

AS MOTIVAÇÕES E A IDADE DOS ALUNOS PARA A PRÁTICA EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

César Fragoso¹, Vítor Ferreira¹, Daniela Gameiro¹, Raquel Pardal¹, Rui Biscaia², Tiago Filhó¹
cesarofragoso@gmail.com, vferreira@fmh.ulisboa.pt, d.gameiro@hotmail.com, raquelmp26p@gmail.com rui.biscaia@coventry.ac.uk,
tiagofilho12@hotmail.com

¹ Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Portugal

² Faculty of Business and Law, Coventry University, Reino Unido.

Resumo

O objetivo deste estudo foi analisar os motivos para a prática em aulas de Educação Física apresentados por alunos em função da respetiva idade. Os participantes, num total de 90, alunos do ensino obrigatório, todos masculinos, com idades entre os 12 e os 17 anos, todos atletas de futebol de uma mesma Academia, foram divididos por escalões. O instrumento utilizado foi o QMAD (Frias & Serpa, 1991). Utilizaram-se estatísticas descritivas e comparativas. Foi adotada a estrutura fatorial de Januário *et al.* (2012); todavia, não foram encontradas diferenças significativas nesta amostra considerando os três grupos de idade (escalões) em análise.

Palavras-clave:

Motivações, idade, aulas, educação física.

Abstract

The purpose of this study was to examine the students' motivation to practice in physical education classes in according to their age. Participants, in a total of 90, students of compulsory education, all males, aged between 12 and 17 years old, all soccer players from the same Academy, were divided into groups. The PMQ instrument (QMAD, in Portuguese version, by Frias & Serpa, 1991) was used. Descriptive statistics and comparative tests were used. A factorial structure of Januário *et al.* (2012) was adopted; however, significant differences were not found for the three age groups under analysis.

Key concepts:

Motivations, age, classes, physical education.

1. Introdução

Os diversos Profissionais de Desporto, nomeadamente, Professores de Educação Física e Treinadores Desportivos, para terem sucesso no seu trabalho têm de ter permanentemente em atenção os motivos que estão subjacentes às diferentes escolhas ou até à não escolha de qualquer actividade desportiva por parte dos praticantes (Januário, Colaço, Rosado, Ferreira & Gil, 2012).

Vallerand (2007) considera que a motivação determina o sucesso dos praticantes desportivos em geral. Não só no contexto desportivo, mas também no contexto educativo, a motivação dos alunos e a autodeterminação têm sido objecto de estudo (Van den Berghe, Vans-teenkiste, Cardon, Kirk & Haerens, 2012). De acordo com a teoria da autodeterminação (Deci & Ryan, 1991), a motivação está directamente relacionada com a prestação desportiva, pois elevados níveis de motivação autodeterminada, têm naturalmente, influência no aumento dos níveis de actividade física (Perlman, 2013) e desempenho académico (Black & Deci, 2000).

O nível de envolvimento numa determinada actividade física advém do grau de motivação para essa mesma prática, envolvimento esse que se assume como o principal facilitador do sucesso escolar (Fre-

dricks, Blumenfeld & Paris, 2004), que pode ser medido através de indicadores comportamentais, afetivos e cognitivos (Furlong & Christen-Son, 2008).

O processo de ensino-aprendizagem estará mais próximo do sucesso quanto mais conhecimento existir relativamente aos motivos que levam os indivíduos a optarem por uma determinada prática e nela persistirem, assim como as variáveis conexas. Paim e Pereira (2004) defendem que este conhecimento é essencial para a intervenção dos Profissionais de Desporto em geral.

Os Profissionais de Educação Física que têm em conta no planeamento das suas aulas as predisposições motivacionais dos alunos conseguem criar, potencialmente, um clima mais favorável ao envolvimento destes na actividade (Fairclough, Hilland, Stratton & Ridgers, 2012), uma vez que o conhecimento das motivações dos jovens com quem se trabalha, permite ajustar as propostas de aprendizagem por forma a possibilitar uma experiência o mais enriquecedora e satisfatória possível (Santos & Ferreira, 2004).

