



**UNISUL**

**UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA**

**GABRIEL LUIZ**

**CATEGORIAS DA MOTIVAÇÃO NA FASE DE INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO  
NA MODALIDADE DE TÊNIS DE CAMPO**

Palhoça

2010

**GABRIEL LUIZ**

**CATEGORIAS DA MOTIVAÇÃO NA FASE DE INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO  
NA MODALIDADE DE TÊNIS DE CAMPO**

Relatório de Estágio apresentado ao Curso de Educação Física e Esporte da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física e Esporte

Orientador: Prof. Maria Letícia Pinto da Luz

**PALHOÇA**  
**2010**

**GABRIEL LUIZ**

**CATEGORIAS DA MOTIVAÇÃO NA FASE DE INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO  
NA MODALIDADE DE TÊNIS DE CAMPO**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado e adequado à obtenção do título de bacharel em Educação Física e Esportes e aprovado em sua forma final pelo curso de Educação Física e Esporte da Universidade do Sul de Santa.

Palhoça , 26 de novembro de 2010.

---

Prof. e orientador (a): Maria Letícia Pinto da Luz Knorr  
Universidade do Sul de Santa Catarina

---

Prof. Ms. Tatiana Marcela Rotta  
Universidade do Sul de Santa Catarina

---

Prof. Diego Itibere Cunha Vasconcelos  
Universidade do Estado de Santa Catarina

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este estudo à modalidade de tênis de campo como um todo, em virtude da escassez de estudos científicos na área em questão, o desenvolvimento e incentivo à pesquisas são de grande relevância para a modalidade e para uma atuação profissional mais competente.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à minha família, amigos, colegas, professores e a todos que contribuíram para a realização desse trabalho.

Aos meu pai que sempre me incentivaram desde o momento que optei pela carreira de educador físico.

A minha orientadora, Prof. Maria Letícia Pinto da Luz, que além de iluminar minhas idéias nesse trabalho, também foi a mentora nessa caminhada acadêmica e com certeza será para o resto da vida.

A todos os participantes dessa pesquisa, que pacientemente preencheram o questionário.

A todos vocês, o meu MUITO OBRIGADO!

## RESUMO

Os expressivos resultados obtidos pelo tenista Gustavo Kuerten foram responsáveis por um grande crescimento e desenvolvimento do tênis catarinense e nacional, fazendo com que o interesse de crianças e adolescentes pela prática aumentasse consideravelmente. Este fato ratifica a relação e interdependência das dimensões do esporte (participação, rendimento e educação), no sentido de que uma dimensão serve de substrato da outra. No entanto, para que haja uma continuidade na prática esportiva, a motivação torna-se fundamental, que é caracterizada como um processo ativo, intencional, que pode ser direcionado a uma meta. Neste sentido, o objetivo deste estudo é analisar a influência da motivação na fase de iniciação e na fase de especialização na modalidade de tênis de campo. Esta pesquisa caracteriza-se como descritiva e exploratória, onde a composição da amostra foi intencional e envolveu 40 atletas de dois grupos distintos da modalidade de tênis de campo da região de Florianópolis. Um grupo (grupo 1) é composto por 20 atletas de 8 a 14 anos em fase de iniciação. O outro grupo (grupo 2) é composto por 20 atletas de 14 a 18 anos em fase de especialização ambos na modalidade de tênis de campo. Como instrumento da pesquisa foi utilizado o Questionário de Motivação para Atividades Desportivas (QMAD), que identifica sete tipos de motivação para a prática esportiva: status, diversão, afiliação, contexto, aptidão física, aperfeiçoamento técnico e influência de família & amigos. A partir da aplicação do instrumento, foi possível obter os seguintes resultados: Os grupos analisados (fase de iniciação e a fase de especialização), valorizam e retratam categorias de motivação diferentes. O grupo que se encontra na fase de iniciação, foca a motivação principalmente no desenvolvimento relacionado à aptidão física e no aperfeiçoamento técnico. No entanto, o grupo que se encontra na fase de especialização, leva em consideração como principais categorias de motivação a vontade de ganhar e o sonho de seguir carreira na modalidade.

**Palavras-chave:** Motivação; Desenvolvimento Motor; Tênis de Campo.

## LISTA DE TABELAS E GRÁFICOS

Quadro 4 – Diretrizes para especialização no tênis de campo.....	18
Tabela 1 – Categorias da motivação.....	25
Tabela 2 – Idade e gênero (fase de iniciação).....	26
Tabela 3 – Idade e gênero (fase de especialização).....	26
Tabela 4 – Idade e gênero (iniciação e especialização).....	26
Tabela 5 – Tempo de prática (fase de iniciação).....	27
Tabela 6 – Tempo de prática (fase de especialização).....	28
Tabela 7 – Grau de importância (fase de iniciação).....	28
Tabela 8 – Grau de importância (fase de especialização).....	29
Tabela 9 – Grau de importância (iniciação e especialização).....	29
Gráfico 1 – Média de importância das categorias de motivação (iniciação).....	30
Gráfico 2 - Média de importância das categorias de motivação (especialização).....	30
Gráfico 3 - Média de importância das categorias de motivação (iniciação e especialização).....	31

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>9</b>
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA .....	9
1.2 OBJETIVO GERAL.....	10
1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
1.4. JUSTIFICATIVA.....	11
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>13</b>
2.1 O ESPORTE E SUAS DIMENSÕES.....	13
2.2 A MODALIDADE DE TÊNIS DE CAMPO .....	15
2.3 DESENVOLVIMENTO MOTOR .....	16
2.3.1 Fase de Iniciação .....	16
2.3.1.1 A iniciação no tênis de campo.....	17
2.3.1.2 Aptidão física relacionada à saúde.....	18
2.3.2 Fase de especialização.....	20
2.3.2.1 A especialização no tênis de campo .....	21
2.4 MOTIVAÇÃO.....	22
2.4.1 Motivação Intrínseca e Motivação Extrínseca .....	25
2.4.2 A motivação no tênis de campo.....	26
<b>3 MATERIAL E MÉTODOS</b> .....	<b>27</b>
3.1 TIPO DE PESQUISA.....	27
3.2 POPULAÇÃO.....	27
3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA.....	27
3.4 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS.....	28
3.5 ANÁLISE DOS DADOS .....	28
<b>4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	<b>25</b>
<b>5. CONCLUSÃO E SUGESTÕES</b> .....	<b>37</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>39</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>41</b>

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA

Atualmente, em virtude do desenvolvimento tecnológico e científico, o esporte passou a fazer parte da vida de grande parte dos indivíduos. Tanto o conhecimento teórico e prático sobre os benefícios do exercício físico orientado, quanto a busca por uma melhor qualidade de vida, aproximou a população do esporte.

A partir do desenvolvimento do esporte como um todo, a modalidade de tênis de campo se tornou mais próxima das pessoas, através da mídia ou até mesmo da prática. Sem dúvida alguma, os expressivos resultados obtidos pelo tenista Gustavo Kuerten foram responsáveis por um grande crescimento e desenvolvimento do tênis catarinense e nacional. Com o carisma e profissionalismo do tenista, o interesse de crianças e adolescentes pela prática aumentou de maneira considerável. Dentre inúmeros exemplos, este em questão ratifica a relação e interdependência das dimensões do esporte (participação, rendimento e educação), no sentido de que uma dimensão serve de substrato da outra. Em outras palavras, pode-se afirmar que sem a base do esporte explorada através da dimensão participação e educação, não se têm ídolos que compõem a dimensão rendimento, e vice e versa. Neste sentido, o surgimento de grandes talentos mundiais nas mais diversas modalidades, retrata a hierarquia do esporte, atraindo e motivando crianças e adolescentes não somente a fazerem uma escolha por praticarem um determinado esporte, mas seguirem e se aprofundarem nesta prática. Por este viés, torna-se essencial citar as fases do desenvolvimento motor que envolvem a formação de um atleta, abrangendo as fases de iniciação e de especialização.

De acordo com Santana (2005), a iniciação esportiva é o período em que a criança começa a aprender de forma específica e planejada a prática esportiva. Este é o período em que a criança inicia a prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas, onde objetivo imediato é dar continuidade ao seu desenvolvimento de forma integral, não implicando em competições regulares. Assim, as atividades físicas esportivas a serem oferecidas nesta fase de iniciação

devem ter intuito de ampliar o repertório de movimentos dos fundamentos básicos dos diversos esportes e, também, instrumentalizar as crianças com elementos psicossociais que permitam a socialização e as ações cooperativas através de jogos e brincadeiras (ALMEIDA, 2005).

Para que uma criança dê continuidade à prática esportiva em uma determinada modalidade, ou seja, ao iniciar a especialização é necessário que a mesma tenha tido um desenvolvimento completo na fase de iniciação.

Gallahue (1982) define a fase de especialização do desenvolvimento motor como o ponto mais alto do processo de desenvolvimento e é caracterizado por apreciar muitas outras áreas. Esta fase inicia em torno do décimo quarto ano de vida e continua através da fase adulta.

