

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS, NATURAIS, SAÚDE E TECNOLOGIA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

PAULA JÉSSICA AMORIM VIEGAS SERRÃO

ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Pinheiro
2025

PAULA JÉSSICA AMORIM VIEGAS SERRÃO

ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão como parte dos requisitos necessários à obtenção do Grau de Licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Lúcio Carlos Dias Oliveira

Pinheiro

2025

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Amorim Viegas Serrão, Paula Jéssica.

ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR / Paula Jéssica Amorim Viegas Serrão. - 2025.
54 f.

Orientador(a): Lúcio Carlos Dias Oliveira.

Curso de Educação Física, Universidade Federal do
Maranhão, Pinheiro, 2025.

1. Aulas de Educação Física Escolar. 2. Motivação. 3.
Escola. I. Dias Oliveira, Lúcio Carlos. II. Título.

PAULA JÉSSICA AMORIM VIEGAS SERRÃO

**ANÁLISE DA MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão como parte dos requisitos necessários à obtenção do Grau de Licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Lúcio Carlos Dias Oliveira

Aprovada em ___/___/_____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Lúcio Carlos Dias Oliveira (Orientador)

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Prof. Dr. Diogo Silva Corrêa (Examinador)

Universidade Federal do Maranhão – UFMA

Prof. Dr. Eder Rodrigo Mariano (Examinador)

Universidade Federal do Maranhão - UFMA

À minha filha, Lisbeth Maria, dedico este trabalho para que saiba que pode começar, recomeçar, aos 30 anos, em junho, numa quinta-feira, não importa. Não precisa esperar o ano novo, nem chegar a segunda-feira nem as condições ideais. Filha, a vida é bela se a aceitarmos por inteiro, com flores e espinhos. Lembre-se que Jesus não nasceu para ser carpinteiro, mas trabalhou nessa profissão por 30 anos. Deus não comete enganos. O comum nos prepara para o extraordinário.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Deus pela dádiva da vida e pela minha família incrível que me foi permitida ter nesta oportunidade reencarnatória. Agradeço aos meus pais, Gilson e Rosana, por sempre acreditarem em mim. Vocês são a minha referência de Lar, de bondade e honestidade. Agradeço em especial a minha mãe, que “ordenou” que eu finalizasse este curso (risos), e eu como filha obediente, aqui estou para tal.

Agradeço à minha irmã, Isabelle, um presente sempre presente, mesmo longe territorialmente falando. Um paradoxo que nós duas entendemos tão bem que só ligação pura e verdadeira de almas pode sentir igual.

Agradeço ao meu dedicado esposo Wanderson, que empreendeu esforços ilimitados para que eu pudesse me dedicar durante as noites para este trabalho. Obrigada por fazer nosso jantar, brincar com nossa filha e colocá-la pra dormir durante minha ausência. Eu ouvia as risadas de vocês de coração partido querendo participar, mas ao mesmo tempo grata e sossegada por ter vocês perto e saudáveis.

Agradeço à minha pequenina filha, Lisbeth Maria, filha amada e tão desejada, verdadeiro presente de Deus, fonte de inspiração e renovação na crença da bondade do Pai celestial.

Meus agradecimentos ao professor Lúcio, que apesar de doutor, dispensa títulos ante a grandeza de seu coração para com seus alunos e seu mister educacional. Um verdadeiro professor que compreendeu que ensinar é mais do que transmitir conteúdos, é reconhecer o esforço do aluno ante a difíceis obstáculos e que o âmbito acadêmico, semelhante ao âmbito escolar, antes de ser um espaço de aprendizagem, é um ambiente de acolhimento e resistência.

E por fim, agradeço a mim, por ter pago um preço tão alto, o preço do tempo investido para concluir esta segunda graduação. Só eu sei o que é fazer transição de carreira, rotina de escritório, maternidade em tempo integral e tarefas domésticas sem delegar nenhuma a ninguém. Estive presente sempre em todas as consultas da minha filha, em todos os eventos escolares e em todas as fraldas com cocô. Abracei a maternidade como prioridade máxima que ela é e isso explica o retardamento na conclusão deste curso, mas jamais o desmerecimento do diploma. É a prova de que toda mãe pode, toda mãe deve e toda mãe merece conseguir sua graduação, segunda graduação, e quantas Deus permitir.

*A rotina da nossa casa é um altar e Deus está vendo.
Pois é... A graça não mora só nos milagres.
Ela visita a louça da pia sendo lavada, o quarto bagunçado das crianças sendo
arrumado e o “boa noite” cansado.
O céu não despreza as suas pequenas atitudes.
Quando você ora enquanto dobra as roupas, Deus ouve.
Quando abençoa os seus filhos ao colocá-los na cama, Deus vê.
Quando escolhe o bem no meio do cansaço, Deus honra.
(Autoria desconhecida. Texto retirado do Instagram @paisqueabençoam)*

RESUMO

A Educação Física, como componente curricular obrigatório, deve contribuir para a formação integral do aluno, cuja participação dedicada traduz-se como elemento determinante na produtividade e positividade da aprendizagem. A motivação ganha importância à medida em que é encarada como principal estímulo do indivíduo para alcançar metas. De forma mais específica, as aulas de Educação Física são idealizadas como momento lúdico e de vivência corporal, porém para que isso ocorra é necessário a figura do professor, que deve estabelecer com seus alunos uma relação horizontal e saudável de respeito e proatividade. Em uma sociedade cujos valores são flutuantes, diversos fatores podem ser considerados motivantes à inclusão e manutenção do aluno nas aulas de Educação Física, à medida em que outros fatores deixaram de ter maior destaque. O divertimento, o bem-estar, o condicionamento físico, o espírito de equipe e trabalho em conjunto são fatores que estão em destaque como motivadores. Em contrapartida, o argumento tradicional de utilização das aulas de Educação Física como motivo para sair da sala de aula e ir para um ambiente mais confortável tem sido encarado com dúvidas e ressalvas quanto à sua eficácia. De forma interessante, vem ganhando maior relevância os estudos quanto à divergência existente entre a influência da motivação entre os sexos, o que precisa ser mais investigado principalmente no âmbito escolar. Por outro lado, constatou-se que um programa pedagógico de Educação Física focado na performance e na vitória de um aluno sobre outro tende a gerar desmotivação, exclusão e aumento da ansiedade, comprometendo o desenvolvimento saudável e o engajamento na atividade. Por fim, salienta-se a importância do apoio da família como fator de motivação não apenas nas aulas de Educação Física escolar, mas também de permanência dos alunos – futuros adultos na prática de atividades físicas, promovendo saúde e bem-estar.

Palavras-chave: Aulas de Educação Física Escolar; Motivação.

ABSTRACT

Physical Education, as a mandatory curricular component, should contribute to the comprehensive development of students, whose dedicated participation translates into a determining factor in the productivity and positivity of learning. Motivation becomes more important as it is seen as the main stimulus for individuals to achieve goals. More specifically, Physical Education classes are idealized as a moment of play and physical experience, but for this to occur, the figure of the teacher is necessary, who must establish a horizontal and healthy relationship of respect and proactivity with their students. In a society where values fluctuate, several factors can be considered motivators for the inclusion and maintenance of students in Physical Education classes, as other factors no longer have greater prominence. Fun, well-being, physical fitness, team spirit and joint work are factors that are in the spotlight as motivators. On the other hand, the traditional argument of using Physical Education classes as a reason to leave the classroom and go to a more comfortable environment has been met with doubts and reservations regarding its effectiveness. Interestingly, studies on the divergence in the influence of motivation between the sexes have been gaining more relevance, which needs to be further investigated, especially in the school environment. On the other hand, it was found that a Physical Education pedagogical program focused on performance and the victory of one student over another tends to generate demotivation, exclusion and increased anxiety, compromising healthy development and engagement in the activity. Finally, the importance of family support is highlighted as a motivating factor not only in school Physical Education classes but also in keeping students – future adults – engaged in physical activities, promoting health and well-being.

Keywords: School Physical Education Classes; Motivation.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 OBJETIVOS	12
2.1 Objetivo geral	12
2.2 Objetivos específicos	12
3 METODOLOGIA	15
4 DEFINIÇÕES	17
4.1 Definição de motivação	17
4.2 Definição de aula de Educação Física	19
5 FATORES DE MOTIVAÇÃO DO ALUNO	22
5.1 O ambiente escolar	24
5.2 O professor de Educação Física e a relação interpessoal com o aluno	25
5.3 A interação social (buscar e obter vínculos sociais)	29
5.4 A ludicidade, o prazer e a diversidade de conteúdo	32
5.5 O bem-estar e realização pessoal	38
5.6 A aparência	40
5.7 O condicionamento físico e as habilidades	42
5.8 A família	47
6 CONCLUSÃO	49
REFERÊNCIAS	51

1 INTRODUÇÃO

A escola é um dos principais espaços educacionais em que os alunos precisam buscar a aprendizagem e entender a sua importância, logo esse processo de burilamento precisa ser motivado.

Nesse contexto é possível afirmar que a Educação Física, como componente curricular da escola, tem a importante missão de contribuir para a formação integral do aluno. Porém para isso é de suma importância que haja uma participação efetiva e espontânea do aluno, o que vai além do básico de obter notas.

O envolvimento do aluno nas aulas de Educação Física depende do impulso conhecido como motivação, que de forma sucinta pode ser definido como o emprego de energia para atingir um objetivo, uma meta.

A motivação vem sendo estudada em seus aspectos intrínsecos e extrínsecos cuja eficácia é relativa e depende de cada fator, principalmente em uma sociedade cujos valores são flutuantes.

Dito isso, este trabalho pauta-se na preocupação em definir o que é motivação, o que deve ser uma aula de Educação Física no contexto nacional e a relação interpessoal do aluno com o professor, bem como quais os fatores que podem ser apontados como motivadores dos alunos, divididos em tópicos específicos e sequenciais.

Para atender aos objetivos, realizou-se uma revisão da literatura que trata da prática real da Educação Física no contexto escolar, da importância da família e sua responsabilidade que não pode ser delegada e, principalmente do professor como mediador da aprendizagem cujas práticas pedagógicas precisam ser revistas e inovadas para a inclusão do aluno na aula e a manutenção da sua participação com produtividade.

O presente trabalho está dividido em seis sessões. Na primeira sessão é apresentada a INTRODUÇÃO, que se concentra em fazer a apresentação do trabalho.

Na segunda sessão o trabalho apresenta seus objetivos, gerais e específicos detalhados. Na terceira sessão segue a metodologia utilizada para realizar a pesquisa.

Na quarta sessão o trabalho se organiza a partir das definições acerca dos temas aqui abordados, entre eles as definições de motivação e aulas de Educação Física.

Da quinta sessão o trabalho discute os fatores que influenciam a motivação para participação nas aulas de Educação Física. Fatores como o ambiente escolar, a relação professor e aluno, as interações sociais construídas na escola, o interesse pelas atividades, o bem-estar pessoal, a aparência e o condicionamento físico construídos nas aulas de Educação Física.

A sexta sessão a autora apresenta suas considerações finais, críticas a desenvolvimento da pesquisa e recomendações para uma nova pesquisa.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar os fatores que influenciam a motivação dos alunos para participarem das aulas de Educação Física no contexto escolar, através de uma revisão de literatura, com ênfase na relevância dos aspectos motivacionais intrínsecos, na atuação do professor e na participação da família como elementos essenciais para a participação e permanência nas atividades, bem como os aspectos que desfavorecem a motivação e a participação ativa dos alunos nas aulas.