Os motivos conducentes à prática desportiva são muito dispares, indo desde o divertimento, a aspectos sociais e ao desenvolvimento de habilidades (Biddle, 1998).

Evidentemente que para além dos motivos que levam a uma maior participação na atividade física, as características da atividade praticada, diferenças entre géneros e faixas etárias têm sido alvo de estudo, com o objetivo de averiguar como é que estas variáveis determinam uma maior ou menor adesão à prática de atividade física (seja em contexto escolar, seja em contexto desportivo), como veremos de seguida.

Alguns estudos referem que os motivos evocados pelos mais jovens para a prática desportiva prendem-se com a aprendizagem e melhoria das competências e o divertimento (Cruz, Costa, Rodrigues & Ribeiro, 1988; Klint & Weiss, 1987; Gill, Gross & Huddleston, 1983; Fry, McClements & Sefton, 1981); em adolescentes, motivos relativos à condição física, manter a forma e promoção da saúde, parecem ser os mais referidos (Machado, Piccoli & Scalon, 2005; Cid, 2002; Fonseca & Soares, 2001; Santana & Mota, 1994).

Cid, Couto e Moutão (2012) concluíram que os sujeitos dos escalões etários mais altos, numa amostra que ia dos oito aos 58 anos, têm uma atitude global menos positiva do que os dos escalões etários mais baixos relativamente à prática de atividade física.

Por sua vez, Lores, Murcia e Dantas (2007) notaram que os princi-

pais motivos entre os 18 e os 21 anos para a prática de atividade física prendem-se com a libertação de energia e tensões acumuladas durante o dia enquanto, acima dos 22 anos, esses mesmos motivos já não são evidentes.

Os mais jovens estão mais motivados por fatores externos e motivos extrínsecos (López & Márquez, 2001). O divertimento é a principal motivação entre os jovens, diminuindo à medida que aumenta a sua necessidade de ser eficaz, se esforçar e ter êxito (Segura *et al.*, 1999).

Fernandes (2001) refere que nadadores mais novos dão maior valor às questões da afiliação, quer a geral (relação com os outros) quer a específica (relação com a equipa), apresentando diferenças significativas face a nadadores mais velhos; contudo, Fonseca, Freitas e Frade (1998) com participantes de futebol, chegaram a resultados diversos, isto é, os mais velhos (dos escalões de juvenis e júniores) dão maior valor à afiliação geral, enquanto que, os mais novos (escalões de infantis e iniciados) fazem-no para a afiliação específica.

A idade como variável a considerar na estrutura motivacional não se apresenta totalmente clara. Se, por um lado, muitos autores identificaram a idade como variável diferenciadora (Afonso, Fernandes,

Soares & Fonseca, 2001; Fernandes, 2001; Fonseca *et al.*, 1998; Biddle, 1995; Fonseca, 1995; Rebelo & Mota, 1994; Gould, Feltz, Weiss & Petlichkoff, 1982), no que respeita às conclusões daí resultantes, estas são, por vezes, contraditórias.

Apesar da disparidade de resultados encontrados na literatura face ao contexto de análise, é possível sugerir que a idade é um elemento diferenciador nos/dos motivos para a prática desportiva; além disso, são escassos os estudos que considerem idades mais jovens (infância e adolescência), num contexto de aula de Educação Física, onde esta é uma disciplina obrigatória para todos.

Barroso, Araújo, Keulen, Braga e Krebs (2007) consideram importante aceder ao conhecimento dos motivos apresentados pelas pessoas que as levam à procura da actividade física e desportiva, facto que possibilitará que professores, técnicos e gestores desportivos desenvolvam estratégias para conseguir a adesão, a permanência, ou o aumento do número de praticantes.

Neste sentido, pretende-se no presente estudo aprofundar o conhecimento acerca das motivações referidas para a prática de actividade física em função da idade, em jovens em idade escolar obrigatória, considerando, em particular, as motivações apresentadas para a prá-

tica das aulas de Educação Física.

