

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA**

RUANE NOLASCO OCHOA

**MOTIVOS PELA ADERÊNCIA QUE LEVAM MENINAS ADOLESCENTES
PRATICAREM GINÁSTICA ARTÍSTICA NO CONTEXTO EXTRACURRICULAR**

Porto Alegre

2024

RUANE NOLASCO OCHOA

**MOTIVOS PELA ADERÊNCIA QUE LEVAM MENINAS ADOLESCENTES
PRATICAREM GINÁSTICA ARTÍSTICA NO CONTEXTO EXTRACURRICULAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito para a conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Fabiano Bossle

Porto Alegre
2024

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente a Deus, que me sustentou e me capacitou para alcançar o sonho de ser a primeira da minha família a se graduar em uma universidade pública. Aos meus pais, Rudinei (in memorian), Lucidiane e minha irmã Ester, que sempre me incentivaram, acreditaram na realização desse momento e não mediram esforços para que eu pudesse chegar até aqui. Ao meu marido Leonardo, que tive o privilégio de conhecer através da graduação e que fez esse momento se tornar realidade, me apoiando e dando o suporte necessário.

Agradeço a todos os meus familiares e amigos que com muito carinho estiveram comigo, auxiliando sempre que necessário, me incentivando a ser uma excelente profissional e a nunca desistir.

A professora Andréa Kruger que me deu a oportunidade de fazer parte do projeto CELARI por quase toda a minha trajetória na graduação, onde pude obter ricos conhecimentos e ensinamentos da área com o público idoso. Ao meu orientador Fabiano Bossle, que tive o privilégio de ser aluno em diversas disciplinas e que sem hesitar e com muito carinho aceitou ser meu orientador.

A Universidade Federal do Rio Grande do Sul, que através do seu ensino gratuito possibilitou que eu, meu marido e tantas pessoas que não tem condições de pagar uma faculdade, pudesse ter a esperança e a possibilidade de se graduar e poder dar melhores condições de vida para nossas famílias.

A todos, quero que jamais deixem de sonhar. Amo muito, cada um de vocês!

RESUMO

O presente estudo qualitativo de conclusão de curso, teve como objetivo compreender quais eram os motivos de meninas adolescentes optarem por praticar GA no contexto extracurricular. Através de uma entrevista semiestruturada, que foram gravadas e transcritas, seis (6) praticantes de GA de uma escola particular da cidade de Porto Alegre/RS participaram. Segundo a literatura a motivação para escolha de um esporte pode ser multifatorial, podendo ser de origem intrínseca (fatores pessoais) e extrínseca (fatores ambientais). Através da análise dos resultados, foi apresentado que os principais motivos para a aderência das meninas pela prática foi a sensação de prazer, a auto-superação e o benefício à saúde que a modalidade proporciona, sendo fatores de origem intrínseca. Já os motivos de origem extrínseca mencionados foram a influência social e do professor. Com isso, concluímos que as praticantes se encontram motivadas a permanecer na prática principalmente porque se sentem bem, percebem uma melhora no condicionamento físico e com isso conseguem se destacar em outras áreas escolares. Por serem desafiadas e vivenciarem uma boa relação com seus professores, através do auxílio que eles dão quando surge uma dificuldade durante a aula, com o objetivo das praticantes progredirem nas suas habilidades, respeitando o tempo de aprendizagem de cada uma. Indo de encontro com a proposta das atividades extracurriculares.

Palavras-chave: Motivação; Ginástica Artística; Atividade Extracurricular.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AE	Atividade Extracurricular
BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CBD	Confederação Brasileira de Desporto
CBG	Confederação Brasileira de Ginástica
COI	Comitê Olímpico Internacional
FARG	Federação Atlética Rio Grandense
FIG	Federação Internacional de Ginástica
GA	Ginástica Artística
ME	Motivação Extrínseca
MI	Motivação Intrínseca

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
1.1 OBJETIVO GERAL	8
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
1.3 JUSTIFICATIVA	9
2. REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1 GINÁSTICA ARTÍSTICA: DEFINIÇÃO E APARELHOS	9
2.2 MOTIVAÇÃO: FATORES INTRÍNSECOS E EXTRÍNSECOS	11
2.3 ATIVIDADES EXTRACURRICULARES	13
3. ESTUDOS ENCONTRADOS	14
4. METODOLOGIA DA PESQUISA	18
5. RESULTADOS	20
5.1 MOTIVOS INTRÍNSECOS	20
5.1.1 PRAZER PELA PRÁTICA	20
5.1.2 AUTO-SUPERAÇÃO	21
5.1.3 BENEFÍCIO A SAÚDE	22
5.2 MOTIVAÇÃO EXTRÍNSECA	23
5.2.1 INFLUÊNCIA SOCIAL	23
5.2.2 INFLUÊNCIA DO PROFESSOR	24
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
7. REFERÊNCIAS	25
APÊNDICE A - TERMO LIVRE E ESCLARECIDO	29

1. INTRODUÇÃO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), é um documento que tem como objetivo definir o currículo escolar, para que ocorra as aprendizagens essenciais necessárias para o desenvolvimento e formação de crianças e jovens no Brasil (BRASIL, 2018 P. 7). Com isso a escola se mostra ser fundamental para o desenvolvimento cognitivo, físico e social das mesmas (Linhares et al., 2014). Mas, ainda assim, ela não deve se tornar a única forma de ensino. É preciso proporcionar uma formação aprimorada de diversas áreas do conhecimento e habilidades motoras dos estudantes. Portanto, se tem a necessidade de ultrapassar e expandir as fronteiras do currículo escolar (Parente, 2020).

Não é de hoje que diversos autores defendem a importância de desenvolver atividades extracurriculares (AE). Segundo Barber, Eccles e Stone (2001), o envolvimento dos estudantes nesse tipo de atividade possibilita que eles passem mais tempo em um ambiente escolar, aprimorando o desenvolvimento cognitivo, físico, social e emocional, proporcionando que os estudantes possam dar continuidade das atividades após o período escolar, se estendendo para a fase adulta.

Fredricks e Eccles (2005, p.516) acrescentam ainda que adolescentes envolvidos em atividades extracurriculares esportivas mostram ter mais envolvimento escolar e menor índice de depressão do que os não praticantes. Possivelmente pelas atividades proporcionarem um pertencimento ao ambiente e oportunizar o aprimoramento de suas relações sociais. Pois segundo a opinião de Hansen, Larson e Dworkin (2003) as AE proporcionam oportunidades e condições de promover o desenvolvimento pessoal, como: autoconhecimento, controle emocional e capacidades físicas.

De acordo com Weinberg e Gould (2017) a motivação se torna fundamental e importante para o engajamento de adolescentes na prática esportiva em AE. A visão mais aceita por psicólogos do esporte e do exercício sobre a motivação para a prática esportiva é a interação de fatores individuais: relacionados a interesses pessoais; e de fatores situacionais: condições e situações que ocorrem ao redor do indivíduo. Segundo os autores, também podem ser classificados em origem intrínseca e extrínseca. Com isso, segundo a literatura, se torna imprescindível que os treinadores saibam os motivos dos estudantes para permanecer na prática, com

o objetivo de planejar as atividades de acordo com o interesse dos praticantes (Costa et al., 2017).