2.2 Objetivos específicos

- Definir o conceito de motivação, seus fatores e sua aplicação no contexto educacional, diferenciando seus aspectos intrínsecos e extrínsecos.
- Definir o conceito de aula de Educação Física bem como compreender o seu papel como componente curricular na formação integral do aluno, a partir de uma revisão da literatura especializada.
- Investigar os principais fatores que contribuem para a motivação dos alunos nas aulas de Educação Física, como:
 - O ambiente escolar – se a infraestrutura e os recursos materiais influenciam a participação dos alunos nas aulas de Educação Física e qual a percepção dos alunos de escolas públicas e privadas sobre essa temática;
 - O relacionamento com o professor – qual a percepção dos alunos sobre a relação interpessoal com o professor de Educação Física e como isso afeta sua participação nas aulas; como professores lidam com diferentes perfis de alunos e como adaptam sua abordagem para favorecer a inclusão e a motivação; e identificar estratégias pedagógicas utilizadas por professores que promovem uma relação interpessoal positiva e motivadora com os alunos;

- A interação social - de que forma o trabalho em equipe nas aulas de Educação Física contribui para a construção de vínculos sociais entre os alunos;
- O interesse pelas atividades propostas – analisar o impacto de práticas lúdicas no desenvolvimento psicossocial dos alunos durante as aulas de Educação Física bem como avaliar como o prazer e a afetividade nas atividades físicas contribuem para uma experiência escolar mais significativa e motivadora; identificar os principais fatores que desmotivam os alunos frente às abordagens tradicionais nas aulas de Educação Física;
- O bem-estar físico e emocional – analisar como as percepções de bem-estar e realização pessoal influenciam a motivação de meninos e meninas nas aulas de Educação Física, considerando suas diferenças afetivas, sociais e comportamentais;
- A aparência e a autoestima – analisar a influência da busca por padrões estéticos e aceitação social na motivação de adolescentes para a prática de atividades físicas, considerando os impactos dessa relação na autoestima, identidade corporal e saúde emocional; examinar as diferenças entre meninos e meninas quanto à motivação estética para a prática corporal;
- O condicionamento físico e as habilidades – analisar de que forma o condicionamento físico influencia a motivação dos alunos nas aulas de Educação Física, considerando as percepções de progresso e superação pessoal; investigar os impactos das práticas pedagógicas excludentes baseadas na valorização da performance e habilidades físicas, na participação dos alunos menos habilidosos nas aulas; compreender o papel do professor de Educação Física como mediador no processo de construção de experiências significativas e motivadoras, promovendo o desenvolvimento integral dos alunos; propor estratégias pedagógicas inclusivas que respeitem os diferentes níveis de habilidade dos alunos e incentivem a autonomia e a autopercepção do próprio desenvolvimento físico; investigar os benefícios de um clima motivacional orientado para a aprendizagem em oposição ao modelo

competitivo, destacando seus efeitos na autoestima, participação e autonomia dos estudantes;

- A família - avaliar o papel da família na motivação e no envolvimento do aluno nas aulas de Educação Física, reconhecendo sua corresponsabilidade no processo educativo.
- Analisar a influência das práticas pedagógicas do professor de Educação Física na manutenção do interesse e da participação dos alunos.
- Refletir sobre os desafios enfrentados pela Educação Física escolar no Brasil, especialmente em contextos de desvalorização institucional e precarização das condições de ensino, no contexto dos fatores motivacionais supracitados.
- Propor recomendações para a melhoria das práticas pedagógicas e do ambiente escolar, visando promover uma participação mais efetiva, espontânea e produtiva dos alunos nas aulas de Educação Física.

3 METODOLOGIA

A metodologia adotada neste trabalho foi definida com base nos objetivos da pesquisa e na complexidade da temática abordada. O propósito é compreender, por meio de uma análise crítica e reflexiva, os fatores que influenciam a motivação dos alunos nas aulas de Educação Física escolar, considerando as contribuições teóricas e a visão de diferentes autores sobre o assunto.

O presente trabalho apresenta as seguintes características: Quanto à abordagem, trata-se de uma **pesquisa qualitativa**, uma vez que a análise dos dados não se estrutura com base em dados numéricas, mas sim a partir de dados empíricos e teóricos acerca da visão de outros autores sobre o assunto.

De acordo com Gerhardt e Silveira (2009), pesquisas qualitativas não se fundamentam em estatísticas, mas buscam interpretar a realidade por meio da observação e análise de contextos sociais e culturais. Essa abordagem reconhece que as ciências humanas e sociais exigem métodos próprios, distintos daqueles utilizados nas ciências exatas e naturais.

Quanto aos objetivos se configura como uma **pesquisa exploratória**, pois como comenta Gil (2007) estas pesquisas objetivam uma familiaridade mais afinada com um determinado problema, buscando explicar e descortinar as nuances do problema ou construir hipóteses.

Esta pesquisa visa conectar a autora, assim como destrinchar a temática, proporcionando maior esclarecimentos acerca do assunto e possibilitando abertura de novos caminhos para novas pesquisas.

Quanto aos procedimentos, a presente pesquisa se apresenta como uma **pesquisa bibliográfica de revisão de literatura narrativa**. Para Fonseca (2002) as pesquisas bibliográficas giram entorno de levantamento de referências teóricas publicadas anteriormente, como livros, artigos científicos e páginas de web sites, baseando-se em referências teóricas com o objetivo de levantar conhecimentos e abordagens anteriores, e já validadas, acerca do problema ao qual se procura resposta.

Para Mattos (2015) as revisões Narrativas, são tipos de revisões que não se baseiam em estratégias sistematizadas de buscas e análises, onde a seleção e interpretação dos estudos estão vinculadas à subjetividade dos autores.

A coleta de dados foi realizada por meio da seleção e análise de materiais bibliográficos, como livros, artigos científicos, dissertações e teses publicadas nas últimas quatro décadas, com ênfase em estudos nacionais.

As bases utilizadas incluíram Google Acadêmico, Scielo, CAPES Periódicos e outras fontes acadêmicas confiáveis. Foram priorizados textos que abordam temas como motivação na educação, práticas pedagógicas na Educação Física escolar, interação social entre alunos, papel da família no processo educativo e a influência do ambiente escolar.

A análise dos dados seguiu uma abordagem temática, permitindo a categorização dos conteúdos conforme os eixos definidos nos objetivos específicos, como ambiente escolar, relação professor-aluno, práticas pedagógicas, autoestima, condicionamento físico, entre outros. Com isso, buscou-se identificar não apenas os fatores que favorecem, mas também os que dificultam a motivação e participação dos alunos nas aulas de Educação Física, visando fundamentar reflexões e propor recomendações pedagógicas.

4 DEFINIÇÕES

4.1 Definição de motivação

Estudos definem motivação como um acontecimento, um potencial que surge no interior do indivíduo e intrínseca nos humanos (Aleixo, Nascimento, *et al.*). A motivação depende da necessidade, da vontade e do estímulo exterior, ou seja, necessita de uma causa, motivo, razão exterior ao indivíduo para poder aflorar dentro o mesmo, gerando assim a energia necessária para poder iniciar e manter determinado comportamento.

Logo, a forma como um indivíduo se relaciona com o mundo está diretamente ligada a fatores intrínsecos e extrínsecos, não necessariamente convergentes entre si e esse comportamento é oriundo de três fatores:

- 1- determinantes ambientais;
- 2- forças internas (necessidade, desejo, emoção, impulso, instinto, vontade, propósito etc.);
- 3- Incentivo, alvo ou objeto que atrai ou repele o organismo (Kobal, 1996, p. 15 *apud* Witter, 1984, p.38).

Qualquer discussão sobre motivação inevitavelmente levará a investigação dos motivos que embasaram uma decisão ou comportamento com determinada intensidade. Assim a motivação é resultado do estímulo e das influências somadas à necessidade e à paixão dos seres.

Para Guimarães e Boruchovitch (2004, p. 1), a motivação intrínseca é o: “[...] envolvimento em determinada atividade por sua própria causa, por esta ser interessante, envolvente ou, de alguma forma, geradora de satisfação.”

Cada pessoa possui maior afinidade e predisposição para determinados comportamentos, e com o estímulo adequado tenderá a se sentir entusiasmada e motivada para agir de tal forma e essa é a motivação intrínseca, natural do ser humano.

Tomando uma aula de Educação Física como exemplo, um aluno que se interessa, participando com alegria de uma atividade proposta (como jogar basquetebol), envolvendo-se inteiramente na mesma, sem visar outros objetivos externos ao próprio jogo, é um aluno que pode estar apresentando um comportamento intrinsecamente motivado (Kobal, 1996, p. 48).

Há também a motivação extrínseca que está ligada a fatores externos, a espera de recompensas ou objetivos externos, como por exemplo o aluno que participa da aula de Futebol não pela alegria em participar, mas sim para atrair atenção, ganhar o jogo. Em oportuno cabe trazer a ressalva feita por Marante e Ferraz:

A motivação extrínseca caracterizada por recompensas externas pode iniciar algumas atividades, porém, não é suficiente para explicar a maior parte da motivação humana principalmente a relacionada à aprendizagem (Marante e Ferraz, 2006, p. 203).

Conhecer os motivos que levam um aluno a participar efetivamente da aula de Educação Física não apenas contribui para a sua melhora nas demais atividades escolares como também contribui diretamente no processo de aprendizagem como um todo, pois, segundo Kobal (1996), um comportamento intrinsecamente motivado, diferente do motivado extrinsecamente, é livre de pressão ou ansiedade por recompensas ou obrigações.

A questão baseia-se no fato de que a motivação ideal é aquela que não é externa à atividade em si, mas sim a utilização de estratégias que levem o aluno a se tomar intrinsecamente motivado, apesar da existência de alguns fatores extrínsecos positivos na formação do indivíduo, como as relações interpessoais (Kobal, 1996, p. 60).

Dessa forma, compreender a motivação e suas variações intrínsecas e extrínsecas é essencial para que os professores da Educação Física possam promover suas aulas com experiências de aprendizagem mais significativas.

Estimular a motivação intrínseca, que se manifesta pela participação espontânea, prazerosa e engajada do aluno, livre das amarras dos estímulos externos, representa um caminho promissor para o desenvolvimento integral do educando, a medida em que favorece sua autonomia, o seu interesse genuíno e a continuidade na participação das aulas mesmo na ausência de recompensas externas.

A vida tem ensinado, porém, que as conquistas mais difíceis são as mais duradouras, proporcionando maiores alegrias. É assim que se pode ver a construção do conhecimento, da aprendizagem, pois como será abordado adiante, prazer e esforço não são incompatíveis. Para tanto, o indivíduo deve estar motivado intrinsecamente. Recompensas, causas e metas externas à própria atividade não serão

capazes de proporcionar aos Jovens satisfações mais intensas e permanentes na aquisição e manutenção da aprendizagem (Kobal, 1996, p. 61).

Ao reconhecer os diferentes fatores que influenciam o comportamento motivado, torna-se possível criar ambientes educativos mais sensíveis e acolhedores quanto às necessidades dos alunos e suas realidades, potencializando não apenas seu desempenho nas aulas mas também sua autorresponsabilidade no processo com o aprender.

4.2 Definição de aula de Educação Física

A Educação Física na escola é entendida como uma área que trata da cultura corporal e tem como meta introduzir e integrar o aluno nessa esfera, para propiciar a formação de um cidadão autônomo. Neste contexto o aluno estará sendo capacitado para usufruir de jogos, esporte, danças, lutas, ginásticas e de todo tipo de atividade para o seu desenvolvimento em busca de bem-estar e crescimento saudável (Freire; Scaglia, 2003).

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (1997) o trabalho na área de Educação Física tem seus fundamentos nas concepções de corpo e movimento, considerando também as dimensões cultural, social, política e afetiva, com a tarefa de garantir aos alunos acesso às práticas da cultura corporal, contribuindo para a construção de um estilo pessoal.

Entende-se a Educação Física escolar como uma área voltada para a cultura corporal, com o objetivo de inserir e integrar os estudantes nesse universo. Busca-se formar indivíduos capazes de produzir, reproduzir e transformar essa cultura. Para isso, é essencial que o aluno seja preparado para vivenciar e aproveitar práticas como jogos, lutas, danças, lutas e esportes, de forma que essas experiências contribuam para o desenvolvimento de uma cidadania crítica e para a promoção da qualidade de vida (Mauro Betti, 1992).

As aulas de Educação Física são citadas constantemente pelos alunos como a disciplina que mais lhes agrada, e também a que promove maior integração entre os alunos. Eles a definem como a aula alegre e dinâmica (Hanauer, 2007).

Ainda para Hanauer, os alunos veem a Educação Física como um estímulo para aprender esportes, mas também como um bem-estar para a saúde, além de ser um escape da rotina da sala de aula.

