



UNIVERSIDADE DO PORTO

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E DE

EDUCAÇÃO FÍSICA

ESTUDO DOS MOTIVOS QUE LEVAM OS JOVENS AO ABANDONO DA PRÁTICA DO BASQUETEBOL NO DISTRITO DO PORTO

Um estudo comparativo entre jovens de ambos os sexos
com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos.

Sofia Guerreiro Mota

Porto, Dezembro de 2005

UNIVERSIDADE DO PORTO

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E
DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Estudo dos Motivos que Levam os Jovens ao Abandono da Prática do Basquetebol no Distrito do Porto

Um estudo comparativo entre jovens de ambos os sexos com idades
compreendidas entre os 15 e os 16 anos.

Estudo monográfico apresentado
à FCDEF-UP no âmbito da
disciplina de seminário do 5º ano
da licenciatura em Desporto e
Educação Física – Opção
complementar de Desporto de
Rendimento, Basquetebol.

Orientador: Prof. Doutor Fernando Tavares

Autor: Sofia Guerreiro Mota

Porto, Dezembro de 2005

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todos os que me ajudaram neste projecto e que, indirectamente, com a sua atenção e dedicação, tornaram possível a sua realização. A todos, os meus agradecimentos, especialmente:

Ao prof. Doutor Fernando Tavares, cuja competência, paciência, e colaboração foram fundamentais para orientar o caminho seguido.

Ao prof. Doutor Manuel João Coelho e Silva da FCDEF-UC, que me ajudou nesta jornada desde o principio, retirando-me muitas das dúvidas que me foram surgindo.

À Associação de Basquetebol do Porto, por toda a colaboração no fornecimento de informações relativas aos contactos dos ex-atletas, fundamentais para a realização deste trabalho.

Aos ex-atletas de basquetebol que se propuseram a colaborar com esta pesquisa.

Aos meus pais, pelo incentivo constante e à minha irmã pelos pequenos detalhes...

Ao meu namorado, Pedro Santos, pela dedicação, compreensão e tolerância durante este processo...

Aos meus amigos que sempre me incentivaram, Ana Luísa Castro, Luís Vouga, Mariana Lamarão, Ricardo Sousa, Sara Ribeiro, Tiago Veloso, entre outros.

A todos os professores do gabinete de basquetebol pelas ideias, sugestões, correcções e apoio dados num período de incertezas.

ÍNDICE GERAL

1. Introdução.....	1
2. Revisão da Literatura.....	5
2.1 O Basquetebol	5
2.2 Os Jovens e o Desporto.....	8
2.2.1 Caracterização do Jovem Atleta.....	8
2.2.1.1. Transformação Física	8
2.2.1.2 Desenvolvimento Psicossocial.....	9
2.2.2 Hábitos desportivos da população portuguesa	10
2.3 Os Jovens e o Treino	12
2.3.1 Treino de Jovens.....	12
2.3.1.1. Exigências da Formação e Preparação do jovem para o Treino e Competições.....	12
2.4 A influência dos Adultos.....	16
2.4.1 Os Adultos.....	16
2.4.1.1. A influência da família.....	17
2.4.1.2. O papel do treinador	19
2.5 Participação Desportiva	22
2.5.1 Motivos para a Prática Desportiva.....	22
2.5.2 Abandono Desportivo	25
2.5.2.1. Definição de Abandono Desportivo.....	25
2.5.2.2. Motivos do Abandono Desportivo	27
2.5.2.3. Estudos realizados na área do Abandono Desportivo.....	30
2.5.2.4. Estudos realizados em Portugal.....	34
3. Material e métodos	38
3.1 Descrição e caracterização da amostra	38
3.2 Instrumento de avaliação	38
3.3 Procedimento.....	39
3.4 Procedimentos Estatísticos utilizados	40
3.5. Limitações do Estudo	41
4. Apresentação dos Resultados	42
4.1 Análise da Taxa de Abandono da Prática Desportiva.....	42

4.1.1 - Análise da taxa de abandono da prática desportiva no escalão de Cadetes na época de 2004/2005.....	42
4.2 Estudo dos Motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos para o Abandono da Prática Desportiva.....	43
4.2.1 Estatística Descritiva	43
4.2.1.1- Motivos mais importantes, invocados por cada sexo	45
4.2.1.2 Motivos menos importantes, invocados por cada sexo	46
4.2.1.3 Ordem de importância das dimensões extraídas dos itens do questionário para o abandono da prática desportiva, por cada sexo.....	47
4.2.2 Comparação entre grupos femininos e masculinos de jovens basquetebolistas no questionário de abandono da prática desportiva (1-nada importante, 5- totalmente importante).....	48
5. Discussão dos resultados	51
5.1. Motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos para o abandono do basquetebol	51
5.1.1 Motivos mais valorizados para explicar o abandono.....	51
5.1.2 Motivos menos valorizados para explicar o abandono.....	53
5.1.3 Dimensões extraídas dos itens do questionário do abandono da prática desportiva	54
5.1.4 Confrontação dos motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos ..	55
6. Conclusões	56
7. Sugestões para futuros estudos.....	57
8. Referências Bibliográficas.....	58

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 : Classificação, tipos e características dos gestos técnicos.	7
Quadro 2: Procura Desportiva segundo a idade.....	12
Quadro 3: Prática Desportiva e Abandono segundo a idade.....	12
Quadro 4: Categorias do envolvimento dos pais na carreira desportiva dos seus filhos (adaptado de Byrne, 1993)	18
Quadro 5: Comparação dos principais motivos invocados pelos jovens para o abandono da prática nos desportos individuais e colectivos.....	37
Quadro 6: Caracterização da população e da amostra do estudo.	38
Quadro 7: Agregação dos itens de acordo com a análise do conteúdo.	39
Quadro 8: Distribuição de praticantes cadetes inscritos na Associação de Basquetebol do Porto na época de 04/05, por sexo.	42
Quadro 9: Atletas cadetes que abandonaram a prática desportiva na época de 04/05, por sexo... 43	
Quadro 10: Ordenação dos motivos invocados em cada um dos sexos, para o abandono da prática desportiva.	44
Quadro 11: Cinco principais motivos invocados pelos ex-atletas para o abandono da prática do basquetebol.	46
Quadro 12: Cinco motivos menos importantes, invocados pelos ex-atletas para o abandono do basquetebol.	47
Quadro 13: Dimensões dispostas por ordem decrescente de importância para os diferentes sexos.	48
Quadro 14: Comparação entre sexos no questionário de abandono da prática desportiva.	49
Quadro 15: Comparação entre grupos femininos e masculinos de jovens basquetebolistas quando as diferenças são estatisticamente significativas.	50

RESUMO

O presente estudo tem por objectivo analisar os motivos que têm levado os jovens praticantes de basquetebol, com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos no distrito do Porto, a abandonarem a modalidade numa fase precoce. Foram inquiridos 21 raparigas e 41 rapazes que não haviam renovado a sua inscrição na Associação de Basquetebol do Porto na época de 2004/2005, os quais responderam ao questionário de abandono da prática desportiva (QAB), elaborado por Gil et al. (1981) e Goul et al. (1982) e adaptado por Cruz et al (1988; 1995). A incidência de abandono desportivo no escalão de cadetes é elevada e não varia consoante o sexo. O item “Os treinos consumiam muito tempo” foi a razão mais invocada para explicar o abandono por parte das raparigas. Por sua vez, os rapazes referem o item “Não ter tempo disponível” como a razão preponderante para o seu abandono da modalidade. Em ambos os sexos, a dimensão “treinador” mostrou ser a mais influente para a tomada de decisão de abandonar a modalidade.

Palavras-chave: BASQUETEBOL/ ABANDONO/ ATLETA/ ADOLESCENTE

ABSTRACT

The objective of the present study is to analyze the reasons that conducted young players of basketball, between 15 and 16 years old, in the district of Oporto, to abandon the modality in a precocious phase. 21 girls and 41 boys who had not renewed its registration at the Association of Basketball of Oporto, in 2004/2005 season, were inquired, answering the questionnaire of abandonment of sports practice, elaborated by Gil et al. (1981) and Goul et al. (1982) and adapted by Cross et al. (1988; 1995). The incidence of sports abandonment by young athletes is high and doesn't vary according to sex. The item "Practices consumed much time" was the main reason to explain the abandonment of girls. On the other hand, the boys report the item "Not to have available time" as the preponderant reason for its abandonment of the modality. In both sexes the dimension "coach" revealed to be the most influent for the decision taking to leave the modality.

Keywords: BASKETBALL/ ABANDON/ ATHLETE/ TEENAGER

1. INTRODUÇÃO

Criado nos Estados Unidos pelo canadense James Naismith em fins de 1891, e introduzido em Portugal em 1922, sendo divulgado pela primeira vez na cidade de Coimbra e no Porto, o basquetebol evoluiu muito nas últimas décadas, expandindo-se por todo o território nacional e sendo praticado a nível federado por cerca de 20.000 atletas em mais de 300 clubes, distribuídos pelos escalões etários masculinos e femininos que abrangem jovens desde o mini-basquete até aos seniores. (Baioneta, 1998).

Alguns dos motivos que levaram Naismith a criar este novo jogo foram: a necessidade de incentivar a prática de actividade física pelos alunos da Associação Cristã de Moços de Springfield, pois estes começavam a apresentar sinais de desinteresse nas aulas; a necessidade de criar uma actividade que pudesse ser realizada num local coberto, para permitir a sua prática durante todo o ano, pois o Inverno da região era bastante rigoroso; a necessidade de uma actividade que pudesse ser praticada por um grande número de pessoas ao mesmo tempo (De Rose e Ferreira, 2003).

Após diversas modificações, chega-se ao actual desporto que representa hoje, uma modalidade profundamente implantada a nível mundial, desfrutando incontestavelmente de privilegiada magnitude no quadro da cultura desportiva contemporânea.

A grande potência nos dias actuais continua a ser os Estados Unidos, país criador do Basquetebol e possuidor do campeonato profissional mais organizado e valorizado do Planeta, a NBA (National Basketball Association), que possui equipas com atletas de várias partes do mundo e que ajudou e continua a ajudar a popularizar o basquetebol, trazendo prestígio e brilho ao basquetebol mundial,

motivando a sua prática e expandido a modalidade por todo o planeta (Menoncin, 2003).

Para chegar a profissional de basquetebol, um jogador tem de ultrapassar as várias etapas de formação. Em Portugal, apenas os clubes se dedicam a “fazer” jogadores, ao contrário do que acontece nos Estados Unidos onde o basquetebol se caracteriza por uma infra-estrutura escolar e universitária (Baioneta, 1998).

O futebol continua a ser no nosso país, o desporto mais valorizado e com muitos mais investidores. O basquetebol sobrevive ora das iniciativas privadas, ora do incentivo dos municípios, que muitas vezes passam pelas situações políticas do momento.

Para que possamos adquirir melhores resultados nas competições é necessário que haja investimento nas equipas de formação da modalidade, pois só assim, começando do nível mais baixo, podemos formar bons jogadores.

As preocupações em formar atletas e disputar competições são problemas e desafios encontrados por técnicos, dirigentes, escolas, clubes e federações. Contudo, preocupam-se tanto em formar e vencer, que acabam por se esquecer de manter o que já se tem e conseguir dar continuidade ao trabalho existente (Menoncin, 2003).

O número de indivíduos, designadamente crianças e jovens, que decidem deixar de praticar a modalidade desportiva que haviam escolhido praticar, algumas das vezes pouco tempo antes, é significativo, o que naturalmente não pode deixar de constituir-se como uma preocupação para todos que têm responsabilidades neste domínio (Fonseca, 2004).

No distrito Porto, existem bastantes jovens nas camadas iniciais com bons potenciais para a prática da modalidade, contudo, percebemos que durante o processo de formação e nas primeiras competições há uma evasão grande de atletas, colocando em risco a formação de mais jovens e consequentemente uma baixa na qualidade e resultados das competições.

Temos constatado empiricamente que o sistema desportivo Português se caracteriza por mecanismos de exclusão precoce das crianças e jovens das práticas do desporto organizado por Instituições.

O abandono da prática desportiva é um grave problema com o qual o sistema desportivo português se confronta e para o qual terá de arranjar soluções. Algo terá de ser feito para que o desporto cativa os jovens e não, como se tem vindo a verificar, os afaste (Barros, 2002). Pensamos que a melhor forma de combater este problema é perceber quais os reais motivos que levam os jovens a deixar de praticar uma modalidade desportiva, neste caso o basquetebol. O estudo desta questão poderá contribuir para reflexões em busca de um maior envolvimento na participação dos jovens atletas de basquetebol no distrito do Porto.

A este respeito, os estudos publicados sobre a problemática do abandono da prática desportiva por parte das crianças e jovens são bastante escassos (Fonseca, 2004), daí que achemos pertinente a realização deste estudo.

O objectivo geral do presente estudo é identificar os factores que levam os jovens de ambos os sexos ao abandono da prática do basquetebol no distrito do Porto, na faixa etária de 15 e 16 anos. São objectivos específicos deste estudo:

1. Identificar os motivos que contribuíram para o abandono da prática do basquetebol, em jovens atletas do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos;

2. Identificar os motivos que contribuíram para o abandono da prática do basquetebol, em jovens atletas do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos;

Para este estudo foram colocadas as seguintes hipóteses:

H_1 : A ordem de importância, bem como alguns dos principais motivos invocados pelos ex-atletas para o abandono da prática desportiva, diferem em cada um dos sexos.

H_2 : Existem diferenças estatisticamente significativas nas causas apontadas pelos atletas do sexo feminino e masculino para o abandono da modalidade de basquetebol.

H_3 : A dimensão “treinador” é a dimensão de maior peso no abandono da prática do basquetebol em ambos os sexos.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1 O Basquetebol

O basquetebol como desporto competitivo e como modalidade colectiva, proporciona aos seus praticantes o desenvolvimento do espírito de iniciativa e da criatividade, de decisões rápidas e precisas, a disciplina, a camaradagem e o espírito de equipa.

