



Esportes coletivos na iniciação esportiva: interface do desenvolvimento motor e social no futebol: Um relato de experiência

Collective Sports in Sports Initiation: The Interface of Motor and Social Development in Football

Recebido: 21/11/2025 | Aceito: 28/11/2025 | Publicado: 05/01/2026
DOI: 00.000.0000/000

Fernanda de Andrade Firmo¹, Ivanilson Ferreira da Costa¹, Lília Maria Benaion Garcia¹, Lucas Ferreira dos Santos¹, M. Katiana de S. Gonzaga¹, Alex Ribeiro Maia¹, Maria Regiane Ferreira da Silva², Joaquim Albuquerque Viana², Alessandra Bárbara César de Freitas Boaventura², Davy da Silva Mendes², Gleiser Barroso Barbosa²

¹Acadêmico do Curso de Educação Física – UniNorte

²Docente do Curso de Educação Física – UniNorte

Resumo

O presente trabalho apresenta as atividades desenvolvidas no projeto de extensão com adolescentes de 12 a 14 anos, realizadas em campo sintético e voltadas para o ensino do futebol como ferramenta de desenvolvimento motor, tático e social. As intervenções foram planejadas considerando as características dessa faixa etária, que já demonstra maior maturidade para compreender tarefas complexas e participar de situações de jogo com maior exigência técnica. As aulas incluíram exercícios de coordenação, velocidade, condução sob pressão, passes em diferentes direções, finalizações variadas e introdução de princípios táticos fundamentais, como ocupação de espaço, linhas de passe, apoio e cobertura defensiva. A metodologia aplicada priorizou o ensino por meio do jogo, jogos reduzidos, desafios técnico-táticos e circuitos funcionais, favorecendo a participação ativa e o pensamento crítico dos adolescentes. Também foram utilizados exercícios que estimularam leitura de jogo, comunicação constante e tomada de decisão rápida, aspectos essenciais nessa fase de iniciação esportiva. Observou-se evolução significativa na disciplina, cooperação, autonomia e responsabilidade coletiva dos participantes, além de melhorias no comportamento durante as atividades e nas relações interpessoais. O projeto contribuiu não apenas para o desenvolvimento integral dos adolescentes, mas também para a formação prática da discente, ampliando sua compreensão pedagógica e metodológica sobre o ensino do futebol. Conclui-se que as ações realizadas impactaram positivamente o desempenho motor, tático e socioafetivo dos participantes.

Palavras-chaves: Futebol; Iniciação esportiva; Desenvolvimento motor; Desenvolvimento social; Esportes coletivos.

Abstract

This work presents the activities carried out in the extension project with adolescents aged 12 to 14, conducted on artificial turf and aimed at teaching soccer as a tool for motor, tactical, and social development. The interventions were planned considering the characteristics of this age group, which already shows greater maturity to understand complex tasks and participate in game situations with higher technical demands. The classes included coordination exercises, speed work, ball control under pressure, passes in different directions, varied finishing, and the introduction of fundamental tactical principles such as space occupation, passing lanes, support, and defensive coverage. The applied methodology prioritized teaching through play, small-sided games, technical-tactical challenges, and functional circuits, favoring active participation and critical thinking among the adolescents. Exercises that stimulated game reading and constant communication were also used and quick decision-making, essential aspects in this phase of sports initiation. Significant improvements were observed in the participants discipline, cooperation, autonomy, and collective responsibility, as well as enhancements in behavior during activities and in interpersonal relationships. The project contributed not only to the comprehensive development of the adolescents but also to the practical training of the student teacher, broadening her pedagogical and methodological understanding of football teaching. It is concluded that the actions carried out had a positive impact on the participants motor, tactical, and socio-emotional performance.

Keywords: Soccer; Sports initiation; Motor development; Social development; Team sports.

1. Introdução

A iniciação esportiva é um período decisivo no processo de desenvolvimento integral de crianças e adolescentes, pois possibilita a vivência de diferentes modalidades que contribuem tanto para a formação motora quanto para a construção de valores sociais. Nesse contexto, os esportes coletivos ocupam lugar de destaque por favorecerem a cooperação, a comunicação, a disciplina e o respeito às regras, além de estimularem o desenvolvimento de habilidades motoras básicas e específicas (SILVA: REIS, 2019). Entre essas modalidades, o futebol assume papel central devido à sua popularidade e forte inserção cultural no Brasil.

Do ponto de vista motor, a prática do futebol oferece variadas oportunidades de aprimoramento de capacidades físicas, como agilidade, coordenação, resistência e força. Na iniciação esportiva, a modalidade deve priorizar a ludicidade e a diversidade de movimentos, evitando a especialização precoce e favorecendo a aquisição de padrões motores fundamentais (GALLATI; FREIRE, 2020). Assim o futebol se apresenta como um meio eficaz para promover não apenas o desempenho físico, mas também a saúde pelo prazer do movimento.

