

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

OTÁVIO DIDIER BULGARELLI

Estudo Exploratório das Tendências
Motivacionais em atletas na Volta
Ciclística Internacional do Estado
de São Paulo de 2008

Campinas
2008

OTAVIO DIDIER BULGARELLI

Estudo Exploratório das Tendências
Motivacionais em atletas na Volta
Ciclística Internacional do Estado
de São Paulo de 2008

Trabalho de Conclusão de Curso
(Graduação) apresentado à
Faculdade de Educação Física da
Universidade Estadual de Campinas
para obtenção do título de Bacharel
em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Ademir De Marco

Campinas
2008

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA
PELA BIBLIOTECA FEF – UNICAMP**

B871e Bulgarelli, Otavio Didier..
Estudo exploratório das tendências motivacionais em atletas na Volta
Ciclística Internacional do Estado de São Paulo de 2008 / Otavio Didier
Bulgarelli. – Campinas, SP: [s.n.], 2008.

Orientador: Ademir De Marco.
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Faculdade de
Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.

1. Fatores psicológicos. 2. Eventos ambientais. 3. Motivação. 4.
Ciclismo. 5. Psicologia. 6. Esportes. I. De Marco, Ademir. II. Universidade
Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.

asm/fef

OTAVIO DIDIER BULGARELLI

Estudo Exploratório das Tendências
Motivacionais em atletas na Volta Ciclística
Internacional do Estado de São Paulo de
2008

Este exemplar corresponde à
redação final do Trabalho de
Conclusão de Curso (Graduação)
defendido por **Otávio Didier
Bulgarelli** e aprovado pela
Comissão julgadora em: 03/12/2008

**Prof. Dr. Ademir De Marco
Orientador**

**Prof. Dr. Pedro José Winterstein
Banca Examinadora**

Campinas
2008

Dedicatória

Dedico este trabalho única e exclusivamente a minha mãe, Marina, que sempre me incentivou muito a concluir esse curso, e mesmo não estando de presença física para acompanhar esse momento, tenho certeza que esta muito orgulhosa com mais essa etapa cumprida da minha vida.

Agradecimentos

Agradeço novamente minha mãe, pelo incentivo e todo apoio que me deu para concluir esse curso, agradeço a Deus por me dar saúde, agradeço também meu pai, Clerson, que sempre me acompanhou e me ajudou em todos os momentos da minha vida, e a todas as pessoas envolvidas que me ajudaram de alguma maneira a concluir essa monografia, em especial meu orientador De Marco que ajudou em diversas maneiras para que eu conseguisse conciliar as competições com as obrigações acadêmicas.

BULGARELLI, Otávio. Estudo Exploratório das Tendências Motivacionais em atletas na Volta Ciclística Internacional do Estado de São Paulo de 2008. 60f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

RESUMO

O Brasil há muito tempo vem se consolidando como um país altamente esportivo, ainda que não tenhamos resultados expressivos na maioria das modalidades, o fato é que atualmente vários esportes vêm aumentando o número de seus praticantes, o interesse da mídia e do público em geral. Este quadro pode ser exemplificado com o vôlei, handebol, tênis, badminton, triathlon, futsal, futebol feminino, ginástica e com o ciclismo. Diante desta realidade e pelo fato de praticar esta última modalidade de forma competitiva fazendo parte da seleção brasileira de ciclismo e também pela exigência da elaboração de uma monografia para concluir o curso de graduação em Educação Física, surgiu o interesse, juntamente com o orientador, para realizar esta pesquisa que visou analisar as tendências da motivação de atletas para participarem de provas ciclísticas. Este esporte requer uma estrutura de equipe, a qual além de apresentar as características essenciais para a formação de um grupo unido e consciente de suas metas, exige ao mesmo tempo disposição e energia física por parte dos atletas, além de requerer a convivência e relacionamentos psicológicos harmoniosos que motivem todos os atletas. Assim sendo, o estudo mostra a história do ciclismo, como surgiu a bicicleta e este esporte, destaca as grandes competições da atualidade, apresenta ainda um breve relato da carreira ciclística do autor desta pesquisa. Definimos para esta pesquisa os objetivos de investigar as tendências da motivação nos atletas participantes, os melhores resultados desses atletas obtidos em provas ciclísticas e alguns motivos de desistência, dos ciclistas avaliados, em provas passadas. Esta pesquisa caracterizou-se como sendo um estudo exploratório onde foram aplicados três questionários, o TEOSQ, o PCSQ e um com informações gerais de cada ciclista participante. Os dados foram analisados, tabulados e foi utilizada a correlação de Pearson, a partir disso, pudemos concluir que os atletas avaliados tiveram uma tendência maior para a orientação para Tarefa, esses atletas ainda se correlacionaram com os Fatores Externos, Habilidades e Esforço, e atletas de melhores resultados internacionais tiveram uma correlação maior em relação às desistências em provas ciclísticas.

Palavras-Chave: Fatores Psicológicos, Eventos Ambientais, Motivação; Tendências Motivacionais; Ciclismo; Psicologia Esportiva

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Chegada 5ª etapa Volta Ciclistica de São Paulo Correio Popular – Leandro Bittar	14
Figura 2	Competição Paris Tours 2007 – Graham Watson	16
Figura 3	O “Celerífero” do Conde Sivrac	17
Figura 4	O velocípede “Rebaptisé”	19
Figura 5	Evolução da Bicicleta com indicação dos anos	21

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Correlação de Pearson entre as tendências de motivação para a tarefa e as variáveis de estudo analisadas (MRI, Var.MOT2, Var.MOT3, Var.MOT4, Var.MOT5, Var.MOT6, TAREFA, ESFORÇO, FATEXT e HABILIDA)	41
Tabela 2	Correlação de Pearson entre as tendências (TAREFA, Var.Mot5, ESFORÇO, FATEXT e HABILIDAD).	42
Tabela 3	Correlação de Pearson entre as tendências (Var.Mot2, Var.Mot3, FATEXT)	42
Tabela 4	Correlação de Pearson entre as tendências (Var.Mot4, Var.Mot3)	43

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

UCI	União Ciclística Internacional
FEF	Faculdade de Educação Física
UNICAMP	Universidade Estadual de Campinas
CBC	Confederação Brasileira de Ciclismo
TCL	Termo de Consentimento Livre Esclarecido
SPSS	Statistical Package for the Social Science
TEOSQ	Questionário de Esporte na Orientação para o Ego e para a Tarefa
PCSQ	Questionário da Percepção da Competência no Esporte

SUMÁRIO

1 Introdução	13
2 Revisão da Literatura	17
3 Metodologia	33
4 Análise dos Resultados	40
5 Considerações Finais	49
6 Referencias Bibliográficas	50
7 Anexos	53
8 Apêndices	59

1 Introdução

O interesse pelo estudo das tendências motivacionais e eventos ambientais na modalidade esportiva, em especial o ciclismo, deu-se primeiramente por eu ser um atleta da modalidade há quase 10 anos, participando de campeonatos nacionais e internacionais, pela admiração que tenho pelo esporte em si, e também pelo fato de entender que, apesar de seu crescente desenvolvimento no âmbito nacional, esta modalidade ainda não é explorada cientificamente como poderia ser.

Apesar da supremacia do futebol, as modalidades esportivas no Brasil vêm conquistando seu espaço, em especial o ciclismo, que tem despertado atenção nacional e até mesmo internacional de adeptos e admiradores. Sabendo que o esporte vem ganhando força no Brasil, e que o ciclismo tem sido apontado como uma modalidade de destaque, considero de grande importância desenvolver um estudo científico a este respeito, pelo fato de esta prática esportiva ainda não ter sido muito discutida por estudiosos brasileiros.

Este esporte requerer uma estrutura de equipe, na qual deve haver uma união grupal, além da exigência de disposição de energia por parte dos atletas, estes devem relacionar-se da maneira mais harmoniosa possível para obterem as metas traçadas pelo técnico para a equipe nas diversas competições disputadas. Neste sentido, entendemos que tais necessidades possam influenciar o estado psíquico dos atletas, pois a exigência não recai apenas nos fatores ambientais e/ou fisiológicos, implica também no equilíbrio de condições psicológicas, mentais, físicas, além de todo o contexto social a que os atletas pertencem.

Eu, Otavio Bulgarelli, sou ciclista desde 1999, quando me interessei pelo esporte assistindo uma prova de triathlon pela televisão. Comecei a fazer treinamentos regulares e a ir em competições regionais nos primeiros anos, mas só em 2003 que comecei a realizar provas junto com os atletas de elite no Brasil e a me dedicar muito mais pelo esporte transformando esta prática em profissão. No ano de 2006 ingressei pela primeira vez na seleção brasileira de ciclismo de estrada, participando dos Jogos Sul-Americanos na Argentina e em 2007 novamente pela seleção brasileira, defendi o Brasil nos Jogos Pan-Americanos - Rio 2007. Em 2008 obtive excelentes resultados, conseguindo a Medalha de Bronze no Campeonato Pan-Americano no Uruguai, conquistado uma etapa da "Volta Ciclística Internacional de São Paulo" (na qual fiz a coleta de dados para essa pesquisa) e fui atleta reserva para os Jogos Olímpicos de Beijing 2008.



Figura 1 - Chegada 5ª etapa Volta Ciclística de São Paulo - Correio Popular - Leandro Bittar

Neste estudo é apresentado um resumo da história da bicicleta, onde e como surgiu, modelos, sendo descrito também um pouco também sobre a modalidade do ciclismo assim como os fatores psicológicos, em especial as tendências motivacionais, eventos ambientais que surgem em provas ciclisticas, e relacionando isso com os diversos tipos de provas deste esporte.