No entanto, para que haja uma continuidade na prática esportiva, a motivação torna-se fundamental. De acordo com a definição de Samulski (1992), a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional, que pode ser direcionado a uma meta. O nível de motivação de cada um depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

Neste sentido, formula-se o seguinte problema: Qual a influência da motivação da fase de iniciação e na fase de especialização no tênis de campo?

## 1.2 OBJETIVO GERAL

Identificar as categorias da motivação durante a fase de iniciação e durante a fase de especialização na modalidade de tênis de campo

## 1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 Compreender os aspectos pertinentes ao desenvolvimento motor e aptidão física relacionada à saúde durante a fase de iniciação na modalidade de tênis de campo a partir de busca bibliográfica;

- 2 Compreender os aspectos relacionados ao desenvolvimento motor durante a fase de especialização na modalidade de tênis de campo a partir de busca bibliográfica;
- 3 Identificar as teorias da motivação a partir de busca bibliográfica;
- 4 Investigar as categorias da motivação em crianças e/ou adolescentes na fase de iniciação
- 5 Investigar as categorias da motivação em crianças e/ou adolescentes na fase de especialização
- 6 Comparar as categorias da motivação apontadas pelos sujeitos que encontram-se na fase de iniciação e na fase de especialização.

#### 1.4. JUSTIFICATIVA

De acordo com Menezes (2008), seguindo as teorias admitidas na atualidade, o conceito sobre o esporte contemporâneo deve ser compreendido de forma mais abrangente sendo um direito de todos e ampliado também nas suas dimensões sociais, em consonância com as renovadas possibilidades tem como formas de manifestações e exercício desse direito o esporte educação (esporte escolar e educacional), esporte participação (lazer e social) e esporte rendimento.

A responsabilidade com o desenvolvimento e manutenção, como também a transformação que a prática do jogo de tênis vem necessitando, a favor de sua facilitação em benefício da população nas várias dimensões sociais, certamente, recai sobre estruturas físicas e humanas competentes. É o que preocupa no sentido da modalidade como um todo. Treinadores ensinam através do seu conhecimento do dia-a-dia (senso comum), não respeitando o processo de aprendizagem, que se justifica por falta de estudos específicos na área e a falta de interesse em realizar novas pesquisas. Cada vez mais, o consumidor da prática do tênis de campo vem exigindo qualidade no oferecimento dos serviços prestados pelas organizações e melhores espaços específicos para a prática do jogo. Neste sentido, a relação e

interdependência das dimensões do esporte (participação, rendimento e educação), no sentido de que uma dimensão serve de substrato da outra. Em outras palavras, sem a base do esporte explorada através da dimensão participação e educação, não se têm ídolos que compõem a dimensão rendimento, e vice e versa. O surgimento de grandes talentos mundiais, retrata a hierarquia do esporte, atraindo e motivando jovens de ambos os sexos nas diversas modalidades esportivas.

O tênis de campo é um esporte em amplo desenvolvimento no Brasil nos últimos anos, devido às conquistas realizadas por brasileiros, principalmente Gustavo Kuerten, o Guga.

Com o constante crescimento do tênis e a procura por parte de novos alunos, há uma necessidade do mercado de trabalho em absorver este contingente crescente na modalidade através de uma atuação profissional competente, para isso é necessário estudar as variáveis que envolvem a prática da modalidade, elevando o nível de conhecimento e experiência. A partir disto, obtém-se uma ferramenta capaz de identificar e /ou despertar a motivação dos alunos dispostos a dar continuidade no processo de especialização dentro da modalidade. Desta forma, pode-se dar a esperança ao nosso país, reacendendo o tênis de campo brasileiro no cenário mundial.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 O ESPORTE E SUAS DIMENSÕES

O Esporte pode ser considerado um dos componentes da educação física e pode ser definido como uma atividade competitiva; institucionalizada, realizada conforme técnicas, habilidades e objetivos definidos pelas modalidades desportivas, determinado por regras pré-estabelecidas que lhe dão forma, significado e identidade. O Conselho Federal de Educação Física afirma ainda que a atividade esportiva aplica-se, ainda, na promoção da saúde e em âmbito educacional de acordo com diagnóstico e/ou conhecimento especializado, em complementação a interesses voluntários e/ou organização comunitária de indivíduos e grupos não especializados.

Não há dúvidas de que as rápidas transformações sociais, culturais, econômicas e tecnológicas ocorridas ao longo do século XX se refletiram de forma significativa no esporte gerando diferentes manifestações para a prática esportiva. Considerando os diversos objetivos, valores e motivações dos indivíduos, grupos e instituições, o esporte passa a ser pensado e praticado em três diferentes dimensões: o esporte rendimento, o esporte educação e o esporte participação. Embora essas três dimensões estejam calçadas em objetivos, valores e motivações próprias, não podemos deixar de evidenciar o constante jogo de troca de influências e reflexos existentes no movimento entre elas. Resulta-se então em enorme influência que o esporte rendimento exerce sobre o imaginário das crianças e adolescentes provocando influências no seu comportamento esportivo e social. Este fato tem gerado constantes preocupações com o rumo do esporte moderno sob o ponto de vista da ética e levado a reflexões de como pode ser possível a existência do esporte e a sua prática numa convivência pacífica e não corruptível nas suas diferentes manifestações.

Assim, pode-se afirmar que o esporte desenvolve responsabilidades e lideranças, enfatizando o potencial esportivo e os valores positivos para a coesão social. Desta forma, pode ser considerado como uma grande ferramenta que quando explorada de maneira correta, pode contribuir para a formação do ser humano em seu aspecto cognitivo, físico e social.

Menezes (2008), afirma que no caso do esporte educação, todo seu foco de valores, sentidos e significados são retratados de forma didática e pedagógica como um meio educacional desenvolvido nas escolas, de forma curricular e extracurricular, sendo que o seu propósito tem um caráter formativo na preparação da criança e/ou adolescente para o exercício da cidadania. O autor define o esporte lazer, como aquele praticado pelo homem comum e apoiado no princípio do prazer lúdico e da participação, tendo como fim, levar a descontração e o bem estar, sendo essa a manifestação onde se caracteriza a verdadeira democratização social. Por último, o esporte rendimento está relacionado com a superação de limites, competição, metas e adversários, e é exercido sobre regras pré-estabelecidas pelos organismos internacionais de cada modalidade, atrelado à institucionalização, ao ideário do capitalismo e ao processo midiático.

Por este viés, torna-se visível a interligação entre as dimensões do esporte. Logo, pode-se exemplificar de forma simples afirmando que para se ter ídolos, é necessário o desenvolvimento do esporte participação e educacional, pois estas dimensões darão o suporte para que a base seja explorada e o rendimento possa vir a ocorrer. Assim torna-se fundamental citar as fases do desenvolvimento motor que permeiam as transições entre as dimensões do esporte, envolvendo a fase de iniciação (dimensão participação e educação) e a fase de especialização esportiva (dimensão rendimento). Ainda nesta linha de pensamento, não se pode deixar de citar os aspectos motivacionais que fazem com que a criança e/ou adolescente queira iniciar e especializar-se em uma prática esportiva.

De acordo com Menezes (2008), quando aproveitado de forma qualitativa, o tênis de campo pode ser utilizado como um meio dinâmico e concreto para entreter as pessoas de várias faixas etárias. Quando bem trabalhado durante todas as fases do desenvolvimento motor, ensina também ao indivíduo a se conhecer melhor, a respeitar o semelhante, conviver em grupo, a aceitar seus limites e explorar o seu potencial. Vale ressaltar os valores educativos do esporte e ainda os seus benefícios para a sociedade no campo do lazer, socialização, turismo e economia, além de ser um instrumento para promover um estilo de vida mais ativo e saudável

## 2.2 A MODALIDADE DE TÊNIS DE CAMPO

Os relatos históricos sobre a modalidade indicam que o surgimento do Tênis começou na França, no final do século XII e início do século XIII, com um jogo chamado jeu-de-paume, que traduzido fica jogo-da-palma.

Esse jogo era praticado nas ruas e utilizava uma bola de cortiça forrada com uma flanela e para golpeá-la usava-se apenas as mãos e posteriormente luvas. O jogo era praticado golpeando-se a bola contra um muro como um jogo de paredão. Posteriormente o jogo começou a ser praticado nas ruas em um retângulo dividido por uma corda entre 2 equipes com 6 jogadores cada, surgia então o longue-paume.

No longue-paume o sacador ficava a 19m de distância da corda que dividia o campo de jogo e a cada ponto marcado a favor, o sacador avançava 15 pés até atingir um total de 45 pés, onde a partir daí o próximo ponto fechava o jogo (game). Mais tarde houve uma mudança na regra onde no 3º saque o jogador avançaria somente 10 pés, pois avançando 15 pés ele ficava muito perto da corda facilitando muito o saque, obtendo uma vantagem ainda maior. Isso responde o porque da contagem esquisita do Tênis que muita gente se questiona, por que em vez de 1,2,3 e game, se fala 15, 30, 40 e game, e mais ainda em vez de 45 no 3º ponto se fala 40.

