

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO - UFMA CENTRO
DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA
PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

RONALD SANTOS PEREIRA

SÃO LUIS – MA
2026

RONALD SANTOS PEREIRA

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA
PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão, como requisito parcial, para obtenção do grau de licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Alex Fabiano Santos Bezerra

SÃO LUIS - MA

2026

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Pereira, Ronald Santos.

PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO
ESTRATÉGIA PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA
ESCOLAR / Ronald Santos

Pereira. - 2026.

50 f.

Orientador(a): Alex Fabiano Santos Bezerra. Monografia
(Graduação) - Curso de Educação Física -
Licenciatura, Universidade Federal do Maranhão, São Luís - Ma,
2026.

1. Atividades de Aventura. 2. Educação Física. 3.
Ensino. I. Bezerra, Alex Fabiano Santos. II. Título.

RONALD SANTOS PEREIRA

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA PEDAGÓGICA NA
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

Aprovado em : 14 de julho de 2026

Banca Examinadora:

Prof. Dr. Alex Fabiano Santos Bezerra (Orientador)
Universidade Federal do Maranhão

Prof. Dr. Claudio Tarso de Jesus Santos Nascimento (1º Examinador)
Universidade Federal do Maranhão

Prof. Esp. Pablo Teixeira Linhares (2º Examinador)
Colégio Universitário da UFMA - COLUN

À meus pais Santos Rocha Pereira e Régia Maria Santos
Soares, por todo o amor, apoio e incentivo ao longo da
minha trajetória.

AGRADECIMENTOS

A Deus, por me conceder força, saúde, sabedoria e perseverança para enfrentar todos os desafios ao longo desta caminhada acadêmica, permitindo que eu chegasse até este momento tão especial.

À Universidade, à Coordenação do Curso de Educação Física e a todos os professores que fizeram parte da minha formação, expresso minha profunda gratidão pelos ensinamentos, pela dedicação e por contribuírem de forma significativa para a construção do profissional e da pessoa que me tornei.

Ao Professor Dr. Raimundo Nonato Viana, meu coordenador durante a Residência Pedagógica, deixo meu sincero agradecimento por todo o apoio, confiança, incentivo e pelos ensinamentos compartilhados ao longo dessa trajetória. Sua dedicação e compromisso com a formação dos alunos foram fundamentais para meu crescimento acadêmico e profissional.

Ao meu professor orientador, Dr. Alex Fabiano Santos Bezerra, minha eterna gratidão por toda a paciência, dedicação e apoio durante o curso e, principalmente, na etapa final desta pesquisa. Agradeço por cada orientação, pelos ensinamentos, pelos "puxões de orelha" que contribuíram para meu amadurecimento e, acima de tudo, por ter acreditado em mim quando nem eu mesmo conseguia acreditar. Seu acolhimento e incentivo foram essenciais para que eu encontrasse forças para concluir este trabalho em um dos momentos mais difíceis da minha vida.

Aos irmãos que a universidade me presenteou: Alcaro Guedes, Cleyson Hasten, Lucas Eduardo, Nicolas Lisboa e Talmir Quinzeiro. Obrigado por caminharem ao meu lado durante toda essa jornada, compartilhando desafios, conquistas e momentos inesquecíveis. A amizade de vocês tornou essa caminhada muito mais leve e significativa.

A todos os meus colegas da turma Arcádia 2018.2, pela convivência, pelas experiências compartilhadas e por fazerem parte desta importante etapa da minha vida. Em especial, à minha querida "panela": Dic Santos, Fernando Sena, Layene Maria, Marcelo (Marcelove), Matheus Baima, Renata Bianca e Thiago Gomes. Obrigado por cada conversa, incentivo, risada e por permanecerem ao meu lado até o último momento desta graduação.

À minha família, minha base e meu maior alicerce, agradeço por todo amor, apoio, incentivo e por nunca medirem esforços para que eu pudesse realizar este sonho.

Ao meu irmão, Rodrigo Soares Pereira, meu profundo agradecimento por toda a ajuda prestada na elaboração deste trabalho, desde o início até sua conclusão. Mais do que isso, agradeço por sempre estar presente em minha trajetória acadêmica, incentivando meus estudos e contribuindo diretamente para cada conquista alcançada.

À minha irmã, Regiane Soares Pereira, agradeço pelo carinho, pelo cuidado e por

desempenhar, tantas vezes, um verdadeiro papel de mãe em minha vida. Obrigado por estar sempre ao meu lado e por ter me dado um dos maiores presentes que já recebi: minha sobrinha Anne Sophya Soares, a quem amo profundamente e que enche nossa família de alegria.

Por fim, dedico meu mais sincero e especial agradecimento aos meus pais, Santo Rocha Pereira e Régia Maria Santos Soares. Vocês são minha maior inspiração, meu exemplo de honestidade, força e amor incondicional. Nunca deixaram de acreditar em mim, mesmo nos momentos em que tudo parecia difícil, e sempre fizeram o impossível para que eu pudesse alcançar este tão sonhado diploma. Esta conquista também é de vocês. Obrigado por cada renúncia, por cada incentivo, por cada oração e por todo o amor que me trouxeram até aqui. Tenho imenso orgulho de ser filho de vocês e levarei para sempre os valores que me ensinaram.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste sonho, meu mais sincero muito obrigado.

RESUMO

Estudo das práticas corporais de aventura como estratégia de ensino nas aulas de Educação Física. O estudo teve por objetivo geral: investigar as práticas corporais de aventura pode ser utilizado como um incentivo para uma educação física, promovendo a motivação, o engajamento e o desenvolvimento de habilidades físicas e sociais nos alunos. Os objetivos específicos foram: caracterizar os benefícios das práticas corporais de aventura na educação física escolar; relacionar as práticas corporais de aventura e a motivação dos alunos para a prática de atividades físicas; analisar o papel das práticas corporais de aventura na promoção de habilidades sociais, como trabalho em equipe e comunicação. A metodologia envolveu uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa, realizada com 64 professores e estagiários de Educação Física que atuam no ensino médio. A coleta de dados ocorreu por meio de um questionário eletrônico composto por 14 perguntas fechadas, elaborado na plataforma Google Forms. Os dados obtidos foram submetidos à análise buscando identificar as percepções dos participantes acerca da utilização das Práticas Corporais de Aventura como estratégia pedagógica na Educação Física Escolar. Os resultados evidenciaram que os esportes de aventura constituem uma importante estratégia pedagógica para a Educação Física Escolar, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades físicas, socioemocionais e sociais dos estudantes. Observou-se que essas práticas favorecem a motivação e o engajamento nas aulas, estimulam a autonomia, a autoconfiança, a cooperação, a comunicação e o trabalho em equipe, além de ampliarem as possibilidades de inclusão e de aprendizagem significativa. Conclui-se que a inserção planejada e segura dos esportes de aventura constituem uma alternativa pedagógica capaz de tornar as aulas mais atrativas, inclusivas e alinhadas às orientações da Base Nacional Comum Curricular, contribuindo para a formação integral dos estudantes.

Palavras-chave: Atividades de Aventura, Educação Física, Ensino.

ABSTRACT

Abstract: This study examined adventure physical activities as a teaching strategy in Physical Education classes. The general objective was to investigate how adventure physical activities can be used as a strategy to promote motivation, engagement, and the development of students' physical and social skills in Physical Education. The specific objectives were to characterize the benefits of adventure physical activities in school Physical Education, to examine the relationship between these practices and students' motivation to engage in physical activities, and to analyze their role in promoting social skills such as teamwork and communication. The methodology consisted of a descriptive qualitative study conducted with 64 Physical Education teachers and trainee teachers working in high schools. Data were collected through an electronic questionnaire comprising 14 closed-ended questions, developed using the Google Forms platform. The collected data were analyzed to identify participants' perceptions regarding the use of Adventure Physical Activities as a pedagogical strategy in School Physical Education. The results showed that adventure sports represent an important pedagogical strategy for School Physical Education, contributing to the development of students' physical, socio-emotional, and social skills. These practices were found to enhance motivation and engagement in classes, foster autonomy, self-confidence, cooperation, communication, and teamwork, as well as expand opportunities for inclusion and meaningful learning. It was concluded that the planned and safe implementation of adventure sports constitutes a pedagogical alternative capable of making Physical Education classes more attractive, inclusive, and aligned with the guidelines of the Brazilian National Common Curricular Base (BNCC), thereby contributing to the comprehensive development of students.

Keywords: Adventure Physical Activities; Physical Education; Teaching.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Benefícios associados as Práticas de Aventura.....	25
Gráfico 2: Benefícios emocionais.....	26
Gráfico 3: Benefícios comportamentais.....	26
Gráfico 4: Contribuições dos esportes de aventura no processo de aprendizagem.....	29
Gráfico 5: Inclusão de estudantes com deficiência.....	32
Gráfico 6: PCA no interesse dos alunos.....	34
Gráfico 7: Atividades fora do ambiente escolar.....	34
Gráfico 8: Engajamento emocional.....	35
Gráfico 9: Motivação com presença de risco controlado.....	35
Gráfico 10: Engajamento de alunos menos participativos.....	36
Gráfico 11: Trabalho em equipe entre os alunos.....	38
Gráfico 12: Cooperação e comunicação.....	39
Gráfico 13: Comunicação interpessoal.....	39
Gráfico 14: Resolução coletiva de desafios.....	39

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Perfil resumido e agrupado dos respondentes da pesquisa.....	23
--	----

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	13
2. REFERENCIAL TEÓRICO	17
2.1 Evolução das Práticas corporais de aventura	17
2.2 Práticas corporais na BNCC.....	18
2.3 Estratégias de aplicação das práticas corporais nas aulas de Educação Física	19
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	20
3.1 Cenário do estudo	20
3.2 Características da pesquisa.....	20
3.3 Sujeitos do estudo	20
3.4 Instrumento de coleta de dados	20
3.5 Procedimentos de coleta de dados.....	20
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
4.1 Benefícios das Práticas Corporais de Aventura	24
4.2 Práticas Corporais de Aventura e a Motivação	34
4.3 Práticas Corporais de Aventura e Habilidades Sociais	38
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	42
REFERÊNCIAS	44
APÊNDICE A – Questionário aplicado aos participantes.....	47

1. INTRODUÇÃO

Nas últimas cinco décadas, a educação física escolar passou por importantes mudanças, que resultaram em diversos avanços e maior reconhecimento da área. No entanto, mesmo com o reconhecimento de sua relevância, ainda se observa que, em determinadas situações e contextos, a disciplina é vista de forma “menor” quando comparada a outras matérias, especialmente quando interpretada de maneira “simplificada” ou “secundária”, sendo relacionada apenas a jogos, recreação ou à “prática pela prática”, o que compromete sua legitimidade no campo pedagógico (Silva, 2021).

