

UFRRJ
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
DISSERTAÇÃO

**MOTIVAÇÃO E REPRESENTAÇÕES SOCIAIS À PRÁTICA DE
ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UM COLÉGIO
TÉCNICO AGRÍCOLA**

LEONARDO DA SILVA SANTOS

2024



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**MOTIVAÇÃO E REPRESENTAÇÕES SOCIAIS À PRÁTICA DE ATIVIDADE
FÍSICA DE ESTUDANTES DE UM COLÉGIO TÉCNICO AGRÍCOLA**

LEONARDO DA SILVA SANTOS

Sob orientação do professor

Dr. Denis Giovani Monteiro Naiff

Dissertação apresentada como
requisito parcial para obtenção de
Mestre em Psicologia pela
Universidade Federal Rural do Rio
de Janeiro.

Seropédica, RJ

Fevereiro, 2024

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Biblioteca Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

S237m Santos, Leonardo Silva , 1995-
MOTIVAÇÃO E REPRESENTAÇÕES SOCIAIS À PRÁTICA DE
ATIVIDADE FÍSICA DE ESTUDANTES DE UM COLÉGIO TÉCNICO
AGRÍCOLA / Leonardo Silva Santos. - Japeri , 2024.
80 f.

Orientador: Denis Giovani Monteiro Naiff.
Dissertação(Mestrado) . -- Universidade Federal Rural
do Rio de Janeiro, Pós-graduação em Psicologia, 2024.

1. Motivação. 2. Representações Sociais. 3.
Atividade Física. I. Giovani Monteiro Naiff, Denis ,
1971-, orient. II Universidade Federal Rural do Rio
de Janeiro. Pós-graduação em Psicologia III. Título.

O presente trabalho foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Finance code 001

UFRRJ
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

LEONARDO DA SILVA SANTOS

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Psicologia**, no Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

Dissertação Aprovada em: 28/Fevereiro/2024

Documento assinado digitalmente
gov.br DENIS GIOVANI MONTEIRO NAIFF
Data: 25/03/2024 16:11:48-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Dr. Denis Giovani Monteiro Naiff UFRRJ
(Orientador)

Documento assinado digitalmente
gov.br RICARDO RUFFONI
Data: 25/03/2024 11:27:01-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Dr. Ricardo Ruffoni
UFRRJ

Documento assinado digitalmente
gov.br ALVARO RAFAEL SANTANA PEIXOTO
Data: 25/03/2024 15:54:10-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Dr. Alvaro Rafael Santana Peixoto
UERJ

Dedico esse trabalho aos meus pais
e minha irmã, pessoas que amo
incondicionalmente.

AGRADECIMENTOS

Será que vou conseguir agradecer a todo mundo que me ajudou a chegar até aqui? Vamos lá... Primeiro quero agradecer a Deus por ter me concedido forças para chegar até aqui e aos meus pais que sempre me apoiaram nesta grande trajetória da vida.

Nesses anos de mestrado, de muita dedicação nos estudos, gostaria de agradecer algumas pessoas que colaboraram com a realização do meu sonho de se tornar um mestre e contribuir com a pesquisa. Por isso, expresso aqui, através de palavras verdadeiras, a importância que elas tiveram nessa trajetória de conquista e deixo a minha sincera gratidão a todos. Agradeço a minha família; minha irmã Ranielle e minha namorada Maria Eduarda pela compreensão; ao serem privados em muitos momentos especiais o qual não pude estar presente, e agradeço pelo profundo apoio nos momentos o qual mais precisei, me estimulando a ter forças para alcançar o objetivo. Obrigado por desejarem sempre o melhor para mim, e por todo amor imenso que tem por mim. A vocês, minha família, sou eternamente grato por tudo que sou tudo que conquistei até a presente data, não tenhas duvidas que irei fazer o máximo para retribuir todo amor, atenção, suporte e carinho que recebi até a presente data. A todos os componentes do CTUR (direção, professores, técnicos e alunos) que colaboraram de certa forma com a minha trajetória no curso de mestrado, foi marcado por um período de retorno as atividades presenciais do colégio o qual trabalho, por isso agradeço demais a compreensão e a flexibilidade para que eu pudesse alcançar meus objetivos. Em especial, à professora Ana Paula Ferreira, do CTUR fica meus sinceros agradecimentos por ter colaborado na revisão do texto, demonstrando a mais sincera amizade. Também aproveito para destacar a colaboração do meu amigo Moises Borges que me incentivou a fazer parte do programa e também compartilhou comigo diversas experiências nos tratamentos dos dados e na escrita da dissertação, obrigado amigo. Minha gratidão especial ao Prof. Dr. Denis Giovani Monteiro Naiff, meu orientador, que acreditou em todos os momentos no meu crescimento e avanço na pesquisa científica. Sem sua orientação, apoio, confiança e amizade, nada disso seria possível. Também gostaria de deixar a minha gratidão a todos integrantes do Laboratório de pesquisa em Psicologia Social (Lappso), pois obtive um aprendizado significativo nos encontros

que pude estar presente e também gratidão aos amigos Vitor que colaborou na organização dos dados de representação social. A querida amiga Laryssa Guerra, que mesmo com muitas as tarefas do dia a dia separou um longo tempo para me ajudar na execução do software de análise de dados. Também não poderia faltar nos meus agradecimentos a querida professora Valéria do departamento de educação física que muito me incentivou nessa jornada. Por fim, gratidão a Deus por todo caminho que percorri e por todas as pessoas que entraram no meu caminho.

RESUMO

SANTOS, Leonardo. Motivação e Representações sociais à prática de atividade física de estudantes de um Colégio Técnico agrícola. 2024. Dissertação (Mestrado em Psicologia, Processos Psicossociais Coletivos). Instituto de Educação/Instituto Multidisciplinar, Universidade Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2024.

Este estudo tem como principal objetivo identificar os fatores motivacionais e as representações sociais de estudantes de um Colégio Técnico agrícola à prática de atividade física de esporte e lazer. A amostra foi composta por 120 alunos de um Colégio Técnico federal do município de Seropédica/RJ, nos anos de escolaridade do ensino médio, de ambos os sexos e com idades compreendidas entre 15 e 19 anos. Para tanto, foram aplicados dois questionários: Escala de Motivos para a Prática de Atividade Física (MPAM-R), que é uma escala que avalia cinco motivos para a prática dos exercícios físicos; e um questionário de Informações Gerais elaborado pelo autor, contendo perguntas referentes às informações pessoais, tais como: escolaridade, idade, sexo e informações sobre a prática de atividade física. Ainda, foi incorporado um esquema de evocação livre de palavras em relação ao tema estudado: Atividade Física. A análise dos dados da abordagem estrutural da representação se deu mediante análise de similitude e análise prototípica, com o auxílio do software IraMuTeQ e os fatores motivacionais relacionados a esta teoria foram tratados por meio da estatística inferencial por meio do programa SPSS 20.0, versão para Windows®. Os resultados destacaram o termo saúde como elemento central da representação e também como principal fator motivacional. O significado de saúde exposto nesta pesquisa mostra a importância da adesão à prática de atividade física para obter uma vida saudável. Este projeto teve duração de 18 meses e foi concluído em fevereiro de 2024.

Palavras-chave: Motivação; Representações Sociais; Atividade Física; Saúde.

ABSTRACT

SANTOS, Leonardo. Motivation and social representations to the practice of physical activity by students of an agricultural technical college. 2024. Dissertation (Master in Psychology, Collective Psychosocial Processes). Institute of Education/Multidisciplinary Institute, Rural University of Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2024.

This study's main objective is to identify the motivational factors and social representations of students from an agricultural technical college practicing physical activity in sports and leisure. The sample was made up of 120 students from a federal Technical College in the city of Seropédica/RJ, in their secondary school years, of both sexes and aged between 15 and 19 years old. To this end, two questionnaires were applied: Scale of Reasons for Practicing Physical Activity (MPAM-R), which is a scale that evaluates five reasons for practicing physical exercise; and a General Information questionnaire prepared by the author, containing questions regarding personal information, such as: education, age, gender and information about physical activity. Furthermore, a free word recall scheme was incorporated in relation to the topic studied: Physical Activity. The analysis of data from the structural approach to representation was carried out through similarity analysis and prototypical analysis, with the help of the IraMuTeQ software and the motivational factors related to this theory were treated through inferential statistics using the SPSS 20.0 program, version for Windows ®. The results highlighted the term health as a central element of the representation and also as the main motivational factor. The meaning of health exposed in this research shows the importance of adhering to physical activity to achieve a healthy life. This research was completed in February 2024.

Keywords: Motivation; Social Representations; PhysicalActivity; Health.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Composição dos quadrantes no Quadro de Quatro Casas	25
Figura 2 - Adesão à prática de atividade física entre os sexos.....	28
Figura 3 - Representações Sociais à prática de atividade física de estudantes do ensino médio	37
Figura 4 - Resultados da análise de similitude das evocações sobre a prática de atividade física de todos os participantes dessa pesquisa (n= 120).....	40
Figura 5 - Comparação da prática de atividade física entre os sexos	46

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Tipos de motivação	9
Tabela 2 - Caracterização da amostra	22
Tabela 3 - Comparação dos fatores motivacionais por sexo.....	29
Tabela 4 - Comparação dos fatores motivacionais por ano de escolaridade	33
Tabela 5 - Relação entre fator motivacional e cognemas: saúde	43
Tabela 6 - Relação entre fator motivacional e cognemas: diversão.....	44
Tabela 7 - Relação entre fator motivacional e cognemas: aparência.....	44
Tabela 8 - Relação entre fator motivacional e cognemas: competência	46
Tabela 9 - Relação entre fator motivacional e cognemas: social.....	47

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
2. EXPLORANDO AS CONEXÕES: REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, MOTIVAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA EM UM CONTEXTO CONTEMPORÂNEO.	4
2.1 Sedentarismo	4
2.2 Atividade física e saúde de jovens brasileiros.....	6
2.3 Motivação	7
2.4 Motivação intrínseca	10
2.5 Motivação extrínseca e Amotivação	11
2.6 Teoria das representações sociais	12
2.7 Conceituando a Teoria das Representações Sociais.....	14
2.8 Teoria do núcleo central.....	16
2.9 Representação social da prática de atividade física e suas motivações.....	19
3. OBJETIVOS	21
2.1 Objetivo geral	21
2.1 Objetivos específicos.....	21
4. MÉTODO	21
4.1 Amostra	22
4.2 Instrumentos e análise dos dados	23
4.3 Procedimentos de coleta	26
5. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	27
5.1 Análises segundo a variável “anos de escolaridade do ensino médio	33
5.2 Análise prototípica da abordagem estrutural da representação social à prática de atividade física.	35
5.3 Análise de similitude	39
5.3.1 Análise de similitude de todos os participantes.....	41
5.4 Relação entre os fatores motivacionais e as prováveis representações sociais da prática regular de atividade física	42
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	48
REFERÊNCIAS.....	52
ANEXO	61

1 INTRODUÇÃO

O Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (CTUR/UFRRJ) foi fundado em 1943 e está localizado no município de Seropédica, Rio de Janeiro, Brasil. A instituição de ensino oferece cursos técnicos relacionados à área agrícola, atendendo às demandas da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira (LDB 9394/96), que possui regulamentos para educação básica, incluindo a oferta do nível médio e do nível técnico em conjunto integral.

O CTUR é vinculado à reitoria da UFRRJ e, atualmente, oferece os seguintes cursos: Técnico em Agroecologia (antigo Técnico em Agropecuária Orgânica), oferecido de forma integrada com o Ensino Médio, com duração de três anos, ou em concomitância externa com o Ensino Médio, com duração de dois anos; Técnico em Hospedagem (antigo Técnico em Hotelaria), oferecido em concomitância interna com Ensino Médio, com duração de três anos, ou concomitância externa com Ensino Médio, com duração de dois anos; Técnico em Meio Ambiente, oferecido de forma integrada com o Ensino Médio, com duração de três anos, ou em concomitância externa com o Ensino Médio, tendo a duração de dois anos; Ensino Médio, com duração de três anos; e Técnico em Agrimensura, oferecido na modalidade sequencial (pós-médio), com duração de um ano e meio.

No Colégio Técnico, a disciplina de Educação Física é oferecida apenas para os cursos em concomitância interna com o Ensino Médio, com exceção do curso externo de Hospedagem que conta com a participação dos docentes de Educação Física na disciplina de Lazer e Entretenimento. A disciplina contempla todos os conteúdos estipulados na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que dialoga com as características da cultura local para facilitar o ensino-aprendizagem dos educandos.

A ambientação externa do colégio contém uma extensa arborização com dois lagos artificiais, tornando o ambiente muito agradável para o convívio social. Além disso, a infraestrutura do colégio para prática de atividade física é composta por quadra poliesportiva; campo de futebol, rodeado por uma pista de atletismo; e uma sala exclusiva para prática de lutas, local onde ocorrem oficinas de dança e de psicologia para dar suporte aos discentes nos horários vagos.

Existem alguns projetos de caráter esportivo que o colégio oferece nos intervalos de aula. O projeto intitulado "Iniciação Científica e Prática Esportiva no

CTUR” tem por objetivo contribuir para formação esportiva e cidadã de adolescentes de diferentes faixas etárias da comunidade acadêmica do Colégio técnico, por meio de atividades esportivas¹.

O projeto de iniciação científica, além de seu principal objetivo fomentar que os estudantes do CTUR e os “estagiários alunos” que são membros do grupo de pesquisa possam se interessar pelos benefícios da prática de atividade física e pela pesquisa através dos resultados que serão obtidos no final, pois será aplicado questionário para avaliar os estudantes que estão como participantes nas modalidades esportivas, os instrumentos serão questionários que avaliam os fatores motivacionais que levam a prática esportiva e também verificar a abordagem estrutural da representação social que o grupo social tem do objeto “atividade física”. Além disso, o projeto tem por finalidade estimular o grupo social que se interessem por uma determinada modalidade esportiva, para elaborar times que representarão o colégio em competições esportivas externas.

O colégio oferece diversos tipos de projetos para atender a comunidade. Dentre esses, pode-se citar o “Projeto SER”, parceria entre o curso de graduação de Psicologia da UFRRJ e o CTUR. Este projeto oferta oficinas aos estudantes do CTUR, que são preparadas por professores e discentes da graduação, contribuindo para o bem-estar mental dos discentes que vivem uma rotina cansativa, visto ser um colégio com carga horária integral. Esse projeto apresenta dados relevantes para comunidade acadêmica, o qual mesmo durante a pandemia não parou de desenvolver as atividades, sendo de grande significância para alunos, docentes e funcionários que necessitavam de suporte em tempos pandêmicos, que as aulas eram transmitidas em plataforma digital.

No entanto, mesmo com estrutura física ímpar, a vasta oferta de projetos, nas mais diversas áreas de ensino e a disponibilidade da prática de atividade física na grade de horários, cada vez menos alunos participam das atividades propostas no interior do colégio.

O período da adolescência é considerado um período crítico quando se trata de atividade física (AF). O percentual de adolescentes inativos, no século XXI, tem crescido de maneira gradual a cada ano, mesmo sabendo que o grupo desta faixa etária é o que mais se destaca no alto índice de aptidão física (JÚNIOR; LOPES;

¹ Orientador do projeto Leonardo da Silva Santos

MOTA; HALLAL, 2012). Autores apontam que o sedentarismo entre jovens tem aumentado devido à evolução do mundo tecnológico e tem como consequências adolescentes que passam o maior tempo na frente da televisão, celulares, entre outros aparelhos eletrônicos, causando um alto índice de sedentarismo. O envolvimento com atividades intelectuais em excesso (tarefas escolares, leituras e cursos de formação), atividades remuneradas e ausências nas aulas de Educação Física também contribuem para tais mudanças comportamentais (BAUER; NELSON; BOUTELLE; NEUMARK-SZTAINER, 2008).

Com isso, acaba sendo cada vez mais comum entre os jovens com comprometimentos renais, cardiovasculares, pulmonares, ansiedade, depressão, patologias neuromusculares e/ou osteoarticulares (SANTOS; SERRA; PEREIRA, 2020). E mais, pesquisas apontam que adolescentes insuficientemente ativos têm possibilidades, no futuro, de se tornarem adultos sedentários e desenvolverem alguma patologia degenerativa (GUEDES; GUEDES; BARBOSA; OLIVEIRA, 2001).

Em contrapartida, um estudo realizado por Altermann, Franco, Souza e Mello-Carpes (2017) destacou que o incentivo e a prática de atividade física, na fase escolar, contribuem para diversos benefícios fisiológicos e sociais a curto e longo prazo para os mais jovens. Assim, possibilitando e fortalecendo uma cultura de cuidar da saúde individual e coletiva perante a sociedade, demonstrando a importância educacional da atividade física na formação do cidadão. Cabe destacar que a prática regular de atividade física apresenta diversos benefícios, que vão desde a regulação e controle da pressão arterial e do colesterol (EKLUND, 2012), à redução dos riscos de patologias psicológicas, como ansiedade e depressão (NAKAMURA; TEIXEIRA; PAPINI; LEMOS; NAZARIO; KOKUBUN, 2013).

Nesse sentido, Aro, Agbo e Omole (2018) afirmam que os indivíduos adotam hábitos saudáveis e mantêm altos níveis da prática de atividade física quando estão motivados à realização da tarefa. Os motivos estimulam e mantêm a prática, além de direcionar o comportamento. Vale destacar que a motivação do indivíduo varia de acordo com o grau do objetivo a ser conquistado e se modificam de acordo com o clima motivacional que o ambiente proporciona (WEINBERG; GOULD, 2017).

Nessa perspectiva, de acordo com Matias, Andrade e Manfrin (2019), a motivação funciona como estímulo para tomada de decisão para praticar atividade física que gera benefícios para a saúde e, consequentemente, desenvolve qualidade de vida. Além disso, o acolhimento de hábitos saudáveis está atrelado a

fatores socioeconômicos, ambientais, culturais e demográficos que afetam o comportamento do indivíduo (DUMITH; DOMINGUES; GIGANTE, 2008). Ou seja, a motivação é influenciada, também, pela experiência social que o indivíduo adquire a partir da interação com os diferentes grupos sociais com os quais convive.

Dessa forma, existem grupos sociais que compartilham pensamento social, especialmente representações sociais (RS), composto por elementos mais favoráveis à prática de atividade física, enquanto outros constroem RS mais voltadas à insuficiência ativa e adoção de comportamentos sedentários. Para uma pessoa, a realidade depende em grande parte da aceitação social, não sendo a RS criada por um único indivíduo isolado. É necessário buscar o *status* representativo de quando, na história, determinado grupo admitiu a representação como algo “familiar”. “Assim, é preciso compreender os processos de „ancoragem” e de „objetivação”” (Bertoni; Galinki, 2017, p. 102)

Nesse cenário, nota-se a importância de estudos sobre motivação e RS para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes na promoção da saúde. Buscam-se ações que contribuam para o aumento da adesão às práticas de atividade física entre adolescentes no meio social dentro e fora do ambiente escolar, e que acarretem a mudança de comportamentos e de hábitos mais saudáveis. Portanto, é pertinente uma investigação mais engajada em relação à motivação de adolescentes e suas RS com a prática de atividade física.

2 EXPLORANDO AS CONEXÕES: REPRESENTAÇÕES SOCIAIS, MOTIVAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA EM UM CONTEXTO CONTEMPORÂNEO.

2.1 Sedentarismo

A Organização Mundial da Saúde (OMS) (OMS, 2018) recomenda que, para o indivíduo obter benefícios para a saúde, a prática de atividade física deve ser realizada pelo menos três vezes por semana, com média de 50 minutos, totalizando 150 minutos semanais. Aqueles que não cumprem essa orientação são considerados indivíduos com comportamento sedentário. Todavia, devido ao avanço tecnológico de entretenimento em tela ocorrido nos últimos anos, o percentual de jovens praticantes de atividade física caiu drasticamente, favorecendo o crescimento

do número de pessoas sedentárias (HAYES; DOWD; MACDONNCHA; DONNELLY, 2019).