O presente estudo teve por objetivo, verificar as tendências motivacionais nos atletas participantes da Volta Ciclística Internacional de São Paulo de 2008, os melhores resultados desses atletas obtidos em provas passadas e alguns motivos de desistência em competições anteriores.

Os estudos psicológicos há muito vem sendo priorizados nos meios esportivos, resultando na criação de uma área específica, denominada de Psicologia do Esporte, inclusive com o reconhecimento do Conselho Federal de Psicologia. Atletas e treinadores, atualmente, dedicam especial atenção para os aspectos psicológicos, buscando cada vez mais ampliarem seus conhecimentos nesta área. Aspectos como a o perfil psicológico do atleta, o auto-conhecimento, a motivação, constituem requisitos importantes para que a sua relação com o técnico possa ser positiva e vitoriosa.

Estas estratégias resultam em maior facilidade e capacidade para a solução de problemas de motivação e outros aspectos que influenciam o desempenho do atleta, além de possibilitar a elaboração de calendário esportivo mais adequado, com sessões de treinamentos que atendam as especificidades de cada atleta, evitando-se assim o estado de *overtraining*. Situação esta que se caracteriza pelo stress excessivo, com conseqüente prejuízo do rendimento em competições. Esperamos que os resultados desta pesquisa contribuam com a modalidade esportiva (ciclismo), a partir dos resultados que foram obtidos e serão transmitidos a todos os integrantes das equipes participantes, bem como com a comunidade esportiva brasileira interessada neste tema.

Assim sendo, foram realizados os procedimentos estatísticos de correlação entre as tendências motivacionais a fim de compará-las com alguns motivos de desistências dos ciclistas na Volta Ciclística Internacional do Estado de São Paulo.

Então, o objetivo primordial desta pesquisa foi o de analisar essas tendências motivacionais e suas influências em alguns motivos de desistências nos atletas da Volta Ciclística Internacional do estado de São Paulo, realizada no mês de abril de 2008. Foi feita também, a correlação desses eventos através dos instrumentos de pesquisa o TEOSQ e o PCSQ.



Figura 2 - Paris Tours 2007 – Graham Watson (www.grahamwatson.com)

2 Revisão da Literatura

A história da invenção da bicicleta é cercada de mistérios e mitos, pois na época de sua criação veio para preencher uma necessidade na vida do homem e até hoje é algo totalmente integrado com o ser humano. A invenção e o inventor são cercados de discussões, pois em um museu da Alemanha há um modelo chamado de bicicleta de Kassler, datada de 1761, mas os franceses afirmam que ela foi exportada da França. Os registros começam a ficar mais precisos a partir de 1790, onde após uma série de estudos, o Conde francês Sivrac inventou o “Celerífero”, ou cavalo de duas rodas, como foi chamada pelos parisienses essa estranha máquina.



Figura 3 - O “Celerífero” do Conde Sivrac
(http://bicicletas.kozani.uni5.net/site/historia_oficial.htm)

Embora tal informação não seja absolutamente concreta, foi nesse mesmo ano que surgiu a viatura de duas rodas, o que leva a crer que parece ter começado nessa época a história do ciclismo.

A forma e a propulsão do invento do Conde Sivrac se davam com a sola dos pés, exercendo repetidas pressões contra o solo. Um detalhe importante era que não existia uma direção móvel, certamente o veículo só andava em linha reta. Em 1817, o Barão Karl Von Drais, na Alemanha, apresenta um modelo similar ao celerífero de Conde Sivrac e ainda com o mesmo tipo de propulsão, porém com jogo de direção. O modelo foi batizado de "Draisina" e foi muito bem aceito.

Em 1840, a bicicleta toma outra forma, quando um ferreiro escocês cria uma máquina diferente, com a roda dianteira bem mais alta, e bem aceira, pois foi introduzido um pé de vela, onde o homem sentado fazia a máquina se locomover. Nasceu então o velocípede "Rebaptisé", nome dado à patente de uma máquina desenvolvida para que se alcançasse maior velocidade, mas era muito desgastante fazer a máquina se locomover, pois a roda dianteira era enorme com cerca de 85 centímetros de diâmetro e todo peso do usuário recaía justamente sobre essa roda, que somado ao peso da bicicleta, que era cerca de 50 kg, tornava o transporte desconfortável e perigoso, pois era algo do tipo "acrobacia".



Figura 4 - O velocípede "Rebaptisé".

(<http://www.colegiosaofrancisco.com.br/alfa/bicicleta/imagens/bicicleta-velocipede-de-rebaptise.gif>)

O velocípede foi sofrendo transformações e aperfeiçoamentos, como a inclusão de freios e dos pneus, que a princípio, eram tiras de borracha presas aos aros. Isto começou com Robert Thompson e depois foi aperfeiçoado pelo inglês John Bloid Dunlop, que criou um rolo feito de pano engomado cheio de ar, mas ainda tinha o inconveniente da manutenção e de freqüentes danos, problema este que posteriormente foi resolvido. Em 1861, os franceses Pierre e Ernest Michaux trazem uma evolução decisiva, que põe o velocípede finalmente dentro da cidade, com a descoberta e aperfeiçoamento do pedal, o que trouxe um avanço comercial nas bicicletas. Toda a Europa multiplica esforços para aperfeiçoar este velocípede e as novidades seguem uma após a outra, com sucessivos avanços. Esses veículos começaram a ser usados com todo tipo de equipamento de acampamento nas excursões longas pelas estradas e caminhos da Europa, que passou a ser denominado de ciclo turismo.

Starley e seu sobrinho, em 1880, desenvolveram uma bicicleta que assumiu as características das bicicletas que conhecemos. Foram introduzidos os pedais no centro e a tração passou para a roda traseira, através de uma corrente de transmissão. Com a introdução dos pneus clássicos inventados e produzidos pelos irmãos Edouard e André Michelin, foram resolvidos os problemas das rodas que ainda nas primeiras bicicletas eram de madeira e ferro. As conseqüências dessa inovação e a popularidade que atingiu a já chamada bicicleta, foram enormes. Em 1890, somente na França existiam cinco mil ciclistas. Em 1900, esse número aumentou para dez milhões. Muito usada como meio de transporte, bastante econômica, a bicicleta requer espaço reduzido e sua manutenção não requer gasto exagerado, o que a torna ainda mais atraente.

A bicicleta moderna é um instrumento cômodo e leve, que pela sua estrutura esquemática descende desses remotos antepassados, porém nos dias atuais tanto na linha geral como nos pormenores mecânicos, a evolução deste veículo pode ser considerada excepcional, em razão do somatório dos esforços técnicos de 150 anos de progresso. Com as novas modificações nos acessórios, que sempre vão surgindo, principalmente nas utilizadas em corrida, a bicicleta proporciona hoje aos gigantes das estradas e das pistas velocidades recordes, que seriam verdadeiras utopias 100 anos atrás.

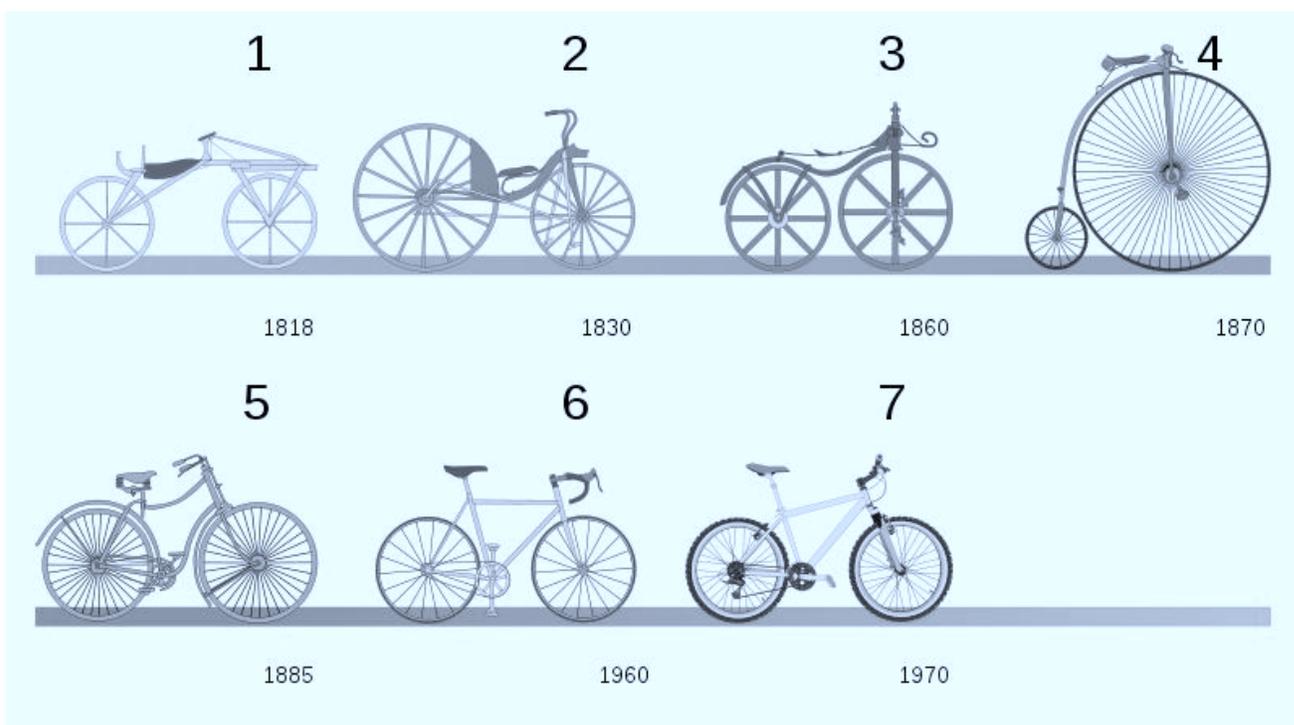


Figura 5 - Evolução da bicicleta, com indicação dos anos.