A Educação Física Escolar representa a única forma de atividade física para uma parcela significativa dos adolescentes, cabendo à escola, portanto, um papel importante no estímulo e na promoção de um estilo de vida mais ativo. (Oliveira, 2019).

A Educação Física escolar é responsável por apresentar e desenvolver diversos gestos motores para os alunos, por meio da cultura corporal presente nas diversas modalidades de esportes. A Educação Física escolar proporciona diversas vivências para os seus alunos, por meio das práticas corporais, sejam elas manifestadas na dança; na ginástica; nos esportes; nas práticas corporais de aventura, sendo estes conteúdos de suma importância para a formação sociocultural do aluno, contribuindo para sua formação como indivíduo para a sociedade. (Vidal, 2023)

A expressão corporal presente na Cultura Corporal de Movimento é conceituada por Saneto e Anjos (2011, p.1) como: “todo gesto ou manifestação corporal pode ser considerado uma técnica, implícita de significados, à medida em que atende aos critérios estabelecidos pela tradição e também pela eficácia simbólica (...)”. Ao utilizarem o termo “técnica”, os autores se apoiam na teoria das técnicas corporais proposta por Mauss (2003), que as descreve como “as maneiras pelas quais os homens de sociedade em sociedade, de uma forma tradicional, sabem servir-se de seus corpos” (Mauss, 2003, p.401).

Dessa forma, entende-se a manifestação corporal como um conjunto de movimentos físicos adquiridos por meio de vivências sociais e culturais. A Cultura Corporal de Movimento, por sua vez, ao ser tratada como objeto de estudo da Educação Física Escolar, proporciona aos estudantes instrumentos para refletirem

criticamente sobre os diversos elementos que compõem as múltiplas manifestações da cultura corporal, favorecendo a autonomia na prática dessas atividades (Darido, 2004).

Na perspectiva de Guimarães et al. (2001), as aulas de Educação Física são voltadas à dimensão procedimental, dando ênfase prioritariamente às técnicas esportivas. Entretanto, o professor de Educação Física deve proporcionar ao aluno múltiplas práticas, além das modalidades esportivas tradicionais, em sua intervenção no meio escolar, superando o predomínio de aulas tradicionais no contexto escolar (Scagliaia, 2007).

Os esportes de aventura, quando abordados nas aulas de Educação Física, possuem o potencial de provocar fortes emoções, especialmente devido às experiências relacionadas ao risco e à aventura (Triani, 2020). Os resultados adquiridos pelas práticas de aventura estão relacionados a natureza, são benéficas a saúde mental e ao bem-estar (LQBAL, 2021). Além disso, segundo Miranda, Lacasa e Muro (1995), esses esportes procuram proporcionar experiências de elevado prazer psicomotor, uma vez que seu foco está na autorrealização e na promoção da qualidade de vida, buscando substituir a competição, o esforço excessivo e a tensão.

Na relação entre ser humano e natureza, percebe-se a busca por novas experiências e formas de sensibilização. Nesse contexto, o corpo pode ser entendido como um campo informacional, possibilitando o despertar de diferentes emoções pautadas no respeito, na ética e na ausência de dominação. (Schwartz, 2008).

Nessas atividades, a possibilidade de alcançar locais antes considerados inacessíveis, como o topo de uma montanha, o interior de uma caverna ou a intensidade dos ventos e das corredeiras dos rios, proporciona aos praticantes experiências marcadas por diferentes significados. Essa interação simbiótica entre corpo e natureza desperta novas percepções, sensações, sentimentos e emoções. (Schwartz, 2008).

No Brasil, o contexto escolar ainda é escasso de professores que adotam estas práticas esportivas devido a não especialização nessa temática (Tahara, 2018; Santos, 2014). Porém, apesar da escassez de professores especializados, já existe uma convicção que os esportes de aventura contribuem de forma significativa no desenvolvimento do bem estar psicológico (Slee, 2019), e de habilidades e capacidades motoras necessárias ao desenvolvimento motor da criança (Ferreira,

2016).

O estudo teve por objetivo geral: investigar como as práticas corporais de aventura pode ser utilizado como um incentivo para uma educação física diferente, promovendo a motivação, o engajamento e o desenvolvimento de habilidades físicas e sociais nos alunos. Os objetivos específicos foram: caracterizar os benefícios das práticas corporais de aventura na educação física escolar; relacionar as práticas corporais de aventura e a motivação dos alunos para a prática de atividades físicas; analisar o papel das práticas corporais de aventura na promoção de habilidades sociais, como trabalho em equipe e comunicação.

A prática de atividades Físicas de Aventura na Natureza se constituiu um fenômeno crescente no Brasil nas últimas décadas. Trata-se de práticas corporais, manifestadas no âmbito do lazer e da competição e que, por sua vez, tem como eixos norteadores a aventura, o risco e as fortes emoções em sua máxima intensidade e profusão experienciadas no meio natural.

Dessa maneira, pode-se afirmar que esse conteúdo é tão relevante para o desenvolvimento social e psicomotor dos alunos quanto os demais esportes e atividades trabalhados nas aulas de Educação Física.

Portanto, torna-se essencial investigar a percepção da comunidade escolar sobre o tema para viabilizar um comprometimento efetivo com a sua aplicação e alcançar as metas formativas da disciplina. Diante desse cenário, a presente pesquisa justifica-se pela relevância de analisar as perspectivas de docentes e discentes de Educação Física acerca das práticas de aventura no ambiente escolar, buscando compreender suas finalidades e seu impacto na motivação e no desenvolvimento integral dos alunos.

Este trabalho está estruturado em seções. Inicialmente, apresenta-se a introdução, na qual são abordados o contexto da Educação Física Escolar, a inserção das práticas corporais de aventura, a problemática, os objetivos e a justificativa do estudo. Em seguida, são apresentados os procedimentos metodológicos, contemplando o delineamento da pesquisa, os participantes, os instrumentos e os procedimentos de coleta e análise dos dados. Posteriormente, são apresentados e discutidos os resultados, organizados em três categorias temáticas: benefícios das práticas corporais de aventura, práticas corporais de aventura e a motivação e práticas corporais de aventura e habilidades sociais. Por fim, são apresentadas as

considerações finais, destacando as principais contribuições da pesquisa, suas limitações e sugestões para estudos futuros.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Evolução das Práticas corporais de aventura

Com a elaboração dos Parâmetros Curriculares Nacionais (Brasil, 1998), as atividades de aventura surgem como conteúdo da Educação Física com as denominações de Esportes Radicais e Atividades de Lazer Ecológico. Por conseguinte, o professor de Educação Física tem a oportunidade de aprofundar o tema e elaborar os conceitos e os procedimentos de intervenção na escola.

Atualmente, no documento em vigência da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), as atividades de aventura receberam uma nova nomenclatura, passando a serem chamadas de práticas corporais de aventura (Brasil, 2017).

As práticas corporais relacionadas às atividades de aventura, como o surfe, trekking, skate, canoagem, paraquedismo, escalada, parkour e slackline, têm se tornado uma característica nos tempos atuais. Essas atividades são realizadas por pessoas de diferentes faixas etárias e apresentam crescimento significativo em diversos países, inclusive no Brasil, favorecidas pelas características geográficas e climáticas do país e pelas possibilidades de utilização tanto de ambientes naturais quanto urbanos. (Gonzalez, 2014)

As atividades de aventura na natureza são compreendidas aqui conforme as concepções apresentadas por MARINHO (2006), quando afirma que:

Tais atividades são, aqui, entendidas como as diversas práticas esportivas manifestadas, privilegiadamente nos momentos de lazer, com características inovadoras e diferenciadas dos esportes tradicionais, pois as condições de prática, os objetivos, a própria motivação e os meios utilizados para o seu desenvolvimento são outros e, além disso, há também a presença de inovadores equipamentos tecnológicos que permitem uma fluidez entre o praticante e o espaço da prática - terra, água ou ar. [...] (p.7).

De acordo com Cantorani e Pilatt (2005), práticas envolvendo desafios e aventura acompanham a humanidade desde sua evolução. Entretanto, as práticas corporais de aventura, na forma como são compreendidas atualmente, consolidaram-se principalmente a partir da década de 1970 em diferentes países e, no Brasil, expandiram-se a partir do final da década de 1980.

O esporte de aventura é um termo que abrange uma variedade de atividades físicas que envolvem desafios e riscos controlados, como escalada, rapel, canoagem e ciclismo de montanha. Essas atividades têm sido utilizadas em programas de educação física para promover a motivação, o engajamento e o desenvolvimento de

habilidades físicas e sociais nos alunos.