2. Material e Método

2.1. Participantes

Neste estudo participaram 90 indivíduos (todos do género masculino), alunos do ensino básico e secundário em escolas na região da Grande Lisboa e, simultaneamente, atletas federados em futebol numa Escola Academia de Lisboa; todos os participantes frequentavam a disciplina de Educação Física nas respetivas instituições escolares. As idades dos participantes situavam-se entre 12-17 anos (média=15 anos) e, a fim de cumprirmos com os objetivos do estudo, foram agrupados de acordo com os respetivos escalões: 30 infantis, 30 iniciados e 30 juvenis (uma vez que se trata de uma amostra de conveniência).

2.2. Instrumentos

Para medir a motivação para a prática de actividades desportivas foi aplicado o *Questionário de Motivações para as Actividades Desportivas (QMAD)*, versão traduzida e adaptada por Frias e Serpa (1991, a partir da versão original do *Participation Motivation Questionnaire (PMQ)* de Gill *et al.*, 1983).

O questionário é composto por 30 itens, cada um deles correspondendo a um motivo para a prática de atividade desportiva. Todos os itens são avaliados de acordo com uma escala de cinco pontos: “1 – *Nada importante*”; “2 – *Pouco importante*”; “3 – *Importante*”; “4 – *Muito importante*”; “5 – *Totalmente importante*”.

Apesar de estudos anteriores agruparem os 30 itens em seis ou oito dimensões (Trembath, Szabo & Baxter, 2002; Zahariadis & Biddle, 2000; Pereira & Vasconcelos Raposo, 1998; Fonseca & Maia, 1996; Fonseca, 1995), adoptámos a estrutura factorial estimada por Januário *et al.* (2012) que revelou boas qualidades psicométricas do instrumento, para além de ser um dos estudos mais recentes sobre esta problemática.

2.3. Procedimentos

Antes da aplicação dos questionários (QMAD), os participantes foram informados dos objectivos do estudo e foi garantida a confidencialidade dos dados; foi obtida a respectiva autorização para participar no estudo sob a forma de consentimento livre e informado por parte dos respetivos responsáveis legais. O questionário foi aplicado imediatamente antes do início do treino dos respetivos escalões, altura em que foram referidas normas gerais de preenchimento do mes-

mo, nomeadamente, a necessidade de leitura atenta dos itens, atribuição de uma classificação a todos eles e a não existência de respostas certas ou erradas. Recolheram-se, ainda, dados demográficos, para o caso, relacionados com a idade e o ano de escolaridade frequentado pelos participantes no estudo.

Além disso, um dos investigadores esteve sempre presente e disponível para esclarecer qualquer dúvida que os inquiridos pudessem vir a ter (quer antes, durante ou após a aplicação dos questionários).

2.4. Análise de dados

Realizou-se, inicialmente, uma análise descritiva dos itens (média, frequência, desvio-padrão, assimetria e curtose).

Tendo como referência a estrutura factorial estimada por Januário *et al.* (2012), verificou-se o *alpha de Cronbach* para aferir da consistência interna dos fatores, sendo a mesma considerada boa desde que os valores sejam superiores a 0.70 e aceitável se superiores a 0.60 (Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Por fim, foi efetuado um teste MANOVA (com *post-hoc* Tukey) para verificar se existiam diferenças significativas entre os três escalões em análise; foi considerado o poder observado (se superior a 0.80), a homogeneidade de variâncias (confirmada através do teste

Levene, sendo o nível de significância utilizado o habitual, ou seja, $p \leq 0.05$).

Os dados obtidos foram processados no programa IBM SPSS (versão 23).

3. Discussão

A tabela 1 resume a análise descritiva efetuada considerando os 30 itens do questionário de *per si*. Destes, os motivos, “*divertimento*” (4.16 ± 0.83), “*estar em boa condição física*” (4.13 ± 0.97), “*fazer exercício*” (4.12 ± 0.93), e, “*trabalhar em equipa*” (4.10 ± 1.01) foram considerados os mais relevantes (ou seja, com valores médios mais elevados) na motivação para as aulas de Educação Física por parte dos participantes no estudo.

