Características motivacionais de corredores de diferentes provas do atletismo

AUTORES:

Marcus Vinicius da Silva ¹

Josária Ferraz Amaral ¹

Renato Miranda ¹

¹ Universidade Federal de Juiz de Fora – Minas Gerais, Brasil.

<https://doi.org/10.5628/rpcd.17.S2A.115>

PALAVRAS CHAVE:

Psicologia do esporte.

Autodeterminação. Corridas.

RESUMO

O objectivo do presente estudo foi comparar as características motivacionais dos corredores do atletismo, levando em consideração a especialidade de prova, o tipo de motivação e o género. A amostra foi constituída por 40 atletas (24 do sexo masculino) de alto rendimento do atletismo, divididos em grupos de acordo com a especialidade: oito velocistas (20.38 ± 2.88 anos), 10 meio fundistas (25.91 ± 6.79 anos), 14 fundistas (30.46 ± 7.46 anos), e oito ultramaratonistas (36.13 ± 7.41 anos). Para investigar as características motivacionais foi utilizado o *Sport Motivation Scale* (SMS), validado para a língua portuguesa (SMS-BR). A motivação dos corredores das diferentes modalidades foi similar, à exceção da subescala de motivação extrínseca identificada que foi maior nos ultramaratonistas, quando comparados aos corredores meio fundistas ($p = .029$). Em todos os grupos, os valores de motivação intrínseca total apresentaram valores ligeiramente superiores à motivação extrínseca; contudo, apenas no grupo de fundistas foi constatada diferença estatística ($p = .004$). Os resultados sugerem características motivacionais dos corredores de diferentes provas do atletismo são bem similares. Além disso, corredores de fundo possuem maior motivação intrínseca do que extrínseca.

Penna, E. M., & Moraes, L. C. C. A. (2010). Efeito relativo da idade em atletas brasileiros de futsal de alto nível. *Revista Motriz*, 16(3), 658-663. doi:10.5016/1980-6574.2010v16n3p658

Raschner, C., Muller, L., & Hildebrandt, C. (2012). The role of a relative age effect in the first winter Youth Olympic Games in 2012. *British Journal of Sports Medicine*, 46(15), 1038-1043. doi:10.1136/bjsports-2012-091535.

Romann, M., & Fuchslocher, J. (2011). Influence of the selection level, age and playing position on relative age effects in swiss women's soccer. *Talent Development & Excellence*, 3(2), 239-247.

Ryan P. (1989). *The relative age effect on minor sport participation*. Masters thesis, McGill University, Montreal, Quebec, Canada.

Sherar, L. B., Baxter-Jones, A. D., Faulkner, R. A., & Russell, K. W. (2007). Do physical maturity and birth date predict talent in male youth ice hockey players? *Journal of Sports Sciences*, 25(8), 879-886. doi:10.1080/02640410600908001

Tompson, A. H., Barnsley, R. H., & Stebelsky, G. (2001). Born to play ball: The relative age effect and major league baseball. *Sociology of Sport Journal*, 8(2), 146-151. doi:10.1123/ssj.8.2.146

Tourinho Filho, H., & Tourinho, L. S. P. R. (1998). Crianças, adolescentes e atividade física: Aspectos maturacionais e funcionais. *Revista Paulista de Educação Física*, 12(1), 71-84.

Tubino, M. J. G. (1979). *Metodologia científica do treinamento desportivo*. São Paulo, SP: Ibrasa.

Vaeyens, R., Philippaerts, R. M., & Malina, R. M. (2005). The relative age effect in soccer: A match-related perspective. *Journal of Sports Sciences*, 23(7), 747-756. doi:10.1080/02640410400022052.

Vincent, J., & Glamsner, F. D. (2006). Gender differences in the relative age effect among US Olympic development program youth soccer players. *Journal of Sports Sciences*, 24(4), 405-413. doi:10.1080/02640410500244655.

