

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

Amanda Franciele Silva Oliveira¹
Maria Cristina da Silva Rocha²
Laura Lilian Ferreira Silva³

RESUMO

A natação é um esporte amplamente difundido, sendo vários os fatores motivacionais que podem levar as pessoas a optarem por essa modalidade esportiva. Este estudo buscou investigar os aspectos motivacionais de adolescentes praticantes de natação no programa “SESI – Escola de Esporte” na cidade de Montes Claros- MG. Através de critérios pré-estabelecidos constituiu-se uma amostra não probabilística composta por 49 adolescentes praticantes de natação, de ambos os sexos, com faixa etária entre 9 e 16 anos. Para coleta dos dados, foram utilizados a “Escala de Motivos para Prática Esportiva – EMPE” e um questionário socioeconômico. Os dados coletados foram organizados em gráficos evidenciando os resultados. A leitura dos gráficos demonstrou que o fator Saúde foi o principal motivo que levou os indivíduos a aderirem à prática da natação. Conclui-se que motivos intrínsecos (saúde) e extrínsecos (afiliação) estão relacionados à prática e permanência dos adolescentes na natação.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte; Motivação; Natação.

MOTIVATION OF ADOLESCENTS FOR SWIMMING PRACTICE**ABSTRACT**

Swimming is a widespread sport, with several motivational factors that may lead people to opt for this sport. This study aimed to investigate the motivational aspects of adolescents practicing swimming in the "SESI - School of Sports" program in the city of Montes Claros, MG. Through pre-established criteria, a non-probabilistic sample consisted of 49 swimmers of both sexes, with ages ranging from 9 to 16 years. Data were collected using the "Motivation Scale for Sports Practice - EMPE" and a socioeconomic questionnaire. The data collected were organized into graphs showing the results. The reading of the graphs showed that the Health factor was the main reason that led the individuals to adhere to the swimming practice. We conclude that intrinsic (health) and extrinsic (affiliation) motives are related to the practice and permanence of adolescents in swimming.

Keywords: Psychology of Sport; Motivation; Swimming.

¹ Graduada em Psicologia Bacharel (FUNORTE), E-mail: <amandafrancieleoliveira@gmail.com>

² Graduada em Psicologia Bacharel (FUNORTE), E-mail: <cristhinasilvarocha@yahoo.com.br>

³ Especialista – MBA em Administração com Ênfase em Gestão de Pessoas (ISEIB), Pós Graduada em Psicologia do Esporte (UNINTER), Graduada em Psicologia Bacharel (FUNORTE), Professora do Curso de Psicologia das Faculdades: FUNORTE / FASI, E-mail: <lauralilianpsi@gmail.com>

INTRODUÇÃO

A Psicologia do Esporte, apesar de ter sua origem há mais de um século, no Brasil ficou evidente na década de 50 com um trabalho realizado para a seleção de juízes da Seleção Paulista de Futebol. Após esse trabalho, o Psicólogo João Carvalhães deu prosseguimento, fazendo o acompanhamento psicológico dos jogadores. A partir de então, verificou-se uma conscientização por parte dos atletas, treinadores e demais envolvidos na área esportiva da necessidade de compreender o psiquismo dos atletas, bem como para uma efetiva interligação entre corpo e mente. Entretanto, essa é uma ciência ainda vista como uma novidade tanto por psicólogos como por profissionais do esporte, sejam eles atletas, técnicos e dirigentes, que não têm clareza de que maneira essa intervenção pode ajudá-los a aumentar o rendimento no esporte que pratica ou superar dificuldades em situações não previstas (RUBIO, 2002).

A Psicologia do esporte, para Weinberg e Gould (2001), é definida como um estudo empírico de pessoas e seus comportamentos relacionados a atividades esportivas e físicas. Ela tem como finalidade auxiliar treinadores e atletas a compreender e a lidar com suas dificuldades psicológicas e sociais, sendo esta uma função exclusiva do psicólogo do esporte, o qual contribui para o controle emocional dos atletas nas fases de instabilidade, treinamento e autoconhecimento, para que eles alcancem em um menor tempo a autoconfiança e o equilíbrio emocional, com o intuito de alcançar o máximo de suas potencialidades de rendimento na competição (SOUZA *et al.*, 2011). Para Singer (1993) citado por Vieira *et al.* (2010), a psicologia do esporte se associa à percepção, à explicação e à influência de comportamentos de indivíduos ou grupos envolvidos em esporte de alto desempenho ou não.

