

## Fatores motivacionais dos alunos e avaliação da qualidade de aulas *online* de ginástica artística

Children motivational factors and quality assessment of artistic gymnastics online training sessions

Factores motivacionales de los estudiantes y evaluación de la calidad de las clases online de gimnasia artística

Karine Naves de Oliveira Goulart<sup>a,b,c,\*</sup> , Stayce Moreira Fortunato<sup>a</sup> ,  
Gabrielle Batista Dias<sup>a</sup> , Laura Lírio Resende Cerqueira<sup>a</sup> ,  
Samuel Penna Wanner<sup>b</sup> , Myrian Nunomura<sup>d</sup> , Ivana Montandon Soares Aleixo<sup>a</sup> 

### Palavras-chave:

Ensino *online*;  
Ginástica;  
Motivação;  
Satisfação pessoal.

### RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar fatores motivacionais para a participação em aulas *online* de ginástica artística (GA) e a satisfação dos alunos quanto à qualidade dessas aulas. Uma amostra de 39 alunos respondeu ao Inventário de Motivação para Prática Desportiva e a um questionário estruturado para avaliação da qualidade das aulas *online*. Um total de 67%, 53% e 30% dos alunos consideraram “muito importante” os motivos relacionados à “competência esportiva”, “saúde” e “amizade/lazer”, respectivamente. Todas as dimensões avaliadas no questionário sobre a qualidade das aulas apresentaram satisfação superior a 75%. Portanto, a “Competência esportiva” é o principal fator motivacional para a prática de aulas *online* de GA. De maneira geral, os alunos se mostraram satisfeitos com a qualidade dessas aulas.

### Keywords:

Online teaching;  
Gymnastics;  
Motivation;  
Personal satisfaction.

### ABSTRACT

This study aimed to analyse the motivational factors for artistic gymnastics (AG) online training sessions and the children’s perception regarding the quality of this training. A sample of 39 children answered the Motivation for Sports Practice Inventory and a structured questionnaire to assess the quality of online sessions. A total of 67%, 53%, and 30% of the children reported the reasons related to “sports competence”, “health”, and “friendship/leisure” are “very important”, respectively. All dimensions evaluated in the structured questionnaire showed a percentage of satisfaction greater than 75%. Therefore, “Sports competence” is the main motivational factor for participation in AG online training sessions. Overall, children were satisfied with the quality of this online training.

### Palabras-clave:

Enseñanza en línea;  
Gimnasia;  
Motivación;  
Satisfacción personal.

### RESUMEN

El objetivo de este estudio fue analizar factores de motivación para la participación en las clases de gimnasia artística (GA) en línea y satisfacción de los alumnos con respecto a las mismas. Una muestra de 39 alumnos respondió al Inventario de Motivación para la Práctica Deportiva y a un cuestionario que evaluaba las clases. Un total de 67%, 53% y 30% de los estudiantes consideraron “muy importantes” las razones relacionadas con “competencia deportiva”, “salud” y “amistad/ocio”, respectivamente. La calidad de las clases mostró una satisfacción superior al 75%. Por lo tanto, la “competencia deportiva” es el principal factor de motivación para la práctica de las clases online de AG. La mayoría de los estudiantes están satisfechos con la calidad de las clases.

<sup>a</sup>Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Esportes. Belo Horizonte, MG, Brasil.

<sup>b</sup>Universidade Federal de Minas Gerais, Laboratório de Fisiologia do Exercício, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional. Belo Horizonte, MG, Brasil.

<sup>c</sup>Universidade Federal de Mato Grosso, Departamento de Educação Física. Cuiabá, MT, Brasil.

<sup>d</sup>Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto. Ribeirão Preto, SP, Brasil.

### \*Autor correspondente:

Karine Naves de Oliveira Goulart  
E-mail: karinegoulart91@gmail.com

Recebido em 7 de abril de 2022; aceito em 29 de julho de 2022.

DOI: <https://doi.org/10.1590/rbce.44.e20220020>

## INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, foi responsável por mudanças no estilo de vida de toda população mundial (Malta et al., 2020). Uma das principais medidas impostas para tentar evitar a propagação do vírus foi o distanciamento social, que levou à restrição ou ao fechamento do comércio e restaurantes, além da suspensão de aulas em todos os níveis escolares e do funcionamento de clubes, academias de ginástica e demais instituições que viabilizam a prática de atividades físicas e esportivas. Assim, as pessoas precisaram adaptar a sua rotina de vida e os hábitos relacionados à saúde, incluindo a prática dessas atividades.

No Brasil, 59% das pessoas ativas reduziram seu nível habitual de atividade física durante a pandemia (Costa et al., 2020). Entre as crianças, a inatividade física durante o isolamento social resultou em risco aumentado de obesidade, ansiedade, depressão, inclusive modificações na estrutura cerebral (Florêncio et al., 2020). Nesse sentido, alternativas para a prática de exercícios físicos foram criadas e o treinamento em casa, por meio de aulas *online*, tornou-se uma nova tendência (Raiol et al., 2020), sendo que as aulas de ginástica artística (GA), foco do presente estudo, não foram uma exceção.

A GA é uma modalidade que exige força, potência, flexibilidade e velocidade, além do desenvolvimento de habilidades motoras (Moeskops et al., 2019). Por se tratar de um esporte com diversidade de movimentos e que envolve várias capacidades físicas e motoras, a sua prática promove benefícios relacionados à melhoria da saúde, aptidão física e cognição, os quais facilitam a aquisição de novas habilidades e o desenvolvimento de capacidades relevantes para outras modalidades esportivas (Hsieh et al., 2017; Lopes e Nunomura, 2007; Madsen et al., 2022).

