



Jogos cooperativos na educação física: promovendo inclusão, bem-estar e fortalecimento das relações entre alunos do ensino médio: um relato de experiência

Cooperative Games in Physical Education: promoting inclusion, well-being, and strengthening relationships among high school students

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

Fernando Godinho Gonçalves¹, Caroline Costa Siqueira¹, Eloi Carvalho da Silva¹, Francimar de Araújo Moraes¹, Rafaeli da Silva Viana¹, Ivo Marques Pinheiro¹, Joaquim Albuquerque Viana², Maria Regiane Ferreira da Silva², 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 relato de experiência descreve uma intervenção pedagógica realizada por acadêmicos do curso de Educação Física da Centro Universitário do Norte – UniNorte, com estudantes do ensino médio da Escola Estadual Presidente Castelo Branco (Manaus – AM). O objetivo principal foi promover inclusão, bem-estar emocional e fortalecimento das relações sociais por meio de jogos cooperativos. A intervenção ocorreu em 30 de outubro de 2025, com a participação de 15 alunos, e contemplou as atividades Vôlei Infinito e Caminho dos Bamboles e Amarelinha em Dupla. Entretanto, frente à resistência inicial dos participantes, os extensionistas adaptaram a proposta e implementaram o jogo Handebol com Bamboles, que aumentou o engajamento. Foram observadas evidências de cooperação, respeito mútuo e comunicação entre os alunos, além de resolução de problemas por parte do grupo executor diante das dificuldades de motivação. Ainda que a troca da atividade Amarelinha em Dupla pela atividade Handebol com Bamboles tenha saído do escopo inicialmente proposto, conclui-se que a atividade alcançou os objetivos propostos, favorecendo competências socioemocionais e contribuindo para a formação profissional dos acadêmicos. Limitações incluem a adesão parcial inicial dos estudantes e a realização de apenas uma intervenção prática. Sugere-se a continuidade das ações para consolidação dos resultados e avaliações quantitativas futuras.

Palavras-chaves: Jogos cooperativos; Educação Física escolar; Inclusão; Adolescência; Convivência social.

Abstract

This experience report describes a pedagogical intervention conducted by undergraduate Physical Education students from Centro Universitário do Norte – UniNorte, with high school students at Escola Estadual Presidente Castelo Branco (Manaus – AM). The main goal was to promote inclusion, emotional well-being, and strengthen social relations through cooperative games. The intervention took place on October 30, 2025, involving 15 students, and initially included the activities Infinite Volleyball and Hula-Hoop Path. Due to initial resistance, the group adapted the plan and introduced Hula-Hoop Handball, which increased engagement. Observed outcomes included cooperation, mutual respect, and improved communication among participants, as well as problem-solving by the student facilitators. The intervention met its objectives, fostering socioemotional skills and contributing to student training. Limitations include limited initial adherence and a single practical session; continuous actions and future quantitative assessments are recommended.

Keywords: Cooperative games; School Physical Education; Inclusion; Adolescents; Social interaction.

1. Introdução

A Educação Física escolar desempenha um papel fundamental na formação integral dos estudantes, atuando não apenas no desenvolvimento das capacidades motoras, mas também no fortalecimento das dimensões social, emocional e cognitiva. Ao considerar essas dimensões, os jogos cooperativos configuram-se como um recurso pedagógico de grande relevância, pois possibilitam experiências corporais que estimulam a convivência, o respeito mútuo e a construção coletiva do conhecimento. Diferentemente das práticas tradicionais centradas na competição, os jogos cooperativos favorecem um ambiente educativo mais acolhedor, no qual todos os alunos podem participar ativamente, independentemente de suas habilidades físicas ou experiências prévias.

Os jogos cooperativos apresentam estruturas alternativas em que os participantes jogam **com** o outro e não **contra** o outro, tendo como foco a realização de objetivos comuns e a superação de desafios coletivos. Essa abordagem promove valores



como solidariedade, cooperação e participação de todos os envolvidos (Brotto, 2001). Ao romper com a lógica competitiva predominante em muitas práticas esportivas escolares, essas atividades contribuem para o desenvolvimento da empatia, do diálogo e da corresponsabilidade entre os estudantes. No contexto do Ensino Médio, fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, os jogos cooperativos podem atuar como importantes mediadores na construção de vínculos, na redução de conflitos interpessoais e no fortalecimento da autoestima dos adolescentes.

