

A IMPORTÂNCIA DA PREMIAÇÃO COMO FATOR MOTIVADOR PARA CORREDORES DE FUNDO DO SEXO MASCULINO

Lucas Fontanari,
Jordana dos Santos Custodio,
Camila Aparecida Honório,
Vanessa Batiston,
Rafael Castro Kocian.

Resumo

Eventos esportivos que pretendem obter mais popularidade e maior cobertura midiática oferecem prêmios pela participação, analisar os estados emocionais decorrentes da participação esportiva, sobretudo a motivação, como combustível para conquistas e superação é de suma importância para a ciência do esporte e da atividade física. A motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais intrínsecos e extrínsecos. Trabalhamos com um pesquisa de campo do tipo qualitativa, balizada pelas ciências humanas, buscando coletar dados através de um questionário aberto e estruturado, junto a praticantes do sexo masculino de uma corrida de fundo (6km), ocorrida em São José do Rio Pardo-SP, no dia 30 de agosto de 2009. Concluindo que dentro do universo pesquisado, que há uma predominância dos indivíduos em sentir interferência do fator premiação na presente corrida, isto deixa evidente a importância do fator extrínseco da premiação.

Palavras Chave: motivação, corridas de fundo, estados emocionais e movimento.

IMPORTANCE OF REWARDS AS A MOTIVATING FACTOR IN DISTANCE RUNNERS FOR MEN.

Abstract

Sporting events seeking more popularity and more media coverage offering prizes for participation, analyzing the emotional states arising from participation in sport, especially the motivation, as fuel for achievements and resilience is of paramount importance to the science of sport and physical activity. The motivation is characterized as an active process, intentional and aimed at a target, which depends on the interaction of personal factors intrinsic and extrinsic. We work with a field survey of qualitative type, limited by the human sciences, aiming to collect data through an open and structured questionnaire, along with male practitioners of a long-distance race (6km), held in Sao Jose do Rio Pardo-SP, on 30 August 2009. Conclusion that within the group studied, there is a predominance of individuals with experience interference factor in awarding this race, this shows the importance of extrinsic factor of the awards.

Key Words: motivation, Racing background, emotional states and movement.

1. Introdução

Com a evolução e a popularização do esporte cada vez mais evidente, verificamos que a presença da mídia nos diferentes tipos de competições faz-se cada vez mais presente e marcante. Em consequência, os eventos esportivos que pretendem obter mais popularidade e maior cobertura midiática oferecem prêmios pela participação e, principalmente, pela conquista da competição. Dentro desse ambiente surgem, naturalmente, atletas interessados e em busca da vitória somente pela conquista do prêmio, deixando relegado a outro plano a participação em prol da saúde e qualidade de vida.

Analisar os estados emocionais decorrentes da participação esportiva, sobretudo a motivação, como combustível para conquistas e superação é de suma importância para a ciência do esporte e da atividade física, uma vez que a partir desses estudos poderemos desenvolver novas metodologia e intervenções pensando em um atleta mais equilibrado, podendo assim, participar das competições de maneira íntegra.

O presente trabalho teve como objetivo verificar o grau de importância que os atletas masculinos participantes de corrida de fundo, especificamente de prova de rua, atribui à

premiação em dinheiro, como fator motivador para participação da corrida.

É sabido, dentro da psicologia que trata do esporte, que a premiação nas corridas de fundo, é um estímulo (extrínseco) para muitos atletas que se usam do esporte como meio de sustentabilidade. O presente estudo justifica-se para verificar se o universo pesquisado prioriza a premiação dentro da competição como um todo.

2. Revisão de Literatura

Quando pensamos em estados emocionais e movimento, comumente encontramos uma divisão entre emoções positivas e emoções negativas. Para facilitar nossa abordagem, trabalharemos com tópicos relativos a estas emoções. Ao final destas considerações especificaremos, a prova em questão.

