

MOTIVAÇÃO DOS FILHOS PARA PRÁTICA ESPORTIVA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA RELAÇÃO COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DOS PAIS

Luciano Bernardes Leite¹, Daniel Massote Melo Leite²
 Leôncio Lopes Soares¹, Cintia Cândida Braga²
 Guilherme de Azambuja Pussieldi²

RESUMO

Objetivo: Avaliar os motivos que levam alunos a participarem da prática desportiva nas aulas de Educação Física e verificar a relação dessa motivação com o nível de atividade física dos seus respectivos pais. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal de associação entre variáveis, motivação e atividade física. A população do estudo foi composta por 102 estudantes, 73 do sexo feminino e 29 do sexo masculino com idade entre 15 e 18 anos matriculados na Central de Ensino e Desenvolvimento Agrário de Florestal - Minas Gerais, Brasil. Utilizou-se como instrumentos para coleta de dados um questionário de Motivação para a Prática Desportiva, de Gaya, Cardoso (1998) adaptado e validado por Silva (2014). Para avaliação do nível de atividade física dos pais foi utilizado o IPAQ versão curta. Correlação de Spearman foi selecionado para associação entre as variáveis motivação dos alunos e nível de atividade física dos pais. As análises foram realizadas pelo pacote estatístico Graphi Prism 6.0. ($p < 0,05$) foi adotado. **Resultados:** Observou-se que há correlação positiva moderada entre o nível de atividade física dos pais e realização pessoal dos filhos ($r = 0,62$) bem como nível de atividade física e melhoria do desempenho ($r = 0,75$) ($p < 0,0001$). **Conclusão:** Nossos resultados mostram uma relação direta entre o nível de atividade física dos pais e a motivação para prática desportiva nas aulas de Educação Física dos filhos. Esses achados dão suporte para a importância da prática de atividade física regular para a promoção da saúde.

Palavras-chave: Atividade física. Motivação. Escolares.

1-Laboratório de Biologia do Exercício, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, Brasil.

2-Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Viçosa Campus Florestal, Florestal, Brasil.

ABSTRACT

Children's motivation for sports practice in physical education classes and their relationship with parents 'physical activity level

Objective: To evaluate the reasons that lead students to participate in sports practice in Physical Education classes and verify the relationship of that motivation with the level of physical activity of their respective parents. **Methods:** This is a cross-sectional study of association between variables, motivation, and physical activity. The population of the study was composed of 102 students, 73 female and 29 males with age between 15 and 18 years enrolled in the Center for Teaching and Agrarian Development of Florestal - Minas Gerais, Brazil. A questionnaire of Motivation for Sports Practice of Gaya was used as data collection instruments; Cardoso (1998) adapted and validated by Silva (2014). For the evaluation of the physical activity level of the parents, the IPAQ short version was used. Spearman correlation was selected for association between the variable's motivation of the students and level of physical activity of the parents. The analyzes were performed by the Graphi Prism 6.0 statistical package. ($p < 0.05$) was adopted. **Results:** It was observed that there is a moderate positive correlation between the level of physical activity of the parents and the personal achievement of the children ($r = 0.62$), as well as the level of physical activity and performance improvement ($r = 0,75$) ($p < 0.0001$). **Conclusion:** Our results show a direct relationship between the level of physical activity of the parents and the motivation for sports practice in the Physical Education classes of the children. These findings support the importance of the practice of regular physical activity for the promotion of health.

Key words: Physical activity. Motivation. Schoolchildren.

INTRODUÇÃO

Dados epidemiológicos têm mostrado que 80% dos adolescentes no mundo não praticam o mínimo recomendado de atividade física (Hallal e colaboradores, 2012).

Nessa perspectiva, podemos refletir sobre a necessidade da participação de crianças e adolescentes nas aulas de Educação Física Escolar.

Educar para a realização de exercícios é relevante, uma vez que o sedentarismo pode comprometer a saúde, diminuindo a capacidade do organismo de ajustes fisiológicos aos estresses metabólicos, levando ao desenvolvimento de doenças metabólicas cardiovasculares e endócrinas, cada vez mais precocemente (Gualano e colaboradores, 2010; Koch e Britton, 2018).

A adoção de um estilo de vida ativo em crianças e adolescentes, juntamente aos seus familiares ou responsáveis, pode ser considerada estratégia e ação de promoção da saúde, o que por sua vez, pode contribuir para prevenção e controle de doenças, devendo ser almejada durante todo o curso de sua vida (Silva e Costa Junior, 2011).

As aulas de Educação Física estão associadas à saúde de jovens e adolescentes, e os praticantes desenvolvem experiências motoras que são importantes para o processo de desenvolvimento o que reflete em hábitos saudáveis na vida adulta (Coledam e Ferraiol, 2017).