Wattie, N., Cobley, S., & Baker, J. (2008). Towards a unified understanding of relative age effects. *Journal of Sports Sciences*, 26(13), 1403-1409. doi:10.1080/02640410802233034

Motivational characteristics of runners of differences races of track and field

ABSTRACT

The aim of this study was compare the motivational characteristics of track and field runners, taking into account the modality, the type of motivation and gender. The sample consisted of 40 high performance track and field athletes (24 male), divided into groups according to their specialty: eight sprinters (20.38 ± 2.88 years), 10 middle distance runners (25.91 ± 6.79 years), 14 distance runners (30.46 ± 7.46 years), and eight ultramarathonists (36.13 ± 7.41 years). To investigate the motivational features we used the Sport Motivation Scale (SMS), validated for the Portuguese language (SMS-BR). The motivation of the runners of the different modalities was similar, except for the identified extrinsic motivation subscale, which was higher in ultramarathonists when compared to middle distance runners ($p = .029$). In all groups, the overall intrinsic motivation values showed slightly higher values in extrinsic motivation; however, only the distance runners group showed a statistical difference ($p = .004$). The results suggest that the motivational characteristics of runners of different track and field modalities are very similar. In addition, long-distance runners have higher intrinsic motivation than extrinsic motivation.

KEY-WORDS:

Sport psychology. Self-determination.
Running.

INTRODUÇÃO

O atletismo é um desporto composto por diversas modalidades baseadas nos movimentos naturais do ser humano, como correr, saltar e lançar. As provas que possuem um maior número de praticantes, devido a sua naturalidade, são as corridas. Essas provas são subdividas de acordo com a sua distância em corridas de velocidade, corridas de meio fundo, corridas de fundo e corridas de ultrafundo. Essas diferentes distâncias as tornam distintas entre si, tanto no que diz respeito aos aspetos fisiológicos quanto aos psicológicos (Buceta, López de la Llave, Pérez-Lantada, Vallejo, & Delpino, 2002). Porém, independentemente do tipo de prova, a participação contínua no processo de treino e competição dessas modalidades demanda uma elevada capacidade psicofísica dos atletas.

Os motivos que levam os atletas a se manterem treinando e competindo têm sido alvo de muitas pesquisas da psicologia do desporto (Alonso, Lucas, & Izquierdo, 2007; Miranda & Bara Filho, 2008). Nesse contexto, o desenvolvimento de novos métodos para aumentar os níveis de motivação tem se destacado, dada a sua importância para o aprimoramento da capacidade psicológica dos atletas (Coimbra et al., 2008, 2013). A motivação é caracterizada como os factores pessoais e ambientais que impulsionam os atletas à participação e rendimento nos desportos (Deci & Ryan, 1985). Além disso, a motivação pode ser subdivida em intrínseca e/ou extrinsecamente motivada ou amotivada (Deci & Ryan, 1985).

A motivação intrínseca é caracterizada como a mais autodeterminada, na qual o indivíduo realiza a actividade pelo prazer que ela proporciona (Brière, Vallerand, Blais, & Pelletier, 1995; Vallerand, 1997). Por outro lado, a motivação extrínseca está relacionada ao direcionamento do comportamento para factores externos, como ganhar competições e prêmios e obter reconhecimento dos técnicos e familiares (Coimbra et al., 2013). Já a amotivação está ligada à desesperança com a prática daquele desporto, não despertando no indivíduo motivos para continuar a praticar (Deci & Ryan, 1985). Sendo assim, segundo Ryan, Frederick, Lepes, Rubio, e Sheldon (1997) conhecer os motivos que levam o sujeito a praticar um determinado desporto aumentam as possibilidades de adesão no programa de treino, fazendo com que ele se mantenha engajado na modalidade.

No que se refere ao atletismo, a investigação das características motivacionais tem sido realizada apenas nos atletas das provas de resistência (Balbinotti et al., 2015; Buceta et al., 2002; Krouse, Ransdell, Lucas, & Pritchard, 2011; Sanchez, Izquierdo, & Gonzalez, 2009; Vega, Rivera, & Ruiz, 2011; Zabala, Rueda, & Rodriguez, 2009), não sendo conhecida a motivação de corredores de provas de velocidade. Além disso, não foram encontrados trabalhos com propósito de comparar as características motivacionais de corredores de diferentes especialidades do atletismo. Dado o exposto, o presente estudo teve como objectivo comparar as características motivacionais dos corredores do atletismo, levando em consideração a especialidade de prova e o tipo de motivação.