A modalidade Ginástica Artística (GA) é caracterizada por ser um esporte com diversidade de movimentos, que trabalha as diversas capacidades físicas e motoras, aprimorando a força, flexibilidade, velocidade, equilíbrio e resistência (Hsieh et al., 2017). Proporcionando um aprofundamento das práticas corporais realizadas nas aulas de educação física (Alves et al., 2022).

Assim, atividades promovidas nas escolas, podem contribuir para que ocorra uma redução da inatividade física. Visto os benefícios promovidos pela prática regular de atividade física na infância e adolescência, se mostra importante para o processo de desenvolvimento humano e crescimento biológico, a curto e longo prazo (Ceschini et al., 2009; Lima et al., 2013).

Portanto, este Trabalho de Conclusão de Curso busca responder à questão: Quais motivos pela aderência de meninas adolescentes praticarem ginástica artística no contexto extracurricular? Para responder esta questão será utilizada respostas obtidas através de uma entrevista semiestruturada, com 6 praticantes de GA no contexto extracurricular de uma escola particular da cidade de Porto Alegre/RS.

1.1 OBJETIVO GERAL

Compreender os motivos que levam meninas adolescentes a optar e permanecer na modalidade Ginástica Artística no contexto extracurricular de uma escola privada, localizada na cidade de Porto Alegre/RS.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analisar e compreender a Ginástica Artística no contexto extracurricular.
- Compreender os motivos de meninas adolescentes iniciarem na ginástica artística no contexto extracurricular.
- Identificar e compreender os motivos pela aderência de meninas adolescentes permanecerem na Ginástica Artística através da atividade extracurricular.

1.3 JUSTIFICATIVA

Durante os anos de 2022 e 2023 tive a oportunidade de começar a estagiar na modalidade Ginástica Artística no contexto extracurricular em uma escola particular de Porto Alegre/RS. A partir deste estágio fui me aprimorando e tendo oportunidades de estagiar em demais escolas da cidade. Antes dos estágios só tive contato com a prática de modo geral em uma disciplina da faculdade em 2018. Desde então meu interesse pela GA só foi crescendo.

Ao analisar a BNCC, desde a sua primeira versão a ginástica é colocada como unidade didática, favorecendo ainda mais para o destaque da modalidade no contexto da educação física escolar e principalmente nas atividades extracurriculares em escolas particulares.

Segundo estudos que abordam tal assunto, suas características têm atraído e se destacado entre o público feminino. Para isso, é fundamental compreender quais são os motivos pela aderência de meninas praticantes da modalidade no contexto extracurricular. Com isso, pode-se diminuir o número de jovens que abandonam o esporte e assim proporcionar mais engajamento através de experiências prazerosas que a prática pode proporcionar.

Portanto, minha principal influência sobre o tema deste trabalho de conclusão de curso, foi ao observar durante o período em que trabalhei com a modalidade como meninas adolescentes demonstravam ter grande prazer durante as aulas. Tendo em vista que na escola onde será realizada o estudo tem diversas atividades extracurriculares esportivas.

Dito isso, na literatura brasileira notou-se uma carência de estudos sobre este assunto, que priorize escutar alunas que são praticantes de GA no âmbito escolar, também não encontrei muito sobre este tema estudos realizados na região sul do Brasil, o que me trouxe ainda mais motivação para a elaboração desta pesquisa.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 GINÁSTICA ARTÍSTICA: DEFINIÇÃO E APARELHOS

A palavra “ginástica” vem do grego “gymnázzein”, sua tradução aproximada seria “treinar”, e, em sentido literal “exercitar-se nu”, pois era a forma como os gregos praticavam os exercícios (Confederação Brasileira de Ginástica, 2024). E, segundo o dicionário Aurélio de Língua Portuguesa, a mesma significa “Arte de fortificar, desenvolver e tornar flexível o corpo por meio de determinados exercícios físicos”.

A Ginástica Artística é um esporte olímpico, individual, que através dos seus movimentos de força, agilidade, flexibilidade, coordenação, equilíbrio e controle do corpo demonstram elegância. Pois é uma modalidade que se expressa com o próprio corpo e se destaca pelos movimentos serem dinâmicos ou estáticos, acrobáticos e coreográficos, exigindo uma coordenação complexa (VIEIRA; FREITAS, 2007 apud BUSTO; ACHOUR; MOREIRA, 2013). Nista-Piccolo (2005) acrescenta que a prática da GA pode ampliar o repertório motor da criança, através da variedade de materiais, da diversidade e possibilidade de movimentos que podem ser executados (apud Carbinatto et al., 2010).

Também podemos classificar a GA em atividade física: desenvolvimento das habilidades motoras e competitiva: habilidades realizadas com uma alta precisão técnica, buscando atingir a exigência do código de pontuação, que faz parte das regras da modalidade. Ou seja, quando realizada como atividade física, não deve ser exigida a perfeição dos movimentos, mas sim a segurança e o processo de aprendizagem, que devem ser ensinadas de forma lúdica. Diferente da GA competitiva, que tolera o mínimo de erros e exige muito comprometimento e disciplina das praticantes. As duas classificações têm o mesmo princípio de prática e técnica, mas com abordagens diferentes ao ensiná-la (NUNOMURA, 1998; NUNOMURA; CARRARA; CARBINATTO, 2010).

Historicamente, a Ginástica surgiu como prática esportiva na Pré-História, para a preparação militar (Confederação Brasileira de Ginástica, 2024). Apenas em 1881 se tornou uma modalidade esportiva, criada pelas escolas alemãs e praticada apenas por homens. Também foi neste ano a fundação da Federação Internacional de Ginástica (FIG), órgão regulador da Ginástica mundial reconhecida pelo Comitê Olímpico Internacional (COI) (Federation Internationale de Gymnastique, 2024). Se tornando um esporte olímpico em 1896, sendo permitido a prática feminina apenas no ano de 1928, apesar dos dias atuais a modalidade ser mais popular entre o público feminino.

Em 1824 a Ginástica chegou no Brasil, através da colonização alemã no Rio Grande do Sul (PUBLIO, 1998 apud BUSTO; ACHOUR; MOREIRA, 2013), como uma forma de lazer. No entanto, somente em 1888 é que a modalidade se difundiu pelo país, principalmente em São Paulo e no Rio de Janeiro. No ano de 1942 foi fundado o Departamento de Ginástica na Federação Atlética Rio Grandense (FARG).

Apenas em 1951 a GA se oficializou no Brasil, com a criação das federações do Rio Grande do Sul, São Paulo e Rio de Janeiro e filiação a Confederação Brasileira de Desporto (CBD) à FIG, sendo a federação internacional mais antiga dos demais esportes olímpicos e a realizar o primeiro Campeonato Brasileiro no estado de São Paulo. Posteriormente também foi criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) no ano de 1978 (Confederação Brasileira de Ginástica, 2024; Comitê Olímpico do Brasil, 2024 e Nunomura; Nista-Piccolo; Eunegi, 2004).

A GA iniciou em 1950 a prática em aparelhos, de forma individual e em grupo, como conhecemos até os dias atuais. São quatro aparelhos utilizados na GA feminina, sendo eles: mesa de salto (em 2001 substituiu o cavalo), trave de equilíbrio, barras paralelas assimétricas e solo (com acompanhamento musical), diferente do masculino, que são seis aparelhos: mesa de salto, argolas, barra fixa, barras paralelas simétricas, cavalo com alças e solo (sem acompanhamento musical).

