

FATORES MOTIVACIONAIS PARA A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS DO ENSINO MÉDIO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

MOTIVATIONAL FACTORS FOR HIGH SCHOOL STUDENTS' PARTICIPATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Gustavo Ferreira da Silva¹ e Isabel Uchoa²

Resumo

O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores motivacionais que influenciam a participação dos alunos do Ensino Médio nas aulas de Educação Física em uma escola pública do município de Itaperuna – RJ. A pesquisa, de abordagem qualitativa, utilizou um questionário estruturado composto por questões fechadas e de múltipla escolha, aplicado a discentes regularmente matriculados. Os resultados demonstraram que a maioria dos alunos participa das aulas por prazer, interesse e socialização, destacando-se o gosto pelas atividades, a aprendizagem de novas habilidades e o convívio com os colegas como principais fatores motivacionais. Observou-se também que a autonomia e a diversidade de experiências proporcionadas nas aulas contribuem para o aumento do engajamento dos estudantes. Por outro lado, uma parcela menor dos participantes revelou participar apenas por obrigação ou para evitar prejuízos em notas e frequência. Conclui-se que a motivação nas aulas de Educação Física está diretamente relacionada à forma como o professor organiza as práticas pedagógicas, sendo essencial o desenvolvimento de estratégias que estimulem o prazer, a participação e a autonomia dos alunos.

Palavras-chave: Educação Física; Motivação; Ensino Médio; Participação; Prática Pedagógica.

¹ Fundação Universitária de Itaperuna (FUNITA), RJ, Brazil. gustavo2016laje@gmail.com -

² Fundação Universitária de Itaperuna (FUNITA), RJ, Brazil. isabeluchoa@hotmail.com - <http://lattes.cnpq.br/5765697656272254>

Submetido em: 11/12/2025

Aprovado em: 01/03/2026

Abstract

This study aimed to analyze the motivational factors that influence high school students' participation in Physical Education classes at a public school in the municipality of Itaperuna, Brazil. The research, with a qualitative approach, used a structured questionnaire composed of closed and multiple-choice questions applied to enrolled students. The results showed that most students participate in classes for pleasure, interest, and socialization, highlighting enjoyment of activities, learning new skills, and interaction with peers as the main motivational factors. It was also observed that autonomy and the diversity of experiences provided in classes contribute to increasing student engagement. On the other hand, a smaller portion of participants stated that they attend classes only out of obligation or to avoid issues with grades and attendance. It is concluded that motivation in Physical Education classes is directly related to how the teacher organizes pedagogical practices, emphasizing the need for strategies that encourage students' pleasure, participation, and autonomy.

Keywords: Physical Education; Motivation; High School; Participation; Pedagogical Practice.

INTRODUÇÃO

A Educação Física escolar passou por transformações significativas ao longo das últimas décadas, acompanhando mudanças sociais, culturais e pedagógicas que impactam a educação brasileira. De acordo com Darido e Rangel (2005), essa disciplina deve ser entendida como um componente essencial para a formação integral dos estudantes, por envolver dimensões motoras, cognitivas, afetivas e sociais do desenvolvimento humano. Nesse cenário, a Educação Física deixa de ocupar apenas um espaço voltado à prática esportiva tradicional e passa a assumir uma função educativa mais ampla, voltada à compreensão e valorização da cultura corporal do movimento.

Apesar desses avanços, o desinteresse de muitos estudantes, especialmente no Ensino Médio, ainda se mantém como um desafio na prática pedagógica. Pesquisas indicam que fatores como metodologias tradicionais, experiências pouco

significativas, insegurança em relação ao corpo, pressão estética e falta de identificação com certas práticas podem contribuir para a diminuição da participação dos alunos (Krause *et al.*, 2017; González e Bosi, 2018). Esses elementos reforçam a necessidade de repensar o planejamento das aulas, buscando estratégias que tornem a disciplina mais atrativa, inclusiva e alinhada às realidades dos jovens.

A motivação desempenha papel fundamental nesse processo. Betti e Zuliani (2002) destacam que experiências diversificadas, prazerosas e conectadas aos interesses dos estudantes tendem a promover maior engajamento e participação. A Teoria da Autodeterminação, elaborada por Deci e Ryan (2000), também contribui para essa análise ao afirmar que a motivação humana depende da satisfação de três necessidades psicológicas básicas: autonomia, competência e vínculo social. Quando esses aspectos são atendidos, há maior envolvimento, persistência e satisfação nas atividades propostas.

Além disso, autores como Guimarães e Bzuneck (2008) e Brandolin *et al.* (2015) apontam que o sentimento de competência, o protagonismo do aluno e a qualidade das relações sociais dentro das aulas influenciam diretamente o interesse pela Educação Física. Práticas pedagógicas centradas exclusivamente no rendimento ou em comparações podem gerar desmotivação e afastamento, enquanto abordagens que valorizam a cooperação, a diversidade e o desenvolvimento individual tendem a favorecer a participação.

Diante disso, compreender os fatores que motivam ou desmotivam os estudantes é fundamental para aprimorar as práticas pedagógicas e garantir que a Educação Física cumpra seu papel formativo. Quando planejada de maneira significativa, essa disciplina pode contribuir para o desenvolvimento físico, emocional e social dos jovens, além de estimular hábitos saudáveis e o gosto pela prática corporal.

O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores motivacionais que influenciam a participação dos alunos do Ensino Médio nas aulas de Educação Física em uma escola pública do município de Itaperuna, RJ. Busca-se identificar como prazer, socialização, autonomia, aprendizagem e reconhecimento influenciam o engajamento dos estudantes, oferecendo suporte para a construção de práticas mais significativas e alinhadas às necessidades da realidade escolar.

