



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

A PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO COMO ACOLHIMENTO UNIVERSITÁRIO NA UNIVASF

Emilly Silva e Silva¹; Maria Antônia Lôla Gonçalves²; Yara Lucy Fidelix³; Erika Höfling Epiphany⁴; William Nascimento da Silva⁵.

Introdução: A aproximação entre escola pública e universidade constitui uma estratégia relevante para a democratização do ensino superior e fortalecimento de projetos de vida na adolescência. Nesse contexto, a Liga Acadêmica de Psicologia do Esporte e Exercício (LAPEEX), vinculada à Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), participou do projeto “Passaporte para o Futuro”, recebendo estudantes do ensino médio da Escola Professora Adelina Almeida, com o intuito de promover vivências no ambiente universitário. Diante disso, o presente trabalho busca discutir como a Psicologia do Esporte pode contribuir como estratégia de acolhimento e inclusão de estudantes no contexto universitário e ainda apresentar a prática física como facilitadora da saúde física e mental.

Referencial teórico: A adolescência é marcada por transformações físicas, emocionais e identitárias, sendo o esporte um importante mediador do desenvolvimento integral. A prática corporal favorece a autoestima, cooperação, autorregulação emocional e senso de pertencimento, além de contribuir para a construção da percepção de capacidade e inserção social. No ambiente universitário, essas práticas podem reduzir barreiras simbólicas e minimizar a ansiedade diante de espaços desconhecidos, especialmente entre jovens que não se reconhecem como pertencentes à universidade pública.

Desenvolvimento do trabalho/Discussão: As atividades ocorreram na quadra do colegiado de Educação Física da UNIVASF, campus Petrolina, sendo conduzidas por quatro ligantes, nos dias 5 e 12 de novembro de 2025, com aproximadamente 60 estudantes por dia, totalizando cerca de 120 participantes, além de professores e equipe de apoio. Foram realizadas dinâmicas corporais coletivas, de caráter lúdico e inclusivo, como dança, agachamentos, polichinelos e outros exercícios, voltadas à interação, à ambientação ao espaço acadêmico e ao incentivo à participação ativa. Durante as práticas, foram propostas reflexões guiadas sobre a relação entre corpo e mente, bem como sobre o papel da atividade física na saúde mental, física e social. A intervenção buscou promover acolhimento inicial, reduzir tensões e possibilitar que os estudantes ocupassem simbolicamente o espaço universitário por meio do movimento. Observou-se adesão parcial, marcada por vergonha e resistência à exposição corporal, evidenciando aspectos emocionais próprios da adolescência. Ainda assim, as atividades favoreceram interações significativas e possibilitaram diálogos sobre o esporte como campo profissional, além de evidenciar um significativo desconhecimento dos estudantes acerca do funcionamento da universidade, das formas de ingresso e das políticas de permanência, o que se articulava a uma percepção de não pertencimento a esse espaço. Observou-se que, ao longo da prática, esse cenário começou a ser ressignificado, uma vez que muitos passaram a reconhecer a universidade como uma possibilidade concreta, expressando interesse em ingressar e se perceber como parte desse contexto.

Conclusões: A experiência evidenciou que a Psicologia do Esporte e do Exercício pode ultrapassar o foco no rendimento e atuar como



VI ENNEPE

ENCONTRO NORTE-NORDESTE DE PSICOLOGIA DO ESPORTE

estratégia de acolhimento, inclusão e fortalecimento identitário. Mesmo com adesão parcial, a vivência corporal mostrou-se potente para reduzir distâncias simbólicas entre escola pública e universidade, apontando que a integração entre essas instituições, mediada pelo esporte, pode favorecer o acesso, a sensação de pertencimento e a permanência no ambiente universitário.

Palavras-chave: Juventude; Inclusão Social; Acesso ao Ensino Superior; Vivência Corporal; Projeto de Vida.

Eixo: Práticas corporais, saúde mental e lazer.