



Basquete em movimento: o esporte coletivo como ferramenta para a promoção da saúde física, da qualidade de vida e do fortalecimento da convivência escolar: um relato de experiencia

Basketball in motion: the team sport as a tool for promoting physical health, quality of life, and strengthening school coexistence.

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

Marcos Vinicius de Almeida Mesquita¹, David Amazonas Da Silva¹, Marcos Joede Pereira Silva¹, Carlos Eduardo Feitosa¹, Silvaney Rodrigues Barbosa¹, Gomes Gato Samuel¹, Maria Regiane Ferreira da Silva², Davy da Silva Mendes², Joaquim Albuquerque Viana², Alessandra Bárbara César de Freitas Boaventura², Gleiser Barroso Barbosa²

¹Acadêmico do Curso de Educação Física – UniNorte

²Docente do Curso de Educação Física – UniNorte

Resumo

O presente relato de experiência tem como objetivo analisar a utilização do basquete enquanto ferramenta pedagógica no contexto escolar, destacando seu potencial para promover o desenvolvimento motor, a saúde física e a convivência social entre os estudantes. As intervenções foram realizadas no Colégio Márcio Nery, com turmas do 3º período do turno matutino, mediante práticas orientadas que incluíram aquecimento, exercícios manipulativos com bola e jogos adaptados às características da turma. Metodologicamente, caracteriza-se como estudo de natureza descritiva, fundamentado na observação direta das ações, o que permitiu acompanhar o engajamento dos alunos, bem como avaliar o comportamento, o desempenho motor e as interações sociais manifestadas ao longo das atividades. Os resultados evidenciaram melhorias significativas em habilidades motoras como coordenação, equilíbrio, condução de bola e domínio dos fundamentos técnico-táticos da modalidade. Observou-se também desenvolvimento de aspectos socioemocionais, tais como cooperação, respeito às regras, senso de responsabilidade coletiva e ampliação do diálogo entre os estudantes durante as práticas. Além disso, identificou-se incremento na motivação e na participação ativa, revelando maior interesse pela prática esportiva e pelas dinâmicas propostas. Conclui-se que o basquete, quando orientado pedagogicamente, constitui uma ferramenta relevante para integração entre movimento, saúde e valores sociais, reafirmando sua importância como prática educativa na escola. Assim, a experiência apresentada reforça o papel da Educação Física enquanto espaço privilegiado para o desenvolvimento integral, articulando dimensões físicas, cognitivas e socioemocionais por meio do esporte.

Palavras-chave: Basquete Escolar; Desenvolvimento Motor; Saúde e Qualidade de Vida; Convivência Social; Trabalho em Equipe.

Abstract

This experience report aims to analyze the use of basketball as a pedagogical tool in the school context, highlighting its potential to promote motor development, physical health, and social interaction among students. The intervention was carried out at Colégio Márcio Nery with third-grade morning classes, through guided practices that included warm-up routines, ball-handling exercises, and adapted games according to the students' characteristics. Methodologically, this study is descriptive in nature and based on direct observation, which allowed monitoring student engagement as well as evaluating behavior, motor performance, and social interactions demonstrated throughout the activities. The results showed significant improvements in motor skills such as coordination, balance, ball control, and mastery of basic technical-tactical fundamentals of the sport. Socio-emotional aspects were also enhanced, including cooperation, respect for rules, collective responsibility, and greater communication among students during the activities. Moreover, increased motivation and active participation were observed, indicating greater interest in sports practice and in the educational dynamics proposed. It is concluded that basketball, when pedagogically oriented, is a relevant tool for integrating movement, health, and social values, reinforcing its importance as an educational practice within the school environment. Therefore, this experience highlights the role of Physical Education as a privileged space for fostering integral development, articulating physical, cognitive, and socio-emotional dimensions through sport.

Keywords: School Basketball; Motor Development; Health and Quality of Life; Social Interaction; Teamwork.

