



Esporte e Cidadania: o Movimento Corporal como Instrumento de Inclusão Social, Participação Comunitária e Desenvolvimento Humano por meio de Vivências Esportivas

Sport and Citizenship: The Body Movement as an Instrument of Social Inclusion, Community Participation,
and Human Development through Sports Experiences

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

Everson Luiz Silva de Almeida¹, Ingrid da Silva Teixeira¹, Joao Victor Lima Lavor¹, Paulo Henrique Leite de Souza¹, Yana Poena Bezerra dos Santos¹, Maria Regiane Ferreira da Silva², Davy da Silva Mendes², Joaquim Alburquerque Viana², Alessandra Barbara Cesar de Freitas Boaventura², Gleiser Barroso Barbosa²

¹Acadêmico do Curso de Educação Física – UniNorte

²Docente do Curso de Educação Física – UniNorte

Resumo

O projeto esporte e cidadania: o movimento corporal como instrumento de inclusão social, participação comunitária e desenvolvimento humano por meio de vivências esportivas teve como objetivo promover o desenvolvimento integral de crianças por meio do esporte, articulando saúde, educação e cidadania. A intervenção ocorreu na Escola Municipal Prof. Paulo Graça, em Manaus, com 25 alunos do 4º ano, utilizando o vôlei sentado como prática central. A atividade foi conduzida de forma inclusiva, enfatizando cooperação, respeito, comunicação e pertencimento comunitário. A dinâmica incluiu explicação inicial, demonstração prática, execução orientada e roda de conversa final, permitindo que as crianças desenvolvessem coordenação motora, noção espacial, agilidade e habilidades socioemocionais. O caráter adaptado do vôlei sentado reforçou a importância da inclusão e da acessibilidade no contexto escolar, possibilitando reflexões sobre diversidade e participação equitativa. Para os acadêmicos envolvidos, a experiência ampliou a compreensão sobre metodologias ativas, práticas esportivas adaptadas e estratégias pedagógicas aplicadas à Educação Física, fortalecendo seu papel social como futuros profissionais. O projeto contribuiu também para reconhecer desafios locais, como desigualdades sociais e limitações de espaços de lazer, evidenciando o potencial do esporte como ferramenta de transformação individual e comunitária. A ação extensionista reforça a relevância de práticas que integrem esporte, cidadania e inclusão, promovendo bem-estar físico, social e emocional e estimulando uma formação acadêmica comprometida com a realidade social.

Palavras-chaves: Inclusão social; esporte educacional; desenvolvimento humano.

Abstract

The project "Sport and Citizenship: Body Movement as an Instrument of Social Inclusion, Community Participation, and Human Development through Sports Experiences" aimed to promote the integral development of children through sport, linking health, education, and citizenship. The intervention took place at the Prof. Paulo Graça Municipal School in Manaus, with 25 fourth-grade students, using sitting volleyball as the central practice. The activity was conducted in an inclusive manner, emphasizing cooperation, respect, communication, and community belonging. The dynamics included an initial explanation, practical demonstration, guided execution, and a final discussion circle, allowing the children to develop motor coordination, spatial awareness, agility, and socio-emotional skills. The adapted nature of sitting volleyball reinforced the importance of inclusion and accessibility in the school context, enabling reflections on diversity and equitable participation. For the academics involved, the experience broadened their understanding of active methodologies, adapted sports practices, and pedagogical strategies applied to Physical Education, strengthening their social role as future professionals. The project also contributed to recognizing local challenges, such as social inequalities and limitations in leisure spaces, highlighting the potential of sport as a tool for individual and community transformation. The extension activity reinforces the relevance of practices that integrate sport, citizenship and inclusion, promoting physical, social and emotional well-being and stimulating an academic education committed to social reality.

Keywords: Social inclusion; educational sport; human development.

1. Introdução

O esporte, enquanto manifestação cultural e humana, constitui um fenômeno social complexo que ultrapassa a dimensão puramente motora, tornando-se um instrumento de formação cidadã, inclusão social, desenvolvimento humano e promoção de

valores sociais (BRACHT, 1997; TUBINO, 2010). No cenário contemporâneo, caracterizado por desigualdades socioeconômicas, vulnerabilidade juvenil, redução dos espaços públicos de lazer e fragilização das relações comunitárias, torna-se imprescindível desenvolver ações que favoreçam o acesso a práticas corporais estruturadas, especialmente no ambiente escolar, considerando o potencial pedagógico do esporte para fortalecer vínculos e ampliar oportunidades de participação social.

