



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA**

MATTHEUS HENRIQUE DE ANDRADE SILVA

**O IMPACTO DO PROJETO DE VOLEIBOL NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL
DOS ALUNOS PARTICIPANTES: Um relato de experiência**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2025

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

MATTHEUS HENRIQUE DE ANDRADE SILVA

**O IMPACTO DO PROJETO DE VOLEIBOL NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL
DOS ALUNOS PARTICIPANTES: Um relato de experiência**

TCC apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para a obtenção do título de licenciado em Educação Física.

Orientador(a): Kenio Erithon Cavalcante Lima

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

SILVA, Mattheus Henrique de Andrade.

O impacto do projeto de voleibol no desenvolvimento social dos alunos
participantes: um relato de experiência / Mattheus Henrique de Andrade
SILVA. - Vitória de Santo Antão, 2025.

23 p.

Orientador(a): Kenio Erithon Cavalcante Lima

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, Educação Física - Licenciatura, 2025.
Inclui referências.

1. Voleibol Escolar. 2. Educação Física. 3. Desenvolvimento Social. 4.
Empatia. 5. Inclusão. I. Lima, Kenio Erithon Cavalcante. (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

MATTHEUS HENRIQUE DE ANDRADE SILVA

**O IMPACTO DO PROJETO DE VOLEIBOL NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL
DOS ALUNOS PARTICIPANTES: Um relato de experiência**

TCC apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para a obtenção do título de licenciado em Educação Física.

Aprovado em: 28/07/2025.

BANCA EXAMINADORA

Profº. Dr. Kenio Erithon Cavalcante Lima (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Dr. Jaiurte Gomes Martins da Silva
Universidade Federal de Alagoas

Profº. Me Keoma Tabosa Guimarães Matias
Rede privada de Caruaru

Dedico esse trabalho à Deus, pois, toda honra e glória deve ser dada a Ele.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, pois nada em minha vida seria possível sem Sua permissão e vontade. Foi Ele quem sempre me fortaleceu nos momentos de dificuldade e jamais me abandonou.

Expresso minha profunda gratidão aos meus pais, Nadja Maria e Tarcisio Henrique, pelo apoio incondicional ao longo de toda a minha trajetória, tanto acadêmica quanto pessoal. Sou imensamente grato pelo amor, carinho e educação que me foram transmitidos desde o nascimento.

Estendo meus agradecimentos a toda a minha família, em especial aos meus tios, Karla Vaz e Marco Aurélio, que exerceram papel fundamental em minha vida, sendo como segundos pais. Sempre estiveram ao meu lado, especialmente após minha mudança de cidade em virtude dos estudos, oferecendo apoio essencial nesse novo ciclo.

À minha namorada e futura esposa, Maria Alice, minha gratidão e amor eterno. Foi, sem dúvida, o maior presente que a universidade me proporcionou. Sempre cuidou de mim, me incentivou e me apoiou nas minhas decisões. Além de minha melhor amiga, é a pessoa com quem desejo compartilhar todos os meus futuros caminhos.

Agradeço, ainda, aos meus amigos e colegas de curso e de vida, que, direta ou indiretamente, contribuíram para minha formação e caminhada até aqui. Em especial, registro minha gratidão a José Luan e Poliana Victoria, verdadeiros irmãos que a universidade me deu e que levarei para toda a vida.

Aos professores que marcaram significativamente minha formação acadêmica, deixo aqui meu sincero agradecimento: ao professor Diego Araújo e ao professor e orientador de monitoria Adriano Bento, pelo conhecimento compartilhado e vínculo construído ao longo do curso; aos professores da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues: Eli Batista, Magnun Cesar e Carlos Henrique, pela parceria e amizade desde o início do meu estágio na escola; e, de modo especial, ao professor Kenio Erithon, orientador do TCC I e II, que, em um dos momentos mais desafiadores da minha trajetória universitária, acolheu minha causa com empatia e dedicação, oferecendo o apoio necessário para que eu prosseguisse.

Por fim, agradeço a todos que, de alguma forma, positiva ou negativamente, de perto ou de longe, contribuíram para que este trabalho e esta conquista se tornassem realidade.

Muito obrigado a todos!

