

Motiva Esporte: um olhar sobre motivação intrínseca e extrínseca na prática esportiva

Eduardo Rodrigues Pinto, Rossane Trindade Wizer*

Orientador(a)*

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Alvorada. Alvorada, RS

A prática do esporte desempenha um papel fundamental no desenvolvimento dos estudantes, contribuindo para o bem-estar físico, social e mental. Além disso, a realização de atividades esportivas contribui na construção de valores como cooperação, disciplina e superação. No entanto, a permanência e o engajamento nas atividades esportivas dependem de elementos motivacionais que variam entre os indivíduos. Nesse sentido, a psicologia do esporte caracteriza dois tipos principais de motivação: a intrínseca, relacionada ao prazer e satisfação pessoal, e a extrínseca, vinculada a recompensas externas, como medalhas, status ou reconhecimento social. O projeto de ensino Motiva Esporte surge nesse contexto com a proposta de fomentar a prática regular de esportes entre estudantes do Ensino Médio Integrado do IFRS – Campus Alvorada, utilizando a participação nos Jogos do IFRS (JIFRS) como ferramenta de motivação extrínseca. O objetivo deste trabalho é compreender como os diferentes tipos de motivação influenciam no desempenho e na participação dos alunos. A metodologia do projeto envolve encontros semanais de treino, organizados no contraturno das aulas e voltados para modalidades como futsal, voleibol e basquetebol. Os bolsistas auxiliam no planejamento, controle de frequência, organização das atividades e divulgação, além de acompanhar o envolvimento dos estudantes durante os treinos. A participação do autor concentrou-se nas atividades de voleibol, com apoio na condução dos treinos e na seleção de alunos representantes do câmpus no JIFRS. Além do aspecto competitivo, o projeto tem buscado incentivar estudantes que, mesmo sem participar do time principal, demonstram interesse em desenvolver suas habilidades esportivas e permanecer engajados para futuras edições dos jogos. Ao observar os treinos foi possível identificar uma redução de estudantes após a participação nos torneios esportivos que ocorreram no primeiro semestre do ano. Sugere-se, com isso, que estes estudantes eram extrinsecamente motivados, frequentando o projeto em função da possibilidade de participar dos torneios. No entanto, os relatos dos estudantes que permaneceram no projeto indicam que os treinos têm favorecido o comprometimento e a motivação intrínseca, criando um ambiente de convivência que ultrapassa o espaço da quadra e se reflete também em sala de aula. Para manter e/ou ampliar o engajamento dos estudantes no projeto optou-se por realizar torneios esportivos internos no segundo semestre do ano, ampliando o acesso às atividades físicas e estimulando a participação de todos os estudantes, independentemente de sua experiência prévia. Espera-se, com essa abordagem, consolidar o esporte como uma ferramenta pedagógica, integradora e transformadora no ambiente escolar, fortalecendo a relação dos estudantes com o esporte, independentemente dos elementos motivadores que aproximaram o estudante da prática esportiva. Assim, o Motiva Esporte contribui para o engajamento estudantil e para a formação integral dos participantes, promovendo saúde, inclusão e desenvolvimento social.

Palavras-chave: Motivação; Participação; Engajamento.

Nível de ensino: Ensino Técnico - Pôster

Área do conhecimento: Ciências Humanas