

## FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVARAM OS ALUNOS DO PROJETO AQUATIBUM ADULTO ADERIREM A PRÁTICA DE NATAÇÃO

**José Cláudio R. de LIMA<sup>1</sup>; Stéphane M. RIBEIRO<sup>2</sup>; João Henrique F. COELHO<sup>3</sup>;  
Manoela S. MACHADO<sup>4</sup>; Marcelo M. NASCIMENTO<sup>5</sup>; Daniela G.M. BUENO<sup>6</sup>**

### RESUMO

O trabalho teve como objetivo identificar os fatores motivacionais para adesão a prática de natação dos alunos do Aquatibum Adulto do IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho. Para tanto, utilizamos uma metodologia dividida em pesquisa bibliográfica, questionário semiestruturado, classificação de motivação e tabulação e análise dos dados. Os resultados encontrados são que os principais fatores motivacionais que levaram os alunos do Projeto de extensão Aquatibum a aderirem e permanecerem na modalidade natação é por ser uma atividade saudável e prazerosa. Conclui-se, portanto que os dois motivos mais apresentados vão ao encontro das motivações destacadas em outros estudos.

### INTRODUÇÃO

A vivência no meio líquido, sem dúvida, não é exclusivamente procurada nos tempos atuais, sendo que o homem pré-histórico já fazia uso de ambientes aquáticos frequentemente. É impossível precisar as origens da natação como prática corporal, autor como Bonacelli (2004) relata que no século XIII a.C exercícios físicos

<sup>1</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG - E-mail: [joseclaudiordelima@hotmail.com](mailto:joseclaudiordelima@hotmail.com)

<sup>2</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG. E-mail: [stephanemribeiro@hotmail.com](mailto:stephanemribeiro@hotmail.com)

<sup>3</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG. E-mail: [joao-henrique-1993@hotmail.com](mailto:joao-henrique-1993@hotmail.com)

<sup>4</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG. E-mail: [manu\\_smachado@hotmail.com](mailto:manu_smachado@hotmail.com)

<sup>5</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG. E-mail: [marceloalbatroz@globomail.com](mailto:marceloalbatroz@globomail.com)

<sup>6</sup> Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais – Campus Muzambinho. Muzambinho /MG. E-mail: [Daniela.bueno@ifsuldeminas.edu.br](mailto:Daniela.bueno@ifsuldeminas.edu.br)

aquáticos como práticas médicas eram realizados por japoneses e chineses. Sob o olhar dos gregos a natação era vista como o caminho para elegância.

Muitos povos antigos tinham em suas tradições a natação, alguns em busca da harmonia para o desenvolvimento do corpo, outros buscando a resistência de seus filhos aos colocá-los em águas geladas (FERNANDES & COSTA, 2006).

Segundo Tahara (2006) vem crescendo a motivação e o interesse da população por exercícios no meio líquido, a fim de desenvolver atividades mais prazerosas e benéficas.

A motivação segundo Silva (2013) “é um fator que determina o porquê das ações humanas”. As respostas a determinadas escolhas que fazemos no dia a dia são influenciadas pelo fator motivacional, como, por exemplo, determinar a tolerância a fatos do cotidiano ou nervosismo, em outros.

Saber identificar os fatores motivacionais é crucial para a prática do professor de Educação Física, partindo desses conhecimentos poderá intervir de maneira mais eficiente, garantindo a permanência e incentivando seus alunos a buscarem cada vez mais resultados, tanto em desempenho pessoal quanto na modalidade (SILVA 2013).

Partindo das afirmações acima apresentadas, o presente trabalho teve como objetivo identificar os principais fatores motivacionais de aderência e permanência na modalidade natação, dos indivíduos do projeto de extensão Aquatibum Adulto que funciona no Laboratório de Atividades Aquáticas (AQUALAB) dos Cursos Superiores de Educação Física do IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

O presente estudo foi realizado com os indivíduos que participam do projeto de extensão Aquatibum Adulto que funciona no AQUALAB dos Cursos Superiores de Educação Física do IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho.

A amostra foi composta por 23 indivíduos, com idade média de  $30,5 \pm 14,9$  anos, sendo nove do sexo feminino e quatorze do sexo masculino.

Como critérios de inclusão na amostra os indivíduos deveriam fazer parte do projeto a pelo menos seis meses e assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido após conhecerem o objetivo da pesquisa.

O estudo se deu em quatro etapas, sendo na primeira etapa feita uma pesquisa bibliográfica com o objetivo de conhecer o estado da arte do tema

escolhido e subsidiar a escolha das variáveis a serem estudadas e as discussões dos resultados encontrados. Após, foi aplicado um questionário semi estruturado adaptado de Alves (2007) com o objetivo de conhecer a idade que os indivíduos começaram a prática da natação e há quanto tempo praticam.