MÉTODO

AMOSTRA

A amostra foi não probabilística e intencional, sendo constituída por 40 atletas de alto rendimento do atletismo (25 do sexo masculino), divididos em grupos de acordo com a especialidade, velocistas (VE), meio fundistas (MF), fundistas (FD) e ultramaratonistas (UM). O grupo VE foi composto por atletas especialistas em provas rasas e/ou com barreiras com distâncias igual ou inferior a 400m. Foram considerados para o grupo MF especialistas em provas rasas com distância compreendida entre 800m e 3000m e para o grupo FD, aqueles que competem em distâncias compreendidas entre 5000m e 42195m (maratona). Já o grupo UM foi composto por atletas especialistas em ultrafundo (provas acima de 42195m). Todos os voluntários eram federados e possuíam nível competitivo no âmbito nacional e/ou internacional.

Foram excluídos do estudo os atletas que realizavam menos de seis sessões de treino por semana, aqueles lesionados ou em processo de recuperação, os que não competiram nos últimos 12 meses e os que possuíam período inferior há três anos de prática. A pesquisa foi realizada após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme normas éticas exigidas pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), Juiz de Fora, MG, Brasil, protocolo CEP/UFJF 2544.284.2011, parecer n.º303.

INSTRUMENTOS

Com o objectivo de conhecer o tempo de prática, o número de sessões de exercício físico por semana, o nível competitivo e a especialidade do atleta, foi aplicado um questionário geral. Para investigar as características motivacionais dos atletas foi aplicado o *Sport Motivation Scale* (SMS) (Brière et al., 1995, Pelletier et al., 1995) validado para a língua portuguesa (Bara Filho et al., 2010), a qual passou a ser denominada por Escala de Motivação Esportiva (SMS-BR). A mesma é composta por 28 itens precedido do enunciado: “Por que você pratica esporte?”, ao qual se responde com uma escala tipo Likert de 7 pontos, que variam de “não corresponde em nada” a “corresponde exatamente”.

PROCEDIMENTOS

Os atletas foram esclarecidos sobre os propósitos da pesquisa e instrumento que seria utilizado e após concordarem em participar, assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido. Logo em seguida, os atletas responderam ao questionário geral e a escala de motivação desportiva SMS-BR. A coleta dos dados foi realizada em um ambiente livre de ruídos que pudessem influenciar a concentração do voluntário.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

Para verificar a normalidade da distribuição dos dados, utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk. Empregou-se estatística descritiva por meio de médias e desvio-padrão para todas as variáveis analisadas. A fidedignidade do instrumento (SMS-BR) foi avaliada por meio da consistência interna (método alfa de Cronbach). Com o objectivo de comparar os grupos masculino e feminino, foi empregado o teste t de *student* para as variáveis que apresentaram distribuição normal, e o teste Mann-Whitney para as variáveis não paramétricas. Para verificar as possíveis diferenças relacionadas à especialidade do atletismo com as subescalas analisadas do SMS-BR e as motivações intrínsecas e extrínsecas intragrupo, utilizou-se a análise de variância com os testes *ANOVA One-way*, seguida do *post hoc* de Tukey para as variáveis que apresentaram distribuição normal e Kruskal-Wallis para as variáveis que violaram essa condição. Foi realizado o cálculo do tamanho do efeito para a subescala de motivação intrínseca para atingir o objetivo e para motivação intrínseca e extrínseca intragrupo, por meio da fórmula do *d* de Cohen para verificar a magnitude do efeito da diferença, respectivamente, entre as especialidades e motivações. Como classificação foi adotado: $.20 \leq d < .50$ = pequeno; $.50 \leq d < .80$ = médio; $d \geq .80$ = grande (Cohen, 1988). O nível de significância adotado foi $p < .05$. Para a análise dos dados foi utilizado o software *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS, versão 15.0). O nível de significância adotado foi $p < .05$.

RESULTADOS

Os dados referentes ao sexo, idade, nível competitivo dos voluntários, bem como as informações das sessões de treino realizadas nos últimos dois anos pelos atletas, foram reportados no quadro 1.