Entre os diversos fatores que podem influenciar na decisão dos jovens em participar de forma efetiva das aulas de educação física, podemos citar a ordem social e cultural, experiências anteriores da prática de atividade física, avanço tecnológico e apoio social de parentes e amigos (Cheng, Mendonca e Farias Junior, 2014; Reichert e colaboradores, 2007).

Pode-se enfatizar que para a participação nas aulas, a motivação dos alunos é primordial para alcançar os objetivos dentro da disciplina na escola.

A motivação extrínseca compreende fatores externos que levam os alunos à prática da atividade física, como, por exemplo, a influência dos pais.

Baseando-se na motivação extrínseca para o desenvolvimento desse estudo, o incentivo dos pais pode acontecer de diversas formas tanto quanto pelo estímulo quanto pelo modelo observado no seu ambiente familiar (Brown, Schiff e Van Sluijs, 2015; Cheng e

colaboradores, 2014; Olivares e colaboradores, 2015; Raudsepp, 2006).

Não foram encontrados na literatura, estudos que avaliassem a participação dos filhos nas práticas esportivas baseadas na motivação por parte dos pais. E quando encontrado estudos que avaliaram essa relação, estes empenharam em avaliar o esporte de alto rendimento (Moraes, Rabelo e Salmela, 2004; Seabra e colaboradores, 2008).

Sendo assim, este estudo tem como objetivo avaliar os motivos que levam os alunos a participarem da prática desportiva nas aulas de Educação Física e avaliar se existe relação dessa motivação com o nível de Atividade Física dos seus respectivos pais e/ou responsáveis.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra

A amostra foi composta por 204 voluntários, 102 estudantes do ensino médio, regularmente matriculados na rede federal de ensino Central de Ensino e Desenvolvimento Agrário de Florestal (CEDAF) do município de Florestal - Minas Gerais, e 102 pais ou responsáveis pelos respectivos estudantes.

Dos 102 estudantes voluntários, 53 eram do sexo feminino e 49 do sexo masculino, com idade entre 15 e 18 anos. Dos 102 pais voluntários, 73 eram do sexo feminino e 29 do sexo masculino.

Delineamento

Para realização do presente estudo, inicialmente foi realizado contato com a direção da escola, sendo entregue à coordenação a proposta do estudo e o pedido de autorização para a realização desta pesquisa.

Após a aprovação pela direção escolar, todos os voluntários tiveram que assinar um termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Além do termo de consentimento livre e esclarecido, os pais dos voluntários menores de 18 anos assinaram um termo de assentimento para participação da pesquisa.

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa, cujo processo está registrado sob número CAAE: 77216617.3.0000.5153, aprovado sob

Parecer nº 2.312.833. Todos os procedimentos estão em conformidade com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Inventário de Motivação para a Prática de Atividade Física

Para a coleta de dados motivacionais dos alunos, utilizou-se o Inventário de Motivação para a Prática Desportiva de Gaya e Cardoso (Gaya e Cardoso, 1998) adaptado.

O modelo de inventário foi construído a partir de uma síntese dos principais resultados obtidos através de uma revisão bibliográfica sobre os fatores motivacionais.

A partir disso, os pesquisadores agruparam os motivos, conforme a afinidade dos mesmos, em quatro domínios gerais. Os Domínios proposto pelo autor são, Realização Pessoal, Estratégias Voltadas para a Melhoria do Desempenho, Variáveis para Competir e Momento de Lazer.

O Domínio 1, denominado Realização Pessoal, é composto pelas questões 02, 05, 11, 14, e 18.

O Domínio 2, denominado Estratégias Voltadas para a Melhoria do Desempenho, composto pelas questões 10, 15.

O Domínio 3, denominado Variáveis para Competir, composto pelas questões 01, 04, 08, 09, 17 e por último o Domínio 4, denominado Momento de Lazer, composto pelas questões 03, 06, 07, 12, 13, 16 e 19.

O Inventário de Motivação para a Prática Desportiva é composto por 19 motivos objetivos e subdivididos dentro das quatro dimensões gerais citadas anteriormente.

Cada opção de resposta do questionário apresenta em uma escala tipo Likert de cinco alternativas com níveis de importância: 1- nada importante; 2- pouco importante; 3- muito importante; 4-muito importante e 5-extremamente importante.

Nível de Atividade Física dos Pais

Para avaliar o nível de atividade física dos pais foi utilizado o questionário IPAQ versão curta. O IPAQ é um questionário que permite estimar o tempo semanal gasto em atividades físicas de intensidade moderada e vigorosa, em diferentes contextos do cotidiano (Matsudo e colaboradores, 2001).

A versão curta é composta por sete questões abertas relacionadas a diferentes dimensões de atividade física (caminhadas e

esforços físicos de intensidades moderada e vigorosa) e de inatividade física (posição sentada) (Matsudo e colaboradores, 2001).

