

Los factores motivacionales de los adolescentes para la iniciación y la permanencia en la práctica orientada del voleibol

Fatores motivacionais de adolescentes para a iniciação e a permanência na prática orientada do voleibol

*Licenciado en Educación Física - Faculdade União das Américas (UNIAMÉRICA)
Profesor de Educación Física de las escuelas públicas de Foz do Iguaçu - PR
**Máster en Educación Física - Universidade Federal do Paraná (UFPR)
Profesor del Curso de Educación Física de la Faculdade União das Américas (UNIAMÉRICA)
(Brasil)

Leandro Pereira da Silva*
leandrops@seed.pr.gov.br Fernando
Guilherme Priess**
fernando@uniamerica.br

Resumen

El voleibol es un deporte muy popular que tiene muchos adeptos en Brasil y en el mundo. De este modo, el presente estudio tuvo como objetivo analizar los principales factores motivacionales de los adolescentes para la iniciación y la permanencia en la práctica orientada del voleibol. Se investigó los motivos de la opción por la modalidad, los objetivos deseados en la iniciación y las condiciones que dan motivación para que los adolescentes continúen en el deporte. La muestra consistió en 66 adolescentes de 10 a 19 años de edad, practicantes de voleibol y participantes de programas de entrenamiento del deporte en el municipio de Foz do Iguaçu, siendo 42 participantes del género masculino y 24 del género femenino. Los resultados obtenidos por medio de una investigación de campo mostraron que la "indicación de los amigos", con 50,0% de las indicaciones, prevalece entre los factores de influencia en la entrada de los adolescentes en el deporte. Los objetivos con la iniciación de la práctica orientada más evidentes fueron "convertirse en un atleta profesional", con 50,0% de las indicaciones, y "aprender las reglas y los fundamentos del deporte/desarrollar las habilidades", con 39,3%. Acerca de la permanencia, se destacó la "amistad y buena relación" con el profesor, señalado por 34,1% de los adolescentes como el factor motivacional más importante. El estudio servirá como un apoyo para los profesionales de la Educación Física, entrenadores, atletas y académicos del área que a menudo enfrentan desafíos relacionados con la motivación de los practicantes.

Palabras clave: Voleibol. Adolescentes. Factores motivacionales.

Resumo

O voleibol é uma modalidade esportiva bastante popular que possui vários adeptos no Brasil e no mundo. Diante dessa realidade, o presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores motivacionais de adolescentes para a iniciação e a permanência na prática orientada do voleibol. Procurou-se averiguar os motivos da escolha da modalidade, os objetivos pretendidos na iniciação e as condições que dão motivação para os adolescentes continuarem no meio esportivo. A amostra foi constituída por 66 adolescentes, com idade de 10 a 19 anos, praticantes de voleibol que frequentam programas de treinamento da modalidade no município de Foz do Iguaçu, sendo 42 participantes do gênero masculino e 24 do feminino. Os resultados obtidos por meio de uma pesquisa de campo mostraram que a indicação de amigos, com 50,0% dos apontamentos, prevalece entre os fatores de influência para o ingresso dos adolescentes no esporte. Os objetivos com a iniciação da prática orientada mais evidentes foram tornar-se um atleta profissional, com 50,0% das indicações, e aprender as regras e os fundamentos do esporte/desenvolver habilidades, com 39,3%. Quanto à permanência, destacou-se amizade e bom relacionamento com o professor, apontado por 34,1% dos adolescentes como o fator motivacional mais importante. O estudo servirá de suporte para profissionais da Educação Física Escolar, técnicos, atletas e estudiosos da área que frequentemente lidam com desafios envolvendo a motivação dos praticantes.

Unitermos: Voleibol. Adolescentes. Fatores motivacionais.

Traducción: Leandro Pereira da Silva - leandrops@seed.pr.gov.br

Artículo original en portugués
<http://www.efdeportes.com/efd172/fatores-motivacionais-pratica-do-voleibol.htm>

Recepción: 03/05/2015 - Aceptación: 29/05/2015

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 20 - N° 205 - Junio de 2015. <http://www.efdeportes.com/>

1 / 1

Introducción

El voleibol es un deporte de equipo practicado en muchos países por personas de diferentes grupos étnicos, clases sociales, religiones y edades. En la mayoría de los casos de iniciación en el deporte, la práctica es orientada a un público adolescente.