Guthold, Stevens, Riley e Bull (2020) relatam o sedentarismo entre jovens escolares como uma realidade mundial que vem sendo discutida na literatura, pois existe um número expressivo de jovens que não participam de nenhuma atividade física, favorecendo o surgimento de doenças não transmissíveis (DCNT) na fase adulta e em jovens, acarretando preponderantemente grande percentual de jovens cardiopatas. No entanto, estudos relataram que indivíduos que praticaram atividade física na infância possuem facilidades de aderência à prática na fase adulta (JUNIOR et al., 2021; HEYES et al., 2019; JONES et al., 2013; JUNIOR et al., 2012;).

Segundo Júnior, Oliveira e Bulhões (2021), a prática de atividade física (PAF) é importante na infância para o desenvolvimento saudável da criança, favorecendo benefícios como desenvolvimento da coordenação motora, cognição e, além disso, favorece à profilaxia de determinadas doenças. O sedentarismo é indutor para o surgimento da obesidade na fase da infância, uma vez que crianças obesas têm a predisposição de se tornarem adultos obesos (SANTOS; ROCHA; DIAS, 2020).

O medo da violência perante a sociedade e o avanço da tecnologia contribuíram para que muitas crianças e adolescentes deixassem de brincar e praticar AF nas ruas e nos parques públicos (KIESSLER, 2015). De acordo com Custódio, Hino, Rodriguez, Camargo e Reis (2019), há alguns anos, quando a internet ainda estava se desenvolvendo e os aparelhos eletrônicos não eram acessíveis para todas as classes, os parques eram espaço de variadas atividades recreativas que envolviam a motricidade, como andar de bicicleta, jogar futebol, pique esconde, soltar pipa, entre outras atividades. Hoje, a realidade está modificada, pois as crianças e adolescentes encontram-se ancorados no sedentarismo, por diversos fatos da realidade atual.

Estudos comprovam que jovens não estão atingindo os níveis recomendados da prática de atividade física, favorecendo o aumento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCTN), que poderiam ser evitadas através da prática adequada de atividade física. Uma das causas do aumento do sedentarismo no mundo é a evolução do setor industrial e a urbanização das cidades que favorecem um conforto para os indivíduos que logo não são estimulados a atingir um gasto calórico favorável (OLIVEIRA; HARTWIG; SOUZA, 2010; PRISTA, 2012).

A facilidade no acesso aos aparelhos eletrônicos para interação social, jogos e até mesmo a resolução de tarefas escolares, proporcionaram aos sujeitos um ambiente favorável para abandonar a prática regular de atividade física (KIESSLER, 2015). De acordo com a OMS, 81% dos adolescentes não conseguiram atingir a quantidade de tempo recomendada para PAF com níveis entre moderada a vigorosa (BULL; AL-ANSARI; BIDDLE; BORODULIN; BUMAN; CARDON; CARTY; CHAPUT; CHASTIN; CHOU, 2020).

2.2 Atividade física e saúde de jovens brasileiros.

A atividade física é definida como qualquer movimento corporal que é estabelecido através de contrações musculares que exige fisiologicamente de consumo energético para executar a ação, saindo do estado de repouso (CASPERSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985). Esse é um comportamento complexo que inclui diversas habilidades motoras como correr, saltar, deambular, subir escadas, realizar tarefas domésticas, lazer entre outras.

De acordo com a OMS (OMS, 2020), a prática de atividade física é fator principal para prevenção de DCNT, como doenças cardiovasculares, obesidade, diversos tipos de cânceres, diabetes e entre outras enfermidades. Entretanto, existe um alto percentual de indivíduos sedentários que não aderem à PAF, sendo essa prevalência maior em mulheres.

Nesse contexto, observa-se a importância da prática regular de AF pois, segundo a OMS (2020), é uma forma de apresentar benefícios para qualidade de vida dos indivíduos como, por exemplo, redução da taxa de adiposidade, melhora na resposta cardiorrespiratória, bom desempenho na cognição e resposta motora, aperfeiçoamento na positividade da saúde cardiometabólica (controle da pressão arterial, glicose e resistência à insulina) e reduz os sintomas de ansiedade e depressão.

Pesquisas apontam que escolares praticantes de AF nos momentos de lazer, ou seja, antes ou após o horário escolar, apresentam pontos satisfatórios para adesão positiva da AF total e participação nas aulas de Educação Física (COUTO; ARAUJO; SILVA; SOARES; SANTOS; SILVA, 2020). Logo, qualquer outro tipo de atividade física de lazer que ocorra gasto energético significativo como recreação, esporte ou até mesmo brincadeiras regionais, com exceção atividades de baixa

intensidade que não exige gasto energético significativo (SERRANO-SÁNCHEZ; FERNÁNDEZ-RODRÍGUEZ; SANCHIS-MOYSI; RODRÍGUEZ-PÉREZ; MARCELINO-RODRÍGUEZ; LEÓN, 2019).

Neste sentido, a Educação Física Escolar mostra-se importante através de intervenções interdisciplinares visando estimular os jovens escolares para PAF, mudança de hábitos alimentares e comportamento saudável no conjunto familiar, favorecendo a adesão da prática de atividade física (BARROS; SILVA; QUADROS; GORDIA; MOTA; BARROS; GUIMARÃES; AZEVEDO; GUEDES; SOLÉ, 2017).

Além disso, os profissionais de Educação Física devem promover oficinas de conscientização para os responsáveis para informar sobre a importância de evitar o comportamento sedentário e de limitar o tempo na frente da tela no máximo duas horas diárias (computador, celular e videogame), com exceção a atividades que se relacionam com tarefas escolares (BARROS et al., 2017).

2.3 Motivação

A motivação é um processo psicológico básico, que auxilia no entendimento das diferentes escolhas e atitudes individuais, é um dos fatores primordiais do modo como uma pessoa se comporta (CASTRO NETO, 2021).

Nas últimas décadas, a motivação se tornou objeto de pesquisa de professores, treinadores e pesquisadores de todo o mundo (ARO; AGBO; OMOLE, 2019). Sendo, a motivação, importante para o aprendizado e desempenho dos estudantes no período escolar (GUIMARÃES; BORUCHOVITCH, 2004).

De acordo com estudos de Chicati (2000), a motivação e a palavra motivo vêm sendo investigada desde a década de 1980 por diversos autores. Porém, deve-se explicar que o termo “motivo” é diferente da definição de “motivação”. Magill (1984) expõe que a palavra motivo veio do latim *motivum* e significa “uma causa que põe em movimento” e pode ser definida como um impulso que faz com que se haja de certa forma. Assim, qualquer discussão em torno da palavra motivação implica investigar os motivos que influenciam o comportamento humano.

O entendimento de motivação evoluiu no decorrer dos anos e surgiram novos princípios norteadores dessa teoria. Segundo Lettin (2005), os conceitos atuais de motivação partem de dois períodos dicotômicos: o primeiro refere-se aos

estudos das razões pelas quais se escolhe uma atividade e não outra; e o segundo, trata das razões pelas quais se realizam ações com diferente grau de intensidade.

Para Folle e Teixeira (2012), a motivação se caracteriza como um fator primordial na evolução do aluno em relação ao processo de ensino-aprendizagem no contexto escolar. No entanto, mostra a importância desse construto, pois estimula o indivíduo a estudar e a alcançar determinado nível de aprendizado nas disciplinas educacionais, enquanto o sujeito desmotivado encontra dificuldade na realização de tarefas e, consequentemente, apresenta um atraso na aprendizagem.

Nesse sentido, os autores, Paim e Pereira (2004), colocam que a Educação Física é importante para o desenvolvimento de determinadas ações motoras e cognitivas e favorece simultaneamente a aplicação de estímulos motivacionais diferenciados em suas intervenções. Logo, o professor é responsável por avaliar a característica cultural e o motivo que leva o aluno a praticar determinadas tarefas, sempre procurando adaptar intervenções positivas para que haja o engajamento entre o sujeito e a tarefa.

"O progresso no aprendizado é rápido quando o aluno comprehende a tarefa e essa coincide com seus interesses. Para isso, devem-se encontrar os motivos que estimulam o interesse do aluno, já que uma das características dos adolescentes é o desejo de experimentar novos desafios para colocar em evidência suas potencialidades." (PAIM; PEREIRA, 2004, p. 162)

O comportamento do aluno nas aulas de Educação Física, assim como o comportamento humano de uma maneira geral, é considerado um comportamento motivado à ocasião. Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Pérez-Quero, Ortiz-Camacho e Bracho-Amador (2012) relatam que, no contexto das aulas de Educação Física, é preciso entender como os fatores psicológicos e emocionais afetam a motivação dos estudantes e, consequentemente, interferem no prazer de praticar atividade física.

Além disso, segundo o estudo de Todorov e Moreira (2005), entre os diversos fatores psicológicos, a motivação é o fator primordial para o indivíduo realizar determinada atividade, principalmente na fase da infância. Contudo, aspectos que influenciam diretamente na prática de AF e esportiva devem ser considerados a partir do ambiente que é gerado em sua prática social como: status

social, parte socioeconômica, competência, incentivo, amizades, saúde, infraestrutura e cultura (SILVA; CHIARA; BARROS; RÊGO; FERREIRA; PITASI; MATTOS, 2008).

As pesquisas relacionadas à motivação, durante a atividade física e prática esportiva, têm recorrido a Teoria da Autodeterminação (TAD ou SDT- *Self Determination Theory*), como referencial teórico (BALBINOTTI; BARBOSA; BALBINOTTI; SALDANHA, 2011). Essa teoria foi proposta por Deci e Ryan (2000), tendo em vista compreender os componentes da motivação intrínseca e extrínseca e os requisitos que forjam a sua promoção.

De acordo com os autores, os indivíduos envolvidos no meio social têm a ação de um comportamento forjado nas seguintes necessidades motivadoras: a autonomia, a competência e a relação social, itens essenciais para o desenvolvimento de um bom relacionamento entre os indivíduos. A autonomia é a própria autodeterminação, o sujeito tende tomar suas próprias atitudes a partir de uma determinada situação do cotidiano; a competência está relacionada às conquistas e ao ato de cumprir as tarefas de forma satisfatória; e a relação social, à necessidade de interagir, no meio social de maneira satisfatória, dentro da sociedade (DECI; RYAN, 1985, 2000).

Além disso, existe uma divisão que é forjada por três tipos de motivação: motivação intrínseca, mais autodeterminada; motivação extrínseca; desmotivação ou amotivação, menos autodeterminada (Soares, 2017).

Tabela 1 - Tipos de motivação

Intrínseca	É sustentada pelas satisfações inerentes à própria atividade.
Extrínseca	É mediada por contribuições de um agente externo.
Amotivação	É o estado de falta de intenção para agir.

Fonte: Adaptado de Deci e Ryan (2000).

Essa noção de motivos diversificada, especificamente estudada por Deci e Ryan, condiz que o sujeito se comportando de forma informativa (prazer, diversão, revitalização) pode chegar a resultados positivos e prazerosos; enquanto um comportamento controlador (busca de recompensas, status, reconhecimento), a resultados negativos (Rodrigues et al., 2019).

A AF executada de forma prazerosa é capaz de desenvolver satisfação e pontos positivos (adesão à prática regular de AF), mas a tarefa que tem como

finalidade pressionar o sujeito por um determinado resultado pode gerar ansiedade e, até mesmo, o afastamento precoce de determinada atividade, esses são denominados como motivos extrínsecos (BALBINOTTI, et al., 2011).

2.4 Motivação intrínseca

A motivação intrínseca é reconhecida como melhor potencial da natureza humana, pois ela oferece uma base de crescimento humano, integridade psicológica e satisfação no desenvolvimento de tarefas. É definida como atividade satisfatória, pois o sujeito realiza as funções de forma voluntária com a finalidade de aprender a execução da tarefa independente da dificuldade proposta (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017).

Essa motivação é determinada pela satisfação das necessidades básicas e atrelada à autodeterminação ou autonomia, competência ou pertencimento a grupos de outras pessoas. Situações que nutrem essas necessidades básicas favorecem a positividade da motivação intrínseca, caso contrário, ocorre um decréscimo, um feedback negativo desse fenômeno (Deci & Ryan, 2000).

De acordo com Deci e Rayan (2000), a definição das necessidades básicas que impulsionam a motivação intrínseca são definidas como:

1. **Competência:** As pessoas têm uma necessidade inata de se sentir competentes em suas atividades. Elas buscam desafios que correspondam ao seu nível de habilidade, permitindo-lhes desenvolver e aprimorar suas habilidades.
2. **Autonomia:** Os sujeitos têm o sentimento de ter um autogoverno para tomar decisões e agir de acordo com seus princípios e valores. Sentir-se no controle de suas próprias vidas aumenta a motivação intrínseca.
3. **Relação:** As pessoas possuem a necessidade de se conectar e de se relacionarem com o indivíduo que faz parte do seu convívio social. Relações sociais positivas e significativas contribuem para motivação intrínseca, pois os relacionamentos satisfazem a necessidade de pertencimento e promovem um senso de identidade e valor pessoal.

A motivação intrínseca é entendida como fator de relevância para a prática de uma ação que o indivíduo sinta prazer em executar e, ao mesmo tempo, se esforçar para aprender os objetivos propostos até atingir um determinado desempenho (KONDRIČ; SINDIK; FURJAN-MANDIĆ; SCHIEFLER, 2013)

2.5 Motivação extrínseca e Amotivação

A motivação extrínseca se destaca de uma forma menos autodeterminada, pois o indivíduo busca seus objetivos de acordo com as recompensas externas a serem oferecidas. Esse comportamento motivacional busca como principal propósito o reconhecimento entre seus pares (treinadores, amigos, família) e benefícios pessoais, como recompensa em dinheiro, medalha, troféus e status de ser o melhor (KONDRIĆ et al., 2013).

De acordo com a investigação de Serpa (2017), relata-se que, na motivação extrínseca:

"[...] o reconhecimento e aprovação pelos outros, as recompensas materializou de estatuto social, as razões afiliativas em que o desejo de convívio é prioritário, ou ainda a afirmação de poder que decorre da demonstração de ser melhor e superior aos outros" (Serpa, 2017, p.26).

Muitos sujeitos possuem ausência de motivação para realizar atividades e, para esse tipo de características, Ray e Deci (2000) denominam essa situação como amotivação que é definida pela ausência da autodeterminação e pela ausência de competência. O indivíduo nessas condições não sente prazer ou vontade de realizar as tarefas, pelo motivo de não acreditar nos resultados ou de não se sentir competente para realizar as tarefas propostas (Ryan e Deci, 2017).

De acordo com Ryan e Deci (2017), na amotivação, o indivíduo não consegue alcançar as necessidades psicológicas (autonomia, competência e relacionamento) de forma satisfatória. Quando as pessoas sentem que não têm controle, habilidades ou conexões significativas em relação à atividade, elas podem se tornar amotivadas.

2.6 Teoria das representações sociais

A teoria das representações sociais foi proposta por Serge Moscovici, na década de 1960, e seus fundamentos estão baseados em várias correntes teóricas e disciplinas diferentes, como a psicologia social, a sociologia e a antropologia (Rocha, 2014; Barros & Naiff, 2015).

Considera-se que é no universo sociocultural onde estão e são produzidas as representações sociais do objeto. Para compreender esse fenômeno, dentro dos grupos sociais, é necessário entender a relação social que existe no cotidiano dos sujeitos. Todas as reações e atitudes entre pessoas são mensuradas através da percepção e das representações sociais (Moscovici, 2003).

A teoria das representações sociais (TRS) parte do pressuposto de que os sujeitos constroem o conhecimento no mundo social por meio de processos de comunicação e interação social dentro dos grupos sociais. Esses conhecimentos são elaborados entre os membros dos grupos e prontamente compartilhados na sociedade (NAIFF & NAIFF, 2008).

O principal teórico da teoria das representações sociais (TRS) foi o psicólogo social Serge Moscovici. O teórico definiu RS como uma modalidade de conhecimento particular que tem por função a elaboração dos comportamentos e da comunicação entre os indivíduos. A RS foi tema dos pesquisadores sociais da época que se engajaram na investigação da propagação e da evolução do fenômeno (BERTONI, 2017).

A TRS é conhecida como uma grande teoria, a definição é forjada por uma variada complexidade. Sá (2002) ratifica que não existe uma definição concreta para teoria, no entanto a RS é construída a partir da formação de conhecimento partilhado dentro de um grupo social que demonstra características através do comportamento, valores, ideologias e crenças. Esses construtos da RS são partilhados dentro do grupo social, que rege a ação do comportamento do indivíduo. Minayo (1995, p. 90) expressa que o termo “representações sociais” significa “categorias de pensamento por meio das quais uma dada sociedade se desenvolve e expressa sua realidade”. Com isso, para entender o comportamento do indivíduo, deve-se analisar as relações interpessoais embutidas no cotidiano do grupo social.

As RS são observadas no meio sociocultural e possuem como finalidade compreender como as pessoas constroem significados compartilhados sobre

conceitos e fenômenos sociais, influenciando a forma como percebem e se relacionam com o mundo ao redor (MOSCOVICI, 2003). Moscovici se inspirou durante a construção da TRS na obra de Durkheim Representações Coletivas (RC). No entanto, na concepção de Moscovici, a representação social não é construída apenas por relações coletivas, como acredita Durkheim, mas pelas relações interpessoais do grupo social (SANTOS; DIAS, 2015). Nesse processo de construção, Moscovici enfatizava as comunicações como fator importante para explicar a emergência e a disseminação das representações sociais, que se trata de um fator dinâmico no meio social que se formava por normatização, pelo processo de influência e pela conformidade (RIBEIRO; ANTUNES-ROCHA, 2016).

Jodelet reconhece a influência de Durkheim na elaboração da teoria de Moscovici, todavia deixa explícita a diferença que abarca o psicólogo social e o sociólogo. Moscovici era um estudioso de pesquisas comunicacionais, desenvolvida da ciência, pluralidade e mobilidades sociais (JODELET, 2001). Argumenta Moscovici (2001) que o desenvolvimento da TRS serviu para modernizar a explicação do fator representativo, que contou com a colaboração de pesquisadores que investigavam o mesmo estudo Rateau; Moliner; Guimelli; Abric (2012) retratam que mesmo diante do embasamento da RC, elaborada por Durkheim, Serge Moscovici forçou uma ruptura entre a RS e RC, pois o pesquisador considera as representações como um todo e abrange a sociedade por completo. Outro ponto que marcou a ruptura entre as duas teorias foi a prioridade de Serge Moscovici pelos processos de comunicação, como esclarecedores do surgimento das representações sociais. Com isso, a TRS foi ganhando espaço e se consolidando no âmbito da psicologia social, e, ao mesmo tempo, ocorrendo diversas colaborações de autores para o aprofundamento da teoria social. Para Sá,

As representações sociais comportam novas distinções a partir das respostas à interrogação sobre as razões para sua designação como “sociais”, e não mais como “coletivas”, contrariando Durkheim, a fonte explicitamente assumida por Moscovici quando da retomada daquele “conceito perdido.

A rigor, a proposição das representações sociais não revoga as representações coletivas, mas acrescenta outros fenômenos ao campo de estudos.

