



Esporte, Ensino e Conquistas: impactos do Treinamento Esportivo continuado no Campus Canoinhas

Vitor Rigon Provenci | vitor.rp2009@aluno.ifsc.edu.br¹

Saulo Testa | saulo.testa@ifsc.edu.br²

Edital de fomento do trabalho 2025_DIREN-PROEN 01 - Apoio a Projetos de Ensino
Trabalho de Ensino
DT 5 - Saúde, Qualidade de Vida, Alimentação e Bem-Estar Social

Resumo:

O Treinamento Esportivo longitudinal no Campus Canoinhas buscou desenvolver os aspectos técnicos e táticos dos estudantes nas modalidades de Atletismo, Handebol, Voleibol e Futsal, de forma integrada com aspectos biopsicossociais. Objetivando ampliar os conhecimentos dos Esportes para além das aulas regulares de Educação Física, o projeto se estruturou com treinos semanais para cada uma das modalidades, pensado a partir dos métodos Analítico-Sintético e Global. Enquanto resultados, de forma qualitativa observou-se o aumento do desempenho escolar dos alunos atletas, bem como a melhoria nas relações sociais dos participantes e, de forma quantitativa, o aumento do número total de participantes em relação ao ano anterior e, o expressivo aumento de conquistas em competições oficiais. Apesar do desafio fundamental que é a ausência de estrutura de ginásio esportivo no campus, o projeto consolidou as equipes escolares, colocou o campus enquanto polo esportivo na cidade, gerando procura de estudantes que se pretendem ingressantes para as equipes esportivas e contribui para a promoção de saúde dos estudantes.

Palavras-chave: Educação Física; Treinamento Esportivo; Equipes Escolares.

Introdução

A prática esportiva, compreendida como direito universal, atrelada ao aproveitamento do Tempo Livre (Tubino, 2017), vai além da competição e contribui para o desenvolvimento físico, psicológico e social (Albuquerque; Silva Barbosa; Souza, 2023). Em um contexto de aumento do tempo de atividades sedentárias e diminuição da prática de atividades físicas em adolescentes (Luz, 2025), promover a prática esportiva é fundamental na escola.

¹ Estudante do curso Técnico Integrado em Edificações do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina, Campus Canoinhas.

² Professor de Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina, Campus Canoinhas.

No Campus Canoinhas, a Educação Física possui um total de 160h nos Primeiros e Segundos anos do Ensino Médio. O Esporte – um conteúdo da Cultura Corporal conjuntamente com Jogos e Brincadeiras, Lutas, Danças e Ginásticas – é ministrado em cerca de 40h. Nesta limitação temporal e, para romper com a cultura esportivista da Educação Física, o PJ027-2025 Projeto de Ensino - Treinamento Esportivo do Campus Canoinhas surge como estratégia para o ensino do Esporte, com especificidade de modalidades, carga horária maior e compreensão continuada da Didática Esportiva.

O projeto teve como Objetivo Geral: Aprofundar os conhecimentos técnicos e táticos das modalidades esportivas Voleibol, Handebol, Futsal e Atletismo; e, enquanto Objetivos Específicos: OE1) Compreender os aspectos técnicos das modalidades; OE2) Estruturar as equipes representantes da instituição; OE3) Promover saúde e qualidade de vida para os alunos participantes; OE4) Proporcionar atividades físicas para o Tempo Livre.

Fundamentação teórica

Soares *et al.* (1992) reforçam o caráter sociocultural do esporte, não se restringindo à dimensão motora, mas também, compreendendo os valores sociais que o esporte reproduz. Elenor Kunz (1994) propõe que o Esporte na escola, associado às aulas de Educação Física deve analisar criticamente esse fenômeno, sem restringir-se à reprodução técnica (Kunz, 1994).

No Ensino Médio, apesar da importância da ampliação dos saberes, Soares *et al.* (1992) propõem que a Educação Física contemple esportes, jogos, lutas, danças e ginásticas, afastando-se de visões simplistas centradas apenas no treinamento. Quando as práticas esportivas são alinhadas ao projeto pedagógico, contribuem para o desenvolvimento pleno dos estudantes, indo além da simples preparação voltada à competição, superando o paradigma esportivista tão presente Educação Física Escolar.

