

**PERCEPÇÕES DE COMPETÊNCIA,
AUTOCONCEITO E MOTIVAÇÃO:**

Segundo Tempo

CONSIDERAÇÕES PARA A PRÁTICA ESPORTIVA

Ministério
do Esporte



Problematização

➤ Por que falar sobre percepção de competência, autoconceito e motivação?

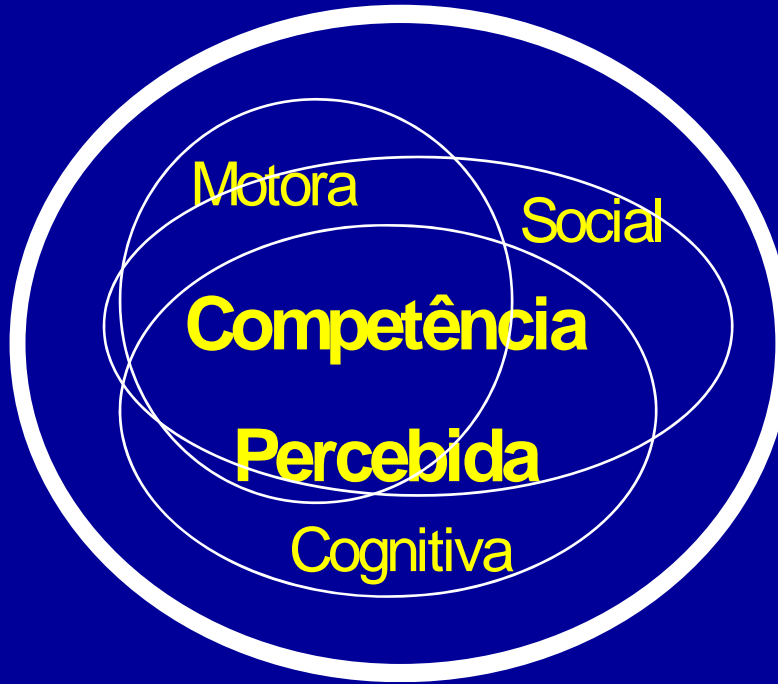
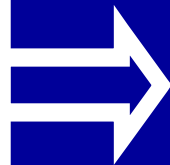
Percepção de competência

- **Abordagem multidimensional**
 - **Cognitivo, social e motor**
- **Energia e esforço direcionado para determinado domínio**
 - **Maior interesse em determinada área**
 - **Influência de diferentes agentes em resposta aos esforços dos indivíduos**
 - **História pregressa de socialização**

Dificuldades nos desafios
associada aos resultados



Experiências
passadas



Motivação
intrínseca



Suporte de
pessoas significativas



➤ **Percepções de competência se elevam quando a criança vivencia:**

- Sucesso enquanto aprende
- Sucesso em tarefas desafiadoras
- Recebe suporte de pessoas significativas
- Aprende a reforçar a si mesmo no esforço
- Valoriza suas conquistas

Percepções de Competência Elevada



Envolve-se em desafios

Persiste frente à dificuldade

Permanece mais tempo na atividade

Torna-se mais competente

Demonstra expectativa elevada de sucesso

Predispõe-se a novos desafios

Confia na sua capacidade

Fortalece as Percepções de Competência

Baixa Percepção de Competência



Evita desafios

Desiste frente à dificuldade

Permanece pouco tempo na atividade

Evita enfrentar dificuldades

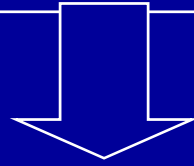
Demonstra expectativa baixa de sucesso

Prefere atividades que conhece

Duvida de sua capacidade

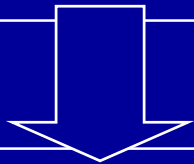
Percebe-se pouco competente

Carência de Autoconfiança



Impotência Aprendida

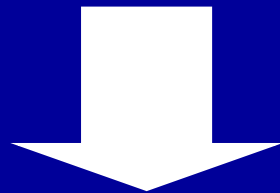
**A falta de ação ou plano de ação
frente à conquista**



**Compromete a participação em
atividades esportivas**

Competência percebida *versus* real

Descompasso (real x percebida)



Desistência

- Desenvolver a competência motora real oportunizando percepções elevadas de competência

Maestria



Esforço conduz ao progresso e à maestria

Aprendizagem - fim em si mesma

Auto valor no processo de aprendizagem

Padrão de conquistas com efeitos a longo prazo

Selecionam atividades que os desafiam a tornarem-se mais competentes

Motivação Intrínseca

Ego



Relação inversa entre habilidade e esforço

Aprendizagem

Demonstrar superioridade

Superar normas sociais

**Padrão de conquistas fragilizado frente
ao fracasso**

**Envolvem-se em atividades que lhes
permita demonstrar competência**

Motivação Extrínseca



TARGET

- Tarefa
- Autoridade
- Reconhecimento
- Grupo
- Avaliação
- Tempo

TAREFAS

- Vivências de tarefas significativas e compatíveis com as habilidades individuais
 - Avaliação
- Novidade nas tarefas propostas
- Diversidade e complexidade nas tarefas

TAREFAS

- Níveis diferenciados de desafios que acomodam diferentes habilidades - otimizados
- Metas claras e atingíveis a curto prazo.



