



## **PARTICIPAÇÃO ESPORTIVA NA INFÂNCIA: CAMINHOS PARA O CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO**

### *SPORTS PARTICIPATION IN CHILDHOOD: PATHWAYS TO GROWTH AND DEVELOPMENT*

DOI: 10.5281/zenodo.17714343



*Cláudio Delunardo Severino<sup>1</sup>*  
*Lucas Vieira do Carmo<sup>2</sup>*

#### **RESUMO**

A prática sistematizada de exercícios físicos e o contato com modalidades esportivas no decorrer da infância representa um significativo contributo para um estilo de vida saudável. O objetivo do presente estudo foi analisar os impactos da prática esportiva no desenvolvimento global da criança. Como procedimento metodológico, empregou-se uma pesquisa bibliográfica de cunho descritivo, desenvolvida a partir da discussão de diversos autores que já abordaram o tema em questão. A partir disso, realizou-se o aporte em pesquisas realizadas por outros autores que abordaram o tema proposto. Para tal, o aporte teórico do estudo foi estabelecido mediante levantamento de artigos nas reconhecidas bases de dados Scielo e Google Scholar. Assim, o estudo se justifica pela abordagem de um tema relevante quanto à importância da saúde mental na infância. Ao explorar como o esporte pode influenciar positivamente o bem-estar mental, o estudo contribui para o debate acerca das abordagens abrangentes para o desenvolvimento infantil. A partir dos resultados alcançados por intermédio do presente estudo, conclui-se com a observação de que a prática esportiva por crianças no ambiente escolar não deve ser encarada como uma simples e mera transmissão de conteúdos específicos de uma determinada modalidade. Além da percepção dos seus benefícios para o desenvolvimento motor, ela necessita de uma intervenção pedagógica que assegure à criança não apenas o desenvolvimento de capacidades psicomotoras, mas também o seu crescimento como uma cidadã crítica e consciente.

---

1 Doutor em Desenvolvimento Humano e Tecnologia;

2 Graduando em Educação Física – Licenciatura.





**Palavras-chave:** Esporte. Infância. Educação física escolar. Prática esportiva

## ABSTRACT

The systematic practice of physical exercise and contact with sports during childhood represents a significant contribution to a healthy lifestyle. The objective of this study was to analyze the impacts of sports practice on the overall development of children. As a methodological procedure, a descriptive bibliographic research was employed, developed from the discussion of various authors who have already addressed the topic in question. From this, research conducted by other authors who addressed the proposed theme was incorporated. To this end, the theoretical framework of the study was established through a survey of articles in the recognized databases Scielo and Google Scholar. Thus, the study is justified by addressing a relevant topic regarding the importance of mental health in childhood. By exploring how sport can positively influence mental well-being, the study contributes to the debate about comprehensive approaches to child development. Based on the results achieved through this study, it is concluded that the practice of sports by children in the school environment should not be seen as a simple and mere transmission of specific content of a particular sport. Beyond recognizing its benefits for motor development, it requires pedagogical intervention that ensures the child not only develops psychomotor skills, but also grows into a critical and conscious citizen.

**Keywords:** Sport. Childhood. School physical education. Sports practice.

## INTRODUÇÃO

Apesar das diversas críticas dirigidas ao processo de ensino e de aprendizagem das modalidades esportivas no âmbito da Educação Física escolar, é importante reconhecer o potencial pedagógico que os esportes coletivos e individuais podem oferecer aos alunos. Nessa perspectiva, as aulas que envolvem essas práticas podem ir além do simples desenvolvimento de habilidades técnicas, promovendo experiências significativas no campo social, histórico e motor.

Para Coelho (2019), a vivência de modalidades esportivas em ambiente escolar pode contribuir de forma expressiva para o fortalecimento do trabalho em equipe, a compreensão da história e da cultura dos esportes. Esses elementos, quando bem conduzidos pedagogicamente, enriquecem o processo educativo e ampliam a formação integral dos alunos.