Em relação à prática, Gonçalves (1996) afirma que o basquetebol é a terceira modalidade mais popular entre os jovens portugueses, sendo praticada por 5% do número total de praticantes masculinos. Na verdade, a modalidade basquetebol, constitui um motivo de interesse, bem evidente para milhões de cidadãos (Araújo, 1992).

A natureza do basquetebol é complexa e exige muito das características físicas, técnicas, táticas e mentais, requerendo, por esse motivo, habilidades diferenciadas para que se possa adquirir padrões de rendimento elevados. De acordo com Santos (1997), a grande complexidade desta modalidade decorre de acções técnico-táticas variáveis e executadas sob tensão psicológica. A modalidade basquetebol exige um esforço maximal e submaximal. Maximal durante a aplicação de defesas pressionantes, na recuperação defensiva, no contra-ataque e nas acções individuais em que predomina a velocidade máxima e a reacção explosiva. É um esforço submaximal durante as restantes fases do jogo. Esta modalidade tem sempre uma duração superior a uma hora, média correspondente aos 40 minutos de jogo.

No que às capacidades coordenativas se refere, Tavares (1997) afirma que no caso do basquetebol a orientação espacial permite aos jogadores reconhecer, perante uma diversidade de situações e de movimentos que podem apresentar-se,

o adversário, o colega de equipa, a bola, o terreno de jogo, o tempo, levando assim a um bom sentido de antecipação. O ritmo permite imprimir uma certa estrutura rítmica na realização dos diversos movimentos. No basquetebol, o equilíbrio dinâmico é muito importante, pois permite manter o corpo em posição estável ou recuperá-la caso esta seja perturbada. A reacção permite executar com rapidez acções motoras em resposta às informações, conhecidas ou inesperadas, recebidas e analisadas ao longo do jogo. Nesta modalidade evidenciam-se as reacções do tipo de escolha, provenientes das informações dos colegas de equipa, dos adversários, do treinador e da situação de jogo. Por fim, a diferenciação cinestésica permite coordenar de forma harmoniosa e precisa as diferentes intervenções musculares das várias partes do corpo, para a realização da acção motora adequada, empregando a força necessária à situação. É determinante para realizar com precisão o passe, o drible e o lançamento. Também tem um papel importante em movimentos defensivos.

Quando se fala de exigência muscular, pode afirmar-se que no basquetebol os músculos que recebem maior destaque são os dos membros inferiores (sobretudo aqueles que participam na extensão das articulações coxo-femural, do joelho e tíbio-társica-glúteos, quadríceps e gêmeos), devido aos constantes deslocamentos e saltos. Todavia, nunca poderão ser esquecidos os abdominais, peitorais, bíceps braquial, flexores e extensores, dos membros superiores, tríceps, deltóide, trapézio, grande dorsal, etc.

O bom desenvolvimento técnico do atleta de basquetebol só ocorre a partir do momento que ele domine gestos técnicos específicos da modalidade. A sua correcta execução é condição necessária para que o jogador possa jogar basquetebol de uma forma mais natural e desenvolvida. Os gestos técnicos podem ser classificados de acordo com as suas características (ataque, defesa com bola e sem bola) e possuem tipos diferentes, que implicam variadas mecânicas de

execução (De Rose e Ferreira, 2003). No quadro que se segue (Quadro 1), estão indicados os gestos técnicos, suas características e tipos.

Quadro 1 : Classificação, tipos e características dos gestos técnicos.

GESTOS TÉCNICOS	TIPOS	CARACTERÍSTICAS
Controle do corpo	Paragens bruscas, saídas rápidas, saltos, rotações, corridas e deslocamentos.	Sem bola. Defesa. Ataque.
Controle de bola	Habilidades diversas	Com bola. Ataque.
Drible	Alto, baixo, parado, em velocidade e com mudanças de direcção.	Com bola. Ataque.
Passes	Com as duas mãos: á altura do peito, acima da cabeça, por baixo e picado. Com uma das mãos: picado, à altura do ombro, tipo gancho e por baixo.	Com bola. Ataque.
Lançamentos	Bandeja, com uma das mãos, suspensão e tipo gancho.	Com bola. Ataque.
Técnica individual defensiva	Posição básica defensiva. Deslocamentos.	Sem bola. Defesa.
Ressalto	Ofensivo. Defensivo.	Fase com bola. Fase sem bola.

No que diz respeito à tática, Araújo (1992), afirma que o acto táctico consiste em resolver, praticamente e no respeito pelas regras em vigor, um grande número de problemas postos pelas diversas situações de jogo. Segundo este mesmo autor, o objectivo da preparação táctica é o de fazer com que um atleta utilize as suas capacidades psíquicas e físicas, bem como a sua habilidade motora e táctica, etc., de forma adequada, consoante as condições de competição, no sentido de encontrar as soluções tácticas e colectivas requeridas. Deste modo, menciona que a intervenção táctica de um jogador pressupõe que este possua um desenvolvimento prévio da sua capacidade de pensar e agir de um modo criativo.

2.2 Os Jovens e o Desporto

2.2.1 Caracterização do Jovem Atleta

2.2.1.1. Transformação Física

Lee (2005) considera que os rapazes, em média, iniciam o seu salto pubertário por volta dos 11 anos, alcançam a velocidade máxima de crescimento por volta dos 13 e estabilizam-se aproximadamente aos 15 anos. As raparigas, por sua vez, encontram-se cerca dois anos à frente, iniciando os seus surtos de crescimento por volta dos 9 anos, atingindo a velocidade pico com 11 anos e estabilizando-se por volta dos 13 anos de idade (Malina e Bouchard, 1991). Este período interrompe uma fase de relativa estabilidade com uma intensa aceleração do crescimento que afecta a generalidade das dimensões corporais (Sobral e Silva, 1997).

O salto pubertário tem a duração de dois anos e, após ter alcançado o seu valor máximo (pico de velocidade), o crescimento continua posteriormente, contudo num ritmo muito mais lento (Sobral e Silva, 1997). Os rapazes parecem alcançar as suas dimensões adultas por volta dos 18 anos e as raparigas com 16 anos aproximadamente (Malina e Bouchard, 1991).

O aparecimento da puberdade assinala a transição da infância para a idade sexual adulta. Durante a sua primeira fase (12/13 anos até aos 14/15 anos), com o amadurecimento do sistema sexual-reprodutor, dá-se um crescimento somático dramático. Quantidades significativas de hormonas sexuais afectam o crescimento geral. Os estrogénios, classicamente chamados de hormonas femininas, têm um impacto maior no crescimento ósseo, enquanto os androgénios, as hormonas masculinas, têm um impacto maior no desenvolvimento muscular. Ambos os sexos segregam e necessitam das duas hormonas. Ainda que a puberdade nas raparigas seja principalmente uma consequência da estimulação do estrogénio

mais potente, elas também segregam androgénios, os quais estimulam o crescimento muscular. Por outro lado, enquanto a testosterona (androgénio mais potente) estimula o desenvolvimento púbere masculino, o estrogénio em quantidades relativamente menores, é necessário para a maturação esquelética (Lee, 2005).

Na segunda fase da puberdade (14/15 anos até aos 18/19 anos) ocorre a fase final de crescimento. Nesta fase verifica-se uma diminuição de todos os parâmetros de crescimento e de desenvolvimento. O rápido crescimento em comprimento é substituído por um crescimento mais marcado em largura. As proporções corporais ficam mais harmoniosas o que faz com que haja a recuperação de um novo equilíbrio entre as diferentes componentes corporais (Barata, 1999).

As raparigas iniciam a segunda fase da puberdade mais cedo que os rapazes. Por esse mesmo motivo, sendo o estrogénio um estimulador potente do crescimento esquelético, as raparigas passam pelo crescimento púbere mais cedo. Um aumento no crescimento muscular acontece depois do aumento da estatura, enquanto a flexibilidade e o pico de velocidade ocorrem antes. Uma grande parte da flexibilidade durante a puberdade é mantida na idade adulta. Porém, o mesmo não ocorre com a força, a qual depende de outros factores, incluindo actividade física e aptidão (Lee, 2005).

2.2.1.2 Desenvolvimento Psicossocial

As mudanças nos sistemas fisiológico, glandular e psicológico que se experimentam durante o período inicial da adolescência constituem a mudança mais substancial por que alguma vez o ser humano passa. O adolescente pode, agora, experimentar o mundo de uma forma nova. Começa a pensar em termos

relativistas e consegue apreciar as diferenças entre a realidade objectiva e a percepção subjectiva. Para além disto, o adolescente desenvolve a importante capacidade de perceber sentimentos e emoções tanto em si próprio como nos outros e ainda, a capacidade de adoptar o ponto de vista de outrém (Sprinthall e Sprinthall, 1993).

A adolescência é a idade em que tudo se pergunta e em que tudo é analisado de novo: a moral, a religião, os valores tradicionais, os hábitos sociais. Há necessidade de falar, de discutir, de pôr problemas. A descoberta da vida, o encontro com pessoas novas, a informação adquirida, tudo isto leva o adolescente a pôr a si mesmo imensos problemas e a agitar muitos assuntos. (Deconchy, s/d).

A adolescência é de facto, a época de preparação para a vida adulta, sendo esta uma época frequentemente agitada, repleta de mágoas e problemas. Trata-se de um período de questões, desafios, de exploração e de exame crítico das acções de colegas, amigos e adultos. Nesta fase é frequente não haver uma obediência cega à autoridade mas, uma liderança adulta sensata, modelos positivos de papéis a desempenhar e uma orientação que desenvolva a coragem são essenciais para um processo psicossocial saudável e produtivo de desenvolvimento desses anos atribulados (Lee, 2005).

Ao entrar neste novo estágio, o jovem tende a tornar-se excessivamente egocêntrico em termos de pensamento. O adolescente pode começar a pensar em si próprio como o centro do universo e muitas vezes torna-se vulnerável à pressão da multidão no sentido de a seguir (Sprinthall e Sprinthall, 1993).

2.2.2 Hábitos desportivos da população portuguesa

Segundo Marivoet (2001), num estudo por ela realizado em 1998, com uma amostra representativa da população portuguesa entre os 15 e os 74 anos,

residente no Continente e regiões Autónomas, 23% da população pratica actividades desportivas, sendo que 3% destes desejariam dedicar-se a outras modalidades para além das praticadas. Da população não praticante, 4% mostraram o desejo em iniciar uma prática desportiva num futuro próximo. Os restantes 73% da população em estudo, não demonstraram qualquer tipo de interesse na procura desportiva.

A região norte (onde se situa o Porto), apresenta dos índices mais elevados de Participação Desportiva (26%), valor este que se situa acima da média nacional (23%). Encontramos igualmente nesta região, valores de abandono (53%) mais baixos do que a média nacional (59%).

Os resultados do estudo referido anteriormente, mostram-nos que os homens continuam a praticar mais desporto do que as mulheres. Assim, enquanto 34 em cada 100 homens praticam alguma actividade desportiva, em cada 100 mulheres, apenas 14 praticam desporto. Este facto constitui-se como uma das maiores justificações para a fraca participação desportiva a nível nacional, pois as mulheres representam 52% da população em estudo.

Relativamente ao abandono da prática desportiva segundo o sexo, as mulheres possuem valores acima da média nacional, enquanto os homens, valores ligeiramente abaixo (69% e 52% respectivamente, para um média nacional de 59%).

Os jovens praticam proporcionalmente mais desporto do que as gerações mais velhas. De acordo com os dados deste estudo verifica-se que 51% da participação desportiva é de jovens entre os 15 e os 19 anos (Quadro 2).

Quadro 2: Procura Desportiva segundo a idade.

IDADE	PARTICIPAÇÃO
15-19	51
20-24	41
25-34	29
35-44	20
45-54	13
55-64	9
65-74	3
Média Nacional	23

A percentagem de Abandono revelou-se ser directamente proporcional à idade, ou seja, à medida que aumenta a idade, aumentam as percentagens de abandono. Assim entre os 15 e os 19 anos temos 41% de abandono e entre os 20 e os 24, 50% (Quadro 3).

Quadro 3: Prática Desportiva e Abandono segundo a idade.

IDADE	ABANDONO
15-19	41
20-24	50
25-34	59
35-44	64
45-54	69
55-64	76
65-74	87
Média Nacional	59

2.3 Os Jovens e o Treino

2.3.1 Treino de Jovens

2.3.1.1. Exigências da Formação e Preparação do jovem para o Treino e Competições

No processo de treino com crianças e jovens, devem ser tidos especiais cuidados para que se preserve não só a saúde do atleta, como também as condições para

que numa etapa seguinte as capacidades possam atingir os limites do potencial do atleta (Coelho e Silva, 1999).

Como afirma Barata (1999), não podemos ter a ideia de que o jovem praticante é um adulto em miniatura, mas sim que é uma pessoa em crescimento, um ser humano incompleto que pode ser decisivamente influenciado pela forma como o seu treinador conduz o seu processo de treino e a sua formação desportiva.

O treino não prejudica a formação do jovem atleta, antes pelo contrário, estimula valores em crise no sistema educativo: auto-disciplina, assiduidade, pontualidade, auto-superação, competitividade com regras. A prática desportiva de crianças e jovens deve ser portadora de um elevado valor formativo e lúdico. A preparação deve respeitar a unidade entre os factores de treino (físico, psicológico, técnico e tático), contribuindo para a própria unidade dos meios de preparação geral e específica (Coelho e Silva, 1999).

O treino de jovens deverá, então, ser uma actividade dirigida para uma população alvo que é muito heterogénea, quer ao nível da maturação biológica, quer psicológica e da personalidade, com diferentes níveis de capacidades físicas e motoras e de desenvolvimento cognitivo e intelectual, com motivações e interesses variados e formas de relacionamento e integração social diversos (Barata, 1999).

Dentro do contexto da competição desportiva, a participação de crianças e jovens é cada vez maior. Esse processo é, na maioria das vezes, determinado por pessoas que têm como ponto de referência a visão adulta do desporto, ignorando as reais necessidades e condições dos praticantes (De Rose e Ferreira, 2003).