Nesse contexto, a Educação Física escolar assume papel fundamental ao articular dimensões pedagógicas, sociais e culturais na formação dos estudantes, contribuindo para a construção de autonomia, responsabilidade e convivência ética. Autores como Darido e Rangel (2019) e Freire (1996) defendem que a prática pedagógica deve considerar a totalidade do sujeito, possibilitando vivências corporais significativas capazes de desenvolver consciência crítica, respeito às diferenças e ampliação das formas de participação na vida coletiva. Assim, o esporte transcende sua função competitiva e passa a ser concebido como um meio educativo, democrático e transformador, favorecendo processos de inclusão e cidadania.

Foi nesse horizonte que se estruturou o projeto “Esporte e Cidadania: o Movimento Corporal como Instrumento de Inclusão Social, Participação Comunitária e Desenvolvimento Humano por meio de Vivências Esportivas”, alinhado ao princípio extensionista previsto na Resolução CNE nº 7/2018, que determina a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, garantindo a aproximação entre universidade e sociedade. Ao integrar teoria e prática, o projeto buscou oportunizar aos acadêmicos experiências formativas reais, ampliando a compreensão acerca dos desafios sociais e educacionais presentes no território amazônico e fortalecendo a responsabilidade social da formação em Educação Física.

A intervenção ocorreu na Escola Municipal Professor Paulo Graça, em Manaus – AM, e teve como objetivo proporcionar vivências esportivas inclusivas por meio do Vôlei Sentado, modalidade adaptada que permite participação equitativa e estimula valores como respeito, cooperação e diversidade. A escolha dessa prática fundamenta-se na perspectiva de educação inclusiva e na importância de discutir acessibilidade e igualdade de oportunidades dentro do espaço escolar, promovendo reflexões críticas sobre deficiência, limitações motoras e inclusão social (BRASIL, 2008; OMS, 2011).

Diante disso, o presente artigo descreve a execução do projeto, a metodologia adotada e os resultados obtidos, evidenciando a relevância das ações extensionistas como estratégia de formação cidadã dos acadêmicos e de fortalecimento das relações entre universidade e comunidade. Espera-se contribuir para o debate acerca do papel do esporte como eixo de promoção da saúde, da convivência e da cidadania, reforçando a necessidade de políticas institucionais que valorizem práticas corporais inclusivas e socialmente comprometidas no contexto escolar.

2. Metodologia

A metodologia adotada neste projeto fundamentou-se em uma abordagem descritiva, qualitativa e de natureza interventiva, desenvolvida no contexto escolar e orientada pelos princípios da inclusão, cidadania e participação ativa dos estudantes. A intervenção foi realizada com alunos do 4º ano do Ensino Fundamental I da Escola Municipal Professor Paulo Graça, localizada em Manaus–AM, tendo como eixo estruturador a prática do vôlei sentado enquanto modalidade esportiva adaptada com potencial pedagógico e inclusivo. O processo metodológico iniciou-se com a etapa de planejamento teórico, conduzida em reuniões entre os discentes participantes e a docente responsável, durante as quais foram definidas os objetivos educacionais, os recursos materiais necessários, as estratégias pedagógicas, as etapas da atividade e os cuidados metodológicos relacionados à acessibilidade e à adaptação da prática esportiva.

Posteriormente, foi estabelecido contato institucional com a gestão escolar para apresentação formal da proposta, o que possibilitou a autorização da intervenção, a definição do espaço físico, o alinhamento da logística de materiais e a articulação com os professores da unidade escolar. Os discentes passaram por momentos de assessoramento pedagógico com orientação da professora da disciplina, aprofundando discussões sobre esporte adaptado, inclusão, diversidade e metodologias participativas, de modo a garantir coerência teórica e consistência na aplicação prática. Na etapa de execução, foram apresentados aos alunos os



objetivos da atividade, seguidos da explicação das regras do vôlei sentado, com demonstração de passes, deslocamentos e posturas corporais adequadas para o desenvolvimento seguro dos movimentos.