RESUMO

O voleibol é um esporte coletivo que favorece a convivência, a cooperação e o espírito de equipe, sendo amplamente utilizado no contexto escolar como ferramenta educativa. Sua prática regular estimula não apenas o desenvolvimento físico, mas também aspectos emocionais e sociais dos estudantes. Este trabalho apresenta um relato de experiência vivenciado na Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues, onde foi desenvolvido um projeto de voleibol com alunos do ensino médio. Teve como objetivo compartilhar essa experiência, destacando suas contribuições para o desenvolvimento social dos estudantes participantes. A metodologia adotada foi qualitativa, baseada na observação participante e no envolvimento direto do autor como estagiário e técnico da equipe. As vivências observadas ao longo do projeto revelaram transformações significativas nos estudantes, como o fortalecimento da autoestima, da comunicação, da empatia e da responsabilidade. Além disso, a participação no projeto contribuiu para a criação de vínculos afetivos, para o engajamento escolar e para o desenvolvimento de competências sociais essenciais à vida em comunidade. A experiência reafirma o potencial do esporte como espaço educativo e de transformação social dentro da escola.

Palavras-chave: voleibol escolar; educação física; desenvolvimento social; empatia; inclusão.

ABSTRACT

Volleyball is a team sport that promotes social interaction, cooperation, and team spirit, and it is widely used in the school setting as an educational tool. Its regular practice stimulates not only physical development but also the emotional and social aspects of students. This paper presents an account of an experience at the State Technical School "Advogado José David Gil Rodrigues," where a volleyball project was developed with high school students. The objective was to share this experience, highlighting its contributions to the social development of the participating students. The methodology adopted was qualitative, based on participant observation and the direct involvement of the author as an intern and team coach. The experiences observed throughout the project revealed significant transformations in the students, such as strengthened self-esteem, communication, empathy, and responsibility. Additionally, participation in the project contributed to the creation of emotional bonds, school engagement, and the development of social skills essential for community life. This experience reaffirms the potential of sports as an educational and socially transformative space within the school environment.

Keywords: school volleyball; physical education; social development; empathy; inclusion.

SUMÁRIO

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | INTRODUÇÃO | 10 |
| 2 | METODOLOGIA | 13 |
| 3 | O ESPORTE ESCOLAR COMO AGENTE DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL | 15 |
| 3.1 | Transformações no comportamento social dos estudantes participantes | 15 |
| 3.2 | A prática esportiva como promotora do bem-estar social e emocional dos estudantes | 18 |
| 3.3 | Desafios e conquistas vivenciados no projeto de voleibol | 19 |
| 4 | CONCLUSÃO | 21 |
| | REFERÊNCIAS | 23 |

1 INTRODUÇÃO

O voleibol é visto como um dos esportes mais aptos a incentivar a convivência e a união entre os jogadores, possibilitando a interação entre pessoas de várias idades (Silva; Vespasiano, 2015). Essa qualidade, junto com sua fama global, faz com que esse esporte atraia um número crescente de seguidores, praticado desde a infância até a vida adulta.

Por se tratar de um esporte coletivo, o Voleibol possibilita grandes chances de interação social entre os participantes, além da possibilidade de aprender diversas habilidades e movimentos complexos que fazem parte do jogo. De acordo com o educador (Leandro Flores, 2020), o esporte é a ferramenta de inserção social mais eficaz, pois o resultado é imediato e as transformações são surpreendentes. Transformações essas onde podemos destacar o aumento da concentração, cooperação, disciplina, tomada de decisões, melhora da coordenação motora, força, resistência, flexibilidade e dentre tantas e tantas outras transformações positivas e profundas.

Ainda que seus gestos se distanciam daquilo que é “natural” e rotineiro, o Voleibol se destaca entre os esportes existentes, podendo ser inserido em diversos contextos de aprendizagem de forma lúdica, recreativa e prazerosa, tornando-se um elemento importante para a introdução de diversas crianças no universo esportivo (Maciel, 2011).

O voleibol é um fenômeno sociocultural e um espaço educacional repleto de significados, trocas, encontros e confrontos (Rodrigues Júnior; Silva, 2008), sendo transformador para a vida dos participantes (Sanchez; Rubio, 2011). Para Silva e Vespasiano (2015), o voleibol se encontra entre as modalidades esportivas mais propensas a incentivar a convivência e o espírito de equipe, promovendo a interação entre pessoas de várias idades. Ademais, os esportes em grupo, de maneira geral, desempenham um papel fundamental no crescimento social de jovens e crianças no contexto escolar, ajudando na construção de valores, disciplina e competências sociais.