O esporte representa uma via privilegiada para o desenvolvimento das habilidades motoras e para a inserção do indivíduo em contextos de socialização. Ao compartilhar regras, estratégias e objetivos comuns, o aluno se percebe como parte de um grupo, exercitando a empatia, a cooperação e o respeito às diferenças - aspectos fundamentais para a construção de uma cidadania ativa e consciente.

Dessa forma, ainda que o ensino das modalidades esportivas deva ser constantemente repensado e aprimorado, seu valor educativo não pode ser negligenciado, sobretudo quando inserido em uma proposta pedagógica crítica, inclusiva e comprometida com a formação humana (Coelho, 2019).

A prática sistematizada de exercícios físicos e o contato com modalidades esportivas no decorrer da infância representa um significativo contributo para um estilo de vida saudável e uma memória que acarretará benefícios em decorrência desse hábito, resultando em vários fatores positivos para a saúde (Silva, 2022). Dentre esses benefícios, a mesma autora menciona a prevenção de doenças crônicas, o aumento da autoestima e redução do estresse.

A considerar que um bom percentual de atividades físicas realizadas no decorrer da infância está diretamente associado a prática de modalidades esportivas, até que ponto isso pode contribuir para o desenvolvimento da criança?

O objetivo do presente estudo foi analisar os impactos da prática esportiva no desenvolvimento global da criança no ambiente escolar. A relevância deste trabalho está ancorada na discussão sobre a importância da saúde mental na infância, especialmente em contextos educacionais que buscam promover o bem-estar integral dos alunos. Ao investigar de que maneira a vivência esportiva pode influenciar positivamente o equilíbrio emocional, a socialização, a autoestima e outras dimensões do desenvolvimento infantil, o estudo oferece subsídios valiosos para a construção de práticas pedagógicas mais humanizadas e inclusivas.

Além disso, a pesquisa se justifica por reconhecer a prática esportiva como um direito fundamental de todas as crianças, conforme previsto em legislações nacionais e diretrizes internacionais. Quando inserida de forma consciente e planejada no ambiente escolar, a atividade esportiva pode se constituir como uma ferramenta potente de formação integral,





contribuindo não apenas para o desenvolvimento físico, mas também para aspectos cognitivos, afetivos e sociais, fortalecendo assim a trajetória educacional e pessoal dos sujeitos em fase de crescimento.

## **METODOLOGIA**

A metodologia empregada na construção de um estudo acadêmico, na perspectiva de Santos (2018), é compreendida como um fator determinante para a condução da pesquisa, significando uma etapa do processo que possibilita a obtenção de informações associadas ao objeto de estudo.

Nesse sentido, a presente pesquisa se apoiou em uma revisão bibliográfica de caráter exploratório que apresenta como característica a abordagem de um determinado tema por intermédio de diferentes autores que já o abordaram a partir de outras publicações acadêmicas (Lösch; Rambo; Ferreira, 2023). Para tal, o aporte teórico do estudo foi estabelecido mediante levantamento de artigo nas reconhecidas bases de dados Scielo e Google Scholar.

Isto posto, o presente estudo se caracteriza como bibliográfico por se tratar de uma revisão de pesquisas já realizadas e publicadas acerca do objeto investigado com o intuito de encontrar respostas para os questionamentos apontados. Observa-se que, como recorte, foram utilizados para o desenvolvimento da presente pesquisa apenas os artigos e livros encontrados que foram publicados a partir do ano de 2010.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

### **A prática esportiva**

Inicialmente, destaca-se, conforme o estudo realizado por Borges et al. (2022), a importância de estabelecer a distinção entre os conceitos de atividade física e prática esportiva. A atividade física é compreendida como qualquer movimento corporal produzido por músculos esqueléticos que resulte em gasto energético superior ao nível de repouso. Já a prática esportiva, por sua vez, refere-se à execução sistematizada de modalidades organizadas,





individuais ou coletivas, fundamentadas em princípios como disciplina, capacidade de tomada de decisão e desenvolvimento técnico e físico, com vistas à conquista de objetivos previamente estabelecidos.