Los profesores que enseñan los fundamentos técnicos y tácticos del voleibol para principiantes realizan un trabajo que requiere paciencia y comprensión, porque la ejecución efectiva de los movimientos específicos de la modalidad requiere buenas habilidades motoras de sus jugadores. Debido a este requisito, el aprendizaje del deporte es complejo en sus peculiaridades. A pesar de esta dificultad, el voleibol atrae muchos adolescentes de varias características físicas y motoras, aunque se destacan los individuos altos y ágiles en la práctica de la modalidad.

De este modo, el problema que motivó el estudio surgió de la siguiente pregunta: ¿cuáles son los principales motivos y factores que influyen los jóvenes para que ellos ingresen y continúen en la práctica orientada del voleibol?

Con base en el problema, el objetivo principal de la investigación fue identificar los factores motivacionales que influyen los adolescentes para iniciar y permanecer en la práctica orientada del voleibol. Por esta razón, se procuró analizar los diferentes motivos para la opción por la modalidad, los objetivos con la iniciación de la práctica y las condiciones que favorecen la permanencia de los adolescentes en el deporte.

La comprensión de estos factores es importante para los profesores que trabajan con entrenamiento deportivo, porque, según Knijnik, Greguol y Sileno (2001, p. 9), "los técnicos/profesores deben tomar una posición crítica y científica acerca de su trabajo, y que este debe considerar las necesidades y los deseos específicos de los individuos".

Por lo tanto, las actividades que los profesores aplican en los entrenamientos deben reforzar los factores motivacionales que llevaron

los adolescentes a comenzar la práctica, y así, justificar la permanencia de ellos en el deporte.

1. El voleibol: sus particularidades y la práctica orientada

El voleibol es un deporte que requiere diferentes posturas y competencias físicas y técnicas y, que requiere una extrema habilidad de sus jugadores. Durante un rally, los jugadores deben estar preparados para responder a los cambios continuos y rápidos en la trayectoria de la pelota. Esto torna el voleibol una actividad con desafíos permanentes y únicos, porque los jugadores no tienen momentos de relajación durante el rally (Müller, 2009, p. 45).

Anfilo, citado por Agnello (2009, p. 14), destaca algunas diferencias del voleibol en relación a otros deportes de equipo donde el jugador puede sostener la pelota y pensar antes de actuar. El límite de tres toques por equipo requiere buenas habilidades para la ejecución eficiente de los fundamentos específicos de la modalidad y el intercambio de pases caracteriza el voleibol como un deporte de cooperación, ya que los fundamentos colectivos se sobreponen a las habilidades individuales. En otras palabras, los jugadores son dependientes entre sí para ejecutar sus habilidades.

Los entrenadores y practicantes principiantes de esta modalidad precisan tener paciencia y persistencia para que el aprendizaje sea exitoso. Los fundamentos del voleibol son más complejos en comparación con otros deportes y, por lo tanto, requiere repetitivos ejercicios y correcciones inmediatas para la fijación del aprendizaje.

Bizzocchi, citado por Müller (2009, p. 47), señala que:

La mayor grande complejidad del aprendizaje del voleibol está en el hecho de incluir habilidades no naturales o construidas. Este factor complejo limita la evolución del aprendiz al no conseguir ejecutar los gestos fundamentales del juego, aumentando la frustración y la posible falta de motivación.

La orientación en el voleibol es realizada con métodos utilizados de acuerdo con la finalidad de la práctica del deporte, ya que el voleibol de iniciación tiene finalidades diferentes del voleibol de alto nivel. Tenroller y Merino (2006, p. 46) definen que "método es la forma en que se desarrolla la práctica de la enseñanza. Por los métodos adoptados, entonces, podemos esperar un cierto resultado del proceso de enseñanza.

Müller (2009, p. 95) cree que el principal objetivo de la iniciación del voleibol es hacer el aprendiz apreciar y entender el juego. El gusto por el voleibol es fundamental para la permanencia del aprendiz en la práctica orientada, siendo la mayor motivación para mejorar sus habilidades. Y esto gusto también puede transformar los principiantes en practicantes fanáticos por el deporte que tienden a llevar una vida saludable con la práctica de la actividad física.

2. La motivación como un objeto de estudio

La definición de la palabra motivación es presentada por muchos autores que realizaron estudios para la ciencia de la Psicología. En el contexto de la Psicología del Deporte, para Cratty, citado por Paim (2003, p. 1), la motivación es los factores y los procesos que conducen el individuo a la acción o a la renuncia en diversas situaciones.