Na terceira etapa os alunos deveriam classificar em 28 questões o que era muito importante, mais ou menos importante ou nada importante em relação aos motivos que influenciaram sua adesão e permanência na prática da modalidade.

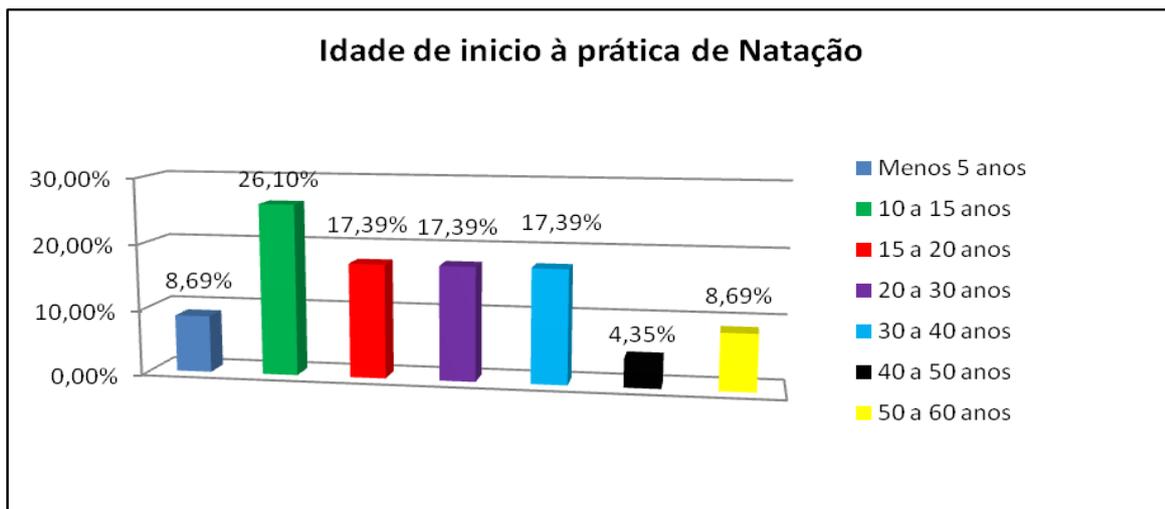
Como última etapa os dados foram tabulados por meio do programa Excel 2007 e analisados a partir das variáveis estabelecidas para este estudo com intuito de contemplar o objetivo proposto.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao serem indagados sobre a idade que começaram a prática da natação é possível perceber pelas respostas dispostas no gráfico 1 que a maioria, 26,10% dos indivíduos, começaram a praticar natação entre 10 e 15 anos, 8,69% começaram entre 50 e 60 anos, 17,39% entre 15 e 20 anos, 17,39% começaram entre 20 e 30 anos, 17,39% aprenderam a nadar entre 30 e 40 anos, 8,69% com menos de 5 anos e 4,35% dos indivíduos começar entre os 40 e 50 anos de idade.

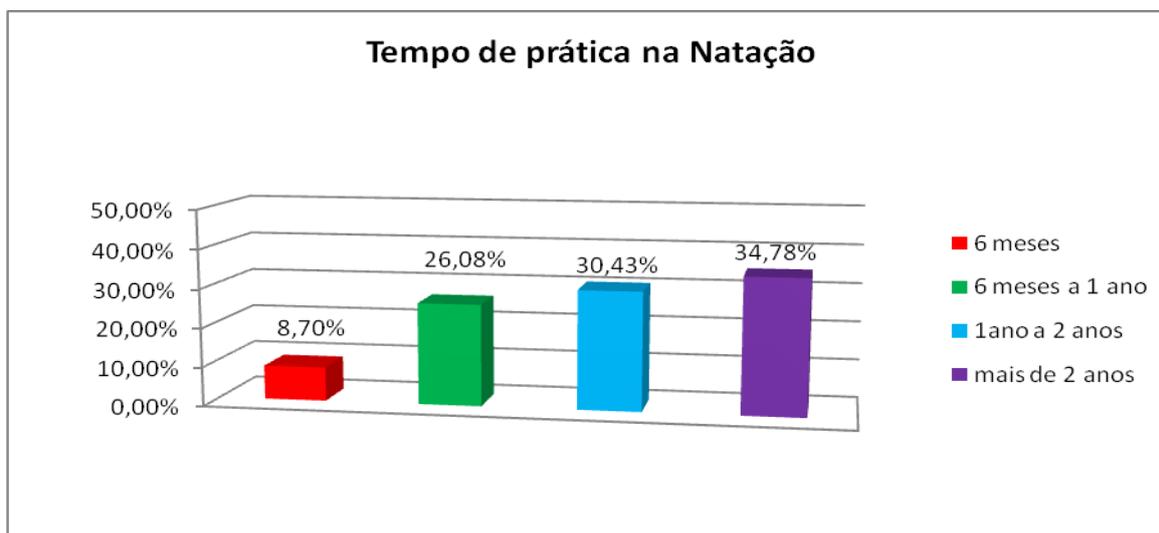
Autores como Farinatti (2006) e Telama (1997) afirmam que a prática de exercício físico na infância facilita a adesão a esse comportamento na vida adulta. A importância da natação não é apenas para o desenvolvimento físico da criança, mas também para a formação de personalidade e inteligência, é algo que não se pode negar. Crianças que aderem a um programa de adaptação ao meio líquido em idade pré-escolar têm um rendimento mais satisfatório em seu processo de alfabetização (MOREIRA,2009).