Podem ser consideradas áreas de atuação da psicologia do esporte o ensino, a pesquisa e a intervenção, atuando o profissional como pesquisador, professor e consultor. O psicólogo do esporte na área de pesquisa tem como função explorar os diferentes campos de atuação visando ao crescimento do setor e ao desenvolvimento de teorias. Na área do ensino, tem a função de transmitir conhecimentos básicos sobre essa especialidade. Na área de intervenção, tem o papel de realizar psicodiagnósticos e intervenções psicológicas (VIEIRA *et al.*, 2010, p. 398).

O Conselho Federal de Psicologia instituiu o título de profissional especialista em Psicologia do Esporte através da Resolução nº 013/2007, em seu anexo II. Apresenta o

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

que determina a especialização do Psicólogo do Esporte, sendo que sua atuação está voltada tanto para o esporte de alto rendimento, ajudando atletas, técnicos e comissões técnicas a fazerem uso de princípios psicológicos para alcançar um nível ótimo de saúde mental, maximizar rendimento e otimizar a performance, quanto para a identificação de princípios e padrões de comportamentos de adultos e crianças participantes de atividades físicas (CFP, 2007).

Dentre os estudos realizados pela psicologia do esporte, a motivação é um dos aspectos que desperta interesse desde os profissionais até os atletas. A palavra motivação vem do latim “movere” que significa mover. Para Weinberg e Gould (2001), a motivação pode ser caracterizada em duas vertentes, quais sejam: direção – que é a força impulsionadora do comportamento- e a intensidade – que é o esforço que uma pessoa investe numa determinada situação.

Diversos autores formularam conceitos para a palavra motivação, nos quais pôde-se identificar termos chave que correlacionam suas ideias em torno de temas, como metas, objetivos e necessidades. Robbins (2002), traz para o conceito de motivação a ideia de exercer um nível alto e constante de esforço em prol de determinada meta, levando em consideração que esse esforço atenda à satisfação de algumas necessidades individuais. De acordo com Samulski (2002) a motivação se dá de forma ativa e intencional, dirigindo-se a uma meta, a qual depende de fatores intrínsecos e extrínsecos.

A motivação intrínseca caracteriza-se pela vontade interior de executar tarefas e independe propriamente de fatores externos. É a atuação da força psíquica que conduz o indivíduo a comprometer-se com a realização de uma atividade por interesse próprio (MIRANDA *et al.*, 2008). Segundo Silva *et al.* (2013), a motivação intrínseca manifesta-se de formas distintas, haja vista que cada pessoa tem a capacidade de se motivar ou desmotivar.

Na motivação extrínseca, temos a atuação de fatores externos que contribuem diretamente para o comportamento e o desempenho do indivíduo. Eles estão ligados ao ambiente em que a pessoa vive. Esses mesmos fatores precisam ser enfatizados e utilizados adequadamente por treinadores, pais e dirigentes, pois podem contribuir para a manutenção e a modificação do comportamento dos indivíduos (MIRANDA *et al.*, 2008; SILVA *et al.*, 2013).

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

Diante do que foi citado, percebe-se a importância de tais conhecimentos na execução das mais diversas atividades, inclusive das atividades físicas. A motivação exerce um papel relevante no desempenho e na permanência dos praticantes dessas atividades e podem melhorar o desempenho desses nas competições, além de contribuir para uma melhoria na saúde física, mental e social (SILVA *et al.*, 2013).

Este projeto trata da aplicação dos conhecimentos sobre motivação na modalidade esportiva natação. A natação é um esporte muito praticado por pessoas de ambos os sexos e diferentes faixas etárias e vários podem ser os motivos que levam essas pessoas a optarem por essa modalidade esportiva (SILVA *et al.*, 2013).