Santos y Araujo (2008, p. 129) comprenden que "la motivación se conjuga en el verbo precisar. Precisión es la meta. Lo que precisa ser alcanzado. La motivación se radica en la intención".

En esta perspectiva, la Psicología del Deporte clasifica la motivación de los practicantes de algún deporte como extrínseca e intrínseca. Para Pereira et al. (2009, p. 10) "la motivación para la práctica deportiva depende de la interacción entre la personalidad (por ej. motivos y necesidades) y factores ambientales (por ej. desafíos e influencias sociales)".

3. El ingreso y la permanencia de los adolescentes en el voleibol

Se puede decir que adolescente es el individuo que está en una fase del desarrollo humano conocido como adolescencia. Esta fase es clasificada dentro de un límite de edad:

[...] la Organización Mundial de la Salud define la adolescencia como la fase del desarrollo comprendida entre los 10 y los 19 años, criterio adoptado, en Brasil, por el Ministerio de la Salud y por el Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE) (Traverso-Yépez y Pinheiro, 2002, p. 137).

Bocardi (2003, p. 29) afirma que la adolescencia es una fase evolutiva en la vida del individuo que lo conduce a un proceso de transición de la infancia a la edad adulta, donde hay varias transformaciones de aspecto físico, psicológico y

social, todas interconectadas y no pueden subdividirse. La característica principal del adolescente es su desarrollo biopsicosocial, considerando los factores raza y ambiente.

En relación a la iniciación deportiva, Machado, Piccoli y Scalón (2005, p. 1) justifican que los adolescentes presentan gran necesidad de moverse debido al deseo de conocer el mundo y por querer encontrar sus lugares y funciones en la sociedad. Por lo tanto, el deporte también es una manera de los jóvenes alcanzaren este deseo.

Paim (2003, p. 1) expone con los resultados de su investigación que los factores más relevantes para el ingreso de los adolescentes en el voleibol son: excitación y desafíos (participar de competiciones), afiliación (estar con los amigos, hacer nuevos amigos) y desarrollar las habilidades.

Sin embargo, los resultados de la investigación de Melo (2010, p. 35) muestran que los factores que más influyen los adolescentes para dar inicio a la práctica de deportes están relacionados a la salud. Los adolescentes ingresan en el deporte principalmente para ejercitarse, mantener la salud, desarrollar la musculatura, tener buen aspecto, mantener el cuerpo en forma y perder peso.

No obstante, en el mismo programa de iniciación al voleibol es posible que haya jóvenes que ingresaron en el deporte por factores distintos. La práctica orientada del voleibol puede proporcionar a los jóvenes la oportunidad de realización de todas sus finalidades. Aun así, son comunes los casos de adolescentes que abandonan el deporte.

Es extremadamente importante que los profesores sepan lo que desean los jóvenes que ingresan en el voleibol. Luego, las actividades de enseñanza y entrenamiento puede ser planeadas y adaptadas para reparar las necesidades de los practicantes y mantenerlos motivados a permanecer en la práctica del deporte.

4. Metodología

La investigación se sucedió a través de un estudio de campo. Este tipo de pesquisa fue adecuada para el estudio, siendo desarrollada a través de entrevistas con el grupo estudiado para captar las explicaciones y interpretaciones de lo que acontece en el grupo (Gil, 2002, p. 53).

Por invitación, participaron en la investigación los adolescentes que practican el voleibol con orientación de un profesional de Educación Física en programas de entrenamiento deportivo, realizados en escuelas, clubes deportivos y centros de convivencia del municipio de Foz do Iguaçu.

En la investigación participaron 42 chicos y 24 chicas, que tienen edad entre 10 y 19 años, totalizando 66 individuos participantes.

Como instrumento de colecta de datos, se aplicó un cuestionario elaborado por los autores de la investigación y aprobado por tres profesores universitarios.

Como procedimiento, se realizó, con la Secretaría Municipal de Deportes y Ocio y con la Secretaría de la Educación del municipio de Foz do Iguaçu, una búsqueda por los locales que ofertan programas de práctica del voleibol. Con la autorización de los profesores y la colaboración de los adolescentes, cada participante respondió, individualmente, al cuestionario. Después de recoger las respuestas de todos los participantes, los datos e informaciones fueron clasificados, analizados y presentados en tablas, representados a través de frecuencia relativa y porcentaje para una mejor visualización y análisis de los mismos.