Este instrumento classifica os indivíduos em grupos de acordo com seu nível de atividade física e as categorias são conceituadas da seguinte forma: Sedentário – não realiza nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana; Insuficientemente Ativo - consiste em classificar os indivíduos que praticam atividades físicas por pelo menos 10 minutos contínuos por semana, porém de maneira insuficiente para ser classificado como ativos. Para classificar os indivíduos nestes critérios, são somadas a duração e a frequência dos diferentes tipos de atividades (caminhadas + moderada + vigorosa).

Essa categoria divide-se em dois grupos: Insuficientemente Ativo A - realiza 10 minutos contínuos de atividade física, seguindo pelo menos um dos critérios citados: frequência - 5 dias/semana ou duração - 150 minutos/semana; Insuficientemente Ativo B - não atinge nenhum dos critérios da recomendação citada nos indivíduos insuficientemente ativos A; Ativo – cumpre as seguintes recomendações: a) atividade física vigorosa – ≥ 3 dias/semana e ≥ 20 minutos/sessão; b) moderada ou caminhada – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 minutos/sessão; c) qualquer atividade somada – ≥ 5 dias/semana e ≥ 150 min/semana; Muito Ativo - cumpre as seguintes recomendações: a) vigorosa – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 min/ sessão; b) vigorosa – ≥ 3 dias/semana e ≥ 20 min/sessão + moderada e ou caminhada ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 min/sessão.

Instrumentos

A aplicação do questionário de motivação aos alunos ocorreu durante uma aula de Educação Física, mediante a autorização prévia do professor regente, com duração média de 10 minutos para respondê-lo.

Em um segundo momento, após a aplicação aos estudantes, os seus respectivos pais ou responsáveis responderam ao questionário de avaliação do nível de atividade física.

No momento das coletas, os voluntários foram instruídos sobre os objetivos da pesquisa, e a possibilidade de desistência. Receberam informações acerca dos

questionários e instruções sobre o preenchimento.

Análise Estatística

Foram realizadas análises descritivas dos scores das variáveis motivação e nível de atividade física. Correlação de Spearman foi utilizada para avaliação da relação entre as variáveis motivação e atividade física.

Todas as análises foram realizadas utilizando-se o pacote estatístico Graphic Prism 6.0. $p < 0,05$ foi considerado para diferenças significativas.

RESULTADOS

As Tabelas 1, 2, 3 e 4 apresentam as questões referentes aos: Domínio 1, na categoria realização pessoal; Domínio 2, na categoria estratégias voltadas para melhoria do desempenho; Domínio 3, categoria variáveis para competir; e Domínio 4, categoria momento de lazer.

Na categoria Realização pessoal (tabela 1), os resultados mostraram que, o que

mais motivava os alunos foi a questão “Para ter um bom aspecto físico” com 34,3% em um nível de preferência “Importante”, seguido da questão “manter a saúde” com 33,3% em nível de preferência “extremamente importante”. Enquanto o que teve menor relevância foi “para emagrecer” em nível de motivo “nada importante”.

Na tabela 2, são apresentados os resultados da investigação relacionados ao domínio 2, categoria Estratégias Voltadas para a Melhoria do Desempenho.

Os resultados demonstram que os alunos não se preocupam tanto com o motivo “para desenvolver a musculatura” uma vez que mais de 50% dos alunos classificam o motivo como: “nada importante” (20,5%) e “pouco importante” (30,3%).

Já o motivo “para desenvolver as habilidades” foi o que obteve menor percentual em nível de preferência “nada importante” mostrando que os alunos demonstram certo interesse no desenvolvimento de suas habilidades durante as aulas.

Tabela 1 - Motivação dos alunos nas aulas de Educação Física no Domínio 1.

Realização pessoal	Scores (%)				
	Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Extremamente importante
Exercitar	3,9	15,6	23,5	31,2	25,4
Manter a saúde	6,8	10,7	20,5	28,4	33,3
Bom aspecto físico	17,6	24,5	34,3	12,7	10,7
Manter o corpo em forma	10,7	23,5	22,5	23,5	19,6
Emagrecer	37,2	30,3	16,6	7,8	7,8

Tabela 2 - Motivação dos alunos de Educação Física no Domínio 2.

Melhoria do desempenho	Scores %				
	Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Extremamente importante
Desenvolver a musculatura	20,5	30,3	25,4	13,7	9,8
Desenvolver habilidades	04,9	18,6	32,3	30,3	13,7

Na tabela 3 são apresentados os resultados relacionados às Variáveis para competir (domínio 3). A maioria das questões relacionadas aos motivos nesta categoria demonstrou ter forte relevância para grande parte dos alunos.

Portanto o motivo “para ser um atleta de alto nível” foi o que obteve um maior percentual (50%) em um nível de preferência “nada importante”. Esse achado talvez seja pelo fato de a pesquisa ter sido realizada em um ambiente escolar, onde a Educação Física

tem um caráter mais de socialização e integração entre os alunos e não visando o aluno a se tornar um atleta de alto nível.

