

Comunicação Oral - 24/11 às 11:30-13:00

A orientação motivacional em atletas de taekwondo e karaté filiados em clubes do distrito de Setúbal

Hugo Neves¹, Pedro Santos¹, Afonso Santos¹, Ana Figueira^{1,2}, Paulo Nunes^{1,3}, Ana Pereira^{1,4}
Teresa, Figueiredo^{1,5}, Mário Espada^{1,6}
mario.espada@ese.ips.pt

¹Escola Superior de Educação - Instituto Politécnico de Setúbal. Setúbal, Portugal

²Centro de Investigação em Atividade Física, Saúde e Lazer- CIAFEL, FADEUP. Portugal

³CEsA - Centro de Estudos sobre África, Ásia e América Latina - CEsA, ISEG. Portugal

⁴Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano - CIDESD, GERON. Portugal

⁵Centro de Investigação em Qualidade de Vida - CIEQV, ESDRM. Portugal

⁶Centro Interdisciplinar de Estudo da Performance Humana - CIPER, FMH. Portugal

É fundamental treinadores e atletas compreenderem a orientação motivacional para a prática desportiva. Weinberg e Gould (2015) salientaram a importância dos atletas serem orientados na construção de objetivos para a tarefa, afastando a tendência destes serem centrados nos resultados. O objetivo do presente estudo foi compreender a orientação motivacional de atletas de taekwondo e karaté filiados em clubes do distrito de Setúbal. A amostra foi constituída por 53 atletas federados praticantes de taekwondo e 55 atletas federados praticantes de karaté, com idades compreendidas entre os dez e os trinta anos de idade. Utilizou-se o questionário de Orientação Motivacional para o Desporto, versão traduzida por Fonseca e Biddle (2001). “Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire” (TEOSQ). Permite avaliar a orientação motivacional para a tarefa e/ou para o ego em contextos desportivos e foi aplicado aos atletas uma hora antes do treino em salas de reunião existentes nos pavilhões desportivos (em que cada uma das equipas treinavam). O TEOSQ consiste em 13 itens, que definem uma orientação motivacional para a tarefa ou para o ego, relativamente à perceção de sucesso e êxito no desporto. Cada item é avaliado segundo uma escala de *Likert* de 5 pontos: 1 (discordo completamente) e 5 (concordo completamente). Sete questões relacionam-se com motivação para a tarefa e seis para o ego.

Observou-se uma tendência para os praticantes da taekwondo serem mais orientados para a tarefa que os de karaté (3.96 ± 0.92 vs 3.68 ± 1.01 nas sete questões), o contrário foi observado no que concerne à orientação para o ego (1.91 ± 1.28 vs 2.23 ± 1.15 nas seis questões). No global, observou-se uma tendência em ambas as modalidades para a orientação para a tarefa. Compreender a orientação motivacional em desportos de combate, modalidades individuais, é algo pertinente para a melhoria das práticas quotidianas ao nível do processo de treino e do momento competitivo.

Fonseca, A. M. & Biddle, S. (2001). Estudo inicial para a adaptação do TEOSQ à realidade portuguesa: Questionário sobre a orientação para a tarefa e para o ego no Desporto (TEOSQ). In A. M. Fonseca (eds), *A FCDEF-UP e a Psicologia do Desporto: Estudos sobre motivação*. Porto, Portugal: Editora da Universidade do Porto.

Weinberg, R. & Gould, D. (2010). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics Press.

Palavras-chave: Orientação motivacional, taekwondo, karaté, atletas filiados