(http://pt.wikipedia.org/wiki/Imagem:Bicycle_evolution-numbers.svg)

O ciclismo como esporte foi iniciado na Inglaterra em meados do século XIX, logo que os avanços tecnológicos na fabricação do veículo possibilitaram o alcance de maiores velocidades. Em 1865, já existiam grupos fanáticos pelo esporte na Inglaterra, e vinte anos depois, sua ascensão já estava em toda a Europa. Fundou-se então na França a União Ciclística Internacional (UCI). Desde 1886 em Atenas, a primeira Olimpíada da época moderna, o ciclismo integra os jogos Olímpicos.

O ciclismo é um esporte de corrida de bicicleta, cujo objetivo dos participantes é o de chegar primeiro a determinada meta ou cumprir determinado percurso no menor tempo possível.

O ciclismo foi introduzido no Brasil ao final do século XIX com a criação do Velódromo em São Paulo, onde o ciclismo já era considerado um esporte da moda. A Federação Paulista de Ciclismo foi fundada em 1925 e logo após,

em 1938, realizou o primeiro Campeonato Brasileiro de Ciclismo, na cidade de Porto Alegre.

Hoje o Ciclismo é considerado um esporte popular, sendo praticado no mundo inteiro, integra os Jogos Olímpicos e os campeonatos Pan-Americanos e Sul-Americanos. Poucos esportes alcançaram tanto prestígio como o ciclismo, que hoje na Europa é o esporte de preferência da população.

O ciclismo é regido por diversas regras, geralmente enquadra-se em quatro categorias: provas em estradas, provas em pistas, provas de montanha todo terreno (*mountain bike*) e BMX, sendo praticado com diversos tipos e modelos de bicicletas.

O Tour de France (em português Volta da França) ou simplesmente Tour, é uma competição ciclística por etapas disputada anualmente no mês de Julho. O percurso é composto de mais de 3000 km de estradas irregulares e montanhosas que, de uma certa maneira, representam uma volta na França. É a competição de maior importância no mundo do ciclismo profissional.

O Tour de France é o mais prestigiado dos três Grandes Tours do calendário ciclístico na Europa; os outros são o Giro d'Italia (Giro) e a Vuelta a España (Vuelta).

Motivação

Motivação é o processo que mobiliza o organismo para a ação, a partir de uma relação estabelecida entre o ambiente, a necessidade e o objeto de satisfação. Na base da motivação está sempre um organismo que apresenta uma necessidade, um desejo, uma intenção, um interesse, uma vontade ou uma predisposição para agir. A motivação inclui também o ambiente que estimula o organismo e oferece o objeto de satisfação. (REGATO, 2005).

Motivação é a totalidade dos fatores que determinam as formas de comportamentos dirigidos a um objetivo (SAMULSKI, 1990).

Como ocorre em qualquer atividade realizada pelo ser humano, a motivação é um dos componentes imprescindíveis para promover as ações humanas com dedicação, a fim de se obter o êxito desejado. Nos esportes, de maneira geral, o estado psicológico alicerçado num alto grau de motivação, também se constitui em fator determinante para a consecução de atividades esportivas e para o alcance de resultados expressivos, como ocorre com as sucessivas quebras de recordes nas diversas modalidades esportivas. Assim sendo, a motivação representa fator decisivo para que o atleta persista nos seus objetivos, mantendo na grande maioria das vezes, elevada performance física e técnica, superando obstáculos do meio e adversidades como a fadiga, e dores musculares.

O que se observa é que existe uma relação curvilínea entre a motivação e o rendimento esportivo: índices muito baixos ou muito altos de motivação implicam em rendimentos baixos; uma motivação média parece favorecer um rendimento máximo.

A motivação é, muitas vezes, entendida como o principal motivo do sucesso de um atleta e o fracasso dele, muitas vezes, é explicado pela "desmotivação".

Vários são os estudos que analisam a influência da motivação sobre o comportamento e o desempenho de atletas nas diversas modalidades (CORDEIRO, 2002; GUZZO & WINTERSTEIN, 2000; MACHADO, 2006; MORGADO, 2002; SAMULSKI, 2002), como o futebol, basquetebol, natação, atletismo, tênis de campo, voleibol. Nesta pesquisa abordamos as tendências da motivação nos ciclistas participantes da prova realizada no Estado de São Paulo, em abril deste ano.

Por que uma pessoa se dedica a uma modalidade esportiva e treina de duas a três vezes na semana, enquanto outra pessoa se dedica a outra modalidade esportiva, na qual treina de duas a três vezes por dia? Podemos responder a esta pergunta com a seguinte palavra: motivação. Segundo (SAMULSKI, 1990) a motivação depende de fatores intrínsecos (pessoais) e extrínsecos (ambientais) e se diferencia em técnicas de ativação e técnicas de estabelecimento de metas.

Ainda para SAMULSKI (1990), o objetivo do ensino e treinamento deve se desenvolver no aluno/atleta a capacidade de auto-controle, auto-motivação (motivação intrínseca) e a capacidade de assumir responsabilidade em situações de fracasso.

Existem dois tipos de motivação, a intrínseca e a extrínseca:

A motivação extrínseca refere-se a uma valorização que vem do meio externo: pode ser uma palavra do técnico, um aplauso da torcida, o carinho de alguém querido. É uma força originada pela vontade de conquistar um reconhecimento externo.

Machado (2006) complementa afirmando que a motivação extrínseca, por definição, deve ser entendida como algo dependente de inúmeras formas de recompensa, nas quais o objetivo principal não está apenas no prazer de executar, mas, de provar aos demais a própria capacidade na prática esportiva.

A motivação intrínseca refere-se ao prazer que um atleta tem em realizar uma tarefa, como este se sente após pedalar 200 quilômetros, a busca por sentir as sensações corporais após um dia de treino. Essa motivação diz respeito à energia que o atleta encontra para realizar uma tarefa, a fim de conseguir uma sensação que se origina dele mesmo.

Segundo Myers (1999), motivação intrínseca é o desejo de ser eficiente, vontade de desempenhar um comportamento por si só, buscando prazer, desafios, ou realizações pessoais.

Como assevera Dorin (1997, *apud* Cordeiro 2002), fazem parte da motivação intrínseca as necessidades, os impulsos, os desejos, os interesses, as atitudes, os conceitos, as crenças, os valores, os ideais, os preconceitos, as emoções, e os sentimentos.

Alves Brito e Serpa (1996 *apud* Morgado, 2004), alegam que a motivação intrínseca estabelece o fator mais relevante para a permanência numa atividade, já que funciona como uma fonte constante de energia que orienta o comportamento. De acordo com os mesmos autores, outra característica muito importante da motivação intrínseca consiste no fato de que a pessoa controla sua conduta independentemente dos acontecimentos à sua volta, porém, o mais recomendado é que os dois tipos de motivação estejam presentes na realização da tarefa.

Então podemos entender que a motivação intrínseca refere-se a um reconhecimento e uma valorização interna do próprio atleta, e a extrínseca a um reconhecimento que parte do ambiente.

Assim, tanto a motivação intrínseca quanto a extrínseca são importantes ao vencer uma prova, um atleta competitivo recebe reconhecimentos tanto internos quanto externos. Perguntar-se: Por que quer vencer a prova? O que espera receber ao ganhá-la? Questões deste tipo podem ajudar o atleta a identificar as suas motivações.

Recentemente, inúmeras pesquisas têm sido publicadas numa tentativa de avaliar a maneira pela qual as condutas dos técnicos influenciam os sentimentos e emoções dos atletas.

De Marco (1997), mostra que atletas mais jovens (de 8 a 9 anos) são mais sensíveis a vários tipos de condutas punitivas, enquanto aqueles entre 10 e 12 anos são bastante sensíveis aos comportamentos estimulantes dos técnicos; já os atletas mais velhos (juniores de 13 a 15 anos) mais discriminativos e sensíveis ao tipo geral de conduta para com eles, valorizam as instruções simultâneas às repreensões.

Segundo De Marco (1997), um aspecto estudado em profundidade pelos teóricos é a dúvida a respeito da convivência da oferta contínua de prêmios palpáveis, e se essa prática traz mudanças de sentimentos no jovem atleta, que espera somente como recompensa o bem-estar originado pela própria atuação.

Um dos estudos conclui que o sucesso em um determinado esporte terá probabilidade de promover motivação interna, independente de outros motivos externos, tais como prêmios materiais. (Weinber & Ragan, 1984, apud Cratty).

Há alguns fatores como o stress e a ansiedade que interferem negativamente na motivação. Muitas vezes são gerados por problemas pessoais ou do próprio treino, ou por incertezas do atleta em relação ao seu próprio preparo ou o preparo dos outros competidores. Uma prática que ajuda muito o atleta a se manter motivado é traçar, junto ao técnico um bom planejamento de metas e objetivos, tanto em relação a uma prova quanto ao calendário do ano. Saber o que pretende em cada prova, ter clareza da importância de cada uma delas e quais as reais possibilidades de atingir os objetivos, são fatores imprescindíveis para as conquistas.

Como exemplo imagine um atleta que começou a competir nesse ano. Ele ainda não tem experiência e nem alcançou resultados significativos. Seria um objetivo irreal esperar que ele fosse campeão brasileiro no final da temporada, isso desmotivaria o atleta, pois dificilmente ele conseguiria

atingi-lo, claro que existem raras exceções, mas a rotina do esporte demonstra que a maioria dos atletas obtêm sucesso nas suas modalidades, após um tempo variável de prática sistematizada.