A busca pela GA ocorre por diferentes motivos que podem levar a um maior ou menor grau de envolvimento durante a participação. A motivação pode, portanto, ser caracterizada como um conjunto de fatores que determina o comportamento do indivíduo em direção a uma meta, o qual depende da interação entre fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos) (Samulski, 2009).

Estudos anteriores reportaram os principais fatores motivacionais que levam à prática de diferentes modalidades, tais como o futebol (Safons et al., 2018), voleibol (Campos et al., 2011), natação (Teixeira et al., 2020), entre outros. Na GA e na ginástica de trampolim, a “competência esportiva” parece ser o fator mais relevante para a prática dessas modalidades, seguida dos fatores “saúde” e “amizade e lazer” (Souza et al., 2015). Segundo Lopes e Nunomura (2007), devido à natureza desafiadora da GA, o início e a permanência na prática esportiva são motivados pelas próprias características da modalidade. Estudos apontam o fato de “gostar da ginástica artística” como motivo da escolha pela prática da GA, devido às

particularidades que foram vivenciadas no início do envolvimento com a modalidade (Carbinatto et al., 2010; Lopes e Nunomura, 2007). Vale ressaltar que os estudos publicados previamente investigaram a motivação para a prática da modalidade em ambientes específicos de treinamento (clubes, ginásios e quadras), onde existiam contato físico e interações professor-aluno de maneira presencial. Portanto, considerando o isolamento social imposto pela pandemia, permanece a lacuna sobre os fatores motivacionais que levariam as crianças a realizarem aulas *online* de GA. Dessa forma, conhecer os motivos que impulsionam essa prática pode contribuir para o aperfeiçoamento das atividades a serem desenvolvidas durante as aulas/treinamentos e, como consequência, a melhora do desempenho das crianças e da qualidade do ensino. Além disso, investigar esses fatores pode contribuir para promover a adesão inicial e a continuidade dos alunos na prática esportiva.

Sabe-se que a prática de ginástica produz demandas metabólicas elevadas para o organismo (Goulart et al., 2022) e propicia benefícios à saúde e ao desempenho físico de crianças e adolescentes, tais como melhora na força abdominal, flexibilidade, resistência aeróbia e força de membros superiores e inferiores (Trajković et al., 2016). A participação na ginástica é recomendada como atividade fundamental para crianças em idade escolar, desde a primeira infância até a idade adulta (Nunomura et al., 2016; Russell, 2014; Trajković et al., 2016). Com a pandemia e a restrição das atividades presenciais, as crianças e adolescentes que estavam habituados a interagir com colegas e professor/treinador não puderam continuar usufruindo dos benefícios da prática de GA nesse formato, e tiveram que se adaptar a um formato não presencial. Contudo, a eficácia das intervenções adotadas durante as aulas *online* de GA ainda não foi investigada.

Considerando que as aulas *online* constituíram uma nova tendência da ginástica durante a pandemia e uma opção para a prática de esportes, torna-se fundamental avaliar a satisfação do aluno/atleta com a qualidade dessas aulas. Essa avaliação forneceria *feedback* importante para o processo de planejamento e aplicação das cargas de treinamento, além de contribuir para a busca de soluções para as dificuldades que possam surgir. Portanto, os objetivos do presente estudo foram (1) identificar os fatores de motivação para a participação de crianças e adolescentes em aulas *online* de GA; e (2) avaliar a satisfação dos alunos em relação à qualidade das aulas *online* de GA.

## MÉTODOS

### PARTICIPANTES

Participaram do estudo 39 crianças e adolescentes de ambos os sexos (3 meninos e 36 meninas), com faixa etária entre 6 e 14 anos, integrantes de dois centros de treinamento de GA localizados em Belo Horizonte.

Como critério de inclusão, os voluntários deveriam estar participando regularmente das aulas *online* de GA por, pelo menos, um mês. A amostra foi composta por integrantes das turmas de treinamento (T) que visam ao alto rendimento ( $n=14$ , idade:  $8,1 \pm 1,2$  anos; tempo de prática *online*:  $8,7 \pm 4,5$  meses; 6-8 h de treinos *online* por semana), e integrantes da escolinha de esportes (E), que corresponde à iniciação esportiva na modalidade ( $n=25$ , idade:  $10,2 \pm 2,1$  anos; tempo de prática *online*:  $7,5 \pm 4,7$  meses; 2-3 h de aulas *online* por semana).

As aulas *online* de GA foram desenvolvidas a fim de proporcionar a manutenção da prática da modalidade de forma adaptada, considerando a realidade de cada aluno, seu nível de habilidade e objetivo individual dentro do esporte e o espaço físico disponível. Foram realizadas modificações na estrutura e metodologia de ensino, com o intuito de propiciar a vivência prática dos elementos acrobáticos e ginásticos, utilizando de aparelhos alternativos e não convencionais, para o desenvolvimento das habilidades físicas e motoras características da modalidade.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais (CAAE: 48190121.0.0000.5149) e respeitou todas as normas estabelecidas pelo Conselho Nacional da Saúde em resolução que envolve pesquisas com seres humanos (Resolução 466/2012). Os responsáveis pelas crianças e adolescentes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que confirmou estarem cientes dos objetivos e procedimentos a serem realizados.