5. Análisis y discusión de los resultados

En el estudio participaron 66 adolescentes practicantes del voleibol, siendo 63,6% del género masculino y 36,3% del género femenino. En relación a la edad, 63,6% del número total de adolescentes participantes están con la edad entre 14 y 16 años; 22,7% tienen entre 10 y 13 años de edad y; 13,6% están con la edad entre 17 y 19 años.

En la tabla 1 está presentada la clasificación, por género, de los motivos que influyen los adolescentes a escoger el voleibol como práctica deportiva orientada. Se observó que lo principal factor que motivó los adolescentes a entrar en una escuela de voleibol fue la "indicación de los amigos". En total, 50,0% de los participantes adolescentes comenzaron a entrenar porque los amigos los convencieron. En una comparación entre los géneros, se notó una semejanza: 50,0% de los chicos y 50,0% de las chicas apuntaron este factor. Ningún adolescente del género masculino apuntó los factores

“indicación de los padres”, “el voleibol en los medios de comunicación” e “indicación médica de una actividad física” como los motivadores para la iniciación en la modalidad. Esto último y la “indicación del profesor de la modalidad o profesor de la escuela” fueron los dos factores no apuntados por los adolescentes del género femenino.

Se constató que no hubo diferencias expresivas de los resultados a través de una comparación entre los géneros.

Tabla 1. Factores que influyen los adolescentes a escoger el voleibol clasificados por género

Factores que influyen en la opción por el voleibol como la práctica deportiva orientada	Masculino		Femenino		Total	
	N	%	N	%	N	%
Indicación de los amigos	21	50,0	12	50,0	33	50,0
Indicación del profesor de la modalidad o profesor de la escuela	4	9,5	0	0,0	4	6,0
Indicación de los padres	0	0,0	1	4,1	1	1,5
El voleibol en los medios de comunicación	0	0,0	1	4,1	1	1,5
Afinidad con la modalidad/gustar del juego	8	19,4	5	20,8	13	19,4
Indicación médica de una actividad física	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Otros	1	2,3	0	0,0	1	1,5
Respuesta incoherente/sin respuesta	8	19,4	5	20,8	13	19,6

La tabla 2 es referente a los objetivos de los adolescentes con el inicio de la práctica orientada del voleibol. Es importante recordar que algunos participantes marcaron más que uno objetivo, porque, en el cuestionario, la cuestión referente permitía múltiple opciones de respuesta.

Así, el objetivo “convertirse en un atleta profesional” fue el más relevante para los adolescentes, siendo que, la mitad, 50,0% de los participantes tienen este objetivo con la práctica del voleibol. En seguida, se destacó el objetivo “aprender las reglas e los fundamentos del deporte/desarrollar las habilidades”, señalado por 39,3% de los adolescentes.

El presente estudio presenta una semejanza con la investigación de Paim (2003, p. 1) donde los resultados dicen que los adolescentes dan inicio a la práctica principalmente para superar desafíos como, por ejemplo, vencer y desarrollar las habilidades. Es semejante también con el estudio de Campos, Vigário y Lürdof (2011, p. 313) que concluyen que lo deseo en mejorar la técnica es el factor que más motiva los jóvenes atletas de voleibol.

Empero, estos resultados son diferentes de los resultados obtenidos por Interdonato et al. (2008, p. 65) y Melo (2010, p. 35) donde los objetivos relacionados a la salud están presentados como los más importantes para que los adolescentes ingresen en el deporte. En el presente estudio, el objetivo de “mantener la salud y la calidad de vida” no fue el más afirmado por los participantes, siendo apenas el tercero objetivo más notorio entre ellos.

Con el fin de obtener resultados más fiables a través de un análisis delineada, se utilizó el género de los participantes como una variable en la tabla 2. Se observó que no hubo diferencia expresiva entre los chicos y las chicas en el orden de sus principales objetivos con la iniciación en el voleibol.