Estudos apontam que os principais motivos que influenciam as pessoas a iniciar a prática da natação estão ligados a aspectos motivacionais de ordem intrínseca e extrínseca, a saber: gosto pela natação, pais ou responsáveis decidiram que era importante praticar natação, orientação médica, melhor condicionamento físico e não saber nadar (SILVA *et al.*, 2013).

Fernandes e Lobo da Costa (2006) definem a natação como um conjunto de habilidades motoras que proporcionem o deslocamento autônomo, independente, seguro e prazeroso no meio líquido. Trata-se de um espaço para emoções, aprendizados e relacionamentos com o outro, consigo e com a natureza.

Corrêa e Massaud (2004) caracterizam a natação como a porta que abre o caminho para atingir o aprendizado de forma educativa, oferecendo os mais variados benefícios concretos no desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial, auxiliando no seu aprendizado escolar.

A natação proporciona vários benefícios, entre eles os físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos, melhora a adaptação na água, aprimorando a motricidade, noções de espaço e tempo, prepara o psicológico e neurológico para o autossalvamento, além de promover o aumento da resistência cardiorrespiratória e muscular (FERREIRA, 2016).

Um fator importante a ser abordado na temática em questão é o desenvolvimento do adolescente. A adolescência é o período de transição entre a infância e a vida adulta, caracterizado pelas diversas transformações tanto física como psicológicas, que possibilitam o surgimento de comportamentos irreverentes e o questionamento dos parâmetros e padrões infantis que são necessários ao próprio crescimento. Segundo a Organização Mundial de Saúde, o período da adolescência está compreendido entre 10 a

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

19 anos, com algumas variações individuais, o qual é permeado por mudanças físicas, psicológicas e sociais (FERREIRA; NELAS, 2006, p. 142).

Para Aberastury et al. (1981), essa é uma fase em que o adolescente passa por diversos conflitos, sendo todos eles importantes para a formação da sua identidade e que são denominados como Luto. A sua elaboração condiz com o papel que a puberdade lhe destina, e esse processo surge das defesas cuja finalidade é negar a perda da infância. Os autores destacam três lutos fundamentais que estão presentes nessa fase: A) luto pelo corpo da criança, base biológica da adolescência, que se impõe ao indivíduo, diante do qual se vê como impotente espectador do que acontece no seu próprio organismo; B) o luto pelo papel e pela identidade infantil, que o obriga a uma renúncia à dependência e a uma aceitação de responsabilidades que muitas vezes não conhece; C) o luto pelos pais da infância, que persistentemente tentam reter na sua personalidade, buscando o refúgio e a proteção que eles significam, situação que se complica pela própria atitude dos pais, que também têm de aceitar o seu envelhecimento e o fato de que seus filhos não são mais crianças, mas adultos, ou estão em processo de se tornarem assim.

No período da adolescência, o indivíduo procura pertencer a um grupo, recorre como comportamento defensivo à busca de uniformidade, que pode proporcionar segurança e estima pessoal. Ocorre um processo de identificação em massa, em que esse mecanismo é individual (ABERASTURY; KNOBEL, 1981, p. 35). É notório que o esporte, nesse caso a natação, proporciona momentos de socialização e de integração, o que automaticamente pode contribuir para o desenvolvimento social daquele que o pratica (BRAGA *et al.*, 2010).

Para Damasceno (1997), a natação assegura o desenvolvimento equilibrado da personalidade do indivíduo, auxilia na estruturação do esquema corporal, possibilitando ao praticante noções perceptivas do próprio corpo, através da vivência em diferentes posições de ações e das partes do corpo. Proporciona também as noções espaciais experimentadas na exploração do ambiente aquático com o corpo no mesmo lugar, em deslocamento, em grande ou pequena profundidade, além de fornecer à criança elaboração do pensamento abstrato, bem como o comando voluntário da respiração.