Para reforçar ainda mais esse ponto, podemos observar que o motivo “para ser melhor o (a) melhor no esporte” onde 34,3% dos alunos consideram essa questão nada importante.

Na tabela 4 apresentamos os dados relacionados à categoria Momento de Lazer (domínio 4). Os resultados mostram que 50,9 % consideram o motivo “para não ficar em

casa” em nível de preferência “nada importante”. O que significa que o fato de ficar em casa não é significativo entre os alunos, ficando claro o gosto dos alunos em participarem das aulas independentemente desse fator.

A figura 1 apresenta a classificação dos níveis de atividade física dos pais ou responsável dos estudantes avaliados, dividido por sexo (painéis A e B) e total (painel C). Os resultados mostram que menos de 10% do total de avaliados (n = 102) eram sedentários, com percentual de 9%.

Do total da amostra feminina (n = 72), 31% demonstraram ser Irregularmente ativas A e 24% como ativas. Quando avaliado a amostra masculina, do total (n = 29), 30% foram classificados como irregularmente ativos A, enquanto 33% ativos.

A figura 1 apresenta a classificação dos níveis de atividade física dos pais ou responsável dos estudantes avaliados, dividido por sexo (painéis A e B) e total (painel C). Os resultados mostram que menos de 10% do total de avaliados (n = 102) eram sedentários, com percentual de 9%.

Do total da amostra feminina (n = 72), 31% demonstraram ser Irregularmente ativas A e 24% como ativas. Quando avaliado a amostra masculina, do total (n = 29), 30% foram classificados como irregularmente ativos A, enquanto 33% ativos.

Na figura 2 são apresentados os resultados da correlação de Spearman entre os scores dos domínios do questionário de motivação dos estudantes e o nível de atividade físicas dos pais ou responsáveis. Observou-se que há correlação positiva moderada entre o nível de atividade física dos pais e realização pessoal dos filhos (r = 0,62), bem como nível de atividade física e melhoria do desempenho (r = 0,75), painel A e B respectivamente, ambas com p<0,0001.

Além disso, nosso estudo mostra que existe uma correlação positiva muito forte entre o nível de atividade física dos pais e o domínio para competir dos filhos (r = 0,91; p < 0,0001) painel C. por último, mas não menos importante, nosso estudo mostra haver uma correlação positiva fraca entre o nível de atividade física dos pais e o momento de lazer dos filhos (r = 0,45; p<0,0001) painel D.

Tabela 3 - Motivação dos alunos de Educação Física no Domínio 3.

Para competir	Scores %				
	Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Extremamente importante
Vencer	23,5	27,4	23,5	22,5	2,9
Melhor no esporte	34,3	33,3	19,6	8,8	3,9
Competir	21,6	25,4	30,3	10,7	11,7
Atleta de alto nível	50,0	27,4	9,8	4,9	7,8
Tempo livre	32,3	20,5	22,5	5,5	18,6

Tabela 4 - Motivação dos alunos de Educação Física no Domínio 4.

Momento de lazer	Scores %				
	Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Extremamente importante
Aproveitar o tempo livre	14,7	27,4	29,4	18,6	9,8
Porque eu gosto	16,6	11,7	20,5	28,4	22,5
Encontrar os amigos	18,6	21,5	23,5	21,5	14,7
Diversão	06,8	10,7	30,3	30,3	21,5
Fazer novos amigos	20,5	23,5	42,1	5,8	7,8
Aprender novos esportes	9,8	15,6	35,2	23,5	15,6
Não ficar em casa	50,9	18,6	15,6	6,8	7,8

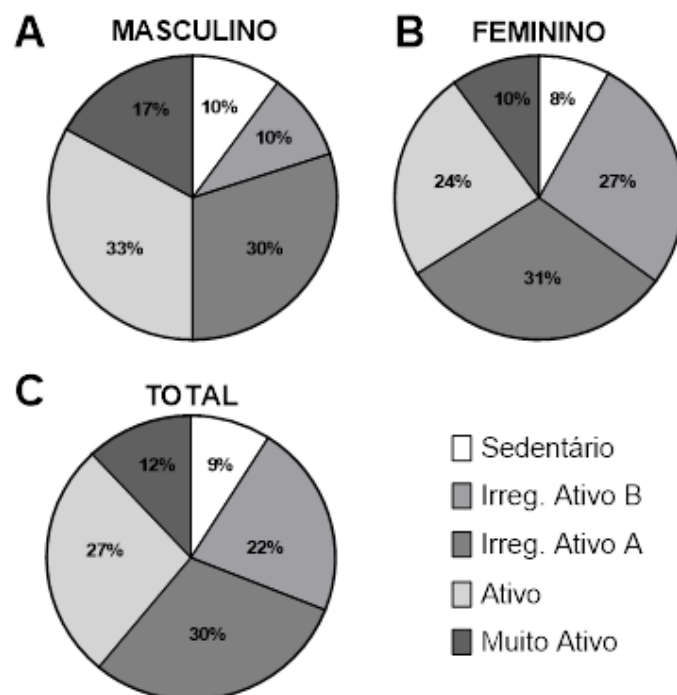


Figura 1 - Ilustração da classificação dos níveis de atividade física através do IPAQ dos pais ou responsável dos estudantes avaliados. Painel A: Nível de atividade física do sexo masculino; Painel B: Nível de atividade física do sexo Feminino; Painel C: Nível de atividade física da amostra.