No ambiente escolar, os projetos esportivos têm grande influência na vida dos alunos participantes, pois, através desses projetos os alunos passam por maior impacto em seu desenvolvimento social pelo fato de estarem vivenciando os esportes com maior frequência.

Nesse contexto, a ETE Advogado José David Gil Rodrigues surge com a iniciativa de criar seu projeto para que os alunos interessados em participar se desenvolvam da melhor forma possível em diversos aspectos pessoais. O projeto tem como base tornar a prática esportiva mais constante na vida dos alunos participantes, pois, esta prática, além de contribuir com benefícios físicos também contribui nos aspectos sociais e emocionais.

O projeto foi idealizado com o intuito de proporcionar aos alunos a vivência prática do esporte por meio da participação nos Jogos Escolares de Pernambuco (JEPs). A iniciativa buscou integrar os estudantes em treinamentos regulares, promovendo o desenvolvimento técnico no voleibol e incentivando valores como disciplina, trabalho em equipe e protagonismo juvenil. O principal objetivo foi oferecer uma experiência esportiva completa, fortalecendo a formação integral dos alunos e valorizando o esporte como ferramenta educacional.

O interesse por este tema surgiu da experiência como estagiário e técnico do projeto de voleibol da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues. Na prática, isso nos possibilita ver como o esporte escolar pode ser uma ferramenta para a transformação social, ajudando de maneira expressiva no desenvolvimento emocional, social e comportamental dos estudantes. Esta convivência diária com os alunos fez com que despertasse em nós um desejo inter-relacionado de refletir sobre os processos de formação que ocorrem no esporte escolar, aliando à pesquisa acadêmica a outras construções que envolvem o coletivo e trazem visibilidade a iniciativas que, como elas, ajudam a construir um futuro mais inclusivo e humano.

Este relato é baseado em uma vivência prática e direta no projeto de voleibol da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues. A experiência, de natureza qualitativa, foi construída a partir da observação participante e do envolvimento ativo com os alunos, permitindo descrever e refletir sobre os impactos sociais percebidos ao longo do desenvolvimento das atividades esportivas.

Logo, com este relato de experiência conseguimos compartilhar a experiência vivenciada no projeto de voleibol da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues, destacando suas contribuições para o desenvolvimento social dos estudantes participantes. Além disso, no decorrer do trabalho, descrevemos as transformações observadas no comportamento social dos estudantes ao longo do projeto; refletimos sobre a importância da prática esportiva para o bem-estar social e emocional dos estudantes, com base nas vivências durante o projeto; e relatamos os

principais desafios e conquistas enfrentados na execução do projeto, evidenciando os aprendizados adquiridos no processo.

Este trabalho é relevante, pois busca integrar teoria e prática, permitindo ao leitor refletir criticamente sobre sua atuação pedagógica. O relato também valoriza o esporte como ferramenta educacional e possibilita a análise de estratégias metodológicas, inclusão e desafios enfrentados no ambiente escolar. Além disso, oferece uma contribuição significativa para a formação docente e para o compartilhamento de práticas pedagógicas, justificando sua pertinência como tema acadêmico.

Como demarcação deste trabalho, definimos como objetivo geral: Compartilhar a experiência vivenciada no projeto de voleibol da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues, destacando suas contribuições para o desenvolvimento social dos estudantes participantes. Por objetivos específicos: 1. Descrever as transformações observadas no comportamento social dos estudantes ao longo do projeto, como o fortalecimento da cooperação, da autoconfiança e do trabalho em equipe; 2. Refletir sobre a importância da prática esportiva para o bem-estar social e emocional dos estudantes, com base nas vivências durante o projeto; 3. Relatar os principais desafios e conquistas enfrentados na execução do projeto, evidenciando os aprendizados adquiridos no processo.

2 METODOLOGIA

O projeto de voleibol da ETE Advogado José David Gil Rodrigues, que ocorreu entre os meses de fevereiro a junho de 2024, foi desenvolvido com a finalidade de preparar os estudantes para os Jogos Escolares de Pernambuco do ano de 2024 (JEPS 2024), ainda na fase municipal da GRE Metro Sul, oferecendo-lhes a oportunidade de vivenciar uma competição esportiva oficial pela primeira vez. A partir da iniciativa dos professores de educação física da escola, fui convidado a participar ativamente como estagiário, assumindo a função de técnico da equipe.

