006).

Sendo assim, diante do que se foi analisado, ver-se a necessidade de voltar a atenção para os fatores de saúde e lazer com o projeto de extensão, assim como também para o fator competição, melhorando o treinamento e como o mesmo pode ser planejado.

5 Conclusão

O estudo conclui que os principais fatores motivacionais no projeto Natação: Treinamento e Rendimento são, para o sexo masculino, a saúde e o prazer e, para sexo feminino, o prazer e a competição.

Tal Conclusão traz uma reflexão sobre a importância de se conhecer melhor os motivos que levam seus alunos a prática, para que assim possa-se ter um melhor planejamento de aula e uma menor evasão dos alunos ao projeto. Outra reflexão é a diferença na motivação entre os sexos, onde o masculino optou por uma visão mais voltada a saúde enquanto que a feminina foi mais voltada a competição.

Com isso, o estudo sugere que novas pesquisas na área da motivação sejam feitas, investigando melhor o porquê das escolhas e do que leva os alunos a pensarem daquela

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

forma, para que se possa ter um melhor entendimento dos praticantes de natação e outras modalidades esportivas.

6 Referências

ANDRADE, A.; SALGUERO, A. MÁRQUEZ, S. Motivos para a participação esportiva em nadadores brasileiros. **Revista Fitness & Performance**. V.5, n. 6, pág. 363 a 369. 2006.

ALVES, M. P.; JUNGER, W. L.; PALMA, A.; MONTEIRO, W. D.; RESENDE, H. G. Motivos que justificam a adesão de adolescentes à prática da natação: qual o espaço ocupado pela saúde? **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. V. 13, n. 6, pág. 421 a 426. Novembro/dezembro, 2007.

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA M. L. L. **Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas**. Laboratório de Psicologia do Esporte. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2006.

CHAVES, A. D.; MAGRIN, N. P.; BARBOSA, P. L.; NOGUEIRA, M. D. G. A motivação de adultos para a prática da natação. **Revista digital EFDeportes.com**. A. 16, n. 160. Buenos Aires. Setembro, 2011.

FERREIRA, R. J.; KLEINUBING, M. C. Natação: Relações do “corpo” com a água... em busca do prazer. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**. V. 7, N. 2, pág. 159 a 166. Maio/agosto, 2003.

LOPES, P.; NUNOMURA, M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. V. 21, n.3, pág.177 a 187. Julho/setembro, 2007.

MORENO, R. M.; DEZAN, F.; DUARTE, L. R.; SCHWARTZ, G. M. Persuasão e motivação: interveniências na atividade física e no esporte. **Revista digital efdeportes.com**. Buenos Aires. Ano 1, n. 103. Dezembro, 2006.

OLIVEIRA, L. R.; ROCHA, C. C. M.; MENDES JUNIOR, F. A.; MENEZES, A. O. Importância da natação para o desenvolvimento da criança e seus benefícios. **Revista @rgumentandum**. Faculdade Sudamérica. V. 5 pág. 111 a 130. 2013.

PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S. VILLIS, J. M. C.; PAIM, M C. C.; SANCHOTENE, L.; DARONCO, E. Fatores motivacionais de crianças e adolescentes asmáticos para a prática da natação. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. V. 17, N. 3, pág. 9 a 17. 2009.

RIZZI, P. R. S.; LEAL, R. M.; VENDRUSCULO, A. P. Efeito da hidrocinestoterapia na força muscular e na flexibilidade em idosas sedentárias. **Revista Fisioterapia em Movimento**. V. 23, n. 4, pág. 535 a 543. Curitiba. Outubro/dezembro, 2010.