O autor concluiu também que do ponto de vista dos alunos a aula de Educação Física é a mais esperada pela grande maioria, por ser considerada uma aula “livre”, por ocorrer fora da tradicional sala de aula e pela vestimenta confortável.

Os conteúdos que mais geram atratividade nas aulas de Educação Física, segundo a percepção da maioria dos alunos, são os esportes tradicionais tais como futebol e vôlei, até compreensível por estarem mais presentes no cotidiano dos alunos, em especial através da mídia ou mesmo reforçada por ídolos populares.

No entanto, embora alguns esportes tenham grande apelo, é de suma importância que o professor também explore outras modalidades e atividades corporais, ampliando o repertório de gestos motores dos alunos e garantindo que todos tenham oportunidades de se sentirem incluídos nas aulas.

Apesar dos esportes ocuparem lugar de destaque, os alunos afirmam que se sentem mais motivados quando tem a possibilidade de participar de aulas diversificadas (Chicati, 2000; Oliveira, 2018, p. 77 *apud* Betti, 1999), como por exemplo jogos cooperativos, lutas, etc. Essas práticas alternativas não apenas despertam o interesse de diferentes perfis de estudantes, mas também valorizam habilidades distintas, promovendo um ambiente mais inclusivo e acolhedor.

Certo é que a variedade de conteúdos possibilita que mais alunos se identifiquem com as atividades e isso amplia, conseqüentemente, as possibilidades de interação social e engajamento, contribuindo também para a redução da exclusão dos alunos que não se destacam nos esportes tradicionais.

O valor da Educação Física como disciplina que educa para a sensibilidade, a importância e o respeito ao próprio corpo e ao dos outros deve ser preservado, a despeito das imposições efêmeras de uma realidade social distorcida [...] (Cruz e Fiamenghi-Jr, 2010, p. 431).

Aqui entra o papel do professor, que vai muito além da escolha dos conteúdos a serem ministrados em suas aulas. O verdadeiro impacto da Educação Física está também na maneira como o professor conduz suas aulas, pois ele também tem a

valiosa missão de construir um ambiente motivador para que seus alunos se sintam acolhidos nas aulas.

Mais do que um transmissor de conhecimento técnico, o professor de Educação Física deve ser uma figura de apoio, alguém com quem os alunos possam contar, confiando não só em suas habilidades pedagógicas, mas também em sua humanidade que educa para o bem-estar e convivência respeitosa, favorecendo a participação ativa dos alunos em suas aulas.

5 FATORES DE MOTIVAÇÃO DO ALUNO

O comportamento humano é influenciado principalmente pela motivação, o que define se o indivíduo participará da atividade de forma simples ou se haverá maior envolvimento e atenção.

A mudança estimula o comportamento, logo o êxito e o alcance de resultados positivos só podem ser alcançados através de experiências, e tudo isso aumenta ainda mais a satisfação e motivação na continuidade da prática de atividades.

Para Silva e Machado (2009, p. 2), “A motivação está inserida em 2 dimensões: direção do esforço – busca, atração, aproximação do indivíduo a uma certa atividade; intensidade do esforço – o quanto o indivíduo se esforça”

Por outro lado, cabe trazer à baila um alerta feito por Marília Kobal (1996, p. 39):

O educador também deve estar ciente de que o aluno só aprende significativamente os conteúdos ou informações que estiverem de acordo com seus ideais e que favoreçam seu crescimento como pessoa. Por essa razão, o conteúdo da aprendizagem deve estar estreitamente relacionado com a realidade do aluno.

Logo, é fácil entender que se os interesses do aluno estiverem em consonância com a tarefa e esta com a realidade do aluno, o processo de aprendizagem progredirá mais rápido, pelo que é essencial encontrar os motivos, o que estimulam o interesse do aluno e o que o professor, com seu olhar sensível e apurado, dentro do campo de trabalho dele na Educação Física, consegue fazer.

Assim como existem alunos que se motivam a participar das aulas de Educação Física em razão das atividades coletivas, há aqueles que se interessam por causa das atividades individuais e também há quem não se motive por nenhum tipo de atividade, independente de qual seja (Kobal, 1996).

Segundo Freire (1981), o fenômeno educacional, se dá em comunhão, ninguém se educa sozinho. O professor pode repassar conhecimento para o aluno sobre brincadeiras e os alunos também, havendo assim uma troca de conhecimentos.

O desenvolvimento de aulas motivadoras, passa pela essencialidade do prazer em participar das aulas e das atividades das aulas de Educação Física. Para isto é

necessário aulas, conteúdos e atividades que estimulem uma aula cercada de prazer agradáveis, que proporcionem a participação consciente e intencional.

Para Kishimoto (1998) as escolas precisam desenvolver atividades orientadas e combinar momentos de brincadeiras livres, para cultivar nas crianças espírito de equipe, socialização, convivência em grupo, cooperação e diálogo.

É necessário que o ambiente de aula seja interessante e receptivo, que proporcionem a participação de todos e todas de forma coletiva. É necessário que estas aulas estimulem os alunos a superarem seus próprios limites, cooperem e se ajudem, além de atividades compreensivas e que facilitem a participação de todos os alunos.

Sendo a escola o contexto das primeiras atividades da infância, e o primeiro agente social não familiar, molda a auto-estima, desenvolve as capacidades, a socialização e os valores pessoais do indivíduo. Por isso, as estratégias motivacionais precisam ser determinadas não apenas em função do rendimento e da realização, mas principalmente pelo impacto causado nestas áreas tão importantes do desenvolvimento. Portanto, a teoria motivacional em Educação deve levar em consideração o indivíduo como um todo (Kobal, 1996, p. 45).

A escola também precisa oferecer um ambiente acolhedor e a infraestrutura necessária para que se ofereça aula, conteúdos e atividades que motivem os alunos a participarem da aula. É necessário que dentro e fora de sala de aula, o aluno se sinta valorizado e estimulado a progredir e se desenvolver com ser humano.

A Educação Física na escola deveria propiciar condições para que os alunos obtivessem autonomia em relação à prática da atividade física, ou seja, após o período formal de aulas os alunos deveriam manter uma prática de atividade regular, sem o auxílio de especialistas, se assim desejarem. Este objetivo é enormemente facilitado se os alunos encontram prazer nas aulas de Educação Física, pois, apreciando determinada atividade é mais provável desejar continua-la, caracterizando uma ligação de prazer (Darido, 2004, p. 61).

Em suma, não é possível desprezar que deve haver a preocupação dos alunos em relação a continuação dos hábitos de atividades físicas além muros da escola, e é nesse aspecto que a escola deveria ajuda-los a se tornarem independentes na prática de atividades físicas, estimulando o hábito mesmo fora do ambiente escolar. Esse objetivo é mais fácil de alcançar quando os alunos gostam das aulas, pois o prazer pela atividade aumenta a chance de continuidade.

A motivação dos alunos nas aulas de Educação Física depende de diferentes elementos que influenciam seu interesse e envolvimento. Discorrer-se-á a partir de agora sobre os principais fatores encontrados.

5.1 O ambiente escolar

Guimarães e Boruchovitch (2004, p. 1) salienta que “A escola representa para a sociedade ocidental uma fonte socializadora de grande impacto na vida das pessoas.” E mais a frente continua “A motivação no contexto escolar tem sido avaliada como um determinante crítico do nível e da qualidade da aprendizagem e do desempenho.”

Irene Betti (1992, p. 18 *apud* Freire, 1987, p. 53) enfatiza: Das práticas dedicadas à educação corporal, talvez a única acessível aos desassistidos, pelo menos os que vão à escola, seja a Educação Física.

Em muitos países considerados desenvolvidos, as aulas de Educação Física são ministradas todos os dias. [...] Já no Brasil, a realidade é bem diferente; entretanto, para muitas crianças, a única oportunidade de tocar em uma bola de voleibol, ou de basquetebol será proporcionada na escola (Irene Betti, 1992, p. 18).

Para essa autora, a existência e o estado de conservação dos materiais têm interferência no prazer das aulas e o seu desenvolvimento. E ela ainda vai além:

O fato de faltar, ora espaço, ora material, ou as duas coisas, ou ainda uma falta de visão do professor para que enquanto uns alunos estiverem na quadra, outros estejam fazendo uma atividade diferente em outro espaço, faz com que haja uma falta de motivação à participação (Irene Betti, 1992, p. 74).

É possível deduzir a importância do ambiente escolar como fator motivacional das aulas de Educação Física, inclusive como, em frequentes vezes, sendo único meio de contato de um indivíduo com um esporte e suas regras, ou com a cultura corporal. Não é possível desprezar a importância nem o contexto escolar como fator de impacto seja positivo ou negativo.

Levando o pensamento para outro contexto, agora o do ambiente onde a aula será desenvolvida, a atividade física como pretexto para sair da sala de aula, conceito

arraigado entre os professores que utilizam esse argumento para levar os alunos à um ambiente extraclasse, não pode ser considerado como fator de grande motivação, segundo referências levantadas por Silva e Machado (2009).

Ou seja, o pensamento de que uma aula pra ser divertida precisa ocorrer fora da sala de aula já está superado há quase 2 décadas, o que sinaliza um avanço na mentalidade dos alunos e um desafio ao mesmo tempo para o professor, que agora precisa se reinventar para tornar sua aula lúdica independente do espaço que utiliza.

Ainda sobre mudança de mentalidade, cabe trazer à baila outro sinalizador de mudança de comportamento. Os dados são oriundos de pesquisa feita com alunos de escolas da rede pública e privada:

Esses dados se contrapõem à ideia de que a participação em aulas com melhores recursos físicos e pedagógicos influenciaria a obtenção de satisfação, prazer e até mesmo divertimento, em que alunos de escolas privadas, por ter acesso a materiais e instalações adequadas para a realização das aulas, apresentariam um comportamento mais autodeterminado com índices mais altos de motivação intrínseca quando comparados com alunos de escolas públicas (Pizani, Rinaldi, Miranda e Vieira, 2016, p. 6).

Infere-se que, primeiramente, não se está negando a importância dos materiais de aula e das instalações físicas da escola para o desenvolvimento de uma aula de Educação Física adequada, mas sim que somente isso não é suficiente para motivar o aluno, é preciso ir além.

“Acreditamos que alunos intrinsecamente motivados se comprometerão mais com as atividades escolares do que aqueles motivados apenas extrinsecamente.” Pizani, Rinaldi, Miranda e Vieira (2016, p. 6). A motivação determinante que vai gerar resultados satisfatórios no ambiente escolar e dos diferentes aspectos da vida é a motivação intrínseca, segundo esses autores.

5.2 O professor de Educação Física e a relação interpessoal com o aluno

Antes de analisar a relação aluno e professor, cabe destacar a figura do professor que, assim como o aluno, também nasceu em um ambiente e época distintos cujos fatores permeiam sua história de vida (Kobal, 1996).

Logo, sua bagagem de conhecimento e comportamento não é fruto somente do âmbito acadêmico, mas também do seu cotidiano e dos ambientes que frequenta, como por exemplo religioso, sindical, político, etc., sendo uma conexão permanente de troca com o mundo e cujas matizes refletem diretamente e indiretamente nas relações entre ele (professor) e o aluno.

Não é novidade que a relação entre professores e alunos nunca foi pacífica, mas o que chama atenção é que os dois lados têm as mesmas expectativas:

[...] de ambos os lados, espera-se uma relação de amizade, mas esta amizade supõe a autoridade inerente ao professor, o que nem sempre é compreendido pelos alunos. Eles não desejam que esta seja uma extensão da relação pais e filhos, mas ao mesmo tempo almejam a confiança e a segurança da figura do adulto que detém o saber (segundo eles) (Kobal, 1996, p. 105).

Para Reeve (1998) e Reeve, Bolt e Cai (1999), cada professor tem um estilo motivacional próprio, e esse estilo tem relação com as crenças e confianças que ele tem nas estratégias de ensino que adota. Aqui vale destacar que existem personalidades mais autoritárias e controladoras e isso reflete na postura do professor em sala de aula com seus alunos, cuja principal característica do ambiente é o controle, já que o professor estabelece para os alunos comportamentos, sentimentos e até pensamentos específicos e consequências para os que não seguem o padrão estabelecido.