Ao longo do tempo, diferentes denominações foram utilizadas para caracterizar essas práticas, como esportes radicais, esportes extremos, esportes de ação e atividades físicas de aventura na natureza (Betrán, 2003). Atualmente, a literatura e a BNCC adotam o termo Práticas Corporais de Aventura, por compreender que essas manifestações podem ocorrer tanto em ambientes naturais quanto urbanos e possuem caráter educativo, cultural e corporal.

Estudos têm demonstrado que o esporte de aventura pode ter benefícios significativos para a saúde física e mental dos jovens, incluindo a melhoria do condicionamento físico, a redução do estresse e a promoção da autoestima (Hill, 2015; Stevenson, 2017). Além disso, o esporte de aventura pode ser adaptado para diferentes níveis de habilidade e idade, tornando-o uma opção viável para programas de educação física em diferentes contextos (Brymer, 2018).

No entanto, é importante notar que o esporte de aventura também pode apresentar riscos e desafios, como lesões e medo, que devem ser cuidadosamente gerenciados por professores e instrutores qualificados (Taylor, 2019).

2.2 Práticas corporais na BNCC

A BNCC (Brasil, 2018) preconiza a inserção das Práticas Corporais de Aventura na Educação Física Escolar como uma unidade temática capaz de proporcionar experiências corporais desafiadoras, estimulando a autonomia, a cooperação, a consciência ambiental e a adoção de atitudes relacionadas à segurança e ao respeito aos diferentes contextos de prática.

Os esportes tradicionais, como futebol, voleibol, handebol e basquetebol, contemplam apenas parte dos interesses dos estudantes. A inserção das práticas corporais de aventura amplia as possibilidades da cultura corporal de movimento, permitindo que crianças e adolescentes vivenciem novas experiências, desenvolvam diferentes competências e tenham maiores possibilidades de escolha (Manning, 2011).

As situações-problema geradas nesse processo oferecem risco ao praticante, contribuindo para o desenvolvimento da consciência corporal, da autonomia e de diversas habilidades motoras, além de resgatar a conexão do ser humano com a natureza (Borba, 2007; Bungenstab et al., 2017).

Manning (2011) destaca que as práticas corporais de aventura promovem benefícios pessoais, ambientais e socioculturais. Entre eles estão o desenvolvimento

da autoestima, da autoconfiança, da liderança, do trabalho em equipe, da consciência ambiental e da cooperação, aspectos que dialogam diretamente com as competências gerais previstas pela BNCC.

2.3 Estratégias de aplicação das práticas corporais nas aulas de Educação

Física

Nas aulas de Educação Física, é fundamental refletir sobre o modo como os conteúdos são abordados, evitando tratá-los apenas como simples informações desconectadas de um processo pedagógico mais amplo. É necessário considerar os diversos aspectos que envolvem cada modalidade, para que as práticas não se resumam a meros experimentos. O experimento, por sua natureza, é algo que pode ser repetido e tem resultados previsíveis, enquanto a experiência envolve imprevisibilidade, abertura ao novo e ao inesperado.

Portanto, ao incluir as práticas de aventura como parte dos conteúdos na Educação Física, é preciso ir além da simples transmissão de conhecimento. Essas práticas devem provocar transformações, gerar impactos positivos e deixar marcas significativas nos alunos (Bondía, 2002). Conforme destaca Lanferdini (2021), para que a prática pedagógica seja realmente significativa, é essencial que os professores conheçam e se apropriem desse saber. A relação entre professores e alunos, tendo como foco as práticas corporais de aventura, não deve se restringir a atividades isoladas. É importante estabelecer conexões com outras temáticas relevantes na sociedade, como as questões ambientais, que influenciam diretamente a relação entre o ser humano e a natureza.

A inserção das práticas corporais de aventura no contexto escolar exige planejamento e gerenciamento dos riscos envolvidos. Embora o risco seja uma característica inerente a essas práticas, ele deve ser controlado por meio da escolha adequada dos espaços, da utilização de equipamentos de proteção, da adaptação das atividades às características dos estudantes e da mediação pedagógica do professor (González, 2014).

Outro aspecto importante refere-se à educação ambiental. As práticas corporais de aventura constituem um dos conteúdos da Educação Física que mais favorecem a aproximação dos estudantes com a natureza, possibilitando reflexões sobre sustentabilidade, preservação ambiental e utilização consciente dos espaços naturais, contribuindo para o desenvolvimento de atitudes de responsabilidade socioambiental (Tilton, 2003 apud González; Darido; Oliveira, 2014).

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Cenário do estudo

O estudo foi realizado de forma virtual, através do Google forms, abrangendo professores e estagiários de Educação Física Licenciatura atuantes em escolas de ensino fundamental e médio. A opção pelo formulário online permitiu alcançar participantes de diferentes localidades do estado do maranhão, ampliando a diversidade da amostra e facilitando o acesso dos respondentes ao instrumento de pesquisa.

3.2 Características da pesquisa

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa. A pesquisa descritiva tem como objetivo principal descrever características de determinada população ou fenômeno, estabelecendo relações entre variáveis (Gil, 2017).

3.3 Sujeitos do estudo

Participaram desta pesquisa 64 estudantes e professores de Educação Física atuantes no ensino médio.

3.4 Intrumento de coleta de dados

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário eletrônico elaborado na plataforma Google Forms. O instrumento foi composto por 14 perguntas fechadas, estruturadas para avaliar a percepção de professores e discentes de Educação Física acerca dos benefícios das práticas corporais de aventura na escola. Cabe ressaltar que alguns resultados ultrapassam 100%, pois O somatório de menções difere do número total de participantes devido à pluriatividade profissional de alguns respondentes

3.5 Procedimentos de coleta de dados

O questionário foi disponibilizado por meio de um link eletrônico, divulgado em redes sociais, grupos de professores, estudantes de Educação Física e coordenações de cursos da área. A coleta de dados permaneceu disponível pelo período de um mês no qual os participantes puderam responder ao questionário de forma voluntária por meio do link disponibilizado. Antes de responder às questões, os participantes foram

informados sobre os objetivos da pesquisa e manifestaram sua concordância em participar de forma voluntária.

Como critérios de inclusão, foram considerados: ser aluno ou egresso do curso de Educação Física Licenciatura, possuir formação entre os anos de 2015 e 2025 e ter vivenciado práticas relacionadas aos esportes de aventura no ambiente escolar. Foram excluídos da pesquisa os indivíduos que não eram alunos ou egressos do curso de Educação Física Licenciatura, que não possuíam vivências práticas com esportes de aventura no contexto escolar ou que haviam concluído a formação antes do ano de 2015.

As respostas foram coletadas e armazenadas automaticamente na plataforma Google Forms. Após o encerramento do período de coleta, os dados foram exportados para análise estatística descritiva, com o objetivo de identificar as percepções predominantes entre os participantes.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados desta pesquisa foram organizados a partir da análise dos dados obtidos e de sua aproximação com os objetivos do estudo. A primeira categoria, Benefícios das Práticas Corporais de Aventura, reúne as evidências relacionadas às contribuições dessas práticas para o processo de ensino e aprendizagem, o desenvolvimento socioemocional e a inclusão dos estudantes no contexto da Educação Física Escolar. A segunda categoria, Práticas Corporais de Aventura e a Motivação, contempla os resultados referentes à influência dessas práticas sobre o interesse, o engajamento e a participação dos estudantes nas aulas. Por fim, a terceira categoria, Práticas Corporais de Aventura e Habilidades Sociais, apresenta os achados relacionados ao desenvolvimento da cooperação, da comunicação, do trabalho em equipe e de outras competências sociais favorecidas pelas experiências de aventura. A seguir, os resultados serão apresentados e discutidos de acordo com essa organização temática, articulando os dados obtidos com a literatura pertinente.

Antes da análise das respostas referentes às questões da pesquisa, torna-se importante apresentar a caracterização dos participantes, uma vez que essas informações permitem contextualizar os resultados obtidos. O perfil dos respondentes fornece uma visão geral sobre sua formação e experiência profissional, aspectos que podem influenciar suas percepções acerca das Práticas Corporais de Aventura no contexto da Educação Física. Assim, o Quadro 1 apresenta a distribuição dos 64 participantes quanto à instituição de origem, período de conclusão/previsão da graduação, tempo de atuação profissional e principal área de atuação, possibilitando uma compreensão mais ampla da composição da amostra investigada.

Quadro 1 – Perfil resumido e agrupado dos respondentes da pesquisa (N = 64)

Dimensão Analisada	Categorias Otimizadas	Frequência (n)	Proporção (%)
Ocupação e Perfil Acadêmico	Professor de Educação Física	46	71,9%
	Acadêmico (6º ao 7º Semestre)	4	6,3%
	Acadêmico (8º Semestre ou mais)	14	21,9%
Instituição de Ensino Superior	Pública	60	93,8%
	Privada	4	6,3%
Período de Conclusão / Previsão	Egressos de Médio/Longo Prazo (2015-2020)	15	23,4%
	Egressos Recentes ou Concludentes (2021-2025)	31	48,4%
Experiência Profissional	Iniciantes a Intermediários (Até 3 anos)	28	43,8%
	Consolidados a Veteranos (Mais de 3 anos)	36	56,2%
Área Principal de Intervenção*	Ambiente Escolar	27	42,2%
	Projetos Sociais, Eventos e Universidades	16	25,0%
	Treinamento Esportivo, Academias e Empresas	16	25,0%
	Outras Áreas ou Não Atua no Momento	8	12,5%
Vivência com Esportes de Aventura	Possui Experiência (Prática ou Acadêmica)	64	100,0%

Fonte: Elaborado pelo autor (2026). ***Nota:** Áreas com baixas ocorrências foram agrupadas por afinidade setorial. O somatório de menções (n = 67) difere do número total de participantes devido à pluriatividade profissional de alguns respondentes.