Concebido assim, de forma mais ampla, o campo de ter seu contexto fenomenal mapeado ainda de outra maneira, ou seja, pela distinção entre diferentes tipos de representações em função de suas origens e respectivos âmbitos de inserção social (SÁ, 2002, p. 38). Com todos esses apontamentos sobre a gênese da TRS, a psicologia social passou por enfrentamentos para evolução da teoria durante um período de 20 anos. Nesse período, a psicologia social passava por um momento contraditório em que uma parte da psicologia focava em estudos individualistas e outra com base numa psicologia social que dialogava mais proximamente com a sociológica, e a TRS acreditava em mudanças na configuração da base para uma psicologia menos individual e behaviorista, com isso, impulsionou o desejo de Moscovici continuar pesquisando sobre a teoria (Moscovici, 2003; Sá, 2002).

Após esse período, no começo dos anos 60, a obra criada por Moscovici que deu sentido a TRS intitula-se “La psychanalyse, son image et son public”. A obra chega ao Brasil, ganha força e amplitude na área científica, dando oportunidade de novos pesquisadores se aprofundarem na nova teoria. De acordo com Sá (2002), as representações sociais são um tema que vem sendo mais estudado dentro da psicologia social.

2.7 Conceituando a Teoria das Representações Sociais

A elaboração da TRS ficou marcada devido à necessidade de obter conhecimento sobre as representações que o indivíduo desenvolve no meio social através do conhecimento forjado socialmente. Para Moscovici (2012), as RS estão presentes no cotidiano, a todo o momento, produzindo ações e atitudes em diversas culturas. Além disso, possui uma capacidade de disseminação muito alta devido a seu principal meio de influência que é a comunicação.

Além disso, Moscovici buscou analisar como os conhecimentos são partilhados entre os grupos sociais e como o saber científico se transforma em saber prático. Essas correspondem pelo modo da comunicação e da ação. Na visão do autor, representação não é algo que se reproduz, e sim, significa que RS tem função principal de reconstruir uma nova realidade.

De acordo com o entendimento de Jodelet (2001), a representação significa “uma forma de conhecimento, socialmente elaborada e partilhada, com objetivo prático”. Assim, a TRS, de acordo com Sá (1998), está consolidada no meio

acadêmico e conta com a colaboração de diversos estudiosos que buscam aperfeiçoar a teoria em sua forma estrutural. Existem três principais abordagens que norteiam a grande teoria, iniciando pela abordagem que complementa a abordagem inicial, elaborada por Denise Jodelet (2001); a segunda, através de Willem Doise (1990); e a terceira é representada por Jean-Claude Abric (1998), que fundamenta a abordagem estrutural das representações através da Teoria do Núcleo Central.

Moscovici (1976; 1978), em seu estudo sobre psicanálise, apresenta três dimensões que contemplam a TRS, sendo elas: atitude, informação e o campo da representação. A atitude é entendida como a posição tomada de um determinado grupo social em relação a um conceito; a informação está imbricada aos conceitos estabelecidos perante o grupo social; e a representação está associada a uma imagem estabelecida. Dessa forma, o que gera uma representação mais social é a interação entre os grupos na comunicação.

O autor Moscovici (1976; 1978) relata que a RS apresenta uma consolidação na estrutura representativa pela comunicação do grupo social, adquirindo conhecimento que é socialmente partilhado de geração em geração, estabelecendo elementos com significados rígidos e inegociáveis. Sendo assim, encontram-se dicotomias de forma de representação em diferentes grupos sociais, pois cada grupo apresenta uma peculiaridade da forma de pensar e agir.

Portanto, ocorrerão diferenças na percepção representativa de um determinado objeto. Segundo Vala (1993), existem três condições para se produzir RS, sendo essas: dispersão da informação, que está atrelado à defasagem entre a informação disponível e a informação necessária para compreensão sólida de um problema ou um objeto; focalização, que utiliza os recursos educativos, os interesses profissionais ou ideológicos, parametrizando a focalização dos indivíduos em diferentes domínios do meio e geram a pertinência da elaboração de uma representação mais sólida ou mais fluida de um dado objeto; pressão à influência, que funciona como apelo do objeto de determinado grupo. De acordo com Bernotini (2017), Moscovici vislumbra as RS como uma modalidade de conhecimento no meio social que possui uma função de elaborar o comportamento e a comunicação. Sendo assim, as RS circulam constantemente no cotidiano, gerando a necessidade de concretizar com rapidez o que não é familiar em familiar. Segundo Moscovici, as Representações Sociais são modalidades de conhecimento particular que circulam no dia a dia e que têm como função a comunicação entre indivíduos, criando

informações e familiarização com o estranho, de acordo com categorias de nossa cultura, por meio da ancoragem e da objetivação. Ancoragem é o processo de assimilação de novas informações a um conteúdo cognitivo- emocional pré-existente e objetivação é a transformação de um conceito abstrato em algo tangível (SAWAIA, 2004, p. 76).

Para Moscovici, engendrar a representação na nossa realidade é de suma importância, pois o ser humano possui o âmbito de tornar o desconhecido “fora do paradigma” para algo que é familiar, gerando respostas rápidas para se adaptar à realidade.

Além disso, RS é uma categoria de conhecimento especial que se difunde todos os dias, com a função de comunicação entre as pessoas, criação de informação e de familiarização com o incomum, por meio da ancoragem e objetivação, de acordo com esferas culturais.

A ancoragem é o sistema de compreensão de ideias recém-adquiridas a um conteúdo cognitivo-emocional anterior, enquanto a objetivação é a conversão de conceitos abstratos em coisas tangíveis. Em outras palavras, ancorar é classificar e nomear coisas em relação a algum objeto pré-existente, e objetivar é reproduzir o conceito em uma imagem. Em uma perspectiva mais ampla, o objetivo da ancoragem e da objetivação é transformar o “exótico” em “comum” (BERTONI, 2017).

Portanto, Rateau, Moliner, Guimelli & Abric (2012) apresentam como necessário que o indivíduo busque respostas com velocidade em relação ao fenômeno que possa surgir no meio social, pois é relevante que apresente uma ancoragem em um determinado termo pré-existente para não ocorrer situações indesejadas, facilitando a conversão do objeto não familiar para algo familiar.

2.8 Teoria do núcleo central

A abordagem estrutural foi forjada, em 1976, pelo autor francês Jean-Claude Abric, sendo conhecida como Teoria do Núcleo Central (TNC). Um grupo de estudiosos foi criado para elaborar uma metodologia para embasar a teoria, esse grupo ficou conhecido como grupo do MIDI e, segundo Jodelet, foi o único a elaborar uma metodologia adequada para a teoria de representações sociais (Sá, 1996).

A abordagem estrutural é uma das escolas que serve como estudo das representações sociais. Trata-se de uma perspectiva que concebe representações sociais como estrutura do conhecimento adquirido na vida social, compartilhado por grupos formado por elementos cognitivos ligados pelo senso comum. A principal teoria da abordagem estrutural é a teoria do núcleo central que é formada por dois subsistemas: núcleo central e sistema periférico. O núcleo central é um sistema restrito, que forja a representação social e organiza, dificilmente sobre mudança e é fortemente compartilhado pelo grupo. O sistema periférico compreende a maior parte dos elementos da representação social e é mais flexível e prático, adaptando a representação para o convívio da realidade (WACHELKE; WOLTER, 2011).

Sá (2002) destaca que a participação brasileira nos estudos de representações sociais fomentou a teoria no território brasileiro a partir da realização da 2^a conferência internacional que ocorreu no Rio de Janeiro no ano de 1994. O presente autor se tornou referência nacional no tema das representações sociais e ofereceu novas oportunidades para investigações na área da saúde e da educação. Na literatura, constata-se a TRS como grande teoria das representações sociais e imbricado a ela está a TNC, que é conhecida como pequena teoria que tem a função de embasar a grande teoria apresentando metodologias que definem o núcleo central (BERTONI, 2017). Para Sá (1996), o estudo da TRS complementa a maior teoria RS, agregando e não afastando esses dois conceitos de análise das representações.

De acordo com Jean Abric (2000), as representações sociais são formadas por informações, crenças, opiniões e prática, possuindo dois construtos que norteiam o entendimento da teoria: sistema central e sistema periférico. A representação se organiza em torno de um núcleo central, com finalidade de gerar um significado para o objeto presente na realidade sociocultural (PULLIN; PRYJMA, 2011).

A composição do núcleo central é formada por três funções (Sá, 2002, p. 70):

Geradora: é ele quem determina o significado do objeto, dando-lhe sentido em sua essência;

Organizadora: organiza os demais elementos da representação e sua importância;

Função estabilizadora: é o elemento mais estável da representação mantendo o equilíbrio do objeto.

Seguindo a fundamentação das funções do núcleo central, acarreta a finalidade de cruzar as informações e gerar elementos e significados sólidos e imutáveis. Sá (1996) retrata que o núcleo central possui uma rigidez para alteração do significado da representação, pois se ocorrer mudança no elemento central constitui uma nova representação com um novo significado.

Abric (1994) demonstra que as RS são representadas na realidade pelo contexto global e contexto imediato. O contexto global corresponde ao sistema central, o qual possui elementos sólidos de uma representação, sendo difícil perder o significado e o contexto imediato, pois está imbricado com o sistema periférico, possuindo a necessidade de construir respostas com velocidade de um determinado objeto. Segundo Abric (1994), o sistema periférico é caracterizado como componente da teoria do núcleo central e tem por finalidade proteger os elementos que oferecem significado ao sistema central, tornando um sistema mais flexível com chances de mudanças. Assim, Abric caracteriza o sistema central e o sistema periférico, sendo o primeiro coerente, consensual e historicamente definido; e o segundo, adaptativo e heterogêneo. Com isso, o sistema periférico se torna indispensável, pois executa um papel de escudo nos cognemas elementares. Segundo Abric (2000, p.32), o sistema periférico é composto por três funções:

Função concretizadora: o sistema periférico intermedia a ligação do núcleo central com a realidade concreta, na qual a representação é constituída e atuante;

Função reguladora: desempenha papel fundamental na dinâmica da representação. Novas informações, mudanças de contexto e experiências individuais relevantes podem compor a representação de forma periférica;

Função defensora: o sistema periférico flutua em torno do núcleo central, protegendo-o das instabilidades do ambiente real. Alterações na realidade que poderiam comprometer o núcleo central da representação normalmente são contidas por adaptações no sistema periférico.

O sistema periférico permite que as representações apresentem mobilidade, flexibilidade e facilidade de se adequar à nova realidade. O sujeito no meio sociocultural apresenta experiência individual que modulam os elementos da RS, favorecendo a concretização do significado das Representações Sociais (Sá, 2002). Além disso, o sistema periférico, de acordo com Abric (1994), mostra-se indispensável para a teoria, pois ele provê a interface entre a realidade e o núcleo

central, fazendo constantes atualizações na realidade e contextualizando, corroborando a ação de flexibilidade.

De acordo com Machado e Aniceto (2010), o sistema central é composto por elementos permanentes e efetivos, sendo assim, possui o cunho de natureza normativa e funcional. Dessa forma, os aspectos funcionais estão imbricados à natureza do objeto representado e os normativos estão associados a valores e normas presentes no meio social. Portanto, a Teoria do núcleo central, elaborada por Abric, mostra-se necessária para análise do objeto de estudo do presente trabalho, sendo selecionada como estratégia metodológica juntamente com a grande teoria TRS.

2.9 Representação social da prática de atividade física e suas motivações

Diversas pesquisas apontam que a prática regular de AF, oferecidas por programas de intervenção à saúde, geralmente realizadas em parques, quadras, clubes e academias, geram benefícios positivos para o ser humano possuir uma saúde de qualidade. Para compreender os objetivos implantados nos programas de intervenção de promoção à saúde, que objetivam a mudança de comportamento na prática de atividade física, mostra-se necessário entender as informações, opiniões, atitudes e crenças que são organizadas em torno de um núcleo. Com isso, a TRS contribui para o entendimento dessa realidade (BENEVIDES; SOUSA; BRITO, 2020).

Segundo Benevides et al (2020), a TRS mostra-se relevante no assunto de saúde coletiva, especialmente na alteração de comportamentos dos indivíduos que tem por finalidade realizar AF para evitar o desenvolvimento de DCNT. Para melhor entendimento desta realidade da TRS, o autor Jean-Claude Abric oferece a subteoria do núcleo central que tem por finalidade apresentar a estrutura central de um determinado objeto. Sendo assim, diversos grupos não apresentam necessariamente realidades de pensamento, costumes, valores e crenças iguais quando se refere a um objeto (ABRIC, 2000; SÁ, 2002).

Para se entender o comportamento e o saber popular, diversos teóricos se aprofundaram nos estudos da TRS. A teoria reconhecida como “um sistema de significados de comportamentos e de alocação de categorias e nomes”, que avalia o

emaranhado de informações do senso comum fornecidos pelos indivíduos pertencentes a um grupo social (Arruda, Reis & Bellini, 2011, p. 149).

O estudo realizado por Nery; Silva; Bueno; Santos; Nascimento; Carvalho; Pires (2009) demonstra que os resultados de evocação para construção de um núcleo central do objeto da prática de AF entre os adolescentes giram em torno da palavra “saúde” como principal referência. De acordo com Abric (2000), o núcleo central está imbricado com a memória coletiva, dando significado ao objeto e possui resistência à mudança da RS.

O conhecimento adquirido por crianças e adolescentes é forjado através da vivência no contexto que estão inseridos, o qual obtém aprendizado e aquisição de valores e crenças; logo, a fase de formação é considerada como momento de compreensão do mundo e sobre si mesmo perante o seu grupo social, onde a família, tarefas, ciclos de amizades e o lazer são fatores importantes para inserção no contexto de grupo sociais (NAIFF & NAIFF, 2021).

Alguns estudos apontam que a motivação para prática de AF está além dos fatores intrínsecos do indivíduo, pois a execução da prática depende de estímulos externos, como políticas públicas, para dar o suporte como saneamento básico, elaboração de parques públicos com aparelhagem de treinamento e questões socioeconômicas.

Iniciar uma sequência satisfatória na prática de AF e manter um nível elevado nos fatores de aptidão física requer muito do esforço individual. De acordo com Nahas (2006), para reverter um ponto negativo em relação ao baixo percentual de adesão à prática de AF entre jovens, depende da mudança de comportamento motivacional dos sujeitos, da definição de prioridades e objetivos de vida. Vale ressaltar que alguns fatores são difíceis de modificar, como a questão socioeconômica, a escolaridade, entre outros; enquanto fatores modificáveis, como a prática de AF, através de experiências agradáveis, satisfação do querer aprender, o desenvolvimento de habilidades motoras, favorecendo o prazer do indivíduo em continuar a realização da atividade, que logo terá capacidade de gerar benefícios para saúde, são mais fáceis de modificar (NAHAS, 2006).

Pesquisas executadas por intervenção, com base nas estruturas de aprendizagem, mostram que o clima motivacional orientado à tarefa é o principal fator da persistência perante as dificuldades; o esforço também é o centro do alcance do sucesso, da elevação da motivação, do interesse maior em tarefas

desafiadoras e na expressão do sentimento de bem-estar com a atividade proposta (TREASURE; ROBERTS, 2001). Segundo Gonçalves e Alchieri (2010), o indivíduo motivado intrinsecamente busca a realização da prática para atingir objetivos, como boa qualidade de vida, saúde e aprendizagem de determinadas atividades. Com isso, mostra-se importante forjar políticas públicas de caráter esportivo para favorecer a adesão à prática esportiva e estimular um ambiente motivacional.

Diante desses relatos, uma pesquisa realizada por Carmo (2018) com o instrumento que mensura a motivação (MPAM-R) com adolescentes com faixa etária entre 15 e 17 anos observou que o principal fator motivacional foi diversão, seguida do requisito saúde. Esse dado corrobora com o pensamento social encontrado na pesquisa realizada com adolescentes que frequentam o ensino médio de Jesus *et al.* (2020) que, através do questionário de evocação livre de palavras, mensurou que a palavra saúde é um dos componentes do núcleo central da representação social do objeto “atividade física”.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Identificar os fatores motivacionais e as abordagens estruturais das Representações Sociais de estudantes do Colégio Técnico agrícola de nível médio à prática de atividade física de esporte e lazer.

3.2 Objetivos específicos

Identificar a provável estrutura das Representações Sociais da prática de atividade física dos participantes deste estudo;

Comparar a motivação para prática de atividade física dos discentes, entre o sexo masculino e feminino.

Relacionar a motivação à prática de atividade física com a provável representação social do objeto.

4 MÉTODO

Com a finalidade de desvelar as representações sociais sobre a prática de atividade física com os estudantes do ensino médio técnico e compreender os níveis de motivação para desenvolver tal atividade, adotou-se o método misto como modelo de pesquisa. Tal escolha foi baseada na compreensão e na combinação de

técnicas quantitativa e qualitativa, que facilitam na coleta e na análise dos dados para compreender o objeto investigado. Segundo Creswell e Plano Clark (2007 apud CRESWELL, 2011, p.27):

A pesquisa de métodos mistos é uma abordagem da investigação que combina ou associa as formas qualitativas e quantitativas. Envolve suposições filosóficas, o uso de abordagens qualitativas e quantitativas e a mistura das duas abordagens em um estudo. Por isso, é mais do que uma simples coleta e análise dos dois tipos de dados; envolve também o uso das duas abordagens em conjunto, de modo que a força geral de um estudo seja maior do que a da pesquisa qualitativa ou quantitativa isolada.

4.1 AMOSTRA

A amostra foi composta de cento e vinte (120) alunos do ensino médio do CTUR, de ambos os sexos. Os discentes do sexo masculino que participaram desta pesquisa possuem idades entre 15 e 19 anos, sendo que $16,39 \pm 1,2$ possuem idades entre 16 e 17 anos. Já o sexo feminino apresentou média de idade aproximada a dos estudantes do sexo masculino com $16,22 \pm 0,9$ e com idades predominantes entre 16 e 17 anos de idade.

A seleção dos participantes foi realizada por conveniência, respeitando os seguintes critérios de inclusão: (a) estar devidamente matriculado em um dos cursos técnicos vinculados ao Ensino Médio no CTUR; (b) concordar em participar voluntariamente da pesquisa e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); (c) apresentar o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) preenchido e assinado pelos responsáveis.

O Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (CTUR) é composto por um total de oitocentos (800) discentes com matrícula ativa, o qual contempla estudantes dos cursos técnicos em concomitância externa e cursos com concomitância interna com ensino médio.

Tabela 2 - Caracterização da amostra

PARTICIPANTES	IDADE	
	MÉDIA	DESVIO PADRÃO

MASCULINO	61	16,39	1,2
FEMININO	59	16,22	0,9

Autor: Autoria própria.

A caracterização da amostra demonstra que 50,83 % (N= 61) eram do sexo masculino e 49,17% (N= 59) do sexo feminino (Tabela 2). A quantidade de participantes foi apresentada de forma equalizada para facilitar a comparação do nível de motivação e a diferença entre a provável estrutura das representações sociais do objeto analisado.

4.2 Instrumentos e análise dos dados

Nesta pesquisa foram utilizados três instrumentos, sendo um questionário de informações gerais elaborado pelo autor, contendo perguntas referentes às informações pessoais, tais como: idade, sexo, escolaridade e informações sobre a prática de atividade física. Ainda, foi incorporado um esquema de evocação livre de palavras em relação ao tema estudado e, por fim, a aplicação da escala de motivação MPAM-R.

A técnica de evocação livre de palavras foi desenvolvida por Vergès (2001) e tem por finalidade descobrir a estrutura de uma representação social que é forjada dentro de um determinado grupo social. Essa técnica é fracionada em duas etapas que caracterizam a representação: a primeira etapa é reconhecida como análise prototípica, baseia-se no cálculo das frequências e nas ordens de evocações das palavras, e a segunda concentra na estrutura de categorias englobando as evocações e prontamente avaliando suas frequências.

A técnica de evocação livre de palavras tem se mostrado eficaz nos estudos de representações sociais com objetivo de descobrir a estrutura da representação desenvolvida em pesquisas sociais (Vergès, 2001, 2005).