Os motivos “*receber prémios*” (2.68 ± 1.20), “*ser conhecido*” (2.51 ± 1.10), “*pretexto para sair de casa*” (2.36 ± 1.25), e, “*viajar*” (2.07 ± 1.06) obtiveram os valores médios mais baixos.

Tabela 1 - Estatística descritiva por item do QMAD

itens	Media	SD	Assimetria	Curtose
Q1. Melhorar as capacidades técnicas	3.96	0.95	-0.559	-0.239
Q2. Estar com os amigos	3.48	1.05	0.188	-1.170
Q3. Ganhar	3.44	1.21	-0.268	-0.987
Q4. Descarregar energias	3.08	1.17	-0.282	-0.673
Q5. Viajar	2.07	1.06	0.738	-0.176

Q6. Manter a forma	3.96	1.07	-0.811	-0.115
Q7. Ter emoções fortes	2.94	1.19	-0.053	-0.810
Q8. Trabalhar em equipa	4.10	1.01	-0.108	0.743
Q9. Influência da família/amigos	3.07	1.34	-0.067	-1.162
Q10. Aprender novas técnicas	3.91	0.94	-0.721	0.492
Q11. Fazer novas amizades	3.08	1.34	-0.145	-1.075
Q12. Fazer algo em que se é bom	3.73	1.04	-0.617	-0.010
Q13. Libertar tensão	3.19	1.10	-0.127	-0.425
Q14. Receber prémios	2.68	1.20	0.290	-0.554
Q15. Fazer exercício	4.12	0.93	-1.179	1.521
Q16. Ter algo para fazer	3.21	1.12	-0.282	-0.461
Q17. Ter acção	3.57	0.95	-0.398	-0.071
Q18. Espírito de equipa	4.09	0.98	-1.210	1.570
Q19. Pretexto para sair de casa	2.36	1.25	0.568	-0.712
Q20. Entrar em competição	3.41	1.14	-0.171	-0.638
Q21. Ter a sensação de ser importante	2.73	1.21	0.101	-0.991
Q22. Pertencer a um grupo	3.14	1.20	-0.204	-0.779
Q23. Atingir um nível desportivo mais elevado	4.09	0.91	-1.193	1.826
Q24. Estar em boa condição física	4.13	0.97	-1.200	0.434
Q25. Ser conhecido	2.51	1.10	0.151	-0.938
Q26. Ultrapassar desafios	3.89	0.89	-0.360	-0.663
Q27. Ser reconhecido e ter prestígio	2.82	1.17	-0.035	-0.681
Q28. Influência dos professores	2.80	1.28	0.025	-1.032
Q29. Divertimento	4.16	0.83	-0.540	-0.715
Q30. Prazer na utilização das instalações e material desportivo	3.26	1.20	-0.352	-0.667

Adotada a estrutura fatorial proposta por Januário *et al.* (2012), procedemos ao agrupamento dos itens nos seis fatores preconizados:

“Socialização”, “libertar energias”, “aprendizagem técnica / fitness”, “influência extrínseca”, “trabalho de equipa” e “estatuto”.

A tabela 2, considerando os valores obtidos na consistência interna dos diferentes fatores de acordo com o preconizado por Maroco e Garcia-Marques (2006), evidência o seguinte: *i.* com um *alfa de Cronbach* apropriado ou bom (>0.70), os fatores “aprendizagem técnica / fitness” (4.01 ± 0.68) e “trabalho em equipa” (3.76 ± 0.78) foram os mais valorizados, enquanto que o menos valorizado foi o “estatuto” (2.93 ± 0.85); *ii.* com um *alfa de Cronbach* apropriado, mas apenas aceitável (>0.60), o fator mais valorizado foi “libertar energias” (3.07 ± 0.87) e o menos foi a “influência extrínseca” (2.88 ± 0.89); *iii.* o fator “socialização” apresenta problemas de consistência interna (α de Cronbach <0.60) nesta amostra, pelo que qualquer interpretação dos resultados referentes a este factor terão de merecer o máximo de cautela, caso o fator não seja eliminado.

