

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E REGULAÇÕES MOTIVACIONAIS PARA A PRÁTICA DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE ADOLESCENTES

Orientadora: BARETTA, Elisabeth

Pesquisadores: QUADROS, Gilcemar Dalmagro

FIN, Gracielle

NODARI JÚNIOR, Rudy José

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

Na prática da Educação Física a motivação é um fator relevante, uma vez que direciona e mantém comportamentos relacionados com o cumprimento de objetivos; assim, para um adolescente realizar uma atividade durante as aulas de Educação Física, ele deve estar motivado. Nesse sentido, teve-se como objetivo deste estudo investigar o nível de atividade física e as regulações motivacionais para a prática das aulas de Educação Física em adolescentes. A pesquisa se caracterizou de forma descritiva e quantitativa. A amostra foi constituída por 474 alunos de 12 a 14 anos, de turmas do 6º ao 8º ano do ensino fundamental. A regulação motivacional para a prática de exercícios físicos, nas aulas de Educação Física, foi determinada por meio do questionário *Perceived Locus of Causality Questionnaire* (Plocq), e o nível de atividade física dos adolescentes foi averiguado por meio do questionário de Atividades Físicas Habituais (NAFH). Os resultados demonstraram que as regulações motivacionais que possuem maior influência na prática das aulas de Educação Física são a motivação intrínseca para os meninos e a regulação identificada para as meninas. Ambos os sexos foram classificados com um nível de atividade física moderadamente ativos. As variáveis apresentaram uma correlação significativa entre si principalmente na relação entre nível de atividade física e motivação extrínseca identificada e nível de atividade física e motivação intrínseca, demonstrando um perfil mais autodeterminado nos escolares investigados.

Palavras-chave: Motivação. Adolescentes. Educação Física.

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

gilcemar.quadros@gmail.com