De acordo com Silva (2022), a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que crianças realizem, no mínimo, 60 minutos diários de atividades físicas de intensidade moderada a vigorosa, ao menos três vezes por semana. Crianças que não atingem esse nível mínimo de atividade são consideradas sedentárias, o que acende um alerta frente aos riscos à saúde física e mental em curto e longo prazo.

Nesse contexto, o esporte se apresenta, segundo Figueiredo e Neves (2020), como uma via segura e eficaz no combate ao sedentarismo — um dos grandes desafios contemporâneos. A prática esportiva, além de proporcionar benefícios físicos, assume papel relevante no desenvolvimento das capacidades motoras, tornando-se elemento essencial para o crescimento integral da criança. Por essa razão, sua inserção nas práticas escolares deve ser compreendida como componente indispensável para o desenvolvimento físico, cognitivo e social, como defendem Souza et al. (2020).

No que se refere ao ambiente escolar, Hardman e colaboradores (2012) ressaltam a importância da escola como promotora de hábitos saudáveis, sendo a Educação Física o principal meio institucionalizado de estímulo à prática de atividades físicas regulares. Nesse sentido, a vivência esportiva escolar deve ser entendida como um processo formativo contínuo, que se constrói por meio de experiências significativas ao longo da trajetória educacional do aluno.

É justamente na infância que, segundo Figueiredo e Neves (2020), deve-se intensificar o incentivo à prática esportiva. Isso se justifica pelo fato de que, nessa fase da vida, ocorrem os principais marcos do desenvolvimento motor e cognitivo. Os autores ainda destacam que é durante a infância que são consolidados valores, atitudes e comportamentos que moldarão a relação do indivíduo com o esporte e a atividade física ao longo da vida.

Ao ter contato com diferentes modalidades esportivas, é fundamental, conforme Pereira e Dias (2020), considerar a motivação da criança em relação à prática. Essa etapa da





vida é caracterizada por intensas descobertas e experimentações. Assim, o fato de a criança transitar entre diversas modalidades não deve ser encarado como falta de comprometimento, mas como parte natural do processo exploratório, essencial para que ela descubra preferências e habilidades específicas.

O esporte, quando praticado de forma sistematizada, orientada e respeitosa às fases do desenvolvimento, pode constituir-se em um instrumento valioso para o crescimento integral da criança. Entretanto, essa prática exige cautela. A orientação inadequada, o excesso de exigências, a repetição excessiva de atividades ou a cobrança de desempenho desproporcional ao estágio de desenvolvimento motor da criança podem resultar em prejuízos físicos e emocionais. Nesse sentido, o papel do professor é crucial. Cabe-lhe dominar os fundamentos da aprendizagem motora e compreender as peculiaridades do desenvolvimento infantil, a fim de planejar intervenções pedagógicas adequadas (Pereira; Dias, 2020).

Ademais, o professor de Educação Física deve ser consciente de seu papel na promoção de uma prática esportiva saudável e prazerosa, que vá além do rendimento e da competição, visando à formação de hábitos salutar e à valorização da saúde preventiva desde a infância até a vida adulta. Essa perspectiva confere à Educação Física um papel essencial como componente curricular voltado à construção da saúde integral dos indivíduos, com base em princípios científicos e pedagógicos.

Por fim, é fundamental reconhecer a importância do professor de Educação Física no fortalecimento da relação entre a criança, a prática esportiva e a promoção da saúde. Krug, Marchesan e Acosta (2012) enfatizam que esse profissional deve ser compreendido como agente da saúde, responsável por apresentar às crianças os benefícios de um estilo de vida ativo, por meio do conhecimento fundamentado e de práticas que despertem prazer, autonomia e consciência sobre a relevância da atividade física e esportiva na qualidade de vida.





## **A prática esportiva durante a infância e os seus benefícios**

A infância representa um período fundamental do desenvolvimento humano, marcado por significativas transformações nos âmbitos motor, cognitivo, emocional e social. É nessa fase que ocorrem aquisições importantes relacionadas à coordenação motora e às funções cognitivas, fortemente influenciadas por estímulos do ambiente e, sobretudo, pelas experiências vivenciadas no cotidiano. Tais experiências contribuem de maneira decisiva para o aprimoramento dessas capacidades, promovendo o desenvolvimento integral da criança.