1. Introdução

O movimento humano constitui expressão essencial da corporeidade e, historicamente, tem sido compreendido como dimensão estruturante do desenvolvimento integral do sujeito. No campo da Educação Física escolar, as práticas esportivas assumem



papel estratégico na formação cultural, social e motora dos estudantes, uma vez que articulam regras, interação, tomada de decisão e construção de identidades no contexto escolar (BRACHT, 2011). Entre os esportes coletivos, o basquetebol destaca-se por integrar habilidades como coordenação, velocidade, estratégia, cooperação e comunicação, configurando-se como modalidade propícia para o desenvolvimento de múltiplas competências, sejam motoras, cognitivas ou socioemocionais (DARIDO; RANGEL, 2019).

Do ponto de vista da saúde, pesquisas apontam que a prática sistematizada do esporte contribui significativamente para o aprimoramento cardiorrespiratório, fortalecimento muscular, coordenação global e capacidades psicomotoras (GALLAHUE; OZMUN, 2021). Paralelamente, o contexto escolar contemporâneo tem revelado preocupações emergentes relacionadas ao sedentarismo, à ansiedade e à baixa adesão às práticas corporais, reforçando a importância de intervenções pedagógicas capazes de promover hábitos saudáveis e experiências corporais significativas entre crianças e adolescentes (BRASIL, 2020; WHO, 2022). Assim, o basquete em movimento configura-se como recurso pedagógico capaz de dialogar simultaneamente com aspectos motores, preventivos e de promoção da saúde.

No campo da convivência, os esportes coletivos funcionam como microespaços sociais que favorecem vínculos, a mediação de conflitos e o exercício de valores como respeito, empatia e corresponsabilidade (PAES; BALBINO, 2014). Durante o jogo, os estudantes são desafiados a negociar, cooperar, comunicar-se e compartilhar objetivos, construindo aprendizagens que ultrapassam a dimensão física e alcançam dimensões éticas e cidadãs. Assim, quando intencionalmente orientado, o jogo deixa de ser apenas entretenimento e passa a constituir instrumento pedagógico e socializador, capaz de promover inclusão e fortalecer a cultura escolar de cooperação.

Nessa perspectiva, considerar o basquetebol como prática educativa significa compreender sua capacidade de articular saúde, qualidade de vida e convivência escolar, contribuindo para a formação integral dos estudantes em suas dimensões físicas, cognitivas, emocionais e sociais. A Educação Física, como componente curricular, deve assumir essa centralidade formativa, oferecendo experiências que ampliem repertórios motores e desenvolvam competências alinhadas às demandas educacionais contemporâneas previstas pela BNCC (BRASIL, 2018).

Diante desse cenário, o presente relato de experiência tem como objetivos analisar o basquete enquanto ferramenta pedagógica capaz de promover saúde e qualidade de vida, compreender sua contribuição para o fortalecimento da convivência escolar e discutir sua aplicabilidade em práticas educativas inclusivas e significativas. Busca-se evidenciar a pertinência dessa modalidade para a formação integral do estudante e para a atuação crítica do professor de Educação Física no contexto escolar contemporâneo.

2. Metodologia

A metodologia adotada neste estudo fundamentou-se em uma abordagem prática, descritiva e qualitativa, centrada na observação direta das respostas motoras, sociais e comportamentais dos estudantes diante das atividades propostas. As intervenções ocorreram no Colégio Márcio Nery, junto às turmas do 3º período do turno matutino, possibilitando o desenvolvimento das ações em um ambiente pedagógico cotidiano e familiar aos estudantes, condição essencial para a fidedignidade da experiência relatada. A escolha do público-alvo considerou a faixa etária e o nível de desenvolvimento motor dos participantes, aspectos que favorecem aprendizagens fundamentadas na ludicidade, na vivência corporal e na construção de habilidades sociais mediadas pelo esporte coletivo (DARIDO; RANGEL, 2019).

O estudo configurou-se como pesquisa de campo, uma vez que as atividades foram aplicadas diretamente no espaço escolar, permitindo observar de forma concreta o envolvimento dos estudantes com a prática esportiva. As dinâmicas incluíram aquecimento preparatório, exercícios manipulativos com bola e jogos adaptados, planejados para estimular a coordenação motora, a cooperação e a compreensão dos fundamentos do basquetebol. As ações foram mediadas por acadêmicos do curso de Educação



Física, responsáveis pela explicação, organização dos materiais, orientação técnico-pedagógica e acompanhamento das interações geradas durante as atividades.