Assim, este estudo se justifica pela importância de compreender os aspectos motivacionais relacionados à natação praticada por adolescentes, como forma de contribuir para um melhor entendimento da relação do esporte em seu desenvolvimento, considerando os aspectos físicos, sociais e emocionais. Salienta-se também a

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

necessidade de identificar a relevância da atuação do psicólogo do esporte na compreensão do psiquismo dos atletas para uma efetiva interligação entre corpo e mente, haja vista que é preciso entender as razões pelas quais os praticantes de esportes ingressam nas devidas atividades e o que os levam a permanecer nelas, sendo esse o ponto de partida para conjecturar a melhor forma de intervenção. Sendo assim, este trabalho teve como objetivo investigar os aspectos motivacionais relacionados à prática de natação por adolescentes, participantes de um projeto social na cidade de Montes Claros- MG, bem como identificar os fatores intrínsecos e extrínsecos que influenciam no comportamento dos atletas e verificar os motivos para a escolha da modalidade natação.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este foi um estudo de campo, de caráter descritivo, de análise quantitativa e de corte transversal. A população era constituída de aproximadamente 100 adolescentes que praticam natação no Programa “SESI - Escola de Esporte” da cidade de Montes Claros/ MG. Foram utilizados os seguintes critérios para a seleção dos participantes desse estudo: ter entre 9 e 16 anos de idade, estar regularmente matriculado e frequente por, no mínimo, seis meses no programa e ter assinado pelos pais o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos aqueles cujos pais não anuíram o termo de consentimento, os participantes que não preencheram o instrumento na sua totalidade e aqueles que estão há menos de 6 meses no programa. Dessa forma, chegou-se ao número amostral de 49 participantes, sendo 18 do sexo masculino e 31 do sexo feminino, com idades entre 9 e 16 anos. Trata-se de uma amostragem não probabilística por conveniência do estudo.

Para a coleta dos dados, foi utilizada a “Escala de Motivos para Prática Esportiva” EMPE, a qual foi validada por Barroso (2007) para a população brasileira. Instrumento esse dotado de uma escala com valores de 0 a 10, em que o participante devia atribuir um valor para cada uma de suas 33 afirmações, sendo o 0= nada importante, de 1 a 3 = pouco importante, de 4 a 6=importante, de 7 a 9=muito importante e 10= totalmente importante. Estes itens por sua vez foram agrupados em sete domínios motivacionais, assim denominados: Status, Condicionamento físico, Liberação de energia, Contexto, Aperfeiçoamento técnico, Afiliação e Saúde. Além da

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

escala EMPE, foi utilizado um Questionário Socioeconômico contendo 14 questões, elaborado pelos próprios pesquisadores, como forma de complementar as informações. As respostas à escala e ao questionário ocorreram de forma individualizada com grupos de participantes reunidos de acordo com a divisão das turmas do programa, em dias e horários pré-definidos, com a presença dos pesquisadores para esclarecer dúvidas. Destaca-se que a participação foi totalmente voluntária, o que implica não haver qualquer forma de remuneração para os participantes.

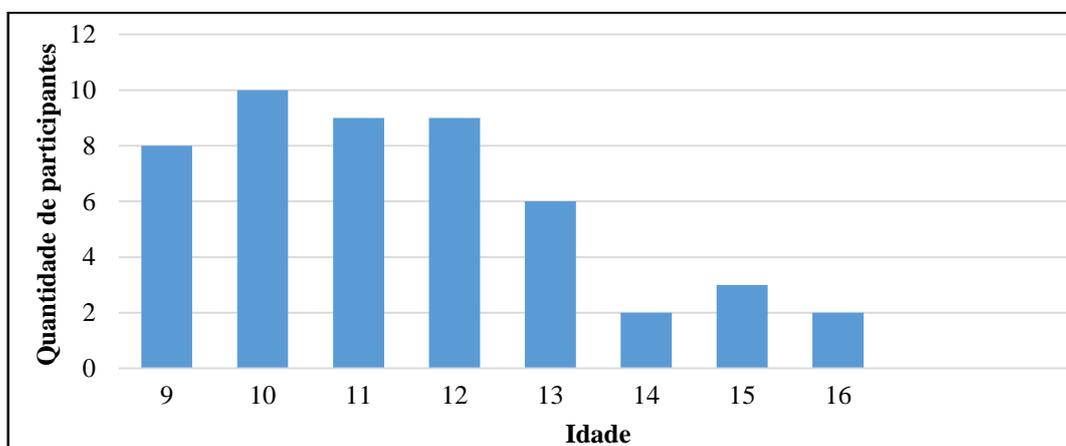
Os dados foram plotados e analisados com o auxílio do programa Microsoft Excel do Office 365.