No início do projeto, realizamos uma seletiva entre os alunos interessados, respeitando critérios como idade e ano escolar. Foram escolhidos 12 estudantes do sexo masculino, todos do primeiro e segundo anos do ensino médio. Apesar de o convite ter sido aberto a todos, nenhuma aluna demonstrou interesse naquele momento, o que resultou na formação de uma equipe exclusivamente masculina.

Durante o período de preparação, os treinos aconteceram de forma regular na escola, geralmente nas quartas e sextas das 16:40h às 18:30h, sempre com o objetivo de proporcionar, além do aprimoramento técnico, um ambiente acolhedor e educativo. O foco esteve no desenvolvimento do trabalho em equipe, na cooperação, no respeito mútuo e na superação pessoal. Tive a oportunidade de acompanhar de perto a evolução de cada aluno, tanto dentro quanto fora da quadra, observando ganhos significativos em aspectos sociais e emocionais.

Ao longo do projeto, percebi que minha atuação também se transformou. Passei a refletir sobre minha prática como futuro professor de Educação Física e sobre a importância de proporcionar aos alunos experiências significativas por meio do esporte. O contato com as vivências dos alunos me mostrou como o voleibol pode contribuir para o fortalecimento da autoestima, do senso de pertencimento e da valorização da escola.

A experiência foi registrada por meio de anotações pessoais, relatos informais dos alunos e observações feitas durante os treinos e as competições. Esses registros serviram de base para a construção deste relato, com o objetivo de compartilhar os aprendizados e destacar o valor do esporte como ferramenta de formação humana.

A estrutura do projeto pode ser melhor visualizada no Quadro 1, que apresenta as principais etapas desenvolvidas durante sua execução:

Quadro 1 – Organização e etapas do projeto de voleibol desenvolvido na ETE

| ETAPAS DO PROJETO | DESCRIÇÃO |
|--------------------------------|--|
| Seletiva de alunos | Realizada entre estudantes do 1º e 2º ano do ensino médio. Foram selecionados 12 alunos do sexo masculino. |
| Planejamento dos treinos | Treinos regulares realizados na quadra da escola, com foco técnico, cooperativo e educativo. |
| Desenvolvimento das atividades | Execução de treinos com ênfase em valores como respeito, cooperação e superação. |
| Acompanhamento individual | Observação do desempenho técnico, emocional e social dos alunos ao longo do projeto. |
| Participação nos JEPS | A equipe formada representou a escola nos Jogos Escolares de Pernambuco. |

Fonte: O autor, (2025).

3 O ESPORTE ESCOLAR COMO AGENTE DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL

A proposta de relatar esta experiência surgiu do desejo de dar visibilidade ao impacto transformador que um projeto esportivo pode ter dentro do ambiente escolar. Estive diretamente envolvido em todas as etapas do projeto de voleibol da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues, atuando como estagiário e técnico da equipe. A partir dessa posição, pude acompanhar de forma muito próxima o desenvolvimento dos estudantes, não apenas em suas habilidades motoras e técnicas, mas especialmente em sua evolução social, emocional e comportamental.

Ao longo da trajetória do projeto, percebi que o voleibol passou a fazer parte da rotina dos alunos, influenciando positivamente suas atitudes dentro e fora da escola. A prática esportiva realizada com frequência e em um ambiente acolhedor despertou nos estudantes participantes do projeto um sentimento de pertencimento, responsabilidade, comprometimento e superação. Com este relato, busco não apenas apresentar o que foi feito, mas refletir sobre o que foi vivido, revelando como o esporte pode ser um instrumento potente de formação cidadã e transformação social.

3.1 Transformações no comportamento social dos estudantes participantes

Desde os primeiros encontros com os alunos selecionados para o projeto de voleibol da escola, foi possível perceber uma grande diversidade de perfis, comportamentos e experiências. Alguns estudantes já demonstravam certa desenvoltura e facilidade de interação, enquanto outros se mostravam tímidos, retraídos e com dificuldades de comunicação. Também havia variação quanto ao nível de familiaridade com o voleibol: alguns já haviam praticado anteriormente, enquanto outros estavam tendo contato com o esporte pela primeira vez.

