Influência do Esporte no Desenvolvimento Infantil

Autor(res)

Alessandro Aguiar De Paula
Mateus Nino Lima
Antônio Gabriel Matos Da Costa
Lucas De Oliveira Araujo
Giovanni Rosseto Avanso De Almondes

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

UNIFIL - CENTRO UNIVERSITÁRIO FILADÉLFIA

Introdução

O desenvolvimento infantil é um processo complexo e multifacetado, que envolve aspectos físicos, cognitivos, emocionais e sociais, assim como melhor discutido por autores como Piaget (1964); Erikson (1987); e Papalia e Martorell (2022). Ao longo da infância, as experiências vivenciadas desempenham um papel fundamental na construção de habilidades, na formação da personalidade e na promoção da saúde integral. Nesse contexto, observa-se que a prática esportiva surge como uma ferramenta potente, capaz de impactar positivamente diversos aspectos do desenvolvimento das crianças.

A sociedade contemporânea tem enfrentado desafios significativos, como: o aumento do sedentarismo infantil, dificuldades de socialização, transtornos emocionais e à crescente exposição ao uso excessivo de telas. Tais fatores podem comprometer o desenvolvimento saudável das crianças, tornando cada vez mais urgente a busca por estratégias que promovam o bem-estar e estimulem uma infância ativa, participativa e equilibrada. Segundo Da Silva, Dos Santos Silva e Neto (2017), ressalta-se a importância de que a vivência de tais práticas seja incentivada desde cedo no contexto em que vive, seja familiar, escolar ou comunitário.

Diante desse cenário, torna-se necessário compreender de que maneira o esporte e a atividade física contribuem para o desenvolvimento infantil. Estudos demonstram que, além dos benefícios físicos, a prática esportiva favorece o desenvolvimento de competências cognitivas, emocionais e sociais, como: disciplina, resiliência, trabalho em equipe, empatia e capacidade de resolução de problemas, assim como corroborado em pesquisa conduzida por Dos Santos, Zechin e Zechin (2025), ao destacarem a importância de atividades físicas no ambiente escolar e a falta que a mesma causou durante a pandemia do COVID-19. Isso reforça a importância do esporte não apenas como meio de lazer, mas também como um instrumento educativo e formativo.

Objetivo

O estudo tem como objetivo analisar as influências do esporte no desenvolvimento infantil, abrangendo dimensões físicas, cognitivas, emocionais e sociais.

Material e Métodos

Para atender ao objetivo deste estudo, foi realizada uma pesquisa bibliográfica e exploratória, de abordagem qualitativa, fundamentada na legislação, em livros e artigos científicos relacionados ao tema. Destacam-se, entre os materiais analisados, produções que abordam as influências do esporte no desenvolvimento infantil, bem como o Estatuto da Criança e do Adolescente (Brasil, 1990).

A seleção dos autores e das obras consultadas ocorreu a partir de critérios de relevância e aderência à temática, buscando-se articular os dados normativos com as contribuições teóricas que embasam a discussão proposta. Foram utilizados, como critério de inclusão, estudos que abordam a relevância do tema, textos disponíveis na íntegra e de acesso aberto, e que contenham pesquisas com crianças na faixa etária de 3 a 12 anos incompletos. Por outro lado, foram excluídos textos indisponíveis na íntegra, que tratam de adolescentes e/ou adultos, e que focam apenas em esportistas de alto rendimento ou nível competitivo.

O trabalho é estruturado em torno de diversos tópicos, que incluem: "Aspectos gerais do desenvolvimento infantil", "Fases da Infância", "A criança no contexto legal: Concepções a partir do ECA", "Atividade física e esporte na infância", "Influência do esporte no desenvolvimento físico, cognitivo e socioemocional das crianças", "O papel do ambiente: Família, Escola e Comunidade" e "Limites e desafios na promoção do esporte infantil".

