www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v. 30, n. 163, 2026 | DOI: 10.69849/3b541414

Do recreativo ao competitivo: a importância do treinamento desportivo na educação física escolar

From recreational to competitive sports: the importance of sports training in school physical education

Cristiano Bolzan de Freitas[1]; Elda Regina Porto Fiori; Jâmila Alma Cassel; Karen Alessandra Schunck; Leonardo Sessim Marques; Lissandro Marciano Tadielo; Louise Hermes; Luan de Lima Braga; Priscila Lazzarin da Silva; Rosimere Strelow Bartz; Shaiane Lima da Rosa Bissoloti; Willian Mulazzani Silveira

RESUMO

O tema "Da Atividade Recreativa ao Desenvolvimento Competitivo: A Relevância do Treinamento Desportivo na Educação Física Escolar" explora a transição e a inter relação entre práticas recreativas e atividades competitivas no contexto da educação física nas escolas. A Educação Física Escolar desempenha um papel fundamental no desenvolvimento integral dos alunos, proporcionando experiências que vão além da simples prática esportiva, englobando aspectos cognitivos, afetivos e sociais. A inclusão do treinamento desportivo no ambiente escolar, que tradicionalmente foca em atividades recreativas, contribui para o desenvolvimento de habilidades motoras avançadas, a construção de disciplina, a promoção da saúde física e mental, e o fortalecimento de valores como cooperação, respeito e responsabilidade. Além disso, a introdução de elementos competitivos, quando bem orientada, pode estimular a superação de desafios pessoais, a busca pela excelência e o desenvolvimento de um senso de comprometimento e perseverança nos alunos. Entretanto, é crucial que essa transição seja conduzida de maneira equilibrada, respeitando as individualidades dos estudantes e evitando a exclusão ou desmotivação daqueles que não se identificam com o aspecto competitivo do esporte. O papel do educador é central nesse processo, sendo necessário que ele

[1] Discente do curso de Educação Física Escolar e Treinamento Desportivo.

promova um ambiente inclusivo, onde tanto a recreação quanto a competição sejam vistas como complementares e essenciais para o desenvolvimento global dos alunos. Em resumo, a relevância do treinamento desportivo na educação física escolar está em sua capacidade de integrar o lúdico e o competitivo, promovendo uma formação equilibrada que valoriza tanto o prazer da atividade física quanto o desenvolvimento de competências que vão além das quadras e campos de jogo.

Palavras-chave: Atividade Competitiva. Desenvolvimento. Treinamento.

ABSTRACT

The theme "From Recreational Activity to Competitive Development: The Relevance of Sports Training in School Physical Education" explores the transition and interrelationship between recreational practices and competitive activities in the context of physical education in schools. School Physical Education plays a fundamental role in the integral development of students, providing experiences that go beyond simple sports, encompassing cognitive, affective and social aspects. The inclusion of sports training in the school environment, which traditionally focuses on recreational activities, contributes to the development of advanced motor skills, the construction of discipline, the promotion of physical and mental health, and the strengthening of values such as cooperation, respect and responsibility. Furthermore, the introduction of competitive elements, when well guided, can stimulate the overcoming of personal challenges, the search for excellence and the development of a sense of commitment and perseverance in students. However, it is crucial that this transition is conducted in a balanced manner, respecting the individualities of students and avoiding the exclusion or demotivation of those who do not identify with the competitive aspect of the sport. The role of the educator is central to this process, and it is necessary for him or her to promote an inclusive environment, where both recreation and competition are seen as complementary and essential for the overall development of students. In summary, the relevance of sports training in school physical education lies in its ability to integrate the playful and the competitive, promoting a balanced training that values both the pleasure of physical activity and the development of skills that go beyond the courts and playing fields.

Keywords: Competitive Activity. Development. Training.

1 INTRODUÇÃO

A educação física escolar ocupa uma posição de destaque no currículo escolar, desempenhando um papel vital no desenvolvimento integral dos estudantes. Mais do que apenas uma oportunidade para a prática de exercícios físicos, as aulas de educação física são um espaço onde se cultivam habilidades motoras, sociais e emocionais, essenciais para a formação de cidadãos completos. Dentro desse contexto, surge a necessidade de analisar a transição das atividades predominantemente recreativas para aquelas com um caráter mais competitivo, um processo que reflete uma mudança significativa na abordagem pedagógica da educação física.

