

**Jogos dos Institutos Federais como agregador educacional: um relato de experiência desenvolvido no IFAP - Amapá.**

*Games of the Federal Institutes as an educational aggregator: an experience report developed at IFAP - Amapá.*

Submetido em: 10/11/2021

Aprovado em: 15/11/2021

v. 1, n. 12 p. 01-11, dez. 2021

DOI: 10.51473/rcmos.v1i12.252

1

*Arthur Braga de Oliveira*  
*Gustavo Braga de Oliveira*  
*André Luiz Zanella*

### Resumo

O esporte é um fenômeno capaz de influenciar suas vidas de várias maneiras e em diferentes aspectos, físicos, cognitivos e sociais. Já em relação ao desempenho escolar, podemos ressaltar que ele possui uma variedade de determinantes para que ele aconteça ou melhore. Nesse estudo, buscamos analisar através das experiências vivenciadas com a participação nos jogos, os fatores contribuintes positivo e negativamente para a melhoria do desenvolvimento dos alunos. Para tal, tivemos como objetivo principal relatar as experiências adquiridas durante as participações nos Jogos dos Institutos Federais, relatando os fatores positivos e negativos vivenciados neste processo. O estudo foi realizado no Instituto Federal do Amapá, IFAP, com alunos do ensino médio técnico, profissionalizante que participaram das equipes do Instituto, no período de 2016 a 2018, sendo uma pesquisa qualitativa, descritiva e caracterizada como um relato de experiência. Para o tratamento dos dados, foram usadas as experiências vivenciadas pelos professores durante a participação nos jogos dos Institutos Federais, etapa Estadual e Norte. A partir dessa análise, diagnosticamos os fatores positivos e negativos da participação nos jogos e as possíveis interferências a serem feitas para melhoria dessa participação dos alunos. Os relatos apresentados aqui, sustentarão a discussão teórica aprofundadas em diálogo com a literatura existente. Dessa forma, concluímos que a participação dos alunos nos treinamentos e jogos, pode sim ser um fator agregador de valores biopsicosociais que fazem com que esses alunos melhorem seu desempenho escolar e se tornem pessoas melhores dentro e fora do ambiente escolar.

**Palavras Chaves:** Esporte. Desempenho escolar. Jogos.

### Abstract

Sport is a phenomenon capable of influencing their lives in various ways and in different aspects, physical, cognitive, and social. In relation to school performance, we can emphasize that it has a variety of determinants for it to happen or improve. In this study, we sought to analyze through the experiences lived with the participation in the games, the contributing factors positively and negatively for the improvement of students' development. For that, we had as main objective to report the experiences acquired during the participations in the games of the Federal Institutes, the positive and negative factors experienced in this process. The study was carried out at the Federal Institute of Amapá, IFAP, with technical and

vocational high school students who participated in the Institute's teams from 2016 to 2018, being a qualitative, descriptive, and characterized as an experience report. For the treatment of the data, the experiences experienced by the teachers during the participation in the games of the Federal Institutes, Stage State and North, were used. From this analysis, we diagnose the positive and negative factors of participation in the games and the possible interferences to be made to improve this participation of the students. The reports presented here will support the theoretical discussion in depth in dialogue with existing literature. In this way, we conclude that the participation of students in training and games, can rather be a factor that aggregates biopsychosocial values that make these students improve their school performance and become better people inside and outside the school environment.

**Keywords:** Sport. School performance. Games.

## 1 Introdução

O esporte, seja ele educacional, de participação ou rendimento, é hoje um fenômeno sociocultural que a cada dia ganha mais adeptos e notoriedade no Brasil e no mundo. É também um dos temas da cultura corporal de movimento de maior presença na Educação Física escolar. Esse processo de esportivização da Educação Física Escolar gera muitos questionamentos e tem elencado discussões acerca de suas características e influências na formação dos estudantes. O esporte é um dos mais importantes fenômenos socioculturais no processo de transição entre os últimos séculos que tem chamado atenção de intelectuais e da mídia internacional permitindo, assim, aprofundamentos políticos, sociais, culturais, educacionais, científicos e antropológicos (TUBINO, 2010). Barbanti (2006, p. 57) define esporte como “uma atividade competitiva institucionalizada que envolve esforço físico vigoroso ou o uso de habilidades motoras relativamente complexas, por indivíduos, cuja participação é motivada por uma combinação de fatores intrínsecos e extrínsecos”.