Para a coleta dos dados, utilizou-se a observação sistemática como instrumento principal, registrando elementos relacionados à participação, interação entre os estudantes, engajamento, tomada de decisão, comunicação, compreensão das regras e desempenho motor. Esses registros foram realizados em diário de campo, possibilitando posterior análise qualitativa dos comportamentos apresentados. Tal metodologia é coerente com estudos qualitativos na área da Educação Física escolar, os quais defendem a análise interpretativa das vivências como dimensão essencial para compreender o processo educativo no interior das práticas corporais (BETTI; ZULIANI, 2002).

Além disso, foram registradas percepções espontâneas dos estudantes durante e após as atividades, o que contribuiu para ampliar a compreensão acerca dos efeitos da intervenção no interesse, na motivação e na construção de vínculos socioafetivos em torno da prática esportiva. A sistematização desses registros permitiu a elaboração do presente relato de experiência, garantindo validade descritiva e coerência metodológica entre os objetivos propostos e as estratégias de intervenção adotadas.

3. Resultados e Discussões

A aplicação das atividades de basquetebol no Colégio Márcio Nery, junto às turmas do 3º período, evidenciou resultados expressivos tanto no desenvolvimento motor quanto nas dimensões sociais e comportamentais dos estudantes. Ao longo das intervenções, observou-se aumento progressivo do engajamento, da participação ativa e do interesse dos alunos pela modalidade, aspecto diretamente relacionado à vivência lúdica, ao movimento corporal e à dinamicidade das práticas esportivas trabalhadas. A familiarização gradual com os materiais – especialmente a bola de basquete – favoreceu maior segurança durante a execução dos gestos, elemento essencial para a construção de aprendizagens motoras significativas, conforme apontam Darido e Rangel (2019).

No que se refere ao desenvolvimento motor, os resultados demonstraram aprimoramento da coordenação, do equilíbrio e da mobilidade. As atividades de passes, dribles, recepção e pequenos deslocamentos permitiram aos estudantes desenvolver controle corporal e melhora na precisão dos movimentos, ainda que muitos apresentassem dificuldades iniciais. A repetição das atividades e a adaptação pedagógica produzida pelo mediador contribuíram para o aperfeiçoamento dos fundamentos e para o fortalecimento da autonomia motora, corroborando pesquisas que enfatizam o papel das práticas esportivas na formação de habilidades psicomotoras (BETTI; ZULIANI, 2002).

No âmbito socioemocional e comportamental, verificaram-se avanços significativos relacionados à cooperação, respeito às regras, comunicação e trabalho coletivo. A mediação pedagógica orientada e os jogos adaptados favoreceram vivências de tomada de decisão compartilhada, responsabilidade grupal e diálogo entre colegas, possibilitando um ambiente de convivência escolar mais colaborativo. As interações apresentaram progressiva redução de conflitos e fortalecimento de vínculos, indicando que a prática esportiva atuou como mediadora de valores sociais essenciais, resultado que se aproxima das discussões de Marques e Gaya (2019) acerca da importância do esporte na construção de atitudes éticas e cooperativas.

Dessa forma, os resultados obtidos evidenciam que o basquete, quando trabalhado pedagogicamente, constitui uma ferramenta eficaz para integrar aprendizagem motora, formação socioemocional e promoção de convivência saudável no contexto escolar, reforçando seu potencial educativo enquanto prática corporal significativa.

4. Considerações Finais

A experiência desenvolvida com o projeto *Basquete em Movimento* no Colégio Márcio Nery permitiu evidenciar de forma concreta o potencial pedagógico do esporte coletivo no contexto escolar, especialmente no que se refere à promoção do desenvolvimento motor, social e comportamental dos estudantes. Os resultados observados demonstram que o basquetebol, quando



trabalhado sob perspectiva educativa, extrapola a dimensão técnica e esportiva, sendo configurado como prática formativa capaz de integrar saúde, cooperação, convivência e construção de valores sociais fundamentais para a formação integral dos alunos.