A evocação de palavras consiste em o participante pensar em palavras ou expressões que lhe venham imediatamente à mente quando escuta um termo indutor. Na pesquisa, o termo indutor proposto foi: "Atividade Física".

A cada participante foi solicitada cinco palavras por acreditar que uma quantidade maior pode, segundo Sá (2002) e Oliveira et al (2003), gerar um declínio na rapidez das respostas, evidenciando um trabalho mental lógico para as

produções subsequentes, descaracterizando o caráter natural e espontâneo das evocações livres. E menos do que cinco palavras ou expressões pode gerar uma “quantidade de dados insuficiente, que poderá imprimir um viés ao estudo, interferindo no resultado final” (OLIVEIRA et al., 2003, p.57).

As respostas obtidas no método de evocação livre de palavras foram avaliadas através da análise prototípicas no programa IRAMUTEQ, apresentando o quadro de quatro casas, indicando as seguintes áreas: 1- termos prontamente evocados e frequentes (alta probabilidade de centralidade); 2- tardiamente evocados e frequentes (baixa probabilidade de centralidade); 3- prontamente evocados e pouco frequentes (zona de contraste); e 4- tardiamente evocados e pouco frequentes (termo de menor importância na periferia).

O cruzamento da frequência média das evocações de ordem média em que foram prontamente evocadas gerou um quadro de quatro casas pelas quais os elementos evocados se distribuíram. A técnica relata que o quadrante superior esquerdo aloca os elementos centrais e os elementos inferiores da parte esquerda são reconhecidos como elementos periféricos.

A lógica do estudo informa que os elementos evocados mais prontamente e com frequência são elementos que compõem o núcleo central da RS estudada (VERGÈS; MOREIRA; CAMARGO; JESUÍNO; NOBREGA, 2005). No segundo quadrante à esquerda, encontra-se a parte periférica, onde está localizado as palavras mais importantes da periferia, pois são palavras que possuem frequência elevada, mas tardiamente proferidas.

O terceiro quadrante é nomeado como zona de contraste, é considerado elemento de baixo número de frequência, porém são importantes para o grupo. Segundo Abric (2003) este quadrante representa “revelar a existência de um subgrupo minoritário portador de uma representação diferente” (Abric, 2003, p. 64) como também representar elementos complementares da primeira periferia. Já no quarto quadrante, encontram-se elementos que formam pouco e claramente com índice baixo de evocações. Na **figura 1**, mostra a esquematização da distribuição dos resultados da técnica de evocação livre de palavras.

		Ordem média de evocação	
		1º quadrante Elementos do Núcleo Central prontamente evocados + alta freqüência	2º quadrante Elementos da 1ª periferia tardiamente evocados + alta freqüência
Frequência média	3º quadrante Elementos de contraste prontamente evocados + baixa freqüência	4º quadrante Elementos da 2ª periferia tardiamente evocados + baixa freqüência	

Figura 1 - Composição dos quadrantes no Quadro de Quatro Casas

O outro instrumento desta pesquisa foi o MPAM-R, trata-se de uma escala que avalia cinco motivos para a prática dos exercícios físicos por atletas e não atletas de ambos os gêneros e diferentes idades, a saber: diversão, competência, aparência, saúde e social. A escala original, a MPAM, foi criada por Fredericck e Ryan em 1993 e foi validada culturalmente para a população brasileira por Gonçalves e Alchieri (2010). A versão em português do MPAM-R ficou composta por 30 itens, que são respondidos por uma escala tipo *Likert*, tendo sete pontos, sendo de 1 (um), discordo totalmente, a 7 (sete), concordo totalmente(GONÇALVES; ALCHIERI, 2010). O questionário MPAM-R utilizado no presente trabalho encontra-se no “ANEXO 5 – Escala de Motivação”.

Os dados coletados no questionário MPAM-R foram tratados por meio da estatística inferencial (média, desvio padrão e frequência percentual), sendo os mesmos analisados pelo programa SPSS 20.0, versão para Windows®. Além disso, os resultados foram avaliados conforme análise sugerida dos instrumentos.

Quanto aos instrumentos de medidas da AF, alguns autores relatam na literatura que existem 30 técnicas para estimar o gasto calórico (MELANSON; FREEDSON, 1996); outros, que existem mais de 50 técnicas diferentes (Ainsworth f et al, 1994). Existem duas naturezas para mensurar os níveis de atividade física: o primeiro método é considerado subjetivo (método autoreportado), o qual é aplicado para captar respostas dos sujeitos através de questionários, entrevistas e diários; e o método direto, o qual é realizado através de marcadores fisiológicos ou sensores de movimentos que mensuram o nível da capacidade física (MARQUES; ANDRÉ, 2014).

De acordo com o estudo de Pontes e Darin (2022), os métodos autoreportados são muito utilizados pela comunidade por motivo da fácil aplicabilidade em uma grande amostra, porém não possui uma clareza objetiva quanto às medidas psicofisiológicas, mas oferece eficiência para avaliar a perspectiva de experiência do grupo investigado. Vale ressaltar que esse modelo geralmente é utilizado em estudos epidemiológicos de larga escala (MELANSON & FREEDSON, 1996; KRISKA, 1997) que alberga adultos (CRAIG; MARSHALL; SJOSTROM; BAUMAN; BOOTH; AINSWORTH; PRATT; EKELUND; YNGVE; SALLIS; OJA, 2003), crianças e adolescentes (SIRARD & PATE, 2001; GUEDES, LOPES, & GUEDES, 2005; BARROS et al., 2007; KOWALSKI et al., 2004; RIDLEY et al., 2008).

Os métodos diretos estimam com maior precisão as medidas do nível de AF, quando comparados com os arreportados, que são classificados por medidores de sensores de movimentos, englobando calorimetria, monitoração de frequência cardíaca e água duplamente marcada é composta por sensores de movimentos que inclui pedômetro e acelerômetros (MARQUES; ANDRÉ, 2014; HENSLEY et al., 1993).

4.3 Procedimentos de coleta

Este estudo segue as normas da resolução número 466, do Conselho Nacional de Saúde, e foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CEP-CONEP) no número de parecer 6.328.522.

O Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento Livre Esclarecido (TALE) foram assinados pelos jovens e seus respectivos responsáveis (ANEXO 2). Estudantes que apresentarem idade acima de dezoito anos não assinaram o TCLE. Os procedimentos para o desenvolvimento desta pesquisa foram realizados em etapas.

Inicialmente, foi realizado contato com a direção do Colégio Técnico, seguido da explicação da pesquisa, dos documentos e questionários a serem utilizados, para que assim obtivesse autorização da parte administrativa da unidade de ensino para dar início a pesquisa.

Em seguida, foi realizado o primeiro encontro com os estudantes para a explicação do questionário e a aplicação da evocação de palavras, que teve como foco a análise da motivação para prática da AF e suas principais representações centrais e periféricas. Antes da coleta de dados, todos os estudantes foram conscientizados a responder o questionário de maneira honesta e receberam orientação de que não existiam respostas certas ou erradas. Na sequência, foi realizada a avaliação das respostas aos instrumentos e tratamento dos dados coletados.

O primeiro instrumento aplicado foi o questionário sociodemográfico. Os estudantes receberam informações de como respondê-lo e em caso de dúvidas, essas eram sanadas somente pelo aplicador. Na sequência, foi aplicado os questionários de evocação livre de palavras e, por fim, foi explicado o MPAM-R.

É importante salientar que todas as aplicações foram executadas a partir de um agendamento formal, com uma semana de antecedência, ao docente da turma pedindo que cedesse 30 minutos do tempo de aula, para realizar a coleta dos dados. Tal medida foi realizada a fim de não impactar as aulas do Colégio Técnico.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este capítulo refere-se às descrições dos resultados obtidos na escala de motivação e no questionário de informações gerais. Os dados obtidos relacionam-se à adesão a prática de atividade física entre adolescentes no meio social, os fatores motivacionais que os induzem a prática de atividade física e a provável abordagem estrutural da representação social do objeto “atividade física”.

Identificou-se que adolescentes do sexo masculino têm uma adesão maior à prática de atividade física comparado ao sexo feminino (**Figura 2**). Diante disso, Passos-Santos e Rech (2017) estudaram 142 adolescentes de ambos os sexos com objetivo de analisar os motivos à prática de atividade física e verificaram que alunos do sexo masculino possui um valor significativo ($p < 0,01$) em relação à adesão de atividade física quando comparado às alunas do sexo feminino. Com isso, o resultado encontrado na pesquisa de Passos-Santos e Rech (2017), corrobora com os dados obtidos na atual pesquisa, a qual apresenta uma predominância do sexo masculino para adesão à prática de atividade física 77%

(N= 47) e, no sexo feminino, segue inferior com 49,2% (N= 29), ocorrendo diferença significativa entre os sexos ($p < 0,01$).

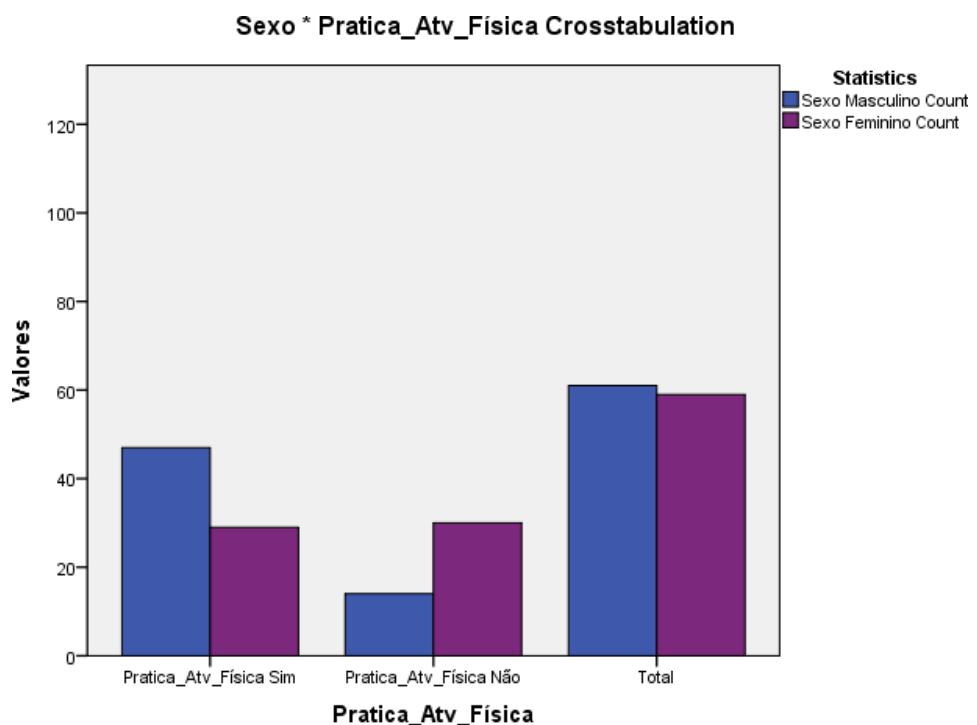


Figura 2 - Adesão à prática de atividade física entre os sexos.

Com objetivo de analisar os fatores motivacionais que levam homens e mulheres a praticarem atividade física e comparar os escores encontrados no instrumento de escala, a amostra foi dividida em dois grupos: masculino (N= 61) e feminino de (N= 59). O grupo masculino apresentou média de idade de $16,3 \pm 1,2$ anos, enquanto o grupo do sexo feminino apresentou uma média de $16,2 \pm 0,9$ anos.

Posterior a análise do questionário de escala MPAM-R, realizou-se a comparação entre os resultados obtidos, entre os grupos masculino e feminino, em função dos fatores motivacionais que estimulam a adesão à prática de atividade física dos adolescentes (Tabela 3). As comparações tiveram como objetivo justificar se haveria diferença significativa entre os fatores motivacionais: saúde, diversão, competência, social e aparência.

Tabela 3 - Comparaçāo dos fatores motivacionais por sexo.

FATORES	Feminino (N= 59)		Masculino (N= 61)		P valor*
	Md	DP	Md	DP	
Diversão	4,89	1,3	5,68	1	0,001
Competência	4,44	1,1	5,34	1	0
Aparência	4,7	1,3	4,7	1,2	0,9
Saúde	5,82	1,1	5,88	1	0,76
Social	3,22	1,2	3,87	1,3	0,009

Legenda: Md= Média; DP= Desvio Padrão; *p≤0,05.

Observa-se na tabela 3 que não houve diferença significativa entre os sexos masculino e feminino em relação aos fatores saúde e aparência. O fator saúde para ambos os sexos apresentam a maior média entre os fatores motivacionais, com feminino ($M=5,82 \pm 1,1$) e o sexo masculino tendo ($M=5,88 \pm 1,0$), demonstrando um pensamento social que a atividade física é benéfica para obter saúde.

Corroborando com os resultados encontrados na pesquisa Krug, Krug e Krug (2020), realizada com 64 estudantes do ensino médio de ambos os sexos, o resultado apresentou predominância no fator saúde para ambos os sexos, o qual o sexo feminino apresentou uma média de 9,1; e o sexo masculino, uma média de 8,8. Além disso, as mulheres apresentaram um nível maior de preocupação com a saúde e apresentaram conhecimento dos benefícios oferecidos para o indivíduo que realiza a prática regularmente.

Achados similares a este estudo, encontrados e recorrendo à mesma escala, Gonçalves e Acheire (2010) afirmam que, apesar de não apresentar uma variação estatística significativa, as mulheres praticavam atividade física com maior motivação pela saúde do que os homens. Com base nesse raciocínio, os autores indicam que:

"[...] a inserção da prática de atividades físicas no universo feminino está associada à manutenção da saúde e valorização dos cuidados com a imagem corporal, ressaltando-se que as mulheres apresentam uma percepção mais sensível do corpo e por isso buscam mais praticar atividades físicas do que os homens." (GONÇALVES; ACHIERE, 2010b, p. 130).

Neste estudo, observou-se prevalência de importância para a saúde e o nível adequado de atividade física. Adolescentes ativos fisicamente se mostram mais atentos para o estado de saúde, achado similar de outro estudo. No entanto, sabe-se que adolescentes obtêm um nível de predominância para prática de atividade, ao mesmo tempo, apresentam-se como um grande índice de inatividade (WERNECK; SILVA; SILVA; COLLINGS; OHARA; FERNANDES; BARBOSA; RONQUE; SARDINHA; CYRINO, 2022).

Considerando os valores apresentados na tabela 3, os fatores que mais motivaram os indivíduos do sexo masculino à prática regular de atividade física foi a saúde, seguido, respectivamente, pela diversão, competência, aparência e social. No sexo feminino, foi à saúde, diversão, aparência, competência e social.

Nota-se que as mulheres apresentam um grau similar de importância para o fator motivacional da aparência, com média de $4,7 \pm 1,3$, quando comparado ao sexo masculino, $4,7 \pm 1,2$, não havendo diferença significativa.

Para o sexo feminino, o fator competência aparece como o quarto maior grau de importância nas sequências dos fatores. Já o estudo elaborado por Santos, Oliveira, Corrêia e Ferreira (2019), realizado com 60 participantes de ambos os sexos, apresentou maiores resultados, divergindo dos encontrados nessa pesquisa. Em relação ao fator aparência, os homens apresentaram importância maior ($M= 5,04 \pm 1,18$) para o aspecto estético do que o sexo feminino ($M= 4,89 \pm 81$), não havendo diferença significativa.

Apesar da dimensão “Aparência” não apresentar diferença entre os participantes, Lores et al. (2004) descrevem em sua pesquisa que existe diferenças significativas entre os participantes do sexo masculino e feminino praticantes de atividade física nessa dimensão, com as mulheres sendo mais motivadas por esse fator do que os homens. Ainda no mesmo trabalho, corroborando com esse estudo, foi demonstrado que os homens são significativamente mais motivados do que as mulheres, quando a dimensão avaliada é a competência.

Apresenta-se na tabela 2 diferenças significativas entre três fatores motivacionais (diversão, competência e social), ao comparar os grupos do sexo masculino e feminino, e a motivação acontece com intensidade divergentes em relação a cada grupo. Destaca-se que os fatores diversão e competência estão relacionados à motivação intrínseca, ou seja, o indivíduo realiza determinada ação

por satisfação, prazer e o querer aprender, mesmo perante a dificuldade (GONÇALVES; ALCHIERI, 2010).

Os estudantes do sexo masculino predominaram no fator “Diversão”, comparado ao sexo feminino ($M= 5,68 \pm 1$), que apresentou resultados inferiores ($M= 4,89 \pm 1,3$), demonstrando, estatisticamente, diferença significativa de $P \leq 0,001$. Em relação a esse fator, o estudo realizado por Alves, Junger, Palma, Monteiro e Resende (2007), utilizando o teste qui-quadrado com praticantes de natação, tendo idade entre 13 e 18 anos, apresentou resultado divergente ao do estudo em questão, visto que não encontrou diferença significativa, ambos os sexos valorizam de forma igualitária o fator diversão.

Ademais, o fator diversão desempenha um papel crucial na adesão à prática de atividade física, tornando o exercício mais agradável e sustentável em longo prazo. Escolher atividades que transformem a obrigação em algo prazeroso aumenta a probabilidade de manter uma rotina sólida de exercícios. Os fatores motivacionais diversão e saúde destacam-se perante os outros, colaborando como ferramenta para o bem-estar físico, psicológico e emocional, retornando a ideia do bem-viver, permitindo que o corpo tenha interação com o mundo e com a corporeidade (APOLINÁRIO et al., 2019; PAULA et al., 2019).

A TAD desenvolvida pelos autores Deci e Ryan (2000) enfatiza que a motivação intrínseca é determinante para a ação do comportamento humano. Ela está atrelada à diversão, sendo oriunda do prazer e do interesse pessoal. Diante disso, o indivíduo realiza a ação pelo fato de a atividade ser divertida e interessante, e o estímulo acontece naturalmente no interior do indivíduo.

O grupo social, sujeito da pesquisa, apresentou diferenças significativas no fator motivacional da competência quando comparado o sexo, apresentando média de $5,34 \pm 1,0$ para o masculino, e $4,44 \pm 1,11$ para o feminino. Esses resultados apresentam diferença significativa $P \leq 0,0$, demonstrando o sexo masculino uma predominância para querer aprender mais sobre determinada atividade, para ser o melhor nas tarefas e adquirir novas habilidades. Corroborando, Faria, Ribeiro, Souza, Rennó e Albuquerque (2019) elaboraram uma pesquisa com praticantes de taekwondo, com 93 participantes de ambos os sexos, apresentando diferença significativa $P \leq 0,001$ em relação ao fator motivacional de competência.

De acordo com a literatura, a competência está devidamente associada à motivação intrínseca que move o interior do indivíduo para buscar determinada

atividade pelo prazer e satisfação de exercer determinada ação. Adolescentes do sexo masculino, considerados ativos, têm características de buscar desafios em atividades ou esportes que são desafiadores para aprimorar o grau de habilidade e superar seus adversários. Em divergência a esse contexto, mulheres têm uma maior preocupação em realizar atividade física para melhorar a saúde e a aparência do corpo físico.

Segundo Markland e Hardy (1993), no que tange a atividade física, os objetivos como diversão e prazer são caracterizados fatores intrínsecos e apresentam efeitos positivos (permanência na prática regular de exercício e ou atividade física). Contrariamente a isso, atitudes que pressionam o indivíduo para atingir objetivos podem causar ansiedade e tensão, sendo denominados como acontecimentos oriundos da motivação extrínseca, apresentando fatores adversos (abandono precoce da prática regular de atividade física).