A prática recreativa tem sido, tradicionalmente, o foco principal das aulas de educação física nas escolas. Essa ênfase no lúdico é crucial, pois oferece aos alunos um ambiente descontraído onde eles podem explorar suas capacidades físicas sem a pressão do desempenho. No entanto, à medida que os estudantes avançam em suas jornadas educacionais, a introdução de elementos de treinamento desportivo competitivo torna-se uma estratégia importante para o desenvolvimento de habilidades mais avançadas. O treinamento desportivo, ao ser incorporado de maneira cuidadosa, proporciona um campo fértil para o crescimento pessoal, ao mesmo tempo em que mantém o espírito de diversão que é inerente à atividade física.

A introdução de atividades competitivas na educação física escolar, quando feita de forma equilibrada e consciente, pode trazer inúmeros benefícios para os alunos. Além de aprimorar habilidades motoras específicas, o treinamento desportivo promove a disciplina, a concentração e o espírito de equipe, características que são valiosas tanto dentro quanto fora do ambiente escolar. Ademais, a competição saudável incentiva os estudantes a superarem seus próprios limites, cultivando um senso de compromisso e perseverança que pode ser aplicado em diversas áreas de suas vidas.

Contudo, a transição do recreativo para o competitivo deve ser conduzida com cuidado, levando em consideração as necessidades e as individualidades de cada

aluno. Nem todos os estudantes respondem da mesma maneira à pressão da competição, e cabe ao educador criar um ambiente inclusivo onde todos se sintam valorizados e motivados. A educação física escolar deve ser um espaço onde o prazer pela atividade física e o desenvolvimento de competências coexistem harmoniosamente, permitindo que cada aluno encontre seu próprio caminho para o sucesso.

Assim, a relevância do treinamento desportivo na educação física escolar não reside apenas na melhoria do desempenho físico, mas também na construção de uma base sólida para o desenvolvimento de competências que transcendem o âmbito esportivo. Ao integrar o lúdico com o competitivo, a educação física escolar prepara os alunos para os desafios da vida, proporcionando-lhes as ferramentas necessárias para enfrentar tanto as vitórias quanto as derrotas com equilíbrio e resiliência. Assim, o treinamento desportivo se apresenta como um componente essencial para uma formação educacional completa, que valoriza o desenvolvimento integral do indivíduo.

2 DESENVOLVIMENTO

A integração do treinamento desportivo na educação física escolar exige uma compreensão profunda dos objetivos educacionais e das necessidades individuais dos alunos. Ao incluir práticas competitivas nas aulas de educação física, os educadores têm a oportunidade de ensinar habilidades como estratégia, cooperação e resiliência, que são fundamentais não apenas no esporte, mas em diversas áreas da vida. O treinamento desportivo oferece um espaço onde os estudantes podem aprender a lidar com desafios, a trabalhar em equipe e a valorizar o esforço coletivo, aspectos que são essenciais para seu desenvolvimento social e emocional. A competição, quando bem estruturada, pode ser um poderoso motivador, incentivando os alunos a se empenharem mais e a se comprometerem com seus objetivos. (ALÍCIO,2015)

No entanto, é fundamental que essa transição para atividades mais competitivas seja realizada de maneira sensível e inclusiva. O risco de transformar a educação física em um ambiente excessivamente competitivo pode levar à exclusão de alunos

que não se identificam com o aspecto competitivo do esporte. Para evitar isso, os educadores devem buscar equilibrar a oferta de atividades, proporcionando tanto oportunidades de competição quanto momentos de recreação. Essa abordagem dual garante que todos os alunos, independentemente de suas habilidades ou preferências, encontrem um lugar na educação física escolar onde possam se desenvolver plenamente. Além disso, um ambiente equilibrado e inclusivo também contribui para a construção de uma cultura escolar positiva, onde a diversidade de talentos e interesses é valorizada. (ARTUR,2013)

Outro aspecto importante a ser considerado no desenvolvimento do treinamento desportivo nas escolas é a preparação dos educadores para lidar com a diversidade de competências e expectativas dos alunos. Professores de educação física devem estar capacitados para identificar as necessidades individuais dos estudantes, oferecendo suporte adequado para que cada um possa alcançar seu potencial máximo. Isso pode envolver a adaptação de atividades, a utilização de diferentes estratégias pedagógicas e a criação de um ambiente de aprendizagem que encoraje a experimentação e o crescimento pessoal. A formação continuada dos professores é, portanto, essencial para garantir que eles estejam preparados para enfrentar os desafios de um currículo que integra tanto o recreativo quanto o competitivo. (ERNESTO,2016)