QUADRO 1. Caracterização demográfica da amostra

	ESPECIALIDADES			
	Velocista (n = 8)	Meio Fundista (n = 10)	Fundista (n = 14)	Ultra-Maratonista (n = 8)
Idade (anos)	20.38±2.88	25.91±6.79	30.46±7.46	36.13±7.41
Sexo (M/F)	5/3	8/2	8/6	4/4
Nível (Nac./Int.)	5/3	8/2	8/6	4/4
Nº treinos por semana	6.13±0.35	7.09±1.51	7.08±1.85	7.50±0.53
Duração da sessão (min)	93.75±7.44	108.18±27.14	106.15±15.57	136.25±30.21

NOTA: n. número de voluntários; M. masculino; F. feminino;
Nac. nacional; Int. Internacional; Nº. número; min. minutos.

A consistência interna dos dados do SMS-BR deste estudo, assim como os valores encontrados em outras pesquisas foi reportada no quadro 2. Neste estudo, os valores de alfa foram próximos ou superiores a .70, o que indica boa consistência interna (Netemeyer, Bearden, & Sharma, 2003).

QUADRO 2. Índice alfa de Cronbach para as subescalas do SMS-BR em diversas pesquisas e no presente estudo

PESQUISAS	ÍNDICE ALPHA DE CRONBACH POR SUBESCALAS						
	MI_C	MI_EE	MI_AO	ME_ID	ME_IN	ME_RE	AM
Presente estudo Atletismo	.67	.74	.68	.66	.74	.79	.76
Pelletier et al. (1995) Atletas Universitários	.80	.74	.80	.63	.74	.77	.75
Alonso et al. (2007) Diversos desportos	.79	.75	.78	.74	.73	.79	.74
Costa et al. (2010) Futebol	.76	.57	.71	.67	.67	.65	.62
Bara Filho et al. (2010) Diversos desportos	.81	.77	.80	.78	.75	.74	.70

Nota: MI_C. motivação intrínseca para conhecer; MI_AO. motivação intrínseca para atingir objectivos; MI_EE. motivação intrínseca para experiências estimulantes; ME_RE. motivação extrínseca regulada externa; ME_IN. motivação extrínseca introjetada; ME_ID. motivação extrínseca identificada; AM. Amotivação.

O quadro 3 apresenta as comparações das subescalas de motivação entre as especialidades dos atletas avaliados. Não foram observadas diferenças entre os grupos nas subescalas de motivação, à exceção do grupo de corredores MF apresentou menor motivação extrínseca identificada quando comparado ao grupo de UM ($p = .029$) com tamanho de efeito “grande” (Cohen, 1998) ($d = .91$). O grupo FD demonstrou valores superiores da motivação intrínseca para atingir objetivos em relação às demais especialidades, no entanto essa diferença não foi significativa ($p = .077$). O tamanho do efeito entre os grupo de fundista e meio fundistas, velocistas e ultramaratonistas foi, respectivamente, “grande” ($d = .97$), “médio” ($d = .66$) e “pequeno” ($d = .45$) (Cohen, 1998).

QUADRO 3. Comparações das subescalas do SMS-BR entre as especialidades dos corredores.

	ESPECIALIDADES				p Valor
	VELOCISTA (n = 8)	MEIO FUNDISTA (n = 10)	FUNDISTA (n = 14)	ULTRA- MARATONISTA (n = 8)	
MI_C	5.53 ± 0.88	5.41 ± 1.59	5.56 ± 1.25	5.88 ± 0.85	.875
MI_AO	5.53 ± 1.10	5.18 ± 1.18	6.17 ± 0.86	5.69 ± 1.29	.077

