

TOFANI, Francisco Thomaz Bjornberg. *Motivação no karate*. Bragança Paulista, SP: FESB, 2013. (IMPRESSO)

RESUMO

O karate é uma arte marcial de origem milenar, composta por uma filosofia envolvente que tem influência direta na vida de seu praticante. No meio esportivo e em outros ambientes encontram-se presentes os conceitos de motivação, nos quais ela pode se apresentar de diferentes formas para cada indivíduo e para cada grupo. É a motivação que impulsiona o indivíduo na realização de suas ações, sendo assim, um assunto de suma importância a todos os adeptos de esportes. Este estudo tem como objetivo principal, analisar os principais elementos motivadores de praticantes de karate. Para isso foi estudado um público composto de 29 pessoas, de ambos os sexos e com faixa etária variando de 8 a 54 anos, todos praticantes de karate de uma academia situada na cidade de Bragança Paulista. Foi aplicado o Inventário de motivação à Prática regular de atividade física (IMPRAF – 54). Os resultados da pesquisa apontam para uma maior motivação intrínseca relacionada ao Prazer e a Saúde de forma geral, tendo diferentes prevalências conforme o gênero, faixa etária e o tempo de treino do indivíduo.