Ao dividir esse objetivo final em diferentes etapas a serem cumpridas, como primeiro vencer os campeonatos regionais, para depois almejar os estaduais e finalmente o brasileiro, estamos traçando possibilidades reais de realização, o que de fato motiva o atleta.

Da mesma forma, muitos atletas preocupam-se excessivamente com seus adversários. Antes de competirem querem saber quem estará em seu balizamento e comparam-se com os outros atletas. Esse é um fator gerador de stress e muito desmotivador, uma vez que não é possível exercer nenhum controle sobre o treino e o preparo de outros, mas apenas sobre o próprio treino.

Assim, o atleta deve concentrar-se na própria preparação, confiar no próprio treino e no técnico, traçar uma estratégia de prova e segui-la baseada no planejado, ter em mente que se o adversário te ultrapassou em uma prova de longa distância ele pode estar usando uma estratégia diferente daquela traçada por você e seu técnico, e que essa adotada por você pode ser a melhor.

SAMULSKI (1990) conceitua motivos de realização, que busca melhorá-lo ou aperfeiçoá-lo, e cita suas duas tendências: procurar o êxito e evitar o fracasso, o que seria o objetivo dos esportes de alto rendimento.

Outra característica importante do motivo de realização é a orientação a normas de referência para um rendimento. Atletas que se orientam por normas individuais de referência comparam seus resultados alcançados (no treino ou na competição) com seus resultados anteriores. O objetivo destes atletas é a melhoria de seu próprio rendimento. Atletas que se orientam por normas sociais de referência, comparam seus resultados com os de outros atletas (comparação social). O que parece certo é que se deve sempre incentivar os alunos/atletas a se orientarem por normas individuais de

rendimento, assim ele terá menor chances de se frustrar e acabar abandonando a atividade precocemente.

O estado psicológico atual de um atleta depende, segundo SAMULSKI (1990), de determinantes internos e externos. Entre os determinantes internos, encontram-se:

- Nível de aspiração, que seria a expectativa quanto ao próprio desempenho futuro;
- Motivação, que depende da hierarquia dos motivos. Segundo esta hierarquia, o motivo mais desejado na vida é o da auto-realização, que no esporte pode ser obtida de várias maneiras;
- Atribuição causal, em que o atleta busca analisar os fatores que foram responsáveis pelo êxito ou pelo fracasso. Essa atribuição pode ser interna (próprios esforços) ou externa (dificuldade da tarefa ou casualidade).

Já os determinantes externos dizem respeito a:

- Incentivos: elogios, reconhecimento, dinheiro;
- Dificuldades e problemas: tarefas muito fáceis ou muito difíceis são desmotivadoras.

Considerando as necessidades básicas como fontes de motivação para as atividades espontâneas, o técnico/professor precisa considerar determinadas necessidades específicas na área de aprendizagem motora, as quais terão importância na capacidade de reduzir o nível de ansiedade do indivíduo.

Em uma competição o atleta se vê afetado por uma série de emoções que muitas vezes não sabe reconhecer ou nomear. Muitas dessas emoções podem ser extremamente positivas no sentido de impulsionar o atleta a atingir melhores resultados, nesse caso estamos nos referindo à motivação. Por outro lado, existem emoções que impedem o atleta de atingir o ápice de seu rendimento, impossibilitando-o de realizar sua tarefa com competência, neste caso estamos falando do stress ou da ansiedade.

Samulski (1995) afirma que técnicas básicas de motivação, pretende-se promover formas desejadas de comportamento, como treinamentos

constantes, motivos de realização, força de vontade, e evitar comportamentos não desejados como a motivação instável para o treinamento, orientação ao fracasso, pensamentos negativos. O objetivo principal das técnicas de motivação é o desenvolvimento de formas positivas de comportamento e estabilização de formas adequadas e comportamento. A evitação de formas não desejadas de comportamento se alcança através da aplicação de medidas de compensação e prevenção.

Sobre técnicas de auto-motivação compreende-se todas aquelas medidas que uma pessoa aplica assumindo o controle sobre seu próprio comportamento, para regular seu nível de motivação. (SAMULSKI, 1986).

Segundo Samulski (1995) uma das técnicas de auto-motivação é a técnica cognitiva, onde o ponto de partida são todas as funções psíquicas, como o processo de percepção, imaginação e memória.

Segundo o mesmo autor, na aplicação de técnicas cognitivas de auto-motivação os esportistas tentam através de processos de auto-avaliação, determinação de metas pessoais, atribuição de causas, auto-afirmações influenciar o seu estado de motivação atual.

Por isso é importante uma boa visualização da prova. Antes de largar o atleta deve imaginar-se executando todo o percurso, como se já estivesse competindo, e tentar, após a largada, executar exatamente o que visualizou. O atleta que faz uma boa visualização não enfrenta muitas surpresas durante a prova.

Orientação para o Ego ou para a Tarefa

Muitos motivos e interesses podem ser despertados em uma competição de ciclismo, tais como rendimento, prêmios, quebra de recordes, reconhecimento social e lazer. Para cada motivo podemos perceber dois momentos fundamentais, quando da execução da ação. O fator energizante (interesse e esforço) é aquele que propicia o início da execução, que terá uma seqüência de ações motivadoras. A persistência ou não desta ação dependerá do tipo de orientação (ego ou tarefa) do indivíduo na seleção dos instrumentos por ele escolhidos, que mantém a seqüência motivacional condutiva em direção a uma meta determinada (MÜLLER, 1998).

De acordo com ROBERTS (1993) para a compreensão da motivação e dos comportamentos de realização precisam ser considerados o significado e a função do comportamento, bem como a identificação das metas de ação.

Segundo DUDA (1993), a perspectiva de vida e os referenciais teóricos da realização da motivação têm predominado sobre duas bases: indivíduos orientados para a tarefa e indivíduos orientados para o ego. Essas duas metas estabelecidas pelo indivíduo relacionam-se com a maneira que o indivíduo julga seu nível de competência e habilidade.

Indivíduos orientados para a tarefa estão preocupados com a demonstração da aprendizagem e com o domínio da tarefa. Essa meta dirige o comportamento de realização quando a aprendizagem e o domínio são determinados como importante para o indivíduo. Além disso, a percepção das habilidades e capacidades são de referência própria, são persistentes e estabelecem metas apropriadas e suas capacidades. Esses indivíduos são caracterizados pela maior necessidade de realização, por acreditarem no seu esforço e por serem otimistas (DUDA, 1993).

Ainda de acordo com a mesma autora, indivíduos orientados para o ego apresentam-se motivados por fatores externos (busca de reconhecimento social, status) e mostram-se preocupados com a

comparação de sua capacidade com à dos outros. Essa meta dirige o comportamento de realização em circunstâncias onde a comparação social é existente. Além disso, tendem demonstrar capacidade superior (mesmo não tendo), não são muito persistentes e atribuem o êxito às suas habilidades, e à sorte. O fracasso, por outro lado, é atribuído a fatores externos, como o material utilizado, o azar, a situação etc. Para esses indivíduos, o mínimo de esforço é importante, a percepção das habilidades é normativamente referenciada e caracterizam-se pelo uso da máxima habilidade.

MAEHR & NICHOLLS (apud BIDDLE, 1993) sugeriram que o sucesso e o fracasso possuem diferentes significados em diferentes culturas. Por exemplo, DUDA (1986) mostrou diferenças nas percepções de êxito e fracasso no esporte, existentes em grupos com diferente conhecimento cultural residindo no mesmo país. Participaram deste estudo, adolescentes brancos, negros e descendentes de espanhóis do segundo grau das escolas de Los Angeles. Os resultados obtidos mostraram que as percepções diferem de acordo com o gênero e com o conhecimento cultural. Assim, enquanto os meninos brancos valorizam a meta de comparação social (orientação para o ego) os espanhóis valorizam a meta de domínio (orientação para a tarefa). Já entre os negros há uma diferença de gênero: as meninas estão orientadas para a comparação social e os meninos para o domínio. Desta forma, as tendências dos meninos participantes deste estudo parecem ser semelhantes às dos espanhóis e dos meninos negros, enquanto que as meninas assemelham-se às moças negras.

Uma interessante questão sobre a meta de realização baseia-se em saber como os indivíduos desenvolvem uma meta de ação e não outra. NICHOLLS (apud ROBERTS, 1993) argumentou que a experiência do indivíduo, o constrangimento social colocado sobre o mesmo e a percepção do clima psicológico (se existe tarefa ou ego) podem comprometer uma meta em relação à outra. Assim, as teorias do motivo de realização sustentam que os fatores individuais, situacionais e ambientais influenciam a predominância de uma perspectiva.

Por exemplo, quando um ambiente é caracterizado pela competição interpessoal e pela avaliação social, indivíduos orientados para o ego tendem a obter melhores resultados. Porém, em situações caracterizadas pela aprendizagem, com base no erro alheio, domínio pessoal da habilidade e pelo simples fato de participar, indivíduos orientados para a tarefa, muitas vezes, destacam-se dos demais. Assim NICHOLLS (apud DUDA, 1993) sustentou que os indivíduos desenvolvem uma meta sobre outra em um ambiente específico de acordo com as diferenças motivacionais baseadas nas visões de mundo desses indivíduos sobre o que consideram importantes nesse contexto.

