

**IBESA - INSTITUIÇÃO BATISTA DE ENSINO SUPERIOR DE
ALAGOAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA - FACEF**

**José Pedro da Silva
Melvyn da Silva Lins**

Fatores Motivacionais e Rendimento no Futsal

**MACEIÓ – AL
2014**

José Pedro da Silva
Melvyn da Silva Lins

Fatores Motivacionais e Rendimento no Futsal

Trabalho de conclusão de curso apresentado como parte dos requisitos necessários à obtenção de grau de licenciatura em Educação Física pelo instituto Batista de Ensino Superior de Alagoas - IBESA

Orientador: Prof. Especialista
Adaury Cordeiro Manso Filho

MACEIÓ – AL

2014

FATORES MOTIVACIONAIS E RENDIMENTO NO FUTSAL

Orientador; Filho, Adaury Cordeiro Manso

Lins, Melvyn da Silva e Silva, José Pedro

Resumo

A motivação caracteriza-se como sendo um processo ativo, intencional, e dirigido a um objetivo, que depende da interação de fatores pessoais e ambientais. A motivação é um processo que coordena e dirige a direção e a intensidade do esforço dos atletas na sua modalidade. Os atletas de sucesso são autoconfiantes. A sua autoconfiança desenvolve-se com o tempo e, muitas vezes, é o resultado de pensamentos positivos e de experiências de êxito. O futsal é um fenômeno econômico e social de primeira importância, no mundo moderno. Por isso exerce uma influência para que aumente a participação do ingresso de crianças e adolescentes no esporte, seja para a ocupação do tempo livre, como buscam de uma vida saudável ou até mesmo como profissão. O futsal surgiu como uma adaptação do futebol para um espaço reduzido e que pudesse ser praticado em condições meteorológicas desfavoráveis, já que o futebol não havia possibilidade de jogar em campos de várzea quando houvesse chuva e frio intenso.

Palavras-Chave: Motivação; Autoconfiança; Rendimento; Dedicção.

Abstract

The motivation is characterized as an active process, intentional and directed to a goal, which depends on the interaction of personal and environmental factors. Motivation is a process that coordinates and directs the direction and the intensity of the athletes effort in your sport. Successful athletes are confident. Your self-confidence develops over time and often is the result of positive thoughts and successful experiences. Futsal is an economic and social phenomenon of the first importance in the modern world. So exerts an influence to increase the participation of admission of children and adolescents in sport, either for the occupation of free time, as seeking a healthy life or even as a profession. Futsal arose as an adaptation of football for a small space and could be practiced in bad weather, as the football there was no possibility of playing in lowland fields when there was rain and bitter cold.

Keywords: Motivation; self-confidence; yield; Dedication.

Introdução

O futebol de salão tem duas versões sobre o seu surgimento, e, tal como em outras modalidades desportivas, há divergências quanto a sua invenção. Há uma versão que o futebol de salão começou a ser jogado por volta de 1930 por frequentadores da Associação Cristã de Moços, em São Paulo (SP), pois havia uma grande dificuldade em encontrar campos de futebol livres para poderem jogar e então começaram a jogar suas “peladas” nas quadras de basquete e hóquei.

No início, jogava-se com cinco, seis ou sete jogadores em cada equipe, mas logo definiram o número de cinco jogadores para cada equipe. As bolas usadas eram de serragem, crina animal, ou de cortiça granulada, mas apresentavam o problema de saltarem muito e freqüentemente saíam da quadra de jogo, então tiveram seu tamanho diminuído e seu peso aumentado, por este fato o futebol de salão foi chamado de “Esporte da bola pesada”.

Há também a versão, tida como a mais provável, de que o futebol de salão foi inventado em 1934 na Associação Cristã de Moços de Montevideú, Uruguai, pelo professor Juan Carlos Ceriani, que chamou este novo esporte de “Indoor-foot-ball”.