Posteriormente também foi criado o sistema de vantagens para atenuar um pouco a posição vantajosa do sacador. Nesse jogo vencia a equipe que primeiro ganhasse 6 jogos (game) numa partida melhor de 11 jogos (game).

Outra particularidade desse jogo é que os franceses na hora do saque diziam a palavra tenez, que significa algo como segure, pegue!, sugerindo que esta foi a origem do nome atual Tênis.

Muitos reis da França tinham no jeu-de-paume sua principal diversão, chegando a ponto de o rei Luís XI decretar que a bola de tênis teria uma fabricação específica, com um couro especialmente escolhido, contendo chumaço de lã comprimida, proibindo o enchimento com areia, giz, cal, cinza, terra ou qualquer espécie de musgo.

Para se ter uma idéia do crescimento do esporte na França, o rei Luís XII (1498 a 1515) pediu a um francês de nome Guy Forbert para codificar as primeiras

regras e regulamentos e fez construir em Órleans, cidade onde tinha o seu palácio, nada menos que 40 quadras.

O interesse dos franceses pelo *lougue-paume* era tão grande que a atual nomenclatura “tênis” não poderia vir de outro lugar. Os franceses na hora do saque diziam a palavra *tenez*, que significa algo como *segure, pegue*. A partir disso que tivemos a origem do nome atual Tênis.

## 2.3 DESENVOLVIMENTO MOTOR

O movimento humano foi importante para nossa civilização tanto no sentido do desenvolvimento da arte, do esporte ou mesmo para fins bélicos, pois notamos o quanto o movimento humano se faz presente na nossa vida, partindo desde a aquisição de novas habilidades até a perda de algumas delas na senilidade (SANTOS, 2002).

A infância e a adolescência representam períodos ótimos para estimular hábitos e comportamentos de um estilo de vida mais saudável, os quais quando são adquiridos nessa faixa etária, possibilitam uma maior probabilidade de serem transferidos para a idade adulta (SHEPARD; TRUDEAU, 2000).

Segundo Gallahue (1982), o processo do desenvolvimento motor revela-se basicamente por alterações no comportamento motor. Todos os indivíduos, independente da fase em que se encontram, sejam eles bebês, crianças, adolescentes e adultos, estão envolvidos no processo permanente de aprender a mover-se com controle e competência, em reação aos desafios que enfrentamos diariamente em um mundo em constantes mudanças. É possível encontrar diferenças de desenvolvimento nos comportamentos motores causados por fatores biológicos e ambientais, através de mudanças no processo (forma) e no produto (desempenho). Portanto, a melhor maneira de observar o processo de desenvolvimento motor é através do desenvolvimento progressivo das habilidades de movimento.

### 2.3.1 Fase de Iniciação

A iniciação esportiva é o período em que a criança começa a aprender de forma específica e planejada a prática esportiva. Santana (2005), procurando uma

iniciação esportiva que contemple toda a complexidade humana, compreende como o período em que a criança inicia a prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas, e o objetivo imediato é dar continuidade ao seu desenvolvimento de forma integral, não implicando em competições regulares.

Através de um prisma tradicional, a iniciação esportiva pode ser definida como o período no qual a criança começa a aprender, de forma específica, a prática de um ou vários esportes. Santana (2005) acrescenta que a iniciação esportiva é marcada pela prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas, e o objetivo imediato é dar continuidade ao desenvolvimento da criança de forma integral, não implicando em competições regulares.

Almeida (2005) defende que a iniciação esportiva deve ser dividida em três estágios. O primeiro deles, chamado de iniciação desportiva propriamente dita, ocorre entre oito e nove anos. Nessa fase, o objetivo do treinamento é a aquisição de habilidades motoras e destrezas específicas e globais, realizadas através de formas básicas de movimentos e de jogos pré-desportivos. De acordo com o autor, nessa faixa etária, a criança encontra-se apta para a aprendizagem inicial dos esportes, contudo, ainda não está apta para o esporte coletivo de competição.

Segundo Balbino apud Moreira, 2003, o processo de treinamento para crianças e jovens, quando realizado e conduzido de forma adequada, pode trazer benefícios, por meio das práticas de iniciação e formação esportiva, sendo o esporte em sua forma essencialmente educativo.

No aspecto social, a iniciação esportiva pode ajudar a criança a estabelecer relações com as pessoas e com o mundo; no aspecto filosófico, pode ajudá-la a questionar e compreender o mundo; no aspecto biológico, conhecer, utilizar e dominar o seu corpo; no aspecto intelectual, auxiliar no seu desenvolvimento cognitivo (ALVES, 2004).

#### *2.3.1.1 A iniciação no tênis de campo*

A identificação das capacidades físicas requisitadas na modalidade é indispensável em um programa de treinamento e na formação de tenistas, pois cria bases para destrezas e habilidades motoras e é essencial para o desempenho e execução dos movimentos, que nada mais é do que a técnica (OCHOA, 2004).

Quanto mais complicada for a seqüência do movimento de uma modalidade esportiva, mais valor deve ser dado a uma instrução da coordenação que comece o mais cedo possível (HETTINGER E HOLLMAN, 2005). Como foi citado anteriormente, por se tratar de uma modalidade bastante completa e complexa, o ensino tradicional de tênis privilegia desde os primeiros momentos o ensino dos gestos técnicos de maneira extremamente analítica (FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TÊNIS, 2006).

Deve-se saber dosar esta cobrança, pois é importante que a criança e/ou adolescente passe por todas as etapas e fases de aprendizagem. É importante salientar que não deve haver uma preocupação excessiva com a técnica, porém ela é essencial e necessária para o bom desempenho e fundamentalmente, para que o praticante conquiste o prazer de jogar tênis.

### *2.3.1.2 Aptidão física relacionada à saúde*

Matsudo (2000) define a aptidão física como a capacidade de um indivíduo desempenhar suas funções cotidianas sem prejuízo ao equilíbrio biopsicosocial. É composta de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Os estudos se dirigem com maior freqüência aos fatores biológicos, que podem ser subdivididos em antropométricos, metabólicos, neuromotores, nutricionais e maturacionais. A aptidão física caracteriza-se como um produto voltado ao dimensionamento das capacidades para a realização de trabalho muscular (GUEDES et al, 2002).

A aptidão física relacionada à saúde é a característica orgânico-funcional associada ao nível de produção de energia para o trabalho e o lazer e a um menor risco de doenças ou condições crônico-degenerativas, que depende de características herdadas e da atividade física habitual (NAHAS, 1989). Assim, a aptidão física pode ser classificada como aptidão física relacionada à saúde e aptidão física relacionada ao rendimento. Dentre os componentes da aptidão física relacionada à saúde pode-se citar: a força muscular e a resistência muscular localizada (RML), a flexibilidade, a resistência aeróbia e a composição corporal.

- **Força:** é a capacidade de movimentar um corpo; habilidade em dominar ou reagir a uma resistência muscular. É considerado o fator mais relevante do desempenho motor. Importante para manter a postura e executar movimentos simples e complexos. Baixos níveis de força podem vir a provocar um maior número

de problemas musculares, articulares e posturais, dores lombares e um maior risco de quedas (NAHAS, 1989).

- **RML:** De acordo com Vretaros (2002), a resistência muscular localizada deve ser o primeiro trabalho de força a ser desenvolvido, pois tem o objetivo de criar condições fisiológicas nas estruturas musculares. Bompa (2001), afirma que a resistência muscular localizada proporciona uma adaptação primária nas estruturas musculares.
- **Flexibilidade:** Qualidade baseada na mobilidade articular, extensibilidade e elasticidade muscular que permitem a máxima amplitude nas articulações em diferentes posições, que proporciona a possibilidade da execução de ações que exijam grande destreza e agilidade. A mobilidade articular é a capacidade de movimento de uma articulação no sentido mais amplo e dinâmico (VILLAR apud MANSO, 1996).
- **Resistência Aeróbia:** é a capacidade que o organismo tem de captação, transporte e utilização do oxigênio para produzir energia. Permite uma boa recuperação entre uma atividade e outra e é medida pelo consumo máximo de oxigênio ou  $VO_2$  Máximo. Uma baixa aptidão cardiorrespiratória pode trazer algumas implicações à saúde, como a baixa capacidade de realizar trabalho, a fadiga prematura e um maior risco de doenças cardiovasculares (NAHAS, 1989).
- **Composição corporal:** é considerada hoje em dia um componente da aptidão física que se relaciona tanto à saúde quanto à performance, em razão das relações existentes entre a quantidade e a distribuição da gordura corporal com alterações no nível de aptidão física e no estado de saúde das pessoas (COSTA, 2001). Sabe-se da importância de se conhecer a composição corporal das pessoas sejam elas atletas, freqüentadoras de academias/parques ou mesmo do meio clínico, não apenas pela possibilidade de acompanhamento longitudinal das mudanças decorrentes de um programa de exercício, mas como um direcionador também da prescrição da dieta. Vale ressaltar que já foram identificadas diferenças morfológicas entre diversas etnias (HEYWARD & STOLARCZYK, 2000).