Desta forma, para competições intraescolares como os Jogos Escolares e Jogos dos Institutos Federais, a formação de equipes escolares não pode acontecer nas aulas de Educação Física, sendo necessário o desenvolvimento de atividades extraescolares, como o Projeto do Treinamento Esportivo se propõe.

Estes programas quando ocorrem de forma continuada durante o ano letivo, ressignificam o fenômeno esportivo enquanto ferramenta educativa, tendo os processos de

aprendizado técnico, tático e psicológico como foco central, independentemente dos resultados de vitória ou derrota (Scaglia, Medeiros e Sadi, 2006).

Por fim, como afirma Dias (2020), a prática regular de atividades esportivas promove melhorias nas habilidades motoras, capacidades físicas, interação social e desenvolvimento psicossocial.

Procedimentos metodológicos

A metodologia de ação do Projeto, quanto à organização semanal, se deu em 4 dias sendo: segunda – Atletismo, terça – Handebol, quarta – Voleibol e quinta – Futsal. À exceção do futsal onde houve somente a equipe masculina, as demais modalidades aconteciam de forma conjunta nos gêneros masculino e feminino.

No processo Técnico-tático – objetivo específico 1 (OE1) – as sessões de treinamento englobavam os métodos analítico-sintético e global (Dietrich et al., 1984), onde em determinados momentos as tarefas eram subdivididas a fim de aprender gestos técnicos ou compreender elementos isolados dos esportes e, posteriormente, sua aplicação global nos jogos. De forma geral, os primeiros 30 minutos buscavam atividades de aquecimento e preparação física, 45 minutos dedicados a tarefas restritas como aprendizado de movimentos específicos das modalidades ou táticas de ação de jogo e, 45 minutos dedicados à prática global da modalidade. Com os 120 minutos de atividades, o OE3, era atingido, auxiliando a aproximar a prática de atividade física aos 150 minutos preconizados pela Organização Mundial da Saúde enquanto tempo semanal ideal.

Na iminência de competições, a fim de atender o OE2, eram selecionados dentro do limite das vagas da Competição o quantitativo de representantes que melhor apresentavam rendimento esportivo, porém, sem prejuízo à participação no treinamento daqueles que não eram selecionados;

Por fim, para o OE4, uma vez que os estudantes participantes do projeto levavam suas práticas para momentos de lazer, como pôde ser observado a partir das redes sociais dos alunos e dos relatos que os mesmos traziam ao professor.

Resultados e discussões

Os resultados obtidos com o projeto são observados em aspectos qualitativos e quantitativos. Os aspectos qualitativos são descritos a partir da vivência com os alunos: foram apontadas melhorias no rendimento escolar dos alunos atletas pelos docentes, situação que dialoga com os achados de Telford *et al.*, (2011) e de Peserico, Kravchychyn e Oliveira (2015), bem como discutido em Conselhos de Classe os impactos positivos do treinamento nos atletas. Não é possível apresentar dados quantitativos que ratifiquem esta questão, pela questão legal de sigilo de dados escolares dos estudantes, entretanto, o relato dos colegas docentes vão neste sentido. Foram percebidas criações de vínculos e grupos dos alunos-atletas, atividades sociais realizadas em conjunto e maior convivência dos mesmos nos espaços coletivos do campus, tal como analisado por Borges (2005).

De forma quantitativa, aumento de participantes do projeto em relação ao ano anterior de 74 para 86 estudantes, Futsal Masculino classificado para a fase estadual do JIFSC em 2025 e a equipe de atletismo conquistou 1 ouro, 1 prata e 1 bronze no JIFSC 2025. No início de 2026 as equipes estruturadas no Projeto participaram da fase municipal dos Jogos Escolares obtendo: 2º lugar para o vôlei de quadra e praia feminino, 3º lugar para o vôlei de quadra e praia masculino, 3º lugar para o handebol masculino, 1º lugar para o handebol feminino e, no atletismo, 6 ouros, 6 pratas e 7 bronzes. Além do trabalho das modalidades coletivas, a influência do Projeto incentivou a formalização do Clube de Xadrez que garantiu 2 ouros e 1 prata nesta competição.