Participar ou não nessas actividades desportivas competitivas, com as suas vantagens e desvantagens, tem sido alvo de muitas discussões e opiniões

diversas. Araújo (1998), afirma que desde sempre a competição desportiva de crianças e jovens foi alvo de controvérsia entre os que consideram um importante meio de integração social e preparação para a agressividade vigente nas sociedades modernas e os que a apontam como responsável por graves deformações da personalidade dos desportistas, em especial, quando incentivadora da ideia de que, acima de tudo, a quem compete no desporto interessa vencer.

Lima (1990), é da opinião que a competição deverá ter um carácter formativo. Para este autor, a competição para as crianças que praticam desporto tem por raiz a satisfação das suas necessidades e tem por “motor” a actividade em si, a afirmação de competência e de capacidade e as competições organizadas à medida da sua personalidade em desenvolvimento. Para os adultos, o objectivo principal é fazer melhor resultado do que os outros, é demonstrar superioridade, é ganhar. Para as crianças e jovens, o objectivo é ter êxito, é ser bem sucedido mostrando aos seus companheiros que são capazes de fazer coisas. Por esse motivo, a organização do desporto para crianças e jovens deverá proporcionar: muita actividade, muitos jogos, muitas competições e muitos torneios, de modo a que as oportunidades de ter sucesso desportivo sejam frequentes e diversificadas. Não se trata de valorizar os resultados, as marcas obtidas, mas sim de avaliar os progressos individuais que a afirmação de competência e de capacidade de cada uma das crianças comprova.

O esquema organizativo das competições para crianças e jovens que se encontra em vigor para a maioria dos escalões etários de várias modalidades desportivas reproduz quase fielmente as fórmulas usadas nas competições reservadas às categorias seniores. É um sistema que promove a eliminação sucessiva dos participantes não qualificados e constitui um factor que leva ao insucesso desportivo visto que quem não se classifica “falha” nos objectivos de

reconhecimento, perde motivação e tende a abandonar a prática regular da sua modalidade (Lima, 1990).

Segundo Gomes (1997), definir quando deve começar a participação e competição desportiva de uma criança, depende da prontidão da mesma, ou seja, do momento em que se possa afirmar que estão reunidas as condições para ela iniciar a sua prática.

Malina (1988) define prontidão desportiva como o momento em que o crescimento, a maturação e as características do desenvolvimento do praticante vão ao encontro das exigências específicas de um desporto. Trata-se, portanto, de uma situação de equilíbrio entre as exigências próprias do treino e da competição desportiva e a capacidade de resposta do jovem (Sobral, 1994).

Para Passer (1996, cit. p/ Gomes, 1997) a prontidão depende de inúmeros factores: físicos, psicológicos e de desenvolvimento social; das exigências específicas de cada modalidade desportiva; dos pais e de todo o contexto social mais vasto.

A prontidão motivacional para a competição pode ser entendida, segundo Passer (1996, cit. p/ Gomes, 1997), como o momento em que a criança se sente atraída para procurar e retirar vantagens das oportunidades de comparação das suas capacidades físicas com as dos seus pares. Gomes (1997) é da opinião que a competição antes dos 7 anos não possui grande interesse, pois só a partir dessa idade é que a criança começa a estar motivada e interessada na informação resultante da comparação social com colegas da sua faixa etária.

Roberts (1980, cit. p/ Menoncin, 2003), refere que as crianças não conseguem perceber o processo de competição antes dos 12 anos de idade, uma vez que antes disso não existe um equilíbrio entre os factores de crescimento, o

desenvolvimento e a maturação sexual. Esse mesmo autor relata que é de relevante importância que o jovem, pré-adolescente e adolescente, seja competente para poder participar no processo de comparação social, inevitável dentro da competição. Essa avaliação feita pelos pares, quando é favorável torna-se muito importante, pois pode significar a sua aceitação no grupo, visto que é muito comum nesses grupos a sua estrutura hierárquica ser baseada nas habilidades dos praticantes. Exemplo disso é a escolha do capitão ou líder do grupo. A criança que não atinge esse nível de realização pode ficar de fora do processo social e ter como consequência desequilíbrios de comportamento, podendo até trocar de modalidade e em última análise abandonar a prática desportiva.

No caso específico do basquetebol, Mesquita (1995, cit. p/ Menoncin, 2003), relata que no modelo norte-americano não existem competições oficiais antes dos 15 anos e que a maior parte das aulas de Educação Física é destinada às valências físicas. Na época escolar a partir dos 15 anos é quando começam a surgir as primeiras competições americanas, não havendo uma variação de categorias consoante as idades. Existe apenas uma categoria e uma equipa para cada escola. Já no Brasil, são realizados campeonatos estaduais a partir dos 12 anos, onde se exigem resultados a curto prazo, ao contrário dos Estados Unidos. Em Portugal, encontramos um modelo semelhante ao do Brasil, iniciando-se as competições formais a partir dos 11/12 anos de idade.

2.4 A influência dos Adultos

2.4.1 Os Adultos

Nos últimos anos, a participação dos jovens no desporto tem-se tornado cada vez mais controversa, precisamente devido às atitudes dos adultos, que têm uma influência muito marcante nos jovens. Aqueles podem ter um papel muito

significativo nas suas prestações desportivas, se contribuírem com uma avaliação positiva e o reconhecimento social do desporto (Scanlan & Lewthwaite, 1988). A atitude dos adultos afecta a natureza da prestação das crianças no desporto e determina o seu entusiasmo ou a sua desmotivação.

2.4.1.1. A influência da família

A família é a maior fonte de influência na vida dos atletas, pois é com ela que os jovens aprendem e desenvolvem competências de vida e mecanismos de confronto para lidarem com as exigências competitivas. Porém, a influência dos pais sobre os filhos é mais forte nos primeiros anos de desenvolvimento, pois as crianças reproduzem os seus comportamentos e adoptam o seu sistema de crenças (Bois et al., 2002; Brustrad, 1993) e, para além disso, passam a maior parte do tempo com os pais, tomando-os, por isso, como modelos.

Quando entram na adolescência, surgem outras fontes que se vão constituir como as mais influentes e tomar maior relevo, como os pares e outros adultos-modelo. No entanto, a influência dos pais não desaparece: torna-se mais subtil (Hellstedt, 1995).

Não há dúvidas de que um dos papéis essenciais dos pais é o de incentivarem as crianças no sentido de participarem no desporto e, assim, dar-lhes o mais estreito apoio. No entanto, em alguns casos, a família pode ter efeitos negativos na experiência desportiva por parte dos jovens, seja por criar demasiadas expectativas relativas ao rendimento desportivo a atingir ou por adoptar regras demasiadamente rígidas em torno da vida do atleta. Byrne (1993) classifica o envolvimento dos pais na prática desportiva dos seus filhos em 3 categorias. (Quadro 4).

Quadro 4: Categorias do envolvimento dos pais na carreira desportiva dos seus filhos (adaptado de Byrne, 1993)

SUB-ENVOLVIMENTO		ENVOLVIMENTO MODERADO	SUPER-ENVOLVIMENTO	
Pais desinteressados	Pais mal informados	Zona equilibrada	Pais excitáveis	Pais fanáticos

Os pais desinteressados podem ser aqueles que se encontram muito envolvidos em actividades sociais ou profissionais e que frequentemente participam em festas e eventos oficiais. Os seus filhos participam no desporto por vontade dos pais e porque, enquanto estão no clube, deixam a família mais livre para as suas actividades. Por outro lado, os pais mal informados são aqueles que permitem que os seus filhos participem nas actividades desportivas, mas não estão alertados para a importância do seu apoio em tais actividades. Os pais excitáveis, são normalmente os pais que dão muito apoio ao treinador, mas que nos momentos decisivos do jogo ou da competição não se conseguem privar de fazer comentários, que às vezes são desagradáveis, não se apercebendo que estão a prestar uma má colaboração aos seus filhos. Este tipo de pais têm grande tendência para ser “treinadores de bancada”, possuindo sempre uma solução melhor do que a do treinador e fazendo regularmente críticas às decisões, trabalho e intervenções deste, sobretudo em caso de insucesso ou derrota e especialmente se o filho não foi chamado a participar, se participou pouco ou ainda se a prestação foi medíocre. Por último, os pais fanáticos são aqueles que querem a todo o custo fazer do seu filho um campeão, aproveitando as situações de sucesso para festejar e dar sugestões para melhorar os resultados, ou pelo contrário criticar negativamente os maus resultados dos seus filhos. Normalmente são os adultos que não conseguiram sucesso na sua carreira desportiva em criança e querem, através dos seus filhos, reviver esse sonho. Estas crianças são normalmente induzidas pelos seus pais a atingir esses objectivos, o que lhes acarreta muitas vezes o “stress” e a vontade de desistir.

São o tipo de pais que permanentemente “picam” de forma desagradável os seus filhos, muitas vezes em voz alta.

As cobranças impostas à criança para que seja a melhor, não para a satisfazerem a ela, mas sim ao ego das outras pessoas, tendem a fazer com que se demita de participar mais efectivamente nos treinos ou nos jogos.

Papel importante desempenham também algumas mães tipo “enfermeiras nervosas de serviço”, para quem qualquer arranhão exige radiografia e pode afastar o seu “menino” da prática regular com alguma frequência.

Contudo, existem casos em que a presença dos adultos é altamente positiva. Casos em que, com a presença dos pais, amigos ou familiares, pode haver melhoria da performance. Portanto o relacionamento que o atleta teve e tem com os pais, o modo como foi educado, os acontecimentos, os factos que marcaram a sua vida, podem influenciar o seu modo de agir no treino e competição (Machado, 1997).

2.4.1.2. O papel do treinador

Segundo Smoll (2000), o treinador é, antes de mais, um formador de jovens praticantes.

O treinador desempenha uma função central no desenvolvimento do jovem atleta, do ponto de vista físico, psicológico, emocional e social. Ter sucesso no treino de jovens é bem mais do que ajudar o praticante a ganhar. O treinador deve também ajudar os jovens com quem trabalha a gostar de aprender novos elementos da modalidade, ensiná-los a lidar com os altos e baixos da competição e a desenvolver a auto-estima e a auto-confiança (Campbell, 1998).

Macgregor (1988) realça que o treinador deverá ser um guia e um apoio constante para os seus atletas. O treinador deverá apoiar o atleta quer em público quer em privado e orientá-lo nos processos de aprendizagem desportiva em causa.

Por sua vez, Smoll (2000) refere que o treinador no desempenho da sua função deverá recorrer a uma intervenção positiva, por oposição a uma via negativa de influenciar o comportamento do atleta. Esta via positiva envolve a utilização do elogio e do encorajamento, no sentido de fortalecer e influenciar o tipo de comportamento desejado. Pelo contrário, o recurso a uma atitude negativa nesta relação, implica o uso de várias formas de punição, tendo em vista eliminar as características indesejáveis do referido comportamento. Contudo, os estudos realizados sobre este tema, demonstram que a intervenção pela negativa aumenta a pressão sobre os praticantes, faz diminuir o gosto pela prática e provoca nos jovens uma certa antipatia em relação ao treinador.

O treinador deverá assim ser reconhecido como o elemento essencial em que assenta a qualidade do modo como o desporto é apresentado às crianças e jovens. A sua influência na formação desses mesmos jovens, a viver um período etário determinante para a sua formação, vai deixar marcas decisivas em outros aspectos igualmente importantes para os hábitos futuros da sua vida (Robertson, 1998).

Campbell (1998) separa as idades dos praticantes desportivos em três períodos distintos que são: dos sete aos dez anos (idades iniciais), dos onze os catorze anos (idades intermédias) e os chamados jovens adultos (quinze aos dezoito anos). Sabendo que cada jovem se desenvolve com ritmos diferentes e de maneiras distintas, o papel do treinador torna-se tarefa complexa e que demora muito tempo para obter o retorno esperado.

O período que envolve idades dos sete aos dez anos, corresponde aos anos iniciais da prática de uma modalidade, onde os pais são excelentes colaboradores dos treinadores. Contudo, algumas orientações específicas devem ser dadas pelo treinador aos pais na forma como devem apoiar os filhos em todos os momentos da sua prática. Sem estas preocupações de orientação aos pais, corre-se o risco das crianças se desiludirem com o desporto e de desistirem muito cedo dessa actividade.

As crianças dessas idades gostam de actividades que sejam aliciantes, que representem desafios e que, ao mesmo tempo, sejam possíveis de realizar. Os treinadores, devem então adaptar as tarefas que vão propor no quadro da actividade de forma a irem ao encontro das capacidades de todos e não apenas dos praticantes mais dotados.

Campbell (1998; p.33) afirma que “pensar em conceitos abstractos, como o de jogar numa posição específica, é uma situação demasiadamente avançada; o que a criança quer é ter a posse de bola e correr pelo campo todo.”

O papel do treinador será então o de alimentar, apoiar e desenvolver todas as facetas das crianças no desenvolvimento das suas tarefas e, acima de tudo, dar à prática desportiva um carácter de alegria e diversão.

Para a criança na faixa etária dos onze aos catorze anos, o grupo torna-se bem mais importante para ela, tendo uma influência importante sobre a utilização do seu tempo livre. A função do treinador é de continuar a desenvolver as capacidades técnicas individuais dos praticantes, sem esquecer as grandes modificações que acontecem ao mesmo tempo. Deve ainda, nesta fase, começar a identificar e a desenvolver os potenciais talentos que eventualmente surjam.

Na etapa de desenvolvimento dos quinze aos dezoito anos (jovens adultos), uma das chaves para o sucesso é a capacidade do treinador em organizar eficazmente

o programa do jovem praticante, ou seja, planejar o programa de treino. Outra tarefa que o treinador deve realizar é a de ajudar o praticante a organizar o seu regime de vida, maximizando o seu tempo e não sacrificando a educação escolar.

2.5 Participação Desportiva

2.5.1 Motivos para a Prática Desportiva

Samulski (1995) caracteriza a motivação como um processo activo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interacção de factores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos).

A motivação intrínseca, que é guiada por razões internas, proporciona o desenvolvimento da autonomia e da personalidade. Motivos intrínsecos são comuns nas pessoas que desejam aprender algo, não estando relacionados com recompensas exteriores mas sim com o superar das próprias limitações, com um desafio mental ou com descobrir algo que seja considerado útil.