Emoções Positivas

A investigação das emoções tem se concentrado, a princípio, na análise de emoções negativas como medo, agressão etc, e tem relegado a segundo plano os fenômenos positivos como sorte, alegria, ânimo e satisfação. Na área do esporte tem sido investigados estados emocionais positivos que podem se



...ntar durante a atividade competitiva
...ões que acompanham as ações
...as). Diante desse contexto aparecem dois
...os particularmente interessantes: o
...o de flow-feeling (sensação de fluidez) de
...entmihalyi (1985) e a análise do winning-
... (sensação de ganhar). O termo "flow" é
...cado como uma sensação de alegria
... a atividade, a total e absoluta
...ação e concentração na atividade que se
... esquecendo de si mesmo. O winning-
... (sensação de ganhar), apresenta as
...ntes características: amnésia,
...tração, aumento de tolerância à dor e
...ças na percepção.

Emoções Negativas

Durante a competição, pode-se observar
...riedade de situação nas quais o atleta se
... mais ou menos intensamente. A hipótese de
... situação específica podem provocar
...es como alegria, raiva, medo, etc. será
...ada por investigações que avaliam, por um
... emoções esperadas em uma situação
...ífica, e por outro lado, emoções sentidas em
... situação aleatória. (SCHERER et al. 1983).

Motivação

Segundo Samulski (2002) "a motivação é
...terizada como um processo ativo,
...cional e dirigido a uma meta, o qual depende
...eração de fatores pessoais (intrínsecos-
...o indivíduo se compromete em uma
...de pelo prazer e pela satisfação que
...ta explora, realiza ou quando participa de
... coisa nova) e ambientais (extrínsecos -
...ando mais o resultado do que tendo
...se na atividade por si própria". Segundo
... modelo, a motivação apresenta uma
...minante direção do comportamento
...ões, interesses, motivos e metas).

De acordo com Samulski in Weinberg;
... (2008:57), a motivação para a prática
...tiva depende da interação entre a
...onalidade (expectativas, motivos,
...dades, interesses) e fatores do meio
...nte como facilidades, tarefas atraentes,
...s e influencias sociais. No decorrer da vida
... uma pessoa, a importância dos fatores
...ais (personalidade, necessidades,
...ses, motivos, metas e expectativas) e
...ionais (estilo de liderança, facilidades,
... atrativas, desafios e influências sociais),
... mudar, dependendo das necessidades e
...unidades atuais.

Para Miranda & Bara Filho (2008), a
...ção é o combustível e a energia do
...mento e competições esportivas,
...terizada pelo processo capaz de mobilizar o
...tamento de um indivíduo. Além disso, os
... complementam que existe a interação de
... ambientais e pessoais, que acabam por

caracterizar a motivação como um processo ativo,
intencional e dirigido a uma meta específica.

Medo

O medo é concebido como **uma emoção-
choque** devido à percepção de perigo presente e
urgente que ameaça a preservação daquele
indivíduo. Provoca, então, uma série de efeitos no
organismo que o tornam apto a uma reação de
defesa como a fuga, por exemplo. Para Miranda e
Bara Filho (2008), o medo pode provocar efeitos
contrastados segundo os indivíduos e as
circunstâncias, ou até reações alternadas em
uma mesma pessoa: a aceleração dos
movimentos do coração ou sua diminuição, uma
respiração demasiadamente rápida ou lenta, uma
contração ou uma dilatação dos vasos
sangüíneos, uma hiper ou uma hiposecreção
das glândulas, constipação ou diarreia, poliúria ou
anúria, um comportamento de imobilização ou
uma exteriorização violenta.

O medo se apresenta quando a
expectativa permanece insegura também durante
o transcurso da superação de exigências. O medo
será tão mais forte quanto mais inseguro é o
desenvolvimento da ação (SAMULSKI 2002).
Ainda segundo Samulski é tomado o conceito de
que quanto mais negativo for o valor subjetivo que
se atribui às conseqüências, mais medo resulta
da antecipação.