## DESENHO DE PESQUISA

O presente estudo consistiu em uma análise descritiva (1) dos motivos que levam as crianças e adolescentes à prática esportiva *online* da GA e (2) da satisfação com a qualidade das aulas *online* de GA.

A pesquisadora principal agendou com os responsáveis um horário individual para que os questionários fossem respondidos pelas crianças e adolescentes em ambiente virtual, por meio da plataforma Google Meet. Foram aplicados dois questionários com perguntas pré-definidas. Para fins de padronização, a mesma pesquisadora realizava as perguntas de forma oral, acompanhada do recurso compartilhamento de telas em que uma apresentação no PowerPoint® (Microsoft) era exibida para as crianças com as perguntas e opções de respostas. Em caso de dúvidas, a pesquisadora esclarecia o significado das palavras para as crianças por meio do uso de sinônimos que foram também previamente definidos. As crianças respondiam de forma oral e a pesquisadora assinalava as respostas em uma planilha. Uma pesquisadora auxiliar sempre acompanhava as chamadas de vídeo via Google Meet, as quais tiveram duração aproximada de 20 minutos. Inicialmente, os voluntários receberam explicações sobre os objetivos da pesquisa e responderam às questões para caracterização da amostra (idade e tempo de prática *online*). Em seguida,

responderam aos dois questionários selecionados para o estudo.

Para evitar qualquer influência dos responsáveis sobre as respostas das crianças, a pesquisadora inicialmente solicitava que as crianças respondessem ao questionário sozinhas. Em caso de permanência do responsável na chamada de vídeo, a pesquisadora reforçava a orientação de que o mesmo não deveria influenciar as respostas das crianças. Todas as crianças e adolescentes responderam aos mesmos instrumentos, apresentados de forma padronizada e acompanhados de uma apresentação do PowerPoint® com cores, desenhos e animações, recursos adequados as características da amostra.

## INSTRUMENTOS

Com o intuito de avaliar os fatores de motivação para a prática *online* de GA, foi utilizado o Inventário de Motivação para Prática Esportiva (Gaya e Cardoso, 1998). Esse instrumento é composto por 19 itens, subdivididos em três dimensões: “competência esportiva” (itens 1, 4, 6, 8, 9, 15, 16 e 17); “saúde” (itens 2, 5, 10, 11, 14 e 18); “amizade e lazer” (itens 3, 7, 12, 13 e 19). A frase “Você realiza aulas *online* de ginástica artística para...” antecedia cada item do questionário. Para cada item, o voluntário deveria escolher uma entre três alternativas de nível de importância: (1) “nada importante”; (2) “pouco importante” e (3) “muito importante”. Os itens 17 e 19 foram adaptados e apresentados, respectivamente, com a seguinte escrita: “Para ser uma ginasta quando crescer” e “Para não ficar sem atividade em casa”. Esse instrumento é apropriado para crianças praticantes de atividades físicas (Souza et al., 2015).

Com intuito de avaliar a qualidade das aulas *online* de GA, os voluntários responderam a um questionário estruturado, composto por um total de 10 questões. Foram elaboradas duas questões para avaliar cada uma das cinco dimensões descritas a seguir: (1) satisfação com o treinamento (Q1 e Q6); (2) aprendizagem de habilidades (Q2 e Q7); (3) impacto no desempenho e no condicionamento físico (Q3 e Q8); (4) impacto na saúde e no bem-estar (Q4 e Q9); (5) comunicação efetiva entre professor e aluno (Q5 e Q10). O voluntário deveria escolher uma alternativa em uma escala Likert de 5 pontos, cujos descritores eram (1) “nada”, (2) “um pouco”, (3) “moderado”, (4) “bastante”, (5) “extremamente”, ou (1) “nunca”, (2) “raramente”, (3) “às vezes”, (4) “quase sempre”, (5) “sempre”. As perguntas foram ordenadas em uma sequência que possibilitou criar alternância dos questionamentos referentes às diferentes dimensões.

## ANÁLISE ESTATÍSTICA

Os dados de caracterização da amostra foram apresentados como média  $\pm$  desvio padrão. Para assegurar uma análise descritiva completa dos resultados obtidos, foram apresentados os valores percentuais

do *score* máximo para cada item do questionário. O *score* máximo seria alcançado caso todas as crianças atribuíssem valor 5 na escala Likert (extremamente ou sempre) às questões apresentadas. Esse percentual foi também calculado considerando a frequência de resposta obtida dentro das categorias/dimensões de cada questionário e a frequência máxima possível (conforme tamanho amostral e número de questões). Uma análise descritiva para a amostra total e para os grupos T e E foi apresentada.

## RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta os níveis de importância da motivação das crianças e adolescentes, divididos por grupo e descritos em valores percentuais, para cada pergunta do Inventário. Ao comparar ambos os grupos, a maior diferença percentual ocorreu nas questões 8 e 16, correspondentes aos motivos “para competir” e “para aprender novos esportes”, respectivamente. Enquanto “competir” foi um motivo muito importante para 86% do grupo T, apenas 36% do grupo E atribuiu “muito importante” a esse motivo. Aprender novos esportes foi um motivo muito importante para 68% do grupo E e para apenas 14,3% do grupo T.

Após o agrupamento das 19 questões em suas respectivas categorias, foram realizadas novas

comparações, apresentadas na Figura 1. A “competência esportiva” foi a categoria com os motivos que apresentaram maior percentual (66,7%) para “muito importante”, seguido das categorias “saúde” (53,0%) e “amizade e lazer” (30,3%).

