



## RELATO PROFISSIONAL

### MINI ESPORTES

Alessandro Moroni Barbosa Rocha<sup>1</sup>  
Bianca Assunção de Lima<sup>2</sup>  
Matheus Henrique Sutil<sup>3</sup>  
João Henrique Cassiano<sup>4</sup>  
João Otávio<sup>5</sup>  
Gustavo Rodrigues<sup>6</sup>  
Nicholas Antônio Santos Ladika<sup>7</sup>

**Resumo:** Este artigo tem como objetivo mostrar a vivência dos acadêmicos no desenvolvimento de uma aula para o Projeto Integrador I, buscando solucionar o problema em questão. Um dos temas trabalhados foi o mini esporte, visando vivenciar e adaptar modalidades esportivas para espaços reduzidos e com materiais acessíveis. A turma foi dividida em grupos, e cada um ficou responsável por planejar, adaptar e apresentar um mini esporte na quadra da faculdade. Foram trabalhadas as seguintes modalidades: mini futsal, mini vôlei, mini basquete, mini handebol, mini tênis e o mini ping vôlei. Cada uma foi adaptada conforme as necessidades do espaço, com foco na ludicidade, inclusão e no desenvolvimento motor. O Grupo 3, ao qual pertencemos, ficou responsável pelo Mini Ping Vôlei, uma variação que mistura elementos do vôlei e do tênis de mesa, onde a bola é passada com as mãos por cima de uma rede baixa, em uma superfície delimitada. A proposta exigiu criatividade para adaptar o jogo e colaboração entre os colegas. A experiência foi enriquecedora, proporcionando uma compreensão prática sobre a importância dos minis esportes no contexto escolar e recreativo. Reforçou, ainda, o trabalho em equipe, a adaptação de materiais e o protagonismo dos alunos no processo de ensino-aprendizagem.

**Palavras-chave:** Adaptação; Criatividade; Ensino-Aprendizagem.

---

<sup>1</sup> Professor de Ed. Física, pela UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[prof.alessandromoroni@gmail.com.br](mailto:prof.alessandromoroni@gmail.com.br).

<sup>2</sup> Graduando do curso de Ed. Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[biancassuncaolima@gmail.com.br](mailto:biancassuncaolima@gmail.com.br).

<sup>3</sup> Graduando do curso de Ed. Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[mathenriquesutil@gmail.com.br](mailto:mathenriquesutil@gmail.com.br).

<sup>4</sup> Graduando do curso de Ed. Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[cassiano02henrique@gmail.com.br](mailto:cassiano02henrique@gmail.com.br).

<sup>5</sup> Graduando do curso de Ed. Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[nicholasladika04@gmail.com.br](mailto:nicholasladika04@gmail.com.br).

<sup>6</sup> Graduando do curso de Ed. Física da UNIFATEB, campus Telêmaco Borba – e-mail:  
[jonascimento@gmail.com.br](mailto:jonascimento@gmail.com.br).



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



**Abstract:** This article aims to share the students' experience developing a class for Integrative Project I, seeking to solve the problem at hand. One of the topics covered was mini-sports, aiming to experience and adapt sports modalities for reduced spaces and with accessible materials. The class was divided into groups, and each was responsible for planning, adapting, and presenting a mini-sport on the college's court. The following modalities were worked on: mini-futsal, mini-volleyball, mini-basketball, mini-handball, mini-tennis, and mini-ping-pong. Each was adapted according to the needs of the space, focusing on playfulness, inclusion, and motor development. Group 3, to which we belong, was responsible for Mini-Ping-Pong Volleyball, a variation that combines elements of volleyball and table tennis, where the ball is passed with the hands over a low net on a delimited surface. The proposal required creativity to adapt the game and collaboration among classmates. The experience was enriching, providing a practical understanding of the importance of mini-sports in both school and recreational settings. It also reinforced teamwork, material adaptation, and student engagement in the teaching-learning process.