Diversos estudos indicam que a utilização de jogos cooperativos no ambiente escolar favorece o fortalecimento das relações sociais entre adolescentes, promovendo maior empatia, respeito às diferenças e diminuição de comportamentos agressivos ou excludentes (Oliveira & Nascimento, 2021). No campo da inclusão, essas práticas têm se destacado como estratégias pedagógicas capazes de valorizar a diversidade e incentivar o trabalho em equipe, uma vez que o foco está no processo e não apenas no resultado final. Dessa forma, cada aluno pode contribuir de acordo com suas possibilidades, potencialidades e limites, permitindo que as diferenças sejam reconhecidas e transformadas em oportunidades de crescimento coletivo e aprendizagem significativa (Ferreira & Almeida, 2019).

Além disso, a implementação de intervenções baseadas em jogos cooperativos mostra-se especialmente oportuna no contexto das escolas públicas, sobretudo em realidades marcadas por vulnerabilidades sociais e econômicas. Em muitos casos, os estudantes pertencem a famílias de baixo ou muito baixo nível socioeconômico, cujos responsáveis trabalham durante o dia, o que pode impactar diretamente o acompanhamento escolar e o envolvimento dos jovens com a escola. Soma-se a esse cenário a elevada relação aluno-professor, frequentemente superior a 20 alunos por docente, o que torna ainda mais desafiador o atendimento às demandas individuais e coletivas dos estudantes. Nesse sentido, intervenções pedagógicas como esta contribuem para tornar o ambiente escolar mais atrativo, acolhedor e significativo, estimulando a permanência dos alunos na escola e fortalecendo o sentimento de pertencimento.

Este relato de experiência integra teoria e prática ao descrever uma intervenção realizada por acadêmicos do curso de Educação Física na Escola Estadual Castelo Branco, localizada no bairro São Jorge, na cidade de Manaus. A proposta teve como objetivo promover a inclusão, o bem-estar e o desenvolvimento socioemocional dos estudantes por meio de dinâmicas cooperativas, alinhando-se às diretrizes contemporâneas da Educação Física escolar. O trabalho fundamentou-se em estudos atuais que relacionam os jogos cooperativos ao desenvolvimento de competências socioemocionais, à promoção da saúde e à construção de ambientes escolares mais inclusivos, participativos e democráticos (Martins & Souza, 2020; Oliveira & Nascimento, 2021; Carvalho & Lima, 2022). Dessa forma, a intervenção reafirma o potencial pedagógico dos jogos cooperativos como instrumentos de transformação social e educativa no contexto escolar.

2. Metodologia

A intervenção ocorreu na quadra poliesportiva da Escola Estadual Presidente Castelo Branco, localizada no bairro São Jorge, Manaus, AM, em 30 de outubro de 2025, no período vespertino (13:30–15:30). Participaram 15 alunos do ensino médio (faixa etária aproximada de 15–17 anos).

O grupo executor foi composto por seis acadêmicos do curso de Educação Física da UniNorte, responsáveis pelo planejamento, condução das atividades e registro da intervenção. Antes das atividades foi feita uma breve explanação sobre a proposta dos jogos cooperativos. As atividades planejadas foram: Vôlei Infinito (15 min), Caminho dos Bambolês (15 min) e Amarelinha em Dupla (15 min).

Diante da baixa adesão inicial, o grupo adaptou a sequência, substituindo a terceira atividade por Handebol com Bambolê, adotando uma dinâmica competitiva controlada para aumentar o engajamento. Foram utilizados materiais simples: bambolês (10 unidades), bolas tipo dente-de-leite (6 unidades) e demais recursos disponíveis na escola. Observações diretas, registros fotográficos e relatos dos extensionistas foram usados como fontes de dados qualitativos.

A análise foi descritiva e reflexiva, confrontando as observações da prática com a literatura especializada para sustentar as interpretações sobre efeitos e limitações da intervenção. A partir daí fez-se o relato de experiência descritivo e qualitativo.