Metodologia

A Volta Ciclística Internacional do Estado de São Paulo, consiste numa prova tradicional, que sofre pequenas alterações no seu percurso anualmente. Neste ano os participantes cruzaram mais de 70 cidades paulista por estradas, montanhas e centros urbanos formando um cenário perfeito para uma eletrizante prova que foi disputada em 8 dias. Largando da capital, São Paulo, no dia 20 e finalizando no dia 27 de abril de 2008, na mesma cidade, os competidores cruzaram mais de 1250 quilômetros pelas estradas do interior do Estado, revelando a beleza natural, as atrações turísticas e a cultura da cada região, fazendo de cada etapa um desafio diferente.

É uma prova que exige muita técnica, resistência e velocidade dos atletas. Para participar desse grande projeto esportivo, equipes nacionais e estrangeiras foram convidadas pela organização, que considera a performance dos atletas nos campeonatos em que estes participaram anteriormente, como critério de seleção para o convite.

Esta pesquisa caracterizou-se como sendo do tipo “estudo de caso”, mas também pode ser considerada como um estudo exploratório, o qual segundo Ludke e André (1986) visa descobrir, enfatizar a interpretação em contexto, retratando a realidade de forma completa e profunda. Utiliza variada fonte de informações, revelando experiências vicárias e permitindo generalizações naturalísticas. Procura representar os diferentes e, às vezes, conflitantes pontos de vistas presentes numa dada situação, utilizando também linguagem mais acessível do que outros modelos de relatórios de pesquisa. Ainda, de acordo com estes autores, o “estudo de caso” é classificado em três fases; a primeira denominada de aberta ou exploratória, a segunda mais sistemática – coleta de dados e a terceira e última, que

consiste na análise e interpretação sistemática dos dados, culminando com a respectiva redação do relatório final da pesquisa.

Define-se pesquisa exploratória, na qualidade de parte integrante da pesquisa principal, como o estudo preliminar realizado com a finalidade de melhor adequar o instrumento de medida à realidade que se pretende conhecer. Em outras palavras, a pesquisa exploratória, ou estudo exploratório, tem por objetivo conhecer a variável de estudo tal como se apresenta, seu significado e o contexto onde ela se insere. Pressupõe-se que o comportamento humano é melhor compreendido no contexto social onde ocorre. (QUEIRÓZ, 1992).

A competição contou com um total de 160 ciclistas profissionais do sexo masculino com mais de 18 anos. Os quais constituíram 20 equipes, sendo 5 estrangeiras (Argentina, Chile, Uruguai, Colômbia e Venezuela) e 15 brasileiras com os melhores índices no *ranking* brasileiro da CBC (Confederação Brasileira de Ciclismo).

Todas as etapas foram disputadas no período da manhã, com as largadas previstas para as 7 horas da manhã na maioria das etapas, assim os atletas após a chegada, prevista entre as 12 e 14 horas em cada uma das cidades envolvidas, tiveram um tempo satisfatório para a recuperação física e psicológica para o próximo trecho da competição. Em razão deste cronograma de prova, a aplicação do questionário para os ciclistas foi efetuada a noite, após o jantar o qual consistia no período inicial de descanso e de relaxamento e que antecedia o período rotineiro de sono. Esta estratégia visou interferir, o máximo possível, na rotina e nos momentos de descontração dos atletas, de acordo com o que foi previamente acertado com a organização desta prova.

Os ciclistas foram avaliados por meio da aplicação de três questionários: um apenas com as "Informações do ciclista participante" (Anexo I), com algumas informações como: melhores resultados na prova, tempo de prática no esporte, número de participações na prova e motivos em suas desistências em provas ciclísticas; o "Questionário de Esporte na

Orientação para o Ego e para a Tarefa” – TEOSQ, elaborado por Duda e Nicholls (1991) e adaptado para a população brasileira por Winterstein e Guzzo (1999), (Anexo II); e o “Questionário da Percepção da Competência no Esporte” - PCSQ, também adaptado por Guzzo & Winterstein (2000), (Anexo III) que faz o atleta refletir sobre as causas do sucesso, acusando qual é a percepção que ele possui sobre a competência.

O questionário para a avaliação da Orientação para o Ego ou para a Tarefa avalia as diferenças individuais na ênfase colocada sobre o envolvimento da tarefa ou do ego no esporte. O referido instrumento é composto de 13 questões (escala do tipo Likert), o atleta deverá assinalar uma das cinco alternativas.

O questionário da percepção da competência no esporte contém 17 afirmações como “Treinam forte” que avalia o esforço, “Jogam com sorte” que avalia os fatores externos, “Tentam coisas que não conseguem fazer” que avalia a habilidade e “Sabem como trapacear”, que avalia os fatores ilegais. As afirmações foram respondidas numa escala de 5 pontos que varia de discordo totalmente a concordo totalmente.

Normalmente estas questões foram respondidas num tempo médio de 20 a 25 minutos.

A dinâmica de aplicação dos questionários compreendeu a seguinte estratégia:

- 1-** Os formulários foram entregues, o atleta fez uma leitura inicial, para o devido reconhecimento do instrumento.
- 2-** O examinador após o tempo inicial de leitura, perguntou se algum participante tinha dúvidas a esclarecer sobre alguma questão.
- 3-** No terceiro momento os atletas passaram a responder o questionário, acompanhados da supervisão do examinador, sem que este interferisse com o andamento do processo, ficando apenas observando o comportamento dos examinados, evitando

que houvesse comunicação entre eles e a conseqüente interferência nas respostas formuladas.

Procedimentos Éticos

Foi encaminhado também um ofício para a Federação Paulista de Ciclismo, principal entidade organizadora da V Volta Ciclista Internacional do Estado de São Paulo, solicitando autorização para a realização desta pesquisa, o qual foi respondido positivamente (Apêndice I). O Termo de Consentimento Livre Esclarecido – TCLE (Anexo IV) – foi apresentado e lido para os atletas no período anterior a aplicação do questionário, deixando explicitado para todos que a participação é voluntária e, que qualquer um dos participantes, da prova ciclística, tem total autonomia para decidir-se pela participação nesta pesquisa e que a não adesão a esta, em nada interferia com a sua participação na prova ciclista. O referido TCLE fez parte do projeto enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa – CEP – da FCM/UNICAMP, aprovado pelo Parecer nº 172/2008.

Avaliação

A tabulação dos resultados dados por cada ciclista foi primeiramente passada para o programa SPSS – Data Editor (Statistical Package for the Social Science), versão 13.0 for Windows, e numerados os sujeitos de 1 a 35, assim como suas folhas de testes.

As afirmações das “Informações dos ciclistas participantes”, do TEOSQ e do PCSQ foram representadas por letras onde as 13 afirmações do TEOSQ foram organizadas de 1a até 13a e as do PCSQ foram organizadas de 1b até 17b. Já as afirmações das “Informações dos ciclistas participantes” foram abreviadas da seguinte maneira:

- Id = Idade;
- Ec = Estado civil;
- Gi = Grau de instrução;
- Tp = Tempo de prática;
- Np = Número de participações na Volta Ciclística de São Paulo;
- Npn = Número de participações de provas no calendário nacional;
- Mr = Melhores resultados nessas provas;
- Npi = Número de participações em provas no calendário internacional;
- Mri = Melhores resultados em provas internacionais;
- Des = Desistências em provas ciclísticas;
 - -mot1= Fadiga
 - -mot2= Contusão
 - -mot3= Acidente
 - -mot4= Quebra da bicicleta
 - -mot5= Stress psicológico
 - -mot6= Outros;
- Ep = Trabalho de um psicólogo na equipe;
- Ter = Já fez ou faz terapia.

Obs: Alternativas de SIM representada pelo número 1 e NÃO representada pelo número 2.

As alternativas do **TEOSQ** e do **PCSQ** foram tabuladas de acordo com o valor estipulado:

- Discordo Totalmente = 1
- Discordo = 2
- Neutro = 3
- Concordo = 4
- Concordo Totalmente = 5

No questionário para a avaliação da **Orientação para o Ego ou para a Tarefa** as questões relacionadas à **Tarefa** são essas:

- Aprender uma nova habilidade me faz querer praticar mais.
- Aprendo algo que é divertido fazer.
- Aprendo uma nova habilidade com muita persistência.
- Eu trabalho realmente duro.
- Algo que aprendo me faz querer continuar a praticar mais.
- Aprendo uma habilidade que realmente sinto estar correta.
- Faço o melhor que posso.

E relacionadas ao **Ego** são essas:

- Sou o(a) único(a) que consegue realizar uma determinada manobra ou demonstrar uma determinada habilidade.
- Consigo um desempenho melhor que meus(minhas) amigos(as).
- Os(as) outros(as) não conseguem fazer algo tão bem quanto eu.
- Os(as) outros(as) se atrapalham e eu não.
- Eu faço a maioria dos pontos.
- Eu sou o(a) melhor.

As alternativas do **PCSQ** representavam as seguintes características:

Esforço:

- Gostam de progredir.
- Treinam forte.
- Gostam de praticar.
- Competem de forma limpa (justa).
- Gostam de aprender novas habilidades.
- Trabalham realmente duro.
- Sempre dão o melhor de si.

Fatores Externos:

- Sabem como impressionar o técnico.
- Correm (pedalam) com sorte.
- Sabem como parecer melhor que são.
- Fingem gostar do técnico.
- Trabalham com o equipamento adequado.

Habilidade:

- Tentam coisas que não conseguem fazer.
- São melhores atletas que os(as) outros(as).
- Insistem em habilidades ou manobras nas quais são bons (boas).
- São melhores que os outros(as) em competições acirradas.

Fatores Ilegais:

- Sabem como trapacear.

4 Análise dos Resultados

Para a análise dos dados foram utilizadas a Correlação de Pearson ($p < 0.05$) realizada a partir das respostas dos instrumentos dos 35 atletas.