São utilizados equipamentos auxiliares, cuja função é facilitar o aprendizado de alguns movimentos específicos, garantindo a segurança na execução. O trampolim de molas é o único aparelho auxiliar que é oficial, utilizado na prova de salto. O mini trampolim, cama elástica, plinto, rampa, octogonal, potrinho, banco sueco e espaldar, são os demais equipamentos considerados importantes para facilitar o processo de ensino.

2.2 MOTIVAÇÃO: FATORES INTRÍNSECOS E EXTRÍNSECOS

A motivação se torna importante quando o indivíduo demonstra interesse por alguma atividade e a partir disso ele age em direção ao seu objetivo. De acordo com Pintrich e Schunk (2002) a palavra motivação vem da derivação do verbo em latim “movere”. Em diversas definições se refere a ideia de movimento, relacionado ao

fato da motivação proporcionar a realização de algo ou ação, assim como manter e proporcionar que o indivíduo complete sua tarefa (apud Siqueira; Wechsler, 2006).

Paim (2001) supõe não haver comportamento humano sem motivação. Pois, em qualquer momento, ambiente ou conteúdo na relação ensino-aprendizado, a motivação se torna um dos elementos centrais para a realização bem sucedida de uma execução.

No esporte, segundo Lopes e Nunomura (2008) é necessário um ou mais motivos em todo nível de prática esportiva que faça a criança escolher e optar por determinada modalidade. Pois, é a partir da motivação que ela irá escolher, se esforçar e persistir no esporte escolhido (Carron; Haunsenblas; Estabrooks, 2003 apud Carbinatto et al., 2010). Sendo assim, é necessário que a criança e o adolescente tenham mais acertos do que erros em suas atividades esportivas, para que eles continuem interessados e encorajados. Quando os mesmos tem uma pequena parcela de erros, possibilita que continuem tentando obter o sucesso, caso contrário podem se sentir desmotivados e optar pelo abandono da prática (Palma, 2018).

Para Weinberg e Gould (2017) a motivação está interligada a fatores pessoais que está associado à personalidade do indivíduo, seus objetivos, interesses e necessidades. Que pode ter relação com fatores situacionais, como: as facilidades de acesso e atratividade da prática, os desafios e influências sociais, assim como, o estilo de liderança do treinador. Samulski (2009) acrescenta que os fatores pessoais são de origem intrínseca e o situacional de fatores ambientais são de origem extrínseca (apud Goulart et al., 2022).

Ao analisarmos a literatura, observamos que Lopes (2009) compreende que a motivação intrínseca (MI) está relacionada às emoções, como a sensação do prazer interno, sem que haja interação com elementos do meio externo. É este prazer que proporciona o bem estar durante a atividade, pois quanto menos preocupação em adquirir recompensas externas, maior poderá ser sua dedicação por motivos internos (GILL, 1986 apud Lopes, 2009). Jarvis (2006) explica que o que compõe a MI é a diversão, o amor pela prática e a oportunidade de demonstrar as habilidades. Além disso, pessoas que são intrinsecamente motivadas buscam se esforçar para se tornarem competentes e ter o domínio da prática, além de focar em aprender o máximo de habilidades possíveis que a atividade pode proporcionar (Weinberg; Gould, 2017).

Segundo alguns autores, para um melhor entendimento, a MI pode ser dividida em motivação com direção ao conhecimento (objetivo de aprender algo novo); motivação em direção a conquista (objetivo de atingir determinada tarefa) e motivação em direção a estimulação (objetivo de vivenciar as sensações que a atividade pode proporcionar) (Carbinatto et al., 2010).

Quando falamos de motivação extrínseca (ME), os autores Ryan e Deci (2000) sintetizam que a atividade é realizada com objetivos não relacionados à própria prática, pois a razão do indivíduo está relacionado à aprovação de outras pessoas, reconhecimento, recompensas ou até mesmo influências externas. No esporte é comum ter recompensas materiais ou de prêmios, como: medalhas, troféus, faixas, roupas, dinheiro, etc. Com o objetivo de premiar e saudar os ganhadores, não limitando esse tipo de prática apenas ao alto rendimento (Weinberg; Gould, 2008; Carbinatto et al., 2010).

Franco (2000) corrobora com essa ideia, ao dizer que a ME está relacionada com uma necessidade externa à pessoa para realizar uma atividade que quer alcançar outro objetivo maior e tem satisfação a partir do que acontece dela, e não da ação em si (apud Lopes, 2009).

Weinberg e Gould (2017), acreditam que as crianças podem se sentir motivadas extrinsecamente para praticar algum tipo de esporte, pois através dele é que a criança pode encontrar amigos e até mesmo fazer novas amizades. O ambiente onde acontece a prática, a influência da mídia, dos pais e demais familiares, também são fatores considerados extrínsecos (apud Lopes, 2009).

2.3 ATIVIDADES EXTRACURRICULARES

As atividades extracurriculares podem também ser chamadas de atividades complementares, que tem como objetivo de fato complementar o currículo escolar (Lunenborg, 2010. Parente, 2020). Elas são opcionais e desenvolvidas fora da grade curricular, contemplando práticas esportivas, línguas, artes, dentre outras (Carbinatto et al., 2010. Parente, 2020).

Além de se destacar cada vez mais, principalmente por interesses econômicos das instituições escolares e dos familiares. É nas AE que os pais têm encontrado um ambiente que favorece o cultivo de valores educativos, morais e de cidadania, indo além do ensino da sala de aula (Carbinatto et al., 2010).

As atividades esportivas podem proporcionar para as crianças e adolescentes o desenvolvimento e aprofundamento do trabalho em equipe, habilidades motoras, cognitivas, sociais e competências para um maior aprimoramento nas aulas de educação física (Alves et al., 2022. Metsäpelto; Pulkkinen, 2014. Barber; Eccles; Stone, 2001).

Fredricks e Eccles (2005) complementam dizendo que adolescentes praticantes de AE possuem um bom envolvimento escolar, notas melhores e menor índice de depressão em comparação aos não praticantes. Os autores acreditam que esses benefícios podem estar relacionados a um maior compromisso que o adolescente tem com a escola e a relação com colegas que valorizam os estudos da atividade, influenciando para além dela.

Segundo Brown (2007) os adolescentes são influenciados pela cultura e experiência da atividade realizada, influenciando seus valores e percepção das coisas de acordo com suas relações sociais. As AE se mostram importantes quando o objetivo é encorajar os adolescentes a atingir grandes sucessos, assim como a implantação de regras. Pois é através destas práticas que eles podem experimentar assumir papéis de liderança (apud Nunes, 2013).

3. ESTUDOS ENCONTRADOS

Após realizar uma busca de estudos semelhantes, realizados no período de dez anos, de 2014 até 2024 utilizando as seguintes palavras: “Ginástica artística” AND motivação AND extracurricular; “Ginástica artística” AND motivação AND “Educação física”; “Ginástica artística” AND “esporte-infantil” AND motivação e “Ginástica artística” AND “esporte-infantil” AND extracurricular. Foram encontrados 729 trabalhos nas bases de dados do Google Acadêmico (727), Scielo (1), Lume (0) e CAPES (1). Na plataforma Scielo e CAPES foi encontrado o mesmo artigo, ao ler os títulos das demais plataformas pude fazer um refinamento ficando com 22 trabalhos. Nas quatro pesquisas com combinações diferentes de palavras ocorreu praticamente a busca dos mesmos trabalhos. Destes, li o resumo e fiquei com apenas 4, que de fato abordavam o assunto pertinente à minha pesquisa, como consta na tabela 1.