MI_EE	6.28 ± 0.51	6.11 ± 0.86	6.38 ± 0.59	6.28 ± 0.81	.925
ME_ID	5.25 ± 0.95	4.84 ± 1.23 *	5.84 ± 1.04	6.28 ± 0.69	.029
ME_IN	5.06 ± 1.36	5.25 ± 0.86	5.54 ± 1.18	5.50 ± 1.38	.925
ME_RE	4.81 ± 1.32	4.77 ± 1.33	4.19 ± 1.54	4.56 ± 1.43	.890
AM	1.91 ± 0.81	1.89 ± 0.90	1.65 ± 0.90	1.81 ± 0.66	.496
MI	17.34 ± 2.20	16.70 ± 3.33	18.12 ± 1.91	17.84 ± 2.55	.891
ME	15.13 ± 3.16	14.86 ± 2.65	15.21 ± 2.92	16.34 ± 2.29	.612

Nota: Nível de significância $p < 0,05$, Média desvio-padrão, *vs ultramaratonistas, MI. motivação intrínseca; MI_C. motivação intrínseca para conhecer; MI_AO. motivação intrínseca para atingir objectivo; MI_EE. motivação intrínseca para experiências estimulantes; ME. motivação extrínseca; ME_RE. motivação extrínseca regulada externa; ME_IN. motivação extrínseca introjetada; ME_ID. motivação extrínseca identificada; AM. Amotivação.

A figura 1 apresenta a comparação entre a motivação extrínseca e intrínseca intragrupo de cada especialidade. Apenas o grupo de corredores de fundo apresentou de forma significativa a motivação intrínseca maior do que a motivação extrínseca ($p = .0004$) com tamanho de efeito “grande” (Cohen, 1998) ($d = 1.20$). Todos os demais grupos demonstraram valores superiores de motivação intrínseca, no entanto essas diferenças não foram significativas. O tamanho do efeito nesses grupos foram médios, velocistas ($d = .65$), meio fundistas ($d = .61$) e ultramaratonistas ($d = .62$) (Cohen, 1998).

FIGURA 1. Comparação da motivação intrínseca e extrínseca intragrupo.

Nota: MI. motivação intrínseca; ME. motivação extrínseca.
* motivação intrínseca vs motivação extrínseca ($p = .0004$).

DISCUSSÃO

O presente estudo comparou as características motivacionais em corredores do atletismo de alto rendimento, que competem em níveis nacionais e internacionais, especialistas em diferentes provas. As motivações dos corredores das diferentes especialidades foram similares, à exceção da subescala de motivação extrínseca identificada, que evidenciou diferença entre os corredores meio fundistas e ultramaratonistas, sendo superior no segundo grupo. Entre as provas de resistência do Atletismo, o processo de preparação e competição dos atletas meios fundistas e ultramaratonistas são os mais distintos do ponto de vista psicofisiológico. Os ultramaratonistas treinam elevadas horas por sessão quando comparado aos corredores de meio fundo, esse alto volume de treino durante várias sessões semanais impõe uma elevada carga psicológica (Krouse et al., 2011). Essa demanda psíquica pode explicar os elevados índices de motivação extrínseca identificada, que é caracterizada pelo julgamento que o atleta faz sobre a importância da modalidade para o seu crescimento pessoal (Pelletier et al., 1995). De fato, pesquisas realizadas com corredores de ultramaratona verificaram que eles se motivam nessa modalidade para sustentarem sua identidade e se sentirem vivos (Coiceiro & Costa, 2010; Krouse et al., 2011) e que para o seu crescimento espiritual, vale a pena o risco extremo visando buscar do limite físico e mental (Coiceiro & Costa, 2010).

A motivação intrínseca para atingir objetivos é caracterizada pelo sentimento de prazer que o indivíduo possui em buscar desenvolver novas habilidades e atingir metas na modalidade que pratica (Pelletier et al., 1995). Neste estudo, o grupo de corredores de fundo apresentou valores superiores dessa motivação, embora não significativos, ao se comparar com os grupos de meio fundistas, velocistas e ultramaratonistas. No entanto, o tamanho do efeito foi grande entre os fundistas e meio fundistas, médio entre os fundistas e velocistas e pequeno entre fundistas e ultramaratonistas. As características psicológicas apresentadas pelos atletas talvez possam ser influenciadas pelas distintas características do treino e competição dessas modalidades.