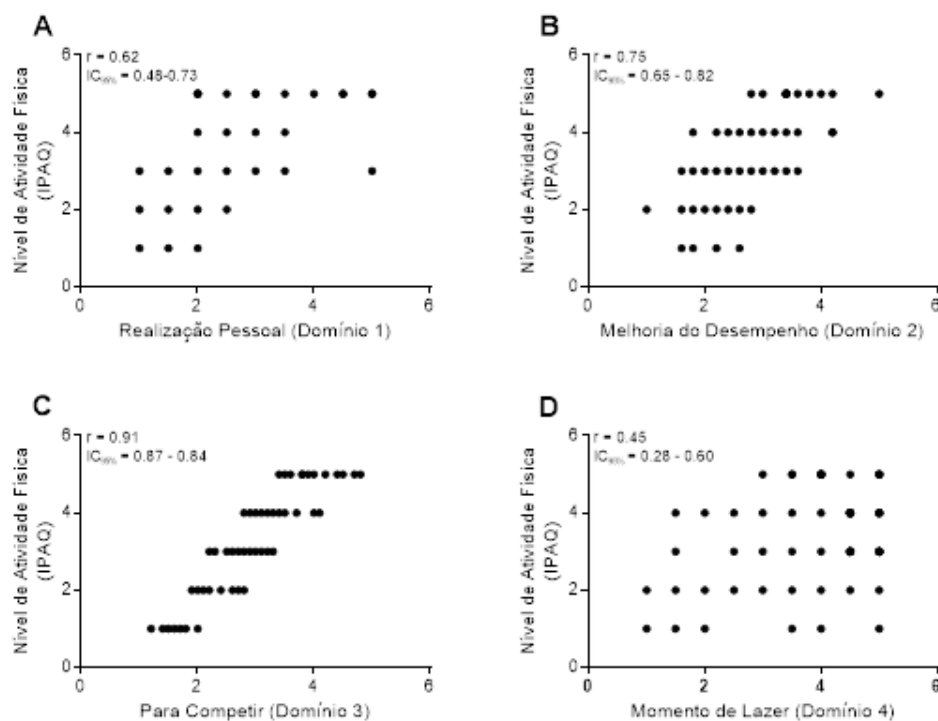


Figura 2 - Ilustração da correlação de Spearman entre os scores dos domínios do questionário de motivação dos estudantes e o nível de atividade físicas dos pais ou responsáveis. Painel A: nível de atividade física vs. realização pessoal ($p < 0,0001$); Painel B: nível de atividade física vs. melhoria do desempenho ($p < 0,0001$); Painel C: nível de atividade física vs. para competir ($p < 0,0001$); Painel D: nível de atividade física vs. momento de lazer ($p < 0,0001$).

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo avaliar os motivos que levam os alunos a participarem da prática desportiva nas aulas de Educação Física e avaliar se existe relação dessa motivação com o nível de Atividade Física dos seus respectivos pais ou responsáveis.

Nossos achados mostram que os principais motivos que levam os estudantes à prática desportiva nas aulas de educação físicas estão ligados a fatores como ter um bom aspecto físico, manter a saúde, desenvolver habilidades, ser um atleta de alto nível e não ficar em casa. Por sua vez, esses motivos estão diretamente relacionados ao nível de atividade física dos pais ou responsáveis.

Estudos relacionados aos níveis de motivação para as aulas de Educação Física são escassos. Na pesquisa desenvolvida por Coledam e Ferraiol (2017) que analisou a aderência de adolescentes de ambos os sexos, praticantes de atividade física, verificaram que as questões relacionadas à saúde foram bastante importantes para os jovens com hábitos de prática esportiva.

No quesito desenvolvimento de habilidades, podemos pensar que adolescentes gostam de impressionar seus pares, demonstrando quem é melhor em uma determinada modalidade dentro das aulas.

Dados similares aos nossos, foram encontrados nos estudos de Greene e colaboradores (2013) onde os autores constataram que a razão intrínseca de melhoria de habilidades foi citada como importante motivo para a frequência em uma determinada atividade esportiva.

A maioria dos escolares analisados no presente estudo indicou haver grande irrelevância em se tornar um atleta de alto nível no futuro.