Além dos benefícios motores, o futebol desempenha um papel social significativo ao proporcionar situações de convivência, resolução de conflitos e cooperação. A vivência coletiva exige dos praticantes o desenvolvimento de competências socioemocionais, como empatia, respeito e solidariedade, fundamentais para a formação cidadã e para a integração dos jovens no ambiente escolar e comunitário (ALMEIDA; SOUZA, 2021).

Outro aspecto relevante é que os esportes coletivos, especialmente o futebol, favorecem a criação de ambientes inclusivos, nos quais crianças e adolescentes de diferentes realidades podem interagir e aprender juntos. Essa característica amplia o impacto social da modalidade, transformando o futebol em uma ferramenta pedagógica que promove igualdade, respeito à diversidade e inclusão (MORAES; LIMA, 2022). Dessa forma, a iniciação esportiva se torna um espaço democrático e acessível.

A iniciação esportiva deve ser compreendida como um processo pedagógico que integra desenvolvimento motor e social, alinhado às diretrizes educacionais que valorizam a formação integral dos estudantes. Nesse contexto, o papel do professor ou treinador é essencial, pois sua mediação influencia tanto o aprendizado técnico quanto a experiência social dos jovens. A utilização de metodologias participativas e de jogos adaptados potencializa os benefícios da prática (NUNES; PEREIRA, 2018).

Diante disso, o tema Esportes Coletivos na Iniciação Esportiva: Interface do Desenvolvimento Motor e Social no Futebol se mostra relevante ao evidenciar a modalidade como um espaço privilegiado de aprendizagem e formação integral. Ao contemplar simultaneamente o desenvolvimento motor e social, o futebol ultrapassa sua dimensão competitiva e assume caráter educativo e formativo, contribuindo para a construção de sujeitos mais ativos, saudáveis e socialmente responsáveis.

2. Metodologia

A metodologia adotada neste projeto de extensão em futebol de campo foi fundamentada em princípios pedagógicos da iniciação esportiva, priorizando o desenvolvimento motor, social e técnico dos adolescentes. As atividades foram realizadas no Centro Esportivo da Compensa (CDC), em parceria com o Esporte Clube Tarumã – categoria Sub-14, utilizando uma abordagem prática e interativa que buscou proporcionar experiências significativas por meio do esporte. Inicialmente, foi feita uma apresentação geral do projeto, apresentando seus objetivos, normas de segurança e a importância dos esportes coletivos no processo de formação dos participantes, garantindo que todos compreendessem a proposta e se sentissem integrados ao processo. Em seguida, foram aplicadas atividades práticas de forma contínua, com sessões compostas por aquecimento, exercícios técnicos, circuitos motores e jogos reduzidos, elementos essenciais para estimular a coordenação, a agilidade, a percepção espacial e o entendimento tático básico do futebol. Todas as atividades foram planejadas com caráter lúdico e participativo, respeitando as características da faixa etária e priorizando a inclusão, a cooperação e o respeito às regras. Os materiais utilizados incluíram bolas, cones, coletes, cordas, pranchetas e planilhas de registro, possibilitando uma organização eficiente das práticas. Ao final do processo, os participantes receberam certificados como forma de reconhecimento da participação e engajamento, reforçando o papel formativo e social do projeto.

3. Resultados e Discussões

Espera-se que este projeto contribua de forma significativa para a formação profissional da equipe executora, composta por acadêmicos e docentes de Educação Física, ao proporcionar experiências práticas em planejamento, organização e condução de

atividades esportivas no contexto comunitário. A vivência direta com o público-alvo possibilitará o desenvolvimento de competências pedagógicas, de gestão de grupos e de mediação social, fortalecendo a articulação entre teoria e prática e ampliando a formação cidadã dos futuros profissionais.

Para os adolescentes participantes, o projeto deverá promover o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais e específicas do futebol, como coordenação, equilíbrio, agilidade, resistência e percepção espacial. Essas competências são essenciais na fase da iniciação esportiva, contribuindo para a formação de uma base sólida que poderá ser utilizada em diferentes práticas corporais, além do futebol.

Além do aspecto motor, espera-se que o projeto potencialize a socialização e a convivência coletiva, uma vez que o futebol, como esporte coletivo, exige cooperação, comunicação, respeito às regras e disciplina. A vivência dessas situações no ambiente esportivo poderá refletir positivamente na vida escolar e familiar dos adolescentes, fortalecendo valores como solidariedade, respeito à diversidade e espírito de equipe.

Outro resultado esperado é a compreensão dos fundamentos do futebol, indo além da prática recreativa e oferecendo aos jovens noções básicas sobre regras, táticas, posicionamento e técnicas da modalidade. Esse aprendizado possibilitará uma vivência mais consciente e educativa do esporte, reduzindo a ênfase apenas na competição e valorizando o caráter formativo e inclusivo da prática esportiva.