O processo de preparação e competição de corredores fundistas e meio-fundistas envolvem tempos de duração bem similares, contudo as intensidades de treino são bem diferentes (Martin & Coe, 2001). Os corredores de fundo treinam cerca de 70-85% do volume de treino em intensidade de leve a moderada, já os corredores de meio fundo realizam cerca de 40-60% do volume de treino em altas intensidades (Martin & Coe, 2001). Dessa forma, as provas com elevado volume de treino numa sessão, impõe uma carga psicológica diferente, podendo fazer com que os mesmos se motivem de forma diferente ao se comparar com outras modalidades que demandam volumes inferiores, explicando assim a tendência dos fundistas apresentarem maior motivação intrínseca para atingir objetivos quando comparado aos atletas de meio fundo. Quando comparado o grupo de fundistas com os velocistas, o primeiro parecia apresentar maior motivação intrínseca para atingir objetivos. Dessa forma, os longos volumes de treino requerem maior mobilização psicofísica para atingir as metas

pré-estabelecidas. De fato, algumas pesquisas (Balbinotti et al., 2015; Sanchez et al., 2009) com corredores de fundo treinados, evidenciaram que esses atletas se mobilizam para superarem seus limites psicofísicos por meio da participação de corridas, e que os mesmos possuem maior motivação quando os treinos proporcionam desafios, desenvolvendo dessa forma suas capacidades físicas. Já o processo de treino dos corredores de fundo é muito similar ao dos ultramaratonistas, grande parte do volume de treino é realizado entre 60-80% da capacidade aeróbica máxima desses atletas, em sessões com alto volume.

Ao analisarmos a motivação intrínseca e extrínseca total, que compreende a soma das médias das subescalas referentes a cada tipo de motivação, foi constatado que todos os grupos apresentaram valores ligeiramente superiores de motivação intrínseca com valor significativo apenas no grupo de fundistas. Os corredores de fundo do atletismo são submetidos a treinos exaustivos, que demandam alta capacidade psicofisiológica. Dessa forma, os mesmos dependem muito do componente intrínseco para se manterem empenhados nas várias sessões de treino durante longas temporadas. De fato, Hemery (1991) ao investigar os motivos pelos quais atletas de alto rendimento do Atletismo participavam de competições, observou maior motivação intrínseca quando comparada à extrínseca. De modo similar Mallet e Hanrahan (2004), Krous, Ransdell, Lucas e Pritchard. (2011) e Zaar e Balbinotti (2011), ao investigarem os corredores de resistência, também revelaram que os atletas eram mais motivados pelas metas e realizações pessoais do que por incentivos financeiros, um componente da motivação extrínseca.

A motivação intrínseca dos corredores de velocidade, meio fundo e ultramaratona não se mostraram superiores a extrínseca, contudo, o tamanho do efeito apresentado foi médio. Estudos apontam que ambas as motivações são importantes no processo de treino e competição (Gonzalez et al., 2011; Martin & Coe, 2001; Miranda & Bara Filho, 2008). Assim, os atletas não podem depender unicamente de fatores internos para se manterem motivados a treinar durante toda a temporada. A motivação extrínseca exerce um importante papel nos mecanismos motivacionais dos atletas de alto rendimento. Nesse nível competitivo, diversos são os componentes extrínsecos que envolvem a participação em competições, tais como: premiações em espécie, bolsas de estudo, cachês para quebra de recordes, contratos publicitários, pressão familiar e do treinador, entre outros (Miranda & Bara Filho, 2008). Contudo, se a motivação do atleta for demasiadamente direcionada para os componentes extrínsecos, o mesmo pode não conseguir se manter engajado no programa treino, explicando assim valores superiores de motivação intrínseca.

Amorose e Horn (2000) investigaram as relações entre as motivações extrínsecas e intrínsecas em atletas universitários de futebol americano, verificaram que os jogadores que a recebiam bolsa de estudo possuíam menor envolvimento com a modalidade do que os atletas que não a recebiam. Sendo assim, a motivação extrínseca auxilia de forma positiva o envolvimento do atleta na tarefa (Miranda & Bara Filho, 2008), no entanto, ela precisa

ser valorizada e utilizada corretamente por treinadores e agentes envolvidos no desporto de rendimento (Hollembach & Amorose, 2005).