Existe também o professor que “apoia a autonomia alheia” (Guimarães e Boruchovitch, 2004) e esta personalidade é composta da personalidade propriamente dita juntamente com habilidades adquiridas e aptas à aprendizagem oriunda da prática em sala de aula, por exemplo, reconhecer o sentimento do aluno, validar a perspectiva dele, não usar linguagem controladora, auxiliar o aluno na tomada de decisões oferecendo informações valiosas (Guimarães e Boruchovitch, 2004), etc.

O estilo motivacional do professor é considerado, portanto, uma característica vinculada à personalidade, mas é vulnerável a fatores sócio-contextuais como, por exemplo, o número de alunos em sala de aula, o tempo de experiência no magistério, o gênero, a idade, as interações com a direção da escola, as concepções ideológicas, entre outros. Além disso, a interação dos professores com seus alunos extrapola as disposições pessoais por englobar a sua percepção acerca do envolvimento dos estudantes, das pressões sofridas no decorrer do ano letivo, provenientes das relações com a comunidade,

como pais e diretores e o tipo de avaliação do trabalho utilizado pela escola (Guimarães e Boruchovitch, 2004, p. 5).

É função do professor facilitar a aprendizagem e possibilitar ao aluno que ele seja útil nesse processo, compreendendo e participando, sendo bem diferente da situação do professor a que tudo controla e que impõe tarefas que nada tenham a ver com o mundo do aluno.

É preciso buscar por pontos de equilíbrio, pois todo excesso esconde uma falta. Insegurança, autoritarismo, etc, podem estar mascarando incompetência de um professor em conduzir uma aula/turma ou mesmo situações de poder/dominância. Toda manifestação de egocentrismo constrói muros onde deveria haver pontes para facilitar o diálogo entre aluno – aluno e aluno – professor.

Para fins de reflexão aqui vale o questionamento feito por Irene Betti (1992, p. 62): “Será que se a Educação Física não fosse obrigatória, estes alunos estariam participando dela?”

Sabe-se que a motivação do aluno não vem de um treinamento, mas é influenciada em especial pelo professor e é na sala de aula que ocorrem as experiências mais importantes para o nível de engajamento do aluno (Guimarães e Boruchovitch, 2004), sem deixar de lado, é claro, os hábitos, as crenças (limitantes ou não) o conhecimento prévio, as expectativas e anseios que os estudantes trazem consigo para o ambiente escolar.

Ainda com base em Guimarães e Boruchovitch (2004), segundo essas autoras e resultados de pesquisas que foram realizadas com alunos do ensino fundamental à universidade, os resultados mais positivos são indicados pelos alunos dos professores que tem o estilo motivacional que promove a autonomia, pois esses alunos demonstraram maior controle emocional, menos ansiedade, melhores índices de criatividade e desempenho, maior compreensão e percepção, e mais motivados quando comparados aos alunos dos professores com personalidade controladora.

Apesar de haver outras partes da escola que compõe o ambiente escolar, como por exemplo, quadras esportivas, refeitórios, biblioteca, o corpo diretor, etc, é na sala de aula, o que Guimarães e Boruchovitch (2004) denominam de “contexto instrucional imediato”, que é possível unir aprendizagem e motivação intrínseca do aluno.

Uma boa relação professor-aluno é fundamental no processo de aprendizagem, pelo fato da troca de conhecimento e de informação, que trabalha o crescimento de

ambos. Porém é importante que os vínculos afetivos não comprometam e não modifiquem a postura do profissional para que a aprendizagem de fato aconteça.

Segundo Freschi e Freschi (2013, p. 5) “Ensinar é trocar informações, é contribuir para a reconstrução de conhecimentos dos alunos e, principalmente, para que cresçam como pessoas”.

Os autores apontam também que ao estabelecer uma relação positiva entre professores e alunos, o professor tem mais liberdade para cobrá-los, enquanto os alunos se esforçarão para não o decepcionar. No entanto, só se estabelece uma boa relação interpessoal por meio do diálogo, pois este é uma estrada para se chegar ao aluno, buscando saber e estando disposto a entendê-lo e respeitá-lo dentro dos parâmetros cabíveis. Pois dentro de uma sala de aula há diferentes personalidades e o professor precisa saber lidar com as peculiaridades.

[...] a atenção para as necessidades sócio-emocionais dos estudantes é essencial para a construção de um ambiente educacional potencialmente motivador, principalmente por parte de professores e administradores escolares (Guimarães e Boruchovitch, 2004, p. 3).

Apesar do respeito e da troca de informações serem primordiais, muitos professores ainda apresentam uma postura tradicional e conservadora, passando para os alunos a imagem de superioridade, e tentando mostrar que eles são apenas coadjuvantes no processo da aprendizagem. Estes profissionais acabam tendo dificuldades em lidar com os alunos, não estabelecendo uma relação positiva e diminuindo a motivação.

Para os professores, o mais comum é a preocupação com aspectos quantitativos e generalizadores (medidas de rendimento e performance), em detrimento de aspectos qualitativos e particularizadores (prazer, criatividade e ludicidade); e isto quando há alguma preocupação... (Irene Betti, 1992, p.1).

É necessário estimular os alunos a participar das discussões e conversas, fazendo-os interagir e com o passar das aulas, sentir-se mais confiante. Pois a comunicação é extremamente importante no processo de ensino-aprendizagem, já os preparando para futuras argumentações.

O professor deve passar segurança ao aluno, e fazer com que um sentimento de confiança, amizade e respeito mútuo seja estabelecido, proporcionando um

ambiente agradável ao aluno, facilitando a aprendizagem pois os torna mais abertos a para aprender (Freschi e Freschi, 2013).

Para tal é preciso que o educador saiba identificar “limitações” e motivar os alunos para que desenvolvam suas potencialidades.

O professor de Educação Física tem papel indissociável na promoção da motivação intrínseca dos alunos à medida em que devem ter formação de qualidade para tornar as aulas de Educação Física desafiadoras, impulsionando os alunos a superar limites e obstáculos a fim de sentirem orgulho dos próprios esforços e conquistas.

[...] A aprendizagem inicial da motivação em educação por vezes pode precisar ser regulada por forças externas, tais como regras em sala de aula impostas pelo professor, incentivos e punições. Com os valores educacionais colocados, os alunos tornam-se motivados pela valorização do que está sendo aprendido. Aos poucos, podem tornar-se intrinsecamente motivados para as atividades que estão envolvidas durante o processo de aprendizagem (Pizani e Barbosa-Rinaldi, *et al.*, 2016, p. 2).

Irene Betti (1992) partilha da mesma ideia sobre a importância do professor de Educação Física, pois segundo análise feita por essa autora sobre a expectativa dos alunos em relação às aulas de Educação Física escolar, o professor é o principal responsável por eles (os alunos) gostarem ou não das aulas.

5.3 A interação social (buscar e obter vínculos sociais)

O trabalho em equipe além de ser um fator de motivação, é também um instrumento pedagógico de inclusão social (Silva e Machado, 2009) que facilita ao aluno aliar o espírito de equipe (ainda que um jogador seja bom, não pode haver jogo sem os demais membros da equipe) ao seu sentimento de integração, pertencimento a um grupo, ou seja, a dimensão individual e coletiva como representação social.

Quando as atividades em grupo são bem conduzidas, possibilitam que todos os alunos participem ativamente, independente de suas atividades motoras prévias, já que o foco não é mais o desempenho individual e sim o coletivo. Além disso, o trabalho em equipe contribui significativamente para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais tais como empatia, cooperação e respeito às diferenças.

O jogo coletivo consegue, de forma ímpar, ensinar que mesmo que um jogador se destaque individualmente falando, ele sozinho não consegue alcançar os objetivos que só a equipe consegue. É preciso comunicação, confiança mútua, divisão de tarefas e aqui cabe uma ênfase para a valorização de cada membro, inclusive daqueles que em outros contextos seriam desvalorizados por não se enquadrarem nos padrões de desempenho físico ou de técnica.

Essa dinâmica promove um sentimento de pertencimento e integração que é fundamental na fase escolar, fazendo grande diferença em especial para os alunos que enfrentam dificuldades de socialização ou baixa autoestima.

Além disso, o trabalho em equipe favorece a construção de identidades coletivas, nas quais os alunos aprendem a reconhecer que fazem parte de algo maior do que eles mesmos. A vivência de metas comuns e a partilha de conquistas e derrotas fortalecem os vínculos interpessoais, aproximam os estudantes e proporcionam um espaço de trocas e aprendizagens mútuas.

Esse processo auxilia na construção da cidadania e na formação de sujeitos mais conscientes de seu papel social, já que os princípios éticos que regem o bom funcionamento de uma equipe são também valores fundamentais para a vida em sociedade e bem-estar comum.

Kobal (1996) destaca a relevância de se cativar o grupo de colegas, pois ele consegue exercer influência de forma positiva no comportamento dos demais no sentido de socialização, manifestações extrovertidas e até de liderança, o que se torna de grande valia e fundamental para uma aula de Educação Física satisfatória e participativa. Compartilha desse mesmo pensamento Irene Betti:

A presença dos colegas é um fator decisivo no alcance do prazer em aulas de Educação Física. Considero esta sub-categoria como uma das mais importantes, ao lado do professor, confirmando a característica do ser humano em conviver em sociedade e a característica do adolescente em procurar a companhia de seus pares (Irene Betti, 1992, p. 50).

Em contrapartida, Guimarães e Boruchovitch (2004) entendem que a ideia de pertencimento ou a necessidade de estabelecer vínculos não é tão importante para a motivação intrínseca, pois, segundo essas autoras (p. 4), “grande parte das atividades intrinsecamente motivadas são realizadas isoladamente, por isso ela é vista como um “pano de fundo”, uma sensação de segurança”.

Ainda sob a perspectiva dessas autoras, a necessidade de pertencer se justifica a medida em que é necessário de estabelecer vínculo emocional ou envolvimento emocional com alguém significativo, o que inicialmente os estudos se desenvolveram em torno de pais e filhos pequenos, estendendo-se essa relação de segurança para a sala de aula entre o professor que atende as demandas dos alunos.

Logo, essa necessidade de pertencimento, ou de ligação com pessoas significativas, é inerente a todas as pessoas, não apenas a crianças ou alunos, e quando é frustrada, pelo menos em parte, afeta diretamente o equilíbrio emocional do indivíduo.

Não é à toa que a rejeição é um de vários fatores de estresse emocional que desencadeia em atos de violência, que só vão piorando cada vez mais o comportamento do aluno na escola, o sentimento de rejeição e a frustração pela incompreensão. A exclusão contínua pode gerar um ciclo negativo de isolamento, baixa autoestima e desmotivação, prejudicando profundamente o desenvolvimento integral da criança ou do adolescente.

Um aluno aceito pelos colegas tem uma percepção de escola positiva, faltam menos às aulas e o desempenho é melhor comparado a outros colegas que não são tão bem aceitos e isso também é reflexo da segurança que existe ou deixa de existir na relação com os pais e professores, pois os alunos que tem essa segurança aceitam de melhor forma os fracassos escolares e são mais ativos do processo de aprendizagem (Guimarães e Boruchovitch, 2004).

Além disso, o apoio emocional e social recebido no ambiente escolar funciona como um fator de proteção que estimula o engajamento, a autonomia e o senso de pertencimento. O professor precisa estar atento às dinâmicas de exclusão muitas vezes sutis, mas que afetam significativamente a experiência escolar de determinados alunos.

É função do professor, nesse contexto, atuar como mediador, organizando situações didáticas que estimulem a participação de todos e que criem oportunidades reais de cooperação, escolhendo adequadamente as atividades, acompanhamento de perto as interações e, não menos importante, valorizando as atitudes positivas para que o trabalho em equipe possa fluir e cumprir seu papel de inclusão e formação social.

Ao transformar as aulas de Educação Física em um espaço onde a dimensão individual e a coletiva caminham juntas, a escola amplia suas possibilidades de intervenção educativa, favorecendo tanto o desenvolvimento pessoal quanto a convivência democrática e respeitosa entre os alunos.