Cratty (1989) afirma que a motivação extrínseca está relacionada com recompensas externas para uma melhoria da performance e é evidenciada principalmente em crianças entre os cinco e os nove anos.

De acordo com Thomas (1983), quando uma criança é motivada intrinsecamente para executar um determinado movimento desportivo, o seu interesse cinge-se ao próprio movimento, ou seja, o seu objectivo é executá-lo de forma contínua, dominada e com sucesso. Mas se, pelo contrário, a realização do movimento passa a ser o meio para alcançar o objectivo, a acção em si e a performance alcançada são para a criança irrelevantes, já que apenas a recompensa está no centro dos seus interesses.

No início dos anos 70 começaram a realizar-se as investigações sobre os principais motivos que levam as pessoas a praticar desporto (Alonzo et al., 1997).

Brito (2001) refere que os motivos mais citados podem ser classificados em sete forças: necessidade de movimento, prazer proporcionado pelo exercício, convívio com a natureza, conhecimento de si e afirmação pessoal, desejo de filiação e participação no grupo, outras formas (equilíbrio e compreensão, canalização da agressividade natural, gosto pelo risco e aventura) e compensação monetária ou profissão.

A necessidade de movimento refere-se à necessidade fundamental do Homem, em particular da criança, em se movimentar. Sem o movimento não podemos desenvolver-nos normalmente. O Homem contém, em si, um impulso vital para o movimento.

O prazer proporcionado pelo exercício pode relacionar-se tanto com o sentimento de satisfação produzido pelo trabalho muscular e cardio-pulmonar como pela realização de factores de natureza estética.

O convívio com a Natureza é um dos motivos que leva à prática desportiva, isto porque o Homem, por si só, possui um impulso para a Natureza, daí que possua também ideologias e metodologias relacionadas com a natureza e com as práticas naturais, tendo como intenção contrariar a decadência da Humanidade e a deterioração da sua “qualidade de vida”.

O desporto pode levar ao reconhecimento de si próprio e à afirmação pessoal, daí que muitos o procurem com essa intenção. Conhecer e dominar o corpo e os seus actos, conhecer os seus impulsos e sentimentos, optar conscientemente pelas suas acções, são factores muito importantes para o Homem, pois é através de um melhor conhecimento de si próprio que o indivíduo se torna mais apto a conhecer o outro, a relacionar-se com ele, a compreendê-lo, a cooperar em tarefas

colectivas. Por outro lado, o Homem possui uma forte pulsão individual que o leva, em particular nos períodos infantil e juvenil, a afirmar-se como entidade própria. O desporto é um dos sectores onde esta pulsão se manifesta: vencer, marcar, ser o mais rápido, etc.

O desejo de filiação, de participação no grupo é manifestado não só através da forte tendência social que o Homem vai desenvolvendo ao longo da sua evolução etária, como através da sensação de segurança que o grupo confere aos seus componentes. O grupo permite ao indivíduo, simultaneamente, uma afirmação pessoal, uma troca plena de riqueza, um sentimento de participação, uma segurança que resiste mesmo a frustrações (como derrotas) que, suportadas individualmente, poderiam conduzir a situações lesivas da personalidade.

O equilíbrio e compreensão, canalização da agressividade natural, gosto pelo risco e aventura, etc. são outras formas que também merecem referência, contudo revestem-se de menor importância.

E por último a compensação monetária ou profissão. Este motivo, como podemos facilmente constatar, cinge-se unicamente aos atletas profissionais e não aos atletas dos escalões de formação.

Cratty (1989) revela que numa entrevista realizada a atletas profissionais, as razões apontadas por estes para praticarem a modalidade se prendiam mais com a busca da excelência e o desejo de explorar limites físicos ou técnicos e desafios pessoais, ao invés de uma simples melhoria salarial em cada ano.

Alonzo et al. (1997) num estudo sobre os motivos de início, manutenção, troca e abandono da modalidade desportiva, constataram que no caso do basquetebol, os principais motivos que levam os jovens a praticar são: o divertimento, a manutenção da forma física, o poder competir, o atingir certas metas, a busca de

um ambiente saudável, a afiliação, ocupação dos tempos livres e o superar-se a si mesmo.

Num estudo sobre a perspectiva dos atletas e dos seus treinadores acerca dos motivos que levam os jovens a praticar basquetebol, Carvalheiro et al. (2001) referem que, para os atletas, os motivos mais importantes eram os relacionados com a sua procura de Desenvolvimento Técnico como praticantes de basquetebol, seguidos pelos relativos à tentativa de manutenção ou desenvolvimento da sua Forma Física. A tentativa de aquisição ou demonstração de um Estatuto elevado perante as outras pessoas, foi considerada como tendo pouca importância na sua decisão de praticarem basquetebol.

2.5.2 Abandono Desportivo

2.5.2.1. Definição de Abandono Desportivo

Uma vez que a palavra abandono pode não significar um abandono definitivo, mas sim algo transitório, vários foram os autores que tentaram arranjar uma definição concreta para o conceito de abandono desportivo. Fonseca (2004) refere que é muito importante definir correctamente abandono da prática desportiva, pois existe uma distância enorme entre um jovem que decide cessar toda e qualquer actividade desportiva e um outro que decide simplesmente passar a praticar uma actividade desportiva diferente da que já praticava até então.

Assim, segundo Orlick (1974, 1976) e Pang (1974) cit. p/ Robertson (1998), o abandono desportivo é “uma descontinuidade permanente na participação desportiva”.

Já para Burton & Martens (1986), abandonar uma modalidade desportiva implica que o praticante tenha participado em competições oficiais numa época e que

voluntariamente não o faça na época seguinte, apesar de possuir todas as condições para o fazer. Assim sendo, o regresso à mesma modalidade é uma possibilidade, bem como o ingresso noutra modalidade qualquer.

Gould (1987), cit. p/ Fonseca (2004), propôs que o abandono desportivo seja entendido em função de um *continuum* que vai desde o abandono de uma actividade específica acompanhado de uma transferência para outra actividade até ao abandono total de toda a actividade desportiva. Paralelamente, Gould (1987), cit. p/ Fonseca (2004), refere que existe uma diferença entre um jovem que abandona a prática desportiva por ter contraído uma lesão grave ou por ter entrado na faculdade e um outro que abandonou porque necessita de tempo para realizar outras actividades que lhe suscitam maior interesse ou porque não se está a sentir bem com os moldes em que está a ser desenvolvida essa sua prática desportiva. No primeiro caso estaremos a falar de um *desistente relutante* (Klint e Weiss, 1986 cit. p/ Fonseca, 2004), que provavelmente mal possa voltar a praticar desporto o fará. No segundo caso, encontramos um *desistente voluntário* (Petlichkoff, 1996), que em função da qualidade da sua experiência e dos afectos experimentados poderá (ou não) voltar a praticar desporto.

Linder et al. (1991, cit. p/ Petlichkoff, 1996) apresenta outros tipos de abandono: *abandono de transferência* que ocorre quando um atleta deixou de estar num programa desportivo particular, mas pode entrar noutro e *abandono participante*, que ocorre quando um indivíduo esteve ligado a vários desportos durante vários anos, podendo ter competido a vários níveis, deixando o desporto de corresponder às suas necessidades, ou simplesmente o atleta vivenciou um caso de *burnout*.

Burnout, para Smith (1986) é uma situação extrema do abandono desportivo, em que o atleta abandona completamente o desporto e o envolvimento desportivo, como resposta a um estado de stress crónico, consequente muitas vezes de uma especialização precoce e do elevado tempo dispendido na actividade. O *burnout*

engloba um abandono psicológico, emocional e físico de uma actividade, como resposta a uma situação de descontentamento e stress excessivo.

Já para Weineberger & Gould (1999) o *burnout* é uma resposta do atleta, devido a frequentes, extremos e geralmente ineficazes esforços para conseguir um treino com bons resultados.

Para Gould et al. (1996, cit. p/ Torres, 1997) o *burnout* é a consequência de um stress apoiado num contínuo desgaste físico, social, emocional e psicológico do atleta que pratica uma modalidade muito tempo, onde já atingiu resultados razoáveis, contudo os custos e reinvestimentos não foram claramente superados pelos benefícios obtidos.

Assim, Fonseca (2004) afirma que enquanto o abandono total da prática desportiva por parte dos jovens é um desfecho que devemos procurar evitar, o mesmo não se passa necessariamente com o abandono da prática de uma determinada modalidade desportiva quando a esse abandono se sucede a prática de uma outra modalidade desportiva, ou até a mesma modalidade mas num clube ou num contexto distinto do anterior.

2.5.2.2. Motivos do Abandono Desportivo

No que diz respeito aos motivos que levam os adolescentes a abandonar a modalidade desportiva, Gomes (2001) afirma que “ são várias as causas apontadas, sendo referidas como mais frequentes: ter outras coisas para fazer; a modalidade não ser tão boa quanto pensavam; a modalidade não ser suficientemente divertida; o facto de querer praticar outra modalidade; sentir-se aborrecido; não gostar do treinador e o treinador ser demasiadamente duro.”

Para Robertson (1998), muitos jovens decidem abandonar a prática de uma modalidade por razões pessoais, por se sentirem atraídos por outras modalidades ou por um conflito de interesses (outras modalidades, trabalhos de casa ou outras actividades de lazer), mesmo estando muito satisfeitos com a experiência desportiva que possam estar a viver.

Neste sentido, podemos citar o exemplo de Robertson (1998) que reflecte mais uma intenção do que propriamente um problema: uma jovem rapariga decidiu que a única coisa que queria aprender no ténis era a servir, para poder jogar melhor com as suas amigas. Uma vez alcançado este objectivo, o desporto organizado não tinha qualquer outra atracção para ela.

Cooke (2003), aponta alguns outros motivos para os atletas abandonarem a prática desportiva. O primeiro é pura e simplesmente porque não querem continuar. Esta razão é frequentemente apresentada e quando se trata das camadas mais jovens, uma conversa com os seus pais para esclarecer melhor este motivo, poderá ajudar bastante. Outro dos motivos apontados por este autor é o facto dos jovens terem muitas coisas, fora do desporto, que lhes causam alguma pressão. Este argumento tem-se vindo a ouvir cada vez mais e o autor apresenta uma possível solução para o combater, como por exemplo permitir que o atleta possa faltar a alguns treinos. O namorado/a pensar que o atleta gasta muito tempo com os treinos e jogos é uma razão muito comum na adolescência. Idade esta em que o desporto se torna mais sério e exige mais empenho de cada um. Neste caso, o treinador deverá reforçar o papel que o desporto pode assumir na formação dos praticantes, transformando-os em melhores pessoas. Outro motivo que muitas vezes leva os atletas a desistir é pensarem que não vão a lado nenhum e que não conseguem fazer nada de jeito. Quando assim é, o treinador deverá dar sinais de reafirmação do valor do atleta durante os treinos. Caso o praticante não consiga mesmo atingir os objectivos, o treinador deverá apontar os benefícios da modalidade.

Segundo Durand (1988), pelo menos 50% dos jovens deixam o seu clube para ingressarem noutras modalidades desportivas. Outra das razões invocadas para justificar o abandono desportivo reside no carácter demasiado sério das competições e o lugar demasiado importante que tem para os jovens a rivalidade, a existência de relações conflituosas com o treinador e o sentimento de não progredir, não melhorar.

Há ainda outros motivos relacionados com o “abandonar...para recuperar”. Embora os estudos nos mostrem que a taxa de lesões no desporto juvenil é muito baixa, 3-5%, não podemos descurar esta possibilidade. Esta decisão de abandonar para recuperar de uma doença ou de uma lesão, antes de regressar novamente à modalidade ou decidir optar por outra, pode ser influenciada por terceiros, como seja o médico ou os próprios pais (Robertson, 1998).

O “abandonar por... ser afastado” é outro dos motivos invocados pelo autor. Muitas vezes os jovens sentem que não têm as devidas oportunidades para mostrarem aquilo que realmente valem, uma vez que são afastados por razões ligadas à idade, ao número excessivo de praticantes, à falta de instalações ou de equipamento e a inadequados programas de prática desportiva.

Outros resolvem “abandonar por...não gostar”. O autor considera que este é o argumento menos aceitável para abandonar a prática desportiva. O jovem nunca deverá decidir abandonar por causa de uma inadaptação sua em lidar com a tensão a que está sujeito, criando nele sentimentos negativos para com a prática desportiva, uma sensação de falta de capacidade para a prática e uma elevada ansiedade face a futuras actividades desportivas. As crianças que abandonam por razões negativas, geralmente apresentam como argumento o facto de não se adaptarem a uma excessiva preocupação para com o ganhar.

Fonseca (2004), menciona algumas destas razões e, segundo o autor, estas parecem destacar-se das restantes no modo como exercem influência na decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva. São elas: o “conflito de interesses”, a “falta de prazer”, a “percepção de (in)competência”, a “excessiva ênfase na competição” ou as lesões.

2.5.2.3. Estudos realizados na área do Abandono Desportivo

Em primeiro lugar importa destacar que os estudos publicados sobre a problemática do abandono da prática desportiva por parte de crianças e jovens são bastante escassos (Fonseca, 2004). Na verdade, segundo uma revisão realizada por Guillet et al. (2000) apenas foram publicados 30 estudos na literatura internacional desde os anos 70 sobre o abandono da prática desportiva juvenil. Estes estudos são bastante importantes, pois é sabido que o número de crianças e jovens que decidem deixar de praticar uma modalidade desportiva é significativo, não podendo deixar de ser uma preocupação para todos nós (Fonseca, 2004).

Um importante estudo publicado sobre esta temática é da autoria de Gould (1987, cit. p/ Fonseca, 2004). Este estudo revelou que após os 12 anos um terço dos jovens tinha tendência a abandonar a prática desportiva, aumentando essa taxa até aos 80% por volta dos 17 anos de idade.

Nos Estados Unidos da América, Burton (1988, cit. p/ Feliu, 1997) refere que uma terça parte dos jovens que participam em programas desportivos dos 6 aos 16 anos, abandona-os voluntariamente em cada ano.

