



Benefícios da prática esportiva para crianças de baixa renda em projetos sociais: Um relato de experiência.

Benefits of sports participation for low-income children in social projects: an experience report.

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

Autores: Wagner do Nascimento Ferreira¹; Harrisson Douglas dos Santos Vieira¹; Monique Evelyn Nascimento Serrão¹; Anderson Sevalho de Souza¹; Gleiser Barroso Barbosa²; Maria Regiane Ferreira da Silva²; Joaquim Albuquerque Viana²; Alessandra Bárbara César de Freitas Boaventura²; Davy da Silva Mendes²

¹Acadêmico do Curso de Educação Física – UniNorte

²Docente do Curso de Educação Física – UniNorte

Resumo

O presente relato de experiência apresenta a realização de um projeto de intervenção social desenvolvido no bairro Coroadó, em Manaus, com crianças em situação de vulnerabilidade social. As atividades foram conduzidas por acadêmicos de Educação Física e utilizaram práticas corporais simples, como saltos, deslocamentos, corrida em zigue-zague e pequenos circuitos motores, com o objetivo de estimular habilidades coordenativas, agilidade, autonomia e participação coletiva. A intervenção alcançou 30 crianças e buscou promover vivências motoras e sociais em um ambiente acolhedor, favorecendo valores como respeito, cooperação, convivência e solidariedade. Além dos benefícios observados no comportamento e na participação das crianças, o projeto possibilitou aos discentes envolvidos ampliar competências pedagógicas e habilidades sociais essenciais à atuação profissional, aproximando teoria e prática em um contexto real de intervenção comunitária. Os resultados indicam que a Educação Física pode configurar-se como ferramenta eficaz para o desenvolvimento motor e para a inclusão social, contribuindo para o fortalecimento do vínculo comunitário, para o bem-estar infantil e para a formação cidadã. Conclui-se que iniciativas dessa natureza potencializam o papel social da universidade e reafirmam a relevância de projetos que promovem o acesso ao esporte e à atividade física como direito de todas as crianças.

Palavras-chave: Educação Física; Inclusão Social; Desenvolvimento Motor; Projetos Sociais; Crianças.

Abstract

This experience report presents an extension project developed in the Coroadó district, in Manaus, involving children living in socially vulnerable contexts. The activities were conducted by Physical Education undergraduates and consisted of basic motor practices such as jumping, locomotion, zigzag running, and motor circuits, aiming to stimulate coordination, agility, autonomy, and collective participation. The intervention involved 30 children and sought to promote motor and social experiences in a welcoming environment, encouraging values such as respect, cooperation, and social interaction. In addition to the improvements observed in students' engagement and participation, the project allowed the undergraduates to enhance pedagogical competencies and professional skills, integrating theoretical knowledge with practical experience. The results indicate that Physical Education can be an effective tool for motor development and social inclusion, contributing to community integration, child well-being, and citizenship formation. It is concluded that initiatives of this nature strengthen the social role of the university and highlight the relevance of projects that ensure access to sports and physical activity as a right for all children.

Keywords: Physical Education; Social Inclusion; Motor Development; Social Projects; Children.

1. Introdução

A Educação Física tem se consolidado como um campo estratégico para a promoção do desenvolvimento humano e para a construção de práticas sociais inclusivas, sobretudo em contextos marcados por vulnerabilidade socioeconômica e ausência de políticas públicas voltadas ao lazer e à saúde. Em comunidades de baixa renda, a carência de espaços apropriados para atividades lúdicas e esportivas limita não apenas o direito ao brincar, mas também o acesso das crianças a vivências que favoreçam o desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional, aspectos reconhecidos pela literatura como essenciais para a formação integral (DARIDO; SOUZA JUNIOR, 2021; KUNZ, 2018).

Nesse cenário, iniciativas educativas que utilizam o esporte como recurso pedagógico assumem relevância social, uma vez que ampliam oportunidades, fortalecem vínculos comunitários e estimulam hábitos de vida saudáveis. A prática esportiva

orientada contribui para o aprimoramento de capacidades físicas — como coordenação, equilíbrio e agilidade — e favorece a internalização de valores sociais, como respeito, cooperação e disciplina, consolidando aprendizagens que extrapolam o âmbito motor e alcançam dimensões éticas e cidadãs (KRAHENBÜHL, 2019; BRASIL, 2018).

Além disso, projetos de extensão universitária voltados às práticas corporais possibilitam que crianças e adolescentes vivenciem experiências significativas em espaços seguros, acolhedores e pedagogicamente mediados, promovendo inclusão, participação ativa e pertencimento social. A literatura da área enfatiza que ações dessa natureza contribuem para a redução de desigualdades de acesso ao esporte, estimulando o desenvolvimento integral e a formação de sujeitos críticos e socialmente participativos (MARCELLINO, 2012).