Com o passar dos treinos, observei mudanças significativas no comportamento social dos alunos. A necessidade de cooperação e de comunicação constante dentro de quadra, seja para organizar jogadas, realizar rodízios ou até mesmo lidar com erros estimulou o desenvolvimento de vínculos, empatia e respeito mútuo. Aqueles que inicialmente se isolavam, passaram a se envolver com o grupo,

no tocante com comportamentos de apoio, incentivo e colaboração entre eles, o que passou a ser mais frequente entre os participantes.

Os alunos que antes tinham dificuldades em aceitar críticas ou se posicionar em grupo passaram a demonstrar maior abertura, confiança e iniciativa. Foi de extrema surpresa e felicidade perceber que alguns começaram, por conta própria, a liderar alongamentos, propor atividades e acolher colegas com menor rendimento, o que evidenciou o fortalecimento do espírito de equipe e da autoconfiança. Esse processo de transformação, observado ao longo do projeto, revelou-se um dos aspectos mais importantes e gratificantes da experiência.

Algumas transformações, vistas por mim, na vida dos estudantes podem ser visualizadas com mais clareza no Quadro 2:

Quadro 2 – Transformações observadas no comportamento dos alunos durante o projeto

| CATEGORIA | ANTES DO PROJETO | APÓS O ENVOLVIMENTO NO PROJETO |
|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
| Relacionamento interpessoal | Pouca interação entre colegas | Cooperação e apoio mútuo frequente |
| Autoconfiança | Insegurança nas atividades | Participação ativa e liderança |
| Comunicação | Timidez e pouca expressão | Melhor articulação e escuta ativa |
| Participação | Presença irregular | Frequência e envolvimento constantes |

Fonte: O autor, (2025).

Essas observações práticas encontram respaldo em estudos teóricos. Conforme Sindiani e Dunsky (2025), programas de aprendizagem socioemocional aplicados em aulas de Educação Física potencializam o desenvolvimento emocional e social dos estudantes, estimulando a cooperação e o trabalho em equipe. O esporte, especialmente em modalidades coletivas como o voleibol, cria exatamente esse tipo de ambiente: um espaço de trocas, convivência e cooperação.

Silva e Landim (2024) também evidenciam o esporte como um espaço de inclusão e transformação social, onde os participantes constroem significados coletivos, internalizam regras e compreendem seu papel dentro de uma estrutura comunitária. Isso ficou evidente durante o projeto, em que os alunos não apenas

aprendiam as regras técnicas do jogo, mas também valores como disciplina, respeito e empatia.

A empatia, por sua vez, é apontada por Basso-Braz *et al.* (2024) como elemento central para promover vínculos saudáveis e inclusão, especialmente em contextos escolares que envolvem diversidade de habilidades. No projeto foi perceptível como os alunos passaram a se colocar no lugar do outro, ajudando colegas que estavam com dificuldades, incentivando os mais tímidos e demonstrando solidariedade em momentos de frustração. Já o Modelo de Educação Esportiva (2024), reforça que a definição de papéis e a interação constante entre os participantes potencializam a cooperação e a comunicação, tornando-se pilares para o sucesso coletivo. Com essas competências sendo trabalhadas, os avanços eram visíveis tanto dentro quanto fora da quadra. Portanto, pode-se afirmar que a prática do voleibol proporcionou aos estudantes muito mais do que o desenvolvimento técnico da prática esportiva; mas foi um verdadeiro laboratório de convivência em que habilidades sociais como empatia, cooperação, respeito e liderança foram construídas de forma contínua. Essas aprendizagens, sem dúvida, acompanharão os alunos para além do ambiente escolar, sendo úteis em suas relações pessoais, acadêmicas e futuras inserções no mundo do trabalho.