Os dados apresentados no Quadro 1 demonstram que a pesquisa contou com a participação de 64 respondentes, sendo a maioria composta por professores de Educação Física (71,9%; n=46), enquanto 28,1% (n=18) eram acadêmicos do curso. Entre os estudantes, predominou a participação daqueles matriculados no 8º semestre ou em períodos posteriores (21,9%; n=14), ao passo que 6,3% (n=4) encontravam-se entre o 6º e o 7º semestre. Esse perfil indica que a maior parte dos participantes possui vivência profissional ou encontra-se em fase avançada da formação, o que contribui para respostas baseadas em experiências práticas e conhecimentos adquiridos ao longo da graduação.

Em relação à formação acadêmica, verificou-se que 93,8% (n=60) dos participantes são oriundos de instituições públicas de ensino superior, enquanto apenas 6,3% (n=4) concluíram a graduação em instituições privadas. Observou-se ainda maior concentração de profissionais formados recentemente, especialmente no período de 2023 a 2025, indicando que a amostra reúne profissionais atualizados em relação às diretrizes curriculares e às discussões mais recentes da Educação Física, sem deixar de contemplar participantes com maior tempo de formação.

Quanto à atuação profissional, a maior parcela dos respondentes desenvolve suas atividades em escolas (n=27), seguida por organizações de eventos e projetos sociais (n=12), treinamento esportivo e academias (n=11), empresas (n=5), universidades (n=4), outras áreas não relacionadas diretamente à Educação Física (n=5) e participantes que não atuam profissionalmente no momento (n=3). Essa diversidade de contextos amplia a representatividade da amostra, permitindo que diferentes perspectivas sobre as Práticas Corporais de Aventura sejam contempladas na pesquisa.

No que se refere ao tempo de atuação na área, observou-se predominância de profissionais com experiência entre um e três anos (37,5%; n=24) e entre quatro e seis anos (31,3%; n=20), enquanto 25% (n=16) atuam há mais de seis anos e 6,3% (n=4) possuem menos de um ano de experiência. Esses dados demonstram que a pesquisa contempla tanto profissionais em início de carreira quanto aqueles com maior trajetória profissional, enriquecendo a interpretação dos resultados.

Por fim, destaca-se que todos os participantes (100%; n=64) afirmaram já ter vivenciado experiências práticas ou acadêmicas relacionadas aos esportes de aventura. Esse aspecto fortalece a consistência das análises desenvolvidas ao longo deste estudo, uma vez que as opiniões apresentadas são fundamentadas em experiências diretas com essa temática, conferindo maior credibilidade às respostas obtidas.

4.1 Benefícios das Práticas Corporais de Aventura

As Práticas Corporais de Aventura (PCA), quando inseridas no componente curricular da Educação Física escolar, configuram-se como conteúdos pedagógicos que ampliam as possibilidades de desenvolvimento motor, cognitivo e socioemocional dos estudantes. De acordo com a Base Nacional Comum Curricular (Brasil, 2018), essas práticas envolvem experiências corporais realizadas em ambientes instáveis e imprevisíveis, o que exige dos alunos adaptações constantes, tomada de decisão e reorganização dos padrões motores.

Com base na entrevista realizada com professores e acadêmicos de Educação Física com vivências e/ou experiências com os esportes de aventuras no ambiente escolar, obtivemos os seguintes resultados no gráfico a seguir:

Gráfico 1 – Benefícios associados as Práticas Corporais de Aventura.

Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Conforme apresentado no gráfico, pode-se perceber que a maioria dos entrevistados associou essas práticas à melhora da coordenação motora (92,2%), ao desenvolvimento da resistência física (92,2%), ao aumento da força muscular (70,3%) e à melhora do equilíbrio (85,9%). Tais aspectos estão diretamente relacionados ao aprimoramento das capacidades motoras dos praticantes, evidenciando o potencial dessas atividades para o desenvolvimento integral dos estudantes.

Trabalhos publicados nos anais do Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura (CBAA) apoiam essa leitura. Por exemplo, estudos voltados à inserção do slackline e da escalada no ambiente escolar apontam o desenvolvimento do equilíbrio estático e dinâmico, além do fortalecimento do tônus muscular profundo como respostas adaptativas imediatas decorrentes do ajuste postural constante (Cardozo; Neto; Pereira; et al., 2011).

Ainda que o gráfico mostre uma predominância nas respostas biológicas e motoras (resistência e força), autores modernos que debatem as Práticas Corporais de Aventura no contexto da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), como Alves, Fonseca e Martins (2018), alertam que os benefícios vão muito além do fisiológico.

Embora variáveis como "saúde psicológica" e "consciência corporal" tenham aparecido de forma tímida nas respostas individuais (1,6% cada), a literatura contemporânea aponta que as vertentes socioemocionais, o autoconhecimento e a educação ambiental caminham lado a lado com o ganho de aptidão física. A ausência de respostas para a opção "Nenhum benefício

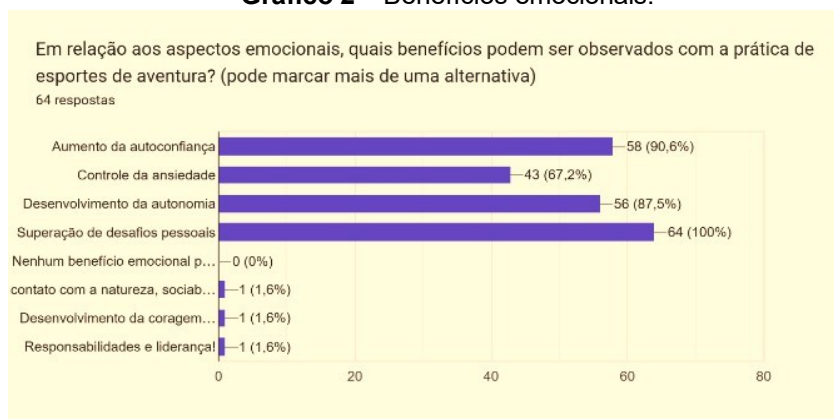
percebido (0%)" valida de forma categórica a legitimidade pedagógica desse conteúdo na escola.

Além dos benefícios relacionados ao desenvolvimento físico e motor, os esportes de aventura apresentam importante potencial para favorecer aspectos socioemocionais e comportamentais dos estudantes. Ao proporcionar situações que envolvem desafios, tomada de decisão, gerenciamento de riscos controlados e resolução de problemas, essas práticas estimulam o desenvolvimento da autonomia, da autoconfiança, da responsabilidade e do autocontrole.

Tais competências são fundamentais para a formação integral dos alunos e estão alinhadas às propostas contemporâneas da Educação Física Escolar, que compreendem o estudante como protagonista do próprio processo de aprendizagem.

Com o objetivo de analisar a percepção dos participantes acerca dessas contribuições, foram elaboradas questões relacionadas aos impactos dos esportes de aventura sobre o desenvolvimento socioemocional e comportamental dos estudantes. Os resultados obtidos encontram-se apresentados nos Gráficos 2 e 3.

Gráfico 2 – Benefícios emocionais.



Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 3 – Benefícios comportamentais.



Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Os dados do Gráfico 2 revelam que 100% (n=64) dos entrevistados apontaram a "Superação de desafios pessoais" como o principal benefício emocional, seguido pelo "Aumento da autoconfiança" (90,6%, n=58), "Desenvolvimento da autonomia" (87,5%, n=56) e "Controle da ansiedade" (67,2%, n=43). As demais variantes totalizaram 1,6% (n=1) cada, englobando aspectos como "contato com a natureza/sociabilidade", "desenvolvimento da coragem" e "senso de responsabilidade e liderança".

Cabe ressaltar que nenhum participante (0%) declarou não ter percebido benefícios emocionais. Essas respostas psicológicas refletem diretamente no comportamento dos alunos, conforme exposto no Gráfico 3, o maior reflexo positivo identificado foi o "Maior interesse pelas atividades propostas" (93,8%, n=60) e a "Maior participação nas aulas" (84,4%, n=54), seguidos por "Maior responsabilidade" (71,9%, n=46) e "Maior disciplina" (54,7%, n=35), já as opções que indicavam "Nenhuma mudança comportamental percebida" ou menções específicas e isoladas como a "Redução de comportamentos agressivos e maior cooperação" apresentaram valores mínimos, correspondendo a apenas 1,6% (n=1) cada uma.

Esses resultados evidenciam que as práticas de aventura foram associadas principalmente ao desenvolvimento de valores e comportamentos positivos, especialmente relacionados à responsabilidade e à disciplina. Tais resultados corroboram as reflexões de Bondía (2002), que compreende a experiência como elemento central do processo educativo. Para o autor, aprender não significa apenas receber informações, mas vivenciar situações capazes de transformar a maneira como o indivíduo compreende a si mesmo e o mundo ao seu redor.

Sob essa perspectiva, as práticas corporais de aventura constituem experiências educativas significativas porque colocam os estudantes diante de desafios reais, nos quais o erro, a tentativa, a reflexão e a superação fazem parte do processo de aprendizagem. Além disso, Marinho e Inácio (2019) destacam que as práticas corporais de aventura favorecem uma formação humana que vai além da aprendizagem técnica dos movimentos.

Segundo os autores, essas atividades estimulam a autonomia, o protagonismo e a responsabilidade dos estudantes ao exigirem planejamento, tomada de decisão e reflexão constante durante a realização das tarefas. Ao contrário de práticas excessivamente mecanizadas, as atividades de aventura possibilitam que os alunos construam soluções para os desafios encontrados, fortalecendo sua capacidade de

agir de maneira consciente e responsável.