O percentual de importância foi também apresentado para os grupos T e E, em suas respectivas categorias (Tabela 2). O grupo T apresentou um maior percentual na alternativa “muito importante” para a categoria “competência esportiva” (74,1%) e um menor percentual para “amizade e lazer” (24,3%) quando comparado ao grupo E (62,5 e 33,6%, respectivamente).

Em relação ao questionário de avaliação da qualidade das aulas *online* de GA, a Tabela 3 apresenta o percentual de satisfação dos voluntários para cada questão apresentada. Podemos observar que as aulas *online* atenderam às expectativas de qualidade, uma vez que todos os pontos avaliados apresentaram um percentual de satisfação maior que 75%, sendo que 9 de 10 questões apresentaram um percentual maior que 80% para ambos os grupos (Tabela 3).

Ao agrupar as questões nas cinco dimensões avaliadas pelo questionário, foram realizadas novas comparações, cujos resultados estão apresentados na Figura 2. Mais de 75% das crianças e adolescentes avaliaram com as duas alternativas de maior pontuação

**Tabela 1.** Percentuais dos níveis de importância atribuídos aos fatores motivacionais para realizar aulas *online* de ginástica artística nos dois grupos avaliados.

	Muito importante		Pouco importante		Nada importante	
	T	E	T	E	T	E
01. Para vencer	78,6	40,0	21,4	40,0	0,0	20,0
02. Para exercitar-se	85,7	92,0	14,3	4,0	0,0	4,0
03. Para brincar	0,0	28,0	42,9	32,0	57,1	40,0
04. Para ser o melhor no esporte	57,0	56,0	36,0	28,0	7,0	16,0
05. Para manter a saúde	85,7	68,0	7,1	28,0	7,1	4,0
06. Porque eu gosto	85,7	92,0	7,1	4,0	7,1	4,0
07. Para encontrar os amigos	14,3	12,0	64,3	52,0	21,4	36,0
08. Para competir	86,0	36,0	14,0	44,0	0,0	20,0
09. Para ser um atleta	100,0	64,0	0,0	28,0	0,0	8,0
10. Para desenvolver a musculatura	64,3	32,0	14,3	44,0	21,4	24,0
11. Para ter bom aspecto	28,6	28,0	28,6	40,0	42,9	32,0
12. Para me divertir	35,7	56,0	28,6	36,0	35,7	8,0
13. Para fazer novos amigos	35,7	32,0	50,0	44,0	14,3	24,0
14. Para manter o corpo em forma	85,7	56,0	7,1	36,0	7,1	8,0
15. Para desenvolver habilidades	86,0	80,0	7,1	16,0	7,1	4,0
16. Para aprender novos esportes	14,3	68,0	50,0	20,0	35,5	12,0
17. Para ser uma ginasta quando crescer	86,0	64,0	14,0	32,0	0,0	4,0
18. Para emagrecer	21,4	12,0	35,7	36,0	42,9	52,0
19. Para não ficar sem atividade em casa	35,7	40,0	7,1	40,0	57,1	20,0

T= treinamento; E= escolinha. O percentual do *score* máximo foi calculado baseado na frequência de respostas dentro de cada escala. Por exemplo, para o grupo T, em que n=14, o *score* máximo para cada escala do questionário correspondeu a 14. Dessa forma, para o item “01. Para vencer”, foi verificado um total de 11 respostas para a alternativa “muito importante”, correspondendo, portanto, a 78,6% do *score* máximo.

as cinco dimensões do questionário. Por exemplo, 76,9% dos voluntários avaliaram que as aulas *online* de GA apresentaram “bastante” e “extremamente” “impacto na saúde e no bem-estar”, enquanto 88,4% assinalaram que “sempre” e “quase sempre” ocorreu uma “comunicação efetiva entre professor e aluno” durante essas aulas.

**Tabela 2.** Percentuais de nível de importância atribuídos às categorias “competência esportiva”, “saúde”, “amizade e lazer” para os grupos T e E.

	Competência esportiva	Saúde	Amizade e Lazer
Grupo T			
Muito importante	74,1	61,9	24,3
Pouco importante	18,8	17,9	38,6
Nada importante	7,1	20,2	37,1
Grupo E			
Muito importante	62,5	48,0	33,6
Pouco importante	26,5	31,3	40,8
Nada importante	11,0	20,7	25,6

T= treinamento; E= escolinha.

O percentual do *score* máximo para as cinco dimensões foi também apresentado para os grupos T e E (Tabela 4). Para a dimensão “aprendizagem de habilidades”, um maior percentual do grupo E (46%) assinalou que “sempre aprende novas habilidades” em comparação com o grupo T (apenas 25%). Já a percepção de impacto no desempenho e condicionamento físico foi semelhante entre os grupos, uma vez que cerca da metade das crianças e adolescentes reportaram que se perceberam “bastante” mais fortes e flexíveis com as aulas *online* no grupo T (50%) e no grupo E (48%).