Divergindo-se dos fatores intrínsecos, destacados nesta pesquisa (diversão e competência) como valores estaticamente significativos, o fator social é uma característica da macroteoria da motivação, a TAD, como fator extrínseco. Neste sentido, o indivíduo busca se relacionar com a atividade física com intenção de se agregar a um grupo social. Segundo Deci e Ryan (2000), o fator social compõe a escala de fatores motivacionais que analisa o nível de motivação para a prática de atividade física: diversão, competência, saúde, aparência e social.

O fator social, na escala de motivação, é composto por cinco questões, sugerindo que o indivíduo procure realizar atividades com os objetivos de fazer novas amizades; interagir com amigos; estar com pessoas que têm o mesmo interesse pela atividade proposta; praticar AF por influência do grupo de amizade; investir uma fração de tempo para prática de AF porque gostam (SILVA; MATTOS; SANTOS; SOARES, 2016).

Integrantes do sexo masculino que realizaram esta pesquisa apresentaram dados estatísticos significativos quando comparado com os valores apresentados pelo sexo feminino $P \leq 0,009$. Sendo assim, meninos que realizam AF têm a maior predominância ($M = 3,87 \pm 1,7$) para realizar a prática com intenção de fazer novas amizades, quando comparado com o sexo feminino ($M = 3,22 \pm 1,2$), que possuem um baixo índice de preocupação de aderir à prática com o determinado objetivo.

Contrário ao resultado apresentado anteriormente os autores Henriques, Corrêa, Rodrigues e Silva (2019) realizaram uma pesquisa com corredores de rua

do sexo masculino e feminino, na cidade de Ubá/MG, que teve como objetivo analisar os fatores motivacionais desse grupo social e não existiu diferença significativa na comparação dos fatores motivacionais entre os sexos: diversão, competência, saúde, aparência e social. Utilizou-se o software SPSS para Windows, versão 20.0.

5.1 Análises segundo a variável “anos de escolaridade do ensino médio”

Na tabela 3, controlando a variável “anos de escolaridade do ensino médio”, os índices obtidos nas médias dos fatores motivacionais variam de acordo com os anos de escolaridade dos discentes envolvidos na pesquisa. A dimensão que mais motivou os escolares do 1º e 3º do ensino médio foi a dimensão saúde, seguida, respectivamente, por diversão, competência, aparência e social. Para o 2º ano de escolaridade, a dimensão que motivou os discentes com maior proporção foi saúde, igualando o mesmo fator motivacional com o 1º ano e, em seguida, com as dimensões diversão, aparência, competência e fator social.

Nota-se que o 2º ano de escolaridade apresentou divergência quando comparado com 1º e 3º ano de escolaridade, em sua terceira ordem de classificação, na dimensão representada pelo fator aparência. De acordo com Matias, Andrade e Manfrin (2019), adolescentes que valorizam a aparência estão preocupados com a beleza do corpo e é mais motivado extrinsecamente, o que pode implicar em menores chances de manutenção da AF durante um longo tempo.

Tabela 4 - Comparação dos fatores motivacionais por ano de escolaridade

FATORES	1º ano (N= 45)		2º ano (N= 43)		3º ano (N= 32)		P valor*
	Md	DP	Md	DP	Md	DP	
Diversão	5,24	1,26	5,09	1,46	4,64	0,92	0,17
Competência	4,92	1,2	4,66	1,34	5,17	1,07	0,18
Aparência	4,58	1,31	4,7	1,45	4,93	1,04	0,49
Saúde	5,73	0,95	5,76	1,26	6,13	0,85	0,21
Social	3,56	1,32	3,37	1,41	3,55	1,36	0,44

Legenda: Md= Média; DP= Desvio Padrão; *p≤0,05.

Como apresentado na Tabela 4, não houve diferença com significância estatística em nenhum dos fatores motivacionais ao comparar os anos de escolaridade. Dessa forma, os dados permitem afirmar que os fatores motivacionais diversão e saúde, de um grupo motivam com a mesma intensidade os demais grupos desta pesquisa.

Moutão (2005) identificou que os fatores motivacionais diversão e saúde são primordiais para a prática de AF. Assim, cuidar do corpo é uma forma de manter o corpo saudável, de acordo com que foi encontrado nos dados apresentados pelos participantes. A saúde e a diversão obtiveram destaque em ambos os grupos, são fatores caracterizados como o bem-viver, que, de acordo com Nogueira (2002), é sinônimo de bem-estar, felicidade de viver e de se relacionar ativamente com os indivíduos que compõem o grupo social cultural.

Os três anos de escolaridade apresentaram médias relevantes para o fator saúde, comparado com os fatores diversão, aparência, competência e social. Corroborando com os dados encontrados no estudo realizado por Cid (2002), com estudantes portugueses do primeiro ao terceiro ano de escolaridade, verificou-se que os motivos da procura de AF eram manter a boa aptidão física, saúde e a satisfação em realizar a prática desejada.

De acordo com esses resultados, o estudo de Guedes e Missaka (2015), realizado com adolescentes entre 12 e 18 anos de idade de ambos os sexos, enfatiza que essa faixa etária pratica atividades que elevam o prazer e a satisfação de fazer determinadas ações. Sabe-se que a adesão à prática de AF entre os adolescentes no mundo é elevada quando se comparado com as outras faixas etárias, entretanto, de acordo com Junior; Lopes; Mota e Hallal (2012), ainda existem muitos jovens que têm dificuldade de iniciar alguma atividade física com níveis entre média ou alta intensidade que gere um gasto energético significativo.

Consoante com a teoria do continuum de autodeterminação (RYAN e DECI, 2000a; 2000b), referente à capacidade de um indivíduo alcançar um nível positivo da motivação para realizar determinada ação, o estímulo bem direcionado de um indivíduo é capaz de causar a internalização dos comportamentos praticados, acarretando o aumento do nível motivacional. Dessa forma, torna-se clara a importância deste estudo aos profissionais relacionados à área da Educação Física que tem como principal objetivo estimular pessoas de diversas idades para a

adesão à prática de Educação Física tanto pelo prazer, satisfação ou, até mesmo, para o alto rendimento.

5.2 Análise prototípica da abordagem estrutural da representação social à prática de atividade física.

A figura 3 apresenta a provável estrutura da representação social do objeto atividade física partilhada pelo grupo social pertencente ao Colégio Técnico da UFRRJ, no município de Seropédica. No quadrante superior esquerdo, apresentam-se os elementos que foram prontamente evocados pelos sujeitos em grande quantidade de repetição. De acordo com a técnica de evocação livre de palavras, esses elementos são considerados como a provável estrutura do núcleo central da representação que está sendo investigada como “atividade física”. A combinação das frequências e as ordens das evocações alocaram neste quadrante três cognições: saúde, futebol e esporte. Os três elementos, são considerados importantes para a adesão à prática de AF de adolescentes, o qual as grandes mídias e pesquisadores fomentam essa prática como geradora de saúde, bem-estar e qualidade de vida.

Saúde foi o elemento mais compartilhado no quadrante superior esquerdo. A preocupação com a saúde tem sido relatada em diversos estudos que constituem o bem-estar e ou o bem-viver no meio social. Jesus *et al.* (2020) encontrou como abordagem estrutural do núcleo central a seguinte estrutura: saúde, futebol, exercício, esporte e correr que corrobora com os encontrados desta pesquisa. Destaca-se que ambos os grupos, que apresentam a mesma faixa etária de idade, assimilam a adesão à prática atividade física como promoção à saúde e o bem-estar, contudo, deve considerar outros fatores que influenciam na promoção da saúde do indivíduo, como a classe econômica, escolaridade, saneamento básico e as políticas públicas de estado que devem elaborar programas de incentivo para melhoria da saúde da população (ZANUZO; NISHIYAMA; CAMARA, 2023).

Nota se no primeiro quadrante superior à esquerda, a aparição de elementos como futebol e esporte, ambos atuam como ferramenta socializadora entre grupos sociais e também como profilaxia de DCNS e transtornos psicológicos.

No Brasil, existem questões históricas sobre a adesão facilitada da prática do esporte futebol, como prática cultural do povo brasileiro (SILVEIRA; SANTOS;

SANTOS; ILHA, 2020). Alcântara (2006) No Brasil, o futebol é considerado o esporte mais praticado entre os adolescentes nos momentos de lazer, o qual é indicado como ferramenta para trabalhar dentro das escolas e meio social com finalidade de estimular o jovem para a prática e por consequência elevar o nível de aptidão física, relações sociais e produtividade.

Destaca-se o elemento saúde, como o mais evocado pelos participantes, e a presença do elemento futebol como destaque do esporte, que pode ser justificado pela prática privilegiada do grupo social. Nesse sentido, Brandão, Benevides e Campos (2020) verificaram que alunos de um colégio técnico de nível médio também apresentaram, no núcleo central, modalidades esportivas como motivadoras para a prática de atividade física.

No quadrante superior direito, são encontrados elementos periféricos mais importantes da representação estudada, que é chamada de zona de primeira periferia. Neste quadrante, apareceram quatro elementos: corrida, academia e bem-estar.

Para Abric (1998), o sistema periférico é um elemento essencial nos mecanismos de defesa para proteger o significado do núcleo central da RS e também são reconhecidos por ser mais fáceis de sofrer alterações. Portanto, os elementos pertencentes a esse quadrante podem se tornar um núcleo central. Os elementos com ordem de frequência pertencente ao segundo quadrante superior estão associados à atividade física e possuem relação à prática de atividade física, observando-se que o elemento periférico “bem-estar” aparece como um fator que é gerado ao praticar atividade física.

Os elementos periféricos “corrida e academia” são caracterizados como atividades físicas que geram diversos benefícios para a saúde, incluindo melhoria da aptidão cardiovascular, fortalecimento muscular, controle do peso corporal favorecendo o bem-estar mental e físico do indivíduo. Esses fatores indicados nesses dois primeiros quadrantes, central e periférico, são elementos forjados pelos sujeitos com o pensamento sobre a adesão à prática de AF. Esse quadrante pode justificar o núcleo central, possibilitando associar “bem-estar” e “academia” à “saúde” e o termo “corrida” ao “esporte” favorecendo uma explicação do núcleo central.

$<2,78$ ordem média de evocação $\geq 2,78$					
Saúde	58	2,2	Corrida	40	2,9
Futebol	38	2,5	Academia	38	2,9
Esporte	34	2,2	Bem-estar	26	3,3
Frequência ≥ 22					
Frequência < 22					
Exercício	20	2,6	Cansaço	21	3,0
			Vôlei	14	2,8
			Lazer	13	3,6
			Força	12	4,2
			Esforço	11	2,8
			Caminhada	11	3,1
			Sanidade	10	3,2
			Suor	10	3,1
			Movimento	9	3,2

Figura 3 - Representações Sociais à prática de atividade física de estudantes do ensino médio

O quadrante inferior esquerdo, também conhecido como zona contraste, é formado por elementos que tiveram baixa frequência de evocação, todavia foram evocados prontamente pelos participantes, podendo ser considerado relevante para um determinado grupo de sujeitos que compõem o grupo social. Abric (2003) considera que este quadrante pode possuir subgrupos com uma pequena quantidade de pessoas que acreditam em uma representação diferente, (p.64), pois podem apenas ser elementos que complementam os da primeira periferia.

Neste quadrante destaca-se “exercício” como elemento de contraste. É um elemento que pode favorecer benefícios para saúde, que justifica os elementos com maior frequência “saúde”, “futebol” e “esporte”. O exercício físico é um hábito importante de um estilo de vida saudável e ele pode ser realizado por diversos objetivos como: melhora na capacidade cardiovascular, ganho de força, treinamento intervalado, esportes e esportes.

O exercício físico é realizado de forma estruturada com muitas repetições, geralmente com finalidade de melhorar ou manter a capacidade física. Os elementos centrais como “esporte” e “futebol” são considerados como exercícios que necessitam de resistência física, boa saúde e repetições para aperfeiçoamento dos gestos motores e obter consciência técnica.

Ainda no quadrante inferior esquerdo, os exercícios são atrelados aos esportes coletivos e individuais. A prática do esporte possibilita a interação social e ao mesmo tempo educa, informalmente, os sujeitos (VIANNA; LOVISOLI, 2011). Portanto, vislumbra-se a importância desse aspecto para aproximar as pessoas, visando o caráter social da saúde.

No quadrante inferior direito, encontram-se elementos distantes do eixo central da representação social estudada, sendo considerados elementos prontamente periféricos. Elementos periféricos, de acordo com Abric (2000), possuem um caráter mutável. Eles são flexíveis e podem ser considerados negociáveis; e latentes, à medida que estão visíveis. Os elementos que apareceram no quadrante foram: cansaço, vôlei, lazer, força, caminhada, suor, movimento.

O quadrante inferior esquerdo é composto pela periferia distante do núcleo central, ali está previsto os elementos comuns da prática de AF, caracterizadas pelas palavras “cansaço”, “suor” e “movimento”. A combinação desses elementos contribui para os benefícios da saúde, que incluem a melhora da capacidade cardiovascular, controle de peso, ganho de força, liberação de endorfinas que contribuem para o bem-estar mental.

Copetti, Neutzling e Silva (2010) realizaram um estudo com 398 adolescentes, entre 10 e 19 anos, no Rio Grande do Sul, analisando as barreiras que impedem a adesão à prática de atividade física, aparecendo o fator “cansaço” com (37,5%), sendo o segundo percentual mais alto. Nesta pesquisa com alunos do Colégio Técnico, apresenta-se o cansaço como uma provável representação pertencente à periferia. Logo, o elemento cansaço pode se tornar um fator negativo para adesão a prática de AF.

Surge uma representação de AF marcada pelo “vôlei”, “lazer”, “força” e “caminhada”. Ambos os elementos se destacam por fazer parte da execução da AF em tempo livre “lazer”, seja no ganho de força em academia ao ar livre, treinamento funcional, crofít, ou atividades esportivas como o voleibol. A caminhada é considerada uma prática de atividade física de lazer que proporciona benefícios à

saúde física e mental do individuo quando praticada regularmente (TURI; CODOGNO; FERNANDES; MONTEIRO, 2015).

Nesse quadrante, destaca-se o elemento lazer, demonstrando a existência de uma possível relação da prática de atividade física com o momento de diversão nos momentos livres de afazeres do dia a dia. Para os autores Beserra, Sousa, Alves e Gubert (2015), o lazer proporciona qualidade de vida e estimula o individuo para adesão a prática da atividade física, pois é o momento que é definido como um conjunto de atividades que podem ser realizadas no momento livre, ou seja, atividades que são realizadas em momentos fora do trabalho e da escola.

Ainda sobre o elemento lazer na zona de periferia distante do núcleo central, o elemento relacionado ao conhecimento esportivo como vôlei. Logo, com o resultado, pode-se encontrar estudantes com pensamento limitado quando se pensa em AF. Compreende-se com base no resultado desta pesquisa que enfatiza que o futebol é o esporte em destaque, esta presente no núcleo central da representação social. É comum imaginar o futebol como destaque quando comparado a outras prática esportivas como o vôlei, o qual apareceu na zona periférica. Neste quadrante, as invocações são consideradas com menos importância quando comparadas ao núcleo central (Gonçalves, 2010). Esse estereotípico forjado, nesse grupo social, associa a atividade física com a prática de esporte nos momentos livres e tem como estrutura central o estabelecimento de uma saúde de qualidade e, ao mesmo tempo, a busca pela diversão durante as atividades.

A atividade física é uma engrenagem para promoção da saúde, pois a realização regular proporciona a liberação de endorfinas, neurotransmissores que atuam como analgésicos naturais e promovem uma sensação de felicidade. Além disso, pode contribuir para a redução da ansiedade e da depressão, proporcionando um equilíbrio importante para sanidade mental.

5.3 Análise de similitude

5.3.1 Análise de similitude de todos os participantes

É considerada com uma análise que estuda as distâncias entre os diferentes elementos de representação social (WOLTER; WACHELKE; NAIFF, 2016). Esta distância, tipicamente, são reconhecidas como árvore que possui ramificações que

traduzem a distância e os polos é considerados como elementos representacionais. Os elementos que estão próximos de muitos elementos são considerados como elemento central. Já elementos próximos a poucos elementos são considerados como elementos periféricos.

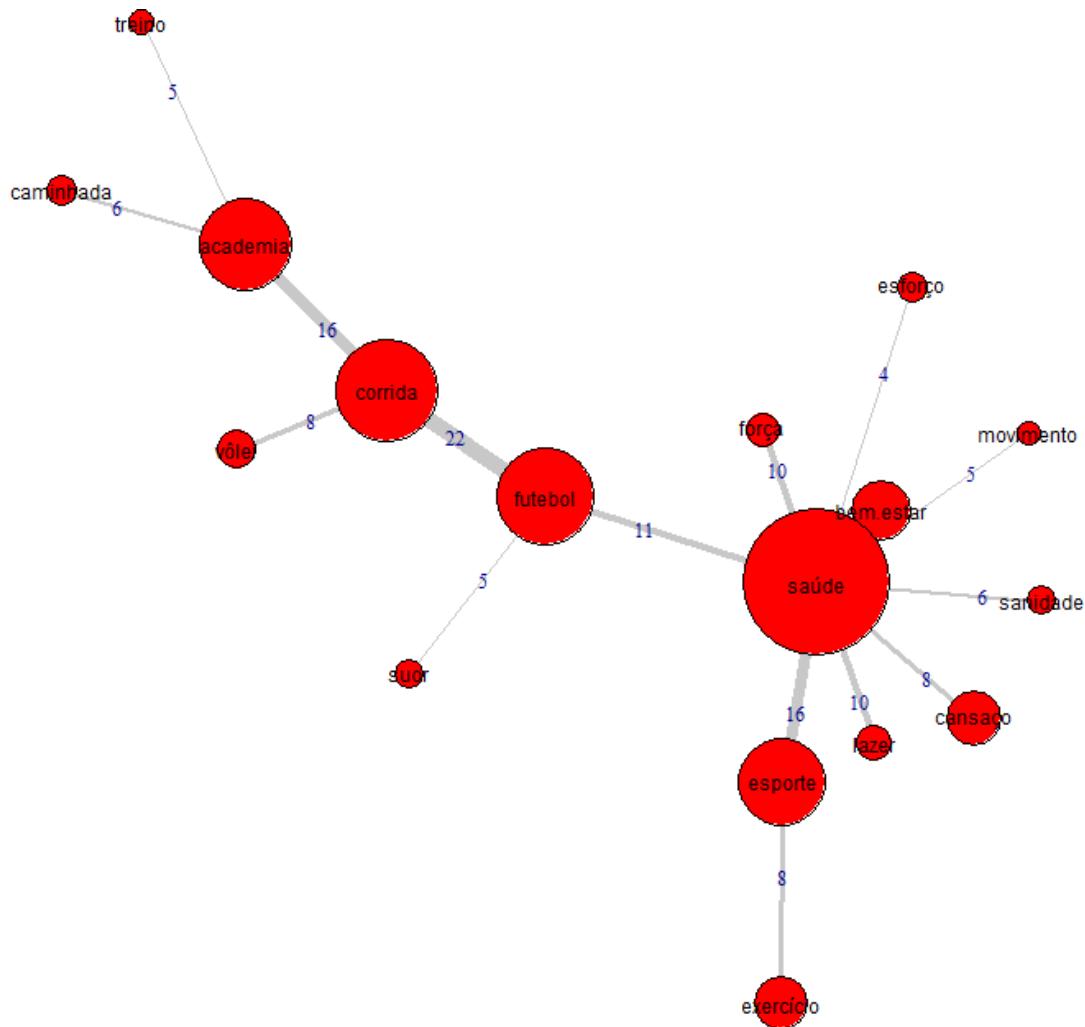


Figura 4 - Resultados da análise de similitude das evocações sobre a prática de atividade física de todos os participantes dessa pesquisa (n= 120).

