



Barnett, L. M., Morgan, P. J., van Beurden, E., & Beard, J. R. (2008). Perceived sports competence mediates the relationship between childhood motor skill proficiency and adolescent physical activity and fitness: a longitudinal assessment. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5, 40.

Autora do Resumo: Amanda Wirgues

Revisão do Resumo: Aline Silva

A prática regular de atividade física é associada a benefícios, a longo e curto prazo, como a melhora do condicionamento cardiovascular, além de benefícios psicológicos. Por outro lado, sua ausência está relacionada a fatores de risco, como doenças coronarianas e obesidade. Com isso, estudos têm procurado encontrar fatores que podem influenciar e estimular a prática de atividades físicas em crianças e jovens.

A percepção do indivíduo quanto à sua competência física é um componente de percepção física individual e estabelece relação com o comportamento da atividade física ou a proficiência nas habilidades motoras. A competência percebida pode ter papel central na autoestima (composta por diferentes domínios com aspectos psicológicos, sociais, cognitivos e físicos).

O objetivo do trabalho foi investigar, através de técnicas de modelagem de equações estruturais, se a competência esportiva percebida na adolescência é mediadora da relação entre proficiência em habilidades motoras na infância e (a) o tempo gasto em atividades de intensidade moderada a vigorosa (Modelo de Atividade Física) e (b) os níveis de condicionamento cardiorrespiratório na adolescência (Modelo de Condicionamento). Com isso, a intenção foi demonstrar se apenas ser proficiente em habilidades motoras na infância é suficiente para manter jovens ativos e com bons níveis de condicionamento físico, ou se a competência esportiva percebida é um fator que influencia essa relação.

Foram analisadas 276 crianças, selecionadas a partir de um projeto maior contendo 928 crianças. Para identificar a competência percebida, foi utilizado o questionário *Physical Self Perception Profile*; para os níveis de atividade física, o *Adolescent Physical Activity Recall Questionnaire*; e para o condicionamento cardiorrespiratório, o *Multistage Fitness Test*. A técnica de modelação estruturada foi utilizada para determinar o quanto a competência



percebida media o controle de habilidades motoras na infância com a participação em atividades físicas e o nível de condicionamento físico na adolescência.

Os resultados obtidos demonstraram que as crianças com proficiência em habilidades motoras manipulativas na infância demonstravam competência esportiva positiva na adolescência. O Modelo de Atividade Física apresentou que o tempo gasto durante as atividades físicas foram positivamente associados com a competência percebida e à proficiência de habilidades motoras, onde o mesmo comportamento foi observado para o Modelo de Condicionamento Físico. Entretanto, não foi observado associação com habilidades locomotoras e nem associação dos modelos em relação aos sexos. Pareceu ser um bom mediador dentro do modelo desenvolvido. Isto é, a associação entre os modelos de condicionamento e atividade física parece estar diretamente ligada a competência esportiva percebida, do que propriamente o sexo das crianças analisadas.

Os autores concluíram que a competência esportiva percebida na adolescência age como mediadora entre a proficiência de habilidades manipulativas desenvolvidas na infância e a participação em atividade física e bons níveis de condicionamento na adolescência, explicando 18% e 30% de variação, respectivamente. Uma relação direta entre proficiência em habilidades motoras na infância e atividade física e condicionamento na adolescência, explica apenas 8% e 13% de variação, respectivamente. Isso demonstra que a competência esportiva percebida positiva pode ser um fator de grande influência na motivação à participação em atividades físicas na adolescência.

A partir desses resultados, os autores sugerem que uma boa estratégia para manter adolescentes envolvidos na atividade física e com níveis de condicionamento cardiorrespiratório aceitáveis, é desenvolver a competência esportiva percebida durante a infância.

Gostou do assunto do texto? Acesse o link abaixo para saber mais sobre as habilidades motoras básicas...

<https://fulguratio.com/projetos/hmb/>