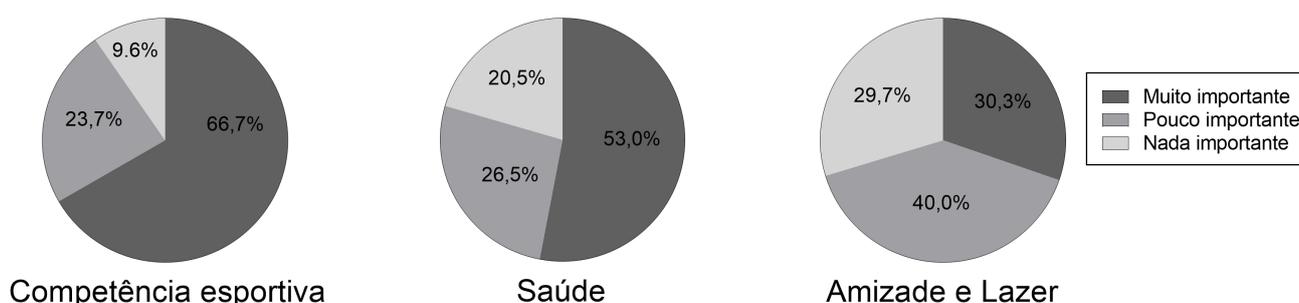
## DISCUSSÃO

O principal resultado do presente estudo foi que a “competência esportiva” consistiu no fator de motivação de maior importância para a prática *online* de GA para as crianças e adolescentes envolvidos no treinamento da modalidade ou que participavam da escolinha de esportes. Outro resultado relevante foi que as aulas *online* de GA atenderam às expectativas de qualidade, uma vez que mais de 75% dos voluntários avaliaram com as maiores pontuações as cinco dimensões investigadas (satisfação

**Tabela 3.** Percentual do máximo de satisfação em realizar aulas *online* de ginástica artística nos dois grupos avaliados.

	T (%)	E (%)
1 Você está satisfeito com as aulas <i>online</i> de GA?	91,4	92,0
2 Você aprendeu algum elemento novo durante as aulas <i>online</i> de GA?	81,4	85,6
3 Você acha que ficou mais forte com as aulas <i>online</i> de GA?	85,7	80,8
4 O quanto você se sente mais disposto depois que iniciou as aulas <i>online</i> de GA?	88,6	89,6
5 Você compreende a explicação do professor para realizar as atividades durante as aulas <i>online</i> de GA?	91,4	96,0
6 Você se sente feliz com as aulas <i>online</i> de GA?	80,0	92,0
7 Você percebeu que melhorou a execução de algum elemento da GA?	90,0	94,4
8 Você acha que ficou mais flexível com as aulas <i>online</i> de GA?	87,1	90,4
9 O quanto sua vida ficou mais saudável com as aulas <i>online</i> de GA?	87,1	78,4
10 Você entende quando o professor fala diretamente com você durante as aulas <i>online</i> de GA?	84,3	95,2

T= treinamento; E= escolinha. O percentual do máximo foi calculado considerando a pontuação máxima possível e a pontuação obtida para cada questão. Para o grupo T, por exemplo, em que n=14, a pontuação máxima (70) seria alcançada caso todos os voluntários atribuísem valor 5 (extremamente ou sempre) às questões apresentadas. No caso da questão 1, foi obtida a pontuação 64, correspondendo, portanto, a 91,4% do máximo de satisfação.



**Figura 1.** Percentuais do nível de importância atribuídos às categorias “competência esportiva”, “saúde”, “amizade e lazer” para a amostra total.

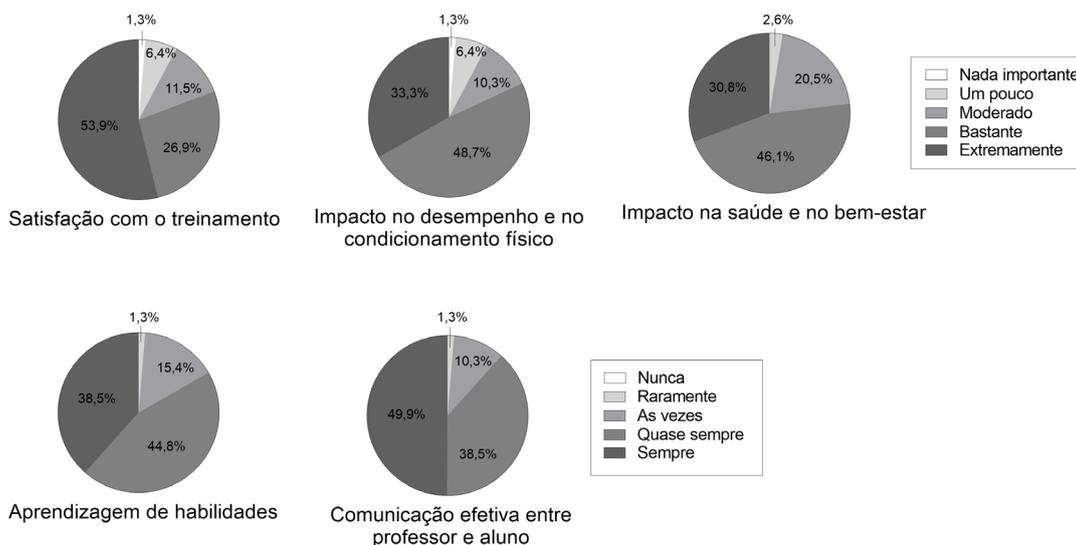


Figura 2. Percentual do score máximo para as cinco dimensões do questionário sobre a qualidade das aulas online de GA investigadas na amostra total.

Tabela 4. Percentual do score máximo para as cinco dimensões do questionário sobre a qualidade das aulas online de GA, investigada nos grupos T e E.