Tabela 2 - Identificação dos fatores, itens que os constituem, média, desvio-padrão e *alfa de Cronbach*

Factores	Itens	Média	SD	Alfa de Cronbach
Socialização	2, 16, 29	3.61	0.74	0.579
Libertar energias	4, 7, 13	3.07	0.87	0.621
Aprendizagens técnicas / Fitness	1, 6, 10, 15, 23, 24, 26	4.01	0.68	0.838
Influência extrínseca	9, 19, 27, 30	2.88	0.89	0.688
Trabalho em equipa	8, 11, 18	3.76	0.94	0.788
Estatuto	3, 14, 20, 21, 25, 28	2.93	0.85	0.808

Considerado o agrupamento dos participantes pelos três escalões de prática desportiva (infantis, iniciados e juvenis), aplicámos o teste MANOVA para averiguar das eventuais diferenças existentes entre eles.

A tabela 3 mostra que o fator de “aprendizagem técnica / fitness” (4.20 ± 0.72 ; 4.03 ± 0.79 ; 3.82 ± 0.59) é o que apresenta uma média superior em todos os escalões, fato que pode indiciar uma tendência já que o valor vai decrescendo com o aumento da idade; em sentido inverso, o “estatuto” (2.80 ± 0.87 ; 2.83 ± 0.78 ; 3.20 ± 0.88) vai crescendo de infantis até juvenis. Todavia, constatamos que não existem diferenças significativas entre os três escalões em análise face aos seis fatores elencados.

Tabela 3 - Valores médios e diferenças nos fatores com a idade

Factores	Infantis M (SD)	Iniciados M (SD)	Juvenis M (SD)	F	Sig.
Socialização	3.63 (0.85)	3.71 (0.65)	3.50 (0.73)	0.615	0.543
Libertar energias	3.07 (0.96)	3.11 (0.92)	3.03 (0.74)	0.059	0.943
Aprendizagens técnicas / Fitness	4.20 (0.72)	4.03 (0.79)	3.82 (0.59)	2.098	0.129
Influência extrínseca	2.94 (0.90)	2.83 (0.94)	2.90 (0.86)	0.126	0.882
Trabalho em equipa	3.81 (0.76)	3.90 (1.03)	3.60 (1.02)	0.628	0.536
Estatuto	2.80 (0.87)	2.83 (0.78)	3.20 (0.88)	2.079	0.131

Pretendíamos averiguar da variabilidade dos motivos apresentados para a prática das aulas de Educação Física em função da idade dos alunos/inquiridos, a qual abrangia o intervalo dos 12 aos 17 anos; os participantes foram divididos em três grupos etários atendendo ao escalão de pertença – infantis, iniciados e juvenis - na modalidade de futebol (que todos praticavam fora do contexto escolar).

Os motivos que visavam a procura de desenvolvimento das competências físico-desportivas e, ainda, com a manutenção ou melhoria da aptidão física foram os que mais referidos pelos alunos como móbil para a participação nas aulas de Educação Física; aqueles que menos os motivam são os referentes ao “receber prémios” ou “ser conhecido” (agrupados no fator “estatuto”), resultados em linha com

diversos estudos (Januário *et al.*, 2012; Lores *et al.*, 2007; Fonseca & Ribeiro, 2001; Cruz & Cunha, 1990).

O fator “estatuto” apresenta uma tendência evolutiva desde idades mais jovens até idades mais altas, o que pode ser justificado pelo interesse crescente dos jovens no rendimento.

Balbinotti *et al.* (2007), estudaram um grupo de adolescentes do género masculino, entre 13 e 16 anos, e concluíram que a motivação relacionada com o prazer não variava de forma significativa; os resultados que obtivemos demonstram-no também, muito embora tenham de ser considerados com total reserva, já que o fator “socialização” (aglutinante de motivos como “prazer” e “divertimento”) ter uma consistência interna inaceitável.

O fator “aprendizagem técnica / fitness” contempla o valor mais alto comparativamente com os outros cinco fatores; porém, quer este fator quer os outros, não apresentam diferenças estatisticamente significativas considerando os três grupos etários em análise (infantis, iniciados e juvenis), aspeto também verificado em Januário *et al.* (2012).