Na escola o esporte está presente tanto dentro das aulas de Educação Física, quanto fora das mesmas, em momentos extracurriculares. Entendemos então que a prática escolar esportiva se refere ao esporte como sendo um dos conteúdos a ser desenvolvidos pela Educação Física escolar, enquanto as práticas esportivas escolares são as atividades extracurriculares que podem ser denominadas turmas de treinamento esportivo, com finalidade de representação escolar em competições ou não.

Assim, nas aulas de Educação Física escolar, o esporte se constitui como um dos elementos da cultura corporal de movimento e, integralmente, está inserido no cotidiano escolar. Por algum tempo, o protagonismo do esporte na escola foi demasiadamente criticado. Não apenas o processo de esportivização nas aulas, mas também o objetivo que era proposto:

formação estrito de atletas. Por muitos anos, tal situação, acarretou muitos questionamentos e discussões acerca das características e influências do esporte na formação dos estudantes. Segundo Lazzarotti Filho *et al.* (2005, p. 151), a educação do corpo através do esporte escolar é um dos principais vetores presentes na escola.

Com o intuito de esclarecer o papel e importância do esporte na sociedade, Tubino (2010), apresenta três manifestações (formas) das práticas esportivas e seus princípios norteadores que são apresentados de acordo com cada contexto, cenário e objetivo.

Esporte-Educação (voltado para a formação da cidadania) está dividido em: Esporte Educacional e Esporte Escolar.

O Esporte Educacional, também chamado de Esporte na Escola, pode ser oferecido também para crianças e adolescentes fora da escola (comunidades em estado de carência, por exemplo). Deve estar referenciado nos princípios da: inclusão, participação, cooperação, coeducação e corresponsabilidade.

O Esporte Escolar é praticado por jovens com algum talento para a prática esportiva. Embora compreenda competições entre escolas, não prescinde de formação para a cidadania, como uma manifestação do Esporte-Educação. Está referenciado nos princípios do Desenvolvimento Esportivo e do Desenvolvimento do Espírito Esportivo. O Espírito Esportivo é mais do que “Fair-play”, pois compreende também a determinação em enfrentar desafios e outras qualidades morais importantes.

Esporte-Lazer, também conhecido como Esporte Popular, praticado de forma espontânea, tem relações com a Saúde e as regras. Estas podem ser oficiais, adaptadas ou até criadas, pois são estabelecidas entre os participantes. Também é conhecido como Esporte Comunitário, Esporte-Ócio, Esporte-Participação ou Esporte do Tempo Livre, tem como princípios: a participação, o prazer e a inclusão.

Esporte de Desempenho, conhecido também como Esporte de Competição, Esporte-Performance e Esporte Institucionalizado, é aquele praticado obedecendo a códigos e regras estabelecidos por entidades internacionais. Objetiva resultados, vitórias, recordes, títulos esportivos, projeções na mídia e prêmios financeiros. A ética deve ser uma referência nas competições e nos treinamentos. Os dois princípios do Esporte de Desempenho são: a Superação e o Desenvolvimento Esportivo. Convém esclarecer que o Esporte de Desempenho pode ser: de Rendimento ou de Alto Rendimento (Alta Competição, Alto Nível etc.).

Nos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia do Amapá o esporte também tem seu reconhecimento e destaque, tanto pelo seu aspecto educativo e social, quanto pela representação escolar nos jogos realizados entre as unidades da Rede Federal. Além das aulas de Educação Física (ensino), há também as possibilidades de realização de projetos de extensão e/ou pesquisa que agregam o esporte como ferramenta relevante no processo educacional e na qualidade de vida das pessoas.

Uma das questões frequentemente levantadas, diz respeito à presença da competição dentro dos Institutos Federais. A realização dessas competições reflete a evolução do esporte tanto quanto potencializa discussões. Por um lado, dentro dos Institutos existem aqueles que

são contra a realização de competições e da participação dos alunos, pois alegam que apenas reproduzem os moldes do esporte de alto rendimento, alegando que estas partem do princípio da exclusão e exaltam ânimos podendo gerar brigas e desafetos. Por outro lado, há aqueles que defendem valores morais e componentes educativos associados às experiências esportivas.