Nesse contexto, Melo e colaboradores (2022) ressaltam que a prática esportiva na infância, além de fomentar o desenvolvimento das habilidades motoras, favorece também o aprimoramento de competências cognitivas e psicossociais. Entre essas, destacam-se a responsabilidade, a concentração, a criatividade, as noções de ética e o respeito à autoridade, características fundamentais no processo de socialização promovido pelo esporte. Dessa forma, compreende-se que a prática esportiva não atua apenas sobre aspectos físicos visíveis, mas contribui de forma expressiva para a formação de atitudes, valores e comportamentos, impactando diretamente na maneira como a criança se relaciona com o meio em que está inserida.

Observa-se, portanto, que muitos dos benefícios da prática esportiva na infância vão além do corpo e se manifestam de maneira subjetiva, influenciando positivamente o comportamento, a autoestima e a construção de vínculos sociais. A relação entre o esporte e o desenvolvimento emocional e relacional da criança é, assim, um dos pilares da importância dessa vivência ainda nos primeiros anos de vida.

A esse respeito, Borges e colaboradores (2022) defendem que a prática sistematizada de modalidades esportivas durante a infância está diretamente associada à melhoria de diversos parâmetros de saúde. Entre eles, destacam-se o controle autônomo cardíaco, o aumento da densidade óssea, a prevenção de dores lombares, além da melhora na qualidade do sono e na percepção de qualidade de vida. Além disso, estudos indicam que crianças habituadas à prática esportiva tendem a manter esse comportamento na idade adulta, fase da





vida na qual geralmente se observa uma queda significativa nos níveis de atividade física da população em geral.

Complementando essa visão, Souza e colaboradores (2020) destacam uma série de outros benefícios decorrentes da prática esportiva regular na infância. Entre eles, incluem-se a melhora do funcionamento do sistema articular, o aumento da massa muscular, o equilíbrio nos níveis de colesterol e da frequência cardíaca, a elevação da força e da flexibilidade, além de significativas melhorias na postura corporal. Tais benefícios reforçam a importância de inserir o esporte como prática sistemática desde a infância, não apenas como ferramenta de desenvolvimento motor, mas como componente essencial da promoção da saúde e da formação global da criança.

Melo e colaboradores (2022, p. 5) exaltam ainda que:

“O exercício físico proporciona diminuição no desenvolvimento de diversas [doenças], bem como tende a amenizar as manifestações de doenças, como, por exemplo, diabetes, coronariopatias, osteoporose, câncer, obesidade, hipertensão arterial. Em crianças e adolescentes, um maior nível da prática de exercícios contribui para a melhora do perfil lipídico e metabólico, e a redução da prevalência da obesidade.”

Partindo dessa premissa, observa-se que a promoção da prática esportiva durante a infância — ou a partir dela — pode representar um ponto de partida fundamental para a redução dos índices de sedentarismo na vida adulta e, conseqüentemente, para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos ao longo do tempo. O incentivo à prática esportiva infantil, quando conduzido de forma sistemática e orientada, contribui não apenas para benefícios imediatos à saúde, mas também para a consolidação de hábitos saudáveis que tendem a se manter na fase adulta.

Ao se estabelecer uma conexão entre a prática esportiva e o processo educacional, amplia-se sua relevância, pois, como apontam diversos estudos, o envolvimento com o esporte pode repercutir positivamente no rendimento escolar, na construção de atitudes mais responsáveis e no afastamento de condutas consideradas desviantes no contexto social.





Crianças envolvidas com atividades esportivas tendem a demonstrar maior comprometimento com suas atribuições escolares e a desenvolver um senso mais apurado de responsabilidade. Como destacam Melo e colaboradores (2022, p. 2), “além disso, o esporte, por suas características, pode formar competências e um tipo de disciplina essencial à inclusão dos estudantes em um ambiente de aprendizagem”.

