

SUBMISSÃO / RESUMO-EDITAIS (PROPEGI/PROEC/PROGRAD) -
TRABALHOS LOCAIS - PESQUISA

**A INFLUÊNCIA DAS DIFERENÇAS DE GÊNERO NO DESENVOLVIMENTO
MOTOR E PSICOLÓGICO EM EQUIPES DE VOLEIBOL DE BASE: UMA
ANÁLISE DO PROJETO NOSSO VOLÊI.**

Sthefany Moraes Do Nascimento (sthefany.moraesn@upe.br)

O presente trabalho analisa os impactos da separação por gênero e faixa etária nos treinos do projeto Nosso Vôlei, considerando fatores biológicos, fisiológicos e sociais que influenciam a prática esportiva. A prática do voleibol de base exige atenção às diferenças fisiológicas, anatômicas, físicas e sociais que marcam o desenvolvimento de meninos e meninas durante a adolescência. A presente reflexão busca discutir os benefícios da separação dos sexos nos treinos, destacando como tal estratégia contribui para o equilíbrio das cargas de treino, a segurança dos praticantes e a melhora da aprendizagem motora. Do ponto de vista fisiológico e anatômico, meninos tendem a apresentar maior ganho de massa muscular e potência em função da testosterona, enquanto meninas, que atingem maturação mais precoce, se destacam em flexibilidade, coordenação e resistência submáxima, embora apresentem maior risco de lesões articulares. Fisicamente, a divisão permite direcionar estímulos adequados ao estágio maturacional de cada grupo, favorecendo tanto o desenvolvimento da força e

potência nos meninos quanto o fortalecimento e a agilidade nas meninas. Já nos aspectos sociais, a separação promove maior inclusão, evita comparações desmotivadoras e cria ambientes mais equilibrados para o aprendizado técnico e coletivo. Conclui-se que respeitar tais diferenças na iniciação esportiva fortalece não apenas o desempenho, mas também a permanência e a motivação dos jovens atletas no esporte, contribuindo para uma formação mais segura, equitativa e eficaz.

Palavras-chave: voleibol; iniciação esportiva; gênero; desenvolvimento motor; adolescência.