MATERIAL E MÉTODOS

Amostra

O estudo foi realizado em um colégio público estadual do município de Itaperuna, Rio de Janeiro, com discentes do Ensino Médio. A escolha da instituição ocorreu por conveniência, considerando o fácil acesso e a representatividade do público-alvo. Participaram da pesquisa 58 alunos regularmente matriculados, selecionados de forma intencional e voluntária. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo o respeito aos princípios éticos de pesquisa com seres humanos.

Os critérios de inclusão foram: estar matriculado no Ensino Médio ou na modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA) da instituição pesquisada, possuir frequência mínima de 75% nas aulas de Educação Física e consentir em participar do estudo. Foram excluídos os alunos ausentes no período de aplicação do questionário e aqueles com limitações físicas ou condições de saúde que impossibilitaram a prática de atividades físicas.

Procedimentos

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado composto por dez questões fechadas e de múltipla escolha, elaborado com base no estudo de Braga (2016), que investigou a motivação de adolescentes para as aulas de Educação Física escolar. O instrumento foi aplicado durante o horário regular das aulas, em ambiente tranquilo e supervisionado pelo pesquisador, assegurando a confidencialidade das respostas. O questionário buscou identificar os principais fatores motivacionais que influenciam a participação dos alunos nas aulas, abordando aspectos como prazer, socialização, autonomia e reconhecimento.

Material

O material utilizado na pesquisa consistiu em questionários impressos e canetas esferográficas azuis ou pretas, fornecidos pelo pesquisador. As respostas foram coletadas individualmente, sem identificação nominal dos participantes, com

o intuito de preservar o anonimato e evitar interferências externas no processo de resposta.

Procedimentos Estatísticos

Os dados coletados foram organizados e analisados de forma descritiva, por meio da tabulação das respostas em planilhas e da construção de gráficos representativos. A análise estatística concentrou-se no cálculo das frequências absolutas e relativas de cada alternativa, permitindo a interpretação dos resultados de maneira clara e objetiva. Essa abordagem possibilitou identificar tendências gerais e compreender os principais fatores motivacionais que influenciam a adesão dos discentes às aulas de Educação Física.

RESULTADOS

Nesta seção, apresentam-se os achados obtidos a partir da aplicação do questionário sobre os fatores motivacionais que influenciam a participação dos alunos nas aulas de Educação Física. Os resultados foram organizados e analisados com base nas frequências relativas de cada alternativa, possibilitando identificar tendências e interpretar o comportamento motivacional dos estudantes.

No Gráfico 1, gosto pelas atividades de Educação Física, verifica-se que 33% dos estudantes afirmam participar das aulas de Educação Física por gostarem das atividades propostas, enquanto 26% dos respondentes concordam totalmente com essa afirmativa. Observa-se ainda que 22% dos participantes declararam-se indiferentes, o que pode indicar neutralidade quanto à relação entre o gosto pelas atividades e sua motivação para participar. Já 12% dos estudantes discordam e 7% discordam totalmente, sugerindo que, para essa parcela, o interesse pelas atividades não constitui fator determinante para o envolvimento nas aulas.

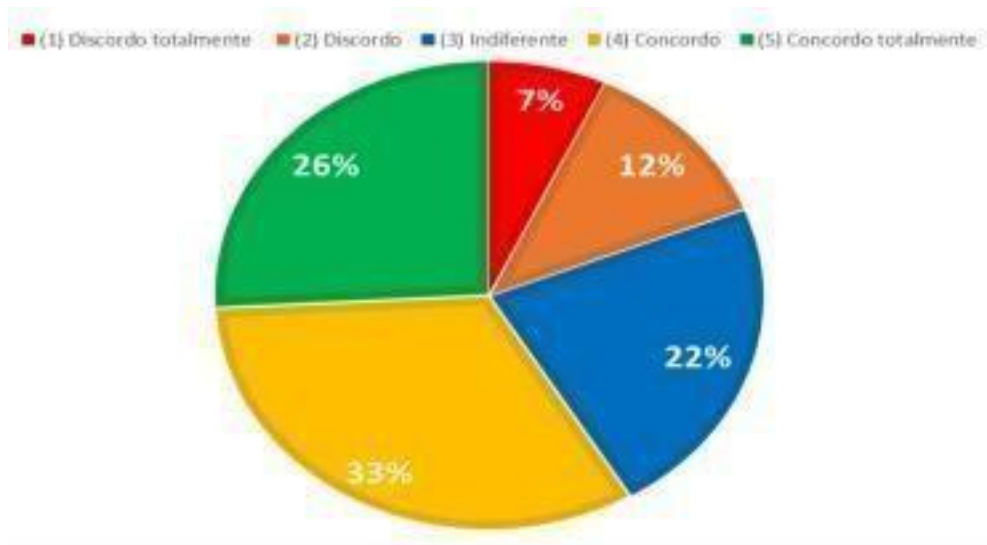


Gráfico 1 - Motivo: gosto pelas atividades de Educação Física

Fonte: Próprio Autor (2025).

No Gráfico 2, prazer em aprender novas habilidades, verifica-se que 50% dos estudantes afirmam sentir prazer em aprender novas habilidades e movimentos nas aulas, enquanto 10% dos respondentes concordam totalmente com essa afirmativa. Observa-se ainda que 21% dos participantes declararam-se indiferentes, o que pode indicar uma postura neutra em relação ao aprendizado de novas competências motoras. Já 17% dos estudantes discordam e 2% discordam totalmente, revelando que uma parcela minoritária não associa o processo de aprendizagem de novas habilidades ao sentimento de prazer durante as aulas.