Ansiedade

A ansiedade é um estado emocional
negativo caracterizado por nervosismo,
preocupação e apreensão e associado com
ativação ou excitação do corpo. No esporte, é
diferenciado em dois tipos (MARTENS 1990):
ansiedade somática e cognitivo. A ansiedade
somática surge no momento da competição e
envolve a participação do organismo como um
todo, colocando-o em estado de alerta e
resultando no aumento dos níveis de adrenalina e
cortisol. Já a ansiedade cognitiva surge mais
precocemente ao aproximar-se de uma
competição e permanecer em alto nível, é
determinada pela sensação emocional de
apreensão e tenacidade psíquica.

Além da diferenciação entre ansiedade
cognitiva e somática, outra diferença importante é
entre ansiedade-estado e ansiedade-traço.
Sendo que a ansiedade-estado é um estado
emocional temporário, em constante variação
com sentimentos de apreensão e tensão
conscientemente percebidos, associados com a
ativação do sistema nervoso autônomo. A
ansiedade-traço é uma tendência
comportamental de perceber e responder com
ansiedade-estado desproporcional às
circunstâncias comuns.

Corrida de 6000 metros Corridas de Fundo

Segundo Fernandes (2003) a corrida de 6.000 metros é caracterizada como, não-balizada, ou seja não existe uma baliza que os atletas precisam seguir, uma corrida rasa, ou seja, não possui obstáculos a serem saltados ou transpostos, para utilizar a melhor nomenclatura do atletismo. Ainda para Fernandes (2003), a corrida de 6000 metros é considerado como uma prova de fundo, sendo corridas a partir de 5.000 metros e de resistência aeróbia ou endurance devido às exigências funcionais ou capacidades que requerem do atleta.

3. Metodologia

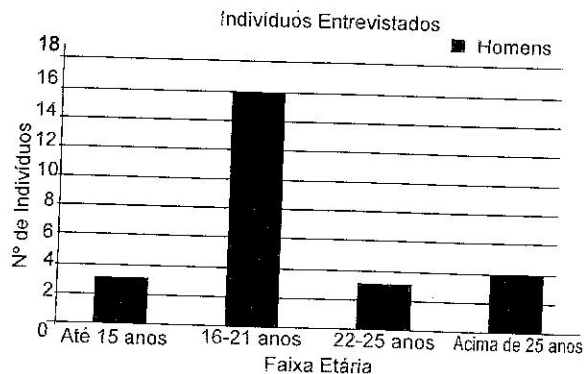
Trabalhamos com um pesquisa de campo do tipo qualitativa, balizada pelas ciências humanas, buscando coletar dados através de um questionário aberto e estruturado, junto a praticantes do sexo masculino de uma corrida de fundo (6km), ocorrida em São José do Rio Pardo-SP, no dia 30 de agosto de 2009.

Foi garantido sigilo absoluto aos participantes da pesquisa, além de aplicado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O questionário era composto por um cabeçalho de identificação (sexo, idade e tempo de prática da corrida), e, após o cabeçalho, nosso questionário continha 4 questões abertas, que visavam atender nossos objetivos. Nossos sujeitos foram selecionados de forma aleatória sem distinção de faixa etária, classe social, nível de treinamento, etc. Foram entrevistados 26 sujeitos do sexo masculino. Após a coleta, os dados foram analisados sob o ponto de vista das ciências humanas, tabulados, distribuídos graficamente e discutidos.