Tabela 1 - Estudos encontrados

TÍTULO	AUTORES	ANO	LOCAL DE PUBLICAÇÃO	TIPO
A motivação para as primeiras peripécias na ginástica artística: a perspectiva de praticantes iniciantes.	Vitor Ricci Costa; Maurício dos Santos Oliveira; Michele Viviene Carbinatto e Myrian Nunomura.	2017	Revista Pensar a prática	Artigo
Motivos de abandono na prática de ginástica artística no contexto extracurricular	Priscila Lopes; Maurício Santos Oliveira; Cíntia Regina de Fátima e Myrian Nunomura.	2016	Revista Brasileira de Educação Física e Esporte	Artigo
Motivação e ginástica artística: a opinião de praticantes e seus professores	Priscila Lopes; Michele Viviene Carbinatto; Maurício Santos Oliveira e Myrian Nunomura.	2018	Revista Corpoconsciência	Artigo
Motivação para a prática de ginástica artística em um projeto de extensão universitária	Aryadne Silva Batista e Carlos Eduardo Santos de Castro	2019		TCC

Fonte: autoria própria.

Com essa pesquisa é nítido observar que é escasso trabalhos que abordam sobre o assunto, principalmente nos últimos dez anos e na região sul do Brasil, tendo em vista que é uma prática atual e que vem se destacando cada vez mais no contexto extracurricular.

O primeiro artigo de Costa et al. (2017), buscou identificar sobre quais os motivos que levam crianças a iniciarem na prática de GA. O estudo foi realizado com 18 meninas e 4 meninos, entre 7 e 10 anos, que praticavam a modalidade há menos de um ano em academias privadas e centros públicos nos municípios de Descalvado e São Carlos, localizados no interior de São Paulo.

Com entrevista semiestruturada, os relatos demonstraram que existem fatores intrínsecos (dividido nos contextos de: prazer pela prática, benefícios da prática à saúde e desafio) e extrínsecos (dividido nos contextos de: influência da família, mídia/divulgação, influência dos amigos, características da GA e recompensas materiais).

Pôde-se notar que fatores de origem extrínseca têm maior influência para a iniciação da prática pelas praticantes, já que o meio social tem grande influência na vida dos jovens. Com isso, quando os treinadores têm o conhecimento dos motivos de cada praticante pela escolha da modalidade, pode-se manter elas engajadas por mais tempo, através de aulas que corroboram com os verdadeiros interesses.

Já no estudo realizado por Lopes et al. (2016), buscaram identificar quais seriam os motivos de abandono na GA, realizado no contexto das atividades extracurriculares de escolas particulares localizadas na Grande São Paulo.

Foi realizado entrevistas semiestruturadas com 25 meninas entre 11 e 17 anos, que atualmente são praticantes de GA, mas já abandonaram a prática por um determinado período. Também foi dividido em fatores motivacionais intrínsecos, como: mudança de interesses e extrínsecos, dividido em: problemas de saúde/lesões, excesso de atividades escolares, falta de amizade na turma, falta de afinidade com o treinador e dependência dos pais.

Os autores concluíram que os motivos extrínsecos foram os mais ressaltados como influenciadores de abandono da prática, por serem multifatoriais. Com isso ocorrem dificuldades em se obter estratégias para diminuir as desistências de abandono. Ainda assim, é imprescindível ter o conhecimento dos verdadeiros motivos de cada praticante pela prática da modalidade, para possibilitar sua permanência na prática.

E na pesquisa que Lopes et al. (2018), investigaram através de entrevista semiestruturada, com 25 meninas entre 11 e 17 anos, que estavam distribuídas em seis colégios da rede privada da grande São Paulo, praticantes da modalidade no contexto extracurricular. Quais foram os motivos para escolha e permanência em realizar GA, assim como seus objetivos na prática. Para complementar a pesquisa foi coletada a opinião de seus professores sobre tais motivos, buscando saber se eles estavam alinhados de acordo com os objetivos e motivos de suas alunas.

A motivação foi dividida em fatores motivacionais Intrínsecos e extrínsecos. O que se destacou mencionado pelas alunas e observado pelos professores como motivos intrínsecos para a escolha, foi o potencial pela prática e a variedade de movimentos (que chama atenção para a prática) e os motivos extrínsecos foram: a influência que outras pessoas exercem na escolha pela ginástica e a influência da mídia.

Quanto ao objetivo da prática, foi destacado pelas alunas e professores o desejo de melhorar as habilidades e ser atleta de alto nível (este objetivo foi destacado após a observação do relato dos professores que evidenciaram utilizar o modelo do esporte de alto rendimento na prática de ensino), objetivos como lazer e saúde destacados pelas alunas foram ignorados pelos professores. Os professores também citaram que de acordo com suas opiniões algumas alunas não têm objetivos com a prática, ignorando completamente sua participação.

E, por último, a motivação para permanência na modalidade, destacados como motivos intrínsecos, foi de progredir na prática, o gosto e a facilidade com as habilidades da GA. Já, nos motivos extrínsecos os professores pareceram ignorar os motivos das alunas, obtendo nenhum motivo em comum citado entre alunas e professores.

Com isso, o estudo concluiu que as alunas praticam GA por um viés mais amplo, como o convívio social, a saúde, para auxílio em outras atividades, ocorrendo diferenças entre a opinião dos seus professores, pois eles têm a opinião mais voltada à formação de atletas.

Os pesquisadores deste estudo mencionaram que os motivos intrínsecos e extrínsecos devem ser levados em consideração no planejamento de ensino das aulas para que as necessidades e expectativas das alunas possam ser atendidas.

E por último, no TCC realizado por Batista e Castro (2019), apontou dados através da realização de entrevistas semiestruturadas com 20 meninas entre 7 e 12

anos, alunas do projeto de extensão de Ginástica, com ênfase na GA, aberto para a comunidade externa da Universidade Federal do Espírito Santo.

Após a análise das respostas, a motivação foi dividida em Fatores intrínsecos, como: o sonho de ser ginasta e Fatores extrínsecos, como: a influência da mídia, influência de amigos, visualização in foco, influência da família e prática de atividade física.

Através destes dados, pode-se observar que novamente os fatores extrínsecos se destacaram tendo maior influência, e, apenas uma motivação de fator intrínseco foi mencionado pelas praticantes. A motivação mais citada nas entrevistas foi sobre a “influência de amigos”, reforçando que aspectos sociais influenciam diretamente na motivação para aderência a modalidade.

O estudo concluiu que quando os professores têm o conhecimento das motivações de suas praticantes, tanto intrínseca como extrínseca, possibilita que o planejamento das aulas possam atender aos anseios das praticantes.

Através destes estudos podemos observar que é fundamental o professor buscar ter o conhecimento dos motivos que cada aluna tem com a prática, para que se torne prazeroso e motivador estar engajada com a modalidade. Também é importante destacar que a prática no contexto extracurricular, deve ter um viés apropriado para o ambiente em que a prática está sendo oferecida, já que em um dos estudos destacados foi possível observar que o objetivo de alguns professores em seus planejamentos de aula era voltado para um viés do alto rendimento, não sendo apropriado e alinhado com a proposta da prática ministrada em um ambiente em que a mesma está inserida.