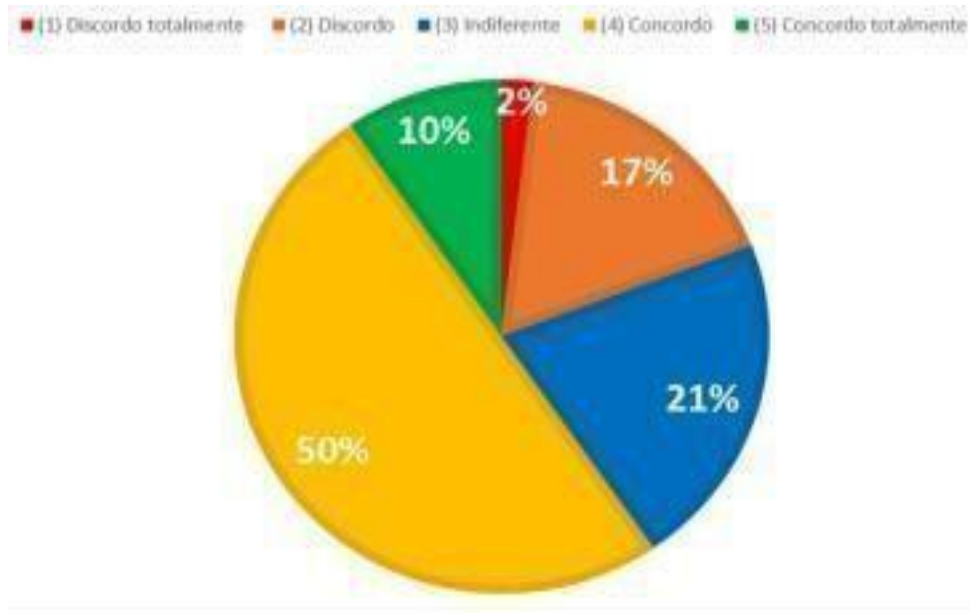


Gráfico 2 - Prazer em aprender novas habilidades

Fonte: Próprio Autor (2025).

O Gráfico 3, esforço e superação pessoal, verifica-se que 36% dos estudantes afirmam se esforçar nas aulas para obter um bom desempenho e superar seus próprios limites, enquanto 23% concordam totalmente com essa afirmação. Observa-se ainda que 24% dos participantes se mostraram indiferentes, o que pode indicar uma neutralidade em relação ao esforço pessoal durante as atividades. Já 12% dos estudantes discordam e 5% discordam totalmente, revelando que uma pequena parcela não se identifica com essa motivação voltada à superação individual.

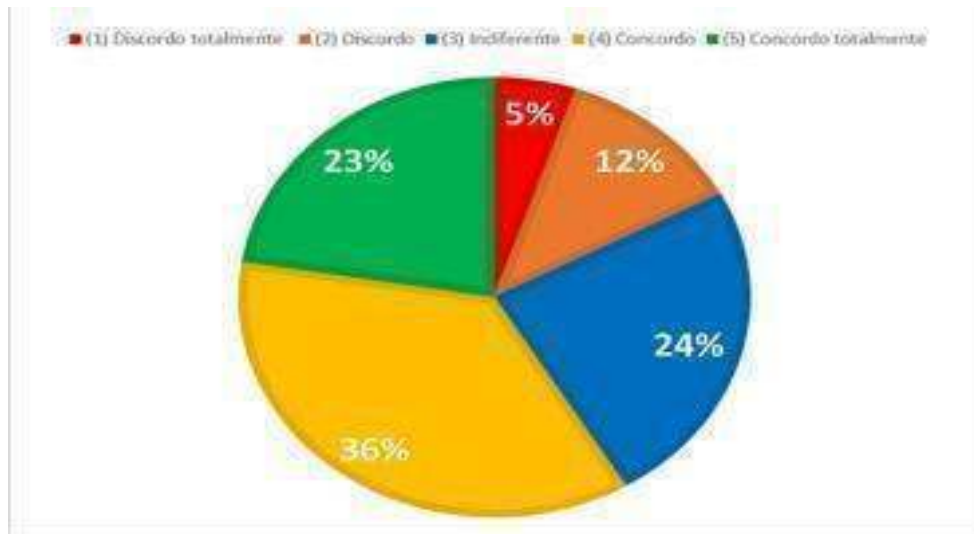


Gráfico 3 - Esforço e superação pessoal

Fonte: Próprio Autor (2025).

O Gráfico 4, desconforto físico como fator de desmotivação, verifica-se que 35% dos estudantes discordam da afirmação de que não gostam de participar das aulas de Educação Física por não se sentirem bem fisicamente, enquanto 31% discordam totalmente. Esses dados indicam que a maioria dos participantes não associa o desconforto físico à falta de interesse pelas aulas. Observa-se ainda que 19% se mostraram indiferentes, 10% concordam e apenas 5% concordam totalmente, revelando que poucos consideram o bem-estar físico como um fator limitante para sua participação.