Nesse sentido, torna-se evidente a importância de um trabalho voltado à formação de valores durante o ensino de modalidades esportivas, tanto nos espaços formais — como a escola — quanto em ambientes não formais. Parte-se do pressuposto de que, para que se atinja uma realização pessoal e uma plena integração social, é necessário que a criança seja, antes de tudo, orientada a se tornar um indivíduo ético e moralmente consciente, antes mesmo de qualquer especialização esportiva.

Como bem argumentam Sousa e Venditti Júnior (2009), o professor de Educação Física que atua com o ensino de esportes para crianças deve transcender a mera transmissão de conteúdos técnicos e específicos. Sua atuação deve abarcar uma preocupação pedagógica mais ampla, orientada à formação de cidadãos críticos, conscientes e preparados para a convivência em sociedade. O esporte, nesse contexto, é também uma ferramenta educativa de alto valor formativo.

De forma complementar, Lemos e colaboradores (2023) observaram que a prática esportiva impacta diretamente os aspectos morais, cognitivos e sociais do indivíduo, contribuindo de forma significativa para a construção da personalidade e o desenvolvimento integral ao longo da vida. Ao se analisar a relação da criança com o esporte, percebe-se que seus efeitos extrapolam o ponto de vista da saúde física, alcançando também um campo mais amplo de interações sociais, afetivas e culturais.

Dessa maneira, pode-se afirmar que, a partir do momento em que a criança estabelece uma conexão consistente com a prática esportiva, desenvolve-se paralelamente sua cidadania, seu senso de humanidade e sua personalidade (Figueiredo; Neves, 2020). O esporte, assim, revela-se como uma via não apenas para o fortalecimento físico, mas também como um





catalisador de experiências educativas e transformadoras, capazes de moldar positivamente o percurso de vida das crianças desde os primeiros anos.

## **A prática esportiva e o desenvolvimento motor**

Para Borges e colaboradoras (2024), as atividades motoras são de fundamental importância para o desenvolvimento global da criança. Desde os primeiros anos de vida, a criança utiliza a atividade motriz como ferramenta primordial para reconhecer a si mesma e o mundo ao seu redor, alcançando gradualmente a independência por meio da exploração do corpo em movimento. Essa vivência corporal inicial constitui a base sobre a qual se estruturam os demais aspectos do desenvolvimento humano, sendo, portanto, indispensável ao processo educativo.

A prática de jogos desportivos por crianças não deve se restringir à valorização de resultados em competições ou ao desenvolvimento de habilidades específicas voltadas ao alto rendimento. É fundamental que sejam considerados também os aspectos educacionais decorrentes da prática esportiva, assim como os estímulos que promovem o crescimento físico, fisiológico, motor, cognitivo e afetivo-social. A atividade esportiva, nesse contexto, deve ser compreendida como um instrumento formativo, que transcende a lógica do desempenho e abrange dimensões essenciais ao desenvolvimento integral da criança. Ao vivenciar o esporte de maneira crítica, reflexiva e prazerosa, a criança amplia seu repertório motor e constrói valores fundamentais para a convivência social.

Segundo Gallahue, Ozmun e Goodway (2013, p. 25), o desenvolvimento motor pode ser compreendido como as “[...] alterações progressivas no comportamento motor, que ocorrem no decorrer do ciclo da vida, realizadas pela interação entre as exigências da tarefa, a biologia do indivíduo e as condições do ambiente”. Os mesmos autores destacam ainda que o desenvolvimento motor não está alicerçado unicamente em fatores biológicos ou fisiológicos, mas depende significativamente das experiências e interações estabelecidas pela criança em diferentes contextos ambientais. Essa perspectiva multifatorial ressalta a importância de





considerar o meio social, as oportunidades de movimento e as experiências significativas vivenciadas ao longo da infância.