3. Resultados e Discussões

A intervenção foi realizada na quadra poliesportiva da Escola Estadual Presidente Castelo Branco, situada no bairro São Jorge, na cidade de Manaus, Amazonas, no dia 30 de outubro de 2025, durante o período vespertino, das 13h30 às 15h30. O espaço físico utilizado apresentou condições adequadas para o desenvolvimento das atividades propostas, permitindo a organização dos materiais e a participação segura dos estudantes. Participaram da intervenção 15 alunos do Ensino Médio, com faixa etária aproximada entre 15 e 17 anos, os quais foram convidados a participar de forma voluntária, respeitando os princípios de inclusão, acessibilidade e equidade.

O grupo executor da ação extensionista foi composto por seis acadêmicos do curso de Educação Física da UniNorte, que assumiram a responsabilidade pelo planejamento, organização, condução das atividades e registro sistemático da intervenção. Antes do início das práticas corporais, realizou-se uma breve explanação introdutória com os alunos, na qual foram apresentados os objetivos da proposta e os fundamentos dos jogos cooperativos, destacando a importância da colaboração, do respeito mútuo e do trabalho em equipe para o alcance dos objetivos coletivos.

As atividades inicialmente planejadas foram estruturadas de forma progressiva, com duração aproximada de 15 minutos cada, contemplando: Vôlei Infinito, atividade voltada ao desenvolvimento da cooperação, da coordenação motora e da comunicação entre os participantes; Caminho dos Bambolês, com foco no equilíbrio, na organização espacial e na resolução coletiva de desafios; e Amarelinha em Dupla, que buscava estimular a coordenação, a interação e o apoio mútuo entre os alunos. Essas propostas foram pensadas para minimizar o caráter competitivo excessivo e favorecer a participação de todos, independentemente do nível de habilidade motora.

Entretanto, diante da baixa adesão inicial e da necessidade de adequar a intervenção à realidade e ao interesse do grupo, os acadêmicos optaram por realizar uma adaptação na sequência das atividades. A terceira proposta foi substituída pela atividade Handebol com Bambolê, incorporando uma dinâmica competitiva controlada, com regras adaptadas, visando aumentar o engajamento, a motivação e a participação dos alunos, sem perder o foco nos princípios cooperativos. Essa adaptação demonstrou-se eficaz, uma vez que os estudantes passaram a se envolver de forma mais ativa, colaborativa e entusiasmada nas práticas.

Para a execução das atividades, foram utilizados materiais simples e acessíveis, como bambolês (10 unidades), bolas do tipo dente-de-leite (6 unidades) e demais recursos disponíveis na própria escola, evidenciando que a realização de intervenções pedagógicas significativas não depende necessariamente de equipamentos sofisticados, mas de planejamento e intencionalidade pedagógica. Como instrumentos de coleta de dados qualitativos, foram empregadas observações diretas durante as atividades, registros fotográficos, respeitando as autorizações institucionais, e relatos descritivos elaborados pelos extensionistas ao término da intervenção.

A análise dos dados seguiu uma abordagem descritiva e reflexiva, buscando confrontar as observações empíricas da prática com a literatura especializada sobre jogos cooperativos, Educação Física escolar e inclusão. Esse processo permitiu identificar tanto os efeitos positivos da intervenção, como o aumento da interação social e do engajamento dos alunos, quanto suas limitações, especialmente relacionadas à adesão inicial e ao tempo reduzido de execução. A partir dessa análise, elaborou-se o relato de experiência de natureza descritiva e qualitativa, contribuindo para a reflexão crítica sobre o uso dos jogos cooperativos como estratégia pedagógica no contexto escolar e para o aprimoramento de futuras ações extensionistas.



4. Considerações Finais

O projeto Jogos Cooperativos na Educação Física demonstrou que, mesmo a partir de uma única intervenção, é possível promover experiências significativas de convivência positiva entre adolescentes do Ensino Médio, além de proporcionar importantes aprendizagens práticas aos acadêmicos envolvidos na ação extensionista. As atividades desenvolvidas evidenciaram o potencial dos jogos cooperativos como estratégias pedagógicas capazes de estimular a interação social, o respeito mútuo e o engajamento dos estudantes, contribuindo para a construção de um ambiente escolar mais acolhedor e participativo.

A experiência ressaltou, de maneira clara, a importância da flexibilidade metodológica no planejamento e na execução das intervenções pedagógicas, sobretudo diante de resistências iniciais do público-alvo. A adaptação das atividades às características, interesses e necessidades dos estudantes mostrou-se fundamental para ampliar a participação e favorecer o envolvimento ativo dos alunos. Nesse sentido, as estratégias lúdicas e inclusivas utilizadas ao longo da intervenção revelaram-se eficazes para promover o bem-estar emocional, fortalecer vínculos interpessoais e estimular atitudes colaborativas, mesmo quando inseridas em contextos escolares marcados por desafios estruturais e sociais.