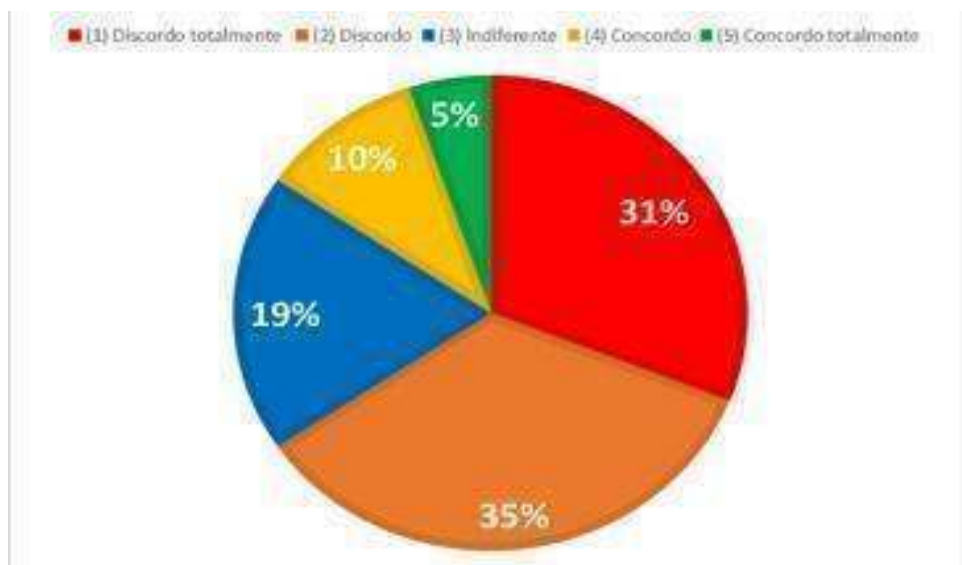


Gráfico 4 - Desconforto físico como fator de desmotivação **Fonte:** Próprio Autor (2025).

Os dados do Gráfico 5, motivação por elogios, verifica-se que 36% dos estudantes discordam da afirmação de que participam das aulas de Educação Física para serem elogiados pelo professor ou pelos colegas, enquanto 29% discordam totalmente. Esses dados revelam que a maioria dos participantes não vê o elogio como um fator determinante para sua participação. Nota-se ainda que 19% se mostram indiferentes, 12% concordam e apenas 4% concordam totalmente, indicando que poucos alunos consideram o reconhecimento dos outros como motivação principal para o envolvimento nas aulas.

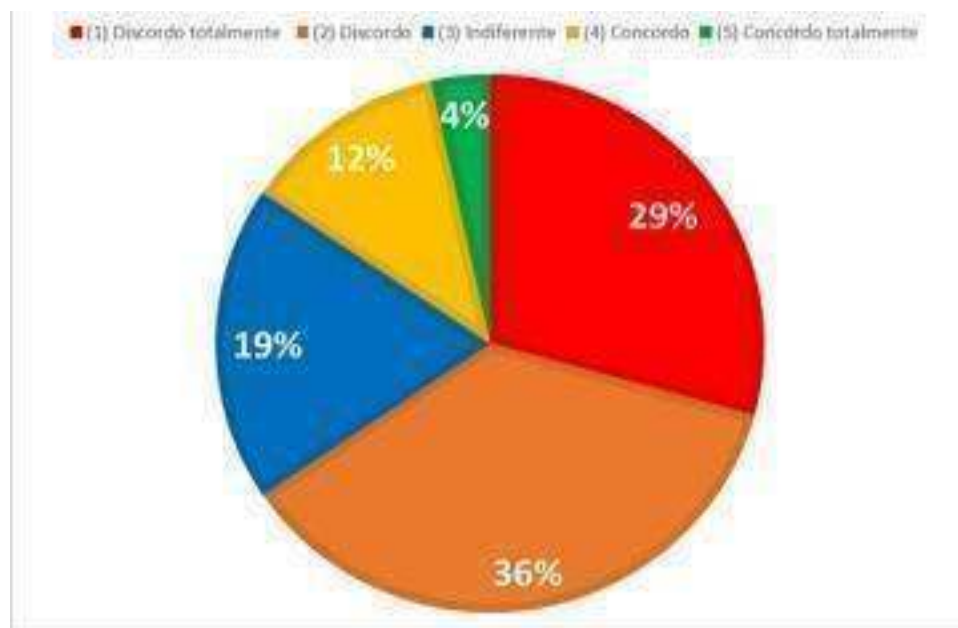


Gráfico 5 – Motivação por elogios

Fonte: Próprio Autor (2025).

O Gráfico 6, participação por motivos avaliativos, por sua vez, evidencia que 33% dos estudantes concordam que frequentam as aulas de Educação Física para evitar problemas de nota ou faltas, enquanto 24% concordam totalmente. Esses resultados indicam que uma parcela significativa dos alunos participa das aulas motivada por fatores externos e obrigatórios. Por outro lado, 21% discordam e 5% discordam totalmente dessa afirmação, sugerindo que nem todos os estudantes vinculam sua presença a questões avaliativas. Já 17% se mostram indiferentes,

demonstrando neutralidade quanto à influência das notas ou faltas em sua participação.