Coelho (2019) argumenta que o esporte, enquanto conteúdo das aulas de Educação Física no ambiente escolar, deve partir da consideração da realidade concreta dos alunos e da ausência de propostas teórico-práticas adequadas aos seus níveis de desenvolvimento. Assim, a principal finalidade do trabalho com esportes nas aulas escolares deve ser a de contribuir para o avanço das reflexões didático-pedagógicas da área, promovendo práticas educativas significativas que respeitem o estágio de desenvolvimento das crianças, ampliem sua autonomia e proporcionem experiências de construção de sentido, pertencimento e identidade.

O desenvolvimento motor está profundamente entrelaçado ao desenvolvimento cognitivo, uma vez que ambos se constroem a partir de múltiplas influências: o processo de aprendizagem, as experiências sociais, os fatores biogenéticos, o ambiente e as interações socioemocionais, principalmente no contexto familiar e comunitário. Dessa forma, compreende-se que o desenvolvimento motor da criança não ocorre de forma isolada, mas está inserido em um conjunto amplo de vivências que possibilitam a construção de habilidades físicas, emocionais e intelectuais, como afirmam Siqueira e Schmidt (2022). Essa interdependência evidencia o papel do movimento como linguagem, expressão e forma de aprendizado na infância.

Com o passar dos anos, o avanço das tecnologias digitais, associado ao aumento dos índices de violência em diferentes regiões, tem provocado mudanças significativas no estilo de vida infantil. Atividades que antes eram comuns no cotidiano das crianças, como brincar nas ruas ou em espaços abertos, estão se tornando cada vez mais raras. Essas brincadeiras, muitas vezes espontâneas e coletivas, desempenhavam um papel essencial no desenvolvimento motor e cognitivo. Ao correr, saltar, equilibrar-se, lançar e reagir a diferentes estímulos, a criança exercitava inúmeras capacidades motoras, como coordenação, agilidade, força, velocidade e equilíbrio. Ao mesmo tempo, desenvolvia habilidades cognitivas e socioemocionais, como a resolução de problemas, a tomada de decisões, a cooperação, o respeito às regras e a empatia.





Costa (2019) alerta que esse empobrecimento das experiências motoras pode comprometer não apenas o desenvolvimento físico da criança, mas também afetar negativamente sua socialização e o amadurecimento psicológico. Torna-se, portanto, urgente recuperar espaços e práticas que valorizem o movimento, a criatividade e a interação social. É necessário oferecer às crianças experiências corporais ricas e significativas, que respeitem suas fases de desenvolvimento e estimulem seu potencial integral. Tais vivências favorecem não apenas a saúde física, mas também o fortalecimento da autoestima, da segurança emocional e da identidade.

Delvalle e colaboradores (2021) reforçam a importância do brincar ao afirmarem que as atividades lúdicas exercem um papel essencial na infância. Brincando, as crianças aprendem, desenvolvem-se, experimentam, interagem com o mundo ao seu redor e constroem relações fundamentais para o seu processo de conhecimento. A ludicidade, nesse sentido, é uma linguagem universal da infância e deve ser preservada e estimulada nos diversos espaços educativos, inclusive no ambiente escolar.

Ao se considerar que o desenvolvimento motor das crianças deve ocorrer a partir de múltiplos cenários e experiências, a prática esportiva desponta como um campo fértil e altamente significativo, especialmente no ambiente escolar. A vivência de diferentes situações de movimento — jogos, brincadeiras, esportes adaptados e modalidades diversas — contribui para a ampliação do repertório motor e favorece o progresso contínuo das habilidades motoras fundamentais, como correr, saltar, arremessar, equilibrar-se, entre outras (Borges et al., 2024).

As mesmas autoras reforçam que, nesse contexto, é essencial reconhecer a escola como um espaço privilegiado para promover o desenvolvimento motor infantil, uma vez que nela as crianças têm a oportunidade de explorar movimentos de maneira sistemática, segura e orientada. No entanto, torna-se evidente a necessidade de pensar estrategicamente as intervenções realizadas nas aulas de Educação Física, garantindo que elas não se limitem à reprodução de técnicas esportivas, mas que sejam planejadas com intencionalidade pedagógica, respeitando as fases do desenvolvimento e as individualidades dos alunos. A prática pedagógica deve ser sensível, criativa e inclusiva, possibilitando que cada criança





encontre no movimento uma via de expressão, construção de conhecimento e desenvolvimento integral.