Além das demandas psicofísicas exigidas por cada especialidade em seu processo de treino e competição, as capacidades psicológicas individuais podem diferir entre os atletas da diferentes provas. No presente estudo não foram mensuradas outras características psicológicas dos atletas, como por exemplo, concentração, estresse e ansiedade, o que talvez influenciasse os níveis de motivação dos atletas. Dessa forma futuros estudos devem investigar se as diversas características psíquicas individuais influenciam a motivação do atleta em determinada modalidade. Adicionalmente, fazem-se necessários mais estudos com indivíduos desse nível competitivo, tendo em vista que são escassas as pesquisas que investigaram as capacidades psicológicas no Atletismo.

Espera-se, com este estudo, que treinadores e profissionais ligados ao desporto competitivo preocupem com as questões relacionadas às motivações dos atletas. Adicionalmente os profissionais devem estipular estratégias e intervenções no dia a dia de treino para que a motivação intrínseca seja sempre mantida.

CONCLUSÕES

Com base nos achados, podemos concluir que as características motivacionais dos corredores de diferentes provas do Atletismo são bem similares, à exceção da motivação extrínseca identificada, que foi maior nos ultramaratonistas quando comparado aos meio fundistas. Além disso, corredores de fundo possuem maior motivação intrínseca quando comparada com a extrínseca, diferença essa não observada nos atletas das outras especialidades.

REFERÊNCIAS

- Alonso, J. N., Lucas, J. M., & Izquierdo, J. G. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española de la escala de motivación Deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 211-223.
- Amorose, A. J., & Horn, T. S. (2000). Intrinsic motivation: relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22, 63-84.
- Balbinotti, M. A., Gonçalves, G. H., Klering, R. T., Wietthaeuper, D. & Balbinotti, C. A. (2015). Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(1):65-73. doi:10.1016/j.rbce.2013.08.001
- Bara Filho, M. G., Andrade, D., Miranda, R., Nuñez, J. L., Martin-albó, J., & Ribas, P. R. (2010). Preliminary validation of a brazilian version of the sport motivation scale. *Universitas Psychologica*, 10, 363-372.
- Briere, N., Vallerand, R., Blais, N., & Pelletier, L. (1995). Développement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif : l'Échelle de motivation dans les sports (EMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26, 465-489.
- Buceta, J. M., Lopez de La Llave A., Perez-Llantada, Vallejo, M., & Del Pino M. D., (2002). Intervencion psicologica con corredores de maraton: Caracteristicas y valoracion del programa aplicado en el maraton de Madrid. *Revista de Psicologia del Deporte*, 11(1), 83-109.
- Coimbra, D. R., Gomes, S. S., Oliveira, H. Z, Rezende, R. A., Castro, D., Miranda, R., & Bara Filho, M. G. (2013). Características motivacionais de atletas brasileiros. *Motricidade*, 9(4), 64-72. doi:10.6063/motricidade.9(4).1179
- Coimbra, D. R., Gomes, S. S., Carvalho, F., Ferreira, R., Guillen, F., & Miranda, R. (2008). O papel da psicologia do esporte para atletas e treinadores. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 16, 1-21.
- Cohen, J. (1998) *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. New York: LEA Publishers.
- Coiceiro, G. A., & Costa, V. M. (2010). Ultramaratona: EM busca do limite humano. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 18(3), 21-28.
- Costa, V. T., Albuquerque, M. R., Lopes, M. C., Costa, I. T., Ferreira, R. M., & Samulski, D. M. (2010). Validação da escala de motivação no esporte (SMS) no futebol para a língua portuguesa brasileira. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25(3), 537-546. doi:10.1590/S1807-55092011000300015
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Gonzalez, O. M., Valle A. S., & Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: Estado de la cuestión. *International Journal of Sport Science*, 7(25), 287-304. doi:10.5232/ricyde2011.02504
- Hemery, D. (1991). *Sport excellence: What makes a champion*. New York: Willey.
- Hollembach, J., & Amorose, A. (2005). Perceived coaching behaviors and college athletes' intrinsic motivation: A test of self-determination theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(1), 20-36. doi:10.1080/10413200590907540
- Krouse, R. Z., Ransdell, L. B., Lucas, S. M., & Pritchard, M. E. (2011). Motivation, goal orientation, coaching, and training habits of women ultrarunners. *Journal Strength Conditional Research*, 25(10), 2835-2842. doi:10.1519/JSC.0b013e318204caa0.
- Mallet, C., & Hanrahan, S. J. (2004). Elite athletes: Why does the fire burn so brightly? *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 182-200. doi:10.1016/S1469-0292(02)00043-2
- Martin, D. E., & Coe, P. N. (2011). *Entrenamiento para corredores de fondo y medio fondo*. Editorial Paidotribo.
- Miranda, R., & Bara Filho, M. G. (2008). *Construindo um atleta vencedor: Uma abordagem psicofísica do esporte*. Porto Alegre: Artmed.
- Netemeyer, R., Bearden, W., & Sharma, S. (2003). *Scaling procedures: Issues and applications*. Thousand Oaks: Sage.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Ryan R. M., Frederick, C. M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 335-354.
- Sanchez, J. J., Izquierdo, D. G., & Gonzalez, F. R. (2009). Personalidad resistente en maratonianos: un estudio sobre el control, compromiso y desafío de corredoras y corredores de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 217-244.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 271-360). Toronto: Academic.
- Vega, R., Rivera, O., & Ruiz, R. (2011). Personalidad resistente en carreras de fondo: Comparativa entre ultra fondo y diez kilómetros. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 445-454.