5.4 A ludicidade, o prazer e a diversidade de conteúdo

Existe muita confusão entre desenvolver uma atividade séria e prazerosa com atividade séria e desagradável. (Irene Betti, 1992, p. 4). É quase pacífico o entendimento de que a aula quanto mais divertida, mais interessante fica e, conseqüentemente, os alunos se sentem mais motivados a participar.

Relacionar prazer e educação não é uma tarefa fácil, parecendo questões, inclusive, contraditórias, uma vez que parece não haver espaço para emoções como o prazer, a alegria, na educação sistematizada ocorrida no interior de uma instituição escolar. (Kobal, 1996, p. 101).

Irene Betti (1992) tem uma preocupação em enfatizar no seu trabalho (que embora seja de 1992 não me parece em nada defasado com a realidade) quanto ao prazer em participar das aulas de Educação Física. Segundo ela (Betti), os objetivos das aulas não podem ser deixados de lado, mas o prazer em participar também não.

A questão da disciplina acaba, por vezes, colocando de lado o prazer e a alegria. Por exemplo, em escolas onde a quadra fica muito próxima às salas de aula, os alunos não podem fazer barulho, não podem gritar, nem torcer. A alegria das crianças é confundida com indisciplina (Irene Betti, 1992, p. 2 e 3).

O que Irene Betti quer dizer é que não deve prosperar a ideia de que disciplina é sinônimo de submissão e silêncio, ficar calado, aceitar qualquer coisa. Disciplina e prazer podem coabitar na escola se entendermos a disciplina “como algo necessário para uma ordem social escolar não rígida, e que pode ser internalizada e utilizada em certos momentos, podemos aceitá-la ao lado do prazer” (Irene Betti, 1992, p. 3).

A ludicidade é a expressão da nossa subjetividade que traz alegria, prazer e satisfação e essas atividades proporcionam isto e muito mais para as crianças. As

atividades lúdicas dão as crianças oportunidade de escolher atividades que desejam participar.

Para que haja o lúdico e o prazer nas aulas de Educação Física não deve haver também a bagunça e a desorientação, pois existe diferença entre administrar uma aula e manipular o ensino (Irene Betti, 1992).

O prazer alienado não é o que se busca para as aulas de Educação Física, mas sim uma aula que tenha objetivos sérios de desenvolvimento pessoal, cultural e social, mas que para isso não precise sacrificar a alegria, a ludicidade e a diversão com propósito.

Aprender de forma lúdica traz muitos benefícios para o desenvolvimento psicomotor e afetivo da criança. Para o professor, a atividade lúdica é uma ferramenta didática muito útil, é como uma carta coringa, que torna a aprendizagem mais prazerosa e eficaz.

As atividades lúdicas proporcionam ambientes de excelência não apenas para um desenvolvimento técnico qualitativo nas aulas de Educação Física, mas também um ambiente propício, instigador, alegre e motivador. Esse ambiente proporciona uma motivação necessária para a aprendizagem, sustentada na afetividade em sala de aula e com o conteúdo apresentado.

Que escola é essa, onde não se pode ter prazer? Que educação é essa, onde é permitido proibir e proibido permitir? Que estrutura é essa, montada em números, em processos estatísticos, onde encontramos a ansiedade, a frustração, o desprazer, o desamor? (Irene Betti, 1992, p. 15 *apud* Moreira, 1998, p. 17)

O que se observa é que as crianças se divertem em brincadeiras de ruas, onde a criatividade e liberdade se manifestam de forma natural. Nesse ambiente elas pulam, correm, inventam regras e se movimentam de forma prazerosa. Porém, quando vão à escola nem sempre encontram o mesmo prazer nas aulas de Educação Física.

Muitas vezes, as aulas no ambiente escolar se preocupam tanto com as regras rígidas e com o desempenho técnico das práticas desportivas que acabam se afastando da ludicidade que faz parte do universo cultural e afetivo das crianças.

Essa abordagem tradicional escolar se torna desmotivadora em especial para as crianças que não se identificam com o modelo competitivo inato do esporte, o que

contrasta com a vivência corporal espontânea e prazerosa que as crianças têm com as brincadeiras fora do muro da escola.

É fundamental repensar o papel da Educação Física escolar, em especial valorizar mais a dimensão lúdica e cultural do brincar, pois a escola é o ambiente onde o corpo e o brincar deveriam ser valorizados como parte indissociável do processo educativo. É necessário pensar mais e respeitar o universo infantil no sentido de contribuir para o desenvolvimento integral das crianças e promover aprendizagens que sejam significativas para elas.

A aprendizagem, o ambiente escolar, não deveria proporcionar momentos de alegria aos alunos, ou esses momentos devem estar reservados somente às brincadeiras de rua feitas na rua?

Não gostaria de rever nas escolas uma cena que vi em um filme, onde as crianças pulavam felizes da vida ao descobrirem que sua escola estava pegando fogo. (Irene Betti, 1992, p. 17).

E será se motivação e prazer são sinônimos? A esta dúvida Irene Betti responde:

Assim, podemos perceber um elo entre motivação e prazer. No entanto, a motivação não é necessariamente uma garantia de prazer. O indivíduo pode estar motivado para jogar, mas as condições da quadra, a raquete quebrada ou o adversário que falta não garantem seu prazer. Diríamos, então, que o prazer depende de condições internas e externas do indivíduo (Irene Betti, 1992, p. 20).

Sem pretensões de responder a essa pergunta de forma satisfatória, não neste trabalho, vale lembrar que a motivação, assim como o prazer, também depende de fatores intrínsecos e extrínsecos e aqui novamente os conceitos se aproximam.

A atividade lúdica é capaz de facilitar a relação do aluno com ele e com o próximo, o que na maioria das vezes é expressado somente através da competição. Aliás, sobre a competição, cabe um destaque de Marante e Ferraz:

Vale salientar que em relação a aspectos competitivos das atividades propostas em aulas de Educação Física, consideramos que a competição em si não é boa ou má, ela é o que fazemos dela, atribuindo dessa maneira ao educador a responsabilidade de como agir nesse quadro (Marante e Ferraz, 2006, p. 204).

Aprender um gesto motor é interessante e pode ser motivador, não precisando ser direcionado somente para a competição. É aqui que entra a amplitude de conteúdos e atividades interessantes que o professor pode e deve propor aos alunos.

Não basta correr ao redor da quadra; é preciso saber por que se está correndo, como correr, quais os benefícios advindos da corrida, qual intensidade, frequência e duração são recomendáveis. Não basta aprender as habilidades motoras específicas do basquetebol; é preciso aprender a organizar-se socialmente para jogar, compreender as regras como um elemento que torna o jogo possível (e portanto é preciso também que os alunos aprendam a interpretar e aplicar as regras por si próprios), aprender a respeitar o adversário como um companheiro e não um inimigo a ser aniquilado, pois sem ele simplesmente não há jogo... (Mauro Betti, 1992, p. 285 e 286).

Considerando o vasto patrimônio cultural a que dispomos em nosso país, como por exemplo lutas, danças, ginásticas etc., limitar as aulas de Educação Física somente a práticas esportivas cai na margem da limitação que por bom senso deve ser evitada.

Não é à toa que os Parâmetros Curriculares Nacionais ampliaram em relação à Educação Física o seu campo de atuação, não mais limitando a disciplina ao universo das habilidades motoras, mas permitindo e estimulando que o professor ofereça aos alunos vivências que permita o desenvolvimento de autonomia, participação social, valores sociais e cooperação, por exemplo.

É por essa e muitas outras razões que não dá mais pra ficar limitado a didática de jogos de competições quando se tem um universo de possibilidades que tornam as aulas mais interessantes aos alunos.

Vale trazer a ressalva feita por Kopal:

Assim, a educação através da ludicidade não possibilita somente a criação, o ir além das situações de aprendizagem, mas também a tomada de consciência de uma realidade social que necessita de transformações e, acima de tudo, oportuniza o verdadeiro exercício do prazer de viver (Kopal, 1996, p. 97 e 98).

As escolas, ao que parece, ignoram o princípio humano do prazer, são escolas da disciplina extrínseca, que tendem a tratar o corpo do educando como um fardo inexpressivo (Betti, Irene 1992, p. 13).

Este prazer nos remete a algo muito sério e necessário de ser debatido nesse momento histórico de nossa humanidade. Parte do princípio de sentir-se bem e alegre ao participar de uma atividade. Coloca-se em um espaço extraordinário e que extrapola a realidade e transcende o natural. Mas faz-se necessário que o professor estimule o aluno com atividades que os transporte a este espaço de felicidade.

Essa problemática requer um olhar mais atento, para o sentido do lúdico que tem se estabelecido nos estudos científicos e nas práticas e socioculturais educativas (Pinheiro, 2010, p. única).

O lúdico tem sua origem na palavra “ludus” que quer dizer “jogo”. Esta origem do termo lúdico estaria se referindo apenas ao jogar, ao brincar, ao movimento espontâneo (Ferreira, 2007, p.93).

Quando se fala em ludicidade, em geral vem à mente o brincar da criança, o lazer do indivíduo, assim como jogo lúdico, como recurso pedagógico. Para Pinheiro (2010), estes aspectos, comumente associados à ludicidade, são bastante compreendidos se observarmos nos âmbitos institucionais de ensino as finalidades que foram sendo atribuídas ao lúdico no decorrer das construções e reconstruções das práticas curriculares de ensino e sobretudo, as pesquisas do cenário nacional e internacional sobre a ludicidade no campo das ciências físicas e sociais.

O lúdico incorpora atividades essenciais da dinâmica humana. Se caracteriza por sua espontaneidade, funcionalidade e satisfação. Sua funcionalidade não deve ser confundida com a mera repetição de movimentos ou o comportamento cíclico. Ao contrário, deve partir da criatividade humana, que fenomenologicamente transforma a realidade em um espaço de fantasia. Nunca desperdiça movimento, pois produz o máximo, com o mínimo.

Com base nessa perspectiva do lúdico como expressão significativa da criatividade, é possível pensar em práticas pedagógicas que valorizem elementos da cultura corporal ao ambiente escolar, por exemplo. E falando em cultura corporal, porque não trabalhar a capoeira nas aulas de Educação Física escolar, que aliás é uma luta que, diferente de outras de origem oriental ou europeia, também tem raízes brasileiras. Souza e Oliveira destacam o caráter multifatorial da capoeira no ensino fundamental e médio:

Na roda da capoeira, essa autonomia é proporcionada aos alunos no próprio jogo, no qual o “jogador” tem a liberdade de se expressar com

movimentos livres, sem a obrigatoriedade de soltar movimentos pré-determinados. A criatividade também é trabalhada, a roda faz com que o jogador crie movimentos, conforme a necessidade do andamento do jogo. Na parte musical, a criatividade também é despertada, pois, às vezes, o cantador cria as músicas conforme o acontecimento do jogo (Souza e Oliveira, 2001, p. 45).

E não para por aí. Continua Souza e Oliveira:

A cooperação e a participação social são despertadas na medida em que os alunos forem tomando ciência de que, na roda, todos são importantes. Para uma roda de capoeira ter um desenvolvimento satisfatório, todos precisam participar; apenas dois jogam de cada vez, mas são necessários os tocadores, os cantadores e os que batem palma e respondem ao coro. Este conjunto sincronizado e atuante é que faz a roda ter um bom desenvolvimento (Souza e Oliveira, 2001, p. 45).

Trabalhar capoeira foi apenas um exemplo dentro uma vasta gama de conteúdos diversos e interessantes que podem motivar tanto alunos quanto professores de Educação Física a fugir da metodologia tradicional e transformar suas aulas em verdadeiros exemplos de motivação para seus alunos e outros professores.

Aliás, ainda sobre a capoeira, ela é um conteúdo em que é possível trabalhar a transversalidade, pois disciplinas como História, Geografia, Música e Sociologia também podem ter interação com a Educação Física, sendo uma alternativa interessante e lúdica para crianças e adolescentes.