Em seguida, os estudantes foram organizados em equipes e convidados a vivenciar o jogo adaptado, sendo acompanhados continuamente pelos acadêmicos, que realizaram intervenções pedagógicas pontuais, correções técnicas, ajustes de regras e orientações individuais quando necessário, assegurando o caráter inclusivo e participativo da vivência. Ao término da prática, desenvolveu-se uma roda de conversa reflexiva, na qual os alunos tiveram espaço para relatar percepções, expectativas, dificuldades enfrentadas, aprendizagens construídas, sentimentos relacionados à prática esportiva e compreensões sobre cooperação, respeito e inclusão.

A coleta de dados ocorreu por meio de observação sistemática, registros fotográficos, listas de presença e anotações de campo realizadas pelos extensionistas, as quais permitiram acompanhar aspectos relacionados ao comportamento motor, à participação, ao engajamento social e à aceitação das adaptações esportivas. Posteriormente, os dados coletados foram organizados e analisados qualitativamente, possibilitando a elaboração deste relato, que apresenta os resultados obtidos e as reflexões decorrentes do processo formativo, consolidando o caráter científico e extensionista da intervenção proposta.

3. Resultados e Discussões

A intervenção realizada na Escola Municipal Professor Paulo Graça alcançou resultados expressivos para os alunos participantes e para os discentes envolvidos no projeto de extensão, demonstrando a relevância do vôlei sentado enquanto ferramenta pedagógica voltada à promoção da inclusão, do desenvolvimento motor e da convivência cidadã no ambiente escolar. Participaram da ação vinte e cinco estudantes do 4º ano do Ensino Fundamental I, que se mostraram receptivos e engajados durante todas as etapas da atividade, evidenciando interesse pela modalidade e entusiasmo pelo aprendizado coletivo. Observou-se que mesmo os alunos inicialmente tímidos ou com dificuldades de adaptação passaram, gradualmente, a integrar-se ao grupo, o que revela o potencial das práticas esportivas participativas em favorecer a socialização e reduzir barreiras de interação.

A dinâmica do jogo exigiu comunicação contínua entre os participantes, tomada de decisões coletivas e cooperação para alcançarem os objetivos da atividade, fortalecendo o trabalho em equipe e o respeito às diferenças individuais. A característica principal do vôlei sentado — jogar obrigatoriamente na posição sentada — contribuiu para equalizar as condições motoras entre os participantes, ampliando as possibilidades de participação e garantindo a equidade, aspecto essencial em propostas pedagógicas orientadas pela perspectiva inclusiva. Nesse sentido, verifica-se que a adaptação do esporte possibilitou vivências em que todos puderam participar de forma ativa, independentemente do nível de habilidade ou experiência prévia, reforçando princípios da educação inclusiva.

Do ponto de vista motor, identificaram-se avanços significativos na coordenação, na noção espacial e no uso funcional do tronco e membros superiores, uma vez que a postura sentada demanda ajustes específicos e amplia as possibilidades de controle corporal. Paralelamente, observou-se evolução em aspectos cognitivos, como atenção, raciocínio rápido, antecipação de ações e tomada de decisão, demonstrando que a prática esportiva adaptada atua de forma integrada sobre diferentes dimensões do desenvolvimento humano. No âmbito socioemocional, as interações vivenciadas ao longo da atividade estimularam a empatia, a solidariedade e o respeito, favorecendo a convivência escolar e a construção de atitudes cidadãs, especialmente no enfrentamento de desafios, resolução de conflitos e manejo de situações de frustração decorrentes da dinâmica de pontuações.

Em relação aos discentes extensionistas, a experiência possibilitou o contato direto com metodologias ativas e práticas inclusivas, ampliando a compreensão sobre a importância do esporte adaptado na formação humana e no desenvolvimento social. A vivência permitiu, ainda, refletir sobre a necessidade de planejar intervenções acessíveis, acolhedoras e capazes de promover participação plena, reforçando o papel da Educação Física como campo comprometido com a cidadania e com a promoção de oportunidades de aprendizagem em diferentes contextos sociais.



De modo geral, os principais resultados apontam para elevado engajamento dos alunos, desenvolvimento motor e cognitivo por meio de uma modalidade adaptada, fortalecimento de habilidades socioemocionais como respeito e cooperação, aproximação entre teoria e prática na formação acadêmica e promoção da inclusão social e da cidadania por meio do esporte. Assim, evidencia-se que a atividade atingiu plenamente os objetivos propostos, demonstrando a relevância das práticas extensionistas para fortalecer a relação entre universidade e comunidade, ampliando o impacto pedagógico e social do ensino superior em contextos concretos de atuação e aprendizagem.