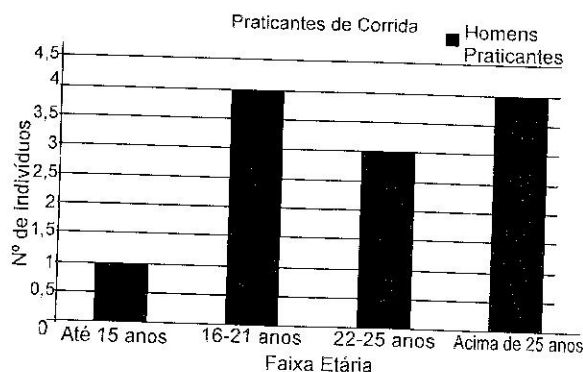
A pesquisa se utilizou da sétima corrida pedestre "Duque de Caxias" que ocorreu no dia 30 de agosto de 2009, na cidade de São José do Rio Pardo- SP, onde os participantes deveriam cumprir o percurso de 6.000 metros, competindo pelas categorias: livre masculino, livre feminino, sub-16 masculino e atiradores. A premiação para a categoria livre masculino foi de: 1º lugar R\$600,00, 2º lugar R\$400,00 e 3º lugar R\$200,00. Já na categoria livre feminino a premiação foi de: 1º lugar R\$400,00, 2º lugar R\$300,00 e 3º lugar R\$200,00. Na categoria sub-16 masculino a premiação foi de: 1º lugar R\$300,00, 2º lugar R\$200,00 e 3º lugar R\$100,00. Na categoria atiradores não obteve premiação.

4. Resultados e Discussão

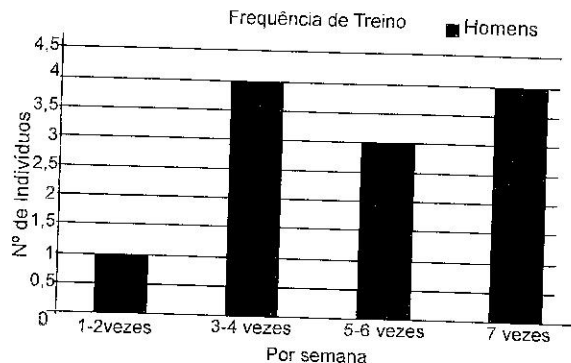
Conforme apresentado em nossa metodologia, nosso questionário era iniciado por um cabeçalho de identificação dos participantes. A partir desse cabeçalho podemos apresentar o seguinte gráfico.



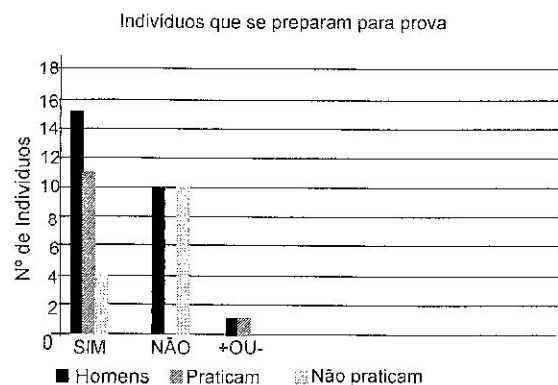
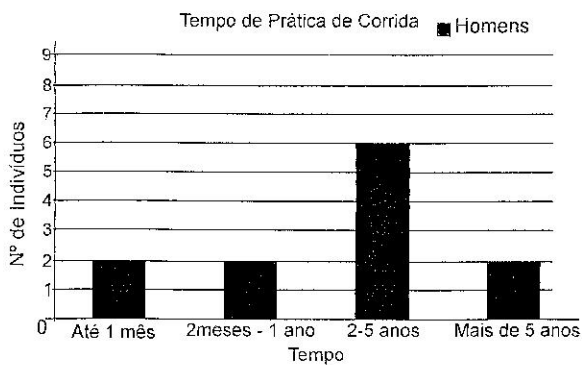
Este primeiro gráfico nos mostra a distribuição por faixa-etária dos atletas masculinos que participaram do questionário aplicado no estudo, que foi no total de 26 indivíduos.



Podemos analisar neste presente gráfico que do total de 26 atletas entrevistados, quantos são praticantes de corrida isto divididos por faixa-etária que são ao todo 12 indivíduos. Verificamos ainda, que apesar da predominância de atletas participantes com faixa-etária entre 16 a 21 anos, há uma igualdade quando se refere a indivíduos praticantes de corrida acima de 25 anos. Com relação à frequência da prática, pode-se verificar no gráfico abaixo uma maior quantidade de atletas que treinam de 3 a 4 vezes por semana e de 7 vezes por semana, ou seja, todos os dias