Os nossos participantes terão possivelmente uma atitude positiva para com a actividade física e, provavelmente, para com a Educação

Física, porque todos oriundos de um mesmo clube, onde estão sujeitos a estímulos, valores e aprendizagens semelhantes.

Os resultados obtidos aconselham a continuação de estudos considerando: *i.* outros cortes de idade, pois a proximidade das idades dos três escalões em análise é evidente; *ii.* o número de participantes é relativamente baixo, pelo que deve ser aumentado; *iii.* e, o fato de se tratar de uma amostra de conveniência (todos atletas de futebol, do género masculino, provenientes de uma mesma Academia) pode ter condicionado os resultados por estarem a ser ‘treinados’ da mesma forma quanto à forma de estar e pensar a actividade física (para o caso, o futebol).

4. Conclusões

A motivação dos alunos para as aulas de Educação Física pode ser determinada por um conjunto de variáveis demográficas como a idade, o nível de escolaridade e o género, já que os estudos realizados são inconclusivos quanto a estes aspectos.

Constatámos que o fator “*aprendizagem técnica / fitness*” tende a diminuir com o aumento da idade enquanto o “*estatuto*” se torna mais importante para a prática de Educação Física ao longo dos grupos etários.

Todavia não se verificaram diferenças significativas em nenhum dos seis fatores considerados atendendo à idade dos participantes quando agrupados por escalões (infantis, iniciados e juvenis).

O número reduzido de participantes, a proximidade das suas idades apesar de pertencerem a diferentes escalões, a atitude positiva de toda a amostra face à prática desportiva e o fato de os participantes pertencerem todos ao mesmo contexto desportivo pode ter condicionado os dados, razão que aconselha a continuação da investigação nesta temática.

O conhecimento que daí resultar dará ao Profissional de Educação Física, a possibilidade de optar por estratégias de intervenção que promovam um maior envolvimento dos alunos nas aulas desta disciplina de formação geral.

5. Referências Bibliográficas

- Afonso, A., Fernandes, A., Soares, D. & Fonseca, A. (2001). Estudo exploratório sobre os motivos que levam as pessoas a praticar aeróbica, In A. Fonseca (Ed.). *Estudos sobre Motivação*. (pp. 88-91) Porto: FCDEF.
- Balbinotti, A.A.M., Balbinotti, C.A.A., Gotze, M., Barbosa, M.L.L. & Ferreira, A.O. (2007). *Dimensões motivacionais de atletas corredores de longa distância: um estudo descritivo-comparativo segundo o sexo*. São Paulo: Coleção Pesquisa em Educação Física. 6 (2).
- Barroso, M., Araújo, A., Keulen, G., Braga, R. & Krebs, R. (2007). Moti-