As observações feitas durante o projeto dialogam fortemente com os autores que fundamentam este trabalho. A seguir, apresenta-se um quadro que sintetiza essa relação entre teoria e prática:

Quadro 3 – Relação entre práticas observadas no projeto e contribuições teóricas

| PRÁTICA OBSERVADA NO PROJETO | CONTRIBUIÇÃO TEÓRICA | AUTOR(ES) |
|--|---|-------------------------------------|
| Cooperação e comunicação entre os alunos | A interação social potencializa o aprendizado e o desenvolvimento emocional | Sindiani e Dunsky (2025) |
| Construção de vínculos, empatia e respeito mútuo | O esporte como espaço de internalização de valores sociais | Silva e Landim (2024) |
| Apoio aos colegas, acolhimento e solidariedade | A empatia como base para vínculos saudáveis | Basso-Braz <i>et al.</i> (2024) |
| Melhoria no diálogo, confiança mútua e desempenho coletivo | Comunicação e cooperação como pilares do sucesso esportivo | Modelo de Educação Esportiva (2024) |

Fonte: Elaboração feita pelo autor a partir de Sindiani e Dunsky (2025); Silva e Landim (2024); Basso-Braz *et al.* (2024); Modelo de Educação Esportiva (2024).

3.2 A prática esportiva como promotora do bem-estar social e emocional dos estudantes

Ao longo da minha participação no projeto de voleibol da escola, percebi que os benefícios da prática esportiva iam muito além do desenvolvimento físico ou técnico dos alunos. Em diversos momentos, ficou evidente que o voleibol assumia um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional e social dos participantes.

Muitos estudantes chegavam aos treinos visivelmente sobrecarregados com questões familiares, dificuldades acadêmicas e tensões do cotidiano. Entretanto, bastavam alguns minutos de atividade para que o comportamento e a energia deles se transformassem. A prática do esporte se tornava uma válvula de escape, uma oportunidade de descontração e um espaço seguro para se expressar livremente.

Ao interagir com os alunos, em especial nos intervalos e momentos informais dos treinos, surgiam relatos espontâneos e sinceros. Alguns diziam que o projeto os ajudava a “esquecer os problemas de casa”, outros afirmavam que “só vinham à escola por causa do treino”, e havia até quem declarasse que se sentia importante por estar representando a escola. Esses depoimentos reforçam, para mim, o quanto o esporte escolar pode cumprir uma função protetiva e formativa diante das múltiplas vulnerabilidades enfrentadas pelos adolescentes.

A vivência dentro do projeto também mostrou como o esporte ajuda os alunos a lidar com frustrações e desafios de maneira saudável. Aprender a perder, a respeitar o adversário, a reconhecer limites e a persistir nos erros são lições constantes durante os treinos. Por outro lado, pequenas conquistas como conseguir realizar um saque corretamente ou participar de uma boa jogada em equipe eram celebradas com entusiasmo, elevando a autoestima dos participantes e reforçando a motivação coletiva.

Essas percepções práticas são sustentadas por estudos teóricos. Segundo Batista e Queirós (2015), a prática esportiva contribui diretamente para o equilíbrio da saúde mental, atuando na redução de sintomas de ansiedade, estresse e até depressão. Além disso, o esporte ensina habilidades sociais essenciais, como o respeito, o trabalho em equipe, a liderança e a cooperação, aspectos que pude observar com frequência durante a execução do projeto.

De acordo com Sindiani e Dunsky (2025), quando as atividades são conduzidas com intencionalidade pedagógica e foco no desenvolvimento socioemocional, seus efeitos positivos ultrapassam o âmbito esportivo, influenciando também o comportamento escolar e comunitário. No caso dos alunos do projeto, percebi que o comportamento mais positivo dentro da quadra também refletia melhorias na postura em sala de aula, na convivência com colegas e até em suas relações familiares, segundo relatos compartilhados por professores e pelos próprios estudantes.

Dessa forma, o envolvimento dos alunos no projeto de voleibol revelou-se essencial para seu desenvolvimento integral. Mais do que formar jogadores, o projeto promoveu escuta, acolhimento, confiança e fortalecimento emocional. O esporte mostrou-se, assim, como uma ferramenta potente de inclusão e de saúde emocional no ambiente escolar, reafirmando a importância de espaços como esse na formação de jovens mais conscientes, resilientes e preparados para os desafios da vida.

3.3 Desafios e conquistas vivenciados no projeto de voleibol

Nenhuma experiência transformadora acontece sem desafios, e isso ficou evidente ao longo da execução do projeto de voleibol da escola. Logo no início, as dificuldades foram visíveis, especialmente no que se refere à infraestrutura, que por mais que fosse o suficiente para a execução do projeto, estava longe de ser o ideal. A quadra onde ocorria os treinos não estava em condições ideais, pois havia escassez de materiais como bolas e redes, e nem sempre o espaço físico era suficiente ou apropriado para um trabalho de qualidade.