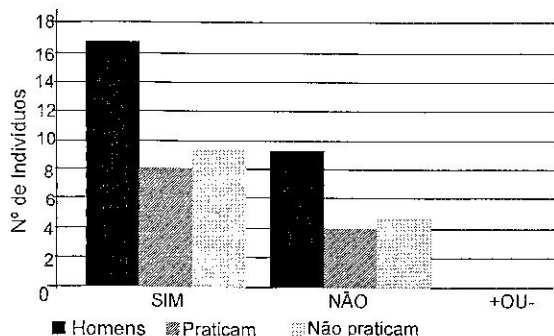
A seguinte amostragem abaixo nos traz o tempo da prática da modalidade esportiva que é a corrida dos indivíduos participantes do questionário, podendo perceber uma maioria de atletas adeptos a prática ocorre entre 2 a 5 anos



Neste gráfico podemos visualizar os indivíduos entrevistados que de alguma forma se prepararam para a prova, onde obtivemos um resultado de 15 indivíduos que se prepararam, sendo eles 11 praticantes de corrida e quatro não praticantes, em segundo momento nos mostra os que não se prepararam, sendo eles 10 indivíduos todos não praticantes e por final tivemos um atleta que se preparou de forma razoável.

Podemos analisar neste gráfico abaixo a interferência da premiação como fator de motivação para os atletas, que nos mostra em primeiro momento que do total de 26 indivíduos entrevistados 17 (cor azul) sentem alguma interferência quando se diz respeito à premiação, sendo oito (cor amarela) praticantes de corrida e nove (cor verde) não praticantes da mesma. Em um segundo momento, o gráfico nos mostra que do total de 26 atletas entrevistados 9 (cor azul) não sentem interferência pelo fator premiação, sendo quatro sujeitos (cor amarela) praticantes de corrida e cinco (cor verde) não praticante

Interferência da premiação como fator de motivação



S.

5. Conclusão

Pode-se concluir, dentro do universo pesquisado, que há uma predominância dos indivíduos em sentir interferência do fator premiação na presente corrida, isto deixa evidente a importância do fator extrínseco premiação para atrair uma maior quantidade de atletas para a participação do evento deixando-a quanto mais valiosa for, um nível mais alto terá de atletas, pois existem muitos que competem só pelo fator de premiação, havendo uma disputa mais acirrada. Contudo uma maior manifestação de popularidade e melhor cobertura midiática. Portanto, faz-se necessário a presença de um profissional da psicologia do esporte para assessorar os treinamentos, afim de garantir um monitoramento dos estados emocionais, para que estes não interfiram negativamente nos resultados desportivos.

Referências Bibliográficas

- CSIKSZENTMIHALYI, M. A descoberta do fluxo. **Psicologia do envolvimento com a vida cotidiana**. Rio de Janeiro: Rocco, 1985.
 FERNANDES, José Luís. **Atletismo: corridas**. 3º ed. São Paulo: EPU, 2003.
 MARTENS, R. **Competitive anxiety in Sport**. Champaign: Human Kinetics, 1990.
 MIRANDA, R.; BARA FILHO, M. **Construindo um atleta vencedor: uma abordagem psicofísica do esporte**. 1º Ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.
 SAMULSKI, D., **Psicologia do Esporte**. Barueri: Editora Manole, 2002.
 SCHERER, K. R.; SUMMERFIELD, A. B.; WALLBOUT, H.G. **Cross-national research on antecedents and components of emotion**. Social Science Information, 1983.
 WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. Porto Alegre: Editora Artmed, 4º edição, 2008

Autores e Suas Instituições:

- Lucas Fontanari** Discente da Universidade Paulista UNIP, campi São José do Rio Pardo.
Jordana dos Santos Custodio Discente da Universidade Paulista UNIP, campi São José do Rio Pardo.
Camila Aparecida Honório Discente da Universidade Paulista UNIP, campi São José do Rio Pardo.
Vanessa Batiston Discente da Universidade Paulista UNIP, campi São José do Rio Pardo.
Rafael Castro Kocian Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais, campus Muzambinho