Resultados e Discussão

Segundo Gallahue e Ozmun (2013), a prática esportiva na infância é essencial para o desenvolvimento motor, pois proporciona experiências corporais fundamentais para o equilíbrio, coordenação, força e percepção espacial. A literatura analisada destaca que o esporte contribui de forma ampla para o desenvolvimento infantil, promovendo avanços não apenas físicos, mas também cognitivos, emocionais e sociais. Autores como Fonseca (2018), Barbosa e Assunção (2020) ressaltam que o movimento está diretamente relacionado à cognição, sendo o esporte um estímulo importante para funções como atenção, memória, raciocínio e tomada de decisões. Tais habilidades, quando exercidas em contextos cooperativos, tendem a gerar impactos duradouros na aprendizagem e na resolução de problemas.

Do ponto de vista socioemocional, a prática esportiva permite que a criança vivencie situações de desafio, superação, frustração e conquista, assim como corroborado em pesquisa realizada por Teles et al. (2025), dado que obteve-se resultados que comprovam a influência positiva que a prática de futebol infantil exerceu sobre o grupo analisado (crianças de 4 a 5 anos de idade).

No entanto, Vargas Neto e Voser (2001) afirmam que é preciso ter cautela e atenção frente à competitividade precoce e à ênfase excessiva em resultados, pois tais fatores podem gerar estresse, ansiedade e até o abandono da prática. Acrescenta-se a ausência de políticas públicas eficazes, à escassez de espaços públicos e carência de profissionais qualificados - comprometendo a qualidade das experiências esportivas ofertadas.

Portanto, torna-se imprescindível que a prática esportiva seja devidamente apresentada e incentivada às crianças, prezando pela ludicidade, educação e inclusão, respeitando as fases do desenvolvimento e maturidade. Para isso, é fundamental que a família, escola e comunidade atuem de maneira conjunta, buscando garantir que o esporte exerça sua função formativa, contribuindo para a saúde, aprendizagem e desenvolvimento saudável do indivíduo.

Conclusão

O esporte contribui significativamente para o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social na infância. Quando praticado em contextos saudáveis, promove habilidades motoras e socioemocionais, além de apoiar processos educativos. A efetividade desses benefícios requer atuação conjunta de família, escola e comunidade, com práticas inclusivas e estrutura adequada. Reconhecer o esporte como direito é essencial para políticas públicas que promovam o desenvolvimento integral infantil.

Referências

BARBOSA, N. S.; ASSUNÇÃO, J. R. Educação física e psicomotricidade: fatores associados ao desenvolvimento cognitivo infantil. Diálogos e Perspectivas Interventivas, v. 1, p. e9984-e9984, 2020.

BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 15 jun. 2025.

DA SILVA, G. C.; DOS SANTOS SILVA, R. A.; NETO, J. L. C. Saúde mental e níveis de atividade física em crianças: uma revisão sistemática. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 25, n. 3, p. 607-615, 2017.

DOS SANTOS, A. R; ZECHIN, J. P.; ZECHIN, E. J. A influência da família na prática de atividade física em crianças e adolescentes: uma revisão integrativa (2020-2025). Brazilian Journal of Health Review, v. 8, n. 4, p. 1-12, 2025.

ERIKSON, E. H. Infância e Sociedade. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar editors, 1987.

FONSECA, V. D. Neuropsicomotricidade: Ensaio sobre as relações entre corpo, motricidade, cérebro e mente. Rio de Janeiro: Editora Wak, 2018.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 7. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. Desenvolvimento humano. 14. ed. Porto Alegre: McGraw Hill Brasil, 2022.

PIAGET, J. A formação do símbolo na criança: Imitação, jogo e sonho, imagem e representação. 3. ed. Rio de Janeiro: LTC, 1964.

TELES, A. D. S. G. et al. O futebol infantil como ferramenta para o desenvolvimento socioemocional: competitividade, cooperação e aprendizagem lúdica na primeira infância. Aracê, v. 7, n. 2, p. 8748-8767, 2025.

VARGAS NETO, F. X. D.; VOSER, R. D. C. Aspectos pedagógicos das atividades físico-desportivas aplicadas à criança. Canoas: ULBRA, 2001.