- vos de prática de esportes coletivos universitários em Santa Catarina. In *Fórum Internacional de Esportes, Anais*. 6, 11.1-11.9. Florianópolis: Unesporte.
- Biddle, S. (1995). Exercise Motivation Across the Life Span. In S. Biddle (Eds.). *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology*. (pp. 3-21). Champaign: Human Kinetics.
- Biddle, S. (1998). Sport and exercise motivation: A brief review of antecedent factors and psychological outcomes of participation. In K. Green & K. Hardman (Eds.), *Physical Education: A reader*. (pp. 154-183). Aachen, Germany: Meyer & Meyer.
- Black, A.E. & Deci, E.L. (2000). The effects of instructors' autonomy support and students' autonomous motivation on learning organic chemistry: A self-determination theory perspective. *Science Education*. 84(6), 740-756.
- Cid, L. (2002). Alteração dos motivos para a prática desportiva das crianças e jovens. *Educación Física y Deportes*. Retrieved from <http://www.efdeportes.com/efd55/motiv.htm>.
- Cid, L., Couto, N. & Moutão, J. (2012). Attitudes to physical activity and sport: influence of sex, age and type of activity practiced. In *Gymnasium: Revista de Educação Física, Desporto e Saúde*. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (ULHT). 3(1), 55-76.
- Cruz, J., Costa, F., Rodrigues, R. & Ribeiro, F. (1988). Motivação para a prática e competição desportiva. *Revista Portuguesa de Educação*. 1(2), 113-124.
- Cruz, J. & Cunha, A. (1990). Avaliação Psicológica. *Sete Metros*. 7, 52-58.
- Deci, E. & Ryan, R. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Perspectives on motivation*. Lincoln: University of Nebraska Press. Vol.38, 237-288.
- Fairclough, S., Hilland, T., Stratton, G. & Ridgers, N. (2012). 'Am I able? Is it worth it?' Adolescent girls' motivational predispositions to school physical education: Associations with health-enhancing physical activity. *European Physical Education Review*. 18(2), 147-158.
- Fernandes, R. (2001). A motivação para a prática de natação de competição em atletas pré-juniores e juniores-seniores. In A. Fonseca (Ed.), *Estudos sobre a motivação*. (p. 74). Porto: FCDEF.
- Fonseca, A. (1995). Motivos para a prática desportiva: Investigação desenvolvida em Portugal, *AGON - Revista crítica de desporto e educação física*. 1, 49-62.
- Fonseca, A., Freitas, N. & Frade, V. (1998). Estudo da relação entre a idade dos atletas e os seus motivos para a prática do futebol em equipas federadas da região de Coimbra. In A. Fonseca (Ed.), *Estudos sobre a motivação*. (pp. 92-94). Porto: FCDEF.
- Fonseca, A. & Maia, J. (1996). Análise factorial confirmatória à versão portuguesa do Participation Motivation Questionnaire. In A. Fonseca (Ed.). *Estudos sobre a motivação*. (pp. 62-63). Porto: FCDEF.
- Fonseca, A. & Ribeiro, R. (2001). Motivos para a prática de trampolins: um estudo com atletas de Elite. In A. Fonseca (Ed.), *Estudos sobre a motivação*. (pp. 11-13). Porto: FCDEF.
- Fonseca, A. & Soares, J. (2001). Orientações cognitivas e para a prática de andebol. In A. Fonseca (Ed.), *Estudos sobre a motivação*. (pp. 45-49). Porto: FCDEF.
- Fredricks, J.A., Blumenfeld, P.C. & Paris, A.H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*. 74, 59-109.
- Frias, J. & Serpa, S. (1991). Factores de motivação para a actividade gímnica no quadro da ginástica geral, ginástica de manutenção e ginástica de representação. In J. Bento, & A. Marques (Eds.). *As Ciências do Desporto e a Prática Desportiva*. 1, 169-179.
- Fry, D., McClements, J. & Sefton, J. (1981). *A report on participation in the Saskatoon Hockey Association*. Saskatoon, Canada: Sask Sport.
- Furlong, M.J. & Christenson, S.L. (2008). Engaging students at school and with learning: a relevant construct for all students. *Psychology in the Schools*. 45, 365-368.

