

A INFLUÊNCIA DO ATLETISMO NA EDUCAÇÃO BÁSICA: SUBSÍDIOS CIENTÍFICOS E CONTRIBUIÇÕES PEDAGÓGICAS

Ivan de Jesus Ferreira^{a,b,c,d}  | **Daurimar Pinheiro Leão**^{a,b,c,d}  | **Milena Pantoja Acioli**

^aUniversidade Federal do Amazonas (UFAM),

^bFaculdade de Educação Física e Fisioterapia (FEFF)

^cGrupo de Pesquisa em Biodinâmica do Movimento Humano

^dLaboratório de Estudos e Pesquisas em Aptidão Física (LEPAFI)

RESUMO

O atletismo, como conteúdo da Educação Física escolar, possui um papel significativo na formação integral dos estudantes da Educação Básica, contribuindo para o desenvolvimento físico, cognitivo, afetivo e social. Este estudo analisa a influência do atletismo nesse contexto, destacando subsídios científicos que demonstram seus benefícios no aprimoramento das habilidades motoras, no bem-estar psicológico e na promoção de vínculos sociais positivos. A prática regular do atletismo estimula competências motoras fundamentais e pode atender a necessidades psicológicas básicas, como a autonomia e o senso de competência. Além disso, sua abordagem lúdica, quando aliada a metodologias eficazes, favorece o engajamento estudantil e amplia o repertório motor dos alunos, contribuindo para um ensino mais inclusivo e significativo. Apesar disso, o atletismo ainda é subutilizado nas escolas, em razão de obstáculos estruturais e pedagógicos. Diante disso, ressalta-se a importância da formação docente e da valorização de práticas corporais contextualizadas, que integrem o esporte à construção do conhecimento e da cidadania.

Palavra-chave: Atletismo. Educação Física. Educação Básica. Desenvolvimento Motor. Ensino Lúdico. Inclusão Escolar.

ABSTRACT

Athletics, as a subject of Physical Education in schools, plays a significant role in the comprehensive education of students in Basic Education, contributing to their physical, cognitive, emotional and social development. This study analyzes the influence of athletics in this context, highlighting scientific evidence that demonstrates its benefits in improving motor skills, psychological well-being and promoting positive social bonds. Regular practice of athletics stimulates fundamental motor skills and can meet basic psychological needs, such as autonomy and a sense of competence. In addition, its playful approach, when combined with effective methodologies, favors student engagement and expands students' motor repertoire, contributing to more inclusive and meaningful teaching. Despite this, athletics is still underutilized in schools due to structural and pedagogical obstacles. In view of this, the importance of teacher training and the appreciation of contextualized physical practices that integrate sports with the construction of knowledge and citizenship is highlighted.

Keyword: Athletics. Physical Education. Basic Education. Motor Development. Playful Teaching. School Inclusion.

INTRODUÇÃO

A Educação Física tem sido progressivamente reconhecida como um campo essencial para o desenvolvimento integral dos estudantes na Educação Básica. Entre os diversos conteúdos abordados nesta disciplina, o atletismo destaca-se por sua relevância pedagógica e por seus impactos positivos em diferentes dimensões do desenvolvimento humano. Essa modalidade esportiva, composta por movimentos naturais como correr, saltar e lançar, contribui de forma expressiva para o aprimoramento das habilidades motoras, o bem-estar psicológico e o desenvolvimento social dos alunos, principalmente quando integrada de forma contextualizada e lúdica ao currículo escolar (SEDORKO; DISTEFANO, 2012; MACHADO, 2015).

Pesquisas recentes indicam que a participação em programas de atletismo pode melhorar significativamente parâmetros como aceleração, salto e mudanças de direção, evidenciando um avanço nas competências motoras dos alunos da educação básica (BAŞKAYA et al., 2023). Além dos ganhos físicos, o atletismo, quando ensinado com metodologias adequadas, também favorece a autonomia, a competência percebida e o estabelecimento de relações sociais positivas, como apontado por Ramón-Aldáz et al. (2023).