Tarefa

- Demonstração
- Instrução verbal
- Dicas verbais
- Prática guiada

Aumentar o interesse e
engajamento na tarefa



Tarefa

- *Freqüência maior de feedback de reforço e orientação:*
- *Guiar a ação da criança*
- *Mediar a resolução autônoma de desafios motores*
- *Desafiar crianças a empregarem estratégias de monitoramento e auto-avaliação → uso de dicas verbais*



Tarefa

- Co-responsabilidade na aprendizagem:
- Para cada habilidade vivenciada uma análise da tarefa (guiada professor ou exploração) destacando:
 - os componentes
 - seqüência da ação
 - a forma de execução
 - o uso desta ação

Tarefa

➤ Considerar a proposta da tarefa no sentido de abranger metas

- Motoras
- Cognitivas
- Sociais





Tarefa

- Meta motora: Maestria
- Meta Cognitiva:
 - Incorporar /Reforçar -dicas verbais - técnica
 - Desenvolver estratégias - tática
 - Reconstrução cognitiva
 - Conhecimento declarativo e processual

Tarefa

➤ Meta social:

- Grupos auxiliam na demonstração, feedback e dicas verbais
- Cooperação de pares nas metas cognitivas
- Grupos heterogêneos na resolução de desafios motores





Tarefa

- Incorporação de jogos que reforcem a aprendizagem das HMF
- Adaptação dos jogos para participação táctica de todos
- Iniciação táctica mais precoce

AUTORIDADE

- **Envolver crianças na tomada de decisão e na construção da autonomia**
- **Construção cooperativa de regras**
- **Decisões elaboradas no grupo**
- **Oportunidades para tomar decisões na estrutura dos grupos e de trabalho**

RECONHECIMENTO

- **Enfatizar o esforço e progresso baseado em conquistas individuais**
- **Envolvimento de pessoas significativas no reconhecimento – pares, pais, professores, outros**
- **Valorização de conquistas simples**

GRUPOS

- **Grupos flexíveis e adaptáveis**
- **Diferentes níveis de habilidade**
- **Características dos participantes – analítico e social**
- **Inclusão – diversidade gera aprendizagem**

AVALIAÇÃO

- **Autonomia no monitoramento do progresso e conquistas – uso de dicas verbais**
- **Informação disponível, explícita e freqüente sobre progresso**
- **Parâmetros individualizados de progresso**

TEMPO

- Consideração de ritmos individuais de aprendizagem
- Tempo de prática em cada habilidade baseado em avaliações motoras iniciais
- Engajamento motor apropriado deve ser superior a 50% do tempo de aula - respostas com sucesso - um dos melhores indicadores de conquistas motoras



Tempo

- Engajar as crianças em práticas motoras além do horário no programa esportivo – tempo livre
- Envolver os pais no processo de prática esportiva das crianças

Contexto de motivação para a maestria

- Variedade de atividades com níveis diferenciados de desafio;
- Oportunidade para a escolha de atividades;
- Estabelecimento de regras e quebra de protocolos;

Contexto de motivação para a maestria

- Tomada de decisões coletivas;
- Grupos heterogêneos de trabalho;
- Trabalhos com:
 - Pares
 - Pequenos e grandes grupos
 - Tutores

Contexto de motivação para a maestria

- Participação em avaliações privadas sobre o progresso;
- Organização pessoal do tempo e ritmo;
- Construção de critérios individualizados de avaliação;

Contexto de motivação para a maestria

- Reconhecimento do esforço e das conquistas;
- Envolvimento de pessoas significativas no suporte e reconhecimento das conquistas;
- Compartilhar conquistas;

Contexto de motivação para a maestria

- Nutrir o interesse e o prazer na aprendizagem;
- Estimular o papel de liderança nas crianças;
- Dicas verbais para auto-monitoramento;

Contexto de motivação para a maestria

- Resolução de problemas e reconstrução cognitivas de atividades;
- Esforço incondicional na construção da autonomia.

Considerações finais

- Estratégias que envolvam todos os aprendizes
 - Turmas heterogêneas
 - Motivação do professor
- Ambiente favorável
- Tarefas adequadas a diferentes níveis de habilidades → sucesso e conquista a todos

Muito obrigado!



nadiacv@esef.ufrgs.br

fabianoef@gmail.com

herbertu@ufmg.br

bethjatoba@uol.com.br

marioazevedojr@terra.com.br

agriochacon@bol.com.br

barbaraspessato@gmail.com

Segundo Tempo

Ministério
do Esporte