- Gill, D., Gross, J. & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*. 14, 1-14.
- Gould, D., Feltz, D., Weiss, M. & Petlichkoff (1982). Participation motives in competitive youth swimmers. In T. Orlick, J.T. Partington & J.H. Salmela (Eds.), *Mental training for coaches and athletes*. Ottawa: Coaching Association of Canada.
- Januário, N., Colaço, C., Rosado, A., Ferreira, V. & Gil, R. (2012). Motivação para a prática desportiva nos alunos do ensino básico e secundário: Influência do género, idade e nível de escolaridade. *Motricidade*. 8(4), 38-51.
- Klint, K. & Weiss, M. (1987). Perceived competence and motives for participating in youth sports: A test of Harter's competence motivation theory. *Journal of Sport Psychology*. 9, 55-65.
- López, C. & Márquez, S. (2001). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de Psicología del Deporte*. 10, 1: 9-22.
- Lores, A.P., Murcia, J.A.M. & Dantas, E. H. (2007). Motivos da prática esportiva de acordo com o nível de competência percebida na idade adulta: um estudo piloto. *Motricidade*. 3(4), 7-21.
- Machado, C., Piccoli, J. & Scalón, R. (2005). Fatores motivacionais que influem na aderência de adolescentes aos programas de iniciação desportiva das escolas da Universidade Luterana do Brasil. *Educación Física y Deportes*. Retrieved from <http://www.efdeportes.com/efd89/inic.htm>
- Maroco, J. & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? *Laboratório de Psicologia*. 4(1), 65-90.
- Paim, M. & Pereira, E. (2004). Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola. *Revista Motriz*. 10(3), 159-166.
- Pereira, J. & Vasconcelos-Raposo, J. (1998). As Motivações e a Prática Desportiva. Análise descritiva, factorial e comparativa dos motivos e factores motivacionais para a participação e a não participação desportiva de jovens do concelho de Baião. In A. Fonseca (Ed.), *Estudos sobre Motivação*. (p. 78). Porto: FCDEF.
- Perlman, D.J. (2013). The influence of the social context on students in-class physical activity. *Journal of Teaching in Physical Education*. 32, 432 – 60.
- Santana, M. & Mota, J. (1994). *Estudo comparativo para a prática da natação como actividade física de lazer numa população juvenil e adulta*. Dissertação de Mestrado, não-publicada. Porto: FCDEF.
- Rebello, M. & Mota, J. (1994). *Estudo comparativo das motivações para a prática da natação como actividade física de lazer numa população juvenil e adulta*. Dissertação de Mestrado, não-publicada. Porto: FCDEF.
- Santos, R. & Ferreira, V. (2004). Estudo dos motivos apresentados por jovens desportistas para a prática do Basquetebol. In A. Ferreira, V. Ferreira, C. Peixoto & A. Volossovitch. *Gostar de basquetebol: ensinar a jogar e aprender jogando*. (pp. 161-181). Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Segura, J., Cebriá, J., Casas, O., Corbella, S., Crusat, M., Escanilla, A., Grau, G. & Sanromá, M. (1999). Hábitos de actividad física en estudiantes universitarios. In: G. Nieto, E.J. Garcés de Los Fayos (Eds.). *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. (pp. 203-213). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Trembath, E., Szabo, A. & Baxter, M. (2002). Participation motives in leisure center physical activities. *Athletic insight: The online journal of Sports Psychology*. 4(3), 28-41.
- Vallerand, R.J. (2007). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity: A review and a look at the future. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology*. (3 rd ed., pp. 59- 83). New York: Wiley.
- Van den Berghe, L., Vansteenkiste, M., Cardon, G., Kirk, D. & Haerens, L. (2012). Research on self-determination in physical education:

Key findings and proposals for future research. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 1-25.

Zahariadis, P. & Biddle, S. (2000). Goal orientations and participation motives in Physical Education and Sport: Their relationship in English Schollchildren. *International Journal of Sport psychology*. 30, 223-243.

Ficha Curricular

César Fragoso é Licenciado em Ciências do Desporto e Mestrando em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Vítor Ferreira é Professor Associado na Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa. Doutor em Motricidade Humana na especialidade de Ciências do Desporto. Leciona nas áreas da Pedagogia do Desporto e da Psicologia do Exercício e do Desporto. Especialista em Observação Qualitativa, área onde faz investigação. Colabora com o Centro de Investigação da Academia Militar Portuguesa (CINAMIL). Lecionou na Academia da Força Aérea Portuguesa de 1985 a 2011.

Daniela Gameiro é Licenciada em Ciências do Desporto e Mestranda em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Raquel Pardal é Licenciada em Ciências do Desporto e Mestranda em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Rui Biscaia é Doutor em Sociologia e Gestão do Desporto pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa. É Senior Lecturer

em Sport Marketing na Faculty of Business and Law, Coventry University, Reino Unido. A sua investigação está centrada nos comportamentos de consumo, gestão de marcas e patrocínios no desporto, tendo também investigação sobre a relação atletas-clubes. Tem mais de 30 artigos publicados em revistas internacionais e é co-autor de um capítulo e de dois livros.

Tiago Filhó é Licenciado em Ciências do Desporto e Mestrando em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.