**Gráfico 1: Idade de início a prática de natação**



No que diz respeito ao tempo de permanência na natação, 8,7% da amostra se encontram nessa prática a 6 meses, 26,08% já praticam entre 6 meses a 1 ano, 30,43% entre 1 ano e 2 anos e por último os que estão a mais tempo na prática da modalidade, acima de 2 anos, correspondem a 34,78% da amostra, conforme demonstrado no gráfico 2.

**Gráfico 2: Tempo de prática na natação**



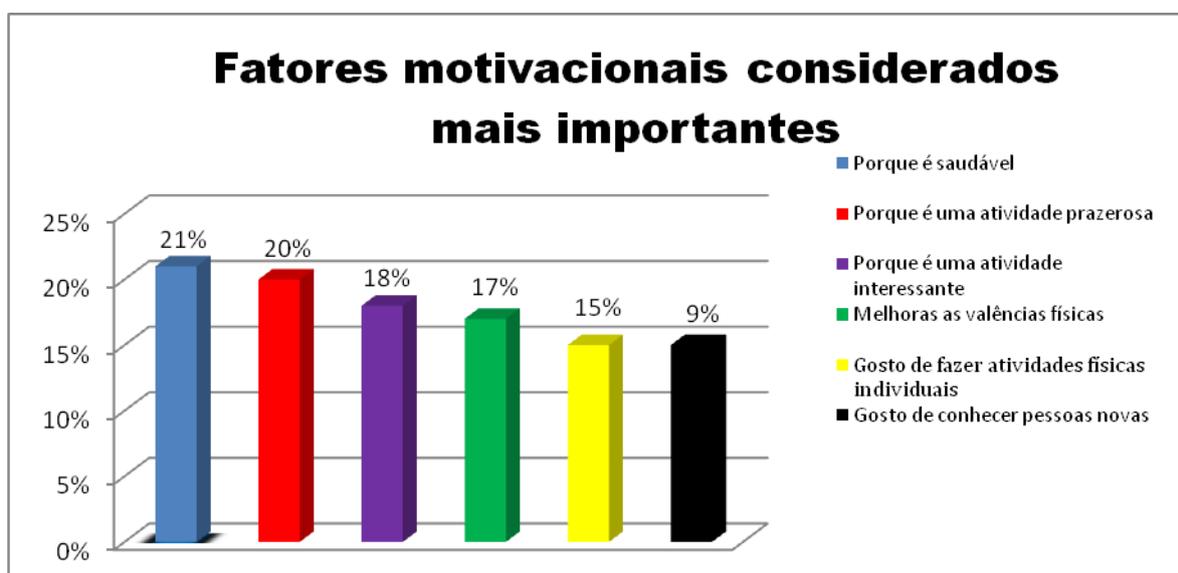
Autores como Rosa et. al. (2008) afirmam que a natação é uma atividade física que tem a possibilidade de ser praticada sem restrições, desde o nascimento. Silva, Coqueiro e Barbosa (2009) afirmam que esta modalidade esportiva é praticada de diferentes maneiras e com objetivos recreativos, desportivos e terapêuticos, sendo considerada completa, pois mobiliza vários grupamentos musculares, simultaneamente. Por movimentar praticamente todos os grupos musculares e articulações do corpo, a prática da natação é considerada um dos melhores

exercícios físicos existentes, trazendo ótimos benefícios para o organismo, ajudando a melhorar a coordenação motora, além de ser recomendada para pessoas com problemas respiratórios.