Verifica-se na figura 5 que futebol, esporte e saúde tiveram fortes conexão entre si. Entretanto, os elementos saúde e a expressão futebol são as que apresentam maior número de conexões com os demais termos. Nota-se que a

palavra saúde está conectada com oito termos/expressões e a expressão futebol com duas ligações. Destaca-se que saúde e futebol já pertenciam ao núcleo central na análise prototípica.

Neste estudo, saúde surge como mais provável elemento do núcleo central e sinônimo da AF estando relacionada com a capacidade do indivíduo aderir à prática de AF realizando esportes variados que são capazes de beneficiar o corpo e a mente estabelecendo certo equilíbrio homeostático do organismo, que são capazes de gerar bem-estar/sanidade, força muscular que é responsável por manter a qualidade da estrutura óssea, controle do peso e contribui para a sanidade mental, aumentando a autoestima e reduz o estresse.

Ainda relacionando o eixo saúde, encontra-se o termo vinculado à área do lazer, que se caracteriza como prática livre em ambientes públicos como praças, bosques e ruas. Um estudo realizado por Maciel, Andrade e Uvinha (2022) teve como objetivo analisar profissionais afiliados à associação brasileira de pesquisa de como compreendem a atividade física e o lazer na área da saúde. O estudo corrobora o resultado desta pesquisa, o qual demonstra que o elemento saúde está atrelado ao eixo do lazer.

O elemento futebol, como já mencionado nesta pesquisa é considerado um esporte popular no Brasil (Alcântara 2006) esse elemento teve conexão com os termos suor, corrida e saúde. O futebol realizado como esporte recreativo tem se destacado como eficaz na promoção de saúde de crianças e adolescentes com sobrepeso, no qual requer a ativação do componente aeróbico elevando o gasto energético e que consequentemente ativa a termorregulação corporal através do suor que é responsável por regular a temperatura do corpo durante a prática esportiva (MELO-MARINS; SOUZA-SILVA; SILAMI-GARCIA; LAITANO, 2017).

Vale ressaltar que o elemento cansaço está conectado ao termo saúde. Esse elemento foi destacado por uma provável representação da consequência da realização da prática de AF que pode se tornar uma barreira para adesão à prática causando desistência das atividades. Em estudo sobre barreiras de motivação Copetti, Neutzling e Silva (2010) o elemento cansaço é associado como falta de motivação (intrínseca e extrínseca) no ambiente de realização de AF, ocasionando a desistência ou abandono sem justificativa.

A palavra academia surge vinculada às palavras “treino” e “caminhada” e está associada e está associada a preocupação com a saúde e a um estilo de vida

que se preocupa com o corpo. Em uma pesquisa elaborada com jovens universitários foi relatado que o fator estético está atrelado com a frequência nas academias para obter o corpo ideal estabelecido pela sociedade “o corpo belo” (MIRANDA; ALMEIDA; OLIVEIRA; SOUZA; ABRANCHES, 2017).

5.4 Relação entre os fatores motivacionais e as prováveis representações sociais da prática regular de atividade física

Neste estudo, a partir dos resultados, observou-se que a relação entre representações sociais e motivação à prática de AF é um tema que apresenta dados similares em relação à prática de AF, dando predominância ao termo “saúde”. Ainda sobre a prática de AF, outros fatores similares também aparecem como importantes para o grupo social, sendo o elemento esporte e futebol presente no núcleo central, tornando a prática prazerosa e saudável. O fator que corrobora com essa afirmativa é o fator motivacional da diversão, que se refere ao indivíduo motivado por esse fator, que realiza as atividades de maneira satisfatória e não se preocupa com o resultado negativo.

De acordo com a teoria da autodeterminação (Deci e Ryan, 2000), em relação aos fatores motivacionais, existem cinco fatores que regem a motivação: saúde, diversão, aparência, competência e social. Anteriormente, foi apresentado que o fator saúde demonstrou uma média predominante sobre os outros fatores. A mesma relação foi encontrada na provável abordagem estrutural das representações sociais (Abric, 1998), o qual o termo saúde foi prontamente evocado, confirmando o pensamento social do grupo ao tratar dos benefícios que podem ser gerados pela prática de atividade física.

Logo, se a motivação para a prática de atividade física está associada à saúde, e a abordagem estrutural também envolve a saúde, há uma relação intrínseca entre esses dois elementos. Ambos os sexos apresentaram médias alta para o fator motivacional saúde, sendo o masculino ($M= 5,88$) e o sexo feminino ($M= 5,82$), e o núcleo central da representação apresentou alta frequência de evocação para o elemento saúde.

Tabela 5 - Relação entre fator motivacional e cognemas: saúde

Fator Motivacional	COGNEMAS
SAÚDE	SAÚDE
	FUTEBOL
	ESPORTE
	CORRIDA
	ACADEMIA
	BEM-ESTAR
	EXERCÍCIO
	VÔLEI
	FORÇA
	CAMINHADA
	SANIDADE
	MOVIMENTO

De acordo com a tabela 5, os cognemas relacionados à prática de AF que se interligam com o fator motivacional de saúde: saúde, futebol, esporte, corrida, academia, bem-estar, exercício, vôlei, força, caminhada, sanidade e movimento são relacionados com o fator motivacional da saúde. Esses dados enfatizam benefícios para saúde quando o indivíduo realiza a AF regularmente: melhora aptidão física, força, sanidade mental e entre outros benefícios.

Vale ressaltar, que o elemento exercício estar associado com o fator motivacional da saúde, pois o indivíduo motivado extrinsecamente tende seguir regras estabelecidas para alcançar objetivos como obter boa saúde, alcançar padrões corporais e atingir alto desempenho (KONDRIC et al., 2013).

Já os cognemas futebol, vôlei e esportes são fatores, fortemente relacionados com o fator motivacional de saúde. Na literatura aponta que o esporte é uma excelente ferramenta estimuladora para adesão da AF, que atua como profilaxia de DCNS em crianças, jovens e adultos (VIANNA; LOVISOLI, 2011). Nota-se que os esportes de referência praticado pelos integrantes desta pesquisa são esportes coletivos futebol (42,7%) e voleibol (8,2) e que possuem grande relevância midiática no Brasil (MATIAS; ROCHA; MASCARENHAS, 2020).

Existem diversas formas de definição do termo saúde, conceito transita por fatores sociais, econômico, demográficos, culturais, religiosos e ambientais. A OMS (2018) define a saúde como bem-estar físico, mental e social, não apenas pela ausência de doenças e enfermidades. Nota-se que ocorreu uma relação entre o

fator motivacional saúde e os cognemas “sanidade” e “bem-estar”, os integrantes que são movidos para adesão a prática de atividade física pela saúde possuem o pensamento positivo sobre o benefício que a AF oferece para o corpo em sua totalidade.

Tabela 6 - Relação entre fator motivacional e cognemas: diversão

Fator Motivacional	COGNEMAS
DIVERSÃO	FUTEBOL
	ESPORTE
	VÔLEI
	LAZER

De acordo com a tabela 6, os cognemas de representação social: futebol, esporte, vôlei e lazer estão atrelados ao fator motivacional da diversão. Os participantes do sexo masculino apresentaram média na escala de motivação de 5,68 e o feminino 4,89, corroborando com os elementos da representação social que são relacionados como diversão na prática de atividade física.

De acordo com Abric (1998), o Núcleo Central é difícil de ser alterado, sendo que o elemento futebol é construção histórica e coletiva da cultura brasileira e, além disso, é um elemento claramente influenciado pela mídia, através das redes sociais e rede de televisão, que tratam esse elemento como importante no cenário brasileiro para o entretenimento, diversão e Lazer (MACAGNAN; BETTI, 2014). Corroborando com o exposto, um estudo realizado por Souza, Machado, Corrêa e Silva (2019) com atletas amadores de futebol identificou que o fator motivacional diversão está atrelado com a adesão a prática do esporte futebol por oferecer o prazer e satisfação de realizar a prática.

Baseando-se no núcleo central, é possível identificar que o grupo social comprehende a atividade física, primordialmente, como prática esportiva com caráter de diversão e que tem como objetivo alcançar bom desempenho para saúde do corpo e da mente.

Tabela 7 - Relação entre fator motivacional e cognemas: aparência

Fator Motivacional	COGNEMAS
APARÊNCIA	ACADEMIA

Os elementos evocados academia, força e esforço são relacionados ao senso comum, tendo como objetivo atingir o padrão estético definido pela sociedade (LIZ; SACILOTO; DOMINSKI; VILARINO, 2018). Nesse caso, os indivíduos procuram AF através da musculação (realizada nas academias) para desenvolver a hipertrofia muscular e se tornar uma pessoa atraente aos olhos da sociedade.

Em um estudo sobre Representações Sociais e a prática de atividade física no contexto da saúde, Benevides *et al.* (2020) analisaram os sentidos atribuídos aos jovens trabalhadores para adesão a prática de atividade física e foi constatado que, na zona de contraste, os elementos academia, condicionamento, estética e vida são pertencentes ao sistema periférico e orientam o indivíduo para questões estéticas sobre o corpo.

No estudo de Apolinário *et al.* (2021), realizado com jovens (18 anos) e jovens adultos (21 a 40 anos), ambos do sexo masculino e feminino, em uma academia localizada na cidade de São José do Rio Pardo/São Paulo, os autores tiveram como objetivo encontrar o fator motivacional para a prática de atividade física. Em relação aos sexos, a dimensão estética apresentou um escore significativo para a procura da adesão da atividade física.

Nota-se que são apresentados dois resultados, usando instrumentos diferentes (evocação livre de palavras e escala de motivação), porém apresentam o mesmo objetivo: encontrar o estímulo para a prática de atividade física. Anteriormente, foi relatado que a adesão à prática de atividade física é estimulada por um grupo dessa pesquisa pelo fator estético, que é encontrado nas academias, a partir do treinamento de musculação. Com a evolução da AF, surgiu a musculação, que é uma das modalidades mais praticadas no mundo inteiro, sendo, atualmente, realizada nas academias que contêm aparelhos com resistências externas com a utilização de placas e anilhas para gerar um grau de dificuldade e desenvolver a força e a hipertrofia nos indivíduos praticantes (COSSENZA, 2001).

Na figura 5 observa-se que ambos os sexos apresentaram resultados similares para o motivo de realizar atividade física. Um estudo realizado por Agricola e Mariano (2009), na cidade de Pontalina Goiás, detectou que jovens que realizam a musculação têm pensamentos obsessivos para atingir a boa melhoria da aparência, confirmando os padrões estéticos implantados no senso comum.

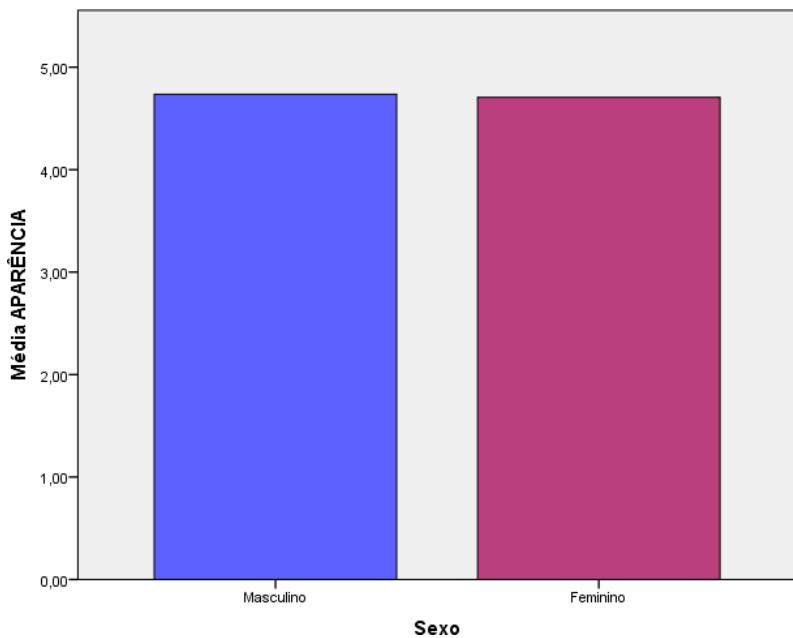


Figura 5 - Comparação da prática de atividade física entre os sexos

Indivíduos que aderem à prática de atividade física pelo critério de satisfação, buscando obter o avanço técnico ou físico, são considerados motivados pelo fator motivacional da competência. Os elementos de RS indicados na tabela 6 que se aproximam do fator motivacional de competência são: força, esforço e movimento. Esses elementos foram identificados como representativos e se enquadram como motivação intrínseca que movem os jovens para o esforço, engajamento e dedicação pelas atividades que geram prazer de querer aprender e desenvolver desempenho significativo. De acordo com Balbinotti *et al.*, (2011), indivíduos motivados intrinsecamente, ingressam na tarefa por sua própria vontade, ou seja, pela satisfação de realizar determinada atividade e pelo prazer de realizá-la, conhecê-la e explorá-la.

Tabela 8 - Relação entre fator motivacional e cognemas: competência

Fator Motivacional	COGNEMAS
COMPETÊNCIA	FORÇA ESFORÇO

Cognemas periféricos distantes, que integram as singularidades e vivencias individuais (abric, 2003) dos integrantes tem-se as palavras que se relacionam com o fator motivacional de competência: força, esforço e movimento. Esses elementos são flexíveis e, de acordo com Denise Jodelet (2001), referem-se à parte menos estruturada, estando as ideias sujeitas a mudanças e recebendo influências do contexto. As adaptações e as variações são direcionadas de acordo com a experiência e a interação social do grupo.

O individuo que realiza atividade física que busca a competência como fator motivacional tende a ser o melhor na categoria, busca encontrar novos desafios e dominar novas habilidades. Logo, com os cognemas relacionados à competência: força, esforço e movimento são considerados como elementos relevantes para atingir os objetivos propostos de cada modalidade que o individuo busque, seja da parte esportiva, exercício ou atividade física.

Tabela 9 - Relação entre fator motivacional e cognemas: social

Fator Motivacional	COGNEMAS
Social	ESPORTE
	FUTEBOL
	VOLEI
	ACADEMIA

Com relação ao fator motivacional “social”, nota-se que os jovens praticantes de AF, utilizam os esportes coletivos com finalidade de encontrar novas amizades, ou para participar da modalidade que se torna mais atraente intrinsecamente. Matias, Rolim, Schmoelz e Andrade (2012) confirma com os achados desta presente pesquisa, que indica que as atividades preferidas dos adolescentes são os esportes coletivos que dão a oportunidade de interação social.

O cognema “academia” possui relação com o fator motivacional de socialização. De acordo com Brito, Bernaldino, Almeida, Santos, Antunez, Silva, Rodrigues, Oliveira, Oliveira e Pereira (2021) a academia proporciona um ambiente socialmente estimulante, favorecendo aos praticantes a interação com outros que

possuem os mesmo objetivos que favorece o engajamento e apoio mútuo, aumentando a motivação e o comprometimento com a atividade, que por seguinte proporciona benefícios à saúde como qualidade de vida, melhora nas capacidades fisiológicas e benefícios estéticos.

Mostra-se que um ambiente extrinsecamente motivado favorece a adesão à prática de AF, como por exemplo, o estímulo de pessoas externa que realizam o mesmo tipo de atividade e que possuem o mesmo objetivo.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo se propôs em investigar sobre a motivação e representações sociais à prática de atividade física em jovens estudantes, bem como a adesão a prática de atividade física de ambos os sexos com objetivos de atingir um corpo e uma mente saudável. Para isso, foi anteriormente necessário realizar um levantamento de diversas pesquisas sobre motivação à prática de atividade física e também representações sociais, ambas direcionadas para adolescentes de ambos os sexos, com objetivo de levantar informações necessárias para desvelar os princípios norteadores da adesão a prática de atividade física dos grupos sociais envolvidos, e a partir desse construto descobrir o pensamento partilhado do objeto investigado.

As técnicas de pesquisa adotadas foram estipuladas ao decorrer da estruturação da pesquisa a fim de atender o objetivo geral e aos objetivos específicos. A partir da teoria da autodeterminação que avalia a motivação intrínseca, extrínseca e amotivação foi possível identificar os fatores motivacionais que movem os integrantes a realização das atividades e simultaneamente foi realizado através da abordagem estrutural das representações sócias foi possível identificar os elementos que compõem o núcleo central e os elementos periféricos que constituem as representações sociais da prática de atividade física entre jovens escolares em seu, cotidiano de vida, seja no ambiente escolar ou nos momentos de lazer.

A estrutura das RS presente no corpus da pesquisa apresenta em todos os grupos elementos que estão fortemente atrelados com a saúde, pois elementos que são caracterizados como esportivos ou como hábitos saudáveis são predominantes engajados para saúde de qualidade. Logo, atrelado às representações sociais, os

fatores motivacionais como diversão, competência, aparência, saúde e social também corroboram como fatores que direcionam o individuo para atingir boa saúde, ambos direcionam para profilaxia de DCNS.

Dentre os elementos do núcleo central, um termo é predominante exclusivo para indicar o benefício gerado pela atividade física para um corpo saudável, o termo saúde. Os demais termos (futebol e esporte) são caracterizados como prática de atividade física que podem ser unificados em um único elemento que é o esporte. A adesão a ambos os elementos é a busca pelo prazer nos momentos de lazer que ao mesmo tempo estimula fisiologicamente o funcionamento dos sistemas cardiovascular, respiratório, digestivo, endócrino e também o desenvolvimento de músculos que oferece diversos benefícios para a saúde.

Os dados apresentados em ambos fatores (representação social e motivacional) apontam através dos instrumentos (mpam-r e evocação livre de palavras) para uma centralidade do elemento saúde que é gerado através dos elementos que são geradores de uma boa saúde e qualidade de vida. Lembrando que os fatores socioeconômicos e ambientais também são fundamentais para o individuo possuir boa qualidade de vida.

Através de perguntas complementadas que foram incorporadas no questionário de informações gerais, foi identificado o quantitativo de integrantes por sexo que praticam atividade física dentro ou fora do ambiente escolar. Os homens foram predominantes para adesão da prática, porém o sexo feminino apresentou um número significativo para adesão da atividade física. Com isso, mostra que o grupo social investigado é engajado com a prática de atividade física, opondo-se com a hipótese desta pesquisa.

Observou-se que os sujeitos tiveram dificuldades para desvendar a diferença sobre os termos atividade física e exercício físico. O primeiro refere-se sobre qualquer movimento que saia da zona de repouso e consuma um determinado gasto energético para atingir benefícios para saúde física e mental, já o exercício físico é reconhecido como uma atividade programada para atingir a melhora na aptidão física e na saúde. Vale enfatizar que durante a aplicação dos instrumentos, realizado pelo pesquisador, foi explicado a diferença entre os dois termos.

Alguns detalhes obtidos da comparação entre os sexos com a adesão da AF como motivação de fatores estéticos apresentaram resultados similares. Esse resultado mostra que o papel da mídia como formadora de opinião se torna como

influenciadora para o estereotípico de um corpo ideal dentro da sociedade que acaba carregando valências positivas em alguns momentos para bons hábitos saudáveis. Entretanto, na literatura apresenta divergências que devem continuar sendo investigadas com relação a obtenção do corpo ideal a qualquer custo utilizando substâncias contraindicadas para o organismo.

Por fim recomenda-se que profissionais de educação física, profissionais da saúde e o envolvimento de políticas públicas que são atrelados à prática de AF para o desenvolvimento de um corpo saudável desenvolvam trabalhos multidisciplinares com intuito de estimular e desenvolver pensamentos favoráveis para adesão a prática de atividade física, pois comportamentos e pensamentos partilhados no meio social tem grande valência de disseminar pensamentos benéficos desse grande objeto que foi investigado “atividade física”. Também se considera necessária a utilização de estratégias de intervenções testadas na área científica para atender os anseios da comunidade, reduzindo o número de jovens que adoecem precocemente devido a má informação sobre os benefícios da atividade física.