Zaar, A., & Balbinotti, M. A. (2001). A descriptive study of the dimensions of motivation runners 5.000 and 10.000 metros Brazil trophy of athletics. EFDeportes.com, *Revista Digital Buenos Aires*, 152.

Zabala, E. L., Rueda, M. P., & Rodriguez, A. L. (2009). Características del estado psicológico de los corredores populares de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 151-163.

AUTORES:

Geraldo Magela Durães ¹

Bruna Santos Durães ¹

Jean Claude Lafetá ¹

Maria de Fátima de M Maia ¹

Alexandre Caribé ¹

¹ Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Minas Gerais (Brasil)

<https://doi.org/10.5628/rpcd.17.S2A.127>

Níveis de ansiedade pré-competitiva e eficiência técnica e tática de uma equipe adulta de futsal feminino participante dos jogos de Minas Gerais – 2015

PALAVRAS CHAVE:

Futsal. Técnica. Tática. Ansiedade.

RESUMO

Atletas de futsal feminino vivenciam diversas reações, como a ansiedade e o estresse em competições. Assim, o estudo pretendeu verificar os níveis de ansiedade pré-competitiva das atletas que disputam os Jogos de Minas Gerais – 2015 – e a correlação deles com a eficiência técnica e tática das mesmas. Este estudo é delineado como descritivo exploratório, com análise quali-quantitativa e corte transversal. Participaram desta pesquisa 13 atletas da equipe do Montes Claros Tênis Clube que disputaram a etapa regional dos Jogos de Minas Gerais – 2015. Em todas as atletas foram avaliados os níveis de ansiedade-estado e ansiedade-traço e seus desempenhos técnico e tático nas partidas. Na análise dos dados, recorreu-se à estatística descritiva, ao teste Shapiro Wilks e à análise correlacional de Pearson, com nível de significância de 5%. Como resultado, constatou-se que as atletas apresentaram baixo níveis de ansiedade-estado (CSAI-2) e níveis moderados de ansiedade-traço (SCATE). Portanto, pode-se inferir que, apesar de alguns erros técnicos das jogadoras, os mesmos não podem ser influenciados pela ansiedade, não havendo uma correlação entre a ansiedade e as ações técnicas. Em relação à participação/ experiência com a ansiedade, observou-se neste estudo que a participação apresentou resultado significativo. Dessa forma, quanto maior a participação, maior o nível de ansiedade entre as atletas. Por fim, quanto à análise tática, as equipes, no geral, jogam de forma simples, com poucas ou nenhuma variação de sistemas, padrões de jogo e jogadas ensaiadas.

Correspondência: Geraldo Magela Durães. Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), Minas Gerais (Brasil). (gmdmoc@yahoo.com.br)