Tabla 2. Objetivos de los adolescentes con la iniciación en la práctica orientada del voleibol clasificados por género

Objetivos con la iniciación en la práctica orientada del voleibol	Masculino		Femenino		Total	
	N	%	N	%	%	%
Convertirse en un atleta profesional	22	52,3	11	45,8	33	50,0
Aprender las reglas e los fundamentos del deporte/desarrollar las habilidades	18	42,8	8	33,3	26	39,3
Mantener la salud y la calidad de vida	15	35,7	8	33,3	23	34,8
Se divertir/tener una actividad de ocio	15	35,7	5	20,8	20	30,3
Hacer nuevas amistades/estar con los amigos	14	33,3	7	29,1	21	31,8
Mejorar la estética	9	21,4	6	25,0	15	22,7
Participar de competiciones	11	26,1	4	16,6	15	22,7
Buscar autoafirmación/ganar reconocimiento a través del deporte	6	14,2	0	0,0	6	9,0
Ocupar lo tiempo libre	5	11,9	5	20,8	10	15,1
Satisfacer la voluntad de los padres	1	2,3	0	0,0	1	1,5
Otros	0	0,0	0	0,0	0	0,0

En relación a la motivación para permanecer frecuentando los entrenamientos, cada participante enumeró los factores según el grado de importancia que cada uno tiene en su motivación para practicar la modalidad. Inicialmente, se constató que 25 participantes respondieron la cuestión referente a la tabla de manera incoherente o, simplemente, no respondieron. Hubo 41 participantes que no respondieron la cuestión de manera que pudiese ser analizada. Y, para una mejor lectura y comprensión de la tabla, el valor total de 100,0% equivale a 41 (el número de participantes que respondieron correctamente). Así, la tabla 3 presenta el grado de importancia de cada factor motivacional para la permanencia en el voleibol. Se reparó que el factor "amistad y buena relación con el profesor" apareció con más marcaciones en la posición número 1. Para el 34,1% de los participantes, este factor es lo que más contribuye en la motivación para continuar frecuentando los entrenamientos de voleibol.

Se observó a través de los resultados que el factor más colocado como segundo más importante para la motivación de los adolescentes en la actividad deportiva fue "estar con los amigos/el clima de amistad entre los participantes", señalado por 24,3% de los participantes.

Los resultados tiene semejanza con los de la investigación de Souza y Oliveira Filho (2008, p. 7), donde se descubrió que los factores motivacionales que más influyen en la motivación de los niños y los adolescentes es el hecho de gustar del profesor y conocer gente nueva.

Y prevaleció como el tercero más importante el factor motivacional "elogios/reconocimiento/incentivos por parte del profesor y de los practicantes", apuntado por 21,9% de los participantes.

Tabla 3. Factores motivacionales de adolescentes para la permanencia en la práctica orientada del voleibol clasificados por grado de importancia

Factores motivacionales para la permanencia en la modalidad	Clasificación de Importancia					
	1º más importante		2º más importante		3º más importante	
	N	%	N	%	N	%
Amistad y buena relación con el profesor	14	34,1	7	17,0	3	7,3
Tipos de ejercicios que son aplicados	4	9,7	6	14,6	7	17,0
Participación/victoria en competiciones	11	26,8	5	12,1	7	17,0
Amistosos	0	0,0	4	9,7	8	19,5
Actividades recreativas en los entrenamientos	3	7,3	1	2,4	4	9,7
Estar con los amigos/el clima de amistad entre los participantes	8	19,5	10	24,3	3	7,3
Elogios/reconocimiento/incentivos por parte del profesor y de los practicantes	1	2,4	8	19,5	9	21,9

Consideraciones finales

Con los resultados obtenidos se concluyó que los propios practicantes son los principales responsables por atraer nuevos adeptos para la práctica orientada del voleibol, teniendo en cuenta que 50,0% de los participantes de este estudio entraron en un programa de entrenamiento por causa de la "indicación de los amigos". Los resultados sorprenden cuando se supone que la mayoría de los individuos escoge la modalidad debido al gusto por el juego. En la bibliografía consultada no hay estudios que identifiquen estos factores. Se sugiere la realización de nuevos estudios sobre los agentes internos y externos que influyen en la opción de los practicantes por las prácticas deportivas.

Los objetivos más ansiados por los adolescentes, de ambos los géneros, con la iniciación en la modalidad, fueron "convertirse en un atleta profesional" y "aprender las reglas y los fundamentos del deporte/desarrollar las habilidades". Se constató que hay semejanza con los resultados obtenidos por Paim (2003) y Campos, Vigário y Lürdorf (2011). Los resultados mostraron que las principales intenciones en realizar las actividades del deporte no derivan de la preocupación con la calidad de vida. Es diferente de los resultados obtenidos por Interdonato et al. (2008) y Melo (2010), que destacan la busca por la salud como el principal objetivo de los adolescentes que dan inicio a la práctica deportiva.