Outro aspecto importante refere-se ao desenvolvimento de valores e atitudes durante as aulas de Educação Física. Guimarães et al. (2001) afirmam que a disciplina deve contribuir para a formação ética e social dos estudantes, promovendo experiências que estimulem o respeito, a responsabilidade, a cooperação e a valorização das diferenças.

Nesse sentido, os resultados desta pesquisa indicam que as práticas corporais de aventura constituem um ambiente favorável para o desenvolvimento dessas competências, uma vez que exigem comprometimento individual e coletivo para a realização segura das atividades.

Na perspectiva da Educação Física Escolar, os resultados encontrados evidenciam que o ensino das práticas corporais de aventura favorece um ambiente de aprendizagem em que o estudante assume papel ativo na construção do conhecimento. Na prática pedagógica, observa-se que atividades como circuitos de aventura, slackline, orientação e desafios cooperativos exigem dos alunos persistência diante das dificuldades, planejamento das ações e controle emocional para superar os obstáculos propostos. Nessas situações, o erro deixa de representar fracasso e passa a ser compreendido como parte do processo educativo, fortalecendo a autoconfiança e estimulando a autonomia dos estudantes durante as aulas.

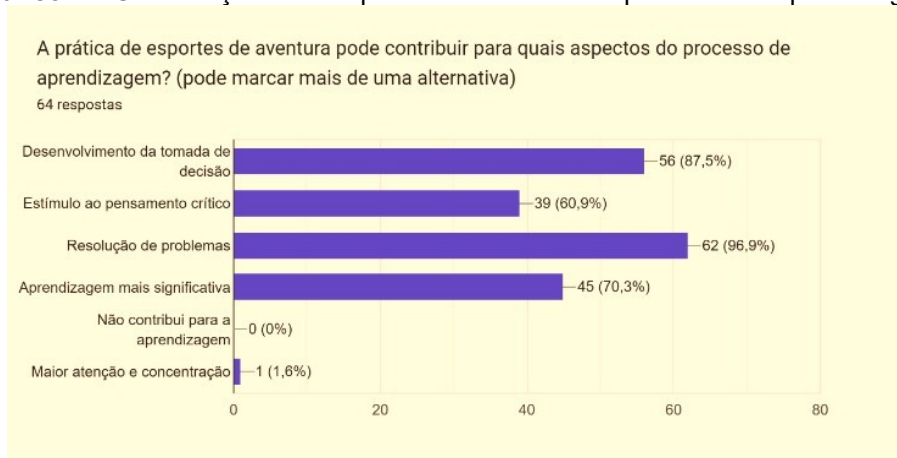
Entretanto, é importante destacar que o desenvolvimento dessas competências depende diretamente da mediação pedagógica realizada pelo professor. Conforme aponta Darido (2011), os conteúdos da Educação Física somente cumprem sua função educativa quando organizados a partir de objetivos claros e estratégias metodológicas que favoreçam a participação, a reflexão e a construção coletiva do conhecimento. Assim, as práticas corporais de aventura não produzem benefícios socioemocionais automaticamente; é a intencionalidade pedagógica que transforma essas experiências em oportunidades efetivas de desenvolvimento humano.

Dessa forma, os resultados desta pesquisa demonstram que os esportes de aventura constituem um importante recurso pedagógico para o desenvolvimento socioemocional e comportamental dos estudantes. Ao favorecerem a autonomia, a autoconfiança, a responsabilidade e a capacidade de enfrentar desafios de forma consciente, essas práticas ampliam as possibilidades educativas da Educação Física Escolar e contribuem para uma formação mais crítica, participativa e comprometida com o desenvolvimento integral dos alunos.

A aprendizagem na Educação Física Escolar deve ser compreendida como um processo que envolve a construção de conhecimentos, habilidades, atitudes e valores, indo além da simples execução de movimentos. Nessa perspectiva, as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) constituem um importante conteúdo curricular por proporcionarem situações de aprendizagem que estimulam a participação ativa dos estudantes, a resolução de problemas, a criatividade e a tomada de decisões.

Ao vivenciarem desafios motores em contextos diversificados e seguros, os alunos tornam-se protagonistas do próprio processo de aprendizagem, desenvolvendo competências que dialogam com a formação integral proposta para a Educação Básica. Com o objetivo de compreender a percepção dos participantes acerca dessa contribuição, investigou-se a influência dos esportes de aventura no processo de aprendizagem dos estudantes durante as aulas de Educação Física. Os resultados obtidos encontram-se apresentados no Gráfico 4.

Gráfico 4 – Contribuições dos esportes de aventura no processo de aprendizagem.



Fonte: Dados da pesquisa (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Ao analisar os dados ilustrados no Gráfico 4, observa-se que os participantes concordam fortemente sobre o potencial pedagógico das Práticas Corporais de Aventura. A opção mais votada foi a "Resolução de problemas", apontada por 96,9% da amostra (n=62), seguida de perto pelo "Desenvolvimento da tomada de decisão", com 87,5% (n=56). A ideia de que essas práticas promovem uma "Aprendizagem mais significativa" também ganhou bastante destaque, com 70,3% (n=45), enquanto o "Estímulo ao pensamento crítico" foi lembrado por 60,9% (n=39). Por outro lado, a opção "Maior atenção e concentração" tiveram apenas 1,6% de adesão (n=1).

Cabe ressaltar que nenhum dos entrevistados (0%) assinalou a opção de que os esportes de aventura "Não contribuem para a aprendizagem", validando de forma significativa a percepção dos entrevistados para a relevância pedagógica desta

temática.

Os resultados obtidos estão em consonância com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que incorpora as Práticas Corporais de Aventura como um dos objetos de conhecimento da Educação Física e destaca sua importância para ampliar as experiências da cultura corporal de movimento. De acordo com o documento, essas práticas favorecem o desenvolvimento da autonomia, da criatividade, da cooperação e da capacidade de solucionar problemas, contribuindo para uma aprendizagem contextualizada e significativa (Brasil, 2018).

Essa compreensão também é reforçada por Darido (2011), ao afirmar que a Educação Física deve promover aprendizagens que articulem as dimensões conceitual, procedimental e atitudinal dos conteúdos. Sob essa perspectiva, os esportes de aventura possibilitam que os estudantes não apenas executem movimentos, mas compreendam os princípios envolvidos em sua prática, reflitam sobre os riscos, adotem atitudes responsáveis e desenvolvam competências que podem ser transferidas para diferentes situações da vida cotidiana.

Marinho (2007) acrescenta que as práticas corporais de aventura ampliam as possibilidades educativas da Educação Física por romperem com a previsibilidade das modalidades esportivas tradicionais. Segundo a autora, essas atividades colocam os estudantes diante de situações que exigem observação, adaptação constante e tomada de decisões, favorecendo aprendizagens construídas a partir da experimentação e da interação com o ambiente.

Nessa mesma direção, Bondía (2002) defende que a aprendizagem ocorre de maneira mais profunda quando está fundamentada na experiência vivida pelo sujeito. Para o autor, experiências que mobilizam emoções, desafios e reflexões possuem maior potencial formativo do que processos baseados exclusivamente na transmissão de conteúdos. Assim, as práticas corporais de aventura constituem experiências educativas capazes de transformar o modo como os estudantes compreendem o próprio corpo, o movimento e suas relações com os colegas e com o ambiente.

Na perspectiva da Educação Física Escolar, os resultados desta pesquisa demonstram que a aprendizagem se torna mais significativa quando os estudantes participam ativamente da construção do conhecimento. Na prática pedagógica, observa-se que atividades como orientação, slackline, escalada adaptada e circuitos de aventura favorecem a investigação, a resolução de problemas e a

experimentação, permitindo que os alunos desenvolvam conhecimentos por meio das próprias vivências. Esse processo torna as aulas mais participativas, desperta a curiosidade e fortalece o interesse pelos conteúdos da disciplina.

Entretanto, é importante reconhecer que os benefícios observados dependem da forma como essas práticas são planejadas e conduzidas pelo professor. A simples inserção de atividades de aventura no currículo não garante uma aprendizagem significativa. Conforme destaca Darido (2011), é a mediação pedagógica que possibilita relacionar as experiências corporais aos objetivos educacionais da disciplina, favorecendo a reflexão crítica e a construção do conhecimento.

Dessa forma, os resultados desta pesquisa reforçam que os esportes de aventura constituem um importante recurso metodológico para a Educação Física Escolar. Quando desenvolvidos de maneira planejada, segura e contextualizada, esses conteúdos ampliam as possibilidades de aprendizagem, favorecem o protagonismo dos estudantes e contribuem para uma formação mais crítica, autônoma e integrada às diferentes dimensões do desenvolvimento humano.

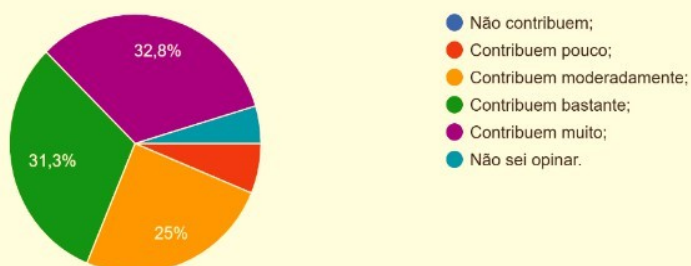
A Educação Física Escolar tem avançado na construção de práticas pedagógicas comprometidas com a inclusão, buscando garantir que todos os estudantes participem das aulas de forma ativa, respeitando suas características, potencialidades e necessidades individuais (Brasil, 2018). Nesse contexto, as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) apresentam-se como uma alternativa metodológica relevante, pois permitem diferentes possibilidades de adaptação, valorizam a superação pessoal em vez do rendimento esportivo e favorecem a participação coletiva. Essas características aproximam esse conteúdo dos princípios da educação inclusiva, ao promover experiências corporais que respeitam a diversidade e ampliam as oportunidades de aprendizagem para todos os alunos.