Já dentre os componentes da aptidão física relacionada ao rendimento pode-se incluir a agilidade, o equilíbrio, a velocidade e a resistência anaeróbia. Estudos experimentais têm apontado que programas direcionados de exercício físico podem proporcionar relevantes alterações em componentes da aptidão física relacionada à saúde (MALINA, 1995 apud GUEDES *et al.*, 2002).

Dessa forma, acredita-se que a prática de tênis ou de qualquer modalidade esportiva venha a trazer benefícios à saúde da criança e/ou adolescente, proporcionando-lhe uma melhor qualidade de vida, ressaltando-se obviamente a necessidade de respeito ao processo de desenvolvimento do jovem aprendiz.

### **2.3.2 Fase de especialização**

Para Bento (2004) “o lema do desporto é afinal o da vida e de todas as formas de lhe dar sentido e significado”. No entanto, para que se atinja o sucesso idealizado no mundo esportivo, é necessário anos de preparação e planejamento sistematizado, que estão fundamentados nos conhecimentos científicos a cerca do desempenho físico, psicológico e motor dos atletas, além dos conhecimentos adquiridos na prática cotidiana do treinador, sem esquecer que também é preciso muita dedicação e entrega por parte do atleta e, de todos os envolvidos no processo.

Desta forma, a partir da década de sessenta, com a disseminação das teorias metodológicas de organização do treinamento desportivo desenvolvidas pelo russo L. P. Matveiev, o esporte de alto nível passa a fazer da periodização do treinamento um fator básico para a obtenção dos melhores resultados e, conseqüentemente, do sucesso esportivo (VERKOSHANSKI, 1998). Vale lembrar, também, que já na Grécia antiga havia uma preocupação dos atletas em organizar os seus treinamentos de forma adequada e coerente, com as distribuições das cargas de trabalho visando sempre à maximização do seu rendimento atlético (CERVERA e GRANELL, 2003).

A partir da década de 1970, e principalmente começo dos anos 80, o treinamento esportivo com ênfase na criança e no adolescente vem assumindo papel de destaque nas discussões, seminários, congressos e outros eventos que envolvem os profissionais do esporte (BARBANTI e TRICOLI, 2004).

A importância de uma vivência esportiva para uma criança, e/ou adolescente, já está mais do que comprovada e difundida entre pais, escolas, clubes e autoridades responsáveis por cuidar do bom desenvolvimento sociocultural destes indivíduos. Conforme coloca DE ROSE JR., *apud* FERRAZ (2002) e MESQUITA (1997), “ela [a vivência esportiva] faz parte do processo formativo e educativo da criança, promovendo valores relativos ao ‘saber ser’ (autodisciplina e controle), ao

‘saber estar’ (respeito mútuo, companheirismo, espírito de equipe) e ao ‘saber fazer’ (aquisição de habilidades motoras gerais e específicas)” (2004). De acordo com WEINECK (2000; 2003), para que atinjam um desenvolvimento harmônico, nos que concerne aos aspectos psicofísicos, às crianças necessitam de uma dose adequada de movimento, que é conseguida através da prática esportiva bem orientada e supervisionada.

### *2.3.2.1 A especialização no tênis de campo*

Segundo Skorodumova (1998), o tênis de campo trabalha diferentes grupos musculares e requer uma solicitação fisiológica bem específica, pois é um esporte de golpes rápidos, potentes e deslocamentos rápidos; movimentos que podem durar horas, embora durante o jogo haja pausas, em que os atletas podem recuperar suas energias.

Guedes e Guedes (1997), Weineck (2001, 2003), Gomes (2002) e Bompa (2002), entre outros autores, relatam que as cargas de treinamento devem se basear no nível de maturação e nas fases sensíveis de desenvolvimento, pois os estágios de maturação biológica podem se distinguir da idade cronológica e as avaliações devem preceder e acompanhar os treinamentos. A mensuração da maturação biológica está diretamente relacionada com a quantificação das cargas de treino.

Gallahue e Ozmun (2001) relatam que é na adolescência que as habilidades motoras devem se especializar em uma modalidade. Complementando esta idéia, Weineck (2001) salienta que na adolescência aumentam consideravelmente a capacidade de suportar sobrecargas de treino e a condição geral de assimilar a carga corporal-esportiva, sendo o momento propício para o treinamento técnico e físico específico a uma modalidade esportiva.

Para Gomes (2002), a preparação dos atletas jovens tem o objetivo de aperfeiçoar as qualidades físicas, a preparação geral e a preparação básica para o treinamento de alto nível.

O treinamento para jovens não deve ser um diminutivo do treinamento para adultos, pois como revisto anteriormente, nesta fase da vida o organismo passa por diversas modificações que precisam ser consideradas quando se planeja o treinamento. Filin (1996) relata que o desporto juvenil deve levar em conta as características de cada faixa etária, utilizando especificamente os meios e métodos

de treinamento com cada etapa da preparação desportiva em longo prazo. Segundo Weineck (2003), o treinamento a longo prazo objetiva a obtenção gradual dos requisitos do treinamento, ou seja, melhoria contínua da capacidade de desempenho esportivo.

Bompa (2002) divide em duas partes o treinamento para jovens: Desenvolvimento Multilateral e Desenvolvimento Especializado. O Desenvolvimento Multilateral é a base para um bom atleta, desenvolvendo as habilidades fundamentais como correr, saltar, arremessar, apanhar a bola, dar cambalhotas e equilibrar-se. A idade vai dos seis aos catorze anos, em média. O Desenvolvimento Especializado deve incluir exercícios que melhoram o desenvolvimento para a modalidade esportiva específica e exercícios que desenvolvam habilidades motoras gerais. Podemos observar na quadro 4 as idades e suas respectivas diretrizes no tênis de campo.

**Quadro 4: Diretrizes Para à Especialização do Tênis de Campo (BOMPA 2002):**

	<b>Iniciação no Esporte</b>	<b>Iniciação a Especialização</b>	<b>Alto Desempenho</b>
<b>Masculino</b>	7 – 8	12 – 14	22 – 27
<b>Feminino</b>	7 – 8	11 – 13	17 – 25

## 2.4 MOTIVAÇÃO

A motivação é dos conceitos mais estudados no esporte e tem sido muito utilizado para explicar comportamentos inapropriados ou de sucesso dos atletas, e ainda para justificar estratégias dos treinadores procurando aumentar o empenho e rendimento dos seus jogadores.

O estudo da motivação é um dos que mais ganha espaço na Psicologia do Esporte, não apenas nos âmbitos rendimento, mas também junto a crianças, jovens, adultos, idosos e até mesmo pacientes internados em enfermaria ortopédica (MELO; LÓPEZ, 2003; HERNANDEZ; VOSER; LIKAWKA, 2004; FREITAS et al., 2007). A motivação, segundo os psicólogos, é a direção e intensidade de um esforço, e, junto à habilidade, condicionamento físico e autoconfiança, sendo considerado fator preponderante para bom desempenho (SAMULSKI, 2002).

Butt (1987) observa que os estudos feitos na Psicologia do Esporte foram motivados por questões como: importância dos modelos de atletas para futuros talentos esportivos; persistência de atletas em continuar participando de competições, mesmo em circunstâncias desfavoráveis; comportamentos diferentes dentro do ambiente esportivo e fora dele; os motivos que levam milhares de torcedores ao campo.

Para Pfromm Neto (1987), a motivação pode ser entendida como estado interior e emocional que desperta o interesse ou a inclinação do indivíduo para algo. Afirma que o indivíduo motivado encontra-se disposto a desprender-se dos esforços para alcançar os seus objetivos. Complementando esta idéia, Becker Jr. (2000), a considera um fator muito importante na busca de qualquer objetivo pelo ser humano, pois os treinadores reconhecem este fato como sendo principal, tanto nos treinamentos como nas competições. Assim sendo, a motivação é um elemento básico para o atleta seguir as orientações do treinador e praticar diariamente as sessões de treinamento.

Segundo Samulski (1992), a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional, que pode ser direcionado a uma meta. O nível de motivação de cada um depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

A motivação, segundo Becker Jr. e Samulski (1998), apresenta-se subdividida em estudos das razões pelas quais se escolhe uma atividade e não outra e razões pelas quais se realizam ações com diferentes graus de intensidade. As razões pelas quais um atleta escolhe um esporte e dele participa com um grau de competência, podem ser influenciadas por experiências primitivas, situações e pessoas mais recentes. Os motivos que levam um indivíduo a desempenhar um determinado esporte, são formados por uma combinação de acontecimentos passados e próximos, ambos atuando sobre a consciência do atleta e classificando-se em interna e externa.

Segundo Pelletier (1995), citado por Scalon (1998), motivação interna refere-se ao comprometimento em uma atividade puramente por prazer e satisfação obtidos por fazer a atividade. Quando uma pessoa é internamente motivada ela decide executar o comportamento voluntariamente, sem precisar de gratificações materiais ou obrigações externas. Atletas que praticam seu esporte pelo prazer de

aprender mais ou pela satisfação de ultrapassar seus próprios limites constantemente, são considerados internamente motivados para seu esporte.

