

Título: O judô como modalidade de motivação para a prática desportiva

Autor(es) Fabiana Thebaldi de Aguiar

E-mail para contato: lu_infantini@yahoo.com.br

IES: FESV

Palavra(s) Chave(s): judô, prática esportiva, motivação, criança, adolescente

RESUMO

O Judô, como prática de atividade física, proporciona uma série de benefícios, por tratar-se de uma modalidade de elevado valor educativo, que contribui para o bem estar físico, o equilíbrio mental, auxilia na aptidão física, além de ter um caráter social que ajuda o praticante a lidar com a disciplina e com os outros a sua volta. Sabe-se, ainda, que indivíduos que iniciam a prática de alguma atividade física na infância tendem a levar essa atividade por mais tempo em suas vidas. E que a prática do judô auxilia no aumento do domínio que os jovens possuem sobre eles próprios, sobre o seu espírito de decisão e a sua tenacidade face às dificuldades ou à fadiga. Assim, torna-se relevante compreender os fatores motivacionais para a prática desta modalidade de atividade física entre crianças e adolescentes. Por motivação, se compreende aquilo que dá força ou energia para que uma situação ocorra ou aconteça. A motivação é um impulso que faz com que as pessoas tenham atitude para alcançar algo que lhes dê realização ou satisfação. O objetivo deste trabalho foi identificar os principais motivos que levam as crianças de 3 a 17 anos a praticar o Judô. A amostragem foi composta de 90 praticantes, com idade entre 3 a 17 anos, de ambos os sexos, que treinam duas vezes por semana em creches e academias localizadas no município de Vitória (ES). A pesquisa ocorreu por meio da aplicação de questionário dividido em três partes: a primeira parte constituiu-se de uma pergunta sobre os três principais motivos que levaram a criança a iniciar a prática do Judô; a segunda e terceira parte contêm 37 questões fechadas relacionadas com os motivos de manutenção e de abandono da prática do judô, respectivamente. Essas duas partes estão organizadas em uma escala de pontuação de 0 a 3 pontos, onde 0 corresponde à sem importância, 1 corresponde à pouca importância, 2 corresponde à importante e 3 corresponde à decisiva. O questionário foi entregue aos pais ou responsáveis pelos alunos menores de idade, juntamente com um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os resultados foram apresentados em frequências absolutas e frequências relativas. Foram utilizados testes não paramétricos para comparação das variáveis. O nível de significância adotado foi $p < 0,05$, e o Software utilizado foi Microsoft Excel 2007, (Vitória, Espírito Santo, Brasil) Windows7. Na primeira parte do questionário, em que foi perguntado quais os três principais motivos que levaram as crianças/atletas iniciarem a prática do judô, foi observado que "fazer atividade física regular" foi o principal motivo, com o percentual de 75%. Em segundo lugar, com percentual de 61 %, está o fator "disciplina" e, em terceiro lugar, com um percentual de 39%, o fator "socialização e fazer novos amigos". Na avaliação feita pelo questionário com 17 perguntas fechadas sobre os motivos de manutenção da criança/atleta no judô, foi considerado como fator decisivo "a confiança no professor, nos colegas e na academia/escola de judô". Nesta escala os fatores com menor pontuação foram: "status financeiro" e "status social". Já na avaliação realizada sobre os motivos que levaria uma criança/atleta no judô, a abandonar o judô, observou-se que motivos elegidos como fatores decisivos foram: "falta de prazer e alegria nos treinos" e "problemas de saúde". Como fator de menor importância para o abandono da prática do judô apareceram: "falta de patrocinador"; "carga excessiva de treinos", "excesso de competições e viagens" e "insucessos repetitivos". Dessa forma, o estudo mostrou que crianças e adolescentes são motivadas pela confiança que possuem em suas academias e em seus professores e que, prazer e alegria nos treinos é fator de permanência nesta modalidade. A motivação é um elemento chave para se conseguir a permanência da criança/atleta no desporto, pois além de ser determinante na sua conduta, desperta, dá energia e regula seu