O futsal é um fenômeno econômico e social de primeira importância, no mundo moderno. Por isso exerce uma influência para que aumente a participação do ingresso de crianças e adolescentes no esporte, seja para a ocupação do tempo livre, como buscam de uma vida saudável ou até mesmo como profissão. É de suma importância que possamos avaliar o que motiva uma criança ou adolescente a ingressarem numa escola esportiva e a se manterem no esporte. nos dias atuais, crianças e adolescentes perderam o espaço físico da rua como forma de praticar atividades, pois esta é dominada por grandes construções, fluxo intenso de carros e a violência. Assim, os pais são obrigados a determinar que os filhos fiquem em casa, tendo uma vida sedentária repleta de vídeo game e computador. É que surgem as escolas esportivas para ocupar jovens em atividades que estes possam desenvolver novas habilidades, criar ciclos de amizades e melhorar o condicionamento físico. O treinador de futsal deve estimular a participação e a criação de atividades propostas, bem como adotar atividades pedagógicas, obtendo o máximo que o aluno pode oferecer perante aquilo que foi proposto.

O futsal surgiu como uma adaptação do futebol para um espaço reduzido e que pudesse ser praticado em condições meteorológicas desfavoráveis, já que o futebol não havia

possibilidade de jogar em campos de várzea quando houvesse chuva e frio intenso. a urbanização no âmbito de grandes avanços imobiliários acabou com alguns campos de futebol, com isso quadras destinadas a prática de vôlei e basquete foi cada vez maior e nisso inseriu-se o futsal.

O esporte, que motiva o ser humano a superar-se e a buscar seus limites, e faz com que a sociedade o pratique em prol da saúde e bem-estar, é capaz de romper barreiras e fronteiras.

Desenvolvimento

Atualmente, atividades esportivas direcionadas para jovens ganham intensa expansão. No mundo já existem aproximadamente 25 milhões de crianças envolvidas na prática de pelo menos uma modalidade esportiva. Contudo, o ato de praticar esportes em suas diferentes especificidades exige de crianças e adolescentes um alto desenvolvimento de suas funções, qualidades e estados psíquicos para permanência no processo de preparação e competição desportiva (Daolio 1998).

O esporte provoca no homem sentimento de superação, de ousadia, as vitórias elevam a moral e a auto-estima, a festa proporcionada após a conquista de um título é fenomenal, exemplos de batalhas no esporte tornam-se memoráveis e durante anos alimentam o ego do povo. O Futsal atualmente é praticado na maioria das escolas, com objetivos voltados para a sua iniciação ou para o treinamento específico dos aspectos técnicos e táticos desta modalidade. O objetivo deste estudo foi identificar a orientação motivacional, uma vez que esta pode ser orientada para Tarefa ou orientada para o Ego (DUDA, 1992).

Além de atuar como uma opção de lazer ele pode servir como elemento socializador. Sabe-se que o futsal, tanto praticado na rua como nas escolas formativas possui imensa procura de crianças e jovens, os fatores motivacionais levam adolescentes e criança a se envolverem na prática de esportes pode ser útil para a elaboração de treinos estratégicos, contribuindo no processo de ensino-aprendizagem, já que a aprendizagem e a motivação são processos interdependentes no homem. O conhecimento sobre elementos motivadores auxilia em planejamentos mais direcionados ao interesse do praticante, aumentando a probabilidade de permanência na prática da atividade esportiva. Entender como as pessoas se adapta ao praticar uma determinada modalidade esportiva ou a pressão exercida sobre ele é o maior problema da psicologia do esporte relacionado sua prática (JUNIOR et al, 2007).

A motivação pode ser descrita como a força que direciona ou não um individuo a fazer uma ação ou a praticar determinado esporte. Para alguns psicólogos do esporte ela pode ser vista de diferentes ângulos, na forma de estresse competitivo ou realização e motivação intrínseca e extrínseca, todas formando a definição geral de motivação (WEIMBERG; GOULD, 2001).

Já Samulski (2002) define que motivação é quando um individuo inicia uma ação, esta pode estar relacionada a fatores pessoais (intrínsecos) como emagrecer, estabelecer um tempo na corrida, correr determinados metros, ou ela pode ser ambientais (extrínsecos) como conseguir dinheiro, fama, troféus, etc. É correto afirmar que ao se combinar as duas fontes de motivação, você tem um aumento do nível de motivação. Isso porque quando um indivíduo percebe que ele esta

intrinsecamente motivado ele se sente mais feliz para praticar um devido esporte, já quando a pessoa percebe que a causa da sua motivação é extrínseca ele vai se desmotivando a prática do mesmo,(WEIMBERG, GOULD,2001).