Esses aspectos corroboram a ideia de que o ensino do atletismo não deve se limitar à técnica esportiva ou ao rendimento, mas deve ser concebido como um recurso pedagógico integrador e inclusivo.

Autores como Le Boulch (2008) e Borges e Borges (2016) reforçam que o movimento, quando orientado pedagogicamente, pode mediar o desenvolvimento cognitivo e afetivo, evidenciando o papel transversal da Educação Física. Nesse sentido, o atletismo, por sua natureza acessível e adaptável, revela-se como um potente instrumento de ensino-aprendizagem, capaz de articular os saberes do corpo à formação crítica e cidadã dos estudantes.

Contudo, apesar de seu potencial, o atletismo ainda é subutilizado nas escolas brasileiras, em grande parte devido à ausência de infraestrutura, à formação insuficiente dos professores e à permanência de abordagens centradas na competição (SANTOS, 2022; FRANÇA et al., 2012). Frente a esse cenário, torna-se fundamental repensar as práticas pedagógicas, promovendo estratégias didáticas mais lúdicas e inclusivas que valorizem o corpo em movimento como ferramenta de aprendizagem e expressão.

Assim, este estudo tem como objetivo analisar a influência do atletismo no contexto da Educação Básica, destacando suas contribuições pedagógicas e os subsídios científicos que embasam sua importância no desenvolvimento integral dos estudantes.

SUBSÍDIOS CIENTÍFICOS

O atletismo pode influenciar significativamente a educação básica, aprimorando as habilidades motoras, promovendo o bem-estar psicológico e promovendo o desenvolvimento social entre os estudantes. A integração do atletismo nos currículos educacionais não apenas apóia o desenvolvimento físico, mas também contribui para o crescimento cognitivo e emocional. Esse impacto multifacetado ressalta a importância do atletismo no desenvolvimento holístico dos alunos dentro da estrutura da educação básica.

Foi demonstrado que a educação básica em atletismo melhora significativamente as habilidades motoras dos alunos. Por exemplo, um estudo envolvendo 34 estudantes demonstrou melhorias nas habilidades motoras, como salto vertical, salto em distância em pé, aceleração, corrida e mudança de direção após um programa de atletismo de 14 semanas (BAŞKAYA et al., 2023).

Ensinar atletismo de forma lúdica também aprimora as habilidades motoras fundamentais em estudantes mais jovens. Um estudo com estudantes de 9 anos descobriu que o ensino lúdico de atletismo melhorou sua proficiência motora, destacando a importância de envolver métodos de ensino no desenvolvimento de habilidades motoras (MACHADO, 2015).

O ensino de atletismo pode satisfazer necessidades psicológicas básicas, como competência e autonomia, que são cruciais para o bem-estar psicológico dos alunos. Um estudo sobre o modelo de educação esportiva mostrou melhorias significativas nessas áreas, bem como nas metas de amizade, indicando que o atletismo pode promover conexões sociais e crescimento pessoal (RAMÓN-ALDÁZ et al., 2023).

A participação em esportes e educação física está ligada à melhoria da autoestima, cooperação, trabalho em equipe e habilidades de liderança, que são essenciais para o desenvolvimento integral dos alunos (HAZRA & BISWAS, 2015).

Em relação a saúde e desenvolvimento Físico, a participação regular em atividades esportivas é crucial para a saúde física dos estudantes. Ajuda a regular as emoções, melhorar a qualidade do sono e desenvolver hábitos saudáveis, que são vitais para o sucesso acadêmico e o bem-estar geral (NIKOLIĆ, 2018).

A educação esportiva também desempenha um papel no combate à obesidade e problemas de saúde relacionados, promovendo a atividade física e escolhas saudáveis de estilo de vida entre os estudantes (NIKOLIĆ, 2018).

A integração de jogos esportivos aos programas escolares é favorecida tanto por professores quanto por alunos, pois aumenta o prazer e o engajamento nas aulas de educação física (SÜSS et al., 2013).