Um dos primeiros estudos realizados com modalidades individuais foi o de McPherson et al. na modalidade de natação (1980, cit. p/ Gould et al, 1981). Este estudo foi realizado com 1090 nadadores e 279 pais de jovens nadadores. Os

autores constataram que 31% dos pais se aperceberam que os seus filhos já quiseram abandonar a modalidade no passado e que 48% dos jovens nadadores indicaram que poderiam abandonar a modalidade a qualquer momento. As razões que os pais apontaram foram: frustração, outros interesses, a pressão e desentendimento com o treinador. As razões apontadas pelos jovens nadadores foram: não gostar dos métodos do treinador, falta de tempo e outros interesses.

Ibsen e Ottesen (1996, cit. p/ Fonseca, 2004) verificaram que uma em cada cinco crianças dinamarquesas com idades entre os 7 e os 9 anos pratica natação, mas apenas uma em cada vinte pratica de forma organizada quando atinge os 13/15 anos de idade.

Sefton e Fry (1981, cit. p/ Gould, 1987) ambos citados por Brustrad (1993), realizaram outro estudo no âmbito da natação. Estes autores verificaram que existiu um conjunto de diversos factores responsáveis pela decisão dos jovens em abandonar a prática desportiva. As razões mais apontadas foram: “muito tempo gasto”, “insatisfação com a prática” e “desejo em praticar outras actividades”.

Gould et al. (1981) também investigaram as causas do abandono da prática da natação. A amostra utilizada foi um grupo de 50 nadadores com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos. Os resultados obtidos indicaram que a principal razão para o abandono desportivo foi o conflito de interesses (“ter outra coisa para fazer”). Este motivo foi apontado por 84% dos jovens (42% como sendo bastante importante). 28% referiram a falta de diversão no treino e 16% referiram a pressão da competição.

Trabal e Augustini (1997, cit. p/ Fonseca, 2004) detectaram uma taxa de abandono superior a 50 % no boxe em França.

Na Dinamarca, Ibsen e Ottesen (1996, cit. p/ Fonseca, 2004) verificaram que no caso da ginástica dois terços das crianças que a praticam entre os 7 e os 9 anos já não são praticantes por volta dos 13/15 anos de idade.

Martínez e Díaz (2000), realizaram um estudo com 37 ex-praticantes de ginástica rítmica. Os investigadores, depois de analisarem os dados, concluíram que a idade bastante precoce com que as ginastas haviam começado a sua prática desportiva competitiva, assim como as exigências bastante elevadas que esta prática lhes implicava, levou a que a carreira desportiva das atletas fosse extremamente reduzida no tempo, pois era caracterizada por uma ausência da componente lúdica em detrimento da componente recreativa.

Dentro dos estudos que englobam as modalidades colectivas, Pooley (1980, cit. p/ Gould et al., 1981) realizou um estudo com apenas uma modalidade desportiva, o futebol. O seu estudo tinha como objectivo perceber quais os motivos que levariam os jovens a abandonar o programa competitivo de futebol jovem do Canadá. A amostra era constituída por 50 rapazes com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos. Esta amostra foi dividida em dois grupos, um formado por rapazes com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos e outro pelos rapazes com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos. Segundo Pooley (1980, cit. p/ Feliu, 1997), as principais razões apontadas pelas crianças (11 e 12 anos) foram: conflito de interesses, com 54% (33% com outras actividades e 21% com outros desportos), devido à ênfase competitiva, com 25% (por causa do treinador, 21% e do programa desportivo 4%), devido a uma comunicação pobre com o seu treinador e com os seus colegas, com 13% e por outras razões, como não encontrar equipa, com 8%. As principais razões apontadas pelos pré-adolescentes (13 a 15 anos) foram: por conflito de interesses, com 39% (27% com outras actividades e 12% com outros desportos), devido à ênfase competitiva, com 38% (por causa do treinador, 23% e do programa 15%), devido a problemas de comunicação, com 12% e com outras razões, como falta de equipa, com 12%.

Guillet e Sarrazin (1999, cit. p/ Fonseca, 2004) realizaram um estudo em França no contexto do andebol feminino. Este estudo revelou que 50% das andebolistas que começaram a praticar entre os 9 e os 12 anos abandonaram a prática 3 ou 4 anos depois.

Um estudo realizado na modalidade de hóquei no gelo, por Fry et al. (1981, cit. p/ Feliu, 1987), refere que a maioria dos jovens indicam o conflito com outras actividades como a principal causa apontada, com 31%, 15% citam a falta de interesse, 14% não gostam do treinador, 10% referem o facto de se tratar de um jogo duro e os restantes 10% apresentam como causa problemas organizativos, como por exemplo horários pouco adequados.

No Brasil, Menoncin (2003), realizou um estudo dos factores que levam os jovens ao abandono da prática do basquetebol competitivo de Curitiba. A amostra correspondeu a um pouco mais de 10% da população em estudo.

Ao analisar os motivos de abandono do basquetebol competitivo, Menoncin (2003) verificou que entre os principais motivos se encontrava a falta de tempo, verificada através de factores como interferência dos estudos, necessidade de trabalhar, obrigatoriedade de treinar todos os dias.

A falta de motivação também foi um dos principais motivos encontrados pelo autor para o abandono da modalidade. Percebe-se que a falta de motivação é um factor importante para o abandono da modalidade, Esta falta de motivação pode ser encontrada na falta de apoio da família, no reconhecimento da falta de talento e/ou aptidão, em insucessos repetidos e também na dificuldade em obter melhoria nos resultados.

2.5.2.4. Estudos realizados em Portugal

Costa e Cruz (1997) realizaram um estudo sobre a motivação para a competição desportiva e razões para o abandono no voleibol. Neste estudo participaram 42 ex-atletas com idades compreendidas entre os 13 e os 51 anos. A “falta de tempo”, “motivos profissionais”, “ter coisas mais importantes para fazer”, a “falta de recompensas pelo esforço e trabalho” e as “dificuldades da relação com dirigentes e treinador”, foram as razões mais importantes referidas pelos ex-atletas para abandonarem a prática do voleibol. Por outro lado, os “objectivos demasiados competitivos da equipa”, os “seus fracassos sucessivos”, a “demasiada importância dada à vitória” e a “falta de capacidades técnicas e/ou tácticas”, foram referidas como razões menos importantes para o abandono.

É de salientar que 40% dos ex-atletas considerou a “falta de tempo” muito importante para o abandono e que cerca de 30% atribuiu igual importância aos “motivos profissionais” e a “coisas mais importantes para fazer”. De referir também que, a “extinção da modalidade no clube” foi expressamente anotada como razão muito importante por cerca de 15% dos ex-atletas.

Barros (2002) realizou um estudo sobre o abandono da prática desportiva no basquetebol. A amostra era constituída por ex-atletas com idades compreendidas entre os 11 e os 18 anos, no distrito de Coimbra. Dos elementos que compõe a amostra, 21 abandonaram a prática de basquetebol no escalão de iniciados, 23 no escalão de cadetes e 27 no escalão de juniores. Os ex-atletas do escalão de iniciados indicaram o item “tive que dar prioridade aos estudos” como o motivo mais importante que levou a abandonar a prática de basquetebol. O item “interessei-me por outra modalidade desportiva” é o segundo motivo mais importante.

Para os ex-atletas que abandonaram no escalão de cadetes, o item “tive que dar prioridades aos estudos” continua a ser apontado como principal motivo para o abandono da prática da modalidade. A “falta de reconhecimento do trabalho do jovem” e a “falta de oportunidade para jogar” são itens também muito importantes para o abandono da modalidade por parte dos jovens cadetes.

Relativamente aos ex-atletas do escalão de juniores, o item “tive que dar prioridade aos estudos” continua a prevalecer.

Coelho e Silva et al. (2005) realizaram um estudo que tinha como objectivo analisar o abandono de ex-basquetebolistas federados. A amostra era constituída por 71 rapazes e 56 raparigas. Os itens “tive que dar prioridade aos estudos” e “não tinha tempo disponível” foram as razões mais evidenciadas para ambos os sexos. Depois, os itens “o meu trabalho não era reconhecido”, para os rapazes e “tinha outras coisas para fazer”, para as raparigas, eram igualmente pontuados com maior grau de intensidade.

Coelho e Silva e Garcia da Silva (2003) realizaram um estudo sobre “a procura desportiva satisfeita e razões para o abandono da prática desportiva na população jovem da ilha do Faial”. A amostra foi constituída por 87 rapazes e 89 raparigas. Relativamente às razões invocadas para o abandono, quer para rapazes quer para raparigas, tanto em modalidades individuais como colectivas, existem 5 itens relacionados com a gestão do tempo que aparecem sempre entre os 10 principais: “não tinha tempo disponível”, “interessei-me por outros passatempos”, “tive que dar prioridade aos estudos”, “tinha outras coisas para fazer”, “os treinos consumiam muito tempo”.

O item “o meu esforço não era recompensado” só é revelado pelos respondentes masculinos. A razão “tinha problemas com alguns colegas de equipa” não está

entre as 10 principais apontada pelos rapazes e raparigas que abandonaram modalidades individuais.

A prevalência de abandono neste estudo foi de 23% para os rapazes e 22% para as raparigas.

Por fim, apresentamos o quadro 5, quadro comparativo dos principais motivos invocados pelos jovens para o abandono da prática nos desportos individuais e colectivos, referidos pelo conjunto de autores analisados anteriormente.

Quadro 5: Comparação dos principais motivos invocados pelos jovens para o abandono da prática nos desportos individuais e colectivos.

MOTIVOS INVOCADOS POR MODALIDADE	INDIVIDUAIS			COLECTIVAS					
	NATAÇÃO			FUTEBOL	HÓQUEI NO GELO	VOLEIBOL	BASQUETEBOL		
AUTORES	MCPHERSON ET AL. (1980)	SEFTON E FRY (1981)	GOULD ET AL. (1981)	POOLEY (1980)	FRY E TAL. (1981)	COSTA E CRUZ (1997)	BARROS (2002)	MENONCIN (2003)	COELHO E SILVA (2005)
Não gostar dos métodos do treinador	1º				3º				
Comunicação pobre com o treinador e/ou colegas				3º		5º			
Falta de recompensa pelo esforço e trabalho						4º	2º (Cadetes)		3º (Rapazes)
Falta de oportunidades para jogar							3º (Cadetes)		
Insatisfação com a prática		2º	2º						
Pressão da competição			3º	2º					
Jogo muito duro					4º				
Falta de tempo	2º	1º				1º		1º	2º
Falta de motivação					2º			4º	
Conflito de interesses	3º	3º	1º	1º	1º	3º	2º (Iniciados)		3º (Raparigas)
Horários inadequados					5º				
Motivos profissionais						2º		3º	
Dar prioridade aos estudos							1º (Iniciados, Cadetes e Juniores)	2º	1º

3. MATERIAL E MÉTODOS

3.1 Descrição e caracterização da amostra

A amostra deste trabalho é constituída por ex-atletas de basquetebol, da cidade do Porto que abandonaram a modalidade no escalão de cadetes.

Como podemos constatar pelo quadro 6, a população total do estudo é de 156 jovens, sendo a amostra de 62 ex-atletas de ambos os sexos (21 do sexo feminino e 41 do sexo masculino).

Quadro 6: Caracterização da população e da amostra do estudo.

	FEMININOS	MASCULINOS	TOTAL
Nº de abandonos	52	104	156
Cartas enviadas	52	104	156
Cartas recebidas	21	41	62
Cartas não respondidas	30	63	93
Cartas devolvidas	1	0	1

Os sujeitos do estudo abandonaram o basquetebol nas épocas de 2004/2005, no distrito do Porto, com idades compreendidas entre os 15 e os 16 anos ($15,38 \pm 0,49$ nas raparigas e $15,41 \pm 0,49$ nos rapazes).

Os anos de prática dos ex-atletas femininos variam entre 1 e 8 anos ($3,29 \pm 1,82$) e os do sexo masculino entre 1 e 9 anos ($4,29 \pm 2,15$).

3.2 Instrumento de avaliação

Para a colheita dos dados utilizou-se um questionário de abandono da prática desportiva (QAB), elaborado por Gill et al. (1981) e Gould et al. (1982) e adaptado por Cruz et al. (1988; 1995). Além disso, este questionário foi também por nós

ajustado à realidade da amostra, através do acrescento de alguns itens considerados pertinentes, como por exemplo a colocação facultativa do nome, um item para o sexo e outro para a idade com que o jovem abandonou a modalidade de basquetebol. Também foram adaptados todos os itens do questionário a ambos os sexos, visto que este iria ser aplicado tanto a rapazes como a raparigas.

Em termos estruturais, o questionário é constituído por 37 itens. Cada resposta é de escolha múltipla, com 5 níveis de importância (1- nada importante; 5- totalmente importante). Pretende-se que o ex-atleta identifique o nível de importância dos motivos que, em sua opinião, possam ter contribuído para a decisão de abandonar o basquetebol.

Para facilitar o tratamento dos dados, os itens serão agrupados de acordo com a análise de conteúdo (Quadro 7).

Quadro 7: Agregação dos itens de acordo com a análise do conteúdo.

DIMENSÕES	ITENS
Tempo	1; 5; 13; 33; 36
Capacidades Individuais	6; 7; 9; 12; 25; 27; 28
Treinador	15; 17; 18; 19; 30; 35
Divertimento/ Ambiente / Clima	2; 3; 4; 8; 11; 14; 23; 29; 31; 32
Condicionantes familiares e sociais	20; 21; 22; 24; 26; 37
Orientação Desportiva	10; 16; 34

3.3 Procedimento

Contámos com a colaboração da Associação Distrital de Basquetebol do Porto, que nos forneceu as listas dos atletas federados que se inscreveram na época de 2003/2004 e que não renovaram a sua inscrição na época de 2004/2005.

Destas listas foram extraídos os nomes dos atletas masculinos e femininos que abandonaram a modalidade no escalão de cadetes. As informações relativas aos contactos (morada e número de telefone) destes ex-atletas, também nos foram fornecidas pela Associação de Basquetebol do Porto.