Além das questões estruturais, outro desafio marcante foi a oscilação no engajamento dos alunos. Alguns dias os treinos estavam cheios e animados; em outros, a motivação era baixa e a presença reduzida. Como estagiário e responsável técnico pela equipe, compreendi que liderar adolescentes vai muito além de aplicar exercícios ou ensinar fundamentos técnicos. Requer escuta ativa, empatia, paciência e criatividade para lidar com diferentes contextos e realidades individuais.

Diante desses obstáculos, precisei adaptar estratégias. Propus metas coletivas, implementei atividades mais lúdicas em momentos de baixa adesão, promovi rodas de conversa e dei espaço para que os alunos expressassem suas

expectativas e dificuldades. Com o tempo, percebi que essas pequenas ações geraram um impacto significativo no ambiente do grupo: os treinos se tornaram mais cooperativos, os alunos mais comprometidos e o clima mais acolhedor.

As conquistas foram inúmeras. Conseguimos formar uma equipe coesa, que representou a escola com dedicação e orgulho nos Jogos Escolares de Pernambuco (JEPS) de 2024. Para os alunos, foi uma oportunidade inédita de vestir o uniforme da escola, competir de forma saudável e aprender com as vitórias e derrotas. Para mim, cada treino cumprido, cada gesto de apoio entre os colegas e cada superação pessoal foi motivo de satisfação.

Mais do que técnico, fui também educador e mediador. Aprendi a enxergar além das habilidades físicas, a reconhecer talentos emocionais e sociais, e a valorizar o esforço de cada um. Como futuro professor, essa experiência me ensinou que educar é estar presente no processo de formação de pessoas, cada uma com suas histórias, sonhos e dificuldades. É acolher, orientar e caminhar junto.

Essa vivência se conecta com a perspectiva de Freire (1987, p. 84), ao afirmar que “a educação não transforma o mundo. A educação muda as pessoas. Pessoas transformam o mundo”. No projeto, ao enfrentarem desafios e celebrarem conquistas, os alunos desenvolveram habilidades que vão além da quadra, como resiliência, cooperação, respeito e senso de pertencimento. O esporte se consolidou como um meio potente de formação cidadã.

Por fim, o voleibol proporcionou aos alunos um espaço de desenvolvimento social e emocional, onde eles estabeleceram conexões verdadeiras, entenderam o valor do trabalho em equipe e sentiram-se parte de algo maior. Essas experiências foram fundamentais não apenas para o crescimento individual, mas também para a formação de vínculos e fortalecimento da identidade escolar.

4 CONCLUSÃO

Este trabalho teve a intenção de compartilhar e refletir sobre a minha experiência no projeto de vôlei da Escola Técnica Estadual Advogado José David Gil Rodrigues. Quis mostrar como a prática esportiva na escola pode gerar mudanças sociais, como a melhora na postura, na autoestima, na comunicação e no sentimento de pertencer ao grupo. Com o envolvimento direto com os alunos e observando de perto, consegui perceber transformações bem relevantes no comportamento deles, o jeito de se expressar, e na confiança que desenvolveram ao longo do projeto.

Durante o desenvolvimento do projeto, foi possível perceber um crescimento tanto individual quanto em grupo entre os alunos, principalmente em questões como cooperação, empatia, respeito mútuo e liderança. A prática do vôlei, aliada a um ambiente acolhedor e apoiado por princípios educativos, mostrou-se eficiente não só para aprimorar as habilidades técnicas, mas também para fortalecer as relações entre os estudantes e melhorar seu bem-estar emocional.

Essa experiência também destacou o papel fundamental que um professor de educação física deve ter como mediador do aprendizado e agente de mudança na vida dos estudantes. Ao atuar como treinador da equipe, consegui refletir sobre como será minha atuação profissional no futuro, valorizando práticas pedagógicas que incentivem a autonomia dos jovens, promovam a inclusão e reforcem a identidade escolar.