Dimensões		Grupo T (%)	Grupo E (%)
Satisfação com o treinamento	Nada	3,6	0,0
	Um pouco	17,9	0,0
	Moderado	3,6	16,0
	Bastante	25,0	28,0
	Extremamente	50,0	56,0
Aprendizagem de habilidades	Nunca	0,0	0,0
	Raramente	3,6	0,0
	As vezes	17,9	14,0
	Quase sempre	53,6	40,0
	Sempre	25,0	46,0
Impacto no desempenho e condicionamento físico	Nada	0,0	2,0
	Um pouco	10,7	4,0
	Moderado	7,1	12,0
	Bastante	50,0	48,0
	Extremamente	32,1	34,0
Impacto na saúde e no bem-estar	Nada	0,0	0,0
	Um pouco	3,6	2,0
	Moderado	17,9	22,0
	Bastante	42,9	48,0
	Extremamente	35,7	28,0
Comunicação efetiva entre professor e aluno	Nunca	0,0	0,0
	Raramente	3,6	0,0
	As vezes	17,9	6,0
	Quase sempre	53,6	30,0
	Sempre	25,0	64,0

T= treinamento; E= escolinha.

com o treinamento; aprendizagem de habilidades; impacto no desempenho e no condicionamento físico; impacto na saúde e no bem-estar; comunicação efetiva entre professor e aluno).

É importante que os treinadores estejam cientes dos motivos que levaram os alunos a iniciarem e permanecerem na prática esportiva, com o intuito de saber “como” agir e planejar atividades que coincidam

com os interesses dos praticantes (Costa et al., 2017; Lopes e Nunomura, 2007). No presente estudo, os motivos para a prática *online* de GA que apresentaram maior percentual de classificação como “muito importantes” foram aqueles pertencentes, em ordem decrescente, às categorias “competência esportiva”, “saúde” e “amizade e lazer”. De maneira semelhante, ao investigarem os fatores motivacionais para a prática de GA e ginástica de trampolim, Souza et al. (2015) também reportaram que a categoria “amizade e lazer” compreendeu os motivos menos significativos para os atletas.

Outro ponto relevante é que, apesar das diferenças quanto ao regime de aula (*online* vs. presencial), o percentual de “muito importante” para a “competência esportiva” foi semelhante entre a amostra total do presente estudo (66,7%) e a amostra participante do estudo de Souza et al. (2015) (69,7%). Além disso, embora as três categorias investigadas tenham apresentado a mesma ordem de importância em ambos os estudos, a categoria “saúde” foi “muito importante” para 53% das crianças e adolescentes que realizam aulas *online* e para 67,7% que realizavam aulas presenciais (Souza et al., 2015), enquanto o percentual para “amizade e lazer” foi maior no presente estudo (30,3% vs. 21,2%). Este resultado pode ser explicado pelo contexto de isolamento social causado pela pandemia. As crianças, tendo reduzidas as suas oportunidades de lazer e contato com os amigos, talvez tenham encontrado nas aulas *online* de GA uma oportunidade para se divertir e relacionar, ainda que essa categoria tenha apresentado menor percentual de importância em relação às demais. Comparativamente, ao avaliar 72 atletas de diferentes modalidades (basquetebol, futebol, ginástica rítmica desportiva, judô, natação e voleibol), Interdonato et al. (2008) indicaram que fatores associados à “saúde” foram os mais importantes, seguidos daqueles associados à “competência esportiva”. Por outro lado, os motivos “para encontrar os amigos” e “para emagrecer” foram considerados de menor importância. Sendo assim, os motivos para prática e permanência variam conforme a modalidade, as características da amostra e o contexto em que foram investigados.

A GA é pedagogicamente benéfica pela possibilidade de desenvolver valores intrínsecos, como a satisfação. A competência profissional dos treinadores deve conceber o processo de treinamento como educativo, integrando dimensões de desenvolvimento pessoal, social e moral, para além das competências estritamente esportivas (Mesquita e Graça, 2009; Mesquita e Rosado, 2009; Nunomura e Nista-Picolo, 2005). Sendo assim, a satisfação proporcionada é um indicativo da integração de diferentes dimensões afetivas. Ao avaliarmos a “satisfação com o treinamento”, percebemos que o grupo E está satisfeito (92%) e feliz (92%), enquanto o grupo T está satisfeito (91,4%), embora não tão feliz (80%) com as aulas *online* de GA. Essas diferenças percentuais talvez sejam justificadas pela ausência dos exercícios nos aparelhos, pela falta de contato e auxílio do professor

na execução de movimentos complexos, aspectos comumente exigidos nas turmas de treinamento que, além disso, são submetidas a uma maior frequência semanal e a sessões mais longas.

Podemos verificar a existência de motivação intrínseca quando um atleta de GA apresenta prazer em dominar uma nova habilidade, podendo, conseqüentemente, emergir sentimentos e sensações dessa experiência (Massimo e Massimo, 2013). É interessante observar que para a dimensão “aprendizagem de habilidades”, um maior percentual do grupo E (46%) assinalou que “sempre aprende novas habilidades” em comparação com o grupo T (25%). Esse resultado pode ser justificado pelo tempo de prática e nível de treinamento dos voluntários. Na iniciação, as crianças são expostas a um amplo repertório de movimentos, ao passo que, nas turmas de treinamento, o foco de muitas aulas é a correção e ou o aperfeiçoamento de técnicas já aprendidas (Tsukamoto e Nunomura, 2005).