Nesse contexto, o presente artigo apresenta a experiência do projeto de extensão que buscou aplicar atividades motoras, recreativas e esportivas como ferramenta de inclusão social para crianças de 5 a 13 anos residentes no bairro Coroado, em Manaus. Por meio de práticas simples, porém estruturadas, procurou-se proporcionar vivências corporais relevantes e criar um ambiente educativo que favorecesse o movimento, a convivência e o fortalecimento da autoestima, evidenciando o potencial transformador do esporte no desenvolvimento integral da infância.

2. Metodologia

A metodologia adotada neste projeto caracterizou-se como intervenção prática de natureza descritiva e qualitativa, fundamentada em princípios da aprendizagem motora, inclusão social e Educação Física escolar (DARIDO; SOUZA JUNIOR, 2021). As ações foram desenvolvidas na Quadra Cristo Rei, situada no bairro Coroado, na zona Leste de Manaus, no dia 24 de outubro de 2025, no horário das 8h às 11h, envolvendo aproximadamente 30 crianças com idades entre 5 e 13 anos, previamente acompanhadas pelo projeto social “Unidos de Cristo”, que atuou como instituição parceira e responsável pela mobilização do público-alvo.

O planejamento metodológico foi elaborado pelos discentes do curso de Educação Física do Centro Universitário do Norte (UNINORTE), contemplando atividades motoras simples, seguras e adequadas ao estágio de desenvolvimento das crianças. Foram selecionadas práticas básicas de coordenação e deslocamento, estruturadas em circuito motor, contemplando: (a) salto sobre cones, com ênfase no equilíbrio e coordenação ampla; (b) deslocamentos frontais e posteriores entre cones, visando trabalhar percepção espacial; (c) percurso em zig-zag, voltado ao controle corporal; e (d) corrida de curta duração, com foco em velocidade e resistência cardiorrespiratória.

Cada atividade foi antecedida de demonstração prática e orientações verbais, seguidas de supervisão direta dos acadêmicos durante sua execução, garantindo segurança e participação inclusiva. A mediação pedagógica buscou adaptar as exigências motoras às características individuais, favorecendo a participação equitativa dos participantes. Os acadêmicos assumiram a organização do espaço, montagem dos materiais e acompanhamento próximo das crianças, intervindo quando necessário por meio de orientações corretivas e incentivo motivacional.

A intervenção adotou abordagem lúdica e participativa, fundamentada na valorização do movimento, na interação social e na construção coletiva do conhecimento. A observação direta foi utilizada como principal estratégia metodológica para registro do comportamento motor, engajamento, cooperação e evolução dos participantes, sendo posteriormente sistematizada em relatório escrito.

Por fim, a metodologia proposta buscou articular ensino, prática pedagógica e responsabilidade social, permitindo que os acadêmicos vivenciassem situações reais de intervenção profissional e contribuindo para a formação integral das crianças atendidas, em consonância com princípios de inclusão, desenvolvimento motor e promoção do bem-estar em comunidades vulneráveis.

3. Resultados e Discussões



O projeto teve como expectativa principal promover o desenvolvimento motor, social e emocional das crianças atendidas, estimulando habilidades como coordenação, agilidade, equilíbrio e percepção espacial por meio de atividades acessíveis e estruturadas. Além disso, esperava-se fortalecer valores socioemocionais, como cooperação, respeito e convivência em grupo, proporcionando um ambiente seguro e acolhedor para experiências positivas de movimento e socialização. No âmbito acadêmico, o projeto também visou ao desenvolvimento de competências profissionais dos discentes, como liderança, comunicação, organização e empatia, contribuindo para sua formação cidadã e para o entendimento do papel social da Educação Física.

Os resultados observados confirmaram amplamente essas expectativas. As aproximadamente 30 crianças participantes demonstraram alto engajamento, entusiasmo e disposição para participar das atividades motoras propostas, apresentando melhoria perceptível na coordenação, no equilíbrio e na execução dos movimentos. As dinâmicas coletivas favoreceram a socialização e fortaleceram a cooperação entre os participantes, que passaram a interagir de forma mais respeitosa, colaborativa e confiante. O ambiente criado mostrou-se acolhedor e estimulante, contribuindo para o bem-estar e para a construção de vínculos afetivos entre crianças e discentes.