4. METODOLOGIA DA PESQUISA

A pesquisa deste trabalho de conclusão de curso se dará através do método qualitativo, que segundo Negrine (2010), esta metodologia tem como finalidade buscar significados aos objetos estudados, através da descrição, análise e interpretação dos dados obtidos na investigação.

De acordo com Triviños (1987), a entrevista semiestruturada parte de questionamentos básicos que já foram previamente elaborados, fundamentados em teorias e hipóteses relacionados à pesquisa, que a partir disso, permite novos questionamentos advindo de novas hipóteses oriundas das respostas dos

entrevistados. Essa metodologia enriquece o estudo, visto que o entrevistador tem mais liberdade para realizar novos questionamentos não previstos e o entrevistado tem mais espontaneidade para expressar suas experiências.

Sendo assim, foi através de uma entrevista semiestruturada que ocorreu a coleta de dados, com a elaboração de um roteiro com perguntas abertas previamente definidas, para nortear o que o entrevistador pretende obter, mas que durante a entrevista possa ser realizado perguntas que não haviam sido definidas, para compreender melhor o tema que está em pauta (Negrine, 2010; Amado, 2014).

Para a elaboração do roteiro das entrevistas foi adaptado o questionário de Lopes e Nunomura (2007), composto por 8 perguntas que foram adaptadas para 7 com o propósito de atender aos objetivos da pesquisa, como mostra na Tabela 2.

Tabela 2 - Roteiro das entrevistas

1. Por que você escolheu praticar a Ginástica Artística?
2. Por que você continua praticando ginástica? O que tem na ginástica que te faz praticar atualmente?
3. Qual o seu objetivo dentro da ginástica? Até onde você quer chegar?
4. Quando você tem um desafio na aula, o que você sente?
5. A ginástica ajuda você em outras áreas no âmbito escolar? Quais?
6. Você já pensou em desistir da prática? Por quê?
7. Você sente que seus professores procuram sempre ajudar quando é necessário? Sem cobrança para uma execução perfeita?

Fonte: Adaptado de Lopes e Nunomura (2007).

Para realizar as entrevistas e obter as informações para tal estudo, foi utilizado um smartphone, modelo Iphone 11 para realizar as gravações de áudio. As entrevistas ocorreram com seis praticantes de 12 anos, matriculadas regularmente na atividade extracurricular de Ginástica Artística, no ano de 2024, em uma escola particular da cidade de Porto Alegre/RS, em um local reservado que estava presente apenas a entrevistadora e a entrevistada. Portanto, para manter o sigilo do nome das entrevistadas, serão utilizados nomes fictícios.

As entrevistas foram transcritas, possibilitando que o material coletado pudesse ser observado e estudado de forma mais minuciosa. Pois isto será

fundamental para que ocorra uma análise completa para elaboração dos resultados e considerações finais desta pesquisa.

Todas as participantes do estudo foram convidadas através de uma conversa prévia sobre a temática da pesquisa e de forma voluntária se dispuseram a participar da entrevista. Ninguém se recusou a participar, totalizando em 6 estudantes. Todas receberam um termo de assentimento livre e esclarecido em duas vias, uma para a entrevistada e a outra com a entrevistadora.

5. RESULTADOS

Para a apresentação e análise dos dados coletados nas entrevistas foi fundamental os argumentos das entrevistadas. Com isso, foi identificado através dos relatos fatores motivacionais de origem intrínseca e extrínseca para a prática da GA no contexto extracurricular.

Sendo assim, serão discutidos os dados em suas respectivas subcategorias: motivação intrínseca e motivação extrínseca. As demais respostas, foram escolhidas alguns contextos que compreendem as unidades de contexto que melhor representam os fatores motivacionais.

5.1 MOTIVOS INTRÍNSECOS

Os motivos de origem intrínseca para Vallerand (2007) é quando a pessoa encontra razões para se engajar na atividade que vai lhe fazer bem e trazer satisfação ao explorar e aprender algo novo. Indo ao encontro do que foi relatado pelas praticantes, de forma unânime o prazer pela prática e a auto-superação foram os mais mencionados, seguido de benefício à saúde que a mesmo proporciona.

A identificação dos fatores mencionados se tornam fundamentais para que as praticantes se sintam motivadas e engajadas, possibilitando a continuidade na modalidade durante o período escolar ou até mesmo posterior a ele. Pois, Santos e Knijnik (2006) acreditam que a iniciação esportiva na fase escolar pode facilitar para que o indivíduo dê continuidade a esse hábito na fase adulta.

5.1.1 PRAZER PELA PRÁTICA

De acordo com a experiência que tive na GA, pude notar que a sensação de prazer durante a realização de uma prática é fundamental para que o praticante tenha engajamento, dedicação e permanência. Indo de encontro com o que Lopes (2009) e Lopes e Nunomura (2007) citam quando falam que fazemos bem aquilo que nos proporciona prazer, trazendo também a sensação de bem estar.

Com isso, quando as praticantes foram questionadas sobre o que as levam praticar GA no contexto extracurricular, todas responderam que gostam da GA, conforme o relato da Ester: “eu gosto muito” e da Taciane que ainda acrescenta: “A GA é muito legal, tem mais saltos e tal”. Corroborando com Lopes (2009) que diz sobre a relação entre o prazer durante a execução dos movimentos ginásticos e a motivação pela modalidade.

As entrevistadas também relataram que sua participação na GA não tem relação com algum sonho ou desejo futuro de querer ser uma ginasta de alto rendimento: “meu objetivo é só fazer ginástica, eu já tive o sonho de ser ginasta, mas agora não tenho mais” (Samanta) e “não sei se quero ser profissional, não é bem o lugar que quero chegar” (Taciane). Corroborando com Malina (2016) que menciona ser poucas crianças e jovens que de fato vão chegar no alto rendimento.

Ester menciona uma experiência ao realizar a modalidade em um clube renomado da cidade, dizendo “Eu já fiz no União (clube) e era muito legal, mas eu parei porque a gente estava fazendo muita competição e eu não queria competir, eu queria que fosse um hobby, sabe? Aí eu continuei fazendo na escola”. Esta fala vai de encontro com o que Costa et al. (2017) fala, sobre ser imprescindível o treinador procurar saber os objetivos e pretensões dos seus alunos na modalidade, devido às diversas razões pelo ingresso no esporte, que não necessariamente o alto rendimento.

5.1.2 AUTO-SUPERAÇÃO

As praticantes falaram que se sentem motivadas ao se depararem com desafios durante as aulas. Samanta relata: “Isso não me desmotiva, um desafio é bom”, assim como a Aurora “ Eu me sinto orgulhosa de mim mesma de conseguir fazer as coisas, isso me traz uma motivação, se fosse só ficar aqui fazendo exercício, fazendo uma coisa que a gente sempre faz, não teria graça fazer”.

O autor Vallerand (2007) fala que o indivíduo busca por atividades que proporcionem prazer e satisfação através de experiências que ele possa superar a si mesmo. Ou seja, de acordo com os relatos mencionados, ter desafios possíveis de serem alcançados torna a prática mais interessante, resultando em mais engajamento das praticantes.

O comentário da Ester, falando: “um desafio que mesmo que não consiga, me motiva a treinar mais (...) eu quero aprender Rodante Flick, que eu já sei fazer flick e é muito legal”. vai de encontro com a observação feita pelos autores Roberts e Mckelvain (1987) mencionado por Carbinatto et al. (2010) que um dos fatores motivacionais entre os praticantes de ginástica é mostrar sua evolução na modalidade.