De acordo com Machado apud Gouvea (1997), a pessoa que é motivada pelo sucesso tem um nível de exigência executável, realista e de tipo mediano, demonstrando uma conduta corajosa para atingir sua meta, considerando como causa do seu fracasso motivos externos (motivação extrínseca) ou falta de esforço (motivação intrínseca); enquanto que aqueles que são motivados pelo fracasso fixam um nível de exigência muito alto, irreal, ou excessivamente baixo, e mostram tendência para uma conduta sumamente fraca ou carente de adequado valor e atribuem seu fracasso à falta de talento.

Para Alves et al (1996), motivação intrínseca são motivos internos à pessoa. O autor ainda complementa que as recompensas que a prática de uma modalidade lhes proporciona, são as razões que podem manter as pessoas no esporte e se incluem na motivação extrínseca. Dentre estas razões, pode-se citar a companhia dos amigos, o prestígio social e os prêmios materiais.

Ao longo dos anos, muitos estudos têm tentado demonstrar que a queda da motivação intrínseca se deve a vários fatores sociais (VALLERAND e FORTIER, 1998). A teoria de autopercepção atribui a motivação intrínseca de um indivíduo a fatores externos (motivação extrínseca). Isso pode ocorrer, por exemplo, quando uma pessoa resolve se envolver em uma atividade esperando ser recompensada por elogios vindos de outras pessoas. Neste caso há uma diminuição da motivação intrínseca.

Segundo Serpa (1991), no âmbito da prática desportiva, para melhor se compreender o comportamento desportivo dos indivíduos e para que mais correta e eficazmente eles possam ser orientados, acompanhados ou geridos, não é posta em dúvida a necessidade de conhecer as razões pelas quais selecionam determinadas atividades, nelas persistem e se lhes entregam com uma dada intensidade.

Vários fatores motivam o adolescente, em seu dia-a-dia, tanto intrínseca como extrinsecamente e a força de cada motivo e seus padrões são influenciados e inferenciados pela maneira dele perceber o mundo. Segundo Machado (1997), alguns motivos predominam sobre outros, orientando o jovem no alcance de certos objetivos, ou seja, direcionando o seu comportamento.

### **2.4.1 Motivação Intrínseca e Motivação Extrínseca**

Os psicólogos do esporte e do exercício podem considerar motivação a partir de diversos pontos de vista específicos, incluindo a motivação para a realização, motivação na forma de estresse competitivo e motivações intrínseca e extrínseca. Essas formas variadas são partes da definição mais geral de motivação (WEINBERG e GOULD, 2001).

O fenômeno motivacional é complexo. A existência das diferenças individuais, fruto das experiências acumuladas, liga-se à história de vida de cada um. Além dos fatores extrínsecos ao indivíduo, se lida com variáveis intrínsecas, que é fruto de sua diferença individual de personalidade e da lógica entre os fatores ocorridos no passado até o presente momento (BERGAMINI, 1993). Na realidade o termo "motivação" é definido muito vagamente. Ele pode ser interpretado como uma característica de personalidade, como uma influência externa ou como uma conseqüência ou explicação para um comportamento (WEINBERG E GOULD, 2001).

Campos (1995) se contrapõe dizendo que a motivação pode ser relativa ao ambiente e às cognições do indivíduo, ou seja, tudo que o indivíduo utiliza a partir de sua integração como meio, como regras e conceitos. Já Cratty (1984), mostra que alguns especialistas subdividem a motivação em duas linhas principais. Na primeira estão os estudos das razões pelas quais se escolhe uma atividade ou outra. Nesta, classificam-se os estudos sobre a influência dos motivos, valores e necessidades. Os valores se referem às razões pelas quais se realizam as ações em seus diferentes graus de intensidade, procurando explicá-los. Machado (1997) ainda expõe que alguns motivos são predominantes sobre outros, direcionando comportamentos. Da mesma forma, alguns deles têm intensidades desiguais em diferentes indivíduos, dependendo da personalidade de cada um, explicando como pessoas distintas podem realizar as mesmas atividades animadas por motivos divergentes e de intensidades diferenciadas.

Cratty (1984) relata que o termo motivação indica os processos e fatores que conduzem os indivíduos a uma ação ou à inércia em várias ocasiões. Serrano (2003) se baseia na idéia de Maslow na qual entende-se que a motivação é o resultado dos estímulos que agem com força sobre os indivíduos, levando-os a

ação. Para que haja ação ou reação é preciso que um estímulo seja implementado, seja decorrente de algo externo ou proveniente do próprio organismo.

#### **2.4.2 A motivação no tênis de campo**

Barreto (2003) define a Psicologia Esportiva como uma ciência do comportamento que exercita e auxilia treinadores e atletas, através de uma metodologia voltada para o desenvolvimento e aprimoramento de habilidades no que diz respeito à auto-eficácia e eficiência, na adaptação ao estresse antes da competição e principalmente na capacidade cognitiva, emocional e psicomotora o atleta para enfrentar diversas situações, buscando uma máxima performance.

Para Vallerand e Fortier (1998), o estudo sobre motivação contribui para um melhor entendimento dos processos psicológicos dentro do esporte e da atividade física, além de proporcionar um acúmulo de informações necessárias para a validação das teorias psicológicas. Essas informações podem gerar um conhecimento que permita alterar o ambiente e a motivação dos participantes.

Dantas (2001) expõe que os atletas são exigidos ao extremo, com um forte treinamento, por um alto desempenho nas competições, as quais são cada vez mais fortes, seletivas e muitas vezes desajustadas. Isto leva os atletas a comportamentos compulsivos em sua auto-exigência de treinamento e desempenho competitivo.

Na prática esportiva, de acordo com Samulski (2002) e Weinberg & Gould (1999), a motivação depende de uma interação entre aspectos da personalidade como, expectativas, necessidades e interesses e fatores ambientais como desafios, influências sociais e facilidades.

Gouvea (1997) afirma que, em qualquer momento na relação entre ensino-aprendizagem, a motivação pode ser um elemento determinante para que se atinja um bom desempenho. Ele afirma que quanto maior for o estímulo, maior será a motivação.

### **3 MATERIAL E MÉTODOS**

#### **3.1 TIPO DE PESQUISA**

Pesquisa descritiva e exploratória, que analisa, registra, correlaciona aspectos, propõem uma maior familiarização do tema que aborda o tênis de campo. “Procurar descobrir com a máxima precisão possível, a frequência com que um fenômeno ocorre, sua relação e conexão com outros sua natureza e característica” (CERVO e BREVIAN, 1983).

#### **3.2 PARTICIPANTES**

Para composição da amostra foram selecionadas intencionalmente por conveniência 40 atletas da modalidade de tênis de campo da região de Florianópolis. Estes 40 atletas compõem dois grupos distintos. Um grupo (grupo 1) é composto por 20 atletas de 8 a 14 anos com o volume de prática de duas vezes por semana, de ambos os sexos, em fase de iniciação na modalidade de tênis de campo. O outro grupo (grupo 2) é composto por 20 atletas de 14 a 18 anos com o volume de prática de no mínimo cinco vezes na semana, de ambos os sexos, em fase de especialização na modalidade de tênis de campo, participantes de competições em nível estadual, nacional e mundial, praticantes da modalidade há no mínimo quatro anos.

#### **3.3 INSTRUMENTO DE PESQUISA**

Como instrumento de pesquisa, optou-se pelo Participation Motivation Questionnaire (PMQ), elaborado por Gill, Gross e Huddleston em 1983, e o questionário de Motivação para Atividades Desportivas (QMAD), adaptação portuguesa por Serpa e Frias em 1990.

O questionário é composto por 30 itens que, devidamente agrupados, identificam sete tipos de motivação para a prática esportiva: status, diversão, afiliação, contexto, aptidão física, aperfeiçoamento técnico e influência de família & amigos. A importância de cada item é atribuída pelos participantes numa escala

Likert com valores entre 1 e 5 (de nada importante a totalmente importante). Segundo Serpa (1990), os motivos considerados mais importantes são os que apresentam valores >4.

### 3.4 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

O questionário foi aplicado em dois grupos distintos. Após a submissão do projeto no Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), entrou-se em contato com a professora responsável pela empresa que presta serviços relacionados à iniciação da modalidade de tênis de campo em um Colégio Particular de Florianópolis-SC, que consentiu a aplicação dos questionários com vinte alunos, compondo o grupo 1. Também entrou-se em contato com o professor responsável por uma equipe de treinamento em alto rendimento na modalidade de tênis de campo na cidade de Florianópolis-SC, que consentiu a aplicação dos questionários com vinte atletas, compondo o grupo 2. Após este momento, foram definidas as datas de aplicação do questionário. Assim, foi solicitado o consentimento dos pais ou responsáveis, onde foi encaminhado através dos alunos um protocolo de consentimento do CEP contendo os objetivos da pesquisa. Os pais ou responsáveis tiveram liberdade para consentir ou não com a pesquisa, sendo respeitada a decisão tomada. A partir do consentimento, o questionário foi aplicado.