Métodos e técnicas de ensino eficazes são essenciais para maximizar os benefícios da educação esportiva. Esses métodos devem se concentrar em melhorar o aprendizado motor e garantir que os alunos adquiram e apliquem habilidades motoras de forma eficaz (OLAYAN, 2024).

Embora os benefícios do atletismo na educação básica sejam substanciais, é importante considerar possíveis desvantagens, como o risco de lesões relacionadas ao esporte. A alta incidência de lesões entre jovens atletas destaca a necessidade de programas esportivos equilibrados e seguros que priorizem a saúde e o bem-estar dos alunos (MITCHELL, 2004).

CONTRIBUIÇÕES PEDAGÓGICAS

A Educação Física escolar tem, nas últimas décadas, sido compreendida como um campo de saber interdisciplinar que vai além da atividade corporal per se, contribuindo com a formação integral dos sujeitos nos aspectos físicos, cognitivos, afetivos e sociais. Nesse contexto, o atletismo, enquanto conteúdo pedagógico, emerge como uma ferramenta potencial para o desenvolvimento integral dos estudantes, especialmente na Educação Básica, desde que trabalhado de forma adequada e contextualizada. Apesar disso, muitos profissionais ainda

enfrentam dificuldades metodológicas e estruturais para inseri-lo de maneira efetiva nas práticas escolares.

Segundo Le Boulch (2008), o movimento corporal, quando bem orientado, favorece a construção da identidade e do pensamento crítico dos alunos, atuando como ponte entre o corpo e a mente. A Educação Física é uma das únicas disciplinas capazes de promover essa relação concreta entre os domínios psicomotor e cognitivo. O autor ressalta que a transversalidade do conhecimento ocorre quando o conteúdo é experienciado de forma integrada, ligando corpo, emoção, razão e interação social.

No Ensino Fundamental, fase da escolarização marcada por intensas transformações biológicas e cognitivas, o trabalho com o corpo torna-se ainda mais importante. A psicomotricidade, por exemplo, é considerada por Borges e Borges (2016) como uma das bases da aprendizagem escolar, sendo indispensável à construção de habilidades como atenção, memória, organização espacial e coordenação. Assim, conteúdos que promovam o desenvolvimento motor, como o atletismo, tornam-se essenciais no planejamento pedagógico dessa etapa.

Neste contexto, o atletismo como conteúdo da Educação Física Escola é considerado uma das modalidades esportivas mais antigas da humanidade e é composto por movimentos naturais como correr, saltar e lançar. Esses gestos são comuns ao cotidiano infantil, o que torna o atletismo uma prática acessível e significativa, mesmo em ambientes com poucos recursos. Sedorko e Distefano (2012) destacam que o atletismo, por sua versatilidade, pode ser adaptado a diferentes realidades escolares e idades, promovendo desafios motores que favorecem o desenvolvimento integral.

De acordo com Gomes (2010), o atletismo é o “esporte-base”, pois oferece fundamentos que dialogam com outras práticas corporais e modalidades esportivas. Além disso, sua prática contribui para o desenvolvimento das capacidades físicas como força, velocidade, resistência e flexibilidade, bem como habilidades cognitivas, como concentração e tomada de decisão (BRAGADA, 2020).

Por isso, o atletismo escolar não deve ser ensinado apenas como técnica esportiva ou voltado para a competição, mas sim como uma estratégia didático-pedagógica centrada na ludicidade, inclusão e formação humana.

Apesar de sua relevância, o atletismo ainda é subutilizado nas escolas. Santos (2022), em uma revisão narrativa da literatura, identificou que muitos docentes restringem o ensino dessa modalidade às provas de velocidade e saltos, deixando de explorar todo seu potencial pedagógico. A ausência de infraestrutura, a formação inicial deficiente e a falta de formação

continuada foram apontadas como os principais obstáculos à aplicação efetiva do atletismo como conteúdo escolar.

Além disso, há uma tendência recorrente de vincular o atletismo ao rendimento esportivo, o que gera experiências negativas nos alunos, sobretudo quando o foco recai sobre o desempenho e a seleção dos "melhores" (FRANÇA et al., 2012). Isso vai de encontro aos princípios da Educação Física escolar, que deve priorizar a inclusão, o respeito às diferenças e o desenvolvimento das potencialidades de todos os estudantes.