Esse achado talvez seja pelo fato de a pesquisa ter sido realizada em um ambiente escolar, onde a Educação Física tem um caráter mais de socialização e integração entre os alunos e não visando o aluno a se tornar um atleta de alto nível. Para reforçar ainda mais esse ponto podemos observar que o motivo “para ser o (a) melhor no esporte”, não apresentou relevância uma vez que os estudantes consideram essa questão nada importante.

Essas observações vão ao encontro dos achados por Paim e Pereira (2004) que

analisaram os fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola, onde a questão “para ser melhor no esporte”, demonstrou possuir uma menor importância pela maioria dos alunos em níveis de motivo pouco ou nada importante.

Nos momentos de lazer dos adolescentes, a motivação de não ficar em casa pode ser devido aos fatores relacionados à monotonia, ociosidade, apartamentos pequenos e falta de espaços de lazer, entre outros fatores que não foram avaliados pelo questionário. Já o motivo “por que eu gosto” podemos destacar que os alunos são motivados a participarem das aulas de Educação Física, pois 71,4% dos alunos consideram, importante, muito importante e extremamente importante em níveis de motivo.

O nível de atividade física dos pais no presente estudo aponta para uma irregularidade na atividade física. A prática de atividades físicas nos adolescentes pode estar relacionada com o interesse em atividade física dos pais (Brown e colaboradores, 2015; Cheng e colaboradores, 2014; Olivares e colaboradores, 2015).

A irregularidade nos níveis de atividade física não é exclusiva da nossa amostra. Estudo epidemiológico demonstrou que a inatividade física provoca cerca de 5,3 milhões de mortes no mundo (Lee e colaboradores, 2012).

Em nosso estudo, os pais do sexo masculino apresentaram ser mais ativos que as mães. O estudo de Lemos e colaboradores (2010) avaliou o nível de atividade física de 678 pais, onde somente 41,06% foram classificados como ativos e essa porcentagem foi maior entre as mulheres do que entre os homens (respectivamente 58,23% e 15,47%), encontrando resultados diferentes do nosso estudo. Corroborando com nossos resultados, utilizando o questionário IPAQ, mas na versão longa, Silva e colaboradores (2008) verificaram uma maior prevalência de atividade física de lazer em homens (52,2% e 37,8%) do que em mulheres (40,8% e 24,4%).

Medidas para a promoção de saúde são urgentes para frear bruscamente essa pandemia global de inatividade física. Esses dados apontam um grande desafio para professores e governos na busca de soluções e condições de educar a população para a prática de exercício, uma vez que o exercício físico crônico, orientado e estimulado desde cedo, como praticado nas aulas de Educação Física Escolar e aliado a práticas educacionais

para a saúde, causam grande impacto na redução do excesso de peso, hipertensão arterial, dislipidemia, controle glicêmico, e na prevenção de complicações cardiovasculares (Nocon e colaboradores, 2008).

Os nossos resultados indicam que há uma relação direta entre os níveis de atividade física dos pais com a motivação para a prática desportiva dos filhos, uma vez que observamos que quanto maior o nível de atividade física dos pais, maior a motivação dos alunos para a prática desportiva nas aulas de educação física dependendo do motivo em que o aluno se sente motivado em cada um dos domínios analisados.

Sabe-se que pais têm papel fundamental no encorajamento dos filhos e tornam-se extremantes influentes nas atitudes desses por meio de suas crenças e ações, além de servirem de exemplos para os mesmos em relação à prática desportiva (Gustafson e Rhodes, 2006). Estudos tem mostrado que os filhos muitas vezes são espelhos de seus pais.

Martinelli, Selma e Aguená (2011) realizaram um estudo sobre a motivação dos filhos em sala de aula, onde ele relatou em sua pesquisa que a família é um ambiente favorável para o desenvolvimento do interesse das crianças e adolescentes à aprendizagem escolar.

Segundo o próprio autor a família e a escola devem oferecer um ambiente apropriado e agradável para despertar nos alunos o interesse em buscar novos conhecimentos e transformá-los em instrumentos benéficos para o seu dia a dia.

Além disso, Martinelli, Selma e Aguená (2010) relatam em sua pesquisa que estudantes com pais mais presentes e incentivadores são mais ativos e motivados, mostrando maior interesse em adquirir novos conhecimentos.

Sendo assim alguns autores tem mostrado que o mesmo acontece no meio esportivo, onde pais também são os principais responsáveis por apresentarem a prática desportiva a seus filhos e proporcionar os meios e recursos para que seus filhos se mantenham motivados a permanecerem no esporte, seja ele de rendimento ou recreacional 28.

Dessa forma, acredita-se haver um consenso na literatura sobre a importância dos pais na vida esportiva dos filhos (Momesso e colaboradores, 2016).