Para os acadêmicos de Educação Física, a vivência configurou-se como um espaço formativo relevante, permitindo a articulação entre teoria e prática e o desenvolvimento de competências essenciais à atuação profissional, como planejamento pedagógico, capacidade de adaptação, trabalho em equipe e reflexão crítica sobre a prática docente. O contato direto com a realidade escolar possibilitou uma compreensão mais ampla das demandas do contexto educacional e reforçou o papel do professor de Educação Física como mediador de processos educativos e de transformação social.

No entanto, reconhece-se como limitação do estudo a realização de apenas uma intervenção, o que restringe a possibilidade de avaliar mudanças mais consistentes e duradouras no comportamento e nas competências socioemocionais dos estudantes. Além disso, a ausência de instrumentos de avaliação quantitativa e a reduzida amostra de participantes limitam a generalização dos resultados obtidos. Diante disso, recomenda-se a continuidade do projeto com a realização de um maior número de sessões, a ampliação do público atendido e a utilização de instrumentos de avaliação mais sistematizados, como questionários pré e pós-intervenção e protocolos de observação estruturada.

Por fim, destaca-se a importância da articulação com a gestão escolar e com os demais profissionais da instituição, visando integrar as práticas cooperativas ao cotidiano pedagógico e potencializar seus efeitos no ambiente escolar. A incorporação dos jogos cooperativos como parte regular das aulas de Educação Física pode contribuir de forma significativa para a promoção da saúde, do bem-estar emocional e da formação integral dos estudantes, reafirmando o compromisso da Educação Física escolar com uma educação mais inclusiva, humanizada e socialmente comprometida.



Referências Bibliográficas

- Brotto, F. O. (2001). Jogos cooperativos: O jogo e o esporte como um exercício de convivência (p. 45). Phorte.
- Carvalho, J. L., & Lima, A. P. (2022). Jogos cooperativos e saúde emocional: contribuições para a Educação Física escolar. *Revista Educação em Movimento*, 30(2), 112–125.
- Ferreira, R. T., & Almeida, M. C. (2019). Jogos cooperativos e inclusão escolar: experiências na Educação Física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 33(4), 77–89.
- Martins, D. F., & Souza, H. A. (2020). O papel dos jogos cooperativos no Ensino Médio: perspectivas pedagógicas. *Revista Adolescência & Saúde*, 17(3), 66–78.
- Oliveira, T. A., & Nascimento, G. S. (2021). Jogos cooperativos como prática inclusiva na Educação Física. *Revista Movimento*, 27(1), 55–68.
- Rodrigues, E. V., & Castro, F. C. (2025). Jogos cooperativos e o fortalecimento das relações sociais no espaço escolar. *Revista Psicologia e Educação*, 14(1), 99–111.
- Santos, P. R., & Ribeiro, A. C. (2023). Jogos cooperativos e competências socioemocionais: um estudo no Ensino Médio. *Revista Extensão em Foco*, 12(3), 45–59.
- Almeida, P. S., & Gomes, R. C. (2022). Jogos cooperativos e saúde mental de adolescentes: uma abordagem escolar. *Revista Psicologia & Educação*, 16(1), 22–35.
- Barbosa, V. L., & Santos, M. R. (2020). Jogos cooperativos e vínculos sociais: contribuições para a Educação Física escolar. *Revista Educação em Foco*, 25(3), 44–57.
- Cavalcanti, A. M., & Rocha, L. T. (2019). Inclusão e jogos cooperativos: caminhos para a Educação Física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 33(2), 99–112.
- Lima, F. J., & Pires, D. A. (2023). Metodologias participativas na Educação Física: reflexões sobre práticas cooperativas. *Revista Movimento*, 29(4), 1–14.
- Moura, T. H., & Fernandes, J. P. (2021). Práticas cooperativas e convivência escolar: impactos no Ensino Médio. *Revista Adolescência & Saúde*, 18(1), 67–79.
- Rodrigues, E. V., & Melo, S. F. (2025). Jogos cooperativos como ferramenta de transformação pedagógica. *Revista Extensão em Debate*, 14(2), 55–70.