Com o objetivo de compreender a percepção dos participantes acerca dessa temática, investigou-se a contribuição das Práticas Corporais de Aventura para a inclusão e a participação de estudantes com necessidades educacionais especiais nas aulas de Educação Física. Os resultados obtidos encontram-se apresentados no Gráfico 5.

Gráfico 5 – Inclusão de estudantes com deficiência.

Na sua opinião, os esportes de aventura podem contribuir para a inclusão e participação de estudantes com necessidades educacionais especiais nas aulas de Educação Física?

64 respostas



Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

A partir da observação do Gráfico 5, observa-se um forte consenso positivo entre os respondentes a respeito do papel inclusivo dessa temática. A maior parcela dos participantes, correspondendo a 32,8% (n=21) da amostra, aponta que os esportes de aventura "contribuem muito" para a inclusão e participação ativa de alunos com deficiência, seguida de perto por 31,3% (n=20) que afirmam que essas práticas "contribuem bastante". Adicionalmente, outros 25% (n=16) dos entrevistados avalia que o impacto ocorre de forma "moderada". Em contrapartida, as opiniões indiferentes expressam valores consideravelmente baixos, nos quais uma minoria indica que a contribuição é reduzida (6,3%, n= 4) ou optou por não opinar (4,7%, n=3) sobre o tema.

Os resultados obtidos estão em consonância com a Base Nacional Comum Curricular, que estabelece como princípio da Educação Física o acesso de todos os estudantes às diferentes manifestações da cultura corporal de movimento. Ao inserir as Práticas Corporais de Aventura como objeto de conhecimento, a BNCC reforça que os conteúdos devem ser desenvolvidos de maneira flexível, respeitando as diferenças individuais e promovendo condições equitativas de participação e aprendizagem (Brasil, 2018).

Essa perspectiva também é defendida por Darido (2011), ao afirmar que a Educação Física Escolar deve organizar seus conteúdos de forma a contemplar as diferentes possibilidades de participação dos estudantes, considerando aspectos motores, cognitivos, afetivos e sociais. Para a autora, a adaptação das estratégias metodológicas constitui elemento essencial para garantir que todos os alunos possam vivenciar os conteúdos propostos, independentemente de suas limitações ou necessidades específicas.

No âmbito das práticas corporais de aventura, Marinho e Inácio (2019)

destacam que essas experiências favorecem uma formação humana pautada na cooperação, na autonomia e na valorização das diferenças. Segundo os autores, por permitirem diferentes níveis de desafio e múltiplas formas de participação, essas práticas apresentam grande potencial para atender grupos heterogêneos, respeitando os ritmos de aprendizagem e incentivando o protagonismo dos estudantes.

Outro aspecto relevante refere-se à possibilidade de adaptação das atividades. Borba e Azevedo (2007), ao relatarem uma experiência com a escalada adaptada no Instituto Benjamin Constant, demonstram que as práticas de aventura podem ser desenvolvidas com estudantes com deficiência quando há planejamento pedagógico, adequação dos materiais e mediação qualificada do professor. Os autores evidenciam que a adaptação das atividades favorece não apenas o desenvolvimento motor, mas também a autoestima, a autonomia e a interação social dos participantes, reforçando o potencial inclusivo dessas modalidades.

Na perspectiva da Educação Física Escolar, os resultados desta pesquisa demonstram que a inclusão depende menos da modalidade desenvolvida e mais da forma como ela é organizada pedagogicamente. Na prática docente, observa-se que atividades como circuitos adaptados, orientação, desafios cooperativos e exercícios de equilíbrio possibilitam diferentes níveis de participação, permitindo que cada estudante realize as tarefas conforme suas capacidades e necessidades. Essa flexibilidade metodológica favorece a construção de um ambiente mais acolhedor, reduz barreiras à participação e fortalece o sentimento de pertencimento ao grupo.

Entretanto, é importante reconhecer que a efetivação de práticas inclusivas ainda enfrenta desafios relacionados à infraestrutura das escolas, à disponibilidade de materiais e à formação continuada dos professores. Conforme ressaltam Darido (2011) e a BNCC (Brasil, 2018), a inclusão exige planejamento, intencionalidade pedagógica e compromisso permanente com a valorização da diversidade. Assim, as Práticas Corporais de Aventura somente alcançarão seu potencial educativo quando desenvolvidas de forma segura, adaptada e alinhada aos objetivos da Educação Física Escolar.

Dessa forma, os resultados deste estudo evidenciam que as Práticas Corporais de Aventura constituem um importante recurso pedagógico para promover a inclusão na Educação Física Escolar. Ao possibilitarem adaptações metodológicas, ampliarem as formas de participação e valorizarem a cooperação e a superação individual, essas práticas contribuem para uma educação mais democrática, equitativa e comprometida

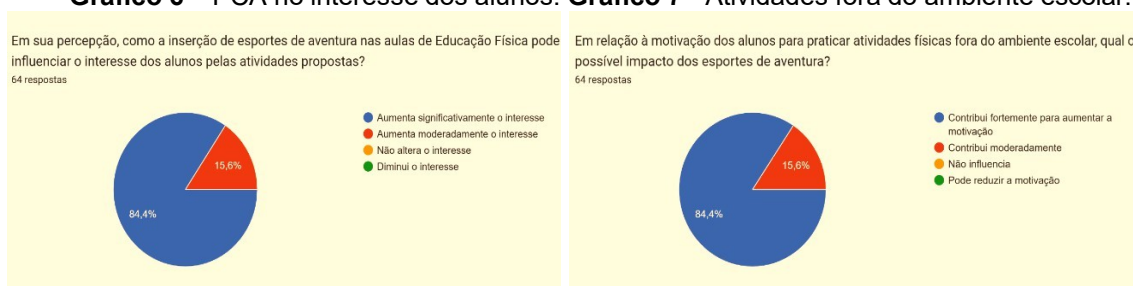
com a formação integral dos estudantes.

4.2 Práticas Corporais de Aventura e a Motivação

A motivação constitui um dos principais fatores para a participação dos estudantes nas aulas de Educação Física, influenciando diretamente o interesse, o envolvimento e a permanência nas atividades propostas. Quando os conteúdos desenvolvidos despertam curiosidade, promovem desafios compatíveis com as capacidades dos alunos e possibilitam experiências significativas, a tendência é que haja maior participação e melhor aproveitamento do processo de ensino e aprendizagem. Nesse contexto, as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) apresentam características que favorecem esse processo, pois associam movimento, desafio, cooperação, resolução de problemas e risco controlado, oferecendo experiências diferentes das modalidades esportivas tradicionalmente desenvolvidas no ambiente escolar.

Com o objetivo de compreender como essas práticas influenciam a motivação e o engajamento dos estudantes, foram analisados diferentes aspectos relacionados ao interesse pelas aulas, ao envolvimento emocional durante as atividades, à influência da novidade e do risco controlado e à participação de estudantes que normalmente demonstram menor interesse pelas aulas de Educação Física. Os resultados encontram-se apresentados nos Gráficos 6, 7, 8, 9 e 10.

Gráfico 6 – PCA no interesse dos alunos. Gráfico 7 - Atividades fora do ambiente escolar.

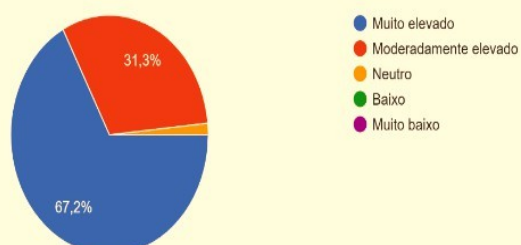


Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 8 – Engajamento emocional.

Como você percebe o engajamento emocional dos alunos (entusiasmo, curiosidade, desafio) durante práticas de esportes de aventura?

64 respostas

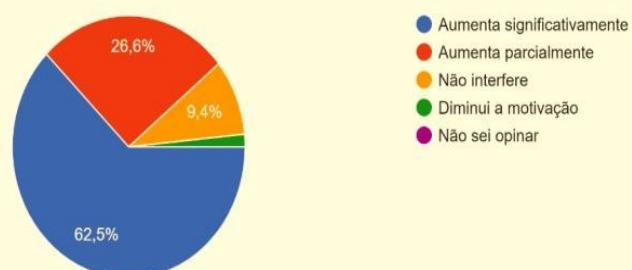


Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 9 – Motivação com presença de risco controlado.

Na sua opinião, a presença de elementos como risco controlado e novidade nos esportes de aventura afeta a motivação dos alunos?

64 respostas

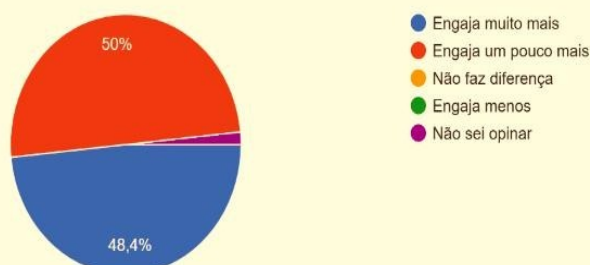


Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 10 – Engajamento de alunos menos participativos.

Considerando diferentes perfis de alunos, como você avalia a capacidade dos esportes de aventura em engajar aqueles menos interessados em atividades físicas?