Apesar de alguns desafios, como limitações na infraestrutura e variações no nível de engajamento dos alunos, o projeto trouxe resultados muito positivos, incluindo a participação nos Jogos Escolares de Pernambuco e a criação de uma equipe forte, motivada e unida. Superar as dificuldades foi possível graças a uma escuta atenta, estratégias ajustadas e diálogo constante com os estudantes, mostrando que o esporte pode ser uma ferramenta poderosa de transformação quando conduzido com sensibilidade e com um propósito educativo claro.

Assim, as experiências compartilhadas neste trabalho reforçam o potencial do esporte como uma ferramenta de formação social, além de destacar a importância de estimular iniciativas similares nas escolas públicas, buscando uma educação mais humanizada, inclusiva e voltada para o crescimento integral dos estudantes.

Além disso, essa experiência me trouxe diversos e importantes aprendizados sobre minha prática como educador no futuro. Pois, pude perceber o quanto é fundamental criar ambientes seguros e estimulantes para que os estudantes possam se desenvolver plenamente. Nesse sentido, o esporte se torna um espaço especial de aprendizado e transformação, capaz de impactar positivamente a vida dos estudantes, tanto dentro quanto fora da escola.

Pensando numa continuidade, sugiro a ampliação do projeto para incluir também o gênero feminino, além de solicitar ao órgão responsável melhorias na infraestrutura, e na qualidade e quantidade dos materiais. Recomendo também a replicação do modelo em outras escolas públicas, especialmente em contextos de vulnerabilidade social, em que o esporte pode atuar como um agente de inclusão e cidadania.

No geral, o projeto de vôlei da escola se mostrou uma ideia super válida e inspiradora, reforçando como a Educação Física na escola é fundamental para ajudar os estudantes a se desenvolverem de forma completa e integrada.

REFERÊNCIAS

- BASSO-BRAZ, Marcelo *et al.* Strategies for the inclusion of students with disabilities in school physical education: a systematic review. *Movimento*, Porto Alegre, v. 30, e30021, 2024. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/385489796>. Acesso em: 11 ago. 2025.
- BATISTA, Paula; QUEIRÓS, Paula. (Re)colocar a aprendizagem no centro de Educação Física. In: MARQUES, António; BATISTA, Paula; QUEIRÓS, Paula (org.). *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física*. Porto: Editora FADEUP, 2015. p. 29-43.
- FLORES, Leandro. *O esporte é a ferramenta de inserção social mais eficaz, pois o resultado é imediato e as transformações são surpreendentes*. [S. l.: s. n.], 2020. Disponível em: <https://citacoes.in/citacoes/1994583-leandro-flores-o-esporte-e-a-ferramenta-deinsercao-social-mais-e/>. Acesso em: 20 fev. 2025.
- FREIRE, Paulo. Educação não transforma o mundo. Educação muda pessoas. Pessoas transformam o mundo. 1987. Frase atribuída, sem obra/edição específica.
- MACIEL, R. N. Mini-voleibol como estratégia de ensino do voleibol. *Perspectivas Online*, [s.l.], v. 5, n. 17, p. 149-154, fev. 2011.
- MODELO DE EDUCAÇÃO ESPORTIVA. The influence of Sport Education on students' social and emotional development. *Siber International Journal of Sport Education (SIJSE)*, [s.l.], v. 1, n. 4, p. 104-109, abr./jun. 2024. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/391552924>. Acesso em: 11 ago. 2025.
- RODRIGUES JÚNIOR, José C.; SILVA, Cinthia L. A significação nas aulas de Educação Física: encontro e confronto dos diferentes “subúrbios” de conhecimento. *Pro-Posições*, Campinas, v. 19, n. 1, p. 159-172, 2008.
- SANCHES, Simone M.; RUBIO, Katia. A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência. *Educação e Pesquisa*, São Paulo, v. 37, n. 4, p. 825-842, 2011.
- SINDIANI, Maayan; DUNSKY, Ilana. Social-emotional learning in physical education classes: effects on students' autonomy, teamwork, and self-awareness. *Frontiers in Psychology*, Lausanne, v. 16, p. 1499240, abr. 2025. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2025.1499240/full>. Acesso em: 11 ago. 2025.
- SILVA, Maria J.; LANDIM, José C. Esporte como ferramenta de inclusão e transformação social nas escolas. *Research, Society and Development*, Vargem Grande Paulista, v. 13, n. 7, p. 1–15, 2024. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/47687>. Acesso em 11 ago. 2025.