A inserção da ludicidade nas práticas corporais é essencial para potencializar o processo de aprendizagem na infância. Como defendem Bressan e Carneiro (2018), atividades lúdicas favorecem a espontaneidade, o interesse e o prazer pelo aprendizado, promovendo experiências significativas.

No atletismo escolar, a abordagem lúdica pode ser materializada por meio de jogos adaptados, miniatletismo, circuitos motores e desafios cooperativos, que permitem aos alunos experimentar movimentos variados sem a pressão do desempenho. Segundo Lima e Cardoso (2014), programas ludomotores estimulam áreas cerebrais relacionadas à memória, à inteligência emocional e à tomada de decisão, além de ampliarem o repertório motor dos estudantes.

Por esse motivo, autores como Agápito e Cordero (2015) recomendam que o ensino do atletismo seja iniciado de maneira lúdica, especialmente nos anos iniciais do Ensino Fundamental, para que as crianças associem o esporte ao prazer, à aprendizagem e ao desenvolvimento pessoal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada ao longo deste estudo evidencia que o atletismo, quando inserido de forma planejada e contextualizada na Educação Física escolar, possui um potencial significativo para contribuir com a formação integral dos estudantes da Educação Básica. Por meio de movimentos naturais como correr, saltar e lançar, essa modalidade promove não apenas o desenvolvimento das capacidades físicas e motoras, mas também estimula aspectos cognitivos, emocionais e sociais essenciais para a vida em sociedade.

Os subsídios científicos apresentados comprovam que programas escolares de atletismo impactam positivamente o desempenho motor, favorecem a autonomia, fortalecem o sentimento de competência e promovem relações sociais saudáveis. Além disso, o ensino do atletismo por meio de práticas lúdicas mostrou-se eficaz na ampliação do repertório motor de

crianças e na promoção do engajamento estudantil, aproximando o conteúdo das vivências reais dos alunos.

Todavia, apesar da expressiva contribuição pedagógica do atletismo, sua aplicação nas escolas ainda é limitada por desafios estruturais, como a carência de espaços adequados e a insuficiente formação de professores. Soma-se a isso uma visão distorcida que associa o atletismo unicamente ao rendimento esportivo, o que pode gerar experiências excludentes e pouco educativas. Assim, é imprescindível que políticas públicas e projetos pedagógicos promovam a valorização do atletismo como prática acessível, inclusiva e significativa no cotidiano escolar.

Conclui-se, portanto, que o atletismo deve ser compreendido não apenas como uma modalidade esportiva, mas como um recurso didático-pedagógico que favorece a construção de uma educação mais equitativa, crítica e transformadora. Investir em metodologias inovadoras, formação docente continuada e estratégias lúdicas é fundamental para garantir que o atletismo cumpra seu papel na promoção da saúde, da cidadania e do desenvolvimento integral dos estudantes brasileiros.

REFERÊNCIAS

AGÁPITO, Cleidiane Mateus; CORDERO, Osvaldo Garcia Homero. O atletismo como alternativa metodológica nas aulas de educação física. *Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente*, v. 6, n. 1, p. 123–134, 2015.

BAŞKAYA, Gizem; BOSTANCI, Sare; ÇAR, Bekir; KONAR, Nurettin. The impact of athletics basic education on students' motor skills and attitude toward athletics. **Physical education of students**, [S. l.], v. 27, n. 4, p. 177–189, 2023. DOI: 10.15561/20755279.2023.0405. Disponível em: <https://sportedu.org.ua/index.php/PES/article/download/1842/722>.

BORGES, Tatiane Daby de Fátima Faria; BORGES, Ana Paula dos Reis. O desenvolvimento motor e a importância das ações psicomotoras. *Revista Saúde e Educação*, v. 1, n. 1, p. 92–112, 2016.

BRAGADA, José. *Atletismo na escola: ensino por etapas* [livro digital]. Curitiba: Escrytos, 2020. Disponível em: <https://www.escrytos.com.br>. Acesso em: [colocar data de acesso].