No Instituto Federal do Amapá (IFAP), especificamente, o esporte é um grande atrativo, exerce determinada influência e expectativa por parte dos alunos (a) que buscam e/ou participam das equipes esportivas e conseqüentemente, são convocados para representar a Instituição nas competições (estaduais, regionais e nacionais).

Neste sentido, o presente relato de experiência tem como objetivo principal descrever as narrativas sobre os Jogos dos Institutos Federais na perspectiva enquanto professores de Educação Física e atores participante há 3 anos, apontando os pontos positivos e os aspectos que merecem ser melhorados. Adicionalmente, descrever as percepções sobre a influência do esporte no desenvolvimento humano dos alunos e no desempenho escolar.

## 2 Problemática

Tendo como ponto de partida as observações e experiências cotidianas no âmbito dos Institutos Federais bem como em literaturas sobre o esporte e sua relação com a educação, a presente pesquisa me remeteu alguns questionamentos e reflexões diante do contexto no qual estivemos inseridos. Neste sentido, consideramos que há relevância em aprofundar as reflexões no que tange aos seguintes problemas de pesquisa: a) Quais as contribuições das experiências e aprendizados adquiridos nas vivências relacionadas aos Jogos dos Institutos Federais? b) Quais são os fatores positivos e os que ainda precisam ser aprimorados diante desse contexto? c) Existe relação (positiva e/ou negativa) da prática esportiva com o rendimento acadêmico de alunos (as)/atletas participantes das seleções esportivas do IFAP?

## 3 Hipótese

Diante do exposto até aqui, é válido destacar que um dos pontos a serem refletidos neste relato de experiência está diretamente relacionado ao desenvolvimento e aprimoramento da qualidade do ensino dos Institutos Federais. Uma vez que, o esporte se constitui como uma

ferramenta que agrega na educação e no desenvolvimento dos alunos (a) conseqüentemente, ele deve ser considerado como um fator se levante e necessário na melhoria da qualidade de vida dos nossos alunos (as). Ou seja, a participação de alunos (as) nos treinamentos e competições, pode gerar uma melhoria em seu desempenho escolar devido aos benefícios que são proporcionados pelo esporte.

#### **4 Objetivo Geral**

Relatar as experiências adquiridas durante as participações nos Jogos dos Institutos Federais, apontando os fatores positivos e negativos vivenciados neste processo.

#### **5 Objetivos específicos**

- Descrever as percepções no que diz respeito aos benefícios (fatores positivos) do esporte no desenvolvimento humano e do desempenho escolar dos alunos participantes no JIFAP/AP e JIF's.
- Identificar os fatores negativos e/ou pontos que devem ser melhorados para contribuir no desenvolvimento dos alunos que participam dos jogos.

#### **6 Justificativa**

As contribuições que este relato de experiência apresenta consistem em elucidar e enaltecer a importância do papel do esporte que tem sido desenvolvido nos Institutos Federais e o seu impacto na vida dos adolescentes e jovens que participam das atividades esportivas. Este trabalho também é importante pois dialoga com os achados na literatura de que o esporte é uma ferramenta essencial no processo de Educação e influencia positivamente no r

Em suma, o presente relato se torna relevante por buscar aprofundar nos conhecimentos sobre as possíveis distinções em relação à prática esportiva e o rendimento acadêmico de modo a elucidar e fornecer informações relevantes no processo de formação e educação dos alunos (as)/atletas, e toda comunidade escolar envolvida no assunto.

## **7 Referencial Teórico**

### **7.1 O Esporte e os benefícios da prática esportiva escolar**

O esporte consiste em um fenômeno que foi historicamente construído, abrangendo diferentes manifestações e sendo transformado pelas necessidades, possibilidades e objetivos de diversos personagens (PAES; BALBINO, 2002). Com o passar dos anos, a configuração do esporte na sociedade e na escola foi articulada diante de influências e contextos sociais, culturais, econômicos, políticos e, sobretudo, educacionais (PRIORE; MELO, 2009), estando assim, cada vez mais presente na vida das pessoas e dentro das escolas.