Posteriormente escrevemos aos ex-atletas, solicitando que preenchessem o questionário de abandono da prática desportiva proposto por Cruz et al. (1988; 1995) e que nos reenviassem o mesmo, num envelope que já ia endereçado e selado dentro da carta enviada. Ao verificarmos que muitos dos atletas não respondiam aos questionários, realizámos um contacto telefónico com os mesmos, no qual foram fornecidas informações adicionais acerca da finalidade do estudo em que iriam participar.

O questionário foi enviado por correio a meio do mês de Agosto a 156 ex-atletas que abandonaram o basquetebol no escalão de cadetes. No início do mês de Outubro realizámos os telefonemas para os ex-atletas que ainda não tinham respondido ao questionário.

3.4 Procedimentos Estatísticos utilizados

Para a análise estatística dos dados foi utilizado o programa S.P.S.S. (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 10.0. No tratamento dos dados, utilizamos as seguintes técnicas estatísticas:

- Estatística descritiva: calculando médias (M) e desvios padrões (DP);
- Estatística inferencial: *Independent Samples T-Teste*, para verificar a existência ou não de diferenças estatisticamente significativas entre os sexos (para o qual utilizamos um valor de significância: $p < .05$.)

Para visualizar o comportamento das diferentes variáveis procedeu-se à elaboração de quadros sempre que os mesmos facilitassem a interpretação dos resultados.

3.5. Limitações do Estudo

- O estudo apenas abrangeu os ex-basquetebolistas cadetes do distrito do Porto, pelo que não é representativo da totalidade de jovens cadetes que abandonaram a modalidade em Portugal;
- A amostra dos ex-atletas não representa a totalidade de jovens que abandonaram o basquetebol no escalão de cadetes na época por nós estudada;
- Os ex-atletas do estudo não possuíam o mesmo tempo de prática da modalidade.

4. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Os resultados serão apresentados em duas secções. Na primeira, efectua-se a análise da taxa de abandono da prática desportiva. Na segunda o estudo dos motivos invocados pelos atletas de ambos os sexos para o abandono do basquetebol.

4.1 Análise da Taxa de Abandono da Prática Desportiva

4.1.1 - Análise da taxa de abandono da prática desportiva no escalão de Cadetes na época de 2004/2005

Analizando o quadro 8, verificamos que o número total de praticantes de basquetebol no escalão de cadetes no distrito do Porto na época de 2004/2005, é de 421.

É no sexo masculino que existe maior número de praticantes (283).

Quadro 8: Distribuição de praticantes cadetes inscritos na Associação de Basquetebol do Porto na época de 04/05, por sexo.

	FEMININOS	MASCULINOS	TOTAL
N	138	283	421
%	33%	67%	100%

Na época 04/05, 37% dos jovens praticantes de ambos os sexos, abandonaram a prática desportiva no escalão de cadetes (Quadro 9).

Ao analisarmos o quadro 9, verificamos no sexo masculino a incidência de abandono da prática desportiva apresenta um valor mais elevado (104 jovens), relativamente ao sexo feminino (52 jovens).

A taxa de abandono da prática desportiva acontece com incidências semelhantes consoante os sexos (38% nas raparigas e 37% nos rapazes).

Quadro 9: Atletas cadetes que abandonaram a prática desportiva na época de 04/05, por sexo.

	FEMININOS	MASCULINOS	TOTAL
Número de abandonos	52	104	156
% em relação ao total de abandonos no escalão	33%	67%	100%
% em relação ao total de praticantes do mesmo sexo (Taxa de Abandono)	38%	37%	

4.2 Estudo dos Motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos para o Abandono da Prática Desportiva

4.2.1 Estatística Descritiva

O quadro 10 apresenta a ordem de importância dos motivos invocados pelos ex-atletas para o abandono da prática desportiva, para cada um dos sexos.

Quadro 10: Ordenação dos motivos invocados em cada um dos sexos, para o abandono da prática desportiva.

ITENS	FEMININOS (N= 21)	MASCULINOS (N=41)
1.Não tinha tempo disponível;	5º	2º
2. As vitórias eram a única coisa que interessava;	34º	26º
3.Não me divertia, nem tinha prazer;	15º	13º
4. Só se pensava em ganhar;	30º	14º
5. Tinha outras coisas para fazer;	11º	8º
6.Não tinha jeito;	13º	23º
7. As minhas capacidades físicas não eram ajustadas à modalidade;	21º	25º
8. Sentia-me muito pressionado (a);	17º	20º
9. Não me davam oportunidades para jogar;	12º	9º
10.Interessei-me por outra modalidade desportiva;	18º	12º
11. Tinha problemas com alguns(mas) colegas de equipa;	31º	22º
12. Não jogava tempo suficiente;	10º	6º
13. Os treinos consumiam muito tempo;	1º	4º
14. A equipa perdia sempre ou quase sempre;	20º	27º
15. O meu trabalho não era reconhecido;	8º	3º
16. Lesionei-me;	22º	19º
17. Não gostava dos métodos do(a) treinador(a);	2º	7º
18. O meu esforço não era recompensado;	6º	5º
19. Não gostava do(a) treinador(a);	3º	15º
20. Tive que dar prioridade aos estudos;	4º	1º
21. Tive mau rendimento escolar e fui castigado(a);	33º	28º
22. A minha família deixou de apoiar a minha prática;	35º	36º
23. Os treinos eram muito exigentes e difíceis;	23º	32º
24. Os meus (minhas) amigos(as) também desistiram;	32º	33º
25. Não era convocado(a) para os jogos ou provas;	19º	18º
26. Os meus pais proibiram-me;	37º	37º
27. A maioria dos meus (minhas) colegas era melhor do que eu;	24º	30º
28. Os treinos e jogos eram uma “bandalheira”;	29º	24º
29. A actividade era demasiado séria e competitiva;	16º	17º
30. O treinador não me dava atenção;	7º	11º
31. Os (As) meus (minhas) colegas não me davam atenção;	25º	29º
32. Os treinos eram “chatos”;	27º	21º
33. Interessei-me por outros passatempos;	14º	10º
34. Não existia a minha modalidade preferida;	36º	31º
35. O treinador era muito autoritário;	9º	16º
36. Comecei a namorar;	28º	34º
37. Gastava muito dinheiro para praticar desporto.	26º	35º

4.2.1.1- Motivos mais importantes, invocados por cada sexo

O quadro 11 apresenta a estatística descritiva dos motivos mais importantes invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos, para abandonarem a prática do basquetebol no escalão de cadetes.

Os ex-atletas do sexo feminino indicaram o item 13 (“Os treinos consumiam muito tempo”), como o motivo mais importante para o seu abandono da prática da modalidade. O item 17 (“Não gostava dos métodos do(a) treinador(a)”) é o segundo motivo mais importante, seguindo-se o item 19 (“Não gostava do(a) treinador(a)”). De realçar que estes dois itens se enquadram na dimensão “treinador”. O item 20 (“Tive que dar prioridade aos estudos”) surge como o quarto motivo mais importante invocado, seguindo-se o item 1 (“Não tinha tempo disponível”).

Para os ex-atletas cadetes do sexo masculino, o item 20 (“Tive que dar prioridade aos estudos”) é apontado como o principal motivo para o abandono da prática da modalidade. É importante referir que o item 1 (“Não tinha tempo disponível”) e o item 13 (“Os treinos consumiam muito tempo”) estão relacionados com a dimensão “tempo” que anteriormente agrupámos. Por outro lado, o item 15 (“O meu trabalho não era reconhecido”) e o item 18 (“O meu esforço não era recompensado”) estão relacionados com a dimensão “treinador”.

Quadro 11: Cinco principais motivos invocados pelos ex-atletas para o abandono da prática do basquetebol.

SEXO	ÍTEMS	MÉDIA	DP
Feminino (N=21)	13. Os treinos consumiam muito tempo;	3,09	1,58
	17. Não gostava dos métodos do(a) treinador(a);	3,05	1,43
	19. Não gostava do(a) treinador(a);	3,05	1,66
	20. Tive que dar prioridade aos estudos;	3,05	1,69
	1. Não tinha tempo disponível;	2,86	1,35
Masculino (N=41)	20. Tive que dar prioridade aos estudos;	3,07	1,52
	1. Não tinha tempo disponível;	2,63	1,35
	15. O meu trabalho não era reconhecido;	2,60	1,24
	13. Os treinos consumiam muito tempo;	2,49	1,20
	18. O meu esforço não era recompensado;	2,46	1,19

4.2.1.2 Motivos menos importantes, invocados por cada sexo

O quadro 12 apresenta a estatística descritiva dos motivos menos importantes invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos, para abandonarem a prática do basquetebol no escalão de cadetes.

Para os ex-atletas do sexo feminino, os motivos menos importantes estão relacionados com a dimensão das “condicionantes familiares e sociais” (ítems 21, 22 e 26), a não existência da modalidade preferida (item 34) e as vitórias serem a única coisa que interessava.

Relativamente aos ex-atletas do sexo masculino, os motivos menos invocados continuam a relacionar-se essencialmente com as “condicionantes familiares e sociais” (ítems 22, 24 e 26), o dinheiro gasto na prática da modalidade (item 37), o facto de começar a namorar (item 36) e de os amigos também desistirem (item 24).

Quadro 12: Cinco motivos menos importantes, invocados pelos ex-atletas para o abandono do basquetebol.

SEXO	ÍTEMS	MÉDIA	DP
Feminino (N=21)	26. Os meus pais proibiram-me;	1,33	0,97
	34. Não existia a minha modalidade preferida;	1,38	0,86
	22. A minha família deixou de apoiar a minha prática;	1,38	0,92
	2. As vitórias eram a única coisa que interessava;	1,43	0,59
	21. Tive mau rendimento escolar e fui castigado(a);	1,52	0,93
Masculino (N=41)	26. Os meus pais proibiram-me;	1,34	0,76
	22. A minha família deixou de apoiar a minha prática;	1,46	0,87
	37. Gastava muito dinheiro para praticar desporto;	1,59	0,99
	36. Comecei a namorar;	1,61	0,80
	24. Os meus (minhas) amigos(as) também desistiram.	1,66	1,02

4.2.1.3 Ordem de importância das dimensões extraídas dos itens do questionário para o abandono da prática desportiva, por cada sexo

O quadro 13 apresenta a média e o desvio padrão das pontuações das dimensões extraídas dos motivos para o abandono da prática desportiva, em ambos os sexos.

Em relação ao sexo feminino, a dimensão “treinador” é a que apresenta maior peso na tomada de decisão de abandono da prática da modalidade. A segunda dimensão com maior peso é a dimensão “tempo”, seguindo-se a dimensão “capacidades individuais”, a dimensão “divertimento/ambiente e cultura”, a dimensão “condicionantes familiares e sociais” e por fim a dimensão “orientação desportiva”.

No sexo masculino, a dimensão “treinador” continua a apresentar maior peso na tomada de decisão de abandono da prática da modalidade. A segunda dimensão com maior peso (“tempo”) coincide com o sexo feminino, seguindo-se a dimensão “capacidades individuais”, a dimensão “orientação desportiva”, a dimensão

“divertimento/ambiente/cultura” e, por último, a dimensão “condicionantes familiares e sociais”.

Quadro 13: Dimensões dispostas por ordem decrescente de importância para os diferentes sexos.

SEXO	DIMENSÕES	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
Feminino (N=21)	D3 – Treinador	2,85	1,45
	D1 – Tempo	2,40	1,31
	D2 – Capacidades Individuais	2,22	1,29
	D4 – Divertimento/ Ambiente/ Cultura	2,00	1,14
	D5 – Condicionantes familiares e sociais	1,92	1,18
	D6 – Orientação Desportiva	1,92	1,28
Masculino (N=41)	D3 – Treinador	2,37	1,21
	D1 – Tempo	2,21	1,19
	D2 – Capacidades Individuais	1,95	1,11
	D6 – Orientação Desportiva	1,89	1,33
	D4 – Divertimento/ Ambiente/ Cultura	1,87	1,14
	D5 – Condicionantes familiares e sociais	1,81	1,05

4.2.2 Comparação entre grupos femininos e masculinos de jovens basquetebolistas no questionário de abandono da prática desportiva (1-nada importante, 5- totalmente importante)

Em relação às diferenças encontradas nos motivos invocados para o abandono da prática desportiva em função do sexo, as únicas diferenças estatisticamente significativas (para $p < .05$; D'hainaut (1992)) registaram-se no item 17 (“Não gostava dos métodos do(a) treinador(a)”) e item 19 (“Não gostava do(a) treinador(a)”) (Quadro 14).

Quadro 14: Comparação entre sexos no questionário de abandono da prática desportiva.