A tabela 1 mostra o resultado obtido pela da correlação entre as tendências de Ego, Tarefa, Esforço, Fatores Externos, Habilidades, Melhores Resultados Internacionais, Motivo de desistência 1 (fadiga), Motivo de desistência 2 (contusão), Motivo de desistência 3 (acidente), Motivo de desistência 4 (quebra da bicicleta), Motivo de desistência 5 (stress psicológico), Motivo de desistência 6 (outros). Todas as tendências foram relacionadas, porém apenas as correlações onde os valores foram significantes ($r > 0,300$), estão demonstradas na tabela abaixo:

Tabela 1 – Correlação de Pearson entre as tendências de motivação para a tarefa e as variáveis de estudo analisadas (MRI, Var. MOT2, Var. MOT3, Var.MOT4, Var.Mot5, Var.MOT6, TAREFA, ESFORÇO, FATEXT e HABILIDA).

	Var.MRI	Var.Mot2	Var.Mot3	Var.Mot5	Var.Mot6	TAREF
Var.MRI	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-	-	-	,355	-
Sig. (2.tailed)	-	-	-	-	,037	-
Var.Mot3	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	,373	-	-	-	-
Sig. (2.tailed)	-	,027	-	-	-	-
Var.Mot4	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-	,471	-	-	-
Sig. (2.tailed)	-	-	,004	-	-	-
TAREFA	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-	-	,345	-	-
Sig. (2.tailed)	-	-	-	,043	-	-
ESFORÇO	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-	-	-	-	,405
Sig. (2.tailed)	-	-	-	-	-	,016
FATEXT	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-,496	-	-	-	,364
Sig. (2.tailed)	-	,002	-	-	-	,032
HABILIDA	-	-	-	-	-	-
Pearson	-	-	-	-	-	,497
Sig. (2.tailed)	-	-	-	-	-	,002

Legenda: MRI=melhores resultados internacionais - MOT2= contusão - MOT3=acidente - MOT4= quebra bicicleta - MOT5= stress psicológico - MOT6= outros. FATEXT=fatores externos - HABILIDA= habilidades.

Tabela 2 – Correlação de Pearson entre as tendências (TAREFA, Var.Mot5, ESFORÇO, FATEXT e HABILIDADE).

	Var.Mot5	ESFORÇO	FATEXT	HABILIDA
TAREFA	-	-	-	-
Pearson	,345	,405	,364	,497
Sig. (2.tailed)	,043	,016	,032	,002

Legenda: Mot5= stress psicológico – FATEXT= fatores externos.

A tabela 2 mostra que há uma correlação da Orientação da Tarefa com os fatores de Esforço ($r=0,405$), fatores Externos ($r=0,364$), fatores de Habilidade ($r=0,497$) e fatores de Motivo de desistência 5 (stress psicológico).

Tabela 3 – Correlação de Pearson entre as tendências (Var.Mot2, Var.Mot3, FATEXT)

	Var.Mot3	FATEXT
Var.Mot2	-	-
Pearson	,373	-,496
Sig. (2.tailed)	,027	,002

Legenda: Mot2= contusão – MOT3=acidente – FATEXT= fatores externos.

A tabela 3 mostra que houve correlação também entre os fatores de Motivo de desistência 2 (contusão) com os fatores de Motivo de desistência 3 (acidente) ($r=0,373$), e uma correlação negativa com os Fatores Externos ($r= -0,496$).

Tabela 4 – Correlação de Pearson entre as tendências (Var.Mot4, Var.Mot3)

	Var.Mot3
Var.Mot4	-
Pearson	,471
Sig. (2.tailed)	,004

Legenda: Mot3= Acidente - Mot4= quebra da bicicleta

A tabela 4 mostra que houve correlação também entre os fatores de Motivo de desistência 4 (quebra da bicicleta) com os fatores de Motivo de desistência 3 (acidente) ($r=0,471$).

Outra correlação verificada ocorreu entre a variável de melhores resultados internacionais com os fatores de Motivo de desistência 6 (outros), mas por ser muito generalizado não é significativo para ser analisado nesta pesquisa. Pesquisas futuras podem obter resultados mais conclusivos se aplicarem testes mais específicos aos diversos tipos de desistência que existem em provas de ciclismo. Fazendo questionários apenas com os tipos de desistências existentes, e quais os motivos que levaram o atleta a abandonar, assim esse tipo de pesquisa aprofundaria mais no assunto de motivos de desistências em provas ciclísticas que ainda é muito pouco explorado em pesquisas brasileiras.

Nos resultados da Orientação para o Ego, não houveram nenhuma correlação significativa pra ser explorada nesta análise.

O objetivo desta pesquisa foi o de avaliar as tendências motivacionais de atletas em provas ciclísticas, com a aplicação dos questionários na Volta Ciclística Internacional do estado de São Paulo, que foi realizada no mês de abril de 2008. Também foi feita, a correlação dessas tendências e alguns motivos de desistências que envolvem atletas em provas ciclísticas, apresentados nas tabelas acima.

Os resultados de Guzzo & Winterstein (1999, 2000) demonstram o sucesso da validação e da adaptação dos instrumentos para o Brasil, o PCSQ e o TEOSQ, assim pude utilizá-los para minha pesquisa específica em atletas na competição ciclística.

De acordo com os resultados obtidos observa-se correlação entre Orientação para a Tarefa com a variável de Esforço apresentado na tabela 2. Esse resultado coincide com a teoria sobre as tendências que evidenciam as semelhanças entre elas, que evidenciam sua relação. Indivíduos orientados para a tarefa trabalham mais, são mais persistentes e acreditam que o sucesso vem do esforço demonstrado (DUDA, 1993).

Assim como Duda, esses resultados podem indicar que o sucesso de ciclistas em competições, vêm de pessoas orientadas para a tarefa, pois treinam mais, são mais persistentes, e o ciclismo é um esporte onde precisa muito disso. São muitas horas dedicadas aos treinamentos, muitas regras alimentares e horas de sono para poder estar 100% pra uma competição e mesmo assim não é fácil você atingir seus objetivos, pois a competição pode ser apenas de um dia, e se por acaso no dia da competição você tem algum tipo de problema físico ou qualquer outro tipo de problema que possa te atrapalhar na prova, todos aqueles meses de preparação e dedicação vão por água baixo, e o individuo tem que ter uma ótima preparação mental para suportar esse tipo de derrota e pensar em fazer de tudo para que isso não se repita nas competições futuras.

Na tabela 2 ainda, aparece a correlação entre os indivíduos orientados para a Tarefa com a variável de fatores de Habilidade o que coincide com a percepção de habilidades. Indivíduos orientados para a Tarefa possuem percepção de sua habilidade e capacidade, julgam seu sucesso pela qualidade de seu trabalho e estabelecem metas apropriadas às suas capacidades. De acordo com DUDA (1993) existe uma melhora da habilidade, do domínio da tarefa, muito trabalho e um compromisso com a própria atividade.

Atletas mais experientes, que já tive em equipes passadas como parceiros, sempre me mostraram que o trabalho, a persistência e dedicação sempre estarão presentes em indivíduos vitoriosos. Acredito que os atletas que são orientados para a Tarefa têm chances de serem vitoriosos em competições ciclísticas, pois são indivíduos que trabalham duro, são otimistas, persistentes, que são qualidades essenciais para suportar os desafios do ciclismo, que é um esporte onde você terá mais derrotas do que vitórias, mas não significa que apenas ele sendo orientado para a Tarefa será uma grande campeão, pois esses indivíduos podem ter todas essas qualidades mas mesmo assim não ter outras diversas capacidades, impedindo-o de ser bem sucedido em competições. Meu primeiro técnico me falava que no futebol, você ganha, empata ou perde, ou seja, suas chances de vitórias são de 33,33%, já no ciclismo quando você larga num pelotão de 100 atletas suas chances iniciais de vitória é de apenas 1%. Ou seja, o indivíduo tem que saber lidar com a derrota.

Outra correlação importante verificada na tabela 2 que coincide com as expectativas desta pesquisa ocorreu entre os indivíduos orientados para a Tarefa e os Fatores Externos, pois esses indivíduos preocupam-se em estar sempre trabalhando com os equipamentos adequados, que no caso da modalidade ciclismo os melhores equipamentos influenciam bastante em uma competição de alto rendimento.

Atualmente, no pelotão profissional do ciclismo brasileiro as diferenças entre equipamentos não são tão grandes como antigamente, mas mesmo assim influenciam nos resultados das competições. Irei exemplificar com os resultados da Volta Internacional de São Paulo de 2008, que foi justamente a competição onde fiz esta pesquisa e fui atleta participante também. Os resultados finais entre os cinco primeiros colocados, tinham uma diferença de apenas 1 minuto entre eles, e na prova de contra-relógio, que acredito que são as provas onde os equipamentos mais influenciam no desempenho, disputada na quarta etapa da competição, nem todos os ciclistas disputaram com o material específico para o tipo de prova, e já foi comprovado em

estudos realizados em túnel de vento que com certo tipo de roda, quadro da bicicleta e capacete você consegue diminuir em até 1 minuto, a cada 10 quilômetros de competição, do seu tempo total (Gnehm et al., 1997; McCole et al., 1990; Too, 1990; Heil, 1997). Ou seja, se o atleta que ficou 59 segundos atrás do campeão da prova utilizasse esse material específico, ele poderia ganhar esse minuto de vantagem e assim seria o novo campeão da prova. A prova de contra-relógio da Volta Internacional de São Paulo tinha um percurso de 12 quilômetros.