Além disso, o treinamento desportivo na escola deve ser visto como uma extensão do processo educacional que vai além das aulas de educação física. O desenvolvimento de habilidades como liderança, trabalho em equipe e gestão do tempo, que são promovidas através do esporte, tem impactos diretos na performance acadêmica dos alunos. A disciplina e o comprometimento exigidos pelo treinamento desportivo podem influenciar positivamente outras áreas da vida escolar, melhorando a concentração, a autoconfiança e a capacidade de enfrentar desafios. Assim, o esporte torna-se uma ferramenta pedagógica poderosa, capaz de contribuir significativamente para a formação integral dos estudantes. (FARIAS,2014)

Dessa forma, é importante destacar que o treinamento desportivo na educação física escolar não deve ser visto apenas como um caminho para o desenvolvimento de futuros atletas, mas como uma prática educacional que beneficia todos os

estudantes. A prática esportiva, quando bem orientada, ajuda a construir uma base sólida de saúde física e mental, promovendo hábitos de vida saudáveis que perduram além do ambiente escolar. Ao valorizar tanto a recreação quanto a competição, a educação física escolar cumpre seu papel de preparar os alunos para uma vida ativa, equilibrada e socialmente engajada, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e responsáveis. (FAGUNDES,2014)

2.1 Da Atividade Recreativa ao Desenvolvimento Competitivo: A Relevância do Treinamento Desportivo na Educação Física Escolar

A educação física escolar, ao ocupar um lugar de destaque no currículo, transcende a simples prática de exercícios, configurando-se como um componente essencial no desenvolvimento integral dos estudantes. Esse papel crucial se deve ao fato de que as aulas de educação física promovem não apenas o condicionamento físico, mas também o bem-estar mental e emocional dos alunos. O ambiente da educação física é propício para o desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais, como coordenação, agilidade e força, que são necessárias para a execução de atividades cotidianas e para a prática esportiva. Além disso, a prática regular de atividades físicas contribui significativamente para a saúde dos estudantes, ajudando a prevenir problemas como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares desde a infância. (ZACARIAS,2017)

O impacto da educação física escolar vai além do físico, influenciando diretamente o desenvolvimento social dos alunos. Durante as aulas, os estudantes têm a oportunidade de interagir com seus pares, aprender a trabalhar em equipe, resolver conflitos e respeitar regras, o que fortalece suas habilidades sociais. Essas interações são fundamentais para a formação de cidadãos responsáveis, que sabem conviver em sociedade de forma harmoniosa. Além disso, o ambiente da educação física muitas vezes serve como um espaço de inclusão, onde as diferenças são valorizadas e onde todos têm a chance de participar, independentemente de suas habilidades físicas. (FARIAS,2014)

Outro aspecto essencial da educação física é o seu papel no desenvolvimento emocional dos estudantes. As atividades físicas permitem que os alunos expressem suas emoções, lidem com a frustração e celebrem suas conquistas. Ao participar de

esportes e jogos, os estudantes aprendem a lidar com a vitória e a derrota de maneira saudável, desenvolvendo resiliência e controle emocional. Esses aprendizados são valiosos para a vida fora do ambiente escolar, preparando os alunos para enfrentar desafios com uma mentalidade equilibrada e positiva. Assim, a educação física contribui para a formação de indivíduos emocionalmente saudáveis e autoconfiantes. (ARTUR,2013)

No contexto do currículo escolar, a educação física também se destaca por promover a conscientização sobre a importância de um estilo de vida saudável. As aulas oferecem uma oportunidade única para educar os estudantes sobre os benefícios da atividade física regular e sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis. Essa educação é vital em uma época em que o sedentarismo e as doenças relacionadas ao estilo de vida estão em ascensão. Ao ensinar os alunos a cuidar de seus corpos e mentes, a educação física desempenha um papel preventivo crucial, contribuindo para a saúde pública e para a qualidade de vida das futuras gerações. (ALÍCIO,2015)