### 3.5 ANÁLISE DOS DADOS

A partir dos dados apresentados, os recursos estatísticos utilizados na análise serão a estatística descritiva para se encontrar médias e desvios-padrão das sete categorias de motivação.

#### 4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Segundo SERPA (1992) o QMAD é composto por 30 itens que, devidamente agrupados, identificam sete tipos de motivação para a prática esportiva: status, diversão, afiliação, contexto, aptidão física, aperfeiçoamento técnico e influência de família & amigos. A importância de cada item é atribuída pelos participantes numa escala Likert com valores entre 1 e 5 (de nada importante a totalmente importante). Conforme tabela exposta abaixo (tabela1), a apresentação, análises estatísticas e discussão dos resultados foram realizadas utilizando esta categorização proposta pelo autor como base norteadora.

<b>APERFEIÇOAMENTO TÉCNICO</b>	Melhorar Cap. Técnica
	Descarregar energia
<b>DIVERSÃO</b>	Estar com Amigos
	Viajar
	Fazer novas amizades
	Fazer algo em que se é bom
	Liberta atenção
	Divertimento
<b>STATUS</b>	Ganhar
	Receber prêmios
	Entrar em competição
	Ter a sensação de ser importante
	Atingir um nível desportivo elevado
	Ser conhecido
	Ultrapassar desafios
Ser reconhecido e ter prestígio	
<b>APTIDÃO FÍSICA</b>	Manter a forma
	Fazer exercício
	Pretexto para sair de casa
	Estar em boa condição física
<b>CONTEXTO</b>	Ter emoções fortes
	Influência dos treinadores
	Prazer na utilização de instalações e material esportivo
<b>ATIVIDADES EM GRUPO</b>	Trabalhar em equipe
	Aprender novas técnicas
	ter algo a fazer
	Ter ação
	Espírito de equipe
	Pertencer a um grupo
<b>INFLUÊNCIA DE AMIGOS OU FAMÍLIA</b>	Influência da família ou amigos

A seguir, as tabelas 2,3 e 4 indicam a idade média do gênero feminino e masculino da fase de iniciação e especialização. Observa-se que a fase de iniciação encontra-se com a média de idade relativamente menor em relação à fase de especialização, com diferença de 3,34 anos para o gênero masculino e 5,11 para o gênero feminino.

Iniciação	Idade Média	Desv Pad	Médio
Feminino		9,60	1,52
Masculino		10,20	1,52
Total		10,05	1,50

Especialização	Idade Média	Desv Pad	Médio
Feminino		14,71	1,38
Masculino		13,54	2,03
Total		13,95	1,88

Fase Desenv. Motor	Sexo Feminino		Sexo Masculino	
	Idade Média	Desv Pad Médio	Idade Média	Desv Pad Médio
Especialização	14,71	1,38	13,54	2,03
Iniciação	9,60	1,52	10,20	1,52
Total	12,58	2,97	11,75	2,43

De acordo com a literatura, a idade ideal para se iniciar uma prática esportiva pode ser definida por volta dos sete ou oito anos de vida, a criança comumente entra no estágio de transição ou de desenvolvimento generalizado. Durante o estágio geral de movimento o indivíduo começa a combinar e aplicar habilidades de movimentos fundamentais para desempenhar habilidades relacionadas ao desporto (Bompa, 1999; Gallahue & Ozmun, 1998; Greco & Benda, 1998; Manoel, 1994; Meinel & Schnabel, 1984; Tani et alii, 1988; Weineck, 1991)

Segundo alguns pesquisadores do esporte, na infância e adolescência, a especialização de uma única modalidade, visando treinamento para competições, deve ocorrer por volta dos 12-13 anos, dependendo da modalidade e tradições existentes (Baxter-Jones, 1995; Bompa, 1999; De Rose Junior, 1995; Fédération

Internationale de Médecine Sportive, 1997; Greco, 1997; Greco & Benda, 1998; Paes, 1992; Tani et alii, 1988; Weineck, 1991, 1999).

Gallahue (1982) ainda afirma que no estágio especializado da fase de desenvolvimento motor relacionada ao esporte começa em torno do décimo quarto ano de vida e continua através da fase adulta. O estágio especializado representa o ponto mais alto do processo de desenvolvimento.

A partir disto, observa-se que a fase de iniciação e a fase de especialização desta investigação pode ser aplicada às teorias citadas acima.

O fenômeno motivacional é complexo. A existência das diferenças individuais, fruto das experiências acumuladas, liga-se à história de vida de cada um. Além dos fatores extrínsecos ao indivíduo, se lida com variáveis intrínsecas, que é fruto de sua diferença individual de personalidade e da lógica entre os fatores ocorridos no passado até o presente momento (BERGAMINI, 1993).

Samulski (2002) quando diz que "a relação entre a intensidade de motivação e a dificuldade da tarefa é curvilínea, isto é, com uma dificuldade muito baixa ou extremamente muito alta, a motivação é mínima; com uma dificuldade média a motivação é máxima". Segundo o mesmo autor, tarefas fáceis produzem monotonia e saturação psíquica. Tarefas muito difíceis, tem como consequência fracasso e frustração.

As tabelas 5 e 6 expõem o tempo de pratica média (meses) do sexo feminino e masculino na fase de iniciação e na fase de especialização. Através destes dados, observa-se que os indivíduos que encontram-se na fase de especialização possuem expressivamente mais tempo de prática do que os indivíduos que encontram-se na fase de iniciação, o que teoricamente já esperava-se.

<b>Tabela 5: Fase de Iniciação - Tempo de Prática</b>			
<b>Iniciação</b>	<b>Tempo de Prática Média</b>		<b>Desv Pad Médio</b>
Feminino		16,60	10,29
Masculino		14,13	8,18
Total		14,75	8,53

<b>Especialização</b>	<b>Tempo de Prática Média</b>	<b>Desv Pad Médio</b>
Feminino	68,57	26,58
Masculino	60,92	26,14
Total	63,60	25,85

Nas tabelas 7,8 e 9 as questões contidas no instrumento (questionário) e que compõem as sete categorias de motivação foram apresentadas quanto ao seu grau de importância na fase de iniciação e de especialização. Vale ressaltar que estes dados ficam evidentes a partir da importância de cada item atribuída pelos participantes na escala Likert, com valores entre 1 e 5 (de nada importante a totalmente importante). Segundo Serpa (1990), os motivos considerados mais importantes são os que apresentam valores >4. Seguindo este raciocínio, seguem abaixo as variáveis que apresentaram média maior do que 4 (grau de importância) na fase de iniciação e na fase de especialização.

É possível constatar que das 30 variáveis que compõem o questionário, cinco apresentaram valor médio maior do que 4 entre os participantes da pesquisa em fase de iniciação. Já na fase de especialização, oito variáveis que compõem o instrumento apresentaram média maior do que 4. Sendo assim, percebe-se que o número de variáveis que apresentam este valor médio acima de 4 é maior na fase de especialização. Leva-se a crer que os indivíduos desta fase expressam a motivação em um número maior de variáveis do que os indivíduos que encontram-se na fase de iniciação.

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>MÉDIA</b>
Aprender novas técnicas	4
Fazer exercício	4,15
Atingir um nível desportivo elevado	4,1
Estar em boa condição física	4,45
Divertimento	4,5

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>MÉDIA</b>
<b>Melhorar Cap. Técnica</b>	4,5
<b>Trabalhar em equipe</b>	4,15
<b>Aprender novas técnicas</b>	4
<b>Fazer exercício</b>	4,15
<b>Espírito de equipe</b>	4,15
<b>Atingir um nível desportivo elevado</b>	4,3
<b>Estar em boa condição física</b>	4,3
<b>Ultrapassar desafios</b>	4,25

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>MÉDIA</b>
Melhorar Cap. Técnica	4,2
Fazer exercício	4,15
Atingir um nível desportivo elevado	4,2
Estar em boa condição física	4,3
Divertimento	4,1