O professor, nesse processo, assume um papel central como mediador das experiências corporais. Cabe a ele planejar e aplicar atividades desafiadoras, que estimulem as habilidades motoras já adquiridas, ao mesmo tempo em que promovem a aquisição de novos padrões de movimento. Ao proporcionar situações variadas e progressivas, o docente contribui não apenas para o aprimoramento motor, mas também para o desenvolvimento da autoconfiança, da autonomia e da consciência corporal das crianças. Dessa forma, as aulas de Educação Física escolar extrapolam a dimensão técnica do esporte e assumem uma função educativa mais ampla, integrando corpo, mente e emoção no processo formativo de sujeitos mais críticos, ativos e saudáveis.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática esportiva durante a infância revela-se como uma ferramenta essencial no processo de desenvolvimento integral da criança, perpassando dimensões físicas, cognitivas, emocionais, sociais e morais. O conjunto de evidências apresentado ao longo deste trabalho demonstra que o esporte não deve ser entendido apenas como uma forma de movimento ou competição, mas como um importante recurso educacional e formativo, capaz de transformar realidades e promover saúde, bem-estar e cidadania desde os primeiros anos de vida.

A distinção conceitual entre atividade física e prática esportiva, aliada às recomendações de instituições como a Organização Mundial da Saúde, reforça a urgência em combater o sedentarismo infantil por meio de estratégias sistemáticas e pedagogicamente orientadas. Nesse contexto, o papel da escola, especialmente da Educação Física escolar, assume protagonismo, ao promover experiências significativas e ao fomentar, de maneira intencional, valores e atitudes que extrapolam o espaço físico da quadra ou do campo.

O esporte, quando bem conduzido, amplia a percepção de mundo da criança, fortalece sua autoestima, potencializa a socialização e colabora para o desenvolvimento de





competências que serão determinantes em sua trajetória escolar e pessoal. A vivência de diferentes modalidades esportivas favorece a descoberta de talentos, preferências e limites, sendo, portanto, uma etapa imprescindível para a construção de uma relação saudável e prazerosa com o movimento e com o próprio corpo.

Contudo, é preciso compreender que os benefícios da prática esportiva não se concretizam de forma automática. Eles dependem da mediação consciente, crítica e afetiva de professores comprometidos com os fundamentos do desenvolvimento infantil e com os princípios de uma Educação Física humanizada e inclusiva. A prática pedagógica deve respeitar as fases do desenvolvimento motor e cognitivo, evitando práticas precoces, punitivas ou centradas exclusivamente no desempenho. É necessário priorizar o prazer pela prática, a formação de vínculos sociais, o exercício da empatia e o cultivo da ética no esporte.

Além disso, o incentivo ao esporte infantil deve ser visto como uma política de promoção da saúde pública, com impactos que podem se estender para a vida adulta. O desenvolvimento de hábitos ativos desde a infância contribui não apenas para a prevenção de doenças crônicas, mas também para a melhoria da qualidade de vida e da convivência social.

Assim, investir em práticas esportivas na infância significa investir no presente e no futuro. Significa formar crianças mais saudáveis, mais conscientes, mais respeitadas e mais preparadas para os desafios da vida. Cabe ao professor de Educação Física, às instituições educacionais e à sociedade em geral assumirem esse compromisso com responsabilidade e sensibilidade, reconhecendo no esporte um potente aliado na formação de sujeitos plenos, críticos e socialmente engajados.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORGES, I. L. G. R. et al. A importância do desenvolvimento motor nas séries iniciais da idade escolar: uma proposta de intervenção com esportes radicais adaptados. **Cuadernos de educación y desarrollo**, v.16, n.5, p. 01-13, 2024.





COELHO, E. S. R. **Contribuições dos esportes coletivos para o desenvolvimento motor e social de alunos do ensino fundamental II.** 2019. Miracema do Tocantins - TO: Universidade Federal do Tocantins, Trabalho de Conclusão de Curso, Curso de Graduação em Educação Física, 2019.