Deixo ao término dessa pesquisa, para o leitor a reflexão do tema que é considerado um tema inovador, pois atrela dois conceitos da psicologia “motivação” e “representações sociais” que teve por finalidade descobrir os motivos que movem o indivíduo a aderir à AF, aos colegas profissionais da área enfatizar a importância de estimular os adolescentes para o conhecimento e a execução da AF, e aos pesquisadores a curiosidade de realizar futuras pesquisas que envolvem esses dois assuntos pertinentes à prática de atividade física que envolve o futuro de jovens na sociedade.

REFERÊNCIAS

- ABRIC, C. A abordagem estrutural das representações sociais. In A. S. P. Moreira & D. C. O, **Estudos interdisciplinares de representação social**, p. 27-38, 1998.
- ABRIC, C. Representações sociais: aspectos teóricos. In JC Abric (Ed.), **Social Practices&representations**.p. 15-46, 2011.
- _____. (2003). *Pratiques sociales et représentations*
- AINSWORTH, B. E.; MONTOYE, H. J.; LEON, A. S. Methods of assessing physical activity during leisure and work. In Bouchard, C., Shepard, R., & Stephens, T. *Physical activity, fitness and health: Consensus Statement*. HumanKinetics. Champaign, IL. 1994.
- ALCÂNTARA, H. A magia do futebol. *Estudos avançados*, São Paulo, v. 20, n. 57, p. 297-313, maio 2006.
- ALTERMANN, C. et al. Divulgando Fisiologia na escola: ênfase nos benefícios da atividade física. **Rev. Ciênc. Ext.** v.13, n.1, p.167-175, 2017.
- ALVES, M. P. et al. Motivos que justificam a adesão de adolescentes à prática da natação: qual o espaço ocupado pela saúde?. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, [S.L.], v. 13, n. 6, p. 421-426, dez. 2007.
- APOLINÁRIO, M. R., et al. Fatores motivacionais em uma academia de musculação em São José do Rio Pardo/SP. *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, v. 18, n. 2, p. 101-107. 2019.
- ARO, A.; AGBO, S.; OMOLE, O. Factors influencing regular physical exercise among the elderly in residential care facilities in a South African health district. **Afr J Prim Health Care Fam Med**, v. 10, n. 1, e1-e6, 2018.
- BALBINOTTI, M. A. A. et al. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia (Natal)*, [S.L.], v. 16, n. 1, p. 99-106, abr. 2011.
- BARROS, Nilma Soares; NAIFF, Luciene Alves Miguez. Capacitação para educadores de abrigo de crianças e adolescentes: identificando representações sociais. **Estudos e pesquisas em Psicologia**, v. 15, n. 1, p. 240-259, 2015.
- BARROS, R. R. et al. Manual de Orientação Promoção da AF na Infância e Adolescência. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, v.1, p.1-14, 2017.
- BAUER, W. et al. Parental influences on adolescents' physical activity and sedentary behavior: longitudinal findings from project eat-ii. **Int J of Behavioral Nutrition And Physical Activity**, v. 5, n. 1, p. 12, 2008.

BENEVIDES, A.C. da S.; SOUSA, P.H. de; LIMA, D.L.F.; Representação social de atividade física no contexto da saúde. Coleção Pesquisa em Educação Física, Várzea Paulista, v.19, n.02, p.101-110, 2020. ISSN; 1981-4313.

BENEVIDES, Andréa Cristina da Silva; SOUSA, Pedro Henrique de; BRITO, Moura. SOCIAL REPRESENTATION OF PHYSICAL ACTIVITY IN THE HEALTH CONTEXT. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 19, n. 2, p. 101-110, jan. 2020.

BERTONI, M.; GALINKIN, L. Teoria e métodos em representações sociais. **Notas Teórico-Metodológicas de Pesquisas em Educação: concepções e trajetórias**, p. 101-122, 2017.

BESERRA, E. P. *et al*. Percepção de adolescentes acerca de suas atividades de vida, trabalho e lazer. **Revista Enfermagem Uerj**, [S.L.], v. 23, n. 5, p. 627-632, 26 nov. 2015. Universidade de Estado do Rio de Janeiro.

BRANDÃO, Caio Teixeira; BENEVIDES, Andrea Silva; CAMPOS, Pedro Humberto Faria. Sistemas de Representações Sociais: contribuições para a pesquisa em educação. **Revista Teias**, [S.L.], v. 21, n. 2, p. 167-182, 20 ago. 2020. Universidade de Estado do Rio de Janeiro.

BULL, F. C. *et al*. World Health Organization 2020 guide line son physical activity and sedentary behaviour. **British Journal Of Sports Medicine**, [S.L.], v. 54, n. 24, p. 1451-1462, 25 nov. 2020.

CARMO, Arthur Moreira do. **MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DE FUTEBOL: ESTUDO REALIZADO COM ADOLESCENTES DE 12 A 17 ANOS**. 2018. 31 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2018.

CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E.; CHRISTENSON, G. M. Physicalactivity, exerciseandphysical fitness. **Publichealthreports**, v. 100, n. 2, p. 126, 1985.

CHICATI, Karen Cristina. MOTIVAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO. **Revista de Educação Física/ Uem**, Maringá/ Paraná, v. 11, n. 1, p.97-105, set. 2000.

CID, Luís Filipe. Alteração dos motivos para a prática desportiva das crianças e jovens. **Revista efdeportes**. Buenos Aires, Argentina, ano 8, n. 55, 2002.

Cohen, R.J., Swerdlik, M. E.,&Sturman, E. D. (2014). Métodos de Avaliação da Personalidade. In R.J. Cohen, M. E. Swerdlik& E. D. Sturman. Testagem e avaliação psicológica (pp. 440-488). AMGH.

COPETTI, Jaqueline; NEUTZLING, Marilda Borges; SILVA, Marcelo Cozzensa da. BARREIRAS À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ADOLESCENTES DE UMA CIDADE DO SUL DO BRASIL. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Seropédica, v. 15, n. 2, p. 88-94, set. 2010.

COSSENZA, C.E. Musculação métodos e sistemas. 3.ed. Rio De Janeiro: Sprint, 2001.

COUTO, J. O.; What is the contribution of each physical activity do main to total physicalactivity in adolescents? **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, [S.L.], v. 22, p. 2-10, 2020.

Craig, C. L. et al. International physical activity questionnaire: 12 –country reliability andvalidity. **Medicine andscience in sportsandexercise**, 35, 1381 -1395, (2003).

CRESWELL, J. W. Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto. tradução Magda Lopes. 3^a. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2011.

CUSTÓDIO, I. G. et al. EXERGAMES IN ADOLESCENTS: associa ted factors and possible reduction in sedentary time. **Revista Paulista de Pediatria**, [S.L.], v. 37, n. 4, p. 442-449, dez. 2019.

DAIANEZAWADZKI; FIGUEIREDOSTIEGLER, Nívea de Freitas; FAITARONEBRASILINO, Fabrício. APTIDÃO E ATIVIDADE FÍSICA RELACIONADOS À SAÚDE DE ADOLESCENTESENTRÉ 11 A 14 ANOS. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 13, n. 83, p. 444-453, jun. 2019.

DUMITH, M.; DOMINGUES, L.; GIGANTE, S. Estágio de mudança de comportamento para a prática de atividade física: uma revisão literatura. **RevBrasCineantropom Desempenho Hum**, v. 10, n. 3, p. 301-307, 2008.

EKELUND, U. Moderate to Vigorous Physical Activity and Sedentary Time and Cardiometabolic Risk Factors in Children and Adolescents. **Jama**, v. 307, n. 7, p. 704, 2012.

FARIA, L. O. et al. Motivos para a prática de atividade física de esportes orientados à habilidade: um exemplo do taekwondo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, [S.L.], v. 41, n. 2, p. 198-205, abr. 2019.

FARIAS JÚNIOR, José Cazuza de; LOPES, Adair da Silva; MOTA, Jorge; HALLAL, Pedro Curi. Prática de atividade física e fatores associados em adolescentes no Nordeste do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, [S.L.], v. 46, n. 3, p. 505-515, jun. 2012.

FOLLE, A.; TEIXEIRA, F. A. Motivação de escolares das séries finais do ensino Fundamental nas aulas de educação física. **Rev. Educ. Fís/uem**, v. 23, n. 1, p. 37-44, 2012.

FREEDSON, P.S.; MELANSON, E.; SIRARD, J. Calibration of the Computer Science and Applications, Inc. accelerometer. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, Madison, v.30n.5, p.777-81, 1998.

GONÇALVES, N.; ALCHIERI, O. Adaptação e validação da escala de Motivação à Prática de Atividades Físicas (MPAM-R). **Aval. psicol.**, v. 9, n. 1, p. 128-138, 2010.

GRANERO-GALLEGOS, A. et al. Analysis of motivational profiles of satisfaction and importance of physical education in high school adolescents. **Journal Of Sports Science And Medicine**, Granada, v. 11, n. 1, p. 614-623, fev. 2012.

GUEDES, D. et al. Níveis de prática de AF habitual em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 7, n. 6, p. 187-199, 2001.

GUEDES, D. P.; LOPES, C. C.; GUEDES, J. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 11, n. 2, p. 151-158, 2005.

GUEDES, Dartagnan Pinto; MISSAKA, Marcelo Seiji. Sport participation motives of young Brazilian judo athletes. **Motriz: Revista de Educação Física**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 84-91, mar. 2015.

GUIMARÃES, S. É. R.; BORUCHOVITCH, E. O Estilo Motivacional do Professor e a Motivação Intrínseca dos Estudantes: Uma perspectiva da Teoria da Autodeterminação. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 17, n. 2, p. 143-150, 2004.

GUTHOLD, R. et al. Globaltrends in insufficient physical activity among adolescents: a pooledanalysisof 298 population-basedsurveyswith 1·6 millionparticipants. **The Lancet Child&Adolescent Health**, [S.L.], v. 4, n. 1, p. 23-35, jan. 2020.

HAYES, G. et al. TrackingofPhysicalActivityandSedentaryBehaviorFromAdolescenceto Young Adulthood: a systematicliteraturereview. **Journal Of Adolescent Health**, [S.L.], v. 65, n. 4, p. 446-454, out. 2019. Elsevier BV.

HENSLEY, L. D.; AINSWORTH, B. E.; ANSORGE, C. J. Assessmentofphysicalactivity – professionalaccountability in promotingactivelifestyles. **JournalofPhysicalEducation, Recreation& Dance**, v. 64, n. 1, p. 56-64, 1993.

JESUS, Veríssimo Santos de et al. REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DA ATIVIDADE FÍSICA: UM ESTUDO COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO EM UM MUNICÍPIO DO SUDOESTE BAIANO. **Revista da Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 1, n. 1, p. 1-17, dez. 2020.

JODELET, D. Representações sociais: Um domínio em expansão. In JODELET (Ed.). **As representações sociais**. Rio de Janeiro, RJ: Editora da UERJ, p. 17-44, 2001.

JONES, R. A. et al. Tracking Physical Activity and Sedentary Behavior in Childhood. **American Journal Of Preventive Medicine**, [S.L.], v. 44, n. 6, p. 651-658, jun. 2013. Elsevier BV.

JÚNIOR, F. et al..Physical activity practice and associated factors in adolescents in Northeastern Brazil. **Rev Saúde Pública**, Paraíba, v. 3, n. 46, p. 506-515, out. 2011.

KISSLER, D. (2015). Educação Física Escolar e o Sedentarismo [Unpublished Completion of Under graduate Course Work]. Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

KONDRIČ, M. et al. Participation Motivation and Student's Physical Activity among Sport Students in Three Countries. **Journal Of Sports Science And Medicine**, Alemanha, v. 12, n. 8, p. 10-18, jan. 2013.

KOWALSKI, K. C.; CROCKER, P. R.; DONEN, R. M.; HONOURS, B. The physical activity questionnaire for older children (PAQ-C) and adolescents (PAQ-A) manual. **College of Kinesiology, University of Saskatchewan**, v. 87, n. 1, p. 1-38, 2004.

KRISKA, A. M.; CASPERSEN, C. J. Introduction to a collection of physical activity questionnaires. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 129, n. 6, p. S5-S9, 1997.

KRUG, Hugo Norberto; KRUG, Marilia de Rosso; KRUG, Rodrigo de Rosso. A TRAJETÓRIA DA REVISTA BIOMOTRIZ. **Revista Biomotriz**, Cruz Alta, v. 14, n. 1, p. 76-85, maio 2020.

LETTNIN, C. C. *Esporte escolar: razão e significados*. 2005. 154 f. Dissertação (Mestrado em Teoria e Prática Pedagógica em Educação Física) - Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005.

LIZ, C. M. et al. FATORES ASSOCIADOS À DISMORFIA MUSCULAR EM PRATICANTES DE TREINAMENTO DE FORÇA EM ACADEMIAS: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, [S.L.], v. 26, n. 1, p. 200, 20 jun. 2018..

LORES, A. P. et al. Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. **Apunts. Educación física y deportes**, v. 2, n. 76, p. 13-21, 2004.

MACAGNAN, Leandro del Giudice; BETTI, Mauro. Futebol: representações e práticas de escolares do ensino fundamental. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S.L.], v. 28, n. 2, p. 315-327, abr. 2014.

MACIEL, Marcos Gonçalves; ANDRADE, Douglas Roque; UVINHA, Ricardo Ricci. INTERFACES ENTRE LAZER E SAÚDE: PERCEPÇÕES DE MEMBROS DE ASSOCIAÇÕES TEMÁTICAS DE PESQUISA NO BRASIL. **Revista Brasileira de Estudo do Lazer**, [s. l.], v. 9, n. 3, p. 16-33, set. 2022.

MAGGIL, R. A *aprendizagem motora*: conceitos e aplicações. São Paulo: Edgard Blucher, 1984.

MAGILL, R. A. *Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações*. São Paulo: Edgard Blücher. 1984.

Markland, D., & Hardy, L. (1993). The exercise motivations inventory: Preliminary development and validity of a measure of individuals' reasons for participation in regular physical exercise. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 289-296.

MARQUES, Adilson; ANDRÉ, Joana. AVALIAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA: MÉTODOS E IMPLICAÇÕES PRÁTICAS. **Boletim Spef**, Lisboa, v. 38, n. 8, p. 67-75, jul. 2014.

MATIAS, T. S. et al. HÁBITOS DE ATIVIDADE FÍSICA E LAZER DE ADOLESCENTES. **Pensar A Prática**, [S.L.], v. 15, n. 3, p. 637-651, 1 out. 2012.

MATIAS, T.; ANDRADE, A.; MANFRIN, J. Esportes de aventura versus exercícios e esportes: considerações sobre as regulações motivacionais de adolescentes. **PensarPrática**, v. 21, n. 4, p. 836-844, 2018.

MATIAS, Wagner Barbosa; ROCHA, Cintia Csucsuly; MASCARENHAS, Fernando. ATIVIDADES FÍSICAS E ESPORTIVAS NO BRASIL E ESPANHA:ANÁLISE COMPARADA. **Corpoconsciência**, Cuiabá-Mt, v. 24, n. 2, p. 42-56, ago. 2020.

MELANSSON, E.L.; FREEDSON, P.S. Physicalactivityassessment: A reviewofmethods. **Critical Reviews in Food Science and Nutrition**, v. 36, n. 5, p. 385-396, 1996.

MELO-MARINS, D. et al. TERMORREGULAÇÃO E EQUILÍBRIO HÍDRICO NO EXERCÍCIO: aspectos atuais e recomendações. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, [S.L.], v. 25, n. 3, p. 181, 21 set. 2017. Universidade Catolica de Brasilia.

Minayo, M. C. D. S. (1995). O conceito de representações sociais dentro da sociologia clássica. **Textos em representações sociais**, 2, 89-111.

MIRANDA, R. F. et al. REPRESENTAÇÃO CORPORAL ENTRE JOVENS UNIVERSITÁRIOS: beleza, saúde e insatisfação na vivência de um corpo-vitrine. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, [S.L.], v. 6, n. 4, p. 258-269, 30 nov. 2017. Escola Bahiana de Medicina e Saude Publica.

MORAL-CAMPILLO, Luna; REIGAL-GARRIDO, Rafael E.; HERNÁNDEZ-MENDO, Antonio. Actividad física, funcionamiento cognitivo y psicosocialen una muestrapreadolescente. **Revista de Psicología del Deporte/JournalOf Sport Psychology**, Almería, v. 29, n. 1, p. 123-132, 2020.

Moscovici, S. (1978). A representação social da psicanálise. Trad. de Álvaro Cabral. Zahar. _____.(2001). Das representações coletivas às representações sociais: elementos para uma história. As representações sociais. Rio de Janeiro: EDUERJ, 45-66.

Moscovici, S. (2003). *Representações sociais: investigações em Psicologia Social*. Petrópolis, RJ: Vozes.

MOSCOVICI, S. A psicanálise, sua imagem e seu público. Petrópolis: Vozes, v. 1961, 2012.

MOSCOVICI, S. La psychanalyse: son image et son public. Paris: PUF, 1976. Conforme impressão de 1961.

MOUTÃO, J. Motivação para a prática de exercício físico: estudo dos motivos para a prática de actividades de fitness em ginásios. 2005. 167f. Dissertação (Mestrado) - Psicología do desporto e do exercício, Universidade de Trás-os-montes e Alto Douro, Vila Real, 2005.

NAHAS, M.V. Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 4.ed. Londrina: Midiograf, 2006.

NAIFF, Luciene Alves Miguez; NAIFF, Denis Giovani Monteiro. EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS EM UMA ANÁLISE PSICOSSOCIAL: REPRESENTAÇÕES E PRÁTICAS SOCIAIS. **Psicologia & Sociedade**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 20, p. 402-407, ago. 2008.

NAIFF, Luciene Alves Miguez; NAIFF, Denis Monteiro. Repetência e abandono no ensino público regular: representações sociais da produção do fracasso escolar. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, [S.L.], v. 14, n. 1, p. 1-23, 2021.

NAKAMURA, M. et al. Educação física escolar, atividade desportiva e atividade física total em adolescentes. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, [S.L.], v. 15, n. 5, p. 518-526, 2013.

Nery, A. A. et al. (2009). Concepção de saúde: visão de adolescentes do ensino fundamental de um município da Bahia. **RevSaude**. Com, 5(1), 17-30. Disponível em: <http://www.uesb.br/revista/rsc/v5/v5n1a03.pdf> Acesso em: 03 abr 2020.

NETTO, Viviane Peixoto de Castro. Motivação dos idosos do projeto em movimento para a prática de exercícios físicos. **Inter. Journ. Phys. Educ**, 2021

NETTO, Viviane Peixoto de Castro. Motivação dos idosos do projeto em movimento para a prática de exercícios físicos. **Inter. Journ. Phys. Educ**, 2021

NOGUEIRA, V. M. R. Bem-estar, bem-estar social ou qualidade de vida: a reconstrução de um conceito. Semina: Ciências Sociais e Humanas, [s.l.], v. 23, n. 1, p.107-122, 2002.

OLIVEIRA, D. et al. Análise das evocações livres: uma técnica de análise estrutural das representações sociais. In: MOREIRA, A. S. P. et al (Org.). **Perspectivas teórico-metodológicas em representações sociais**. João Pessoa: UFPB, 2005. p. 573-603.

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

PASSOS-SANTOS, João Paulo dos; RECH, Cassiano Ricardo. Motivos à prática no esporte escolar em adolescentes. **Horizontes - Revista de Educação**, [S.L.], v. 5, n. 10, p. 101-113, 31 dez. 2017. Universidade Federal de Grande Dourados.