Devido às exigências técnicas e de preparação física características da GA (Moeskops et al., 2019), exercícios de força e flexibilidade são priorizados durante as aulas. De fato, aproximadamente metade das crianças e adolescentes reportaram que se perceberam “bastante” mais fortes e flexíveis com as aulas *online* no grupo T (50%) e no grupo E (48%). Dessa forma, apesar das limitações encontradas (ausência dos aparelhos oficiais, não possibilidade de manipulação na execução dos exercícios, etc.) durante as aulas *online*, os voluntários puderam perceber melhoras no seu desempenho e condicionamento físico.

Dentre as cinco dimensões avaliadas, o “impacto na saúde e no bem-estar” foi aquela que apresentou o maior percentual para a resposta “moderado” (20,5%) e um menor percentual (76,9%) para o somatório das respostas “bastante” e “extremamente”, em comparação com as demais dimensões. Esse resultado nos leva a pensar que os voluntários percebem um menor impacto das aulas *online* de GA sobre a saúde, o que corrobora o resultado apresentado anteriormente (Souza et al., 2015), que também observou a saúde como um fator motivacional secundário em aulas/treinamentos presenciais.

Segundo Vygotsky (1991, p. 41), a “[...] criação de novos métodos [...] requer muito mais do que uma simples modificação dos métodos previamente aceitos”. Logo, consciente ou não, os professores que se encontraram na situação do presente estudo foram modificando aos poucos o “como ensinar” a GA, readequando os métodos e conteúdo de ensino e obtendo certo sucesso, segundo consta os dados que foram registrados. Além disso, diferentes estudos revelam a importância da “[...] combinação de modelos diferenciados no ensino das modalidades”, a qual potencializa a eficácia pedagógica quando utilizada em momento oportuno do processo de ensino-aprendizagem (Aleixo et al., 2012, p. 15). Por fim, a avaliação demonstrou que existe uma “comunicação efetiva entre professor e aluno” durante as aulas *online*,

uma vez que a maior parte dos voluntários relatou que “sempre” (49,9%) ou “quase sempre” (38,5%) compreendeu a explicação do professor. Esse resultado mostra que, apesar da implantação repentina do ensino remoto causada pela pandemia, os professores foram capazes de desenvolver, de maneira efetiva, novas estratégias de ensino e comunicação com os seus alunos.

As aulas *online* de GA constituíram uma nova estratégia de ensino que foi aplicada durante a pandemia. No contexto da COVID-19 e na perspectiva de treinadores de handebol, foram ressaltadas preocupações com relação à perda de desempenho dos atletas durante o período de isolamento social, enquanto a motivação para a prática foi apontada como um possível benefício psicológico após o isolamento social (Musa et al., 2020). Contudo, não foram encontrados estudos que investigaram os fatores motivacionais e avaliaram a satisfação com as aulas *online* de GA, o que reforça o pioneirismo do presente estudo. Vale mencionar que uma limitação desse estudo consiste na utilização de um instrumento que foi desenvolvido para avaliar motivação em atividades presenciais; contudo, os autores adaptaram as questões do Inventário de Motivação para o contexto das aulas *online* de GA e as crianças e adolescentes conseguiram compreender os questionamentos realizados. Por fim, ainda existem lacunas de conhecimento a serem respondidas. Nesse sentido, estudos futuros poderiam investigar a qualidade e satisfação das aulas *online* de GA na perspectiva dos professores, bem como as barreiras e dificuldades percebidas e superadas durante a implantação dessa estratégia de ensino.

Como conclusão, a “competência esportiva” é o fator motivacional predominante para a prática de aulas *online* de GA do grupo estudado. Os grupos T e E atribuíram a mesma ordem de importância para as categorias dos fatores motivacionais, sendo “competência esportiva” a categoria predominante, enquanto “amizade e lazer” recebeu menor importância. As aulas *online* de GA, na percepção das crianças e adolescentes, proporcionaram um impacto positivo no desempenho e no condicionamento físico, na aprendizagem de habilidades, na saúde e no bem-estar. Além disso, a satisfação elevada com a qualidade das aulas e a existência de uma comunicação efetiva entre professor e aluno foram reportadas. Portanto, após a análise dos presentes dados, percebe-se que a estratégia de realizar aulas *online* de GA durante a pandemia mostrou-se satisfatória e com perspectiva de continuação, como em situações nas quais as crianças possuem dificuldade para se deslocarem até o espaço específico das aulas e treinamentos. Além disso, as aulas *online* podem se tornar aliadas ou mesmo um complemento aos treinamentos tradicionais.

## FINANCIAMENTO

O presente trabalho foi realizado com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e

Tecnológico (CNPq) – Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC).

## CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

## REFERÊNCIAS

- Aleixo I, Mesquita I, Corte-Real A. Impacto da aplicação de um modelo de ensino híbrido no desenvolvimento de elementos técnicos na Ginástica Artística. *Rev Port Cienc Desporto*. 2012;12(2):12-27. <http://dx.doi.org/10.5628/rpcd.12.02.12>.
- Campos LTS, Vigário PS, Lürdorf SMA. Fatores motivacionais de jovens atletas de vôlei. *Rev Bras Ciênc Esporte*. 2011;33(2):303-17. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-32892011000200003>.
- Carbinatto MV, Tsukamoto M, Lopes P, Nunomura M. Motivação e ginástica artística no contexto extracurricular. *Conexões*. 2010;8(3):124-45. <http://dx.doi.org/10.20396/conex.v8i3.8637731>.
- Costa CLA, Costa TM, Barbosa VC Fo, Bandeira PFR, Siqueira RCL. Influência do distanciamento social no nível de atividade física durante a pandemia do COVID-19. *Rev Bras Atividade Física Saúde*. 2020;25:1-6. <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.25e0123>.
- Costa VR, Oliveira M S, Carbinatto MV, Nunomura M. A motivação para as primeiras peripécias na ginástica artística: a perspectiva de praticantes iniciantes. *Pensar Prát*. 2017;20(2):295-305. <http://dx.doi.org/10.5216/rpp.v20i2.43614>.
- Florêncio PG Jr, Paiano R, Costa AS. Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Rev Bras Atividade Física Saúde*. 2020;25:1-2. <http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.25e0115>.
- Gaya A, Cardoso M. Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo. *Rev Perf*. 1998;(2):40-52.
- Goulart KNO, Vieira MM, Aleixo IMS, Wilke CF, Wanner SP. Estimated energy expenditure and training intensity in young female artistic gymnasts. *Mot Rev Educ Física*. 2022;28:e10220009821. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-657420220009821>.
- Hsieh SS, Lin CC, Chang YK, Huang CJ, Hung TM. Effects of childhood gymnastics program on spatial working memory. *Med Sci Sports Exerc*. 2017;49(12):2537-47. <http://dx.doi.org/10.1249/MSS.0000000000001399>. PMID:28796655.
- Interdonato GC, Miarka B, Oliveira AR, Gorgatti MG. Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva. *Motriz*. 2008;14:63-6.
- Lopes P, Nunomura M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2007;21(3):177-87. <http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092007000300002>.
- Madsen M, Larsen MN, Cyril R, Møller TK, Madsen EE, Ørntoft C, et al. Well-being, physical fitness, and health profile of 2,203 danish girls aged 10-12 in relation to leisure-time

- sports club activity—with special emphasis on the five most popular sports. *J Strength Cond Res.* 2022;36(8):2283-90. <http://dx.doi.org/10.1519/JSC.0000000000003819>.
- Malta DC, Szwarcwald CL, Barros MBA, et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. *Epidemiol Serv Saude.* 2020;29(4):e2020407. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-49742020000400026>. PMID:32997069.
- Massimo J, Massimo S. *Gymnastics psychology: the ultimate reference guide for coaches, athletics and parents.* New York: Moragan James; 2013.
- Mesquita I, Graça A. Modelos instrucionais no ensino do desporto. In: Rosado A, Mesquita I, editores. *Pedagogia do Desporto.* Lisboa: FMH-UTL; 2009, p. 39-68.
- Mesquita I, Rosado A. *Pedagogia do desporto.* Lisboa: FMH; 2009.
- Moeskops S, Oliver JL, Read PJ, Cronin JB, Myer GD, Lloyd RS. The physiological demands of youth artistic gymnastics. *Strength Condit J.* 2019;41(1):1-13. <http://dx.doi.org/10.1519/SSC.0000000000000404>.
- Musa VS, Santos WR, Menezes RP, Costa V, Aquino R, Menezes RP. COVID-19 and Brazilian handball coaches: impacts on training prescription and professional learning. *Motriz.* 2020;26(4):e10200127. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-65742020000400127>.
- Nunomura M, Ferreira RAF Fo, Duarte LH, Tanabe AM, Oliveira MS. Fundamentos da ginástica artística. In: Nunomura M, editor. *Fundamentos das ginásticas.* 2ª ed. Várzea Paulista: Fontoura; 2016. p. 211-55.
- Nunomura M, Nista-Piccolo VL. *Compreendendo a ginástica artística.* São Paulo: Phorte; 2005.
- Raiol RA, Sampaio AML, Fernandes IDB. Alternativas para a prática de exercícios físicos durante a pandemia da COVID-19 e distanciamento social. *Brazilian J Heal Rev.* 2020;3(4):10232-42. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv3n4-247>.
- Russell K. Desafios da Ginástica: Uma visão de 50 anos de experiência como técnico e em ensino. In: Schiavon LM, editor. *Ginástica de alto rendimento.* Várzea Paulista: Editora Fontoura; 2014. p. 25-41.
- Safons FC, Fumagalli LMR, Ilha PV. Fatores motivacionais para a prática do futebol de campo em jovens atletas. *Rev Interdiscip Promoção Saúde.* 2018;1(2):80-5. <http://dx.doi.org/10.17058/rips.v1i2.11776>.
- Samulski D. *Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas.* Barueri: Manole; 2009.
- Souza WP, Barreiros MP, Neves CM, Nogueira FC A. Fatores motivacionais para a prática de ginástica motivacional. *Coleção Pesqui Educ Física.* 2015;14:51-8.
- Teixeira DS, Pelletier LG, Monteiro D, et al. Motivational patterns in persistent swimmers: a serial mediation analysis. *Eur J Sport Sci.* 2020;20(5):660-9. <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2019.1675768>. PMID:31578934.
- Trajković N, Madić D, Sporiš G, Aleksić-Veljković A, Živčić-Marković K. Impact of gymnastics program on health-related fitness in adolescent pupils. *Sci Gymnast J.* 2016;8:157-66.
- Tsukamoto M, Nunomura M. Iniciação esportiva e infância: um olhar sobre a ginástica artística. *Rev Bras Ciênc Esporte.* 2005;26:159-76.
- Vygotsky LS. *A formação social da mente.* 4ª ed. São Paulo: Livraria Martins Fontes; 1991.