Os PCN's para a área de Educação Física escolar trazem três aspectos que evidenciam as características básicas do esporte na escola: o da inclusão, que sistematiza objetivos, conteúdos, processos de ensino-aprendizagem e de avaliação com o intuito de inserir o aluno na cultura corporal de movimento; o da diversidade, mais aplicado à construção dos processos de ensino e aprendizagem, assim como uma orientação da escolha de objetivos e de conteúdos, visando a ampliar as relações entre os conhecimentos da cultura corporal de movimento e os sujeitos da aprendizagem. Por último, as categorias de conteúdos (conceitual, atitudinal e procedimental) (BRASIL, 1998).

Os benefícios da prática esportiva têm sido estabelecidos em um contexto amplo, ou seja, não apenas em termos biológicos (saúde física), mas também em aspectos sociais (de convivência/atitudes de perseverança, de disciplina e de cooperação), além de contribuir no desenvolvimento das atividades intelectuais, a saber: o rendimento escolar (FERRAZ, 2009).

O Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD) reconhece o papel do esporte como elemento facilitador do desenvolvimento humano e da cultura de paz, onde sua promoção favorece a tolerância e o respeito entre as comunidades e suas relações com a saúde, a educação e a inclusão social (PNUD, 2017).

No contexto escolar, o esporte foi por um longo tempo, motivo de polêmica, ficando entre a negação e as práticas esportivizadas; tais tensões e mal-entendidos chegaram a deixar dúvidas quanto ao significado e importância do esporte em espaços educacionais. Porém, como o passar dos anos, o reconhecimento e valorização da prática esportiva na escola, têm sido estabelecidos sob a ótica da Pedagogia do Esporte, que busca tratar das possibilidades do esporte na Instituição escolar (REVERDITO *et al.*, 2016).

Sendo assim a relação entre esporte e desempenho escolar provoca grandes discussões. Quando pensamos em esporte na escola, mesmo fora da sala de aula de educação física, precisamos entender que ele deve influenciar positivamente na formação humana e, conseqüentemente na educação dos alunos. Não esquecendo nessa relação o número de atividades que o aluno tem para realizar durante o dia, pois dependendo da quantidade de compromisso o aluno estará super atarefado, sem o devido tempo para realizar com êxito todos os seus compromissos.

Há diversas opiniões em relação às práticas desportivas extracurriculares nas escolas. Muitas pessoas como, professores, diretores e até mesmo pais de alunos, apoiam o esporte na escola, mas muitos são totalmente contra desejando até a extinção desta prática. (VIACELLI, 2002).

Assim, percebe-se que, como as outras disciplinas, a Educação Física tem seu papel na construção de valores e códigos que permeiam a sociedade. Bracht (1997, p. 63), coloca que realmente o esporte educa, porém, pode levar o indivíduo a internalizar valores, normas de comportamento, que possibilitarão adaptar-se à sociedade capitalista. Educação que leva ao comportamento e não ao conhecimento. Segundo Lazzarotti Filho *et al.* (2005, p.151), A educação do corpo através do esporte escolar é um dos principais vetores presentes na escola.

No decorrer da pesquisa verificamos que existem poucas as referências sobre esse assunto específico. Assim, entendemos que o estudo pode despertar o interesse de outros pesquisadores que vivem o ambiente escolar e se defrontam com problemas similares a buscarem realizar novas pesquisas mais aprofundadas, podendo assim, obter resultados mais expressivos sobre o assunto.

## **8 Metodologia**

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva e caracterizada como um Relato de Experiência. A pesquisa qualitativa não se preocupa com representatividade numérica, mas, sim, com o aprofundamento da compreensão de um grupo social, de uma organização etc. (GOLDENBERG, 1997, p. 34). A pesquisa qualitativa preocupa-se, portanto, com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais.

Foi realizado uma pesquisa bibliográfica acerca do esporte e seus benefícios no âmbito escolar. As narrativas apresentadas foram adquiridas por meio das vivências cotidianas dos professores de Educação Física do Instituto Federal do Amapá.

Nesse período, de 2016 até junho de 2018, foram realizadas 3 etapas Estaduais e 2 etapas Norte, modelo no qual é dividido os jogos dos Institutos Federais, onde o campeão de cada modalidade na etapa Estadual, realizada em Macapá (campus sede do IFAP) representa o Instituto na etapa Norte, realizada em sede diferente a cada ano, e os campeões dessa etapa participam da etapa Nacional.