Segundo Gazzolli (2006) a natação é uma atividade capaz de estimular o prazer, melhorar a coordenação motora, proporcionar noções de espaço e tempo, estimular o apetite, aumentar a resistência cardiorrespiratória e muscular além de prevenir várias doenças respiratórias e quanto mais tempo de prática e estímulos, melhores resultados aparecerão.

Os fatores motivacionais considerados mais importantes para adesão a prática da natação, na visão dos indivíduos, estão representados no gráfico 3. Nesta questão os indivíduos puderam escolher mais de uma alternativa como resposta.

**Gráfico 3: Fatores motivacionais considerados mais importantes**



Machado (2004) afirma que a motivação é um dos pontos mais importantes a considerar, pois várias são as influências que levam a criança ou adulto a se dedicar a natação.

Segundo Silva e Duarte (2012) a palavra motivação vem do latim, do verbo *movere*, e o substantivo *motivum*, do latim tardio que deram origem ao termo aproximado *motivo*, ou seja, motivação ou motivo é aquilo que move alguém ou que põe essa pessoa em ação ou a faz mudar de curso. É definida como fator psicológico ou um processo onde se mantém uma direção sustentada. Por ser um fator psicológico, não pode ser diretamente vista, mas deduzida através de comportamentos como escolhas de tarefas, persistência, esforço, entre outros.

## CONCLUSÕES

De acordo com o estudo realizado podemos constatar que os principais fatores motivacionais que levaram os alunos do Projeto de extensão Aquatibum a aderirem e permanecerem na modalidade natação são por ser uma atividade saudável e prazerosa. Conclui-se, portanto que os dois motivos mais apresentados vão ao encontro das motivações destacadas em outros estudos.

## REFERÊNCIAS

ALVES, M. P. et al. **Motivos que justificam a adesão de adolescentes á prática da natação: qual o espaço ocupado pela saúde?** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, São Paulo, v. 13, n. 6, p.421-426, dez. 2007.

BONACELLI, M.C.L.M. **A natação no deslizar aquático da corporeidade.** Tese (Doutorado) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2004.

FARINATTI P.T.V., FERREIRA M.S. **Saúde, promoção da saúde e educação física: conceitos, princípios e aplicações.** Rio de Janeiro: EdUERJ; 2006.

FERNANDES, J. R. P.; COSTA, P. H. L. da. **Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos.** Revista Brasileira Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 20, n. 1, p.5-14, jan-mar 2006.

GAZOLLI, F.; **PSICOMOTRICIDADE AQUÁTICA.** Mundo Educação Física, dez. de 2006

MACHADO, D. C. **Metodologia da natação.** São Paulo: E.P.U., 2004.

MOREIRA, L. **Os Benefícios da Natação Infantil no Processo de Alfabetização.** Minas Gerais, 2009.

ROSA, G. K. B. et al. **Desenvolvimento motor de crianças com paralisia cerebral: Avaliação e intervenção.** Revista Brasileira de Educação Especial, Marília, v.14, n.2, 2008. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-65382008000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-65382008000200002&script=sci_arttext)  
[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-65382008000200002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-65382008000200002&script=sci_arttext)

SILVA, A. A. da. **Discentes do curso de licenciatura e bacharelado em Educação Física do IFSULDEMINAS- Campus Muzambinho: perfil, motivações e perspectivas.** 2013. 50 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, IFSULDEMINAS, Muzambinho, 2013.

SILVA, A. O.; SANTOS, V. R. dos; BORRAGINE, S. O. F. **Fatores motivacionais que justificam a prática de natação por adolescentes e adultos.** Efdeportes, Buenos Aires, v. 182, n. 18, jul. 2013. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd182/a-pratica-da-natacao-por-adolescentes-e-adultos.htm>>. Acesso em: 26 ago. 2015.

SILVA, D. J. ; DUARTE, M. G.G. **A motivação para os estudos entre os Universitários.** Alfenas, 2012.

SILVA, G. P.; COQUEIRO, R.S.; BARBOSA, A.R. **Motivos que determinam a prática da natação em adultos.** EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, ano 14, nº 137, Outubro de 2009.

TAHARA, A. K.; SANTIAGO, D. R. P.; TAHARA, A. K. **As atividades aquáticas associadas ao processo de bem estar e qualidade de vida.** Efdeportes, Buenos Aires, v. 103, n. 11, p.1-1, dez. 2006. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd103/atividades-aquaticas.htm>>. Acesso em: 26 ago. 2015.

TELAMA R, YANG X, LAAKSO L, VIKARI J. **Physical activity in childhood and adolescence as predictor of physical activity in young adulthood.** Am J Prev Med. 1997; 13:317-23.