No âmbito motor, constatou-se evolução significativa em aspectos relacionados à coordenação, ao equilíbrio, à condução da bola e aos deslocamentos, revelando que a vivência corporal sistematizada favorece o desenvolvimento de capacidades psicomotoras de maneira progressiva. A utilização de jogos adaptados e dinâmicas específicas contribuiu para a compreensão das regras e fundamentos básicos do basquete, possibilitando aos alunos experimentarem desafios que fortaleceram autonomia, confiança corporal e senso de superação, aspectos amplamente discutidos na literatura da Educação Física escolar.

Em relação às dimensões socioemocionais, o projeto mostrou-se eficaz ao estimular atitudes cooperativas, comunicação assertiva, respeito às regras e senso de responsabilidade coletiva. As interações estabelecidas durante as práticas possibilitaram aprimorar a convivência escolar, refletindo em relações mais harmoniosas, colaborativas e respeitosas entre os estudantes. Tais elementos reforçam o papel do basquete como instrumento de construção de vínculos sociais e promoção de valores que dialogam com os princípios de cidadania, ética e convivência previstos na BNCC.

Apesar dos resultados positivos, reconhecem-se limitações inerentes ao tempo reduzido de intervenção e à ausência de acompanhamento longitudinal que permita mensurar impactos a médio e longo prazo. Contudo, os dados obtidos indicam que a ampliação desse tipo de projeto contribuiria para consolidar ainda mais as aprendizagens motoras e sociais, reforçando a importância de iniciativas contínuas no ambiente escolar.

Assim, conclui-se que o basquete, enquanto prática corporal orientada pedagogicamente, constitui uma ferramenta significativa para a promoção da saúde, do desenvolvimento integral e da convivência escolar, reafirmando o papel da Educação Física como componente curricular capaz de articular corpo, conhecimento e valores sociais. Além disso, recomenda-se a continuidade de ações semelhantes, que possam ampliar as oportunidades de vivência esportiva e fortalecer a formação humana por meio do movimento e da cultura corporal.



Referências Bibliográficas

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018

COSTA, R. A.; ALMEIDA, F. C. O esporte coletivo como prática pedagógica para a convivência escolar. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 37, n. 2, p. 45-58, 2023

GOMES, P. L.; LOPES, D. S.; MOURA, J. R. Atividade física e saúde: contribuições do basquete escolar. Revista de Ciências do Esporte e Educação, v. 42, n. 1, p. 112-124, 2021.

OLIVEIRA, A. C.; MENEZES, T. F. Esporte escolar e inclusão social: reflexões pedagógicas.

Caderno de Educação Física e Sociedade, v. 33, n. 3, p. 76-89, 2022.

SILVA, J. F.; SANTOS, M. R. O basquete como ferramenta de aprendizagem e convivência no espaço escolar. Revista Educação e Movimento, v. 25, n. 1, p. 88-101, 2020.

NASCIMENTO, A. M.; REIS, V. H.; FERREIRA, R. L. O esporte como recurso pedagógico para promoção da saúde e convivência escolar. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 44, n. 3, p. 1-12, 2022.

SILVEIRA, T. R.; CARDOSO, J. P. O basquete escolar e a formação cidadã: reflexões sobre prática pedagógica. Revista Movimento, v. 27, p. 1-15, 2021.

TORRES, L. C.; MARTINS, E. S.; GOMES, F. A. Projetos de extensão em Educação Física: impactos na escola e na comunidade. Revista Educação em Questão, v. 61, n. 2, p. 1-20, 2023.

VIEIRA, C. H.; LIMA, A. R. Esporte coletivo e qualidade de vida: possibilidades no espaço escolar. Caderno de Educação Física e Esporte, v. 41, n. 1, p. 67-79, 2020.

BRACHT, Valter. Educação Física e aprendizagem social. Campinas: Autores Associados, 2011.

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

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Brasília, 2020.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade (orgs.). Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2019.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Porto Alegre: AMGH, 2021.

PAES, Viviane; BALBINO, Hermínio. Pedagogia do esporte: conceitos, perspectivas e desafios. São Paulo: Cortez, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. Global recommendations on physical activity for health. Geneva, 2022.