De acordo com Nunomura et al. (2007), através da GA pode-se vivenciar grandes oportunidades para aprender a superar obstáculos, permitindo que as praticantes possam lidar melhor com suas emoções e tenham melhor capacidade de solucionar problemas. Contribuindo para a autoestima e formação humana. Tais afirmações também vão de encontro com o que Isis fala: “os desafios me mantêm viva, me faz querer treinar mais”. Ou seja, existe satisfação quando se busca aprender algo novo.

5.1.3 BENEFÍCIO A SAÚDE

Uma entrevistada relatou que um dos motivos para a permanência na prática é o benefício à saúde que a mesma pode proporcionar, “Eu pratico também para eu ter saúde e continuar bem, não importa a idade” (Aurora). Relacionado com o que Caine, Russell e Lim (2013) citam sobre a ginástica ser uma atividade que proporciona benefícios para a saúde do seu praticante, principalmente o aprimoramento das habilidades físicas.

Outro aspecto observado através da fala das praticantes, foi que principalmente nas aulas de educação física elas se destacavam na velocidade e flexibilidade em relação aos seus colegas que não praticavam GA. Como citado: “Na educação física eu corro mais rápido que os meus colegas que não fazem ginástica” (Ester) e “na hora de correr, a gente corre mais rápido” (Aurora). Moeskops et al. (2019) afirma que a GA é uma modalidade que exige velocidade, flexibilidade, força

e potência, por isso é imprescindível o reforço de tais capacidades físicas durante as aulas.

Em relação a flexibilidade, a entrevistada Samanta diz: “no vôlei por exemplo a gente tem que se alongar e tals, e a ginástica me ajuda, percebo que sou mais flexível que meus colegas” e a Aurora complementa: “Na educação física dá pra ver a diferença de quem faz e quem não faz (GA) (...) os alongamentos, alguns exercícios que tem gente que não tem nem ideia de como se alonga”. Os relatos reforçam o estudo realizado por Hsieh et al. (2017) que mostrou, após oito semanas de um programa de ginástica, a melhora significativa na flexibilidade das crianças participantes.

5.2 MOTIVAÇÃO EXTRÍNSECA

Crianças extrinsecamente motivadas segundo Lopes e Nunomura (2007) são altamente influenciadas pelo meio em que estão inseridas, refletindo em suas escolhas. Podendo ser evidenciado através das entrevistas, pois a influência social e do professor se mostrou ser relevante para as praticantes iniciarem, se engajarem e darem continuidade a modalidade.

5.2.1 INFLUÊNCIA SOCIAL

Foi evidenciado na maioria das respostas que a influência social foi um fator relevante para as praticantes terem o interesse e iniciarem na modalidade. Isis começa dizendo “Todas as minhas colegas estavam fazendo e eu também quis fazer”; “desde pequenininha eu sempre fiz ginástica rítmica, sempre gostei bastante, porque várias amigas minhas faziam e eu fui gostando do esporte” (Aurora), e a Samanta fala da saudade que sentiu quando alguns anos atrás teve que sair da ginástica: “senti saudade e agora voltei”. Ou seja, segundo Weinberg e Gould (2001) a criança gosta do esporte por ser um meio que ela pode encontrar os amigos e ainda fazer novas amizades.

Costa et al. (2017) fala como o meio social influencia de forma significativa na escolha que os indivíduos fazem. Como Taciane mencionou que ao ter contato com a filha da sua professora que era ginasta, lhe despertou interesse pela prática: “a filha de uma professora que eu tive, a filha dela era mais velha e praticava GA, foi

por causa dela que eu tive o interesse de começar a fazer. Eu queria ser igual a ela, porque ela competia e era a melhorzinha da escola”.

A influência familiar também é fortemente considerável, como demonstra no relato da Ester: “minha prima já fazia e um dia fui na casa dela e ela me mostrou o que ela fazia, tipo reversão. Eu achei muito legal e resolvi fazer também. Logo já comecei na GA, eu tinha uns 4 anos”. Lopes (2009) diz que geralmente a rotina diária das crianças antes de iniciar no esporte se restringe ao convívio familiar e escolar, por isso se tornam pessoas potencialmente influenciadores nas escolhas das crianças para iniciarem em uma modalidade esportiva.

Apesar da GA ser considerada um esporte individual, Massimo e Massimo (2013) mencionado por Lopes et al. (2016) refletem dizendo que na maioria das vezes as ginastas procuram um ambiente que elas se sintam bem e possam desenvolver bons relacionamentos interpessoais.

5.2.2 INFLUÊNCIA DO PROFESSOR

De forma unânime as entrevistadas falaram sobre seus professores e em como eles são fundamentais para que elas consigam evoluir na prática, comentando: “Não me sinto pressionada e nem cobrada pelos meus professores, eles respeitam cada uma e nos ajudam” (Ester).

Segundo Lopes et al. (2016) é importante que o professor não confunda o treinamento de alto rendimento com o contexto extracurricular. Assim como, o treinador deve buscar o equilíbrio, para que as atividades proporcionem o sentimento de competência aos seus alunos, adequado para o contexto extracurricular. Indo de encontro também com o que Samanta relata ao dizer: “Eu acho que eles só estão nos ajudando a fazer e quando a gente não consegue eles tentam nos ajudar pra gente conseguir fazer tudo certo depois”.

A praticante Aurora destacou a forma didática que os professores usam quando algumas colegas não conseguem realizar o exercício proposto. Ela diz: “tem alguns exercícios que são, por exemplo: cama elástica, algumas colegas não conseguem fazer mortal de frente, essas coisas. Aí eles adaptam os exercícios para quem não consegue fazer, para que daqui um tempo consigam”. Lopes (2009) aponta que não basta o treinador conhecer apenas os aspectos técnicos, pois isso não garante uma aprendizagem eficaz. Mas, compreender os aspectos psicológicos

e emocionais do aluno possibilita que seja aplicada as táticas da modalidade de forma adequada.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados encontrados, pude obter e compreender as respostas para o problema de pesquisa do presente estudo determinado através da seguinte questão: Quais motivos pela aderência de meninas adolescentes praticarem ginástica artística no contexto extracurricular?

A partir da entrevista feita com seis praticantes de GA no contexto extracurricular de uma escola particular localizada na cidade de Porto Alegre/RS, foi possível analisar a importância do professor ter o conhecimento das motivações que suas alunas têm para escolherem e assim continuarem na modalidade, advinda de uma atividade extracurricular em que o praticante se envolve por interesse próprio.

Com isso, podemos concluir que a motivação para iniciar em um esporte, pode ser multifatorial, de origem intrínseca (fatores pessoais) e extrínseca (fatores ambientais), sendo que na maioria das vezes um deles irá prevalecer mais que o outro. Através da realização deste estudo, a motivação de origem intrínseca foi a que se destacou, tendo maior influência para a aderência das meninas pela prática, citado por elas como o prazer pela prática, auto-superação e benefício à saúde.

Este resultado, possibilitou a compreensão da permanência das praticantes na modalidade, em que elas não dependem unicamente de fatores externos para se sentirem motivadas, mas principalmente dos seus interesses internos de se sentir bem durante a execução dos movimentos, o prazer de se superar e conseguir avançar nas aulas, assim como a consciência de entender a relação do esporte com a saúde e os benefícios que a prática pode proporcionar.