Por envolver seres humanos, a pesquisa foi submetida à revisão ética e ao acompanhamento de comitê de Ética da Associação Educativa do Brasil – SOEBRAS/ Faculdades Unidas do Norte de Minas - FUNORTE, aprovado sob o parecer de número 1.655.521, em 12 de Julho de 2016.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O gráfico 1 demonstra a composição etária dos participantes da pesquisa. Há uma tendência de redução da quantidade de participantes a partir de 13 anos de idade. Segundo Almeida e Pinho (2008), é nessa fase que o adolescente se depara com uma série de escolhas que definirão o seu futuro, dentre elas o vestibular e a escolha profissional, o que pode contribuir para a diminuição da motivação em participar de atividades esportivas.

Gráfico 1 - Composição etária dos participantes da pesquisa.



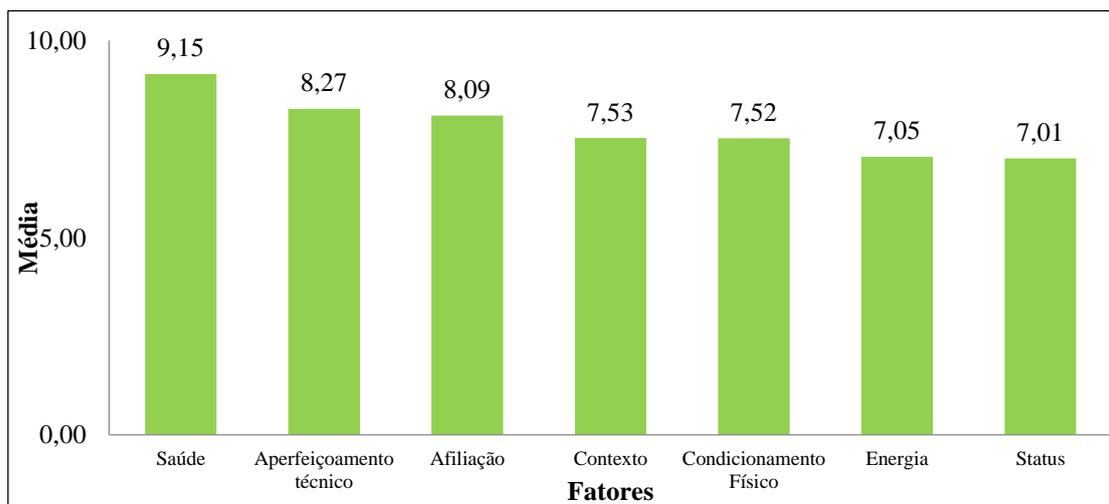
MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

Fonte: dados da pesquisa, 2016.

A análise dos fatores socioeconômicos neste estudo apontaram que 53% dos participantes residem com pais, mães e irmãos. Essa é a típica “família nuclear” que, para Alves (2009), constitui-se pelo núcleo principal representado pelo chefe da família (pai), sua esposa e os seus descendentes legítimos, tendo apresentado grande importância no processo de formação da sociedade brasileira.

Foi observado ainda que apenas um participante não está estudando. Dos demais, 33 estudam em escola pública. Dez participantes estudam o inglês como outro idioma. A maioria dos participantes desloca-se para o local da atividade através de meios próprios, o que pode demonstrar certo grau de autonomia na realização de suas atividades diárias. Dos 49 participantes, apenas 14 participam de outras atividades esportivas, como futebol, vôlei e outros.

Gráfico 2 - Prevalência dos aspectos motivacionais para a prática da natação



Fonte: dados da pesquisa, 2016.

Ao verificar os resultados da Escala de Motivos para Prática Esportiva (EMPE) apresentados no gráfico 2, observa-se que o fator Saúde foi o principal motivo que levou os indivíduos a aderirem à prática da natação. Em seguida, vieram o Aperfeiçoamento técnico, a Afiliação, o Contexto, o Condicionamento físico, a Liberação de energia e o Status.