Em 2016, a etapa Norte foi realizada em Manaus e 2017 em Belém. No ano de 2016, participaram da etapa Estadual em Macapá 67 alunos, 2017 cerca de 52 e em 2018, 42. Em 2016, esses alunos eram do campus de Laranjal do Jari e 2018 do campus de Porto Grande. Os alunos eram do ensino médio, técnico, profissionalizante e integraram as equipes em diversas modalidades individuais e coletivas, nos nipes: feminino e masculino.

Os relatos apresentados aqui, sustentarão a discussão teórica aprofundadas em diálogo com a literatura existente. Esta pesquisa pode auxiliar a compreender um pouco mais sobre a presença esportiva e da competição no ambiente escolar, observando se ele pode contribuir de maneira significativa para a melhora do rendimento escolar dos alunos participantes.

## 9 Resultados e Discussão

- Fatores positivos e questões a serem aprimoradas nos jogos dos Institutos Federais

Durante o período no qual participamos dos jogos dos Institutos Federais, observamos que todo esse processo de integração, socialização e concentração dos alunos possibilita melhorias sociais (no relacionamento em equipe), com a família após e principalmente seu desempenho escolar, uma vez que, para participar dos jogos critérios como comportamento, assiduidade nas aulas e bom rendimento acadêmico são levados em consideração para a participação dos alunos e alunas nos jogos.

Neste sentido, é notório perceber uma gama de motivações (intrínseca e extrínseca) sobretudo, por parte dos alunos (as), para realizar uma prática esportiva e poder representar a Instituição nos jogos. Há uma forte e prazerosa construção de sonho coletivo antes, durante e após cada experiência que vivemos nos jogos, seja na etapa estadual ou regional.



Percebemos também que esses alunos (as) desenvolvem um senso de responsabilidade e uma maturidade muito grande devido a disciplinas adquiridas nos treinamentos para os jogos e durante sua realização, aumentando seu interesse em participar das aulas e tirar boas notas para poder participarem das equipes.

Outro ponto interessante observado, foi que a maioria dos alunos treinava cerca de 3 a 5 horas por semana, dentro e fora do Instituto, e essa carga de treinamento não afetou o desempenho acadêmico deles, pelo contrário, a maioria passou a dedicar-se mais aos estudos, pois sabiam que se seu rendimento não fosse satisfatório não poderiam participar das equipes. Alunos que antes eram tímidos, calados, passaram a comunicar-se mais e isso fez com que eles, dentro de sala, tivessem um melhor aproveitamento perante as atividades na qual exigem de um trabalho em equipe ou mesmo individual em apresentações e seminários.

A atividade física auxilia no desenvolvimento do adolescente e na redução dos riscos de futuras doenças, além de exercer importantes efeitos psicossociais e várias outras influências positivas estão relacionadas à atividade física regular, entre eles o aumento da massa magra, diminuição da gordura corporal, melhora dos níveis de eficiência cardiorrespiratória, de resistência muscular e força isométrica, além dos importantes efeitos psicossociais (VIEIRA; PRIORE; FISBERG, 2002 p. 7). Tais fatores estão diretamente relacionados e no cotidiano dos alunos dos Institutos Federais que têm como objetivo a participação nos jogos.

Outro aspecto relevante e agregador durante as experiências vividas nos jogos, foi o fato dos alunos (as) adquirirem um capital cultural que se tornava inesquecível a cada viagem. Percebemos que só o fato de sair da cidade em que moram já é um grande aprendizado e motivo de felicidade para eles. Alguns, nunca haviam saído de suas cidades, muito menos andar de avião, por exemplo.

Sendo assim, o fator motivacional de conhecer lugares diferentes, pessoas novas, novas culturas e viajar para outro Estado, fazem com que a dedicação e aplicação nos treinos, jogos e dentro da escola tenha foco. Isso transmite autoconfiança e satisfação pessoal e os fazem sair da rotina das atividades curriculares, para se sociabilizar e para simular objetivos de vida, já que o esporte pode ser um palco de situações a serem vivenciadas na idade adulta.

Entretanto, mesmo com todos esses fatores positivos, é importante estarmos atentos à algumas situações que podem prejudicar nossos alunos e alunas. O papel do professor de Educação Física é suma importância, sobretudo, na instrução e observação constante daqueles

alunos que procuram se dedicar exclusivamente aos treinamentos do que aos estudos. Os alunos são comumente criticados sobre tais atitudes, no entanto, os educadores devem estar cientes do processo formativo e abordagem ideal para incentivar da melhor forma os estudantes, principalmente, ajudá-los na organização do tempo e das prioridades.