**Key-words:** Adaptation; Creativity; Teaching-Learning.

## 1. INTRODUÇÃO

Este artigo apresenta um relato de experiência desenvolvido na graduação em Educação Física, no qual os minis esportes se consolidaram como uma abordagem pedagógica inovadora e inclusiva. Derivadas de modalidades esportivas tradicionais, essas práticas são adaptadas para espaços reduzidos, com regras simplificadas e materiais acessíveis, favorecendo a participação significativa e o desenvolvimento motor, cognitivo e social dos praticantes. No âmbito do Projeto Integrador I, os acadêmicos foram desafiados a planejar, adaptar e vivenciar versões reduzidas de diferentes modalidades, como mini futsal, mini vôlei e mini ping vôlei. O Grupo 3 foi responsável pela criação do Mini Ping Vôlei, modalidade que combinou elementos do vôlei e do tênis de mesa, implementada por meio de adaptações no espaço físico, nas regras e nos equipamentos. Essa vivência possibilitou a aplicação de conhecimentos teóricos, a elaboração de estratégias de ensino inclusivas e o estímulo à cooperação, à criatividade e ao protagonismo discente. A escolha do tema justifica-se por sua relevância na formação docente, ao promover práticas acessíveis e criativas que fortalecem o papel da Educação Física na promoção da saúde, da cidadania e do desenvolvimento integral.

**Objetivo geral:** Relatar e refletir sobre a vivência acadêmica no desenvolvimento e aplicação dos minis esportes no Projeto Integrador I, com ênfase nas adaptações pedagógicas, motoras e sociais.

**Objetivos específicos:**



- Descrever o processo de criação e adaptação do Mini Ping Vôlei;
- Refletir sobre os minis esportes como recurso metodológico na formação docente;
- Evidenciar a contribuição do trabalho em equipe e do caráter recreativo para o aprendizado coletivo.

## 2. DESENVOLVIMENTO

As aulas relatadas foram realizadas por cinco acadêmicos do curso de Educação Física, no contexto do Projeto Integrador I, durante o primeiro semestre letivo. A proposta inseria-se na disciplina prática, com o objetivo de planejar, adaptar e aplicar mini esportes em um ambiente controlado, de forma a promover vivências corporais dinâmicas e acessíveis para todos os participantes. Para o contexto da aplicação, a turma foi dividida em grupos, sendo que cada grupo ficou responsável por uma modalidade diferente. Essa divisão possibilitou que cada equipe explorasse de forma criativa a adaptação de um esporte tradicional, considerando as características do espaço, a disponibilidade de materiais e o perfil dos jogadores. Assim, foram trabalhados: mini futsal, mini vôlei, mini basquete, mini handebol, mini futsal, mini tênis, e o mini ping vôlei. Segundo Greco e Benda (1998), a adaptação de modalidades esportivas contribui para a democratização do acesso às práticas corporais, pois permite ajustar o jogo às condições reais de cada contexto, favorecendo tanto o aprendizado técnico quanto a participação social. Ainda conforme Paes e Balbino (2005), atividades dessa natureza estimulam a criatividade, a inclusão e a vivência coletiva, fortalecendo laços sociais e proporcionando benefícios à saúde física e mental. A principal intenção dessa proposta foi aproximar os acadêmicos da prática pedagógica, permitindo que vivenciassem o papel de organizadores, mediadores e avaliadores de atividades físicas. Além disso, o projeto buscou ressaltar a relevância do esporte adaptado como ferramenta de inclusão e bem-estar para a comunidade, com destaque para a cidade de Telêmaco Borba.

Telêmaco Borba, como outros municípios de médio porte, apresenta desafios relacionados ao acesso a práticas esportivas regulares para diferentes faixas etárias. Iniciativas como esta contribuem diretamente para a qualidade de vida da população, pois, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018), a atividade física regular reduz riscos de doenças crônicas, melhora a saúde mental e fortalece a interação social. Ao vivenciar e compreender essas adaptações, futuros profissionais podem replicar e ampliar essas propostas para contextos comunitários, escolares e recreativos da cidade.



Figura 1 – Foto dos participantes nos esportes.



Fonte: Centro Universitário UNIFATEB (2025).