Esses resultados estão de acordo com aqueles obtidos por outros pesquisadores, como Scalon, Becker Junior e Brauner (1999), que relataram que os jovens entre 10 e

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

17 anos se preocupam com a saúde e buscam no esporte uma forma de obter um hábito saudável.

Braga *et al.* (2010), em seu estudo, puderam constatar que a Saúde foi o principal motivo que levou os sujeitos à prática da natação, sendo que esse foi o único que apresentou-se significativamente diferente dos demais fatores.

Alves *et al.* (2007), estudando adolescentes entre 13 e 18 anos, chegaram à conclusão de que, ao menos na amostra estudada, o fator saúde não exerce um peso acentuado na opção de adolescentes para iniciar um programa de natação. Entretanto, motivos relacionados à saúde vão ganhando importância, constituindo-se num dos principais fatores que justificam a permanência dos indivíduos nos programas de natação.

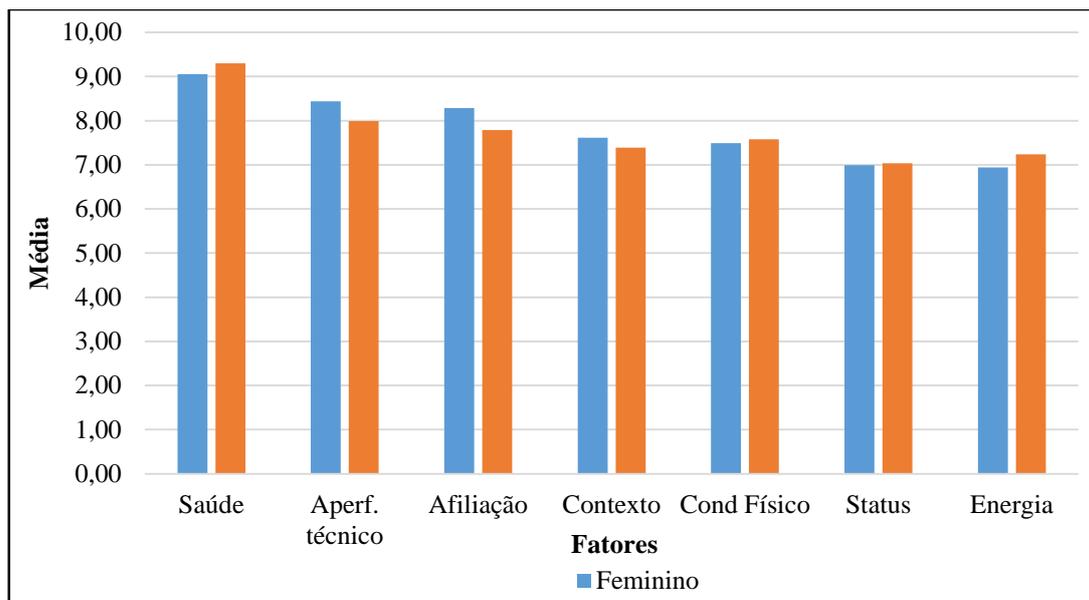
O segundo motivo observado foi o Aperfeiçoamento Técnico. Nesse sentido, os participantes demonstraram sua preocupação em melhorar seu desempenho na prática da natação, vislumbrando o nível de competição. Segundo Silva e Rubio (2003), atletas de alto rendimento buscam a cada treino a perfeição técnica. Para isso, estão disponíveis estudos científicos sobre movimento humano e equipamentos cada vez mais sofisticados que auxiliam esses atletas a alcançarem o máximo de rendimento possível.

Para Myotin (1995) citado por Voser *et al.* (2016), a prática esportiva está relacionada à melhoria das habilidades sendo considerada um motivo de grande importância para os jovens, principalmente para os do sexo masculino que são bastante motivados por questões relacionadas à realização pessoal. Entretanto, no presente trabalho, observou-se que as meninas valorizaram mais o Aperfeiçoamento Técnico do que os meninos.