4. Considerações Finais

A realização do projeto “Esporte e Cidadania: o Movimento Corporal como Instrumento de Inclusão Social, Participação Comunitária e Desenvolvimento Humano por meio de Vivências Esportivas” evidenciou a relevância das práticas esportivas como ferramentas integradoras no contexto educacional. A intervenção realizada com os alunos do 4º ano da Escola Municipal Prof. Paulo Graça demonstrou que atividades corporais adaptadas, como o vôlei sentado, são capazes de promover experiências inclusivas, fortalecendo valores essenciais para a formação cidadã.

Os resultados observados confirmam que o esporte, quando conduzido de forma pedagógica, lúdica e inclusiva, contribui para o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional e social dos participantes. A prática proporcionou momentos de cooperação, respeito, empatia e comunicação entre as crianças, ajudando-as a compreender a importância da convivência harmoniosa e da valorização das diferenças no ambiente escolar.

Para os discentes envolvidos, o projeto representou uma oportunidade significativa de aprendizagem prática, permitindo-lhes vivenciar desafios reais da atuação profissional, refletir sobre metodologias alternativas e reconhecer o potencial do esporte adaptado como estratégia de ensino e inclusão. A experiência contribuiu para ampliar a compreensão sobre o papel social da Educação Física e sobre o compromisso ético e humano do futuro profissional da área.

Além disso, o projeto reforça a importância da extensão universitária como ponte entre instituição de ensino superior e comunidade. A interação com o ambiente escolar possibilitou trocas enriquecedoras, favoreceu a produção de conhecimento e reafirmou o compromisso social do Centro Universitário do Norte com o desenvolvimento humano e comunitário.

Conclui-se, portanto, que iniciativas como esta são fundamentais para a promoção da cidadania e para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva. Recomenda-se a continuidade e ampliação de projetos dessa natureza, de modo a fortalecer o vínculo entre universidade e comunidade, estimular práticas pedagógicas inovadoras e garantir que cada vez mais crianças e jovens tenham acesso a experiências esportivas significativas, educativas e transformadoras.



Referências Bibliográficas

- Almeida, R. T., & Ferreira, C. H. (2022). Esporte comunitário e identidades locais: práticas corporais e pertencimento social. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 45(3), 77–92.
- Barros, L. A., & Lima, J. F. (2025). Extensão universitária e esporte: experiências transformadoras no desenvolvimento humano. *Revista Extensão em Foco*, 14(2), 45–61.
- Cunha, P. M., & Reis, A. C. (2020). Esporte e cidadania: práticas inclusivas em comunidades vulneráveis. *Revista Educação Física em Debate*, 11(1), 33–48.
- Fernandes, L. A., & Pereira, M. G. (2024). Esporte comunitário e cidadania: práticas corporais como inclusão social. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 38(2), 65–78.
- Lopes, G. S., & Gomes, M. R. (2021). Atividade física e inclusão social: impactos na saúde e na cidadania. *Revista Saúde e Movimento*, 18(2), 112–126.
- Martins, C. R., & Lima, P. H. (2025). O corpo em movimento na BNCC: perspectivas para a formação integral. *Revista Educação em Debate*, 45(1), 101–116.
- Moura, D. L., & Batista, F. A. (2024). Esporte, ODS e cidadania: caminhos para a inclusão social. *Revista Educação e Sociedade*, 45(1), 101–118.
- Pereira, H. J., & Santos, E. F. (2023). O esporte como linguagem pedagógica: formação cidadã e desenvolvimento integral. *Cadernos de Educação Física*, 19(2), 88–104.
- Rodrigues, J. F., & Carvalho, T. S. (2022). Vivências esportivas e cidadania: impactos na formação de jovens. *Revista Educação e Cultura Contemporânea*, 19(3), 223–240.
- Silva, V. M., & Nascimento, D. R. (2021). Esporte e movimento corporal: dimensões sociais e educativas. *Revista Movimento*, 27(1), 55–70.
- Souza, H. P., & Almeida, R. T. (2023). Esporte, inclusão social e juventude: desafios contemporâneos. *Cadernos de Educação Física*, 23(4), 189–204.