O aluno bolsista, além das conquistas em competições escolares, iniciou sua profissionalização esportiva e atualmente faz parte da equipe de atletismo de Jaraguá do Sul. Dois estudantes do Atletismo conseguiram financiamento do IFSC e representarão a instituição na Maratona Internacional de Punta del Este, no Uruguai.

Considerações finais

O caminho percorrido pelo processo de Treinamento Esportivo sistematizado e longitudinal mostra que a decisão de transformar as atividades de treinamento em projeto contínuo promove o desenvolvimento integral dos estudantes participantes. As conquistas, sejam medalhas, títulos, melhora na saúde, rendimento escolar, formação de grupos, viagens ou experiências, fazem parte do crescimento dos estudantes, sendo um capítulo fundamental e sentimental em suas vidas.



A experiência contínua fez o IFSC Campus Canoinhas ser reconhecido regionalmente como espaço de excelência em ensino técnico e, agora também, como polo esportivo. Diversos estudantes ingressantes em 2026 vieram com o intuito de participar do Treinamento e compor as equipes, e já foram registradas manifestações nesse sentido para ingressantes de 2027.

Quanto à participação do estudante bolsista, o trabalho no projeto e o financiamento mostraram-se fundamentais para aprofundar seu desejo de seguir carreira no Esporte. Esse fator mostra o quão fundamental é oportunizar vivências variadas para que cada indivíduo construa seu caminho.

Uma limitação persistente em Canoinhas é a ausência de ginásio no campus, obrigando a busca de parcerias entre o IFSC, escolas públicas e a prefeitura municipal para cessão de espaços.

Como proposta para futuras atividades, surge a necessidade de avaliar sistematicamente o impacto psicológico e motivacional dos estudantes participantes do treinamento, para identificar possibilidades, limitações e caminhos na pedagogia esportiva dos próximos projetos.

Referência ao fomento recebido

Agradecemos o financiamento do IFSC, garantido pelo Edital 01/2025 DIREN-PROEN 01 - Apoio a Projetos de Ensino.

Referências

ALBUQUERQUE, Patricia Lima de; BARBOSA, Roberta Natália da Silva; SOUZA, Júlio César Pinto de. O efeito da prática do esporte na saúde mental dos adolescentes. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 15, n. 11, p. 13744-13764, 2023.

BORGES, Carlos Nazareno Ferreira. **Um só coração e uma só alma: as influências da ética romântica na intervenção educativa salesiana e o papel das atividades corporais**. 2005. Tese (Doutorado), Universidade Gama Filho. Rio de Janeiro.

DIAS, Kátia Gonçalves. A contribuição do treinamento desportivo escolar no desenvolvimento do aluno. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 05, Ed. 09, Vol. 07, pp. 108-119. Setembro de 2020.

KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ed. Unijuí, 1994.



LUZ, Gislayne Araujo. **Tempo de tela e nível de atividade física de adolescentes em um instituto federal do Piauí**. Monografia (graduação) - Universidade Estadual do Piauí - UESPI, Curso de Licenciatura Plena em Educação Física, Campus Professor Barros Araújo, Picos - PI, 2025.

SCAGLIA, Alcides José; MEDEIROS, Mara; SADI, Renato Sampaio. Competições Pedagógicas e Festivais Esportivos: questões pertinentes ao treinamento esportivo. **Revista Virtual EFArtigos**, v. 3, n. 23, 2006.

PESERICO, Cecília Segabinazi; KRAVCHYCHYN, Claudio; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bássoli de. ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE ESPORTE E DESEMPENHO ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 18, n. 2, 2015.

SHIGUNOV, Viktor; ANFILO, Milton Aparecido. A influência da competição esportiva do comportamento social e afetivo dos atletas em idade escolar. **Sonoo, CN; Souza, C.; Oliveira, AAB de. Educação Física e esportes: os novos desafios da formação profissional. Maringá: UEM**, 2002.

TELFORD, Richard et al. Physical Education, Obesity, and Academic Achievement: A 2-Year Longitudinal Investigation of Australian Elementary School Children. **American Journal of Public Health**, v. 20, n. 11, 2011.

TUBINO, Manoel. **O que é esporte**. São Paulo: Brasiliense, 2017. Ebook.