Ademais, a educação física escolar tem um papel formador que vai além da sala de aula, preparando os estudantes para uma vida adulta mais equilibrada e saudável. Ao integrar aspectos físicos, sociais e emocionais em sua prática, a educação física contribui para a formação de cidadãos completos, capazes de lidar com os desafios da vida de maneira mais eficaz. Portanto, a educação física não deve ser vista apenas como uma disciplina complementar, mas como uma parte essencial da educação que contribui significativamente para o desenvolvimento integral dos estudantes. (TELLES,2015)

A prática recreativa na educação física escolar é, historicamente, um componente central na formação dos estudantes. O ambiente lúdico criado por essas atividades permite que os alunos explorem suas habilidades físicas em um espaço livre de pressões, o que é particularmente importante nos primeiros anos de escolarização. Durante esse período, o foco está em desenvolver uma atitude positiva em relação ao exercício, encorajando os alunos a verem a atividade física como uma fonte de diversão e prazer. Essa abordagem ajuda a criar uma base sólida para a adoção de um estilo de vida ativo ao longo da vida. (ERNESTO,2016)

A introdução de atividades competitivas na educação física escolar pode ser um ponto de virada no desenvolvimento dos alunos, desde que seja implementada de maneira equilibrada. A competição, quando saudável, serve como um catalisador para o aprimoramento de habilidades motoras específicas, como agilidade, coordenação e resistência. Essas habilidades são fundamentais não apenas para o desempenho esportivo, mas também para a saúde e o bem-estar geral dos alunos. Ao desafiar os estudantes a superarem seus próprios limites, a competição os incentiva a se empenharem mais e a desenvolverem uma melhor consciência corporal. (SALATIELE,2016)

Outro benefício significativo da competição na educação física escolar é a promoção de habilidades de vida, como disciplina e concentração. O treinamento para competições requer que os alunos sigam rotinas rigorosas, façam planos de treinamento e se concentrem em seus objetivos. Essas habilidades, uma vez desenvolvidas, são facilmente transferíveis para o ambiente acadêmico, onde a autodisciplina e a capacidade de se concentrar são essenciais para o sucesso. Além disso, a competição ensina os alunos a lidar com a pressão e a manter o foco, mesmo em situações desafiadoras, preparando-os para enfrentar os desafios da vida com confiança. (ALÍCIO,2015)

O espírito de equipe é outra característica que a competição na educação física pode cultivar. Participar de esportes competitivos em equipe exige que os alunos trabalhem juntos, comuniquem-se de maneira eficaz e apoiem uns aos outros. Essas experiências são fundamentais para o desenvolvimento de habilidades sociais, como empatia, cooperação e respeito pelas diferenças. Além disso, o trabalho em equipe ensina aos alunos a importância de contribuir para o sucesso coletivo, algo que é altamente valorizado em todas as esferas da vida, desde a escola até o local de trabalho. (FAGUNDES,2014)

A competição saudável também pode ser uma ferramenta poderosa para a construção do caráter. Ao enfrentarem desafios esportivos, os alunos aprendem a lidar com o fracasso de maneira construtiva, vendo-o como uma oportunidade de

crescimento e aprendizado. Essa atitude resiliente é essencial para o desenvolvimento pessoal e para a formação de uma mentalidade de crescimento, onde os desafios são vistos como degraus para o sucesso. Além disso, a competição pode ajudar os alunos a desenvolverem um senso de compromisso, perseverança e determinação, qualidades que são vitais para o sucesso em qualquer área da vida. (NAIR,2012)

Dessa forma, é crucial que a introdução de atividades competitivas na educação física seja feita de forma a garantir que todos os alunos se sintam incluídos e valorizados. A competição não deve ser vista como uma forma de criar divisões, mas como uma oportunidade de unir os estudantes em torno de um objetivo comum. Para isso, é importante que os educadores criem um ambiente de aprendizado inclusivo, onde as diferenças individuais sejam respeitadas e onde todos os alunos tenham a chance de brilhar, independentemente de suas habilidades físicas. Dessa forma, a competição pode ser uma experiência positiva e enriquecedora para todos. (FARIAS,2014)