Segundo a pesquisa feita por Bidutte (2001), os alunos do sexo masculino e feminino, em sua maioria na 5ª e 6ª série, responderam em sua maioria que as atividades recreativas são o tipo de atividades que mais gostam ao final da aula de Educação Física, o que se justifica para Bidutte (p. 55, 2001) provavelmente “por ainda sentirem a falta da brincadeira e pelo fato de não haver oportunidade para um maior relacionamento afetivo e interação entre os alunos [...]”.

Logo, o que se pode inferir é que não se é dedicado tempo de aula suficiente para a interação e afetividade, o que nos remete à importância das relações interpessoais como fator motivacional já tratadas no tópico 5.3 A interação social (buscar e obter vínculos sociais).

Porém o que se observa é uma diminuição do interesse pela atividade física e participação nas aulas de Educação Física da infância para a adolescência. Segundo Darido (2004, p. 18): “O professor que se mantiver rígido em atividades que não

despertem qualquer interesse dos alunos termina por afastá-los da disciplina e auxiliando a formação dos não praticantes de atividade física.”

Segundo pesquisa feita por Chicati (2000), o motivo pelo qual os alunos do Ensino Médio estão desmotivados em relação às aulas de Educação Física é porque desde o Ensino Fundamental as aulas são as mesmas, com os mesmos conteúdos. E mais, ficou claro que há um grande interesse dos alunos pelas aulas mas, de forma irônica e com muito sentido, é a própria aula que os desmotiva.

Ferreira, Graebner e Matias (2014) alertam que, quando malconduzidas, novas abordagens podem deixar os alunos em situações ainda mais desconfortáveis do que simplesmente optar por não participar das aulas.

O problema disso é que os professores acabam deixando as novas ideias de lado e focando mais naquilo que já dominam, pois se sentem (ou de fato são) incapazes de gerenciar novas abordagens como por exemplo capoeira, atletismo, dança, etc.

Repensar e aplicar novas propostas na escola é uma tarefa nada fácil, e muito sensível inclusive, mas pelo que parece a pouca variedade nas aulas pode ser o principal motivo da desmotivação dos alunos, fazendo com que muitos queiram só fazer o básico pra passar de ano.

Quando se fala em estudantes do Ensino Médio é preciso lembrar que, diferente dos outros estudantes, eles já têm capacidade cognitiva suficiente para aprofundar suas reflexões e, indo mais além, buscam por respostas que ultrapassem a simples execução de movimentos sem sentindo com sua realidade prática e tão complexa.

5.5 O bem-estar e realização pessoal

As diferenças de comportamento e interesses entre meninos e meninas no contexto da atividade física têm sido tema de diversos estudos, especialmente no que tange aos aspectos motivacionais e à forma como cada grupo se envolve nas aulas.

Segundo Bidutte (2001, p. 50 *apud* Gouvêa, 1997): “Os meninos valorizam mais a realização e o *status* e as meninas, as brincadeiras e as amigas”. Ratifica essa mesma ideia Irene Betti (1992, p. 79): Em relação à motivação intrínseca, os meninos

parecem senti-la mais do que as meninas, que por sua vez motivam-se mais com a presença das amigas do que os meninos.

Compartilham do mesmo pensamento De Araújo, Mesquita, *et al.* (2008), quando apontam que são fatores de motivação do sexo masculino a valorização pessoal e o status que o destaque nas atividades físicas proporciona.

Sobre a perspectiva masculina, Paim e Pereira enfatizam:

As questões relacionadas a um bom desempenho esportivo são motivos importantes para os jovens na prática esportiva, especialmente para os meninos que são bastante motivados para as necessidades de realização pessoal (Paim e Pereira, 2004, p. 162 *apud* Myotín, 1995).

Biologicamente e fisiologicamente falando sabe-se que o sexo masculino acaba sendo privilegiado na maioria das práticas pedagógicas nas aulas, o que não é possível afirmar em relação ao sexo feminino.

Essa disparidade fica ainda mais evidente quando a análise se volta para a forma como as aulas de Educação Física são conduzidas. Estas muitas das vezes são pautadas em uma lógica que valoriza o desempenho, o status, as recompensas em detrimento da aprendizagem e do desenvolvimento individual e coletivo. Nessa esteira vale a ressalva de Marante e Ferraz:

Ao considerar como finalidade única do esporte e das atividades envolvidas em um programa de Educação Física a elevação do status social dos vitoriosos e a busca por recompensas extrínsecas, reconhecimento social e prêmios, estamos próximos daquilo que seria o produto de uma orientação a um ambiente competitivo. Já a prática esportiva orientada à aprendizagem relaciona-se com a motivação intrínseca de seus praticantes, elegendo a educação como um processo constante que visa o desenvolvimento individual e também o comprometimento social dos envolvidos (Marante e Ferraz, 2006, p. 205).

Ainda na senda de De Araújo, Mesquita, *et al.* (2008), as meninas são motivadas à prática através de brincadeiras que estimulem os vínculos afetivos, sendo portanto o relacionamento afetivo, segundo a pesquisa feita por Bidutte (2001, p. 55), “o fator mais importante para o sexo feminino”, porém este anseio nem sempre é atendido o que acaba por diminuir a participação delas, sendo possível afirmar

também que o nível motivacional feminino pelos motivos anteriormente mencionados é menor em comparação com o masculino.

O vínculo afetivo é tão importante para as meninas que, ainda em concordância com Bidutte e sua pesquisa (2001, p. 55), “elas precisam primeiramente da relação afetiva positiva com o professor para depois desencadear um desempenho físico que atenda as expectativas dele.”

Para ambos, assim como sem diferença de idade ou nível social, a relação com os professores é bem significativa, mas as meninas gostariam mais que a relação com as professoras fosse mais próxima (Irene Betti, 1992, p. 79).

Logo, até mesmo o desempenho físico das meninas nas aulas de educação física está diretamente relacionado com o bom relacionamento afetivo delas com o professor, podendo também daí estender o pensamento de importância de relação positiva com os demais colegas de turma.

É possível concluir com base nas observações realizadas que a motivação ganha aspectos diferenciados quando se observa o sexo do aluno e suas habilidades.

5.6 A aparência

A diversão, a interação social e a competição não são os únicos fatores motivantes para a prática de atividades físicas entre os jovens. Além desses elementos tradicionalmente destacados, observa-se que muitos adolescentes também se engajam em atividades corporais motivados pelo desejo de melhorar a própria imagem corporal. Para eles o corpo tem a função primordial de construção de identidade e também de aceitação social.

A adequação aos modelos estéticos amplamente divulgados pela mídia se sinônimo de poder, status e pertencimento a determinados grupos. Durante a puberdade, esse processo se intensifica de forma desgovernado. Trata-se de uma fase de profundas transformações físicas, emocionais e sociais, em que os adolescentes passam a se enxergar e a ser vistos de maneira diferente.

Especificamente falando, há uma diferença relacionada ao gênero quanto à perspectiva da aparência. O desejo de emagrecer é mais forte nas meninas do que nos meninos, e essa preocupação em relação à aparência física se justifica provavelmente por questões biológicas e culturais (Paim e Pereira, 2004).

Em relação aos meninos, é predominante, pra não dizer quase exclusiva, a preocupação dos adolescentes “com os estereótipos sociais de que o menino ainda precisa ser forte para se destacar entre os membros do seu grupo, principalmente os esportivos” (Paim e Pereira, 2004, p. 163).

A pressão para se adequar aos padrões de beleza idealizados muitas vezes gera frustrações, inseguranças e comportamentos impulsivos, já que essa adequação é feita a alto preço. Poucos jovens conseguem atingir esses ideais sem recorrer a esforços extremos, o que pode gerar ansiedade, baixa autoestima e até o desenvolvimento de transtornos alimentares ou comportamentos compulsivos.

Nesse contexto, a atividade física passa a ser entendida não apenas como uma prática voltada à saúde ou ao lazer, mas como uma ferramenta eficaz para modificar o corpo em direção ao estereótipo almejado. Assim, ela é entendida como um meio para alcançar visibilidade social, autoestima e até mesmo reconhecimento em círculos sociais que valorizam a aparência e essa aparência significa um status social.

Essa perspectiva, embora compreensível do ponto de vista sociocultural, pode ser preocupante quando o exercício deixa de ser prazeroso e se torna um dever, motivado por pressões externas e pela insatisfação corporal a qualquer custo.

Portanto, cabe à escola e, em especial, à Educação Física, refletir criticamente sobre esses padrões e atuar de forma educativa no sentido de promover uma relação mais saudável e equilibrada com o corpo inserido essa temática nas aulas e em debates na comunidade escolar (aqui incluso a família).

É necessário desenvolver ações pedagógicas que valorizem a diversidade corporal, estimulem o autoconhecimento e reforcem a ideia de que o corpo não deve ser moldado para agradar a padrões externos, mas sim cuidado e respeitado em sua singularidade e individualidade.

É preciso enfim levar o aluno a descobrir os *motivos* para praticar uma atividade física, favorecer o desenvolvimento de *atitudes* positivas para com a atividade física, levar à aprendizagem de *comportamentos* adequados na prática de uma atividade física, levar ao conhecimento, compreensão e análise de seu *intelecto* de todas as informações relacionadas às conquistas materiais e espirituais da cultura física, dirigir sua *vontade* e sua *emoção* para a prática e a apreciação do corpo em movimento (Mauro Betti, 1992, p. 286).

Promover discussões sobre mídia, identidade, autoestima e bem-estar pode contribuir significativamente para que os adolescentes construam uma percepção

corporal mais positiva e realista, favorecendo tanto sua saúde física quanto emocional a curto e longo prazo.

5.7 O condicionamento físico e as habilidades

O condicionamento físico pode atuar como um importante fator motivacional nas aulas de Educação Física escolar, pois à medida que os alunos percebem melhorias em suas capacidades físicas como força e resistência por exemplo, tendem a se engajar mais nas atividades propostas. Essa evolução gera sentimento de conquista e autoconfiança, incentivando a participação contínua e ativa nas aulas.

Além disso, quando o foco do condicionamento está no bem-estar e na superação pessoal, e não apenas no desempenho competitivo, ele contribui para uma relação mais positiva dos estudantes com a prática de atividades físicas, fortalecendo hábitos saudáveis e duradouros inclusive além dos muros da escola.

Essa é a visão romancista do condicionamento físico como fator motivacional, assim que deveria, leia-se deveria ocorrer. O problema é que na prática não é isso que ocorre. Este tópico é indissociável do processo de avaliação tradicional utilizado nas escolas, que por sua vez na maioria das vezes existe somente para cumprir uma formalidade imposta pelas escolas, como mostra Bidutte:

O aluno ou é avaliado por suas qualidades físicas, ou seja, por seu alto rendimento, ou pela freqüência às aulas. Esses métodos de avaliações interferem no nível motivacional, pois o sistema de aprendizagem e o currículo devem proporcionar uma aprendizagem de discussão das regras do jogo, de percepção do próprio corpo e outros fatores, avaliando o aluno em seus aspectos como um todo e não apenas fisicamente com o objetivo de transformá-lo num atleta competitivo (Bidutte, 2001, p. 51, 2001).

A motivação do aluno pode ser afetada pela forma como o condicionamento físico dele, seu desempenho físico é avaliado nas aulas. A aprendizagem, porém, deve ir além, promovendo a compreensão das regras, a percepção corporal e outros aspectos, avaliando o aluno de forma integral e não apenas com foco em torná-lo um aluno competitivo.

O que observamos nas aulas de Educação Física é que apenas uma parcela dos alunos, em geral os mais habilidosos, estão efetivamente

engajados nas atividades propostas pelos professores. Esses, por seu lado, ainda influenciados pela perspectiva esportivista, continuam a valorizar apenas os alunos que apresentam maior nível de habilidade, o que acaba afastando os que mais necessitam de estímulos para a atividade física. Os resultados imediatos destes procedimentos são; um grande número de alunos dispensados das aulas e muitos que simplesmente não participam dela, e que provavelmente não irão aderir aos programas sistematizados de atividade física (Darido, 2004, p.2).