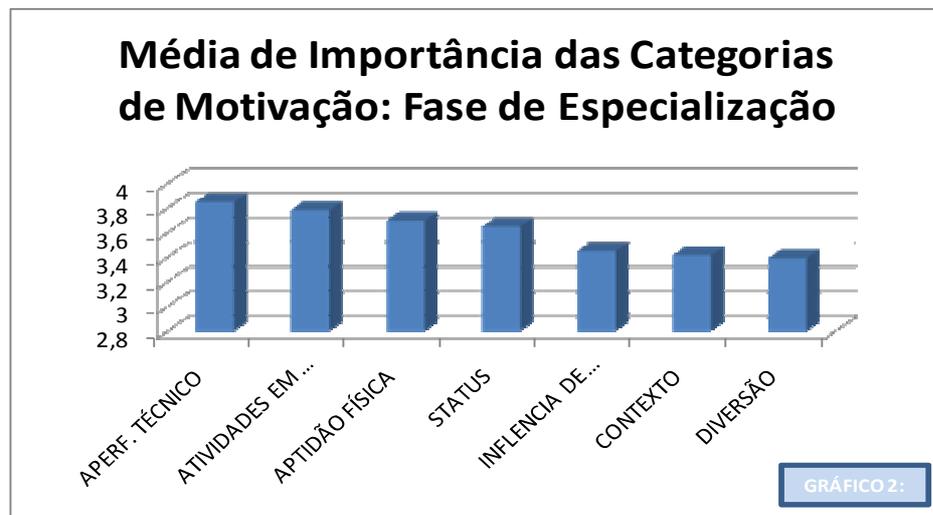
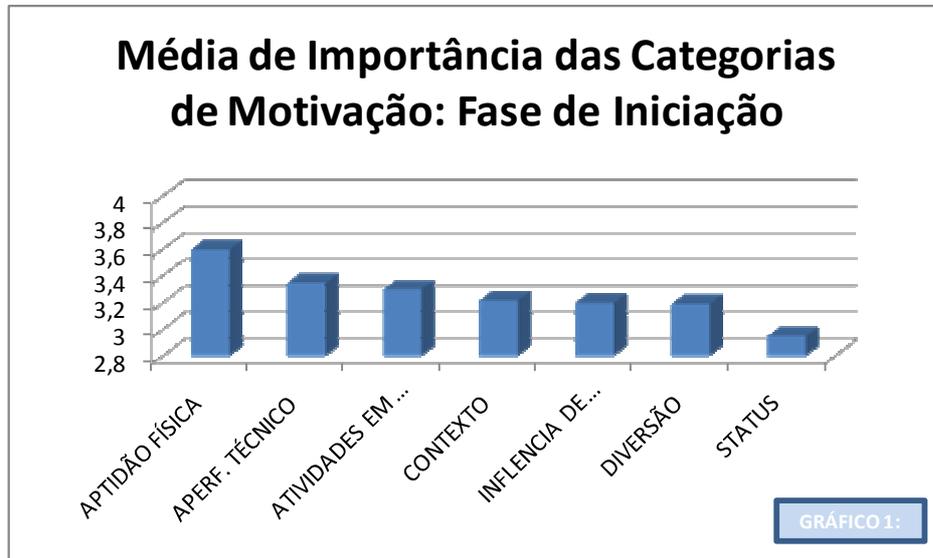
Segundo estudo desenvolvido por Fonseca (1995) foi relatado que os indivíduos mais novos dão mais importância aos motivos relacionados com o Status, Emoções, Prazer e Competência Técnica, enquanto os mais velhos aderem a prática por motivos relacionados com Afiliação Geral e Específica. Resultados que se diferenciam deste estudo. Observa-se a seguir:

De acordo com os gráficos 1 e 2 expostos abaixo, na fase de iniciação, em relação a média de importância das sete categorias de motivação, pode-se destacar a categoria “aptidão física, que deram mais importância para as motivações: manter a forma, fazer exercício, pretexto para sair de casa e estar em boa condição física. Já a categoria de motivação classificada como “status” foi considerada de pouca importância nesta fase, contrapondo o estudo realizado por Fonseca (1995), onde status prevalece diante das demais categorias.

Na fase de especialização destacou-se a categoria “aperfeiçoamento técnico”, envolvendo as seguintes variáveis: melhorar capacidade técnica e descarregar energia. Já a categoria “diversão” foi considerada de pouca importância nesta fase.

Relacionando os gráficos, observa-se que a categoria “status” que agrupa as variáveis ganhar, receber prêmios, estar em competições, ter a sensação de ser importante, atingir um nível desportivo elevado, ser conhecido, ultrapassar desafios,

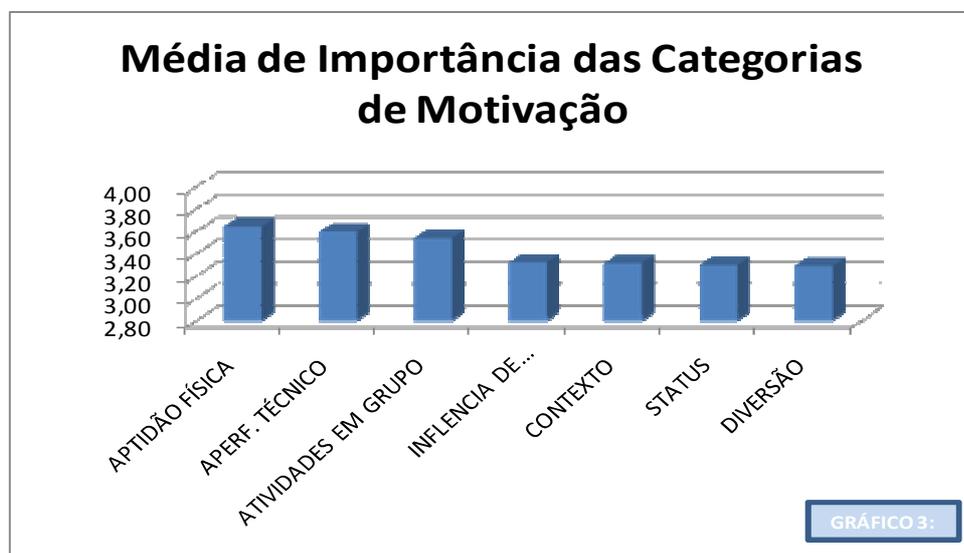
ser reconhecido e ter prestígio foi considerada como menos importante na fase de iniciação. Contrariamente a este dado, na fase de especialização a categoria status apresentou um grau mais elevado de importância.



Entre os estudos mais recentes sobre motivação no esporte, destaca-se a pesquisa realizada por Fonseca e Maia (2000) envolvendo uma amostra de 1816 atletas federados da Zona Norte e Centro, e com idades compreendidas entre 10 e 18 anos. Os resultados apontaram como principais motivos para a prática de uma atividade esportiva competitiva, a tentativa de melhorar ou de demonstrar a sua Competência Técnica e a procura ou manutenção de elevados índices de Forma Física. Imediatamente a seguir, foram referidos como importantes os motivos

relacionados com a Afiliação (Geral e Específica) e a Competição. Por último, foram referidos o Prazer, as Emoções e o Status, sendo este o último motivo pelo qual estes jovens ingressaram na prática esportiva. Pereira e Raposo (1998) realizaram um estudo a uma amostra de 1295 atletas, na zona de Baião, onde as dimensões motivacionais constatadas como mais importantes foram a Competição, Status, Afiliação Geral e Emoções. Balbinotti et al. (2008), realizaram um estudo com 428 adolescentes e mostraram que a motivação para a prática de atividade física regular relacionado a diversão é significativamente elevada. Já no estudo realizado por Estriga e Cunha (2003), envolvendo 70 atletas de handebol, foi constatado que o maior nível de motivação era o competitivo seguido por motivos de competência técnica e afiliação geral.

O gráfico abaixo (gráfico 3) apresenta a média de importância das categorias de motivação dos dois grupos investigados nesta pesquisa (iniciação e especialização).



Em estudo realizado por Sousa (2003), envolvendo 192 crianças e adolescentes praticantes de futebol, foram apontados como principais motivos para a prática esportiva, a melhoria de competências físico-esportiva, a competição e motivos relacionados ao status. Observa-se que as crianças e jovens praticantes de futebol, apresentam motivações extremas com os praticantes da modalidade de ténis de campo. Enquanto os futebolistas estudados por Sousa (2003), motivam-se

através de competições, para atingir um nível desportivo elevado e por motivos relacionados à categoria “status” da motivação, os tenistas motivam-se através das questões relacionadas às categorias envolvendo “aptidão física” e “aperfeiçoamento técnico”. Deste modo, já que os motivos relacionados a “aptidão física” e “aperfeiçoamento técnico” foram os motivos mais importantes, os treinadores devem sempre que possível, privilegiar atividades que procurem promover inequivocamente os sentimentos de competência dos jovens (Fonseca, 200). Por isso, para um correto e eficaz planejamento do treino, o treinador deve preocupar-se não só com os aspectos que os seus alunos/atletas devem melhorar, mas também com as suas necessidades motivacionais. Se no processo de treino estiver integrado aos melhores motivos que levam os jovens a pratica de ténis de campo, provavelmente, eles vão orientar-se de modo mais empenhado e assim aprendem mais. Isto ratifica a importância do treinador possuir um conhecimento profundo acerca dos motivos dos seus alunos/atletas.

## 5. CONCLUSÃO E SUGESTÕES

Conforme abordado ao longo da pesquisa, a motivação torna-se fundamental para a conquista diária e para uma vivência aprazível e desafiante. No esporte, os atletas necessitam de motivação para ultrapassarem seus limites e para se superarem.

A infância e a adolescência representam períodos ótimos para estimular hábitos e comportamentos de um estilo de vida mais saudável, que quando são adquiridos nessa faixa etária, possibilitam maiores probabilidades de desempenho de funções cotidianas sem prejuízo ao equilíbrio biopsicosocial.

A iniciação esportiva é marcada pela prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas. O objetivo imediato é dar continuidade ao desenvolvimento da criança e/ou adolescente de forma integral, a fim de identificar as capacidades físicas requisitadas na modalidade e formar tenistas. Este processo faz que com ocorra o desenvolvimento de bases para destrezas e habilidades motoras essenciais para o desempenho e execução dos movimentos, que nada mais é do que a técnica.