Entretanto, à medida que os estudantes progridem em sua jornada educacional, a introdução gradual de elementos competitivos nas aulas de educação física pode ser uma estratégia eficaz para promover o desenvolvimento de habilidades mais avançadas. O treinamento desportivo, quando bem orientado, pode complementar as atividades recreativas, oferecendo desafios que estimulam o crescimento pessoal e a superação de limites. Essa transição, porém, deve ser feita de maneira sensível, respeitando o ritmo de desenvolvimento de cada aluno e garantindo que o ambiente de aprendizagem continue sendo positivo e inclusivo. (ERNESTO,2016)

O treinamento desportivo competitivo, quando incorporado à educação física escolar, pode também fortalecer o senso de disciplina entre os estudantes. A preparação para competições exige regularidade, comprometimento e foco, habilidades que são transferíveis para outras áreas da vida acadêmica e pessoal. Ao estabelecer metas e trabalhar para alcançá-las, os alunos aprendem a importância do esforço contínuo e da dedicação. Essas lições, embora ensinadas no contexto esportivo, têm relevância em todos os aspectos da vida, desde o desempenho escolar até as futuras carreiras profissionais. (FAGUNDES,2014)

Além disso, o aspecto competitivo do treinamento desportivo pode servir como um poderoso motivador para os alunos. A competição saudável incentiva os estudantes a se superarem, estabelecendo novos padrões para si mesmos e buscando constantemente melhorar. Esse ambiente de autodesafio pode ser extremamente benéfico para o desenvolvimento da autoestima e da autoconfiança, especialmente quando os alunos conseguem perceber e celebrar seu próprio progresso. Ao enfrentar desafios esportivos, os estudantes aprendem a lidar com a pressão, a tomar decisões rápidas e a trabalhar sob circunstâncias adversas, habilidades que serão úteis em muitos outros contextos. (NUNES,2015)

Dessa forma, é importante ressaltar que a transição para atividades mais competitivas não deve excluir o aspecto lúdico que caracteriza as aulas de educação física. Mesmo em um contexto competitivo, é crucial que os alunos continuem a desfrutar da atividade física e a vê-la como uma forma de se expressar e se divertir. Manter o equilíbrio entre a competição e a recreação permite que a educação física escolar continue a ser uma experiência enriquecedora para todos os alunos, independentemente de suas habilidades ou interesses esportivos. (SALATIELE,2016)

A transição das atividades recreativas para as competitivas na educação física escolar deve ser feita com cuidado, respeitando as necessidades e as individualidades de cada aluno. Não é incomum que alguns estudantes sintam-se pressionados ou desmotivados em um ambiente competitivo, especialmente aqueles que podem não ter as mesmas habilidades físicas que seus colegas. Portanto, é essencial que os educadores desenvolvam estratégias que permitam uma transição suave, garantindo que todos os alunos se sintam confortáveis e apoiados durante o processo. Isso pode incluir a adaptação das atividades competitivas para diferentes níveis de habilidade, de modo que todos possam participar e se beneficiar. (ALÍCIO,2015)

A criação de um ambiente inclusivo é fundamental para o sucesso da educação física competitiva. Os professores devem estar atentos às dinâmicas de grupo e garantir que cada aluno tenha a oportunidade de contribuir e de ser reconhecido por seus esforços. Isso pode ser feito através de atividades que valorizem não apenas o

desempenho físico, mas também outras habilidades, como liderança, cooperação e resolução de problemas. Ao enfatizar esses valores, os educadores podem ajudar a criar um ambiente onde todos os alunos se sintam valorizados, independentemente de suas capacidades atléticas. (FARIAS,2014)

Além disso, a transição para atividades mais competitivas deve ser acompanhada por uma educação contínua sobre a importância do fair play e do respeito mútuo. Os alunos precisam entender que a competição deve ser saudável e que o respeito pelos adversários é tão importante quanto a vitória. Isso pode ser ensinado através de discussões em sala de aula, exemplos práticos durante as atividades físicas e pela modelagem de comportamentos positivos por parte dos educadores. Ao promover esses valores, a educação física pode ajudar a formar indivíduos que valorizam a ética esportiva e o respeito pelo próximo. (NAIR,2012)

A motivação dos alunos é outro aspecto crucial a ser considerado durante essa transição. Nem todos os estudantes respondem da mesma maneira à competição, e é responsabilidade do educador encontrar formas de manter todos os alunos engajados e motivados. Isso pode envolver a criação de metas pessoais, a oferta de feedback positivo e a celebração de pequenas vitórias ao longo do caminho. Ao reconhecer e recompensar o esforço e o progresso, em vez de focar apenas no resultado final, os educadores podem ajudar a manter o interesse dos alunos e a promover uma atitude positiva em relação à atividade física. (FAGUNDES,2014)