Do mesmo modo, poder se destacar por meio da prática da GA em outros âmbitos escolares, como na educação física, através da melhora significativa do condicionamento físico, proporcionando as praticantes o benefício de melhores condições físicas para além da modalidade.

Apesar da motivação de origem extrínseca não ter sido predominante, ainda assim ela foi mencionada através da influência social e do professor, mostrando como o meio social, tanto o ambiente familiar, como escolar e os demais a que o

indivíduo pertence e convive pode influenciar nas suas escolhas para iniciar e permanecer na prática.

Também pode ser observado que nenhuma das praticantes mencionaram atingir o alto rendimento e que sentem que seus professores sempre buscam adaptar e ajudar nas limitações e dificuldades de cada uma, para que possam progredir na prática. Isto demonstra que a modalidade está sendo ministrada com os objetivos corretos referente ao ambiente em que se está inserida, sem a visão do alto rendimento, mas sim do contexto extracurricular, respeitando o tempo de aprendizagem de cada uma e auxiliando para que ocorra o desenvolvimento na modalidade.

Portanto, é fundamental que o professor procure ter o conhecimento dos motivos das alunas e suas origens pela aderência da prática, para que a metodologia e os objetivos das aulas possam estar alinhados com os verdadeiros interesses das alunas, proporcionando que a prática faça parte do período escolar das praticantes através de um envolvimento progressivo nas aulas a partir dos seus anseios.

Vale destacar, a importância de ser elaborado outros estudos que possibilite um número maior de participantes, para que possa ser identificado e explorado demais motivos que não foram mencionados nas entrevistas desta pesquisa, para a permanência na GA no contexto extracurricular.

Pois, a pesquisa qualitativa pode trazer resultados diferentes, sem que exista uma generalização das informações, como mostra este trabalho, apresentando análises diferentes do que anteriormente citado nos estudos encontrados nesta pesquisa. Contudo, acredito que este trabalho trouxe resultados significativos para fomentar a importância de proporcionar aos alunos a GA no contexto extracurricular, pelos diversos benefícios físicos, mentais e sociais que a prática pode proporcionar, assim como os professores terem o conhecimento da motivação de suas alunas, para que possam ser assíduas na prática.

7. REFERÊNCIAS

ALVES, T. A. *et al.* **OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA COMO ATIVIDADE EXTRACURRICULAR NA CIDADE DE VITÓRIA/ES.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, [s. l.], v. 30, n. 4, 2022. Disponível em:

<<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/12918>>. Acesso em: 26 Jun. 2024.

AMADO, J. **Manual de investigação qualitativa em educação 2ª edição**. Coimbra: Coimbra University Press, 2014. E-book. Disponível em: <<https://ucdigitalis.uc.pt/pombalina/item/54493>>. Acesso em: 24 maio 2024.

BARBER, B. L.; ECCLES, J. S.; STONE, M. R. **Whatever happened to the jock, the brain and the princess?**. Journal of Adolescent Research, [s.l.], v. 16, n. 5, p.429-455, 2001. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/233896046_Whatever_Happened_to_the_Jock_the_Brain_and_the_Princess_Young_Adult_Pathways_Linked_to_Adolescent_Activity_Involvement_and_Social_Identity>. Acesso em: 27 abr. 2024.

BATISTA, A.S.; CASTRO, C. E. S. **Motivação para a prática de ginástica artística em um projeto de extensão universitária**. Universidade Federal do Espírito Santo: Centro de Educação Física e Desporto, 2019. Disponível em: <https://cefd.ufes.br/sites/cefd.ufes.br/files/field/anexo/aryadne_e_carlos_eduardo_-_motivacao_para_a_pratica_de_ginastica_artistica_em_um_projeto_de_extensao_universitaria.pdf>. Acesso em: 11 de ago. 2023.

BRASIL. **Ministério da Educação**. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf>. Acesso em: 12 de jul. de 2023.

BUSTO, R. M.; ACHOUR JUNIOR, A.; MOREIRA, R. S. T. **Ginástica artística: uma proposta de aplicabilidade**. Extramuros - Revista de Extensão da UNIVASF. Petrolina/PE, v. 1, n. 1, p. 124-133, 2013. Disponível em: <<https://www.periodicos.univasf.edu.br/index.php/extramuros/article/view/617>>. Acesso em: 31 maio. 2024.

CARBINATTO, M. V. *et al.* **Motivação e ginástica artística no contexto extracurricular**. Conexões, Campinas/SP, v. 8, n. 3, p. 124–145, 2010. Disponível em: <<https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637731>>. Acesso em: 5 jun. 2024.

CESCHINI, F. L. *et al.* **Prevalence of physical inactivity and associated factors among high school students from state's public schools**. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, v. 85, n. 4, p. 301-306, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jped/a/wqLVh4DPC8BFGWpmjnM3kMk/?lang=pt#>>. Acesso em: 25 maio. 2024.

Comitê Olímpico do Brasil. Disponível em: <<https://www.cob.org.br/pt/cob/confederacoes/cbg/>>. Acesso em: 01 jun. 2024.

Confederação Brasileira de Ginástica - Perguntas Frequentes. Disponível em: <<https://cbginastica.com.br/perguntas-frequentes>>. Acesso em: 28 mai. 2024.

COSTA, V. R. *et al.* **A motivação para as primeiras peripécias na ginástica artística: a perspectiva de praticantes iniciantes.** *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 20, n. 2, 2017. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/feff/article/view/43614>>. Acesso em: 11 jul. 2023 e 23 maio 2024.

Federation Internationale de Gymnastique - About the FIG. Disponível em: <<https://www.gymnastics.sport/site/about.php>>. Acesso em: 01 jun. 2024.

FREDRICKS, J. A.; ECCLES, J. S. **Developmental Benefits of Extracurricular Involvement: Do Peer Characteristics Mediate the Link Between Activities and Youth Outcomes?** *Journal of Youth and Adolescence*, [s. l.], v. 34, n. 6, p. 507–520, 2005. Disponível em: <https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/45300/10964_2005_Article_8933.pdf%3Bjsessionid%3D7BF6A499BFAFB8FC21D731895C866FF6?sequence%3D1>. Acesso em: 22 mai. 2024.

GOULART, K.N. de O. *et al.* **Fatores motivacionais dos alunos e avaliação da qualidade de aulas online de ginástica artística.** *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, [s. l.], v. 44, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbce/a/9GN4g9GR3ZZvHP3m5jfgrKH/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 06 jun. 2024.

HANSEN, D. M.; LARSON, R.; DWORKIN, J. **What adolescents learn in organized youth activities: a survey of self-reported developmental experiences.** *Journal of Research on adolescence*, [s. l.], p. 25-56, 2003. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/227624515_What_Adolescents_Learn_in_Organized_Youth_Activities_A_Survey_of_Self-Reported_Developmental_Experiences>. Acesso em: 23 maio 2024.

HSIEH, S. S. *et al.* **Effects of childhood gymnastics program on spatial working memory.** *Medicine & Science in Sports and Exercise*, [s. l.], v. 49, n. 12, p. 2537-2547, 2017. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28796655/>>. Acesso em: 24 maio 2024.

JARVIS, M. **Sport Psychology: A Student's Handbook.** East Sussex: Routledge, 2006. *E-book*.