Em relação à Afiliação, terceiro motivo mais importante neste trabalho, Huertas (2006) explica que esse fator está ligado à predisposição social do indivíduo. Ele acredita ainda que o relacionamento interpessoal produz benefícios importantes para as pessoas, como a obtenção da identidade pessoal e de uma reputação, além de permitir o intercâmbio de valores, ideias e formas de agir que podem ser praticados diariamente, havendo assim o fortalecimento emocional e consequente obtenção de segurança e confidencialidade. Finalizando, o autor ainda relata que é no grupo que são construídos todos os processos psíquicos tipicamente humanos.

Gráfico 3 - Aspectos motivacionais para a prática da natação de acordo com o gênero

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO



Fonte: dados da pesquisa, 2016.

A tendência observada no gráfico 1 permanece quando considerada a diferença por gênero (gráfico 3), indicando que a saúde é o fator principal para a prática da natação tanto para o sexo masculino quanto para o feminino. Entretanto, nos demais fatores, os meninos deram maior importância ao Condicionamento Físico e Energia, enquanto as meninas valorizaram mais o Aperfeiçoamento Técnico, a Afiliação e o Contexto. Ambos os sexos valorizaram igualmente o fator Status.

A partir da análise do gráfico 3, foi observado que os atletas do sexo masculino valorizaram o Condicionamento físico mais do que o sexo feminino. Esses dados podem estar associados à questão do corpo físico e à masculinidade. A sociedade de hoje muito se preocupa com a imagem corporal. Existe uma “cobrança” pelo corpo ideal e isso impulsiona a busca desse ideal de ser (BRAGA *et al.*, 2010). Por outro lado, as meninas são incentivadas ao convívio familiar, à habilidades de relacionamento interpessoal, entre outros, levando-as a valorizar mais fatores ligados ao Aperfeiçoamento técnico, à Afiliação e ao Contexto.

Os fatores extrínsecos, como o relacionamento interpessoal, conferem aos indivíduos uma identidade pessoal e o sentimento de pertencimento através do intercâmbio de valores e conhecimentos, trazendo assim o recrudescimento emocional e o aumento da capacidade de resiliência. Todos esses benefícios advindos da prática esportiva, nesse caso, a natação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

Neste estudo, foi possível concluir que o motivo inicial pela escolha da prática de natação está associado à preocupação por uma vida saudável, sendo assim, a dimensão “Saúde” teve uma influência mais significativa para ambos os sexos, seguido de Aperfeiçoamento técnico e Afiliação. Portanto, em função dos resultados obtidos, foi possível identificar a saúde como parte de um conjunto de motivos intrínsecos - a vontade interior de executar tarefas, independentemente dos fatores externos existentes.

Além do acima exposto, ressalta-se a importância do Psicólogo do Esporte que, através do seu conhecimento de bases científicas, ajuda tanto atletas e comissões técnicas a fazerem uso de princípios psicológicos para alcançarem um nível adequado de saúde mental, maximizar rendimento e otimizar a performance quanto para a identificação de princípios e padrões de comportamentos de adultos e crianças participantes de atividades físicas, sejam elas de alto desempenho ou não.

Agradecimentos

Àqueles que contribuíram com seu conhecimento e orientação. À Instituição “Serviço Social da Indústria (SESI)” de Montes Claros - Minas Gerais, que forneceu o espaço para a realização dessa pesquisa.

REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. Adolescência e psicopatia - Luto pelo corpo, pela identidade e pelos pais infantis. In:_____. **Adolescência normal - Um enfoque psicanalítico**. Porto Alegre: ARTMED, 1981. cap. 3, p. 64-74.

ALVES, M. P.; JUNGER, W. L.; PALMA, A.; MONTEIRO, W. D.; RESENDE, H. G. Motivos que justificam a adesão de adolescentes à prática da natação: qual o espaço ocupado pela saúde? **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 13, n. 6, nov./dez., 2007.

ALVES, R. R. Família Patriarcal e Nuclear: Conceito, características e transformações. **II Seminário de Pesquisa da pós Graduação em História UFG/UCG**. Goiânia-Goiás, 2009.

ALMEIDA, M. E. G. G.; PINHO, L. V. Adolescência, Família e Escolhas: Implicações na Orientação Profissional. **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 173-184, 2008.