De acordo com Cruz et al. (2009), o futsal é caracterizado como uma modalidade de disputa coletiva intermitente, com constantes mudanças de intensidade e direção, com grandes esforços físicos, cargas de treinamento elevadas, imprevisibilidade de acontecimentos e ações durante uma partida, exigindo que o atleta esteja preparado para reagir aos mais diferentes estímulos, sobressaindo-se da melhor maneira possível.

Para tanto, os atletas de futsal em seus treinamentos estão submetidos às questões físicas, técnicas e táticas, com pouco ou nenhum trabalho no aspecto psicológico, sendo este imprescindível em competições.

Fabiani (2007, p. 2) argumenta que “as competições esportivas consistem num processo que envolve uma série de fatores, dentre eles o treinar, o competir, o superar os limites físicos e mentais”. Sendo assim, os fatores psicológicos necessitam de ser levados em consideração dentro do treinamento esportivo de qualquer equipe, desta maneira.

Kocian et al. (2005) afirmam que “o componente ideal para uma competição esportiva seria a junção de componentes físicos, com componentes mentais e emocionais (psicológicos)”. Os fatores psicológicos são visivelmente importantes e estão despertando bastante interesse, porém cabe ressaltar que para se obter resultados positivos, estes fatores devem ser integrados com o programa de preparação física, técnica e tática (STEFANELLO, 2007).

Na opinião de Deschamps e Junior (2006, p.1), o tipo de treinamento psicológico que é utilizado no esporte varia muito “e as habilidades mentais e atributos psicológicos que geralmente são trabalhados com atletas de alto rendimento são: aumento de autoconfiança, atenção e concentração, organização de objetivos, autocontrole da ativação e relaxamento, utilização de visualização e imagem, estratégias de rotinas e competitividade, elevação de motivação e comprometimento”.

Dessa forma, é necessário entender que o indivíduo precisa ser encarado como um ser único, diferente dos demais, pois ele possui emoções próprias e está sujeito a todas as exigências que são impostas pela sociedade, devendo este se relacionar com outros homens e pensando nisso, não basta trabalhar somente a parte física, técnica e tática dos atletas, é preciso propiciar a eles também uma perfeita preparação psicológica para que possam atingir o máximo de suas possibilidades.

A motivação caracteriza-se como sendo um processo ativo, intencional, e dirigido a um objetivo, que depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos). A motivação é um processo que coordena e dirige a direção e a intensidade do esforço dos atletas na sua modalidade. A motivação está associada à palavra motivo, podendo este ser definido como uma força interior, impulso, intenção, que determina a ação de um indivíduo. Assim sendo, para compreender a

motivação é necessário investigar os motivos que influenciaram um dado indivíduo a ter aquele comportamento, uma vez que todo o comportamento é motivado, isto é, é impulsionado por motivos.

Metodologia

Trabalhar para um melhor desempenho no futsal os fatores psicologicos:

- Motivação;
- Autoconfiança;
- Ansiedade;
- Stress;
- Concentração

O grupo de atletas onde vai ser realizado as avaliações é composto por 15 jovens de 18, 19 e 20 anos de idade, participantes da categoria de base do Sport Clube Agrimaq, da cidade de Maceió, que treinam cerca de três vezes por semana. Usando a metodologia da grelha de observação e questionários durante o fim das atividades avaliando o nível dos atletas é diversificado, não havendo predominância de determinada classe social. O time do Sport Clube Agrimaq é um clube de futsal não muito tradicional do estado de Alagoas nas categorias de Base e sua história sempre esteve ligada ao futebol. O Sport clube Agrimaq é um clube de futsal de base da cidade de Maceió e esse fator contribui para que o clube tenham jovens em atividade. O Sport Clube Agrimaq com suas atividades voltadas ao futsal proporciona a comunidade local uma opção de esporte e lazer, sendo as tardes de sábados e domingos um atrativo o mais oferecido a população. Motivar os atletas para que haja força de vontade durante todos os treinos, conseguindo desempenhar-se ao Maximo um rendimento esperado pela atividade de boa qualidade e dedicação ao treino.