BRESSAN, João Carlos Martins; CARNEIRO, Kleber Tuxen. *Lúdico na escola (CICLADA): do ocaso ao protagonismo*. Curitiba: Appris, 2018.

CABRAL, Antonio. *Teoria do jogo*. 17. ed. Lisboa: Editorial Notícias, 1990.

FORSTER, Edgar Vieira. *Uso do atletismo como estratégia didática no trabalho da Educação Física escolar*. 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020.

GOMES, Daniel. *Educação física e esporte: uma abordagem multidisciplinar*. São Paulo: Phorte, 2010.

HAZRA, Madhu Sudan; BISWAS, Sudarsan. Physical education, sports and education- An unified domain for the all-round human development. **International journal of physical education, sports and health**, [S. l.], v. 3, n. 3, p. 536–539, 2016. Disponível em: <https://www.kheljournal.com/archives/?year=2016&vol=3&issue=3&part=F&ArticleId=461>.

LE BOUCLH, Jean. *O corpo na escola no século XXI: práticas corporais*. São Paulo: Phorte, 2008.

LECOT, F. M.; SILVEIRA, R. A. O conhecimento do conteúdo atletismo na educação física escolar. *Revista do Departamento de Educação Física e Saúde da UNISC*, v. 15, n. 3, p. 129–134, 2014.

LIMA, Alisson Padilha de; CARDOSO, Fabrício Bruno. A importância de um programa ludomotor e da estimulação cortical no desenvolvimento cinestésico de crianças. *Saúde (Santa Maria)*, v. 40, n. 2, p. 147–154, 2014.

MACHADO, Roberto Pinheiro. A influência do ensino de atletismo de forma lúdica no desempenho de habilidades motoras fundamentais em escolares de 09 anos. [S. l.], 2015. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/handle/1/14847?show=full>.

MITCHELL, Jeff. The Case for Revolution in School Sports. **Journal of The Philosophy of Sport**, [S. l.], v. 31, n. 1, p. 64–77, 2004. DOI: 10.1080/00948705.2004.9714650. Disponível em: https://orc.library.atu.edu/faculty_pub_hist/152/.

NIKOLIĆ, Ivica D. Influence of sports and physical education on the growth, development and health in school children. [S. l.], v. 13, n. 1, p. 47–62, 2019. DOI: 10.5937/POSEKO15-17443. Disponível em: <https://scindeks-clanci.ceon.rs/data/pdf/1820-6859/2019/182068591901-047N.pdf>.

OLAYAN, Fatima. The impact of teaching methods and techniques on the quality of motor learning in the basic education Level. [S. l.], 2024. DOI: 10.62540/mjss.conf.4th.2023.13.

RAMÓN-ALDÁZ, Fabiola Esperanza; HEREDIA-LEÓN, Diego Andrés; ASTUDILLO-ASTUDILLO, Ximena Alexandra. Incidencia del modelo de educación deportiva en las necesidades psicológicas básicas y amistad de estudiantes. **Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas**, [S. l.], 2023. DOI: 10.62452/535ehz37.

SANTOS, Hudson Lucas Silvestre Cabral dos. *A utilização do atletismo como conteúdo na Educação Física escolar: uma revisão narrativa*. 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2022.

SEDORKO, C. M.; DISTEFANO, F. O atletismo no contexto escolar: possibilidades didáticas no 2º ciclo do Ensino Fundamental. *EFDeportes.com*, Buenos Aires, ano 16, n. 165, fev. 2012. Disponível em: <https://www.efdeportes.com>. Acesso em: [colocar data de acesso].

SÜSS, Vladimír; MATOŠKOVÁ, Petra; PRAVEČKOVÁ, Petra. Incorporating sports games into School Educational Programmes for Basic Education. [S. l.], v. 7, n. 1, p. 99–104, 2013. DOI: 10.5817/STS2013-1-10. Disponível em: <https://journals.muni.cz/studiasportiva/article/viewFile/7419/6921>.