Mas nem sempre é assim, pois já presenciei atletas que se preocupavam demasiadamente com a qualidade e a performance de seu equipamento e esquecia todo o resto como treinamentos, alimentação e cuidados com seu próprio estado físico, já que no ciclismo o motor é o próprio atleta. O material não faz milagres, se o atleta não treinar, não se dedicar e não tiver potencial ele não conseguirá obter resultados expressivos em competições de ciclismo.

A última correlação da tabela 2, entre indivíduos voltados para a tarefa e motivos de desistência 5, que no caso é o stress psicológico, mostra que atletas que buscam a satisfação pessoal, que são os orientados para a tarefa, e não atingem suas metas podem sofrer com certos tipos de stress e acabar abandonando a competição, o que não era uma correlação esperada já que esses indivíduos orientados para a Tarefa são mais persistentes. Isso pode acontecer pois indivíduos orientados para a tarefa buscam metas apropriadas às suas capacidades, e mesmo assim eles podem não conseguir atingir seus objetivos, causando stress psicológico.

Também foi observada correlação (não esperada) interessante entre os fatores de desistência, que podem estar ligados um ao outro, como por exemplo, na tabela 3 onde os fatores de Motivo de desistência 2, que no caso representa a contusão do atleta, está correlacionada com o Motivo de desistência 3, que no caso é um acidente no qual normalmente o atleta se envolve em provas ciclísticas, conseqüentemente esse acidente pode ter ocasionado a contusão no ciclista forçando-o a abandonar a competição. Na

tabela 3 ainda mostra correlação negativa entre os fatores de Motivo de desistência 2, que é a contusão, com os Fatores Externos, mostrando que as contusões não são freqüentemente causadas exclusivamente pelos fatores externos que envolvem uma competição ciclística.

Situações como essas são constantes em provas de ciclismo, já que é uma prova onde os ciclistas sempre procuram um melhor posicionamento dentro do pelotão, tanto visando um posicionamento para se proteger do vento, em função de economia de energia, quanto para posicionamento de corrida para estar pronto para possíveis movimentações dos favoritos das provas. Assim, a distância entre os ciclistas, e principalmente entre as rodas são mínimas, onde qualquer distração leva a um acidente, que conseqüentemente envolve diversos atletas ao mesmo tempo.

Porém atletas orientados para a Tarefa são mais persistentes, e dificilmente abandonam as provas por motivos elementares, como em alguns acidentes onde não geram lesões graves, no meu ponto de vista são esses atletas com esse tipo de perfil psicológico que se destacam entre os outros e conseguem os melhores resultados. Esse tipo de reflexão pode originar hipóteses para pesquisas futuras visando o aprofundamento no assunto, que como já comentei, é muito pouco explorado no Brasil.

Por fim, na tabela 4, aparece a correlação entre os fatores de Motivo de desistência 4, que representa a quebra da bicicleta, com os fatores de Motivo de desistência 3, representado pelo acidente, os quais da mesma forma que na correlação supracitada, estes dois fatores mantêm correspondência mútua.

Então a motivação é um processo específico de cada indivíduo, para qual existem duas tendências, indivíduos orientados para a Tarefa e indivíduos orientados para o Ego, que podem mostrar comportamentos diferentes nos atletas, os quais envolvem a inter-relação entre três variáveis: indivíduo, tarefa e meio ambiente. Por isso, observam-se as mais diferentes reações dos atletas frente às etapas disputadas durante a competição. Cabe, portanto ao técnico, valendo-se de sua sensibilidade

aguçada, perceber qual é o objetivo principal do seu atleta, estabelecendo metas conjuntas, observando para isto, quais equipamentos ele costuma utilizar em provas, quais problemas ele já teve relacionados à desistências em competições passadas, para com isto proporcionar o aumento do interesse e, principalmente, da motivação nos treinamentos e principalmente nas competições.

5 Considerações Finais

Diante dos resultados obtidos pela aplicação do TEOSQ e do PCSQ podemos inferir que os ciclistas avaliados têm uma maior tendência a serem orientados para a Tarefa do que ao Ego, também que os equipamentos podem influenciar no desempenho dos ciclistas podendo causar contusões se utilizados de forma inadequada, e que atletas com melhores resultados internacionais mostraram um maior número em desistências em provas ciclísticas que os demais.

Apesar de a maioria resultados obtidos atingirem as expectativas desta pesquisa coincidindo com os dados de outros estudos, a utilização do TEOSQ e do PCSQ deve ser expandida para outras pesquisas e ampliada em relação ao número de participantes, para que possamos obter maior fidedignidade nas respostas e com isto ter a adequada caracterização da amostra nestes aspectos avaliados pelo instrumento utilizado.

Esses resultados preliminares refletem a necessidade para que outros estudos sejam realizados na área da Educação Física e Esporte, em especial no ciclismo competitivo. Além dos resultados esperados, o estudo permitiu a aprendizagem do manuseio dos instrumentos e melhor conhecimento de teorias de motivação. Além disso, há a necessidade de possibilitar que o treinador de ciclismo conheça melhor as possíveis tendências motivacionais dos atletas a fim de estruturar treinamentos de uma forma que os mesmos adquiram melhores resultados em competições de alto nível. Assim, no caso específico do autor desta pesquisa, que participa de competições na modalidade, esta pesquisa trará o benefício destes conhecimentos poderem ser aproveitados para a própria participação no ciclismo.

Referências

ALENCAR, E. M. L. S. *Psicologia – Introdução aos Princípios Básicos do Comportamento*. Petrópolis: Editora Vozes, 1986.

ANGELINI, A. L. *Motivação Humana – O Motivo de Realização*. Rio de Janeiro: José Olimpo Editora, 1973.

ATKINSON, R. C. E HILGARD, E. R. *Introdução à Psicologia*. São Paulo: Editora Nacional, 1976.

BAEZA, C. U. M.; PINTO, K. V. *Perfil Psicológico De Uma Equipe Brasileira de Ciclismo*. Trabalho de Conclusão de Curso – Faculdade de Psicologia e Fonoaudiologia, Universidade Metodista de São Paulo, S. B. do Campo 2006.

CORDEIRO, M. A. *Motivação*. 2002. 33f. Monografia (Especialização de Psicologia Organizacional) – CEAD, Universidade Metodista de São Paulo, 2002

DAVIDOFF, L. *Introdução à psicologia*. São Paulo: McGraw-Hill, 1983.

DE MARCO, A. Diferentes Tipos de Influências sobre a Motivação de Crianças numa Iniciativa Desportiva. In: PICCOLO, V.L.N. (Org.). *Educação Física Escolar: Ser ou Não Ter?*. 3. ed. Campinas: Unicamp, 1997, p. 87-103.

DUDA, J.L. *A Social – Cognitive Approach To The Study of Achievement Motivation in Sport*. In Robert Singer et al. (Eds). *Handbook of Research on Sport Psychology*. New York: Macmillan, 1993

FRANCO, G. S. *Psicologia no Esporte e na Atividade Física: Uma Coletânea sobre a Prática com Qualidade*. São Paulo: Manole, 2000

GUZZO, M. & WINTERSTEIN, P. *First studies for the Portuguese Version of the "Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire" in Brazil*. Trabalho aceito no 10º Congresso Europeu de Psicologia do Esporte, 1999.

GUZZO, M. & WINTERSTEIN, P. *Motivação, percepção da competência e performance humana no esporte*. Trabalho de Iniciação Científica, 2000.

HUNTER, M. *Teoria da Motivação para Professores*. 2 ed. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 1976.

JENKINS, S. *Lance Armstrong De Volta à Vida*, São Paulo, Editora Z, 2004

KOBAL, M. C. *Motivação Intrínseca e Extrínseca nas Aulas de Educação Física*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1996.

MACHADO, A. A. *Psicologia do esporte: da educação física escolar ao esporte de alto nível*. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan, 2006.

MASLOW, A *Introdução à psicologia do ser*, Rio De Janeiro, Editora Eldorado, 1968

MORAES, L. C. *Historia da educação física*. Disponível em:
<<http://www.cdof.com.br/historia.htm>>. Acesso em 21 agosto 2008.

MORGADO, P. C. A. *Motivação para a prática desportivas em Health Clubs*. 2004. 59f. Trabalho elaborado no âmbito da disciplina "Seminário" do 4º ano da licenciatura em Ciências do Desporto – Instituto politécnico de Bragança, Portugal, 2004

MÜLLER, U. *Percepção do clima motivacional nas aulas de educação física*. Rio de Janeiro, 1998. Dissertação de Mestrado. Universidade Gama Filho, 1998.

MYERS, D. G. *Introdução à psicologia geral*. Rio de Janeiro: LTC, 1999

PIRES, J. C. *Fatores Motivacionais Presentes na Manutenção de Pratica de Exercícios Físicos*. Trabalho de Conclusão de Curso – Faculdade de Psicologia e Fonoaudiologia, Universidade Metodista de São Paulo, S.B do Campo 2007.

PUENTE, M. *Tendências Contemporâneas em Psicologia da Motivação*. São Paulo: Autores Associados, 1992

REGATO, V. C. *Psicologia nas Organizações* - Col. Resumido. Editora Rio . 2005

REZENDE, J. B. *Estudo Comparativo de Três Instrumentos para a Avaliação da Motivação em Educação Física: GMR, TEOSQ E PCSQ*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.

ROBERTS, G. *Motivation in Sport Understanting and Enhancing the Motivation and Achievement of Children*. In Robert Singer et al. (Eds). *Handbook of Research on Sport Psychology*. New York: Macmillan, 1993.