Também é indispensável, que haja uma melhor compreensão da importância dos jogos na vida dos alunos (as), por parte de alguns professores, ou seja, se faz necessário que eles sejam mais empáticos com os alunos e alunas que têm preferência em adquirir a prática esportiva como hábito e filosofia de vida. Infelizmente, presenciamos algumas situações, que são contra a participação dos alunos (as) nos jogos e até a existência de tal evento.

O esporte é constituído como um fenômeno e ferramenta de desenvolvimento humano e educacional essencial para as populações, é importante professores comprometidos busquem aprimorar seus conhecimentos e reconhecer o esporte como um fator agregador e interdisciplinar.

### **Considerações Finais**

Através da participação por 3 anos nos jogos dos Institutos Federais, etapa Estadual – JIFAP em Macapá e etapa Norte – JIF's, Manaus e Belém, tivemos a oportunidade de refletir e observar o quão benéfico, biopsicossocialmente falando, pode ser a participação de um aluno nos treinamentos e jogos. Fatores intrínsecos e extrínsecos foram trabalhados e melhorados neste período pelos alunos, pois acreditamos no esporte como meio de formação humana, e porque consideramos fundamental a presença de práticas esportivas extracurriculares de qualidade nas escolas.

Verificamos que os alunos recebem influência de diversos ambientes, e essas influências são capazes de determinar o bom ou o mau desempenho escolar, como a influência familiar, escolar e socioeconômico e que a grande maioria dos professores conseguem ver os benefícios dessa prática esportiva como algo que pode sim mudar e melhorar o desenvolvimento integral desse aluno.

Observamos também, bons aspectos da prática regular de esportes, e a relação da prática de esporte com a necessidade de um bom desempenho escolar, algo que é exigido para a participação do aluno nos jogos. Verificou-se ainda que com a participação nos jogos e treinos, há uma melhora no relacionamento entre os alunos, melhorando também a disciplina,

a disposição para realizar as tarefas, concentração, responsabilidade e organização. Consideramos então que a melhora destas características representa boa influência para o desempenho escolar. Visto que os adolescentes nesta fase passam por diversos desafios e conflitos sendo muito importante para ele o desenvolvimento destes elementos pelo esporte.

Dessa forma, concluímos que a participação dos alunos nos treinamentos e jogos, pode sim ser um fator agregador de valores biopsicossociais e educacionais que fazem com que esses alunos melhorem seu desempenho escolar e se tornem pessoas melhores dentro e fora do ambiente escolar e que a prática de esporte bem dosado de responsabilidade e bem orientado pelo professor é mais benéfica que prejudicial no rendimento escolar dos alunos.

## Referências

FERRAZ, Osvaldo Luiz. O esporte, a criança e o adolescente: consensos e divergências. **Esporte e atividade física na infância e na adolescência** [S.l: s.n.], 2009.

PAES, Roberto Rodrigues; BALBINO, Hermes Ferreira. A pedagogia do esporte e os jogos coletivos. *In*: ROSE JR. **Esporte e atividade física na infância e adolescência**. São Paulo: Artmed, 2002. p. 89-98.

PNUD. Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional. 2017. **Movimento é Vida: Atividades Físicas e Esportivas para Todas as Pessoas**. Disponível em <http://bit.ly/2y4y5Zg>. Acesso em dez, 2017.

PRIORE, Mary Del; MELO, Victor Andrade de. **História do esporte no Brasil: do Império aos dias atuais**. Editora UNESP, 2009.

TORRI, Danielle; ALBINO, Beatriz Staimbach; VAZ, Alexandre Fernandez. Sacrifices, dreams, culture industry: portraits of bodily education in school sports. **Educação e Pesquisa**, v. 33, n. 3, p. 499-512, 2007.

TUBINO, Manoel José Gomes. **Estudos brasileiros sobre o esporte: ênfase no esporte-educação**. Maringá: Eduem, 2010.

VIEIRA, Valéria Cristina Ribeiro, PRIORE, Sílvia Eloiza y FISBERG, Mauro. A atividade física na adolescência. **Adolesc. Latinoam.** [online]. ago. 2002, v.3. Disponível em: <http://ral-adolesc.bvs.br/scielo.php>. Acesso: dez. 2021.