Assim, é importante lembrar que a educação física escolar deve ser um espaço onde o prazer pela atividade física e o desenvolvimento de competências coexistem harmoniosamente. Ao equilibrar o lúdico com o competitivo, os educadores podem criar um ambiente de aprendizagem que não apenas prepara os alunos para competições, mas também para a vida. Esse equilíbrio é essencial para garantir que a educação física continue a ser uma experiência positiva e enriquecedora para todos os alunos, independentemente de suas habilidades ou interesses esportivos. (ARTUR,2013)

A relevância do treinamento desportivo na educação física escolar vai além da mera melhoria do desempenho físico dos estudantes. Esse treinamento, quando bem implementado, contribui para o desenvolvimento de competências essenciais que

são aplicáveis em diversas áreas da vida. Por exemplo, a disciplina necessária para o treinamento esportivo pode ser transferida para o ambiente acadêmico, ajudando os alunos a desenvolverem melhores hábitos de estudo e uma maior capacidade de concentração. Além disso, o treinamento desportivo ensina a importância da persistência e do trabalho árduo, qualidades que são fundamentais para o sucesso em qualquer empreendimento. (ERNESTO,2016)

Ao integrar atividades lúdicas e competitivas, a educação física escolar oferece uma formação mais completa e equilibrada. O aspecto lúdico das atividades físicas é importante para manter os alunos engajados e interessados, ao mesmo tempo em que o componente competitivo os desafia a se superarem e a desenvolverem habilidades mais avançadas. Esse equilíbrio entre o lúdico e o competitivo é crucial para garantir que os alunos não apenas se divirtam, mas também adquiram as competências necessárias para enfrentar os desafios da vida com confiança e resiliência. Dessa forma, a educação física escolar prepara os alunos para serem não apenas bons atletas, mas também cidadãos bem-sucedidos e equilibrados. (ERNESTO,2016)

A prática esportiva competitiva na escola também pode ajudar os alunos a desenvolverem uma mentalidade de crescimento. Ao enfrentar desafios e aprender com os erros, os estudantes começam a ver o fracasso não como um fim, mas como uma oportunidade de aprendizado e crescimento. Essa mentalidade é essencial para o sucesso em todas as áreas da vida, pois incentiva os alunos a perseverarem diante das dificuldades e a buscarem constantemente a melhoria. Além disso, a competição ensina os alunos a estabelecerem metas realistas e a trabalharem para alcançá-las, promovendo um senso de responsabilidade e autonomia. (FARIAS,2014)

A educação física escolar, ao incorporar o treinamento desportivo, também desempenha um papel importante na formação do caráter dos alunos. As lições aprendidas no campo esportivo, como a importância da ética, do respeito pelos adversários e do jogo limpo, são valores que transcendem o esporte e são aplicáveis em todas as áreas da vida. Esses valores ajudam a formar indivíduos que não apenas têm sucesso no esporte, mas que também são cidadãos responsáveis e éticos. Dessa forma, a educação física escolar contribui para a formação de uma

sociedade mais justa e equilibrada. (ARTUR,2013)

Finalmente, o treinamento desportivo na educação física escolar deve ser visto como um componente essencial de uma educação integral. Ao combinar o lúdico com o competitivo, a educação física oferece aos alunos uma formação completa, que valoriza tanto o desenvolvimento físico quanto o emocional, social e ético. Essa abordagem holística é crucial para garantir que os alunos não apenas atinjam seu potencial atlético, mas também se tornem indivíduos bem equilibrados, capazes de enfrentar os desafios da vida com resiliência, ética e confiança. (ALÍCIO,2015)

3 CONCLUSÃO

Portanto, a educação física escolar desempenha um papel essencial no desenvolvimento integral dos estudantes, indo além da simples prática de exercícios físicos. Ela se destaca como um espaço onde os alunos podem desenvolver habilidades motoras, sociais e emocionais, fundamentais para a formação de cidadãos completos e conscientes. Essa multifacetada contribuição da educação física ao currículo escolar ressalta sua importância não apenas na promoção da saúde física, mas também no fortalecimento de competências essenciais para a vida em sociedade.