Conclusão

A motivação caracteriza-se como sendo um processo ativo, intencional, e dirigido a um objetivo, que depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos). A motivação é um processo que coordena e dirige a direção e a intensidade do esforço dos atletas na sua modalidade. A motivação está associada à palavra motivo, podendo este ser definido como uma força interior, impulso, intenção, que determina a ação de um indivíduo. Assim sendo, para compreender a motivação é necessário investigar os motivos que influenciaram um dado indivíduo a ter aquele comportamento, uma vez que todo o comportamento é motivado, isto é, é impulsionado por motivos.

O atleta com autoconfiança é aquele que está seguro de si e da sua competência real, não demonstra preocupação com o seu rendimento, não revela indecisão, nem se perturba em situações inesperadas, aceita as críticas do treinador e revela a sua opinião aos colegas sem evidenciar problemas. A falta de confiança nos atletas é muitas vezes manifestada através de expectativas negativas e dúvidas quanto à sua prestação. Estas originam estados de ansiedade, dificuldades de atenção e concentração, tal como incerteza quanto aos motivos de participação.

Os atletas de sucesso são autoconfiantes. A sua autoconfiança desenvolve-se com o tempo e, muitas vezes, é o resultado de pensamentos positivos e de experiências de êxito.

É de suma importância ressaltar que os jovens desta categoria possuem como principal motivação nos treinamentos a busca pelo prazer da prática esportiva, esse item está de acordo com o foco do esporte, que visa em primeiro ponto à participação de forma prazerosa para o jovem. O Futsal quando é desenvolvido na perspectiva da participação não exclui os jovens menos favorecidos tecnicamente. E, não há predominância específica de treinamentos sistemáticos como no esporte de rendimento, onde há predominância em relação à parte tática visando resultado, fato que muitas vezes acaba por criar diferenças de níveis de desenvolvimento técnico entre os jovens que acaba excluindo alguns. Certamente os jovens que procuram o futsal pelo prazer de praticar não querem participar de treinos onde haja predominância exercícios repetitivos e monótonos. Estes jovens querem ter uma aula mais dinâmica e jogada.

REFERÊNCIAS

- DAOLIO, Jucemar. Las contradicciones del fútbol brasileño. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Nº 10, 1998. <http://www.efdeportes.com/efd10/daolioe.htm>.
- DESCHAMPS, S. R.; JUNIOR, D. de R. Os aspectos psicológicos da personalidade e da motivação no voleibol masculino de alto rendimento. *Revista Digital Efdportes*. Buenos Aires, 2006, n. 92. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd92/motiv.htm>> Acesso em: 29 mar. 2013.
- DUDA, J. L.. Motivation in Sport Settings: A Goal Perspective Approach. In ROBERTS, G. C. Motivation In Sport and exercise. Illinois: Human Kinetics Books, 1992.
- FABIANI, M. T. Psicologia do esporte: A ansiedade e estresse pré competitivo. (2007). Disponível em http://www.pucpr.br/eventos/edurece/edurece2008/anais/pdf/182_454.pdf Acesso em: 23 set. 2012.
- JUNIOR, J. M.C. A Influencia da Torcida no Desempenho de Jogadores Brasileiros de futebol: um Viés da Psicologia do Esporte. Rio Claro: Revista Motriz, v 13. N.4 p. 259-265. Out/dez 2007. Acesso: 23/05/2013.
- KOCIAN, R. C. et al. Aspectos psicológicos positivos e negativos de uma concentração esportiva: uma visão dos atletas. *Revista Digital Efdportes*. Buenos Aires, 2005, n. 89. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd89/concen.htm>> Acesso em: 30 mar. 2013.
- SAMULSKI, D. M. Psicologia do Esporte: Manual para a Educação Física, Psicologia e Fisioterapia. Barueri: Manole, 2002. 380 p. il.
- STEFANELLO, J. M. F. Treinamento de competências psicológicas: em busca da excelência esportiva. Barueri (SP): Manole, 2007.
- WEINBERG, R. S ; GOULD, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. Porto Alegre: Artmed, 2001.