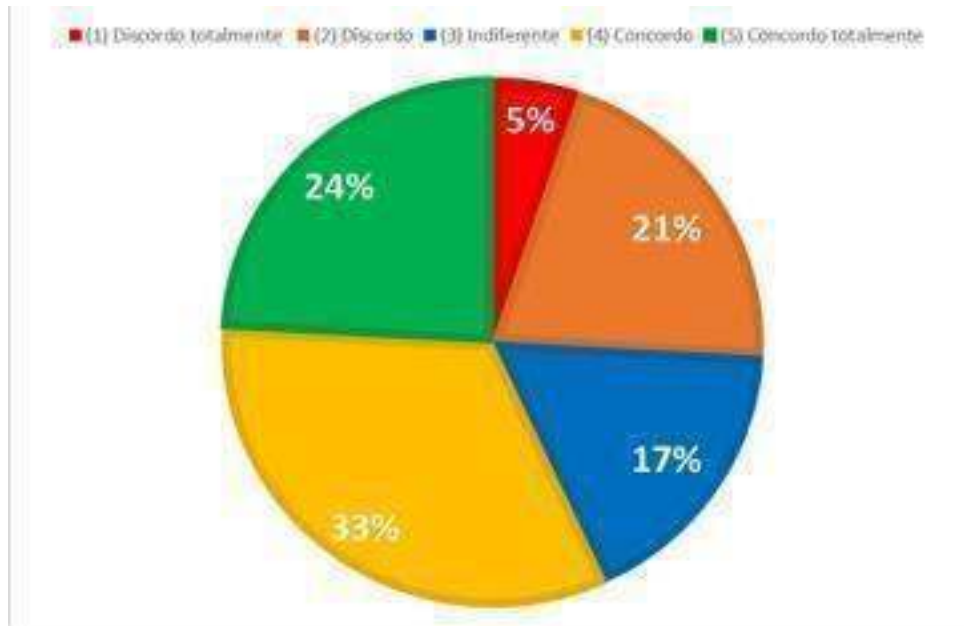


Gráfico 6 - Participação por motivos avaliativos

Fonte: Próprio Autor (2025).

No Gráfico 7, preferência por jogos e esportes coletivos, verifica-se que 33% dos estudantes afirmam gostar mais das aulas de Educação Física quando elas envolvem jogos ou esportes coletivos, enquanto 24% concordam totalmente com essa afirmação. Esse resultado evidencia que a maioria dos alunos demonstra maior interesse e motivação nas atividades que possuem caráter lúdico e coletivo. Por outro lado, 21% dos participantes discordam e 5% discordam totalmente, sugerindo que nem todos se sentem atraídos por esse tipo de prática. Além disso, 17% se declararam indiferentes, o que pode indicar que, para esse grupo, o formato das atividades não influencia significativamente o gosto pelas aulas.

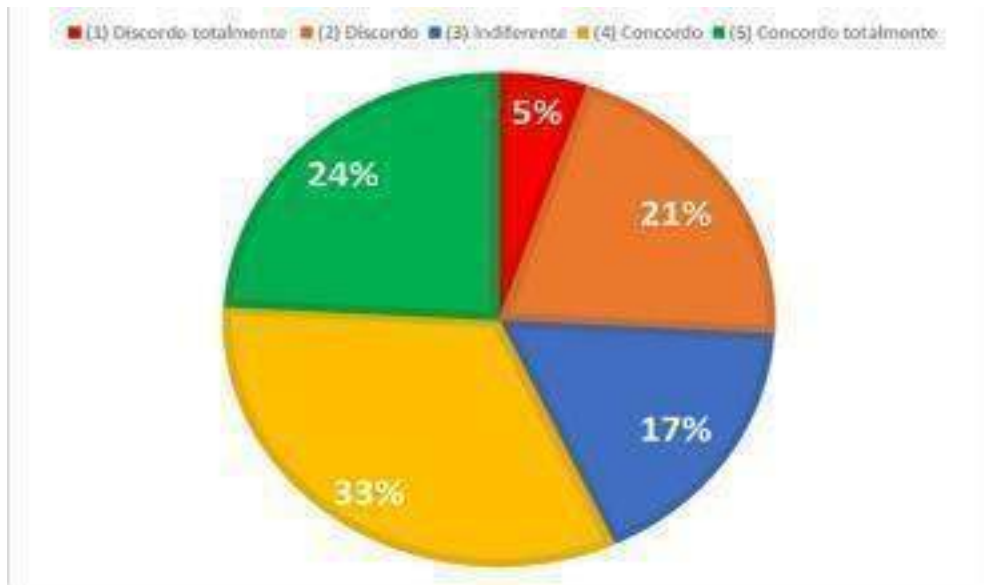


Gráfico 7 - Preferência por jogos e esportes coletivos

Fonte: Próprio Autor (2025).

O Gráfico 8, reforça a importância do aspecto social e a influência dos amigos na participação. Verifica-se que 43% dos estudantes afirmam sentir-se motivados a participar das aulas de Educação Física quando seus amigos também participam, enquanto 28% concordam totalmente com essa afirmação. Esses dados revelam que a presença dos colegas exerce influência positiva na motivação dos alunos, destacando a importância do aspecto social nas atividades físicas escolares. Em contrapartida, 10% dos participantes discordam e 19% se mostraram indiferentes, indicando que, para parte dos estudantes, a companhia dos amigos não interfere significativamente em sua motivação nas aulas.

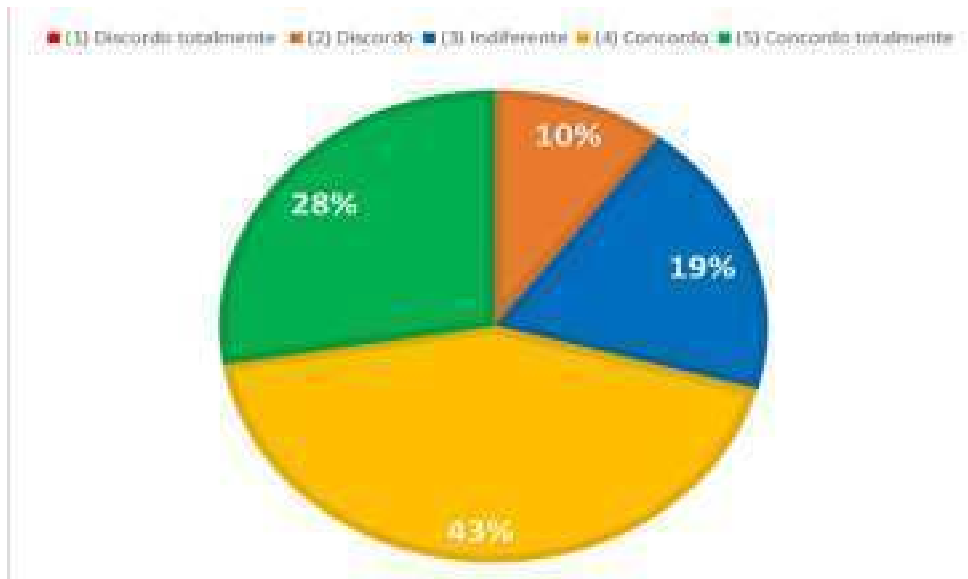


Gráfico 8 - Influência dos amigos na participação

Fonte: Próprio Autor (2025).