É nessa situação, como a exposta por Darido acima, que um professor de Educação Física tem a oportunidade de fazer a diferença, incentivando o aluno não tão habilidoso a fazer a atividade no seu tempo e ritmo e dentro de suas limitações, pois são capazes de realizar a tarefa desde que motivados e auxiliados.

Sobre capacidades e diálogos, de acordo com Kopal (1996, p. 46 *apud* Hamachek, 1970, p. 13), em função da motivação no processo de aprendizagem é necessário:

Compreender que é provável que não se obtenha resultados pelo simples fato de dizer a alguém que ele é um indivíduo capaz. Deve-se sugerir este conceito manifestando confiança e criando um clima de respeito mútuo. Uma boa maneira de começar, é a de procurar tempo para escutar o que os alunos têm a dizer, e utilizar suas idéias, quando possível (Kopal, 1996, p. 46 *apud* Hamachek, 1970, p. 13).

Um aluno menos habilidoso não deve ser nivelado por baixo e nem deixado para ser o último escolhido em uma atividade. Deve-se evitar comparações ou constrangimento, e não permitir que sejam os primeiros a serem eliminados em um jogo. Essas situações, aparentemente simples, refletem práticas pedagógicas que, ainda que não sejam feitas de forma intencional, acabam por reforçar sentimentos de exclusão e inferioridade em determinados estudantes.

Quando a Educação Física adota estratégias que priorizam o rendimento, a comparação e a competição entre os alunos de forma constante, cria-se um ambiente de pressão e julgamento, em que apenas os mais habilidosos são valorizados. Isso contribui para o fortalecimento de uma lógica na qual o sucesso é medido apenas por conquistas visíveis, como vencer jogos ou superar colegas em desempenho físico e os menos favorecidos só servem para serem superados e massacrados.

O que se sugere é exatamente evitar práticas excludentes que nada mais são do que reflexo de um ambiente competitivo e de valorização unicamente do desempenho que muitas vezes prevalece nas aulas de Educação Física.

Nesse contexto, torna-se evidente o impacto negativo de um programa de Educação Física com o clima motivacional orientado para a performance que considera a vitória ou a superação do outro como critério de sucesso.

Esse tipo de abordagem tem o terrível potencial de submeter alguns dos alunos participantes (em especial aqueles com menor aptidão física, menor autoconfiança, ou ainda com experiências prévias negativas) a experiências nada favoráveis, o que comprometerá a participação desses alunos a atividades físicas ou a continuidade, a curto e longo prazo.

Com o afastamento desses alunos das aulas, se ainda não surgiu, surgirá o sentimento de incapacidade e a percepção negativa em relação às aulas de Educação Física e ao exercício físico também, a combinação perfeita do excelente relacionamento de um futuro adulto com o sedentarismo.

Um programa de Educação Física com o clima motivacional orientado para a performance, que considera a vitória ou a superação do outro como critério de sucesso pode submeter alguns de seus praticantes a experiências pouco favoráveis, que certamente comprometerão a participação e poderão até distanciar esses indivíduos da prática de atividades físicas. Neste quadro podem surgir no desenvolvimento das atividades, situações desfavoráveis: falta de estímulos e desinteresse por parte dos alunos, exposição inibitória, rotulação em bons e maus alunos, desconsideração de características individuais e envolvimento heterônomo com as atividades propostas. (Marante e Ferraz, 2006, p. 206).

Faz parte das inúmeras tarefas importantes do professor trabalhar de forma positiva problemas como esses supracitados, proporcionando vivências de autonomia, cooperação e utilizando de estratégias de comunicação clara e eficaz para que os alunos entendam que a régua que serve para um aluno não serve para o outro e que igualdade é muito mais que tratar os desiguais de forma desigual na medida de suas desigualdades.

Observando esse cenário, cabe enfatizar que o mínimo aceitável dentro de um ambiente escolar regido pela ética é que os alunos vivenciem as situações de competição sem traumas e como isso é possível? A resposta está na recomendação feita por Winterstein (1992, p. 58): Devem ser oferecidas atividades com diferentes níveis de dificuldade dentro de uma mesma estrutura de tarefa.

Ora, o que se quer é exatamente propor tarefas com diferentes níveis de dificuldades, permitindo que assim alunos com variados graus de capacidades

participem da atividade. É indispensável oferecer uma variedade de desafios, dos mais simples (acessíveis aos alunos menos habilidosos) até os extremamente completos, que nem mesmos os alunos mais habilidosos não consigam realizar. Essa sugestão possibilita que os alunos com menor desempenho tenham experiências reais de sucesso, enquanto os mais habilidosos podem buscar tarefas mais desafiadoras das que já atingiram (Winterstein, 1992).

Outro destaque que merece atenção é que se mencionou que os alunos podem buscar as tarefas, ou seja, não só podem como “[...] devem ter a possibilidade de escolher, por si próprios os níveis de dificuldade das tarefas” (Winterstein, 1992, p. 59).

A finalidade é exatamente possibilitar ao aluno a autopercepção, o conhecimento das próprias capacidades através da escolha do grau de dificuldade da tarefa que escolheu, comparando os resultados atuais com os alcançados em um momento anterior. (Winterstein, 1992).

E, não menos importante, como o aluno saberá quando estará apto a encarar o próximo nível de dificuldade de uma tarefa? Winterstein traz a resposta:

É comum observarmos que professores optam por maior quantidade de exercícios para tornar as aulas menos monótonas, diminuindo assim o tempo de execução de cada uma das atividades. Com isto o aluno mal tem condições de verificar se consegue ou não realizar aquela atividade. O aluno deve ter a possibilidade de experimentar diferentes graus de dificuldade, achar aquele adequado as suas capacidades e treiná-lo (Winterstein, 1992, p. 59).

Passar por momentos de sucesso e fracasso nas tarefas que o próprio aluno escolheu é uma das etapas necessárias do amadurecimento dele, pois ele percebe melhor do que é capaz e que também é o responsável por definir suas metas e correr atrás delas. Nesse processo o professor deve auxiliar o aluno na análise de forma mais real do que levou o aluno a obter um resultado ou outro e a orientar o aluno para que ele perceba onde está errando na forma como ele (aluno) vê essas situações e sempre, sempre evitar comparações entre os alunos (Winterstein, 1992)

Sentindo-se co-responsável pela própria aprendizagem, o aluno substituirá a disciplina externa (imposta) pela auto-disciplina, o que irá lhe favorecer maior independência e enriquecimento de sua personalidade (Kobal, 1996, p. 40).

É fundamental repensar as práticas pedagógicas em Educação Física, promovendo um ambiente que valorize a inclusão, a motivação intrínseca e o desenvolvimento dos alunos, independentemente de suas habilidades.

Em contrapartida no clima motivacional orientado para a aprendizagem, onde a busca da auto-superação é o critério de sucesso, podemos fornecer aos alunos: uma maior estimulação à participação, experimentar mais vezes situações de progresso e desenvolver a autonomia dos alunos na interação com as oportunidades de aprendizagem (Marante e Ferraz, 2006, p. 206 e 207).

O ambiente escolar não é uma réplica do mundo à fora, cada ser é um mundo infinito de possibilidades e potencialidades. É imperioso que a Educação Física escolar assuma um compromisso com práticas mais inclusivas, que valorizem o desenvolvimento integral dos alunos e promovam o respeito às diferenças individuais.

Ao invés de reforçar uma lógica excludente baseada na performance e na competição, o foco deve estar na criação de um ambiente motivador, acolhedor e educativo, que incentive a participação de todos, independentemente de suas habilidades motoras ou condicionamento físico.

O professor de Educação Física, enquanto mediador do processo de ensino-aprendizagem, desempenha um papel crucial na construção de experiências significativas que despertem o interesse pela prática corporal, contribuindo para a formação de sujeitos mais autônomos, engajados socialmente falando.

Não basta melhorar a condição física do aluno, é preciso ensiná-lo a construir um programa de condicionamento físico, mesmo porque o professor não estará para sempre ao seu lado para dizer-lhe o que fazer. Não basta ensiná-lo a bandeja e a cortada; é preciso prepara-lo para, ao sair da escola, ser um praticante ativo e lúcido, e isto implica em compreender a organização do esporte em nossa sociedade; é preciso prepara-lo para ser um consumidor do esporte espetáculo, o que implica em desenvolver nele uma visão crítica do sistema esportivo profissional. Visualiza-se facilmente, então, até mesmo um conteúdo teórico nos programas de Educação Física (Mauro Betti, 1992, p. 286).

Ao priorizar a motivação intrínseca e o desenvolvimento pessoal, a Educação Física pode, de fato, cumprir seu papel, ampliando o acesso à cultura corporal do movimento e promovendo saúde e bem-estar.

5.8 A família

A família também assume valiosa função como motivadores dos alunos à iniciação e continuidade de prática de atividades físicas (Oliveira, 2018), com as devidas ponderações, caso contrário os valores já mencionados são invertidos e o conceito de que ganhar a todo custo é o mais importante se sobrepõe, criando nos filhos expectativas exageradas através de pressões para obter sucesso, prejudicando consideravelmente o seu desenvolvimento psicossocial e desportivo.

O incentivo familiar pode surgir de diferentes formas, dentre elas por meio do exemplo – pais que praticam atividades físicas, pelo apoio logístico – pais que levam/buscam os filhos à escola/atividades, pelo reconhecimento das conquistas, pelo reforço positivo e diálogo aberto e incentivador, etc.

As condições de vida em que os adolescentes estão inseridos podem determinar o grau de vulnerabilidade. Quanto maior a participação e o envolvimento familiar nas questões que dizem respeito ao adolescente, maior se torna sua confiança, melhorando sua auto-estima e, conseqüentemente, deixando-o mais protegido (Cruz e Fiamenghi-Jr, 2010, p. 426).

Aqui cabe uma ressalva em relação aos valores que são transmitidos na família. Quando os pais ou responsáveis priorizam o rendimento, a vitória a qualquer custo, há o risco real de transformar as aulas de Educação Física para aquele aluno específico em fonte de estresse, ansiedade e até frustração.

É necessário ter cuidado com as expectativas depositadas e cobradas dos filhos, ainda mais quando se trata de expectativas surreais com risco eminente de gerar uma relação negativa da criança ou jovem com a atividade física e até com a própria imagem, havendo uma inversão de valores e culminando em um abandono da prática a longo prazo.

Falando em manutenção dos alunos em atividades físicas, o apoio da família é relatado como fator não apenas motivacional, mas também “determinante na fase de desistência da prática de exercícios físicos” (Darido, 2004, p. *apud* Okuma, 1997).

A presença de familiares que valorizam as aulas de Educação Física, que incentivam a participação e demonstram interesse genuíno pelas conquistas e dificuldades dos filhos pode ser decisiva para que o aluno mantenha o hábito de se exercitar no futuro.

A ausência de apoio familiar pode contribuir para a perda de interesse, especialmente diante de dificuldades e frustrações. A desistência e a desmotivação muitas vezes não estão ligadas apenas à atividade em si, mas à falta de suporte emocional e incentivo dentro do ambiente familiar.

Logo, é essencial que a família atue como parceira da escola e dos professores de Educação Física, reforçando nos seus filhos os valores de respeito, cooperação, autovalor, e que conquista de resultados é apenas uma parte de todo um processo de construção de seres humanos mais equilibrados e saudáveis dentro e fora do ambiente escolar.

É fundamental que haja uma colaboração entre os familiares e até mesmo com a própria comunidade escolar para construir um ambiente que estimule o interesse e a participação ativa dos alunos nas aulas de Educação Física (Santos, 2023).

6 CONCLUSÃO

A motivação é tida como uma energia que move o indivíduo a agir de tal forma, desde que este sinta-se estimulado, por fatores intrínsecos e extrínsecos a ele. Ao tratar das aulas de Educação Física, a motivação dos alunos para participar desta provem de fontes intrínsecas e extrínsecas, sendo a primeira a mais relevante e crucial.

O ambiente escolar em si é importante, claro, e um diferencial para estimular o aluno a participar das aulas mas cabe enfatizar que aquela ideia de que a aula só é divertida se for fora da sala já ficou pra trás faz tempo, o que para esta autora foi uma grata surpresa.