ITENS	SEXO FEMININO	SEXO MASCULINO	TESTE T	
	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	t	P
1.Não tinha tempo disponível;	2,86±1,35	2,63±1,36	-0,61	0,54
2. As vitórias eram a única coisa que interessava;	1,43±0,59	1,78±0,88	1,64	0,11
3.Não me divertia, nem tinha prazer;	2,38±1,39	2,07±1,39	-0,82	0,41
4. Só se pensava em ganhar;	1,76±0,89	2,04±1,16	0,99	0,33
5. Tinha outras coisas para fazer;	2,48±1,54	2,24±1,22	-0,65	0,52
6.Não tinha jeito;	2,43±1,39	1,85±1,04	-1,83	0,07
7. As minhas capacidades físicas não eram ajustadas à modalidade;	2,14±1,39	1,80±1,01	-1,09	0,28
8. Sentia-me muito pressionado (a);	2,33±1,39	1,90±1,07	-1,35	0,18
9. Não me davam oportunidades para jogar;	2,43±1,20	2,24±1,29	-0,54	0,59
10.Interessei-me por outra modalidade desportiva;	2,24±1,37	2,09±1,48	-0,36	0,72
11. Tinha problemas com alguns(mas) colegas de equipa;	1,76±1,14	1,88±1,25	0,36	0,72
12. Não jogava tempo suficiente;	2,48±1,25	2,29±1,18	-0,57	0,57
13. Os treinos consumiam muito tempo;	3,09±1,59	2,49±1,21	-1,69	0,09
14. A equipa perdia sempre ou quase sempre;	2,14±1,31	1,76±1,02	-1,28	0,21
15. O meu trabalho não era reconhecido;	2,67±1,32	2,60±1,24	-0,17	0,87
16. Lesionei-me;	2,14±1,62	1,92±1,33	-0,56	0,58
17. Não gostava dos métodos do(a) treinador(a);	3,04±1,43	2,27±1,20	-2,26	0,03
18. O meu esforço não era recompensado;	2,71±1,38	2,46±1,19	-0,75	0,46
19. Não gostava do(a) treinador(a);	3,05±1,66	1,98±1,13	-3,00	0,00
20. Tive que dar prioridade aos estudos;	3,05±1,68	3,07±1,52	0,06	0,95
21. Tive mau rendimento escolar e fui castigado(a);	1,52±0,92	1,76±1,16	0,79	0,43
22. A minha família deixou de apoiar a minha prática;	1,38±0,92	1,46±0,88	0,35	0,73
23. Os treinos eram muito exigentes e difíceis;	2,09±1,26	1,67±0,99	-1,49	0,14
24. Os meus (minhas) amigos(as) também desistiram;	1,76±1,22	1,66±1,02	-0,35	0,73
25. Não era convocado(a) para os jogos ou provas;	2,24±1,44	1,93±1,19	-0,91	0,37
26. Os meus pais proibiram-me;	1,33±0,96	1,34±0,76	0,04	0,97
27. A maioria dos meus (minhas) colegas era melhor do que eu;	2,00±1,14	1,71±0,98	-1,05	0,29
28. Os treinos e jogos eram uma “bandalheira”;	1,80±1,21	1,85±1,09	0,15	0,89
29. A actividade era demasiado séria e competitiva;	2,33±1,28	1,95±1,24	-1,13	0,26
30. O treinador não me dava atenção;	2,67±1,28	2,17±1,05	-1,64	0,11
31. Os (As) meus (minhas) colegas não me davam atenção;	1,95±1,20	1,73±1,16	-0,69	0,49
32. Os treinos eram “chatos”;	1,85±0,96	1,88±1,21	0,07	0,95
33. Interessei-me por outros passatempos;	2,42±1,39	2,22±1,39	-0,56	0,58
34. Não existia a minha modalidade preferida;	1,38±0,86	1,68±1,19	1,03	0,31
35. O treinador era muito autoritário;	2,52±1,60	1,95±1,14	-1,63	0,11
36. Comecei a namorar;	1,86±1,35	1,61±0,80	-0,91	0,37
37. Gastava muito dinheiro para praticar desporto.	1,09±1,18	1,58±0,99	-1,12	0,27

O quadro 15, mostra-nos a comparação entre sexos quando as diferenças são estatisticamente significativas. Os ex-atletas do sexo feminino têm mais tendência do que os ex-atletas do sexo masculino para abandonarem a modalidade desportiva por não gostarem dos métodos do(a) treinador(a) e por não gostarem do(a) treinador(a).

Quadro 15: Comparação entre grupos femininos e masculinos de jovens basquetebolistas quando as diferenças são estatisticamente significativas.

ÍTEMS	SEXO FEMININO	SEXO MASCULINO	TESTE T	
	Média ± Desvio Padrão	Média ± Desvio Padrão	t	P
17. Não gostava dos métodos do(a) treinador(a);	3,04±1,43	2,27±1,20	-2,26	0,03
19. Não gostava do(a) treinador(a);	3,05±1,66	1,98±1,13	-3,00	0,00

p<.05;

5. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Com esta discussão pretende-se: comparar os resultados obtidos neste estudo com resultados de outros estudos semelhantes efectuados neste âmbito; identificar, com base na literatura, as diferenças ou semelhanças entre o presente e os restantes estudos consultados.

5.1. Motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos para o abandono do basquetebol

5.1.1 Motivos mais valorizados para explicar o abandono

Para as raparigas, o facto de os treinos consumirem muito tempo (item 13) é o motivo mais valorizado para explicar o abandono do basquetebol. Situação semelhante ocorreu no estudo de Sefton e Fry (1981), onde os autores concluíram que essa foi uma das razões mais apontadas para o abandono da natação. Nos rapazes este item surge em quarta posição, ou seja, entre os 5 mais pontuados.

Sendo assim, o compromisso de treinar várias vezes por semana para obter bons resultados, aliado à interferência que este factor poderá eventualmente ter nos estudos, poderá ser um dos motivos que leva ao abandono dos jovens atletas.

O segundo motivo mais importante invocado pelas raparigas para abandonar a prática do basquetebol foi o não gostar dos métodos do(a) treinador(a), (item 17) e o terceiro não gostar do(a) treinador(a), (item 19). Já Costa e Cruz (1997), apontaram as “dificuldades na relação com dirigentes e treinador” como uma das razões mais importantes para o abandono da prática do voleibol.

Poderemos então admitir que o treinador possui um papel importante no abandono dos jovens atletas.

Tal como nos estudos de Barros (2002) e de Coelho e Silva (2005), no nosso trabalho o item 20 (“tive que dar prioridade aos estudos”) surgiu como o motivo mais importante para o abandono da prática de basquetebol, porém, somente nos atletas do sexo masculino. Nas raparigas, este item encontra-se nos 4 primeiros, o que denota ser um motivo também importante para o abandono do basquetebol por parte do sexo feminino.

Posto isto, interrogamo-nos se as idades em que incide o nosso estudo não influência neste resultado. De facto, admitimos ser relevante o aumento da carga diária de estudo nestas idades, uma vez que a nossa amostra se encontra na fase de transição para o ensino secundário. Por outro lado, os pais também poderão contribuir para a tomada de decisão.

O item 1 (“Não tinha tempo disponível”) é o segundo motivo mais importante referenciado pelos rapazes para o abandono da modalidade, conclusão a que Coelho e Silva et al. (2005) também chegaram no seu estudo com ex-basquetebolistas federados, tal como Menoncin (2003) com ex-atletas basquetebolistas de ambos os sexos. Para as raparigas, este item encontra-se entre os 5 mais referenciados para o abandono do basquetebol.

Somos da opinião que o “não ter tempo disponível” poderá eventualmente explicar-se com a interferência dos treinos nos estudos.

O terceiro item mais importante referido pelos rapazes para o abandono da prática do basquetebol foi o item 15 (“o meu trabalho não era reconhecido”), tal como aconteceu no estudo de Coelho e Silva (2005). “O meu esforço não era recompensado” (item 18) foi o quinto motivo mais importante referido pelo sexo masculino para abandonar o basquetebol. Costa e Cruz (1997), referiram também que a “falta de recompensas pelo esforço e trabalho” é um motivo muito importante na decisão de abandonar o voleibol.

Poderemos então considerar que a falta de reconhecimento e a indiferença por parte entes próximos do atleta, serão factores influentes no afastamento da modalidade, ou seja, quando o atleta não se sente prestigiado e incentivado o risco de abandono da modalidade é maior.

Os resultados encontrados permitem-nos pensar que as carreiras escolar e desportiva estarão de algum modo a tornar-se incompatíveis, levando a que os jovens nem sempre sintam o reconhecimento do seu trabalho na prática desportiva. Por outro lado, as exigências escolares e as cargas horárias são cada vez maiores na faixa etária do nosso estudo. Também os horários dos treinos podem revelar-se desajustados, uma vez que dependem dos horários escolares.

5.1.2 Motivos menos valorizados para explicar o abandono

O quadro 12 mostra-nos os motivos menos importantes apontados pelos atletas para o abandono do basquetebol. Em ambos os sexos, o motivo menos invocado foi o item 26 (“os meus pais proibiram-me”), sendo também referido por ambos o item 22 (“a minha família deixou de apoiar a minha prática”). Os pais poderão estar indirectamente relacionados com a decisão de abandonar, não por proibir, mas pela exigência de bons resultados a nível escolar.

As raparigas indicam ainda o item 34 (“Não existia a minha modalidade preferida”), o item 2 (“As vitórias eram a única coisa que interessava”) e o item 21. (“Tive mau rendimento escolar e fui castigado(a)").

Na cauda das razões explicativas do abandono da prática desportiva pelo sexo masculino aparecem motivos como o item 37, (“Gastava muito dinheiro para praticar desporto”), o item 36, (“Comecei a namorar”) e o item 24, (“Os meus

(minhas) amigos(as) também desistiram”), que não apareceram entre os menos valorizados pelo sexo feminino.

Isto poderá significar que os ex-atletas femininos são mais sensíveis a estes motivos.

5.1.3 Dimensões extraídas dos itens do questionário do abandono da prática desportiva

Ao analisarmos as dimensões extraídas dos itens do questionário (quadro 13), verificamos que, por ordem decrescente de importância, as dimensões “treinador” e “tempo” surgem em primeiro e segundo lugar, respectivamente, em ambos os sexos.

Vários autores (McPherson et al.;1980, Pooley, 1980; Fry et al, 1981; Costa e Cruz, 1997; Coelho e Silva e Garcia da Silva, 2003) constataram que as razões relacionadas com o treinador e com o tempo são das mais importantes para explicarem o abandono da prática desportiva por parte dos jovens praticantes.

Os resultados do nosso estudo permitem-nos admitir que o treinador possui um papel muito importante no processo de treino e como tal deverá ser tido em consideração se quisermos prevenir o excessivo abandono da prática desportiva.

Contrariando os resultados alcançados no nosso trabalho, Coelho e Silva e Garcia da Silva (2003), no seu estudo sobre a procura desportiva satisfeita e razões invocadas para o abandono da prática desportiva nos jovens da ilha do Faial, afirmam que as razões apontadas por ambos os sexos não variam, tanto nas modalidades individuais como nas colectivas e estão relacionados com a dimensão tempo.

5.1.4 Confrontação dos motivos invocados pelos ex-atletas de ambos os sexos

De entre os 37 itens do questionário, quando comparamos o sexo feminino com o masculino (quadro 15), verificamos que apenas existem diferenças estatisticamente significativas nos itens “Não gostava dos métodos do(a) treinador(a)”, (item 17) e “Não gostava do(a) treinador(a)”, (item 19), onde a variação das médias é, em ambos os itens, de sentido decrescente do sexo feminino para o masculino.

Ao analisarmos o quadro 10, constatamos que o item 17 (“Não gostava dos métodos do(a) treinador(a)”) foi a 1ª opção das raparigas e a 4ª nos rapazes, o que demonstra que as raparigas valorizam muito mais este item, embora os rapazes também o tenham referido nos cinco motivos mais importantes para o abandono da modalidade. Por sua vez, o item 19 (“Não gostava do(a) treinador(a)”), foi a segunda opção das raparigas e somente a 7ª nos rapazes, o que vem mais uma vez demonstrar a importância que as raparigas dão às questões relacionadas com o treinador. Isto poderá querer dizer que as raparigas são mais sensíveis a esses aspectos e que o treinador é um forte influenciador do seu abandono.

6. CONCLUSÕES

Ao analisar através deste estudo os motivos que levam os jovens ao abandono da prática de basquetebol, no escalão de cadetes, no distrito do Porto, verifica-se que:

- As jovens basquetebolistas que abandonaram a modalidade fizeram-no porque os treinos consumiam muito tempo, por não gostarem dos métodos do(a) treinador(a), por terem que dar prioridade aos estudos e por não terem tempo disponível. No caso dos rapazes, por terem que dar prioridade aos estudos, por não terem tempo disponível, pelo facto do seu trabalho não ser reconhecido, porque os treinos consumiam demasiado tempo e por o seu esforço não ser recompensado. Deste modo, a ordem de importância, bem como alguns dos principais motivos invocados pelos ex-atletas para o abandono do basquetebol, diferem para cada um dos sexos, o que está de acordo com a primeira hipótese por nós formulada;
- Ao compararmos os motivos invocados para o abandono da prática desportiva pelos ex-atletas femininos e masculinos apenas verificamos diferenças estatisticamente significativas nos itens “Não gostava dos métodos do(a) treinador(a)” e “Não gostava do(a) treinador(a)”, o que não está de acordo com a segunda hipótese colocada;
- A dimensão “treinador” é aquela que teve maior peso na decisão de abandono da prática desportiva para os ex-atletas de ambos os sexos, o que vem confirmar a terceira hipótese.

7. SUGESTÕES PARA FUTUROS ESTUDOS

Com este estudo pretendeu-se identificar os principais motivos que conduzem os jovens cadetes do distrito do Porto ao abandono da prática do basquetebol. Tendo em conta os resultados obtidos, consideramos pertinente sugerir futuros desenvolvimentos deste tema, tais como:

- A realização de estudos idênticos para diferentes escalões de formação;
- A realização de outros estudos, tendo como referência os anos de prática da modalidade, de modo a avaliar os diferentes motivos de abandono em função do número de anos de actividade;
- A realização de um estudo comparativo dos motivos invocados para o abandono, entre modalidades individuais e colectivas;
- A realização de um estudo que relacione a motivação para a prática desportiva, a satisfação com essa prática e as razões para o seu abandono;
- O alargamento deste tipo de estudos a todos os escalões e a todo o país, para que assim se possam determinar os motivos de abandono de acordo com as idades, e nas diferentes regiões.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALONZO, J.; Lucas, J.; Rodriguez, G. (1997). Estudios Empíricos: Motivos de Inicio, Mantenimiento, Cambio y Abandono. *Motivos, Motivacion y Deporte*. Salamanca, pp. 81-131.
- ARAÚJO, J. (1992). *Basquetebol – Preparação Técnica e Tática*. Federação Portuguesa de Basquetebol e Associações Regionais de Basquetebol.
- ARAÚJO, J. (1998). *Manual de Metodologia e Didáctica – Nível I*. Escola Nacional de Basquetebol.
- BAIONETA, R. (1998). O basquetebol em Portugal. *O Basquetebol*. Lisboa. Editorial Estampa, pp. 127-133.
- BARATA, A. (1999). O treino das capacidades condicionais em jovens desportistas. *Revista Treino Desportivo*. Ano II, Nº especial 2,3ª série, pp. 31-34.
- BARROS, F. (2002). *O Abandono da Prática Desportiva no Basquetebol. Um estudo em jovens masculinos dos 11 aos 18 anos do distrito de Coimbra*. Monografia de Licenciatura, FCDEF-Coimbra.
- BOIS, J.; Sarrazin, P.; Brustrad, R.; Trouilloud, D.; Curry, F. (2002). Mothers' Experiences and Young Adolescents' Perceived Physical Competence- A year-long study. *Journal of Early Adolescence*, 22 (4), pp. 384-406.
- BRITO, A. (1976). Porque fazemos desporto. *Psicologia Desportiva*. Lisboa. Ministério da Educação e Investigação Científica. Cultura e Desporto nº 43, pp. 12 16.
- BRITO, A. (2001). *Psicologia do Desporto*. Lisboa. Edição Omniserviços. pp 43-50.
- BRUSTRAD, R., (1993). Who Will Go Out and Play: Parent and Psychological Influences on Children's Attraction to Physical Activity. *Pediatric Exercise Science*, 5, pp. 210-223, Human Kinetics Publishers, Inc.
- BYRNE, T. (1993). Sport. It's a family affair" In: *Coaching children in sport*, Martin Lee (Ed.), E e EN Spon, 1st Edition, London.