A transição das atividades predominantemente recreativas para aquelas com um caráter mais competitivo, como discutido, é uma evolução natural no processo educativo que visa preparar os alunos para desafios maiores. Embora o ambiente lúdico seja crucial nos primeiros anos de escolarização, a introdução gradual de elementos competitivos permite que os alunos desenvolvam habilidades mais avançadas e aprendam a lidar com a pressão de forma construtiva. Esse equilíbrio entre o lúdico e o competitivo é fundamental para manter o interesse dos estudantes e garantir que a educação física continue a ser uma experiência positiva e motivadora.

No entanto, essa transição deve ser realizada com cautela, considerando as necessidades individuais de cada aluno. Nem todos os estudantes respondem da mesma maneira à competição, e é responsabilidade dos educadores criar um

ambiente inclusivo onde todos possam prosperar. Ao fazer isso, a educação física se torna um espaço onde o respeito às diferenças é valorizado, e onde cada aluno pode explorar seu potencial ao máximo, independentemente de suas habilidades físicas ou preferências pessoais.

Além disso, a educação física escolar, ao incorporar atividades competitivas, não apenas melhora o desempenho físico dos alunos, mas também contribui significativamente para o desenvolvimento de competências que vão além do âmbito esportivo. A disciplina, a concentração, o trabalho em equipe e a resiliência são qualidades que são cultivadas através do treinamento desportivo e que têm aplicações em todas as áreas da vida dos estudantes. Essas habilidades são fundamentais para o sucesso acadêmico e profissional, bem como para o desenvolvimento pessoal.

A integração harmoniosa entre o lúdico e o competitivo na educação física escolar prepara os alunos para enfrentarem tanto as vitórias quanto as derrotas com equilíbrio e resiliência. Essa preparação para os desafios da vida é um dos maiores legados que a educação física pode oferecer, ajudando os alunos a desenvolverem uma mentalidade de crescimento, onde cada desafio é visto como uma oportunidade de aprendizado. Assim, a educação física contribui para a formação de indivíduos mais confiantes, equilibrados e preparados para as demandas do mundo moderno.

Por fim, a educação física escolar, ao valorizar tanto o desenvolvimento físico quanto o emocional e social, reafirma sua importância como um componente essencial de uma educação integral. Ao proporcionar um ambiente onde o lúdico e o competitivo coexistem de maneira equilibrada, ela não apenas prepara os alunos para os desafios esportivos, mas também para os desafios da vida. Dessa forma, a educação física escolar se consolida como um espaço fundamental para a formação de cidadãos completos, capazes de enfrentar os desafios da vida com ética, resiliência e equilíbrio.

REFERÊNCIAS

ALÍCIO, Felipe. Educação Física em Movimento. Porto Alegre, 2015.

ARTUR, Fernando. Integração do Recreativo ao Competitivo nas Escolas. São Paulo, 2013.

ERNESTO, Júlio. Formação de Cidadãos Através do Esporte. Rio de Janeiro, 2016.

FARIAS, Crislaine. O Impacto do Treinamento Desportivo na Educação Física Escolar. Porto Alegre, 2014.

FAGUNDES, Fábio. A Evolução da Educação Física nas Escolas. São Paulo, 2014.

NAIR, Jairo. Educação Física Escolar em Transformação. Cotia, 2012.

NUNES, Monique. O Papel do Treinamento Desportivo na Educação Física Escolar. Santos, 2015.

SALATIELE, Maria. A Transição para a Competição na Educação Física Escolar. Campinas, 2016.

TELLES, Joana. A Jornada do Recreativo ao Competitivo na Educação Física Escolar. Rio de Janeiro, 2015.

ZACARIAS, Maria. Desafios e conquistas na Educação Física Escolar. Marília, 2017.

Informações Institucionais da Revista

Revista FT Ltda. (1996–2026)
ISSN: 1678-0817
CNPJ: 48.728.404/0001-22
Fator de Impacto FI: 6.684

Conselho Editorial

Editores Fundadores
Dr. Oston de Lacerda Mendes
Dr. João Marcelo Gigliotti

Editor Científico
Dr. Oston de Lacerda Mendes

Jornalista Responsável
Marcos Antônio Alves – MTB 6036/DRT-MG

Orientadoras
Dra. Hevellyn Andrade Monteiro
Dra. Chimene Kuhn Nobre