Hoje, os alunos têm uma visão mais aberta, e isso é ótimo. Mas, ao mesmo tempo, acaba virando um desafio pro professor, que precisa se reinventar e encontrar jeitos de deixar a aula leve e divertida, não importa onde ela aconteça.

Estabelecer boas relações é essencial para se ter um ambiente escolar motivador, de interação e de troca. E com isso, fazer com que as aulas sejam mais produtivas e interessantes para o aluno, pois a boa relação facilitará o envolvimento nas atividades. Essa relação horizontal e respeitosa contribui significativamente para a construção de um ambiente mais leve e propício à participação ativa dos alunos.

Para isso o professor precisa ter amor pelo que faz e por quem o faz, ou seja, por seus alunos, sabendo que exerce um papel importante e influencia muito na formação de valores para o crescimento pessoal de seus alunos, e, muito antes disso tudo, precisa se motivar e manter-se motivado.

Especificamente falando de adolescentes, o professor ao lidar com eles precisa demonstrar confiança, empatia e conhecimento, para que eles fiquem abertos à conversação e assim propícios a participar das aulas.

Além disso, o papel da família mostra-se valioso enquanto motivador à iniciação e continuidade de prática. Observaram-se diferenças no foco motivacional entre os sexos, porém ainda não se sabe ao certo a amplitude desta situação, necessitando assim um maior aprofundamento desta questão e das demais apresentadas e discutidas neste estudo.

Fato é que na literatura brasileira muito pouco se é estudado sobre a motivação, ainda mais quando se afunila a temática para se tratar de motivação no âmbito da

Educação Física escolar, o que me causou estranheza dada a relevância e emergência do tema quando nos deparamos com níveis tão baixos de aprendizagem escolar e níveis altíssimos de evasão escolar, ficando desde logo a recomendação de que novas pesquisas precisam ser feitas, mais específicas e atuais, considerando também que encontrou-se sinalizadores de mudanças de comportamento e mentalidades na literatura.

Tão difícil quanto a temática deste trabalho foi a busca de trabalhos que tratem sobre o papel da família nas aulas de Educação Física Escolar, a dificuldade se mostrou severa e preocupante, o que não foi suficiente para deixar de registrar esse tópico neste trabalho dada a importância desse fator como alicerce motivacional.

Apesar de tudo, e quando digo isso, é porque as condições das escolas, dos professores, do ensino como um todo e da relevância ainda tão baixa que toda a comunidade escolar dá para as aulas de Educação Física, são precárias e muito aquém do que deveriam ser, do que merecemos ter, ainda há professores, raros, motivados e diferenciados, ainda há alunos, poucos, que se interessam pelas aulas, ainda há famílias, contadas nos dedos, que participam. É por esses que aos trancos e barrancos não podemos desistir.

Não obstante todo um sistema deficiente, têm alunos que se motivam e são motivados a participarem das aulas de Educação Física escolar, e é responsabilidade do professor de Educação Física envolver seus alunos em suas aulas tão quanto é responsabilidade da escola como um todo juntamente com as famílias em participar das atividades escolares, afinal a comunidade escolar precisa primeiro se sentir aceita para depois sentir-se vinculada.

Além disso, o exemplo dos pais ou responsáveis também exerce grande influência. Famílias que praticam atividades físicas regularmente e que demonstram uma atitude positiva em relação às aulas de Educação Física tendem a criar um ambiente mais propício para a adesão e a permanência dos jovens nas práticas corporais fora do ambiente escolar.

Portanto, fortalecer esse vínculo entre escola e família, no que diz respeito à valorização da Educação Física, pode ser um passo essencial para promover uma cultura mais duradoura de atividade física entre os alunos bem como resgatar o protagonismo da Educação Física.

REFERÊNCIAS

- ALEIXO, J. L. Z. *et al.* **Motivação do Professor**. Disponível em: <<http://docplayer.com.br/9428704-Motivacao-do-professor.html>>. Acesso em: 06 Maio 2024.
- BETTI, Irene C.R. **O prazer em aulas de Educação Física Escolar: a perspectiva discente**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). UNICAMP, Campinas, 1992.
- BETTI, Mauro. **Ensino de primeiro e segundo graus: educação física para quê?** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v.13, n.2, p.282-7, 1992.
- BIDUTTE LC. **Motivação nas aulas de educação física em uma escola particular**. Psicologia Escolar e Educacional 2001;5:49---58.
- BRASIL, Ministério da Educação, (1997). **Parâmetros Curriculares Nacionais** para o Ensino Fundamental. Brasília, MEC/SEF.
- CHICATI, Karen Cristina. **Motivação nas aulas de Educação Física no ensino médio**. Revista da educação física, v. 11, n. 1, p. 97-105. 2000.
- CRUZ, E.; FIAMENGHI-JR, G. **O significado das aulas de Educação Física para adolescentes**. Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro v.16, n.2, p.425-431, abr./jun. 2010.
- DARIDO SC. **A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física**. Rev Bras Educ Fís Esp 2004;18:61---80.
- DE ARAUJO, S. S. et al. **Motivação nas aulas de Educação Física: Um estudo comparativo entre gêneros**. Efdeportes, revista digital, Buenos Aires, Ano 13, n. 127, Diciembre 2008.
- DE MELO, D. M.; DE SOUZA, T. A.; DA SILVA, B. E. S. **O conceito/olhar da Educação Física Escolar para alunos e professores: refletindo sobre suas diversas faces**. Efdeportes, revista digital, Buenos Aires, Ano 15, n. 148, Septiembre 2010.
- FERREIRA, Juciléa Neres. **Recreação e jogos**. São Luís: UEMA, 2007
- FERREIRA, M. L. dos S.; GRAEBNER, L.; MATIAS, T. S. PERCEPÇÃO DE ALUNOS SOBRE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 17, n. 3, 2014. DOI: 10.5216/rpp.v17i3.25587. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/25587>. Acesso em: 02 jun. 2025.
- FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

FOLLE, A.; TEIXEIRA, F. A. **Motivation of scholars in junior high by physical education.** Journal of Physical Education , v. 23, n. 1, p. 37-44, 1 Apr. 2012.

FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal.** São Paulo: Scipione, 2003.

FREIRE, P. **Ação cultural para a liberdade.** 5ª ed., Rio de Janeiro, Paz e Terra. 1981.

FRESCHI, E. M.; Freschi, M. **Relações interpessoais: a construção do espaço artesanal no ambiente escolar.** Revista de Educação do IDEAU, 8, n. 18, Julho-Dezembro 2013. 1-13.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor de bebês, crianças, adolescentes e adultos.** 2 ed. Phorte: São Paulo, 2003.

GERHARDT, Tatiana Engel e SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de pesquisa.** Coordenado pela Universidade Aberta do Brasil – UAB/UFRGS e pelo Curso de Graduação Tecnológica – Planejamento e Gestão para o Desenvolvimento Rural da SEAD/UFRGS. – Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009. 120 p.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GUIMARÃES SER, BORUCHOVITCH E. **O estilo motivacional do professor e a motivação intrínseca dos estudantes: uma perspectiva da Teoria da Autodeterminação.** Psicologia 2004;17:143-50.

HANAUER, F. C. **Fatores que influenciam na motivação dos alunos para participar das aulas de Educação Física.** 2007. Disponível em: <<http://seifai.edu.br/artigos/Fernando-MotivacaonasaulasdeEdFisica.pdf>>. Acesso em: 06 Maio 2024.

KISHIMOTO, Tizuko Morchida. **Escolarização e brincadeira na educação infantil. História da educação: processos, práticas e saberes.** Tradução. São Paulo: Escrituras, 1998.

KOBAL, M.C. **Motivação intrínseca e extrínseca nas aulas de educação física.** Dissertação (Mestrado em Educação Física), Campinas, UNICAMP, 1996.

LUCKESI, Cipriano Carlos. **Avaliação da aprendizagem escolar.** 17 ed. São Paulo: Cortez, 2005.

MARANTE, Wallace Oliveira e FERRAZ, O. L. **Clima motivacional e educação física escolar: relações e implicações pedagógicas.** Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, v. 12, n. 3, p. 201-216, 2006. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/139/349>. Acesso em: 02 jun. 2025.

MATTOS, J. C. **Alterações sensoriais no Transtorno do Espectro Autista (TEA):** Implicações no desenvolvimento e na aprendizagem. Revista Psicopedagógica, v. 36, n. 109, p. 87-95, 2019.

MERIDA, M.; RODRIGUES, G. M.; GRILLO, D. E.; DE SOUZA, J. X. Educação Física no Ensino Médio: motivos que levam as alunas a não gostarem de participar das aulas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 5, n. 2, 2009. Disponível em: <https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1288>. Acesso em: 10 jun. 2025.

OLIVEIRA, Eduardo Henrique de. **Motivação nas Aulas de Educação Física: perspectiva dos alunos do ensino fundamental**. 2018, 117f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.

PAIM, M. C. C.; PEREIRA, E.F. **Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola**. Motriz, v.10, n.3, p.159-166, set./dez.,2004.

PEREIRA, R. S.; MOREIRA, E. C. **A participação dos alunos do ensino médio em aulas de Educação Física: algumas considerações**. Revista da Educação Física, Maringá, v. 16, n. 2, p. 121-127, 2005.

PINHEIRO, Evanir. **Onde Está o Lúdico? Despertando a Ludicidade dos Educadores Infantis**. Disponível em: www.rede.unifreire.org. Acesso em: 26 de maio de 2013

PIZANI, Juliana; RINALDI-BARBOSA, Ieda Parra; MIRANDA, Antonio Carlos Monteiro; VIEIRA, Lenamar Fiorese. **(Des)motivação na educação física escolar: uma análise a partir da teoria da autodeterminação**. Revista brasileira de ciências do esporte, v. 38, n. 3, p. 259-266, jul./set.,2016.

REEVE J. **Autonomy Support as an Interpersonal Motivating Style: Is It Teachable?** Contemp Educ Psychol. 1998 Jul;23(3):312-30. doi: 10.1006/ceps.1997.0975. PMID: 9665793.

REEVE, J., BOLT, E., & CAI, Y. (1999). **Autonomy-supportive teachers: How they teach and motivate students**. Journal of Educational Psychology, 91(3), 537–548. doi:10.1037/0022-0663.91.3.537.

SANT'ANA ASS, NASCIMENTO JV, AZEVEDO ES. **Fatores associados à indisciplina nas aulas de Educação Física**. R. bras. Ci. e Mov 2012;20(1):78-87.

SANTOS, A. M. S. C. DOS. **Motivação dos alunos do Ensino Secundário em relação à prática da disciplina de Educação Física**. Repositório Aberto da Universidade do Porto / FADEUP – Faculdade de Desporto, set. 2023. Disponível em: <https://hdl.handle.net/10216/155448> Acesso em: 23 de junho de 2025.

SANTOS, M. A. L.; SILVA, L. M. **Cultura e práticas corporais: conteúdos e metodologias para o componente curricular Educação Física.** Scientia Plena, Sergipe, v.7, n.8, 2011.

SCALON, R. M.; BECKER JR. B.; BRAUNER, M. R. G. **Fatores motivacionais que influem na aderência dos programas de iniciação desportiva pela criança.** Perfil. Porto Alegre, ano 3, n.3, p.51-61, 1999.

SILVA, L. S.; MACHADO, A. A. **Motivação e Educação Física Escolar: um olhar da Psicologia do Esporte sobre as expectativas dos alunos.** Efdeportes, revista digital , Buenos Aires, Ano 14, n. 134, Julio 2009.

SOUZA, S. A. R.; OLIVEIRA, A.A.B. **Estruturação da capoeira como conteúdo da educação física no ensino fundamental e médio.** Revista da Educação Física/UEM. Maringá, v.12, n.2, p.43-50, 2001.

TRESCA, R. P.; DE ROSE JÚNIOR, D. **Estudo comparativo da motivação intrínseca em escolares praticantes e não praticantes de dança.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, DF, v. 8, n. 1, p. 9-13, jan. 2000.

WINTERSTEIN, P. J. **Motivação, educação física e esporte.** Revista Paulista de Educação Física. São Paulo, v. 6, n. 1, p. 53-61, 1992.