64 respostas



Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Com base nos resultados, observa-se predominância das respostas mais favoráveis em todos os indicadores analisados, evidenciando que essas práticas despertam maior interesse pelas aulas, aumentam o envolvimento emocional dos estudantes e favorecem sua participação nas atividades propostas. Os participantes também reconhecem que os elementos de novidade, desafio e risco controlado tornam as aulas mais atrativas, contribuindo para envolver estudantes que frequentemente apresentam baixa participação nas modalidades esportivas tradicionais.

Esses resultados estão de acordo com o que defende a Base Nacional Comum Curricular, que reconhece as PCA's como um dos conteúdos da Educação Física por possibilitarem experiências corporais diversificadas, desafiadoras e contextualizadas. Segundo a BNCC, essas práticas favorecem o protagonismo dos estudantes, estimulam a autonomia e ampliam as oportunidades de participação, contribuindo para uma aprendizagem mais significativa e para o fortalecimento do vínculo dos alunos com a disciplina (Brasil, 2018).

Marinho (2007) afirma que as atividades de aventura acabam despertando o interesse dos praticantes justamente por romperem com a previsibilidade presente nas modalidades esportivas mais tradicionais. Ao exigirem exploração, tomada de decisão e adaptação constante, essas atividades despertam sentimentos de curiosidade, desafio e superação, tornando a experiência corporal mais atraente e significativa.

Corroborando essa perspectiva, Armbrust e Silva (2012) defendem que a inserção das práticas corporais de aventura amplia as possibilidades metodológicas da Educação Física Escolar e favorece maior participação dos estudantes,

especialmente daqueles que não se identificam com esportes competitivos tradicionais. Segundo os autores, essas modalidades valorizam a evolução individual, a cooperação e a experimentação, reduzindo a preocupação excessiva com o desempenho técnico e ampliando o sentimento de pertencimento dos alunos às atividades propostas.

Outro aspecto importante refere-se à relação entre motivação e experiência. Bondía (2002) destaca que experiências capazes de mobilizar emoções, desafios e reflexões possuem maior potencial formativo, uma vez que transformam a relação do sujeito com o conhecimento. Sob essa perspectiva, as práticas corporais de aventura favorecem aprendizagens mais significativas porque envolvem o estudante de maneira ativa durante todo o processo, estimulando sua participação não apenas física, mas também cognitiva e emocional.

Na perspectiva da Educação Física Escolar, os resultados obtidos permitem compreender que a motivação dos estudantes está diretamente relacionada à forma como os conteúdos são organizados pelo professor. Na prática pedagógica, observa-se que muitos alunos deixam de participar das aulas não por falta de interesse pelo movimento, mas porque as modalidades tradicionalmente trabalhadas costumam privilegiar aqueles que já apresentam maior domínio técnico. As práticas corporais de aventura modificam essa dinâmica ao oferecer experiências novas para praticamente todos os estudantes, reduzindo as diferenças decorrentes da experiência prévia e favorecendo maior participação da turma como um todo. Além disso, o caráter cooperativo presente em muitas dessas atividades fortalece o envolvimento coletivo e contribui para a construção de um ambiente de aprendizagem mais acolhedor e participativo.

Entretanto, é importante reconhecer que os elevados índices de motivação observados nesta pesquisa não decorrem exclusivamente da natureza dessas práticas. Conforme destaca Darido (2011), a motivação dos estudantes depende da organização pedagógica das aulas, da adequação das atividades à realidade da escola e da mediação realizada pelo professor. Assim, o potencial motivador das práticas corporais de aventura somente se materializa quando essas experiências são planejadas de forma segura, inclusiva e coerente com os objetivos educacionais da Educação Física.

Dessa forma, os resultados deste estudo evidenciam que as práticas corporais de aventura constituem um importante recurso pedagógico para ampliar a motivação

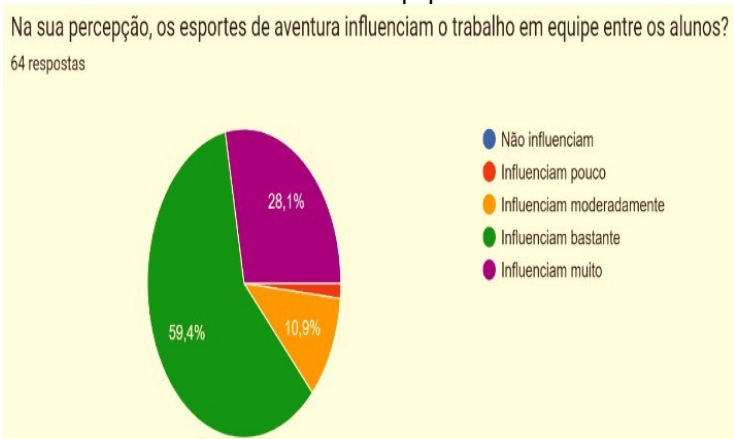
e o engajamento dos estudantes nas aulas de Educação Física. Ao despertarem interesse, favorecerem experiências significativas e ampliam as possibilidades de participação, essas práticas contribuem para uma Educação Física mais dinâmica, inclusiva e comprometida com a formação integral dos alunos.

4.3 Práticas Corporais de Aventura e Habilidades Sociais

A Educação Física Escolar desempenha um papel fundamental na formação integral dos estudantes ao possibilitar experiências que vão além do desenvolvimento físico e motor. Entre essas contribuições, destaca-se o fortalecimento das habilidades sociais, entendidas como competências relacionadas à comunicação, à cooperação, ao respeito às diferenças, ao trabalho em equipe e à resolução de conflitos. Nesse contexto, as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) apresentam características que favorecem o desenvolvimento dessas competências, uma vez que propõem desafios que exigem interação constante entre os participantes, tomada de decisões coletivas e construção de soluções compartilhadas.

Com o objetivo de compreender como os participantes percebem essas contribuições, investigaram-se aspectos relacionados ao trabalho em equipe, à cooperação, à comunicação interpessoal e à resolução coletiva de desafios durante a prática dos esportes de aventura. Os resultados obtidos encontram-se apresentados nos Gráficos 11, 12, 13 e 14.

Gráfico 11 - Trabalho em equipe entre os alunos.

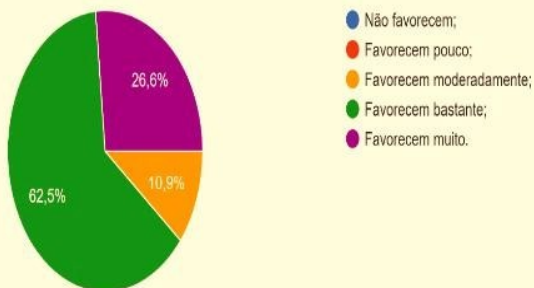


Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 12 – Cooperação e comunicação.

Na sua percepção, os esportes de aventura favorecem a cooperação e a comunicação entre os alunos?

64 respostas

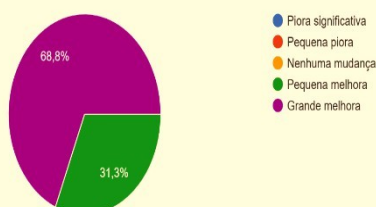


Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

Gráfico 13 - Comunicação interpessoal.

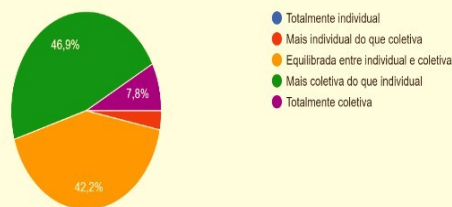
Em relação à comunicação interpessoal dos alunos, quais mudanças você percebe após a prática de esportes de aventura?

64 respostas

**Gráfico 14 – Resolução coletiva de desafios.**

Durante atividades de esporte de aventura, como geralmente ocorre a resolução de desafios entre os alunos?

64 respostas



Fonte: Elaborado pelo autor (2026). **Nota:** Pergunta de múltipla escolha (64 respostas totais).

A análise conjunta dos Gráficos 11, 12, 13 e 14 evidencia o potencial das práticas de aventura em quebrar o individualismo e reduzir conflitos na escola.

No Gráfico 11, 59,4% (n=38) dos participantes afirmam que essas atividades “influenciam bastante” o trabalho em equipe e 28,1% (n=18) apontam que “influenciam muito”. Esse fortalecimento coletivo ocorre porque, diante do risco calculado, a confiança no parceiro torna-se uma necessidade prática imediata.

No Gráfico 12 pode-se observar que 100% (n=64) dos participantes entendem que os esportes de aventura favorecem de alguma maneira a cooperação e a comunicação entre os alunos, tendo mais destaque as variáveis “favorece bastante” (62,5%, n=40) e “favorece muito” (26,6%, n=17).

Essa dinâmica gera transformações significativas na convivência: o Gráfico 13 mostra que 68,8% (n=44) perceberam uma “Grande melhoria” na comunicação interpessoal dos alunos, enquanto 31,3% (n=20) relataram uma “Pequena melhoria”. Por fim, o Gráfico 14 ilustra como os alunos gerenciam os problemas práticos: 46,9% (n=30) indicam uma resolução “Mais coletiva do que individual”, 42,2% (n=27)

percebem-na de forma “Equilibrada entre individual e coletiva” e 7,8% (n=5) como “Totalmente coletiva”. Em contrapartida, apenas 3,1% (n=2) apontaram a resolução como “Mais individual do que coletiva”, enquanto nenhum dos participantes (0,0%) assinalou a alternativa “Totalmente individual”.

Os resultados evidenciam uma percepção amplamente positiva sobre a influência das Práticas Corporais de Aventura no desenvolvimento das habilidades sociais. Em todos os indicadores analisados, observa-se predominância das respostas favoráveis, demonstrando que os participantes reconhecem essas práticas como importantes estratégias para fortalecer a cooperação, estimular a comunicação entre os estudantes, favorecer o trabalho em equipe e desenvolver atitudes relacionadas ao respeito, à solidariedade e à responsabilidade coletiva.