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte*. São Paulo: Manole, 2002

SINGER, R. N. *Psicologia dos esportes – mitos e verdades*. 2ª edição, São Paulo, Harbra, 1986

Federação Paulista de Ciclismo, Acessado em 09 de Agosto de 2008:
<http://www.fpciclismo.org.br>

Confederação Brasileira de Ciclismo, Acessado em 09 de Agosto de 2008:
www.cbc.esp.br

Acessado em 18 de Outubro de 2008, no Web site da Wikipédia, a enciclopédia livre, disponível em: <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Bicicleta>>

Acessado em 18 de Outubro de 2008, no Web site da Wikipédia, a enciclopédia livre, disponível em:
<<http://pt.wikipedia.org/wiki/Motiva%C3%A7%C3%A3o>>

ANEXOS



ANEXO I

INFORMAÇÕES DO PARTICIPANTE

Nº _____ - Data Nascimento: ____/____/____

Cidade _____ - UF _____ - País _____

Estado Civil: solteiro ____ casado ____ divorciado ____ outros ____

Grau de Instrução: ensino fundamental ____ ensino médio ____ ensino sup. ____

Profissão: _____

Tempo de prática no esporte (ciclismo) _____

Número de vezes que participou desta prova _____

Número de participações em provas oficiais do calendário nacional ____

Melhores resultados obtidos nestas provas ____, ____, ____, ____, ____.

Número de participações em provas oficiais do calendário internacional ____

Melhores resultados obtidos nestas provas ____, ____, ____, ____, ____.

Você já teve desistências em provas ciclísticas? Sim () Não ().

*Por quais motivos? Fadiga () Contusão () Acidente () Quebra Bicicleta ()

*Obs.: pode assinalar mais de uma alternativa. Stress Psicológico ()
Outros ()

A equipe da qual participa conta com o trabalho de Psicólogo? () Sim () Não

Você faz ou já fez terapia psicológica ? () Sim - Não ()

ANEXO II – TEOSQ

Por favor, leia cada uma das afirmações abaixo e indique o quanto você concorda ou discorda de cada uma delas. Marque a resposta que, para você, é a mais adequada.

Quando você sente obter maior êxito nas Provas de Ciclismo? Em outras palavras, quando você sente que uma atividade física ou esportiva tem bons resultados para você?

Sinto-me bem sucedido (a) nas provas de ciclismo quando...

		Discor do Total ment e	Discor do	Neutra lidade	Con cordo	Con cordo Total ment e
1.	Sou o(a) único(a) que consegue realizar uma determinada manobra ou demonstrar uma determinada habilidade.					
2.	Aprender uma nova habilidade me faz querer praticar mais.					
3.	Consigo um desempenho melhor que meus(minhas) amigos(as).					
4.	Os(as) outros(as) não conseguem fazer algo tão bem quanto eu.					
5.	Aprendo algo que é divertido fazer.					
6.	Os(as) outros(as) se atrapalham e eu não.					
7.	Aprendo uma nova habilidade com muita persistência.					
8.	Eu trabalho realmente duro.					
9.	Eu faço a maioria dos pontos.					
10	Algo que aprendo me faz querer continuar a praticar mais.					
11	Eu sou o(a) melhor.					
12	Aprendo uma habilidade que realmente sinto estar correta.					
13	Faço o melhor que posso.					

ANEXO III - PCSQ

O que você acredita ser de maior ajuda para que os atletas tenham sucesso nas provas de ciclismo? Ou em outras palavras...

Atletas em provas de ciclismo são bem sucedidos(as) se....

		Discor do Total mente	Discor do	Neutra lidade	Con cordo	Con cordo Total mente
1.	Gostam de progredir.					
2.	Treinam forte.					
3.	Sabem como impressionar o técnico.					
4.	Correm (pedalam) com sorte.					
5.	Tentam coisas que não conseguem fazer.					
6.	São melhores atletas que os(as) outros(as).					
7.	Gostam de praticar.					
8.	Competem de forma limpa (justa).					
9.	Sabem como parecer melhor do que são.					
10	Gostam de aprender novas habilidades. .					
11	Sabem como trapacear (garfar). .					
12	Insistem em habilidades ou manobras nas quais são bons (boas). .					
13	Trabalham realmente duro. .					
14	Fingem gostar do professor. .					
15	São melhores que os outros(as) em competições acirradas. .					
16	Trabalham com equipamento adequado. .					
17	Sempre dão o melhor de si. .					

ANEXO IV

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

“A influência da motivação no desempenho de atletas na V Volta Ciclística do Estado de São Paulo de 2008”.

Essas informações estão sendo fornecidas para a sua participação voluntária nesta pesquisa, que tem como objetivo único avaliar o seu grau de motivação para participar desta prova ciclista.

A avaliação consta, exclusivamente, da aplicação do Questionário de Esporte na Orientação para o Ego e para a Tarefa – TEOSQ, elaborado por Duda e Nicholls (1991) e adaptado para a população brasileira por Winterstein e Guzzo (1999). O referido instrumento tem 30 questões (tipo teste), o atleta deverá assinalar uma das cinco alternativas. O questionário tem dois conjuntos de questões - o primeiro com treze itens que avalia a motivação intrínseca do atleta, ou seja, o quanto ele está motivado individualmente - o segundo com dezessete questões que mensura o quanto a própria tarefa e o ambiente o motiva (motivação extrínseca).

Os formulários serão distribuídos, cada participante deverá proceder a leitura inicial, para o devido reconhecimento do instrumento. Em seguida o examinador (que deverá ser o próprio pesquisador), perguntará se há alguma dúvida a esclarecer sobre as questões. No terceiro momento, será iniciado o preenchimento do questionário, sob a supervisão do examinador, o qual não deverá ter nenhuma interferência com o andamento do processo, apenas observará o comportamento dos examinados, solicitando que as respostas sejam individuais e evitando que haja comunicação entre os avaliados.

Se houver qualquer dúvida em relação a esta pesquisa, você deve procurar o Prof^o Dr^o Ademir De Marco (responsável pela orientação deste estudo), telefone X ou X. Denúncias de qualquer natureza poderão ser efetuadas pelo telefone do Comitê de Ética em Pesquisa da Unicamp (19) 3521-8936.

Ressalto que todos os dados obtidos terão finalidades didáticas e de pesquisa. Será mantido seu total anonimato, sua identificação nos resultados desta pesquisa será feito com atribuição de número para cada um dos participantes. Estes dados terão utilização restrita ao espaço acadêmico para a orientação dos alunos de graduação e de pós-graduação em Educação Física. Você poderá desistir de participar desse estudo a qualquer momento, mesmo após ter iniciado o preenchimento do questionário, neste caso o mesmo será inutilizado. Os riscos pela sua participação neste estudo, resumem-se apenas ao período em que permanecerá sentado num ambiente adequado, onde o questionário será respondido, portanto, você não terá nenhum risco adicional em participar desta pesquisa. Este procedimento deverá ocorrer durante um dos períodos de descanso, num dos hotéis que hospedará os participantes da V Volta Ciclística do

Estado de São Paulo.

Finalmente, cabe esclarecer que você não terá nenhuma despesa adicional pela sua participação neste estudo, uma vez que a única tarefa exigida de você, que é o preenchimento do questionário, ocorrerá no próprio ambiente em que você estará face à sua participação na prova ciclística. O qual deverá ser um dos hotéis em que os integrantes da prova se hospedarão, durante os períodos de descanso nos intervalos da prova. De igual modo, a sua participação nesta pesquisa, não lhe reverterá nenhum benefício financeiro, pois será voluntária. Ainda que esta pesquisa não tenha grandes custos financeiros, as despesas decorrentes com materiais de consumo (reprodução do questionário e canetas para os voluntários), bem como as despesas de transporte do pesquisador, serão de total responsabilidade do mesmo. Acredito ter sido suficientemente esclarecido a respeito das informações que foram lidas para mim, descrevendo o estudo que tem por objetivo avaliar a influência da motivação no desempenho de atletas na V Volta Ciclística do Estado de São Paulo de 2008.

Eu dialoguei com o Prof. Dr. Ademir De Marco, sobre minha decisão em participar nesse estudo, ficando claros para mim quais são os propósitos da pesquisa, seus desconfortos e riscos, as garantias de anonimato e de esclarecimentos permanentes. Ficou especificado também que a minha participação está isenta de despesas e que também não terei nenhuma vantagem financeira ou material em decorrência desta autorização. Assim sendo, concordo, voluntariamente, em participar desta pesquisa, estando ciente de que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, antes ou mesmo durante o preenchimento do questionário, sem qualquer prejuízo para minha participação na V Volta Ciclista do Estado de São Paulo.

Assinatura do atleta

Data ___ / ___ / ____

Assinatura da testemunha

Data ___ / ___ / ____

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido deste voluntário para participação neste estudo.

Data ___ / ___ / ____

Prof. Dr. ADEMIR DE MARCO

Matrícula 08136-1 – Unicamp

Departamento de Educação Motora

Faculdade de Educação Física

UNICAMP

APÊNDICES





Federação Paulista de Ciclismo

São Paulo, 07 de março de 2008.

Universidade Estadual de Campinas
Att. Prof. Dr. Ademir de Marco
FEF - Unicamp

Ref.: s/ Correspondência datada de 21/02/08 – Pesquisa “Influência da Motivação no Desempenho dos Atletas na Volta do Estado de São Paulo”.

Conforme solicitado através de correspondência acima, ficam os Senhores autorizados a realizar o trabalho de pesquisa com os atletas participantes da Volta do Estado de São Paulo de Ciclismo dentro dos parâmetros informados.

Eventuais despesas provenientes deste trabalho deverão ocorrer a cargo dos Senhores.

Desejamos todo o sucesso neste trabalho e colocamo-nos a disposição para colaborar naquilo que for possível.

Atenciosamente

Marcos Mazzaron

Presidente