No âmbito da saúde, o projeto busca estimular a adoção de hábitos saudáveis, incentivando a prática regular de atividades físicas como estratégia para prevenção do sedentarismo e promoção do bem-estar físico e emocional. A prática orientada do futebol contribuirá para a melhoria da aptidão física geral, para o aumento da autoestima e para o fortalecimento das relações sociais, aspectos fundamentais na adolescência.

Por fim, espera-se que o projeto contribua para a integração social dos participantes, fortalecendo o vínculo entre escola, universidade e comunidade. Ao criar um espaço de convivência, aprendizado e lazer saudável, o projeto amplia as oportunidades de inclusão e oferece uma alternativa positiva de ocupação do tempo livre. Dessa forma, o futebol se consolida não apenas como prática esportiva, mas como ferramenta de educação, cidadania e transformação social no Bairro Compensa.

4. Considerações Finais

As atividades de extensão realizadas no projeto de futebol de campo permitiram alcançar os objetivos propostos, especialmente no que se refere ao desenvolvimento técnico, físico e social dos participantes. Observou-se evolução significativa na coordenação motora, no entendimento tático básico e na capacidade de trabalhar em equipe — aspectos fundamentais tanto para a prática esportiva quanto para a formação cidadã.

O projeto também proporcionou um ambiente de convivência saudável, estimulando valores como respeito, disciplina e cooperação. Além disso, fortaleceu o vínculo entre universidade, comunidade e participantes, cumprindo a função social da extensão ao oferecer conhecimento, orientação pedagógica e oportunidade de prática esportiva acessível.

Apesar dos resultados positivos, algumas limitações foram identificadas, como a necessidade de maior disponibilidade de materiais esportivos, uma infraestrutura mais adequada e um período de execução mais longo, o que permitiria ampliar os benefícios observados. Ainda assim, os avanços obtidos demonstram o potencial do projeto para crescimento e aprimoramento contínuo.

Dessa forma, conclui-se que o trabalho de extensão em futebol de campo contribuiu de maneira expressiva para o desenvolvimento integral dos adolescentes participantes, reforçando a importância do esporte como ferramenta de inclusão, educação e promoção da saúde. Recomenda-se a continuidade e a expansão da iniciativa, com ajustes estruturais e pedagógicos que tornem o programa ainda mais efetivo e abrangente.



Referências Bibliográficas

- Almeida, R., & Souza, T. (2021). *Desenvolvimento social no esporte escolar*. Editora Movimento.
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5–8.
- Costa, L., & Vieira, J. (2020). *Esportes coletivos na escola: Práticas e possibilidades*. Editora Universitária Brasileira.
- Fernandes, P., & Oliveira, S. (2021). Extensão universitária e esporte: Impactos sociais e formativos. *Revista Brasileira de Educação Física*, 15(2), 45–58.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Gallati, F., & Freire, M. (2020). *Coordenação motora na infância: Práticas e fundamentos*. Editora Desporte.
- Kirk, D. (2005). Physical education, youth sport and lifelong participation: The importance of early learning experiences. *European Physical Education Review*, 11(3), 239–255. <https://doi.org/10.1177/1356336X05056649>
- Lopes, A., & Mendes, B. (2019). A invisibilidade do esporte e da cultura como direitos da criança e do adolescente. *Revista Direito e Práxis*, 10(2), 406–426.
- Machado, J. C., Barreira, D., & Garganta, J. (2019). Small-sided games in youth soccer: Effects on technical, tactical and physical performance. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(2), 1254–1263.
- Moraes, G., & Lima, A. (2022). Inclusão e esporte coletivo no ambiente escolar. *Revista Educação & Movimento*, 11(3), 77–90.
- Moraes e Silva, M., & Reis, R. (2019). Da diversão entre amigos ao sonho de carreira no futebol: Fatores de adesão ao futsal escolar e clubístico. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 33(2), 243–255.
- Nascimento Junior, J. R. A., & Almeida, A. (2022). Orientação motivacional de atletas usuários de cadeira de rodas. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 17(2), 1–12.
- Nunes, V., & Pereira, H. (2018). Metodologias participativas no ensino do futebol. *Revista Brasileira de Ensino Esportivo*, 9(1), 22–40.
- Paes, R. R., & Balbino, H. F. (2005). Esportes coletivos no contexto escolar. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 4(4), 87–92.
- Rodrigues, F., & Carvalho, J. (2018). Pedagogia do esporte no Brasil: Análise a partir das publicações em periódicos brasileiros entre 2015 e 2020. *Movimento*, 24(3), 905–918.
- Tavares, F., & Gréhaigne, J. F. (2018). Ensino dos esportes coletivos: Dimensão tática e tomada de decisão. *Movimento*, 24(3), 905–918.
- Wein, H. (2007). *Developing youth football players*. Human Kinetics.