

Comunicação Poster - 24/11 às 11:00-11:30

**A motivação para envolvimento em atividades desportivas em frequentadores
de ginásios da cidade de Setúbal**

Diogo Mendes¹, Pedro Nascimento¹, Gonçalo Ramos¹, Fábio Silva¹, 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

O envolvimento em atividades físicas e desportivas em ginásios tem apresentado um crescimento acentuado, nomeadamente a oferta de atividades desportivas formais. Torna-se importante caracterizar a motivação para envolvimento em atividades desportivas em frequentadores de ginásios com o objetivo de adequar a oferta aos interesses da população, tendo por base que a motivação "situacional" pode ser influenciada pela motivação ao nível do "contexto" (Vallerand, 2007). O objetivo do presente estudo foi caracterizar a motivação para envolvimento em atividades desportivas em frequentadores de ginásios da cidade de Setúbal. Foi utilizado o "Questionário de Motivação para as Atividades Desportivas" (Serpá e Frias, 1990). O instrumento totaliza 30 itens, agrupados em 8 categorias. Este instrumento assume a seguinte expressão antes de cada questão "As pessoas praticam atividades desportivas para...", as respostas (em escala de Likert) representam: 1 "nada importante", 2 "pouco importante", 3 "importante", 4 "muito importante" e o 5 "totalmente importante". Os questionários foram aplicados antes das sessões treinos de modo a evitar diferentes estados emocionais. Foi realizada uma análise descritiva, calcularam-se as médias e desvios-padrão nas 8 categorias do instrumento. Foi observada a indicação da "forma física", "emoções" e "competição" (respetivamente 3.97 ± 1.33 , 3.39 ± 1.44 e 3.29 ± 1.37) como categorias mais valorizadas, em seguida "prazer" (3.17 ± 1.04), "estatuto" (3.14 ± 1.33), "desenvolvimento técnico" (2.88 ± 1.24), "afiliação geral" (2.27 ± 0.98) e "afiliação específica" (2.17 ± 1.96).

Os resultados evidenciam que os frequentadores de ginásio de Setúbal valorizam categorias de motivação relacionadas com atividades desportivas formais, nomeadamente "competição" e "emoções". Esta evidência é relevante no sentido de procurar adaptar as atividades disponibilizadas nos ginásios aos clientes e, por outro lado, equacionar a criação de nova oferta visando ir de encontro às motivações da população.

Serpa, S. e Frias, J. (1990). Estudo da relação professor/aluno em ginástica de representação e manutenção. Monografia - Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.

Vallerand, R.J. (2007). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation for sport and physical activity. In M.S. Hagger & N.L.D. Chatzisarantis (eds.), Self-determination theory in exercise and sport (pp. 255-279). Champaign, IL: Human Kinetics.

Palavras-chave: Motivação, atividades desportivas, frequentadores de ginásios