A especialização das atividades motoras na modalidade de tênis de campo deve ser realizada na adolescência, pois é nesta fase que acontece um aumento considerável na capacidade de suportar sobrecargas de treino e a condição geral de assimilar a carga corporal-esportiva. Este é o momento propício para o treinamento técnico e físico específico. A modalidade de tênis de campo trabalha diferentes grupos musculares e requer uma solicitação fisiológica bem específica, pois é um esporte de golpes rápidos, potentes e deslocamentos rápidos que podem durar horas, embora durante o jogo haja pausas, em que os atletas podem recuperar suas energias. Com isto, as cargas de treinamento devem se basear no nível de maturação e nas fases sensíveis de desenvolvimento, pois os estágios de maturação biológica podem se distinguir da idade cronológica e as avaliações devem preceder e acompanhar os treinamentos.

Foi possível identificar que na fase de iniciação, em relação à média de importância das sete categorias de motivação, a categoria “aptidão física como destaque, envolvendo as seguintes variáveis: manter a forma, fazer exercício, pretexto para sair de casa e estar em boa condição física. Nesta fase, a importância

para o status que envolve as competições e a vitória ainda não é fortemente valorizada.

Na fase de especialização destacou-se a categoria “aperfeiçoamento técnico”, envolvendo as seguintes variáveis: melhorar capacidade técnica e descarregar energia. Já a categoria “diversão” foi considerada de pouca importância nesta fase. Nesta etapa, percebe-se que o nível de competitividade é extremamente marcante e o grupo analisado deixa claro que a ludicidade e brincadeira não é o principal foco em virtude de que a valorização está na vitória e no sucesso.

Através desse estudo foi possível concluir que a categoria “status” que agrupa as variáveis ganhar, receber prêmios, estar em competições, ter a sensação de ser importante, atingir um nível desportivo elevado, ser conhecido, ultrapassar desafios, ser reconhecido e ter prestígio foi considerada como menos importante na fase de iniciação. Contrariamente a este dado, na fase de especialização a categoria status apresentou um grau mais elevado de importância.

Ao relacionar a fase de iniciação e a fase de especialização, conclui-se que os grupos analisados que praticam a modalidade de tênis de campo valorizam e retratam categorias de motivação diferentes. O grupo que se encontra na fase de iniciação, foca a motivação principalmente no desenvolvimento relacionado à aptidão física e no aperfeiçoamento técnico. No entanto, o grupo que se encontra na fase de especialização, leva em consideração como principais categorias de motivação a vontade de ganhar e o sonho de seguir carreira na modalidade.

Vale considerar que os resultados da pesquisa foram apresentados às instituições envolvidas, aos responsáveis pelos sujeitos e a todos os indivíduos que compuseram a amostra. Com isto, foi possível apresentar um relatório individual e dos grupos com as evidências relacionadas às categorias de motivação que apresentaram maior representatividade. Isto contribui para que todos os envolvidos no processo tenham conhecimento sobre os aspectos que mais motivam estes jovens na prática do tênis de campo.

Que este estudo sirva como motivação para realizações de novas pesquisas, onde sugere-se o envolvimento de um maior número de crianças e/ou adolescentes compondo a amostra estudada. Sem dúvida, em virtude da escassez de estudos científicos na área em questão, o desenvolvimento e incentivo à pesquisas são de grande relevância para a modalidade de tênis de campo e para uma atuação profissional mais competente.

## REFERÊNCIAS

- BECKER Jr. B. **Manual de psicologia do esporte e exercício**. Porto Alegre: Nova Prata, 2000.
- BARBANTI, V. & TRICOLI, V. **A formação do esportista**. In: GAYA, A. et al. **Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades**. Porto Alegre, Editora UFRGS, 2004. Pg. 199 – 215.
- BECKER JR. B.; SAMULSKI, D. **Manual de treinamento psicológico para o esporte**. Novo Hamburgo: FEEVALE, 1998.
- BENTO, J. O. Desporto para crianças e jovens: das causas e dos fins. In: GAYA, A. et al. **Desporto para crianças e jovens: razões e finalidades**. Porto Alegre, 2004. Ed. UFRGS. Pg. 21-56.
- BOMPA, T.O. **Periodização, teoria e metodologia do treinamento**. São Paulo. Phorte: 2001
- CARL, K.; LEHNERTZ, K.; e MARTIN, D. **Manual de metodologia de treinamento deportivo**. Ed. Paidotribo, Barcelona, 2001.
- CERVERA, V.R. & GRANELL, J. C. **Teoria e planejamento do treinamento desportivo**. Porto Alegre, Artmed, 2003.
- FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TÊNIS**. In: *www.fptenis.pt*. Acesso em: 06 de junho de 2006.
- FREITAS, Clara M.S.M.; SANTIAGO, Marcela S.; VIANA, Ana T.; LEÃO, Ana C.; FREYRE, Carmen. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. Florianópolis: NuCiDH/CDS/UFSC, v.9, n.1, p.92-100, 2007.
- FONSECA, A. (2000). A motivação dos jovens para o desporto e os seus treinadores. In L. Garganta (Ed.), **Horizonte e Órbitas no treino dos jogos Desportivos (PP. 155-174)**.
- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E.; BARBOSA, D. S.; OLIVEIRA, J. A. Atividade física habitual e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira da Ciência e Movimento**. vol.10. n.1. Brasília: Jan. 2002.
- GUEDES, D.P.; GUEDES, J. E.R.P. **Crescimento, composição corporal e desempenho motor de crianças e adolescentes**. São Paulo: C.L.R. Balieiro, 1997.
- HERNANDEZ, José A.E.; VOSER, Rogério C.; LYKAWKA, Maria G.A. Motivação no esporte de elite: comparação de categorias do futsal e futebol. **Lecturas en EF y Deportes**. Buenos Aires, v.10, n.77, Octubre 2004.

HETTINGER, T.; HOLLMAN W. **Medicina do Esporte: Fundamentos anatômico-fisiológicos para a prática esportiva**. Ed. 4. São Paulo: Manole, 2005.

MACHADO, A. A. **Psicologia do esporte: temas emergentes I**. Jundiaí: Ápice, 1997.

MALINA, R. M. Physical activity and fitness of children and youth: questions and implications. **Medicine, Exercise, Nutrition and Health**, 1995, v.4, p. 123-35.

MELO, Ana C.R.; LÓPEZ, Ramón F.A. Motivação para participação nas atividades de educação física em enfermaria ortopédica. **Revista Alvorada de Atividade Física**, v.1, n.1, 2003.

MENEZES, L. R. **O esporte na contemporaneidade**. Matéria publicada no Jornal Foco Bahia, edição de setembro 2008.

MENEZES, L. R. **Vantagens da prática adequada do tênis de campo**. Matéria publicada no Jornal Foco Bahia, edição de setembro 2008.

NAHAS, M. V. **Fundamentos da aptidão física relacionada à saúde**. Florianópolis: UFSC, 1989.

OCHOA, J. **Entrenamiento de las capacidades físicas em el tenis de campo**. International Tennis Federation. 2004. Disponível em: [www.itftennis.com](http://www.itftennis.com). Acesso em: 23 Set. 2006.

PFROMM NETO, S. **A psicologia da aprendizagem e do ensino**. São Paulo: Edu-Edusp, 1987.

SAMULSKI, Dietmar M. **Psicologia do esporte: manual para a Educação Física, Psicologia e Fisioterapia** São Paulo: Manole, 2002.

SCALON, R. M. **Fatores Motivacionais que Influem na Aderência e no Abandono dos Programas de Iniciação Desportiva pela Criança**. 1998. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) - Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

SERPA, Sidónio; FRIAS, Jorge.. **Estudo da relação professor/aluno em ginástica de representação e manutenção**. Trabalho não publicado. Lisboa: FMH da Universidade Técnica de Lisboa, 1990.

SOUSA, L. (2003). Motivação para a prática de futebol – Motivos para a prática desportiva, objetivos de realização, competência percebida e satisfação. Estudo com juvenis e juniores na ilha de S. Miguel. **Porto: FCDEF-UP. Dissertação de mestrado (trabalho não publicado)**.

VRETAROS, A. Metodologia do treino de força no tênis de campo. **Educación Física y Deportes** - Revista Digital. Buenos Aires. Año 8. n. 47. Abril 2002. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Acesso em: 22 maio 2006.

## ANEXO A

### INSTRUMENTO: QUESTIONÁRIO DE MOTIVAÇÃO PARA AS ATIVIDADES DEPORTIVAS (QMAD)

(Tradução e adaptação Sidonio Serpa & Jorge Frias)

Indica-se a seguir um conjunto de motivos que podem levar as pessoas a pratica da atividade desportiva. Leia-os com atenção e assinale na escala o nível de importância que cada um deles tem para si.

Não há respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões mesmo que hesite em certos casos.

- 1- **Nada importante**
- 2- **Pouco importante**
- 3- **Importante**
- 4- **Muito importante**
- 5- **Totalmente importante**

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