No Gráfico 9, busca por reconhecimento no esporte, verifica-se que 32% dos estudantes discordam da afirmação de que se esforçam nas aulas de Educação Física para serem reconhecidos como bons no esporte pelos colegas, enquanto 19% discordam totalmente. Esses resultados revelam que mais da metade dos participantes não considera o reconhecimento social um fator determinante para o empenho nas atividades. Por outro lado, 17% concordam e 9% concordam totalmente, indicando que uma parcela menor dos alunos se sente motivada pelo prestígio entre os pares. Já 23% dos respondentes se mostraram indiferentes, sugerindo neutralidade quanto à influência da aprovação dos colegas em seu desempenho.

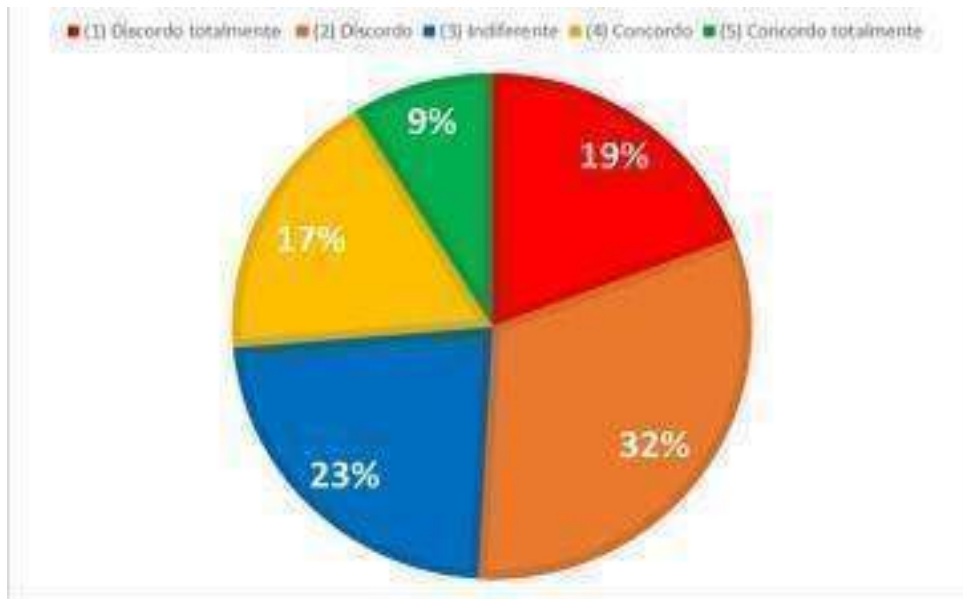


Gráfico 9 - Busca por reconhecimento no esporte

Fonte: Próprio Autor (2025).

Por fim, o Gráfico 10, preferência por autonomia e variedade, Verifica-se no Gráfico 10 que 35% dos alunos concordam que preferem aulas em que possam escolher atividades ou experimentar coisas novas, seguidos por 24% que concordam totalmente com essa afirmação. Esses dados evidenciam que a maioria dos estudantes valoriza a autonomia e a diversidade nas aulas de Educação Física. Em contrapartida, 10% discordam e 3% discordam totalmente, demonstrando uma parcela reduzida que não compartilha dessa preferência. Já 28% dos alunos se mantiveram indiferentes, o que pode indicar neutralidade ou adaptação a diferentes propostas de aula. Assim, observa-se que a liberdade de escolha e a oportunidade de vivenciar novas experiências representam um importante fator de motivação para os estudantes.

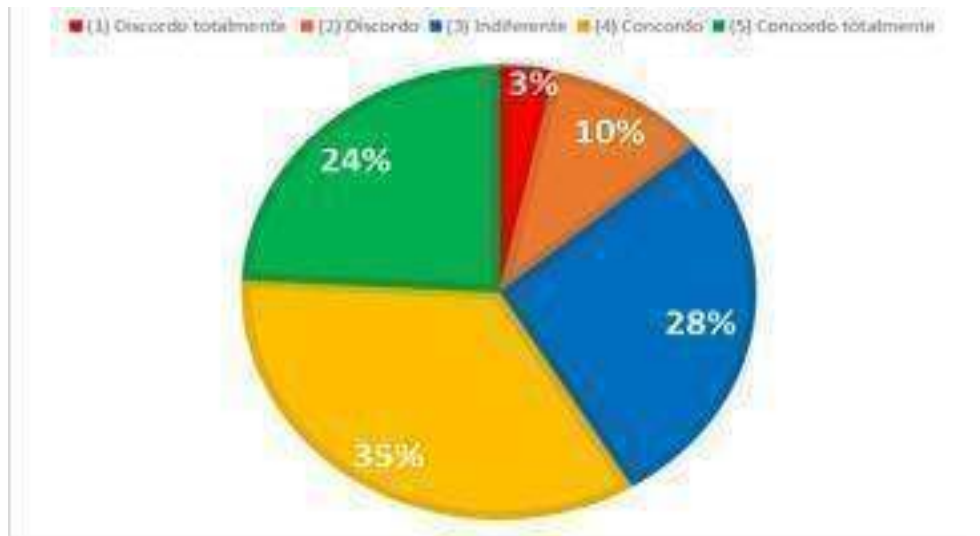


Gráfico 10 - Preferência por autonomia e variedade

Fonte: Próprio Autor (2025).