Para os universitários envolvidos, a experiência proporcionou a oportunidade de vivenciar a prática profissional em um contexto real, exigindo planejamento, trabalho em equipe, mediação de conflitos e adaptação às necessidades do público. O contato direto com a comunidade ampliou a sensibilidade social do grupo, reforçando o entendimento da Educação Física como ferramenta de transformação e inclusão. Apesar dos resultados positivos, reconhece-se como limitação a realização da intervenção em um único encontro, o que impossibilita acompanhar o desenvolvimento das crianças ao longo do tempo. Contudo, os impactos imediatos foram significativos e evidenciam o potencial do esporte como recurso pedagógico e social, reafirmando a importância de continuar investindo em ações extensionistas desse tipo.

4. Considerações Finais

A realização do projeto “Educação Física como Ferramenta de Inclusão Social” permitiu constatar a relevância das práticas corporais como instrumento de desenvolvimento integral e promoção da inclusão de crianças residentes em contextos de vulnerabilidade social. As atividades propostas, ainda que simples e de baixo custo, revelaram forte potencial pedagógico ao favorecer o aprimoramento motor, estimular a participação ativa e fortalecer valores socioemocionais fundamentais, tais como respeito, cooperação, solidariedade e convivência coletiva. Observou-se que o engajamento espontâneo das crianças durante as atividades contribuiu para o estabelecimento de vínculos afetivos, melhora na comunicação e maior integração do grupo, demonstrando que o esporte, quando orientado pedagogicamente, é capaz de promover benefícios imediatos no bem-estar e na construção de experiências positivas de pertencimento.

No contexto da formação acadêmica, a intervenção constituiu importante espaço de aprendizagem prática, possibilitando aos discentes vivenciar situações reais de atuação profissional, enfrentando desafios e desenvolvendo competências essenciais ao exercício docente, tais como liderança, sensibilidade social, mediação pedagógica, capacidade de adaptação e resolução de problemas. Essa vivência ressignificou conceitos trabalhados em sala de aula, permitindo compreender, na prática, a função social da Educação Física e sua contribuição para a promoção da saúde, da inclusão e do desenvolvimento humano, aspectos amplamente discutidos na literatura contemporânea da área.

Embora os resultados observados tenham sido positivos, ressalta-se que a continuidade e o acompanhamento longitudinal das práticas poderiam potencializar ainda mais os impactos do projeto, permitindo analisar evoluções motoras, sociais e emocionais ao longo do tempo. Sugere-se que futuras ações ampliem o número de encontros, diversifiquem estratégias pedagógicas e envolvam maior participação da comunidade, favorecendo uma intervenção sistêmica e contínua.

Dessa forma, conclui-se que iniciativas extensionistas como esta reafirmam a importância de fortalecer a articulação entre universidade e sociedade, promovendo experiências educativas significativas, ampliando o acesso ao esporte e consolidando a



Educação Física como ferramenta de transformação social, inclusão e desenvolvimento humano, especialmente em contextos historicamente marcados pela exclusão e pela desigualdade.



Referências Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2018.

DARIDO, Suraya Cristina; SOUZA JUNIOR, Marcelo. Educação Física escolar: concepções, práticas e pesquisa. São Paulo: Cortez, 2021.

KUNZ, Elenor. Transformação didático-pedagógica do esporte. 5. ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2018.

KRAHENBÜHL, Cláudia. Educação Física escolar e inclusão: práticas pedagógicas e desenvolvimento motor. São Paulo: Phorte, 2019.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. Lazer e educação. 6. ed. Campinas: Autores Associados, 2012.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: MEC, 2018.

DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. de. A Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. 3. ed. São Paulo: Cortez, 2021.

FARIA, R.; COSTA, R. Jogos tradicionais e cultura corporal na escola. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 175-184, 2017.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J.; GOODWAY, J. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 8. ed. Porto Alegre: Artmed, 2020.

GONZÁLEZ, F. J. Educação Física e inclusão social: perspectivas contemporâneas. Revista Movimento, Porto Alegre, v. 23, n. 4, p. 1123-1135, 2019.

KUNZ, E. Transformação didático-pedagógica do esporte. 4. ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2018.

MARQUES, A.; GAYA, A. Crescimento, atividade física e saúde em crianças e adolescentes. Porto Alegre: Artmed, 2019.

OMS – Organização Mundial da Saúde. Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: WHO, 2020.

SANTOS JUNIOR, D.; SILVA, F. Psicomotricidade e desenvolvimento infantil no contexto escolar. Revista Motrivivência, Florianópolis, v. 32, n. 62, p. 1-15, 2020.

FROEBEL, Friedrich. A Educação da Criança (Menschliche Erziehung).

PIAGET, Jean. A Formação do Símbolo na Criança: Imitação, Jogo e Sonho.

VYGOTSKY, Lev. A Formação Social da Mente (Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes).

PIAGET, Jean. A Psicologia da Criança. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1975.