PAULA, C. F. C.; et al. Estudo comparativo da motivação entre atletas amadores universitários e não universitários de rugby. **Rev Biomotriz**, v. 13, n. 4, p. 55-65. 2019

PONTES, Rebeca M.; DARIN, Ticianne G. R.. Avaliação do Engajamento do Usuário em jogos digitais: Comparando dados autorreportados e psicofisiológicos. In: **WORKSHOP DE TESES E DISSERTAÇÕES - SIMPÓSIO BRASILEIRO DE FATORES HUMANOS EM SISTEMAS COMPUTACIONAIS (IHC)**, 21. , 2022,

Diamantina. Anais [...]. Porto Alegre: Sociedade Brasileira de Computação, 2022 .p. 210-218.

Rateau, P. et al. (2012). Teoria da representação social. In P. Van Lange, A. W. Kroglanski, & E. T. Higgins (Orgs.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 477-497, v. 2). London: Sage.

RIDLEY, K.; AINSWORTH, B. E.; OLDS, T. S. Development of a compendium of energy expenditures for youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 5, n. 1, p. 1-8, 2008.

ROCHA, Luis Fernando. Teoria das representações sociais: a ruptura de paradigmas das correntes clássicas das teorias psicológicas. *Psicologia: Ciência e Profissão*, [S.L.], v. 34, n. 1, p. 46-65, mar. 2014.

Ryan R. M., & Deci E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness* (Guildford Press, Ed.).

RYAN, M.; DECI, L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, American, v. 55, n. 1, p. 68-78, 2000.

Sá CP. Núcleo central das representações sociais. Petrópolis: **Editora Vozes**; 2002.

SANTOS, Elaine Matias dos; ROCHA, Mikele Miranda Santos; DIAS, Thamires de Oliveira. OBESIDADE INFANTIL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A OBESIDADE NA INFÂNCIA. *Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física*, Vitória, v. 9, n. 1, p. 57-62, set. 2020.

SANTOS, J.; SERRA, H.; PEREIRA, S. Compreensão de estudantes do ensino médio sobre sedentarismo, nível de atividade física e exposição a comportamentos sedentários. *Revista Thema*, v. 16, n. 4, p. 818-831, 2020.

Serpa, S. (2017). Mente, Desporto e Performance: O Fator Psi. *Visão & Contextos SERRANO-SÁNCHEZ, J. A. et al.* Domain and intensity of physical activity are associated with metabolics syndrome: a population-based study. *PlosOne*, [S.L.], v. 14, n. 7, p. 1-17, 17 jul. 2019.

SILVA, A. J. et al. CORRELATION AMONG PERSONAL PARAMETERS AND PRACTICE OF EXERCISE WITH FACTORS RELATED TO MOTIVATION FOR PHYSICAL ACTIVITY PRACTICE. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, Várzea Paulista, v. 15, n. 3, p. 51-58, maio 2016.

SILVA, H. G. et al. Diagnosing the nutritional status of schoolchildren: a comparison between Brazilian and international criteria. *Jornal de Pediatria*, [S.L.], v. 84, n. 6, p. 550-555, 3 dez. 2008.

SILVEIRA, V. S. et al. Fatores motivacionais para adesão e permanência na prática do futebol de jovens jogadores. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, São Paulo, v. 12, n. 49, p. 346-353, dez. 2020.

SIRARD, J. R., & PATE, R. R. Physical activity assessment in children and adolescents. **Sports medicine**, v. 31, n. 6, p. 439-454, 2001.

Soares, C. (2017). A motivação para a prática de exercício e os resultados escolares dos alunos do 3º ciclo e secundário do Colégio Atlântico. Instituto Piaget.

SOUZA, A. R. et al. MOTIVAÇÃO À PRÁTICA DE FUTEBOL: praticantes amadores da modalidade. **Revista Científica Fagoc Multidisciplinar**, Minas Gerais, v. 4, n. 2, p. 101-108, jul. 2019.

TODOROV, João Cláudio; MOREIRA, Márcio Borges. The ConceptofMotivation in Psychology. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, [s. l.], v. 7, n. 8, p. 119-132, jun. 2005.

TREASURE, D.; ROBERTS, G. Students' Perceptions of the motivational climate, achievement beliefs, and satisfaction in physical education. **ResearchQuarterly for Exerciseand Sport**, n. 72, p. 165-175, 2001.

TREMBLAY, M. S. et al. SedentaryBehaviorResearch Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. **International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity**, [S.L.], v. 14, n. 1, p. 1-17, 10 jun. 2017.

TURI, B. C. et al. Caminhada e gastos com saúde em adultos usuários do sistema público de saúde brasileiro: estudo transversal retrospectivo. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 20, n. 11, p. 3561-3568, nov. 2015.

Vergès, P. (1992). L"évocation de l"argent: une méthode pour la définition d'un moyen central de la représentation. *Bulletin de Psychologie*, 45, 203-209. Vergès, P. (2005). Os questionários para análise das representações sociais. In A. S. P. Moreira, B. V. Camargo, J. C. Jesuíno, & S. M. Nóbrega (Eds.), *Perspectivas teórico-metodológicas em representações sociais* (pp. 201-228). João Pessoa, PB: Editora da Universidade Federal da Paraíba.

VIANNA, José Antonio; LOVISOLLO, Hugo Rodolfo. A inclusão social através do esporte: a percepção dos educadores. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S.L.], v. 25, n. 2, p. 285-296, jun. 2011.

WACHELKE, João; WOLTER, Rafael. Critérios de construção e relato da análise prototípica para representações sociais. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, [S.L.], v. 27, n. 4, p. 521-526, dez. 2011. FapUNIFESP (SciELO).

WACLAWOVSKY, Aline Josiane; SANTOS, Eduarda Bitencourt dos; SCHUCH, Felipe Barreto. Atividade física e saúde mental durante a pandemia da COVID-19: uma revisão rápida de estudos epidemiológicos brasileiros. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, [S.L.], v. 23, n. 1, p. 143-155, 2021.

WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

WERNECK, A. O. *et al.* Association of parents' physical activity and weight status with obesity and metabolic risk of their offspring. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 2, p. 783-792, fev. 2022.

WHO. World Health Organization. WHO guide line son physical activity, sedentary behaviour [Internet]. 2020. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>.

WOLTER, Rafael P.; WACHELKE, João; NAIFF, Denis. A abordagem estrutural das representações sociais e o modelo dos esquemas cognitivos de base: perspectivas teóricas e utilização empírica. **Temas em Psicologia**, [S.L.], v. 24, n. 3, p. 1139-1152, 2016. Associação Brasileira de Psicologia.

ZAFFALON JÚNIOR, José Roberto; OLIVEIRA, Rosane Bezerra; BULHÕES, Vanessa de Souza. Avaliação e comparação do nível de atividade física entre escolares de 11 a 14 anos de idade. **Ciência em Movimento**, [S.L.], v. 22, n. 44, p. 55-65, 4 mar. 2021. Instituto Porto Alegre da Igreja Metodista.

ZANUZO, Késia; NISHIYAMA, Márcia Fernandes; CAMARA, Franciele Aparecida de Oliveira. Perfil alimentar, estado nutricional e prática de atividade física em adolescentes residentes em áreas urbana e rural: um estudo comparativo. **Biosaúde**, Paraná, v. 23, n. 2, p. 57-71, mar. 2023

ANEXO

Anexo 1 – Carta de anuênci

CARTA DE ANUÊNCIA PARA AUTORIZAÇÃO DE PESQUISA

Ilmo. (a). Responsável desta instituição,

Solicitamos autorização institucional para realização da pesquisa intitulada **“Motivação e representações sociais à prática de atividade física de estudantes de um colégio técnico agrícola”** a ser realizada na Instituição Escolar deste Município, atrelado pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGPSI - UFRRJ), da Universidade da Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), por nível de Mestrado, sob a supervisão do Prof. Dr.º Denis Giovani Monteiro Naiff (Orientador PPGPSI-UFRRJ). O objetivo será identificar os fatores motivacionais e as representações sociais de estudantes de curso técnico agrícola à prática de atividade física de esporte e lazer.

Para podermos desenvolver os procedimentos metodológicos desta pesquisa, necessitamos ter acesso às dependências da Instituição Escolar, onde será realizado o trabalho de campo. Os procedimentos metodológicos que transcorrerão no interior da escola contemplam a aplicação de questionários aos alunos.

Torna-se importante esclarecer que o trabalho de campo será realizado mediante consentimento e assentimento de alunos e seus responsáveis, no âmbito da disciplina de Educação Física. Além disso, os procedimentos previstos não requerem em momento algum a alteração da rotina escolar, sendo os mesmos desenvolvidos apenas no horário de aula da disciplina de Educação Física. Os procedimentos em questão serão conduzidos por mim e por fim corroboro a responsabilidade durante a aplicação da pesquisa. Os dados recolhidos estarão salvaguardados pelo anonimato dos participantes, que não serão identificados em nenhuma das fases de desenvolvimento desta pesquisa.

Assim exposto, venho solicitar que V.S.ª digne a autorizar a realização destes procedimentos metodológicos previstos na pesquisa no interior das Instituições Escolares deste Município.

Sendo o que cumpre para o momento, agradeço a atenção dispensada, ao mesmo tempo em que me coloco à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessária.

Seropédica, _____ de _____ de 20_____.

Orientador (PPGSSI - UFRRJ)

Leonardo da Silva Santos

Mestrando/Pesquisador (PPGSSI-UFRRJ)

Matrícula nº 20211010441

Data: _____, ____ de _____ de 20____.

Concordamos com a solicitação. Não concordamos com a solicitação.

Responsável pela Anuência

Assinatura e Carimbo Institucional

Anexo 2 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa vinculada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGPSI-UFRRJ). Os instrumentos a serem utilizados nesta pesquisa é a Escala de Motivação à Prática de Atividades Físicas e a Evocação Livre de Palavras. Após ser **esclarecido** (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento. Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Estudo: Motivação e representações sociais à prática de atividade física de estudantes de um colégio técnico agrícola.

Pesquisadores Responsáveis: Denis Giovani Monteiro Naiff (Prof.º Dr.º - UFRRJ) e Leonardo da Silva Santos (Mestrando - UFRRJ). Telefone (s): (21) 966181665 / (21) 959060171 - Telefones p/ contato da UFRRJ: (21) 37833982 / (21) 26821841

♦ Descrição da pesquisa, objetivos, detalhamento dos procedimentos metodológicos: A pesquisa visa analisar os níveis de motivação e a representação social do grupo em relação à prática da atividade física, os quais fornecerão pistas sobre as condições que motivam os escolares para a adesão da prática de atividade física. Após a aplicação do questionário, os dados serão tabulados e tratados estatisticamente. Sendo assim, serão analisados os níveis de motivação dos alunos e também será estabelecida a representação do núcleo central que o grupo investigado pensa com relação ao objeto da prática de atividade física. Em nenhuma hipótese haverá identificação dos respondentes.

♦ Benefícios decorrentes da participação na pesquisa: Conhecendo os fatores que potencializam e/ou restringem a motivação nas aulas, será possível intervir na realidade de forma a esclarecer os professores de educação física sobre as condições que facilitam o envolvimento dos escolares na prática das diversas atividades desenvolvidas nas aulas de educação física.

♦ Riscos e condutas decorrentes da participação da pesquisa: Não se prevê risco e/ou prejuízos explícitos aos participantes em razão dos procedimentos da pesquisa e nem possibilidades de danos imediatos ou posteriores, no plano individual ou coletivo, salvo aqueles julgados como subjetivos, mas que se apresentam como mínimos, isto é, o indivíduo pode se sentir embaraçado em responder algumas

questões do questionário ou na obrigação de participar da entrevista, porque seus pares aceitaram fazer parte da pesquisa. Por isso, aos participantes, será oferecido o acompanhamento do pesquisador e/ou de colaboradores para que os auxiliem, de modo a garantir a compreensão adequada das perguntas e o esclarecimento de possíveis dúvidas decorrentes do preenchimento das questões. Além disso, será garantido que suas respostas estarão salvaguardadas em anonimato e que não sofrerão nenhuma punição por assinalar suas opiniões nas respostas.

♦ Período de participação, sigilo e consentimento: A participação ocorrerá apenas e exclusivamente no ambiente escolar. O tempo de duração para o preenchimento dos questionários será de aproximadamente 30 a 40 minutos. Será garantido total sigilo dos participantes e em nenhuma circunstância serão divulgados nomes durante o desenvolvimento ou publicação da pesquisa. O estudante terá, a qualquer tempo, liberdade de retirar o **consentimento**, sem qualquer prejuízo pessoal. Não haverá qualquer benefício financeiro em razão da participação nesta pesquisa.

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, abaixo assinado, concordo em participar do estudo descrito acima, como sujeito. Fui devidamente informado e **esclarecido** pelo pesquisador sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu **consentimento** a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Local e data _____, _____ de _____ de 20____.

Assinatura: _____

Observações complementares:

Se desejar receber os resultados desta pesquisa, forneça seu e-mail ou telefone

E-mail _____ Telefone: _____.

TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa vinculada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGPSI-UFRRJ). Os instrumentos a serem utilizados nesta pesquisa é a Escala de Motivação à Prática de Atividades Físicas e a Evocação Livre de Palavras. Após ser **esclarecido** (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento. Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Estudo: Motivação e representações sociais a prática de atividade física de estudantes de um colégio técnico agrícola.

Pesquisadores Responsáveis: Denis Giovani Monteiro Naiff (Prof.º Dr.º - UFRRJ) e Leonardo da Silva Santos (Mestrando - UFRRJ). Telefone (s): (21) 966181665 / (21) 959060171 - Telefones p/ contato da UFRRJ: (21) 37833982 / (21) 26821841

♦ Descrição da pesquisa, objetivos, detalhamento dos procedimentos metodológicos: A pesquisa visa analisar os níveis de motivação e a representação social do grupo em relação à prática da atividade física, os quais fornecerão pistas sobre as condições que motivam os escolares para a adesão da prática de atividade física. Após a aplicação do questionário, os dados serão tabulados e tratados estatisticamente. Sendo assim, serão analisados os níveis de motivação dos alunos e também será estabelecida a representação do núcleo central que o grupo investigado pensa com relação ao objeto da prática de atividade física. Em nenhuma hipótese haverá identificação dos respondentes.

♦ Benefícios decorrentes da participação na pesquisa: Conhecendo os fatores que potencializam e/ou restringem a motivação nas aulas, será possível intervir na realidade de forma a esclarecer os professores de educação física sobre as condições que facilitam o envolvimento dos escolares na prática das diversas atividades desenvolvidas nas aulas de educação física.

♦ Riscos e condutas decorrentes da participação da pesquisa: Não se prevê risco e/ou prejuízos explícitos aos participantes em razão dos procedimentos da pesquisa e nem possibilidades de danos imediatos ou posteriores, no plano individual ou coletivo, salvo aqueles julgados como subjetivos, mas que se apresentam como mínimos, isto é, o indivíduo pode se sentir embaraçado em responder algumas questões do questionário ou na obrigação de participar da entrevista porque seus

pares aceitaram fazer parte da pesquisa. Por isso, aos participantes será oferecido o acompanhamento do pesquisador e/ou de colaboradores para que os auxiliem, de modo a garantir a compreensão adequada das perguntas e o esclarecimento de possíveis dúvidas decorrentes do preenchimento das questões. Além disso, será garantido que suas respostas estarão salvaguardadas em anonimato e que não sofrerão nenhuma punição por assinalar suas opiniões nas respostas.

♦ Período de participação, sigilo e consentimento: A participação ocorrerá apenas e exclusivamente no ambiente escolar. O tempo de duração para o preenchimento dos questionários será de aproximadamente 30 a 40 minutos. Será garantido total sigilo dos participantes e em nenhuma circunstância serão divulgados nomes durante o desenvolvimento ou publicação da pesquisa. O estudante terá, a qualquer tempo, liberdade de retirar o **consentimento**, sem qualquer prejuízo pessoal. Não haverá qualquer benefício financeiro em razão da participação nesta pesquisa.

ASSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DO RESPONSÁVEL DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, portador (a) do número da Carteira de Identidade (RG) _____, autorizo o menor _____ sob a minha responsabilidade a participar do estudo descrito acima, como sujeito. Fui devidamente informado e **esclarecido** pelo pesquisador sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios desta participação. Foi-me garantido que posso retirar meu **assentimento** a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Local e data _____, _____ de _____ de 20____.

Assinatura: _____

Observações complementares:

Se desejar receber os resultados desta pesquisa, forneça seu e-mail ou telefone

E-mail: _____ Telefone: _____.

Anexo 3 - Questionário de Informações Gerais

Questionário de Informações Gerais

1. Idade: _____

2. Sexo: (1) Masculino (2) Feminino

3. Nível de escolaridade

() 1º ano do ensino médio.

() 2º ano do ensino médio.

() 3º ano do ensino médio.

4. Pratica atividade física fora da escola?

(1) sim (2) não

Se pratica,

Qual? _____

Com que frequência?

(1) 1x por semana. (2) 2 a 3x por semana.

(3) 4 a 6x por semana. (4) todos os dias.

Qual a duração?

(1) abaixo de 20 minutos. (2) 20 a 30 minutos. (3) mais de 30 minutos.

5. A quanto tempo pratica atividade física e ou esportiva:

() menos de 6 meses.

() 6 meses a 1 ano.

() 1 ano e um mês a 3 anos.

() 3 anos e um mês a 6 anos.

() 6 anos e um mês a 9 anos.

() Acima de 9 anos e um mês.

Evocação Livre de Palavras

Escreva 05 (cinco) palavras que vêm imediatamente à sua mente ao ouvir a palavra “Atividade Física”.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Anexo 4 – Escala de Motivação MPAM-R
UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
CURSO DE MESTRADO EM PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO-SENSU

INSTRUÇÕES: Segue abaixo uma lista de razões para as pessoas se engajarem em atividades físicas. Tendo em vista sua(s) atividade(s) física(s) atualmente, responda o quanto você concorda com cada afirmação, utilizando a escala abaixo:

1 Discordo totalment e	2 Discordo	3 Discordo em parte	4 Nem discordo nem concordo	5 Concordo em parte	6 Concordo	7 Concordo totalmente
---------------------------------	---------------	---------------------------	---	---------------------------	---------------	-----------------------------

PRATICO ATIVIDADE FÍSICA...

1. ____ Porque quero ser fisicamente saudável.
2. ____ Porque é divertido.
3. ____ Porque gosto de engajar-me em atividades que me desafiam fisicamente.
4. ____ Para adquirir novas habilidades físicas.
5. ____ Porque quero perder ou manter o peso e me sentir melhor.
6. ____ Para estar com meus amigos.
7. ____ Porque gosto de praticar essa atividade.
8. ____ Para melhorar as habilidades físicas que já posso.
9. ____ Porque gosto do desafio.
10. ____ Para definir os músculos e ter boa aparência.
11. ____ Porque essa atividade me faz feliz.
12. ____ Para manter meu nível de habilidade atual.
13. ____ Para ter mais energia.
14. ____ Porque gosto das atividades que são desafiadoras.
15. ____ Para estar com pessoas que estão interessadas nessa atividade.
16. ____ Porque quero melhorar minha condição cardiovascular.
17. ____ Para melhorar minha aparência.
18. ____ Porque acho interessante.

19. ___Porque quero manter minha resistência física e viver com saúde.
20. ___Porque quero ser atraente para os outros.
21. ___Porque quero conhecer pessoas novas.
22. ___Porque me sinto bem realizando essa atividade.
23. ___Para manter minha saúde e bem-estar.
24. ___Para melhorar minha forma física.
25. ___Para ser cada vez melhor nessa atividade.
26. ___Porque acho essa atividade estimulante.
27. ___Porque se não fizer, não me sentirei atraente.
28. ___Porque meus amigos pedem que eu pratique.
29. ___Porque gosto do estímulo que essa atividade produz.
30. ___Porque gosto do tempo que passo realizando atividades com os outros.