

---

## **A Auto Estima Como Fator Motivacional nos Jogos Coletivos**

Daiane CABRAL  
Bruna ALMEIDA  
Faculdade Laboro, DF

### **RESUMO**

Os jogos coletivos podem ser considerados uma força transformadora que facilita o processo ensino aprendizagem e possibilidade de aumentar autoestima dos alunos. O objetivo deste estudo foi analisar a influência dos jogos coletivos na autoestima dos alunos.

**PALAVRAS-CHAVE:** autoestima; jogos coletivos; competência física.

Stanley Coopersmith foi um dos primeiros autores a iniciar estudos sobre a autoestima, os quais têm sido referência entre os pesquisadores. Coopersmith buscou identificar, através da observação controlada, as condições ou experiências que debilitam a autoestima. Também estudou os acontecimentos passados, em crianças e os fatores que poderiam aumentar ou diminuir o nível de autoestima. Definindo-a como a avaliação que o indivíduo faz e mantém em relação a si próprio. Ou seja, sobre seu aspecto valorativo. (OKAZAKI, 2005)

Fox (1988) caracteriza a autoestima como o indicador atualmente “mais aceito da saúde emocional e do bem estar” de um indivíduo. Segundo este autor, é de fundamental importância trabalhar-se o desenvolvimento do aspecto psicológico da criança através da aquisição da competência física durante a infância, essa forma de atuação do profissional de educação física deve ser bastante enfatizada, pois oferece a possibilidade de seus alunos tornarem-se adultos mais seguros e atuantes na própria sociedade.

Para entender melhor a autoestima e promovê-la aos alunos, deve-se compreender autoconceito. Este é definido por Coll e colaboradores (1996), como os

---

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 20 de junho de 2020

Aluno do **Curso Pós em Fisiologia do Exercício, Biomecânica e Personal Training/**, e-mail: [daianetcabral@gmail.com](mailto:daianetcabral@gmail.com)

Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestre em Comunicação. e-mail: [professorabruna.almeida@gmail.com](mailto:professorabruna.almeida@gmail.com)

---

juízos descritivos e avaliativos sobre si mesmo. O autoconceito é autoconhecimento e engloba operações e esquemas cognitivos: auto percepções, juízos descritivos e avaliativos, memória autobiográfica etc (COLL et al,1996, p.159).

A imagem corporal, segundo Volwein e McConatha (1997) citado por Becker, (1999) “Pode ser vista como a relação entre o corpo de um indivíduo e suas percepções, como crenças, valores e atitudes.” Ou seja, a imagem corporal é vista como uma representação interna, mental, ou auto esquematizada da aparência física de um indivíduo. Becker ainda acrescenta que as pessoas aprendem a avaliar seus corpos através da sua interação com o meio ambiente.

Entendemos por jogos coletivos, aquele que tem a participação de duas ou mais pessoas, sendo esse praticado em sala, quadra ou clubes. Os jogos podem ser cooperativos, competitivos como as modalidades desportivas, jogos de tabuleiro, de mesa ou ainda os recreativos realizados em clubes, Colônia de Férias e hotéis.

Segundo Rosseto Jr. Et Al 2007, os jogos podem ser apresentados para a simples aprendizagem de habilidades necessárias a diversos esportes, porém o maior objetivo do profissional de educação física é abordar os jogos de uma maneira que possa estimular habilidades e competências para solucionar problemas das demandas escolares e cotidianas, vivenciadas no dia-a-dia pelas crianças.

Ao propor as atividades segundo Rosseto Jr, 2007 pg. 24 a 26, é preciso que o profissional de educação física:

- Valorize o esforço pessoal dos alunos, apreciando o bom jogo.
- Evite dinâmicas que possibilitem o constrangimento ou a humilhação.
- O jogo não pode ser nem muito fácil e nem muito difícil, mas desafiador, motivando-os na busca dos pontos.
- O aluno deve se sentir seguro para experimentar e correr o risco de errar.
- Mais importante: Só perder ou só ganhar não tem graça pois, aquele que

---

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 20 de junho de 2020

Aluno do **Curso Pós em Fisiologia do Exercício, Biomecânica e Personal Training/**, e-mail: [daiianetcabral@gmail.com](mailto:daiianetcabral@gmail.com)

Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestre em Comunicação. e-mail: [professorabruna.almeida@gmail.com](mailto:professorabruna.almeida@gmail.com)

---

só ganha não se sente desafiado e aquele que só perde tem sua auto estima comprometida.

O grande avanço da teoria da autoestima foi à aceitação da multidimensionalidade, segundo Harter (1988) citado por BECKER, (1999) os indivíduos, têm diferentes percepções de si, em aspectos isolados de suas vidas. Teoria desenvolvida e confirmada por Harter. Harter e colaboradores verificaram que a autoestima constitui-se de diversos domínios, os quais se diferenciam de acordo com o passar da idade, sendo um destes domínios a competência física percebida.

Rosseto, (2007) que cita Mattos e colaboradores (2004), concluíram em seus estudos que para desenvolver o ser humano de forma integral através do esporte, torna-se necessário às crianças e adolescentes sentirem-se competentes na pratica de atividades física.

---

Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 20 de junho de 2020

Aluno do **Curso Pós em Fisiologia do Exercício, Biomecânica e Personal Training/**, e-mail: [daiianetcabral@gmail.com](mailto:daiianetcabral@gmail.com)

Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestre em Comunicação. e-mail: [professorabruna.almeida@gmail.com](mailto:professorabruna.almeida@gmail.com)

---

## REFERÊNCIAS

BECKER, B. O corpo e a sua implicação na área emocional. **Lecturas: Educación Física y Deportes**. <http://www.efdesportes.com/RevistaDigital>. Ano a nº 3 Buenos Aires, Marzo, 1999.

BUCZEK, M. R. M. Movimento, expressão e criatividade pela educação física. Metodologia ensino fundamental do 1º ao 5º ano. 2ª edição 2010 Editorial Base

COOL, C.; PALACIOS, J; MARCHESI, A. **Desenvolvimento Psicológico e Educação**. v. 2, 1996. p.159, Ed. Artes Médicas.

FOX, K. A. perspectiva da criança na Educação Física - O complexo da autoestima. *British Journal of physical education* v.19 nº 6, 1988. Traduzido por Valdir José Barbanti - **Aptidão Física e Saúde**. São Paulo, v.3, nº 2, p. 21, 1999.

OKAZAKI, F. H. A. **Estudo da Relação da Auto-estima com o estresse pré-competitivo e Performance do atleta de Voleibol Feminino de Alto Rendimento**, 2005. Dissertação (Mestrado em Exercício e Esporte Comportamento Motor). Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2005.

ROSSETO JÚNIOR, A. J.; MATTOS FILHO, M. G. O Esporte sócio-educativo na promoção da auto-estima. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v.5, p. 405-412, 2007.

ROSSETTO JÚNIOR, A.J.; ARDIGÓ JÚNIOR, A.; COSTA, M.C.; D'ANGELO FÁBIO. Jogos Educativos: Estrutura e Organização da Prática. Ed. São Paulo: PhorteEditora, P. 23-25, 2007.