Massa e colaboradores, (2010) observaram em um estudo com judocas profissionais, que pertenciam à seleção brasileira de judô, que o incentivo da família na carreira profissional dos filhos foi fundamental para que eles alcançassem sucesso em suas carreiras profissionais.

Da mesma forma, Torregrosa e colaboradores (2007) verificou haver importante e fundamental apoio da família na carreira esportiva de jogadores de futebol profissional, sendo esse decisivo para o êxito dos atletas.

Em estudo que avaliou o papel do apoio social no comportamento da atividade física em adolescentes (Laird e colaboradores, 2016) verificou-se que o suporte dos pais e o social apresentaram uma influência positiva para a prática de atividade física dos adolescentes.

Destaca-se na literatura ainda que o suporte familiar, caracterizado na maioria das vezes pelo apoio dos pais, tende a motivar e a assumir papel importante no comportamento ativo dos filhos adolescentes. Muitos pesquisadores têm sugerido que os pais têm um papel crítico ao nível de atividade física e no comportamento sedentário dos seus filhos (Gustafson e Rhodes, 2006; Lindsay e colaboradores, 2017; Sallis, Prochaska e Taylor, 2000).

Embora as pesquisas indiquem existir uma grande e importante influência dos pais para o sucesso desportivo dos filhos, esse envolvimento deve ser realizado de forma moderada e cuidadosa, uma vez que de forma exagerada podem retardar ou prejudicar a evolução esportiva do seu filho (Cremades, Donlon e Poczwardowski, 2013).

Dessa forma, diante do exposto anteriormente, apesar de serem múltiplos e complexos os fatores que levam e influenciam os alunos a participarem das aulas de Educação Física, a prática de atividade física dos pais é considerada um fator importante para a motivação dos seus filhos.

CONCLUSÃO

Nossos achados mostram, haver uma relação direta entre o nível de atividade física dos pais e a motivação para prática desportiva nas aulas de educação físicas dos filhos.

Esses achados dão suporte para entendimento da importância da prática da atividade física regular para promoção da saúde e direcionamento dos filhos pautados

nas práticas dos pais para uma vida mais ativas.

REFERÊNCIAS

- 1-Brown, H. E.; Schiff, A.; Van Sluijs, E. M. Engaging families in physical activity research: a family-based focus group study. *BMC Public Health*. Vol. 15. Num. 1. p. 1178. 2015.
- 2-Cheng, L. A.; Mendonca, G.; Farias Junior, J. C. Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. *Jornal de pediatria*. Vol. 90. Num. 1. p. 35-41. 2014.
- 3-Coledam, D. H. C.; Ferraiol, P. F. Engagement in physical education classes and health among young people: does sports practice matter? A cross-sectional study. *São Paulo Medical Journal*. Vol. 135. Num. 6. p. 548-555. 2017.
- 4-Cremades, J. G.; Donlon, C. J.; Poczwadowski, A. Parental involvement and gender differences in the psychological profile of freshmen collegiate athletes. *Journal of Sport and Health Science*. Vol. 2. Num. 3. p. 160-167. 2013.
- 5-Martinelli, C. S.; Selma; Aguenta, E. C. La motivación en estudiantes de enseñanza fundamental y las creencias y actitudes de los padres. *Revista de investigación en psicología*. Vol. 14. Num. 1. p. 53-63. 2011.
- 6-Lemos, N.; Nakamura, P. M.; Figueiredo, G. R. N.; Kokubun, E. Associação entre nível de atividade física de lazer dos pais com o nível de atividade física dos filhos. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde* Vol. 15. Num. 2. p. 95-100. 2010.
- 7-Gaya, A. C. A.; Cardoso, M. F. D. S. Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo. *Revista Perfil*. Num. 2. p. 40-52. 1998.
- 8-Greene, K. M.; Lee, B.; Constance, N.; Hynes, K. Examining youth and program predictors of engagement in out-of-school time programs. *Journal of youth and adolescence*. Vol. 42. Num. 10. p. 1557-1572. 2013.
- 9-Gualano, B.; Sa Pinto, A. L.; Perondi, B.; Leite Prado, D. M.; Omori, C.; Almeida, R. T.; Silva, C. A. Evidence for prescribing exercise as treatment in pediatric rheumatic diseases. *Autoimmunity reviews*. Vol. 9. Num. 8. p. 569-573. 2010.
- 10-Gustafson, S. L.; Rhodes, R. E. Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports medicine*. Vol. 36. Num. 1. p. 79-97. 2006.
- 11-Hallal, P. C.; Andersen, L. B.; Bull, F. C.; Guthold, R.; Haskell, W.; Ekelund, U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*. Vol. 380. Num. 9838. p. 247-257. 2012.
- 12-Koch, L. G.; Britton, S. L. Theoretical and biological evaluation of the link between low exercise capacity and disease risk. *Cold Spring Harbor perspectives in medicine*. Vol. 8. Num. 1. p. a029868. 2018.
- 13-Laird, Y.; Fawkner, S.; Kelly, P.; McNamee, L.; Niven, A. The role of social support on physical activity behaviour in adolescent girls: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. Vol. 13. Núm. 1. p.79. 2016.
- 14-Lee, I. M.; Shiroma, E. J.; Lobelo, F.; Puska, P.; Blair, S. N.; Katzmarzyk, P. T. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The lancet*. Vol. 380. Num. 9838. p. 219-229. 2012.
- 15-Lindsay, A. C.; Greaney, M. L.; Wallington, S. F.; Mesa, T., Salas, C. F. A review of early influences on physical activity and sedentary behaviors of preschool-age children in high-income countries. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*. Vol. 22. Num. 3. p. e12182. 2017.
- 16-Massa, M.; Uezu, R.; Böhme, M. T. S. Judocas olímpicos brasileiros: fatores de apoio psicossocial para o desenvolvimento do talento esportivo. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. Vol. 24. Num. 4. p. 471-481. 2010.
- 17-Matsudo, S.; Araújo, T.; Matsudo, V.; Andrade, D.; Andrade, E.; Braggion, G. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade

no Brasil. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. Vol. 6. Num. 2. p. 5-18. 2001.

18-Momesso, C. T.; Verardi, C. E. L.; Arthuso, F. Z.; Silva, F. S. C.; Rodrigues, R. N.; Hirota, V. B.; Maffei, W. S. Percepção de jovens atletas sobre o envolvimento dos pais em relação à sua participação esportiva. Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento. Vol. 16. Num. 1. 2016.

19-Moraes, L. C.; Rabelo, A. S.; Salmela, J. H. Papel dos pais no desenvolvimento de jovens futebolistas. Psicologia: reflexão e crítica. Vol. 17. Num. 2. p. 211-222. 2004.

20-Nocon, M.; Hiemann, T.; Muller-Riemenschneider, F.; Thalau, F.; Roll, S.; Willich, S. N. Association of physical activity with all-cause and cardiovascular mortality: a systematic review and meta-analysis. European Journal of Cardiovascular Prevention & Rehabilitation. Vol. 15. Num. 3. p. 239-246. 2008.

21-Olivares, P. R.; Cossio-Bolanos, M. A.; Gomez-Campos, R.; Almonacid-Fierro, A.; Garcia-Rubio, J. Influence of parents and physical education teachers in adolescent physical activity. International Journal of Clinical and Health Psychology. Vol. 15. Num. 2. p. 113-120. 2015.

22-Paim, M. C. C.; Pereira, E. Fatores motivacionais dos adolescentes para a prática de capoeira na escola. Motriz. Journal of Physical Education. UNESP. Vol. 10. Num. 3. p. 159-166. 2004.

23-Raudsepp, L. The relationship between socio-economic status, parental support and adolescent physical activity. Acta Paediatrica. Vol. 95. Num. 1. p. 93-98. 2006.

24-Reichert, F. F.; Barros, A. J.; Domingues, M. R.; Hallal, P. C. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. American journal of public health. Vol. 97. Num. 3. p. 515-519. 2007.

25-Sallis, J. F.; Prochaska, J. J.; Taylor, W. C. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. Medicine & science in sports & exercise. Vol. 32. Num. 5. p. 963-975. 2000.

26-Seabra, A. F.; Mendonça, D. M. D. M.; Maia, J. A.; Garganta, R. M. Agregação familiar nos hábitos de prática desportiva. Um estudo em crianças e jovens dos 10 aos 19 anos de idade. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Vol. 12. Num. 3. p. 7-14. 2008.

27-Silva, I. C. M. D.; Knuth, A. G.; Amorim, T. E. C.; Kremer, M. M.; Rombaldi, A. J.; Hallal, P. R. C.; Azevedo, M. R. Atividade física de pais e filhos: um estudo de base populacional. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. Vol. 22. Num.4. p.257-63. 2008.

28-Silva, P. V. C.; Costa Junior, Á. L. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. Psicologia Argumento. Vol. 29. Num. 64. p. 41-50. 2011.

29-Torregrosa, M.; Cruz, J.; Sousa, C.; Viladrich, C.; Villamarín, F.; Garcia-Mas, A.; Palou, P. La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. Revista latinoamericana de psicología. Vol. 39. Num. 2. p. 227-237. 2007.

E-mails dos autores:

luciano.leite@ufv.br
danielmassotecma@yahoo.com.br
leoncio.soares@hotmail.com
cintia.escolar@gmail.com
guilhermepussieldi@ufv.br

Autor correspondente:

Luciano Bernardes Leite.
Departamento de Educação Física.
Avenida Peter Henry Rolfs, s/n.
Universidade Federal de Viçosa.
Viçosa-MG, Brasil.
CEP: 36570-000.

Recebido para publicação 03/10/2019
Aceito em 17/05/2020