De forma geral, os resultados revelam que fatores como prazer, aprendizagem, superação pessoal, interação social e autonomia desempenham papel significativo na motivação dos alunos, enquanto elementos como desconforto físico, elogios e reconhecimento social apresentam menor influência. Identificou-se também a presença de motivação extrínseca vinculada às exigências escolares, indicando que diferentes tipos de motivação coexistem entre os participantes.

DISCUSSÃO

A análise dos resultados demonstrou que a motivação dos estudantes para participar das aulas de Educação Física é influenciada por múltiplos fatores, envolvendo componentes intrínsecos, extrínsecos e aspectos sociais. Esses achados dialogam com a literatura da área, especialmente quando se considera a diversidade de interesses e necessidades dos alunos no contexto escolar. Segundo Darido e Rangel (2005), a motivação nas aulas de Educação Física é resultado da interação entre experiências anteriores, relações sociais, metodologias de ensino e percepções de competência, elementos que puderam ser observados nos diferentes gráficos analisados.

Primeiramente, a predominância de respostas positivas relacionadas ao gosto pelas atividades e ao prazer em aprender novas habilidades (Gráficos 1 e 2) revela forte presença de motivação intrínseca entre os estudantes. De acordo com Deci e

Ryan (2000), a motivação intrínseca ocorre quando o indivíduo participa de uma atividade pelo interesse e pela satisfação inerente ao próprio processo, e não por recompensas externas. Esse tipo de motivação é fundamental para a construção de aprendizagens significativas, pois favorece o envolvimento espontâneo, a persistência e o desenvolvimento de autonomia, fatores essenciais para a participação efetiva nas aulas.

Outro elemento relevante identificado foi o esforço pessoal e a busca por superação (Gráfico 3), que também se alinha à Teoria da Autodeterminação. Conforme destacam Deci e Ryan (2000), a percepção de competência é um dos pilares da motivação autodeterminada, e os resultados sugerem que muitos estudantes se sentem desafiados e estimulados a melhorar seu desempenho. Isso reforça a importância de práticas pedagógicas que valorizem o progresso individual, o feedback positivo e a construção de metas acessíveis, como afirmam Betti e Zuliani (2002) ao discutir metodologias participativas na Educação Física.

No que diz respeito aos fatores que poderiam gerar desmotivação, observou-se que a maioria dos estudantes não associa desconfortos físicos à recusa em participar das aulas (Gráfico 4). Esse ponto é significativo, pois contraria a percepção comum de que o cansaço ou limitações físicas seriam os principais motivos para a ausência dos alunos. Conforme destaca Bracht (2003), muitas barreiras atribuídas à falta de participação têm origem mais na falta de sentido pedagógico e na ausência de vínculos sociais do que em questões meramente físicas. Assim, os resultados indicam que os estudantes, em sua maioria, não rejeitam as aulas por desconforto, mas por outros fatores que precisam ser compreendidos no conjunto.

A análise também revelou que fatores extrínsecos, como elogios ou reconhecimento dos colegas, possuem menor influência sobre a participação (Gráfico 5). Essa baixa sensibilidade ao reforço externo contrasta com o Gráfico 6, no qual uma parcela expressiva dos alunos admitiu participar das aulas para evitar problemas de nota ou faltas. Esse achado demonstra que, embora as recompensas sociais não sejam determinantes, a motivação controlada por normas escolares ainda exerce influência considerável, como apontam Guimarães e Bzuneck (2018) ao discutir a relação entre motivação e regras institucionais. Isso sugere que parte dos estudantes participa mais por obrigação do que por interesse genuíno, o que

reforça a necessidade de práticas pedagógicas que tornem o conteúdo mais significativo.

Os resultados ligados à interação social (Gráficos 7 e 8) evidenciam a importância do componente coletivo para o engajamento. A preferência por jogos e esportes coletivos, assim como a motivação aumentada pela presença dos amigos, confirma a ideia de que a dimensão relacional é um dos pilares da Educação Física escolar. Como defendem Darido e Rangel (2005), o componente humano e cooperativo das aulas pode funcionar como um poderoso elemento motivador, criando vínculos e tornando o ambiente mais acolhedor e prazeroso.

Por fim, a valorização da autonomia e das possibilidades de escolha (Gráfico 10) reforça uma tendência já discutida por autores contemporâneos. Para Deci e Ryan (2000), oferecer oportunidades de escolha é um dos fatores que mais favorecem a autodeterminação, pois permite que os estudantes se sintam protagonistas do processo educativo. Esse achado indica que metodologias abertas, como aulas temáticas, circuitos de atividades, projetos e práticas exploratórias, podem resultar em maior participação e satisfação nas aulas.

De modo geral, a discussão dos resultados confirma que a motivação dos estudantes é multifacetada e que tanto aspectos pessoais quanto sociais e institucionais influenciam suas atitudes frente às aulas de Educação Física. O conjunto dos dados reforça que práticas pedagógicas baseadas em autonomia, interação social, relevância dos conteúdos e valorização do progresso individual tendem a promover maior engajamento, alinhando-se às perspectivas atuais da área e aos princípios de uma Educação Física mais crítica, participativa e significativa.