BARROSO, M. L. C. **Validação do Participation Motivation Questionnaire Adaptado para Determinar Motivos de Prática Esportiva de Adultos Jovens Brasileiros**. 2007. 129f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte) - Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

BRAGA, A. C. S.; CORRÊA, S. S. O.; PENA, J. L. C.; KREBS, R. J.; PINTO, R. F. Fatores Motivacionais de Crianças e Adolescentes Praticantes de Natação na Cidade de Macapá. **FIEP BULLETIN**, v. 80, 2010. Disponível em: <<http://www.fiepbulletin.net>>. Acesso em: 06 mar. 2016

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde/MS Sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos**. Diário Oficial da União, 12 de outubro de 2012.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA - CFP. **Institui a Consolidação das Resoluções relativas ao Título Profissional de Especialista em Psicologia e dispõe sobre normas e procedimentos para seu registro**. Resolução nº 013/2007 14 de setembro de 2007. Brasília DF, anexo II, p. 20.

CORRÊA, C. R.; MASSAUD, M. **Natação na pré-escola**. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.
DAMASCENO, L. G. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. São Paulo: Autores Associados, 1997.

FERNANDES, J. R. P.; LOBO DA COSTA, P. H. Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, São Paulo, v.20, n.1, p. 5-14, jan./mar., 2006.

FERREIRA, M.; NELAS, P. Adolescências... Adolescentes... **Revista de ISPV, Educação, Ciência e Tecnologia**, n. 32, p. 141-162, 2006.

FERREIRA, F. G. **Natação para bebês**. Disponível em: <<http://www.guiadobebe.com.br/natacao-para-bebes/>>. Acesso em: 04 mar. 2016.

HUERTAS, A. J. **Motivación: querer aprender**. 2. ed. Buenos Aires: Aique Grupo Editor, 2006.

MIRANDA, R.; FILHO, M. B. Motivação: a energia do treinamento esportivo. In:_____. **Construindo um atleta vencedor: uma abordagem psicofísica do esporte**. 1. ed. Porto Alegre: ARTMED, 2008. cap. 1, p. 17-46.

ROBBINS, S. P. **Motivação no trabalho e recompensas**. São Paulo: Saraiva, 2002.

RUBIO, K. Origens e evolução da psicologia do esporte no Brasil. **Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales, Universidad de Barcelona**, v. 7, n. 373, mai. 2002.

MOTIVAÇÃO DOS ADOLESCENTES PARA A PRÁTICA DE NATAÇÃO

SAMULSKI, D. Motivação. In:_____. **Psicologia do esporte: manual para a educação física, psicologia e fisioterapia**. São Paulo: MANOLE, 2002. cap. 6, p. 103-127.

SCALON, R. M.; BECKER, J. R. B.; BRAUNER, M. R. G. Fatores motivacionais que influencia na aderência dos programas de iniciação desportiva pela criança. **Revista Perfil**, ano 3. n. 3, p. 51-61, 1999.

SILVA, A. O.; SANTOS, V. R.; BORRAGINE, S. O. F. Fatores motivacionais que justificam a prática da natação por adolescentes e adultos. **Revista Digital**, Buenos Aires, v. 18, n. 182, 2013.

SILVA, M. L.; RUBIO, K. Superação no esporte: limites individuais ou sociais? **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, v. 3, n. 3, p. 69-70, 2003.

VIEIRA, L. F.; VISSOCI, J. R. N.; OLIVEIRA, L. P.; VIEIRA, J. L. L. Psicologia do Esporte: uma área emergente da psicologia. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p. 391-399, abr./jun., 2010.

VOSER R. C.; MOREIRA C. M.; VOSER, P. E. G. A Motivação para Prática do Futsal: um estudo com atletas na faixa etária entre 13 a 18 anos. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 8, n. 28, p. 39-45, 2016.

SOUZA, S. V. T.; SOUZA, L. W. F.; FERREIRA, J. L. Psicologia do Esporte: surgimento, evolução e consolidação. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 16, n. 161, 2011.

WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia aplicada ao exercício e ao esporte**. Porto Alegre: ARTMED, 2001.