En relación a la permanencia en la práctica orientada del voleibol, se observó que la "amistad y buena relación con el profesor" fue el factor que más influyó los adolescentes a continuar frecuentando los entrenamientos. El profesor también está relacionado directa o indirectamente a los otros factores motivacionales en destaque, clasificados como segundo y tercero más importantes. De este modo, se resalta que es importante que los profesores tengan preocupación con las conductas de buena relación y buena atención a sus alumnos/atletas. El profesor debe ejercer su función de motivador a todo tiempo.

Se percibió una diferencia en relación a los principales objetivos con la iniciación y los principales factores motivacionales de la permanencia. Los objetivos que han destacados presentan aspecto de competencia deportiva, mientras que los factores motivacionales para la permanencia de mayor destaque son de aspecto afectivo.

En general, se concluye, entonces, que los factores motivacionales de mayor influencia para la práctica orientada del voleibol todavía son una incógnita. El estudio presentó sus limitaciones, ya que no se puede asignar plena fiabilidad a las informaciones obtenidas y la muestra no fue expresivamente grande.

Por lo tanto, se sugiere nuevos estudios sobre el tema en cuestión. Los profesionales de la Educación Física Escolar y de lo Entrenamiento Deportivo precisan comprender los factores motivacionales con el fin de adoptar métodos y conductas para atraer y mantener nuevos adeptos en los deportes.

Referencias

- Agnello, M. C. (2009). O Voleibol e seu significado: uma análise à luz da teoria da motivação para a realização. 112p. Dissertação (Mestrado em Educação Física). São Paulo: Universidade São Judas Tadeu. Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: http://www.usjt.br/biblioteca/mono_disser/mono_diss/110.pdf
- Bocardi, M. I. B. (2003). Gravidez na adolescência: parto enquanto espaço do medo. São Paulo: Arte & Ciência.
- Campos, L. T. S., Vigário, P. S., & Lürdof, S. M. A. (2011). Fatores motivacionais de Jovens atletas de vôlei. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. 33(2), 303-317. Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbce/v33n2/03.pdf>
- Gil, A. C. (2002). Como elaborar projetos de pesquisa. (4ª ed.) São Paulo: Atlas.
- Interdonato, G. C., Miarka, B., Oliveira, A. R. & Gorgatti, M. G. (2008). Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva. Motriz. Revista de Educação Física. UNESP. Rio Claro, 14(1), 63-66. Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/1290/1589>
- Knijnik, J. D., Greguol, M., & Santos, S. S. (2001). Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes. Revista do Instituto de Ciências da Saúde. 19(1), 7-13.
- Machado, C. S., Piccoli, J. C., & Scalón, R. M. (2005). Fatores motivacionais que influem na aderência de adolescentes aos programas de iniciação desportiva das escolas da Universidade Luterana do Brasil. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 10(89). Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd89/inic.htm>
- Melo, N. B. C. (2010). Motivação de adolescentes para a prática esportiva. 38p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física). Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais. Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: <http://www.eef.ufmg.br/biblioteca/1794.pdf>
- Müller, A. J. (2009). Voleibol: desenvolvimento de jogadores. Florianópolis: Visual Books.
- Paim, M. C. C. (2003). Voleibol, que fatores motivacionais levam a sua prática. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 9(61). Acesso em: 23 de maio de 2012. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd61/volei.htm>
- Pereira, E. F., Teixeira C. S., Villis, J. M. C., Paim, M. C. C., Sanchoene, L., & Daronco, E. (2009). Fatores motivacionais de crianças e adolescentes asmáticos para a prática da natação. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. 17(3), 9-17. Acesso em: 21 de maio de 2012.
- Santos, W. D. R., & Araujo, R. (2008). Criando campeões: Uma receita infalível para pais e professores desenvolverem vencedores. Rio de Janeiro: Thomas Nelson Brasil.
- Souza, A. L. C., & Oliveira Filho, R. P. (2008). Motivação intrínseca e extrínseca em crianças de 7 a 14 anos na iniciação do voleibol. Educação Física em Revista. 2(1). Acesso em: 20 de maio de 2012.
- Tenroller, C. A., & Merino, E. (2006). Métodos e planos para o ensino dos esportes. Canoas - RS: ULBRA.
- Traverso-Yépez, M. A., & Pinheiro, V. S. (2004). Adolescência, saúde e contexto social: esclarecendo práticas. Psicologia & Sociedade, Belo-Horizonte, 14(2). Acesso em: 23 de maio de 2012.

Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires, Año 20, N° 205, Junio de 2015.
<http://www.efdeportes.com/efd205/los-factores-motivacionales-del-voleibol.htm>