CONCLUSÕES

A análise dos dados permitiu compreender de maneira ampla os fatores que influenciam a motivação dos estudantes nas aulas de Educação Física. Os resultados demonstraram que diferentes dimensões motivacionais coexistem entre os alunos, sendo predominantes aquelas relacionadas ao gosto pessoal pelas atividades, ao prazer em aprender novas habilidades, ao desafio e à superação individual. Esses achados evidenciam a presença marcante da motivação

intrínseca, que se manifesta no interesse espontâneo, no envolvimento ativo e na satisfação associada às práticas corporais.

Além disso, observou-se que aspectos sociais, como a presença dos amigos e a valorização das práticas coletivas, também exercem importante influência sobre a participação, reforçando o papel da convivência e da interação como elementos fundamentais para o engajamento. A preferência por aulas que ofereçam autonomia e possibilidades de escolha indica que metodologias participativas podem contribuir significativamente para aumentar o envolvimento dos estudantes. Por outro lado, os fatores extrínsecos apresentaram impacto reduzido, especialmente quando relacionados a elogios e reconhecimento. Contudo, a participação por obrigação, motivada pela preocupação com notas e faltas, mostrou-se relevante para parte dos alunos, evidenciando que elementos institucionais ainda atuam como condicionadores da presença nas aulas. Diante disso, conclui-se que a motivação dos estudantes é multifatorial, envolvendo componentes pessoais, sociais e institucionais. Os resultados reforçam a necessidade de práticas pedagógicas que valorizem a autonomia, a diversidade de conteúdos, a interação entre os alunos e a construção de experiências significativas. Assim, torna-se possível promover um ambiente mais engajador e contribuir para que a Educação Física escolar cumpra seu papel formativo, estimulando a participação ativa, o desenvolvimento de competências corporais e a construção de hábitos saudáveis.

Em síntese, o estudo evidencia que estratégias de ensino baseadas em significado, escolha, diversidade e relações sociais positivas tendem a fortalecer a motivação dos estudantes, tornando as aulas mais atrativas e aumentando o envolvimento com a disciplina. Esses achados podem orientar professores e gestores na construção de propostas pedagógicas mais alinhadas às necessidades e interesses dos alunos, contribuindo para uma Educação Física mais democrática, inclusiva e relevante no contexto escolar.

REFERÊNCIAS

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Felipe. Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, São Paulo, ano 1, n. 1, p. 57–66, 2002.

BIDUTTE, Luís Henrique. A evasão na Educação Física escolar. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 22, n. 3, p. 119–130, maio 2001.

BRACHT, Valter. Educação Física e ciência: cenas de um casamento (in)feliz. Ijuí: Ed. Unijuí, 2000.

BRAGA, Diego Rodrigues. A motivação de adolescentes para as aulas de Educação Física Escolar: um estudo de caso. 2016. Monografia (Especialização em Educação Física Escolar) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016.

BRANDOLIN, Fabiana; SOUZA, Adair Borges de; BOHM, Larissa; RIGO, Letícia A.; ROLIM, Marina K. Fatores de evasão e desistência nas aulas de Educação Física escolar: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 29, n. 3, p. 411–420, 2015.

BZUNECK, José Aloyseo. A motivação do aluno: aspectos introdutórios. In: BZUNECK, José Aloyseo; GUIMARÃES, Sueli Éder J. (org.). *Motivação e autonomia na aprendizagem*. São Paulo: Cortez, 2009. p. 9–33.

CORDEIRO, Rosana Rosa; MONTEIRO, Luísa Silva. Padrões corporais, redes sociais e a imagem corporal de adolescentes. *Revista de Educação Física/UFV*, Viçosa, v. 29, n. 1, p. 1–13, 2021.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrigueti. Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, v. 11, n. 4, p. 227– 268, 2000.

GONZÁLEZ, Fernando Javier; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. Imagem corporal, padrões de beleza e o desinteresse pela Educação Física escolar. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v. 40, n. 2, p. 129–136, 2018.

GUIMARÃES, Sueli Éder J.; BZUNECK, José Aloyseo. Introdução ao estudo da motivação e da autorregulação da aprendizagem. In: GUIMARÃES, Sueli Éder J.;

BZUNECK, José Aloyseo (org.). Psicologia escolar: desafios e possibilidades. Campinas: Alínea, 2008. p. 19–48.

KRAUSE, Jaine; MEIER, Michele; RECH, Cassiano Ricardo; LOCH, Mathias Roberto. Educação Física escolar: fatores associados à falta de interesse e participação nas aulas. Revista de Educação Física/UEM, Maringá, v. 28, n. 4, p. 57–68, 2017.

MELLO, André Duarte de; LOBO, Paulo Estevão; GURGEL, Henrique Diniz; NASCIMENTO, Mário Ricardo do; NOGUEIRA, Ricardo Silva; GUIMARÃES, Maurício.

Fatores que influenciam a motivação de adolescentes para as aulas de Educação Física. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, Florianópolis, v. 16, n. 5, p. 611–620, 2014.

PIZANI, João Marcos. A importância do protagonismo juvenil na Educação Física escolar. Movimento, Porto Alegre, v. 22, n. 3, p. 775–786, 2016.

SANTOS, Juliana Braga; ALMEIDA, Silvana Dantas de; FERREIRA, Marcus Soares. Motivação e desinteresse pela Educação Física: a percepção de alunos do Ensino Médio. Motriz: Revista de Educação Física, Rio Claro, v. 24, n. 4, p. 1–11, 2018.