LIMA, N. N. *et al.* **Perfil sociodemográfico e nível de atividade física em adolescentes escolares.** *Revista de Atenção à Saúde*, [s. l.], v. 12, n. 39, p. 1-7, 2014. Disponível em: <https://www.seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/2001>. Acesso em: 25 maio 2024.

LINHARES, P. C. A. *et al.* **A importância da escola, aluno, estágio supervisionado e todo o processo educacional na formação inicial do professor.** *Revista Terceiro Incluído*, Goiânia, v. 4, n. 2, p. 115–127, 2014. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/teri/article/view/35258>>. Acesso em: 27 maio 2024.

LOPES, P. **Motivação e ginástica artística no contexto extracurricular**. 2009. Dissertação (Mestrado) - Universidade de São Paulo, São Paulo.

LOPES, P. *et al.* **Motivos de abandono na prática de ginástica artística no contexto extracurricular**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, [s. l.], v. 30, n. 4, p. 1043–1049, 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000401043>>. Acesso em: 11 jul. 2023.

LOPES, P. *et al.* **Motivação e ginástica artística: a opinião de praticantes e seus professores**. Corpoconsciência, [s. l.], v. 22, n. 3, p. 86–10, 2018. Disponível em: <<https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/7222>>. Acesso em: 11 jul. 2023.

LOPES, P., NUNOMURA, M. **Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. São Paulo, v. 21, n. 3, p. 177-187, 2007. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16654>>. Acesso em: 4 jun. 2024.

LUNENBURG, F. C. **Extracurricular Activities**. Sam Houston State University. Schooling, v. 1, n. 1, 2010. Disponível em: <<https://www.nationalforum.com/Electronic%20Journal%20Volumes/Lunenburger,%20Fred%20C.%20Extracurricular%20Activities%20Schooling%20V1%20N1%202010.pdf>>. Acesso em: 14 jun. 2024.

MALINA, R. M. Organized youth sports: background, trends, benefits and risks. In: COELHO, M. J. *et al.* (Org.). **Youth sports: participation, trainability and readiness**. Coimbra: Coimbra University Press, 2016. p. 2-27.

METSÄPELTO, R. L.; PULKKINEN, L. **The benefits of extracurricular activities for socioemotional behavior and school achievement in middle childhood: An overview of the research**. Journal for educational research online, [s. l.], v. 6, n. 3, p. 10-33, 2014. Disponível em: <https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source_opus=9685>. Acesso em: 14 jun. 2024.

MOESKOPS S. *et al.* **The physiological demands of youth artistic gymnastics**. Strength e Conditioning Journal, [s. l.], v. 41, n. 1, p. 1-34, 2019. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/325776201_The_Physiological_Demands_of_Youth_Artistic_Gymnastics_Applications_to_Strength_and_Conditioning>. Acesso em: 25 jul. 2024.

NEGRINE, A. **A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas**. Porto Alegre, Sulina, 2010. P. 61-100.

NUNOMURA, M. **Ginástica Educacional ou Ginástica Olímpica**. Motriz Revista de Educação Física, Rio Claro, v. 4, n. 1, p. 65-68, 1998. Disponível em: <<https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6599>>. Acesso em: 28 maio 2024.

NUNOMURA, M.; CARRARA, P. D. S.; CARBINATTO, M. V. **Análise dos objetivos dos técnicos na Ginástica Artística**. Motriz: Revista de Educação Física, Rio Claro, v. 16, n. 1, p. 95-102, 2010. Disponível em: <<https://repositorio.usp.br/item/002337488>>. Acesso em: 28 maio 2024.

NUNOMURA, M.; NISTA-PICCOLO, V. L.; EUNEGI, G. **Ginástica olímpica ou ginástica artística? Qual a sua denominação?**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 12, n. 4, p. 69-74, 2004. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/589>>. Acesso em: 01 jun. 2024.

PAIM, M. C. C. **Fatores motivacionais e desempenho no futebol**. Revista da Educação Física/UEM Maringá, Maringá, v. 12, n. 2, p. 73-79, 2001. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/277060564_FATORES_MOTIVACIONAIS_E_DESEMPENHO_NO_FUTEBOL>. Acesso em: 03 jul. 2024.

PALMA, M. S. **O desenvolvimento de habilidades motoras e o engajamento de crianças pré-escolares em diferentes contextos de jogo**. 2008. Tese (Doutorado em Estudos da Criança). Universidade do Minho, UM, Portugal.

PARENTE, C. da M. D. **Atividades extracurriculares e políticas de ampliação da jornada escolar: comparação entre Brasil e Espanha**. Práxis Educacional, Vitória da Conquista, v. 16, n. 41, p. 567-590, 2020. Disponível em: <<https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/6638>>. Acesso em: 27 maio 2024.

RYAN, R.; DECI, E. L. **Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions**. Contemporary Educational Psychology, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 54-67, 2000. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10620381/>>. Acesso em: 07 jun. 2024.

SANTOS, S. C.; KNIJNIK, J. D. **Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária I**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 5, n.1, p. 23-34, 2006. Disponível em: <<https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1299>>. Acesso em: 16 jul. 2024.

SIQUEIRA, L. G. G.; WECHSLER, S. M. **Motivação para a aprendizagem escolar: possibilidades de medida**. Avaliação Psicológica, Porto Alegre, v. 5, n. 1, p. 21-31, 2006. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-0471200600010004>. Acesso em: 03 jul. 2024.

TRIVIÑOS, A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação : o positivismo, a fenomenologia, o Marxismo**. Editora Atlas, São Paulo, 1987. *E-book*.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Revista Artmed, 6. ed., Porto Alegre, 2017. *E-book*.

APÊNDICE A - TERMO LIVRE E ESCLARECIDO

Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE)

Você está sendo convidada a participar da pesquisa do Trabalho de Conclusão de Curso que será apresentado à Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito para a conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física.

Esta pesquisa tem como título MOTIVOS PELA ADERÊNCIA QUE LEVAM MENINAS ADOLESCENTES PRATICAREM GINÁSTICA ARTÍSTICA NO CONTEXTO EXTRACURRICULAR, coordenada pelo pesquisador Prof. Dr. Fabiano Bossle, no telefone (51) 9 93180100.

Queremos saber quais são os motivos de meninas adolescentes escolherem praticar Ginástica Artística no contexto extracurricular.

Você só precisa participar da pesquisa se quiser, é um direito seu e não terá nenhum problema se desistir.

A pesquisa será feita no Colégio Bom Conselho, onde as meninas irão participar de uma entrevista semiestruturada. Para isso, será usado um smartphone para gravar as respostas, sem ocorrer imagens ou identificação da escola e das alunas. Sendo assim, todos os nomes que estiverem na pesquisa serão fictícios.

CONSENTIMENTO PÓS INFORMADO

Eu _____ aceito participar da pesquisa Quais os motivos que levam meninas adolescentes terem aderência pela prática de Ginástica Artística no contexto extracurricular.

Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que, a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir.

Os pesquisadores tiraram minhas dúvidas e conversaram com os meus responsáveis.

Recebi uma via deste termo de assentimento. A outra via ficará com o pesquisador responsável Prof. Dr. Fabiano Bossle. Li o documento e concordo em participar da pesquisa.

Porto Alegre, 09 / 07 / 2024

Assinatura do Menor

Assinatura do Responsável