COSTA, R. M. **O impacto da tecnologia nas brincadeiras de criança do ensino fundamental.** 2019. Vitória – ES: Universidade Federal do Espírito Santo, Trabalho de Conclusão de Curso, Curso de Educação Física, Licenciatura, 2019.

DELVALLE, E. C. et al. Desenvolvimento motor na educação infantil através da ludicidade. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação.** São Paulo, v.7, n.6, p. 1265-1277, jun. 2021.

FIGUEIREDO, M. F. A. F; NEVES, A. R. S. A influência do método de ensino do esporte no desenvolvimento de crianças. Disponível em:  
<chrome-extension://efaidnbmninnbpcjpcglclefindmkaj/http://revista.universo.edu.br/index.php?journal=3universobelohorizonte3&page=article&op=viewFile&path%5B%5D=13048&path%5B%5D=7795>. Acesso em: 15 julho 2024.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; GOODWAY, J. D. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Porto Alegre: AMGH, 2013.

HARDMAN, C. M. *et al.* Participação nas aulas de educação física e indicadores de atitudes relacionadas à atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 623-631, out./dez., 2013.

KRUG, R. R; MARCHESAN, M; ACOSTA, M. A. A contribuição da educação física escolar para um estilo de vida ativo. **Revista Linhas**, Florianópolis, v. 13, n. 2, p. 200-214, jul./dez. 2012.

LEMOS, D. C *et al.* Impactos do treinamento especializado precoce: um estudo de revisão. In: CONGRESSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 15, 2023, Volta Redonda. **Anais** Centro Universitário de Volta Redonda, 2023.

LÖSCH, S; RAMBO, C. A; FERREIRA, J. L. A pesquisa exploratória na abordagem qualitativa em educação. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara,

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v.3.n.5. out/nov/dez. 2025 - ISSN 2965-2634**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)**



# REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634



v. 18, n. 00, p. 1-18, 2023. Disponível em:

<https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/17958/17247>. Acesso em: 10 abril 2024.

MELO, L. B. S. *et al.* O esporte como auxílio à educação: análise do Projeto Vilas Olímpicas e Escolas (VIES). **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, São Paulo, v. 44, p. 1-8, 2022  
PEREIRA, F. K; DIAS, N. A importância das atividades lúdicas na iniciação esportiva. **Caderno Intersaberes**, Curitiba, v. 9 n. 17, p. 52-58, 2020.

SANTOS, Bruno Freitas. Esporte no contexto escolar: esporte e escola. **Revista Brasileira do Esporte Coletivo**, Vitória de Santo Antão-PE, v. 2, n. 2, p. 4-16. 2018.

SILVA, G. C. R. Relação da prática de atividade física na infância e adolescência com diferentes intensidades e parâmetros cardiovasculares na vida adulta. Presidente Prudente – SP: Universidade Estadual Paulista, 2022, Dissertação, Programa de Pós -Graduação em Ciências do Movimento – Interunidades, área de concentração em Biodinâmica do Movimento.

SIQUEIRA, V. A.; SCHMIDT, A. **O esporte karatê para a melhoria do desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo social e das capacidades motoras de crianças e adolescentes.** 2022. Goiânia – GO: Universidade Federal de Goiás, Trabalho de Conclusão de Curso, Curso de Educação Física, Bacharelado, 2022.

SOUSA, M. A; VENDITTI JUNIOR, R. Iniciação esportiva no Programa Segundo Tempo: perspectivas teóricas, reflexões e proposta metodológica para os fundamentos do Basquetebol. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 10, n. 14, 2009.

SOUZA, W. S. *et al.* Função executiva, coordenação motora e composição corporal, na infância: o papel da prática esportiva. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, 2020.

*Recebido em: 21/09/2025*

*Aprovado em: 23/10/2025*

*Publicado em: 25/11/2025*

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v.3.n.5. out/nov/dez. 2025 - ISSN 2965-2634

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)**