- CAMPBELL, S. (1998). A função do treinador no desenvolvimento do jovem atleta. *Revista Treino Desportivo*. Ano I, nº3, 3ª série, pp. 31-36.
- CARVALHEIRO, G., Fonseca, A., Tavares, F. (2001). A perspectiva dos atletas e dos seus treinadores acerca dos motivos que levam os jovens a praticar basquetebol. *A FCDEF-UP e a Psicologia do Desporto: Estudos sobre motivação*. Porto : Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, pp. 40-44.
- COELHO E SILVA, M. (1999). Treino Desportivo com Crianças e Jovens. *Revista Treino Desportivo.*, Ano II, Nº especial 2, 3ª série, pp. 3-11.
- COELHO E SILVA M; Garcia da Silva N. (2003). Procura desportiva satisfeita e razões para o abandono da prática desportiva na população jovem da ilha do Faial. *Ludens – Ciências do Desporto*. Vol. 17 (3), pp. 11-20.
- COELHO E SILVA M.; Ribeiro L.; Barros, F.; Figueiredo A.; Gonçalves, C. (2005) *Abandono da prática de basquetebol competitivo e organizado*. Projecto Prontal Sport, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade de Coimbra.
- COELHO, O; Vieira, J.; Adelino, J. (2000). *Quais as responsabilidades do Treinador de Jovens. Treino de Jovens – O que todos precisam de saber*. Lisboa. Centro de Estudos e Formação Desportiva, pp. 7- 8.
- COOKE, G. (2003). I am sorry coach, y quit. *Sports Coach*, vol. 26, nº 1, pp. 14-16.
- COSTA, F.; Cruz, J. (1997). *Motivação para a competição desportiva e razões para o abandono: um estudo no voleibol*. Psicologia aplicada ao Desporto e à Actividade Física; Braga. Teoria, investigação e intervenção, pp. 221-233.
- CRATTY, J. (1989). *Psychological in Contemporary Sport*. 3 ed. New Jersey. Pridice Hall- Englewood Cliffs.
- D'HAINAUT, L. (1992). *Conceitos e Métodos da Estatística. Uma variável a segunda dimensão*. Volume I, 2ª edição. Fundação Calouste Gulbenkian. Lisboa.

- DE ROSE, J.; Ferreira, A. (2003). *Basquetebol – Técnicas e Tácticas. Uma abordagem didáctico-pedagógica*. Editors São Paulo. Pedagógica e Universitária Ltda.
- DECONCHY, J. (s/d). *O Desenvolvimento Psicológico da Criança e do Adolescente*. Lisboa. Editorial Pórtico, Lda.
- DURAND, N. (1988). *El niño y el deporte*. Barcelona . M.E.C, pp 37-38.
- FELIU, J. (1997). Factores motivacionales en el deporte infantil y asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. In J. Cruz (Ed.), *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis, pp. 146-176.
- FONSECA, A. (2004). O fenómeno do abandono da prática desportiva juvenil. *Os jovens e o desporto: oportunidades e dificuldades*. Confederação do Desporto de Portugal. Algés, pp 29- 49.
- FONSECA, A. M. & Maia, J. A. (2000). *A motivação dos jovens para a prática desportiva federada: Um estudo com atletas das regiões Centro e Norte de Portugal com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva, Ministério da Juventude e do Desporto.
- GOMES, R. (1997). Aspectos psicológicos da iniciação e formação desportiva: o papel dos pais. *Psicologia Aplicada ao Desporto e à Actividade Física: teoria, investigação e intervenção*. Universidade do Minho – Braga, pp. 291-319.
- GOMES, R. (2001). A promoção da comunicação entre treinadores e pais na iniciação e formação desportiva de crianças e jovens. *Revista Treino Desportivo*. Nº 13, Março, pp. 30-37.
- GONÇALVES, C. (1996). Youth Sport in Europe: Portugal. In P. De Knop, LM Engstrom, B. Skirstad, MR Wiess (editors). *Worldwide Trends in Youth Sport*. Human Kinetics Publishers, inc. Champaign, Illions, pp. 193-203.
- GOULD, D; Feltz, D.; Horn, T.; Weiss, M. (1981). Reasons for attrition in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior*. Vol 5 (3), pp. 155-165.

- GUILLET, E.; Sarrazin, P.; Cury (2000). L'abandon sportif: de l'approche descriptive aux modèles interactionnistes. *Science & Motricité*, 41, pp. 47-60.
- HELLSTEDT, J. (1995). Invisible Players: A family systems model In: S. M. Murphy (ed.), *Sport Psychology Interventions*, pp. 117-145. Human Kinetics Publishers, Inc, Champaign.
- LEE, P. (2005). Adolescência. In: Gallahue,D.; Ozmun, J. *Compreendendo o Desenvolvimento Motor. Bebés, Crianças, Adolescentes e Adultos*. São Paulo. Phorte Editora, pp. 345-424.
- LIMA, T. (1990). Competição para Jovens. *Revista Treino Desportivo*. (6), 2ª Série, pp. 32-39.
- MACGREGOR, L. (1988). O ABC de uma adequada filosofia de treino. *Revista Treino Desportivo*. Ano I, nº 10, 2ª série, pp. 18-21.
- MACHADO, A. (1997): *Psicologia do Esporte: Temas emergentes I*. Judiai, Ápice Editora.
- MALINA, R. (1988). Biological maturity status of young athletes. In RM Malina (editor). *Young athletes: biological, psychological and education perspectives*. Champaing, Illions. Human kinetics, pp. 121-140.
- MALINA, M.; Bouchard, C. (1991). *Growth Maturation and Physical Activity*. Champaingn, Il: Human Kinetics.
- MARIVOET, S. (1993). *Hábitos desportivos na sociedade portuguesa*. Ludens, (3/4), pp. 84-91.
- MARIVOET, S. (2001). *Hábitos desportivos da população portuguesa*. Lisboa. Centro de Estudos e Formação Desportiva.
- MARTINEZ, A. & Dias, P. (2000). Variables asociadas ó abandono da competicion deportiva en ximansia rítmica. *Livro de Resumos, Comunicação apresentada no 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*. Faculdade de Motricidade Humana, p. 58.

- MENONCIN, Jr., W. (2003). *Estudos dos Fatores que levam os Jovens ao Abandono da Prática do Basquetebol Competitivo em Curitiba*. Florianópolis. Dissertação de Mestrado em Engenharia e Produção – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, UFSC, Florianópolis.
- ORLICK, T. (1986). Life after sport”. *Psyching for sport. Mental training for athletes*. Leisure Press, pp. 169-176
- PETLICHKOFF, M. (1996). The drop-out dilemma in youth sports. In O. Bar-Or (Ed.), *The child and adolescent athlete*, pp. 418-430. Oxford, England: Blackwell Scientific Lda.
- ROBERTSON, I. (1998). O treinador e o abandono dos jovens praticantes. *Revista Treino Desportivo* (5), pp. 23 – 30.
- SAMULSKI, D.(1995). *Psicologia do Esporte: teoria e aplicação prática*. Belo Horizonte. Imprensa Universitária, UFMG.
- SANTOS, A. (1997). A força no treino de basquetebol. *O Treinador - Revista Técnica e Informativa*. (37), pp. 31- 40.
- SCANLAN, K., Lewthwaite, R., (1988). From Stress to Enjoyment: Parent and Coach Influences on Young Participants in Brown, W., Branta, F.(eds). *Competitive Sports for Children and Youth: an Overview of Research and Issues*, pp 41-48, Human Kinetics Books, Champaign, Illions.
- SMITH, E. (1986). Toward a cognitive-affective modelo f athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, (8), pp. 36-50.
- SMOLL, F. (2000). *A comunicação do treinador com os pais dos atletas*. Lisboa. Centro de Estudos e Formação Desportiva.
- SOBRAL, F. (1994). *Desporto Infanto-Juvenil, Prontidão e Talento*. Lisboa. Livros Horizonte.
- SOBRAL, F.; Silva, M. (1997). *Sebenta de Cineantropometria*. Textos de apoio. FCDEF-UC.
- SPRINTHALL, N. A.; Sprinthall, R. C. (1993). *Psicologia Educacional*. Lisboa: McGraw-Hill.

- TAVARES, F. (1997). As capacidades coordenativas no Basquetebol – Implicações no processo de aprendizagem e treino. *O Treinador – Revista Técnica e Informativa*. Nº 36. pp. 31 – 34.
- THOMAS, A. (1983). *Esporte: introdução à psicologia*. Ao Livro Técnico. Rio de Janeiro.
- TORRES, J. (1998). O abandono desportivo analisado numa perspectiva organizacional. *Revista Treino Desportivo* (3), pp. 75-80.

Anexos



Universidade do Porto
Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física

Aveiro, 15.08.05

ASSUNTO: Pedido de colaboração – Preenchimento de Questionário

Caro Ex-Atleta,

O Plano de Estudos da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, da Universidade do Porto, prevê, para o 5º ano da sua Licenciatura, a realização de uma monografia.

O objectivo do nosso trabalho é efectuar um estudo sobre o “Abandono da Prática Desportiva do Basquetebol em escalões de Formação”.

Nesse sentido, gostaríamos de solicitar a tua colaboração para o preenchimento e devolução do Questionário anexo, até ao dia 30 de Setembro, utilizando para o efeito o envelope já selado e endereçado que também enviamos.

O Questionário é constituído por 37 itens. Cada resposta é de escolha múltipla, com 5 níveis de importância. Pretende-se com ele que identifiques com uma cruz (X) o nível de importância dos motivos que, em tua opinião, possam ter contribuído para a decisão de abandonares o basquetebol.

Desde já agradecemos a tua colaboração!

A aluna,

(Sofia Guerreiro Mota)

Anexo:- Questionário;
- Envelope de resposta.

Nome (facultativo):	Ano de Nascimento:
Anos de prática de Basquetebol:	Idade com que abandonou a modalidade:

ABANDONO DA PRÁTICA DESPORTIVA

APRESENTAMOS UM CONJUNTO DE MOTIVOS QUE PODEM LEVAR AS PESSOAS A ABANDONAR A PRÁTICA DESPORTIVA. LEIA-OS COM ATENÇÃO E ASSINALE O NÍVEL DE IMPORTÂNCIA QUE CADA UM DELES TEVE PARA SI, respeitando a escala de respostas. Não existem respostas certas ou erradas. Responda a todas as questões mesmo que hesite em certos casos.

1	Nada importante
2	Pouco importante
3	Importante
4	Muito importante
5	Totalmente importante

1	Não tinha tempo disponível;	1	2	3	4	5
2	As vitórias eram a única coisa que interessava;	1	2	3	4	5
3	Não me divertia, nem tinha prazer;	1	2	3	4	5
4	Só se pensava em ganhar;	1	2	3	4	5
5	Tinha outras coisas para fazer;	1	2	3	4	5
6	Não tinha jeito;	1	2	3	4	5
7	As minhas capacidades físicas não eram ajustadas à modalidade;	1	2	3	4	5
8	Sentia-me muito pressionado (a);	1	2	3	4	5
9	Não me davam oportunidades para jogar;	1	2	3	4	5
10	Interessei-me por outra modalidade desportiva;	1	2	3	4	5
11	Tinha problemas com alguns(mas) colegas de equipa;	1	2	3	4	5
12	Não jogava tempo suficiente;	1	2	3	4	5
13	Os treinos consumiam muito tempo;	1	2	3	4	5
14	A equipa perdia sempre ou quase sempre;	1	2	3	4	5
15	O meu trabalho não era reconhecido;	1	2	3	4	5
16	Lesionei-me;	1	2	3	4	5
17	Não gostava dos métodos do(a) treinador(a);	1	2	3	4	5
18	O meu esforço não era recompensado;	1	2	3	4	5
19	Não gostava do(a) treinador(a);	1	2	3	4	5
20	Tive que dar prioridade aos estudos;	1	2	3	4	5
21	Tive mau rendimento escolar e fui castigado(a);	1	2	3	4	5
22	A minha família deixou de apoiar a minha prática;	1	2	3	4	5
23	Os treinos eram muito exigentes e difíceis;	1	2	3	4	5
24	Os meus (minhas) amigos(as) também desistiram;	1	2	3	4	5
25	Não era convocado(a) para os jogos ou provas;	1	2	3	4	5
26	Os meus pais proibiram-me;	1	2	3	4	5
27	A maioria dos meus (minhas) colegas era melhor do que eu;	1	2	3	4	5
28	Os treinos e jogos eram uma "bandalheira";	1	2	3	4	5
29	A actividade era demasiado séria e competitiva;	1	2	3	4	5
30	O treinador não me dava atenção;	1	2	3	4	5
31	Os (As) meus (minhas) colegas não me davam atenção;	1	2	3	4	5
32	Os treinos eram "chatos";	1	2	3	4	5
33	Interessei-me por outros passatempos;	1	2	3	4	5
34	Não existia a minha modalidade preferida;	1	2	3	4	5
35	O treinador era muito autoritário;	1	2	3	4	5
36	Comecei a namorar;	1	2	3	4	5
37	Gastava muito dinheiro para praticar desporto.	1	2	3	4	5