## 2.1. METODOLOGIA

O presente trabalho surgiu a partir de uma proposta inicial discutida entre os cinco acadêmicos integrantes do grupo, durante uma reunião de planejamento. A ideia central foi desenvolver uma aula prática e dinâmica, que englobasse diferentes atividades recreativas e adaptadas, proporcionando vivência esportiva de forma inclusiva e participativa. Para viabilizar a execução, foram definidos previamente os materiais e o método de montagem do espaço. No caso do Mini Ping Vôlei, optou-se pelo uso de uma rede baixa, instalada de forma adaptada na quadra poliesportiva da instituição, e de uma bola de vôlei, escolhida por ser leve e de fácil manuseio. O espaço de jogo foi delimitado de forma a simular um campo reduzido, favorecendo a agilidade e a interação entre os participantes. Durante a aplicação, os acadêmicos assumiram o papel de árbitros e observadores, garantindo a organização, o cumprimento das regras e analisando a participação dos jogadores. Essa estratégia permitiu manter a ordem da atividade e, ao mesmo tempo, obter informações relevantes para a avaliação da proposta.

### 2. 1.1. MATERIAS E APLICAÇÃO DA AULA

Para a montagem dos esportes, foi utilizado alguns matérias, utilizou-se rede baixa adaptada na quadra poliesportiva, bola de vôlei, marcação no chão para delimitar o espaço de jogo, apitos para arbitragem, prancheta e caneta para anotações e observações. No momento inicial, realizou-se uma breve apresentação da modalidade, explicando sua origem adaptada e destacando os objetivos principais: promover a inclusão, estimular a interação social, desenvolver habilidades motoras



# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



básicas e proporcionar momentos de lazer e descontração. Em seguida, foi feita uma explicação clara e objetiva das regras, enfatizando que o jogo consistia em passar a bola por cima da rede com as mãos, respeitando o espaço do adversário e buscando manter a bola em jogo o maior tempo possível. Os participantes foram organizados em equipes equilibradas, considerando a diversidade de habilidades presentes, para garantir um jogo justo e participativo. O sistema de rodízio foi adotado, permitindo que todos pudessem experimentar diferentes funções dentro da partida, como saque, defesa e ataque. Durante a execução, os acadêmicos do grupo permaneceram em função de árbitros e observadores. Como árbitros, zelaram pelo cumprimento das regras, controlaram o tempo das partidas e asseguraram que o ambiente se mantivesse amigável e colaborativo. Como observadores, anotaram informações importantes sobre a dinâmica do jogo, como engajamento, comunicação entre os participantes, criatividade nas jogadas e adaptação às regras. Além disso, foi percebida uma participação ativa de todos os envolvidos, com momentos de descontração e incentivo mútuo entre os jogadores, reforçando o caráter lúdico e inclusivo da proposta. Ao término das partidas, foi realizado um momento de socialização, onde cada participante pôde expressar sua percepção sobre a atividade, destacando os pontos positivos e sugerindo melhorias.

## 2.1.2. RESULTADOS E ANÁLISES DAS AULAS

A realização da atividade de Mini Ping Vôlei permitiu identificar resultados expressivos, tanto no engajamento dos participantes quanto na qualidade da interação social e motora. A adaptação das regras e do espaço tornou a prática acessível, permitindo que todos os presentes pudessem jogar sem restrições de habilidade técnica. O ambiente gerado foi de descontração, mas com momentos de competitividade saudável, o que manteve o grupo motivado durante toda a aula. Durante a execução, foi perceptível o desenvolvimento de estratégias simples de jogo, como posicionamento adequado e antecipação de movimentos, indicando que mesmo uma prática recreativa pode estimular o raciocínio rápido e a coordenação motora fina. As equipes demonstraram evolução no entrosamento, evidenciando que a proposta também favoreceu a comunicação e o trabalho coletivo.

Este é o nosso gráfico, resultado de uma pesquisa realizada com alguns dos colegas da sala. A pergunta foi simples: qual mini esporte você mais gostou de praticar? Cada voto foi contabilizado e, assim, conseguimos visualizar de forma clara a preferência da turma.

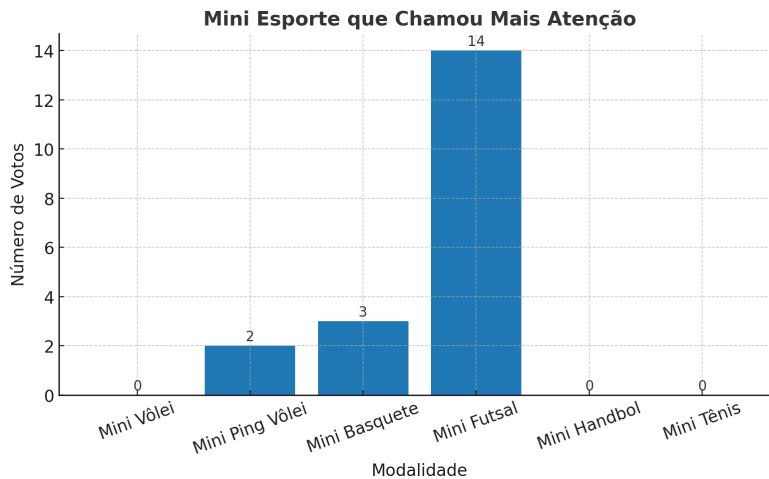


# EPIC 2025

XII ENCONTRO DE PESQUISA, XVI ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E  
II ENCONTRO DE ENSINO E EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



Gráfico 1 – Pesquisa com a turma sobre a preferência de votos em relação aos minis esportes.



Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Observou-se que a prática do mini esporte promoveu impacto positivo no bem-estar imediato dos participantes, evidenciado por satisfação, risos e interação espontânea, fortalecendo vínculos sociais e criando um sentimento de pertencimento. Em contextos como Telêmaco Borba, atividades físicas comunitárias contribuem para a saúde e qualidade de vida, tornando experiências como essa relevantes para incentivar hábitos ativos e o convívio social. A atuação dos acadêmicos como árbitros permitiu a análise de aspectos técnicos e organizacionais, demonstrando que a simplicidade dos materiais — rede baixa e bola de voleibol — favoreceu a criatividade e a adaptação do jogo. Assim, a atividade mostrou-se viável, de baixo custo e eficaz no desenvolvimento pedagógico e social, promovendo lazer, prática esportiva e valorização do convívio coletivo.

## 5. AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao professor Alessandro pela orientação, dedicação e incentivo durante o desenvolvimento deste trabalho, bem como ao Centro Universitário UNIFATEB pela infraestrutura e apoio institucional disponibilizados. Manifestamos, ainda, nossa gratidão aos colegas de curso, em especial aos integrantes do grupo, pelo comprometimento e colaboração, assim como a todos que contribuíram para a realização deste projeto.



## REFERÊNCIAS

GRECO, P. J.; BENDA, R. **Iniciação esportiva universal: teoria e prática**. Belo Horizonte: UFMG, 1998. Acesso em: 29 jul.2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Estratégia Global sobre Dieta, Atividade Física e Saúde**. 2018. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/4-6-2018-oms-lanca-plano-acao-global-sobre-atividade-fisica-para-reduzir-comportamento.br>. Acesso em: 29 jul.2025.

PAES, R. R.; BALBINO, H. F. **Educação física escolar: mini esporte e iniciação esportiva**. Jundiaí: Fontoura, 2005. Acesso em 29 jul. 2025

DE BORTOLI, R.; VAZ, A. F. A Pedagogia do Esporte e o Ensino da Educação Física Escolar. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 20, n. 1, p. 119-126, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/mov/a/6dNqF6fxTsCFXD6K4TBmfRN/?lang=pt&format=pdf.br>. Acesso em: 15 jul. 2025.

SOUZA, T. M.; BRACHT, V. **Educação Física e a iniciação esportiva**. In: BRACHT, V. (Org.). **Educação Física e ciência**. Campinas: Papyrus, 2003. p. 119-142. Acesso em 11 ago. 2025.

DA CUNHA POL, D. O. et al. Trampolim acrobático: um pouco de história e de competição. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 14, n. 98, 2006. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd98/tramp.htm>. Acesso em: 24 set. 2025. Acesso em 31 jul.2025.