Grandes pesquisadores da área concordam com essa perspectiva mapeada no estudo. Marinho e Inácio (2019) destacam que as práticas corporais de aventura favorecem uma formação humana que ultrapassa o domínio técnico dos movimentos, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia, da responsabilidade e das relações interpessoais. Segundo os autores, a resolução de desafios em grupo exige diálogo, confiança, corresponsabilidade e participação ativa dos estudantes, aspectos fundamentais para o fortalecimento das habilidades sociais no contexto escolar.

Corroborando essa perspectiva, Darido (2011) afirma que os conteúdos da Educação Física devem contemplar, além das dimensões procedimentais, aspectos conceituais e atitudinais da aprendizagem. Dessa forma, as experiências corporais vivenciadas pelos estudantes devem contribuir para a construção de valores, atitudes e comportamentos que favoreçam a convivência respeitosa e a participação crítica na sociedade. As práticas corporais de aventura atendem a essa proposta ao estimular o compartilhamento de responsabilidades, a cooperação e o compromisso coletivo durante a realização das atividades.

Outro aspecto relevante refere-se ao papel da experiência na construção das relações sociais. Bondía (2002) ressalta que experiências educativas significativas transformam a forma como os sujeitos compreendem a si mesmos e aos outros. Nas práticas corporais de aventura, essa transformação ocorre quando os estudantes enfrentam desafios que exigem confiança mútua, diálogo permanente e colaboração para alcançar objetivos comuns. Nessas situações, o aprendizado ultrapassa a dimensão técnica e passa a envolver competências sociais essenciais para a formação integral.

Na perspectiva da Educação Física Escolar, os resultados desta pesquisa demonstram que o desenvolvimento das habilidades sociais ocorre de maneira mais consistente quando os estudantes participam de atividades que valorizam a cooperação em detrimento da competição. Na prática pedagógica, observa-se que desafios cooperativos, circuitos de aventura, atividades de orientação e exercícios de equilíbrio estimulam os alunos a comunicar-se, compartilhar responsabilidades, respeitar diferentes ritmos de aprendizagem e construir soluções coletivas para superar os obstáculos propostos. Esse ambiente favorece o fortalecimento da empatia, da solidariedade, da liderança compartilhada e do sentimento de pertencimento ao grupo.

Entretanto, é importante reconhecer que esses benefícios dependem da forma como as atividades são planejadas e conduzidas. A simples realização de práticas corporais de aventura não garante o desenvolvimento das habilidades sociais. Conforme destaca Darido (2011), cabe ao professor organizar situações pedagógicas que valorizem a participação de todos, promovam o diálogo e estimulem a reflexão sobre as atitudes vivenciadas durante as aulas. Assim, a mediação docente constitui elemento essencial para que essas experiências contribuam efetivamente para a formação social dos estudantes.

Dessa forma, os resultados deste estudo evidenciam que as Práticas Corporais de Aventura representam um importante recurso pedagógico para o desenvolvimento das habilidades sociais na Educação Física Escolar. Ao favorecerem a cooperação, a comunicação, o trabalho em equipe e a construção coletiva de soluções, essas práticas contribuem para uma formação mais humana, participativa e comprometida com os princípios da educação integral.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo investigar como os esportes de aventura podem ser utilizados como estratégia pedagógica na Educação Física Escolar, promovendo a motivação, o engajamento e o desenvolvimento de habilidades físicas e sociais nos estudantes. Com base nos resultados obtidos por meio da aplicação dos questionários, foi possível constatar que os objetivos propostos foram alcançados.

Em relação ao objetivo geral, verificou-se que os esportes de aventura são percebidos pelos participantes como uma importante ferramenta pedagógica capaz de diversificar os conteúdos da Educação Física Escolar, tornando as aulas mais atrativas, significativas e participativas. Os dados evidenciaram que essas práticas favorecem não apenas o desenvolvimento físico dos alunos, mas também aspectos emocionais, cognitivos e sociais fundamentais para a formação integral.

Quanto aos objetivos específicos, os resultados permitiram identificar diversos benefícios associados as práticas corporais de aventura, destacando-se a melhora da coordenação motora, do equilíbrio, da resistência física, da autonomia, da autoconfiança e da superação de desafios pessoais. Também foi constatada uma forte relação entre essas práticas e a motivação dos estudantes, tanto para participar das aulas de Educação Física quanto para buscar atividades físicas fora do ambiente escolar.

Além disso, observou-se que as práticas corporais de aventura desempenham papel relevante no desenvolvimento de habilidades sociais, contribuindo para o fortalecimento do trabalho em equipe, da cooperação, da comunicação interpessoal e da resolução coletiva de problemas. Esses resultados reforçam a compreensão de que tais práticas favorecem a construção de relações mais colaborativas e inclusivas dentro do ambiente escolar.

Dessa forma, conclui-se que as práticas corporais de aventura representam uma alternativa pedagógica consistente para ampliar as possibilidades de ensino da Educação Física Escolar, alinhando-se às orientações da Base Nacional Comum Curricular e às demandas contemporâneas da educação. Sua inserção planejada e segura pode contribuir para aulas mais atrativas, mais motivadoras, inclusivas e significativas, favorecendo o desenvolvimento integral dos estudantes.

Por fim, recomenda-se que novas pesquisas sejam realizadas com amostras

maiores e envolvendo diretamente estudantes da educação básica, a fim de aprofundar a compreensão sobre os impactos dessas práticas no contexto escolar e ampliar a produção científica sobre a temática.

REFERÊNCIAS

ARMBRUST, Igor; SILVA, Sildemir de Cássia. Esportes radicais na escola: uma proposta pedagógica. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 75-87, 2012.

BETRÁN, José Olivério. Rumo a um novo conceito de ócio ativo e turismo na Espanha: as atividades físicas de aventura na natureza. In: MARINHO, Alcyane; BRUHNS, Heloisa Turini (org.). **Turismo, lazer e natureza**. São Paulo: Manole, 2003. p. 157-202.

BONDÍA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, n. 19, p. 20-28, jan./abr. 2002.

BORBA, A. C.; AZEVEDO, A. C. B. A escalada como conteúdo da Educação Física Escolar: uma experiência de trabalho com portadores de necessidades especiais no Instituto Benjamin Constant. In: **ENCONTRO FLUMINENSE DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**, 11., 2007, Rio de Janeiro. **Anais...** Rio de Janeiro: UFF, 2007. p. 60-70.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília, DF: MEC/SEF, 1998.

BRYMER, Eric. Adventure education and outdoor learning: a review of the literature. **Journal of Outdoor and Environmental Education**, v. 32, n. 1, p. 1-15, 2018.

CANTORANI, José Roberto Herrera; PILATTI, Luiz Alberto. O nicho esportes de aventura: um processo de civilização ou descivilização? **EFDeportes**, Buenos Aires, ano 10, n. 87, 2005. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd87/aventur.htm>. Acesso em: 15 maio 2026.

CARDOZO, E. M. S.; NETO, J. V. C. Os esportes de aventura na escola: o slackline. In: **CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA**, 5., 2010, São Bernardo do Campo. **Anais...** São Bernardo do Campo: CBAA, 2010.

DARIDO, Suraya Cristina. A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 18, n. 1, p. 61-80, 2004. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16551>. Acesso em: 23 jul. 2025.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na escola: conteúdos, suas dimensões e significados**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GONZÁLEZ, Fernando Jaime; DARIDO, Suraya Cristina; OLIVEIRA, Amauri Aparecido Bássoli de (org.). **Lutas, capoeira e práticas corporais de aventura**. Maringá: Eduem, 2014. (Práticas corporais e a organização do conhecimento, v. 4).

GUIMARÃES, A. A. et al. Educação Física escolar: valores e atitudes. **Motriz**, Rio Claro, v. 7, n. 1, p. 17-22, 2001.

HILL, H. The impact of adventure education on young people's mental health and wellbeing. **Journal of Adventure Education and Outdoor Learning**, v. 15, n. 1, p. 1-13, 2015.

IQBAL, A.; MANSELL, W. A thematic analysis of multiple pathways between nature engagement activities and well-being. **Frontiers in Psychology**, v. 12, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.580992>. Acesso em: 23 jul. 2025. LANFERDINI, F. J. Esportes de aventura na Ilha de Santa Catarina. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 4, p. 42927-42944, 2021.

MANNING, Robert E. **Studies in Outdoor Recreation: Search and Research for Satisfaction**. Corvallis: Oregon State University Press, 2011.

MARINHO, Alcyane. À procura da aventura: reflexões sobre as atividades físicas de aventura na natureza. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 28, n. 3, p. 55-70, 2007.

MARINHO, Alcyane; BRUHNS, Heloisa Turini (org.). **Lazer, natureza, viagens e aventura: novos referentes**. São Paulo: Manole, 2006.

MARINHO, Alcyane; INÁCIO, Humberto Luís de Souza. As práticas corporais de aventura na formação humana: além do esporte e da técnica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 41, n. 3, p. 245-252, 2019.

MAUSS, Marcel. **Sociologia e antropologia**. São Paulo: Cosac Naify, 2003.

MIRANDA, J.; LACASA, E.; MURO, I. Actividades físicas en la naturaleza: un objeto a investigar. **Apunts: Educación Física y Deportes**, v. 41, n. 3, p. 53-69, 1995. Disponível em: <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/377205>. Acesso em: 23 jul. 2025.

OLIVEIRA, R. B.; BULHÕES, V. S.; ZAFALLON JÚNIOR, J. R. Avaliação e comparação do nível de atividade física entre escolares de 11 a 14 anos de idade. **Ciência e Movimento**, v. 21, n. 42, p. 81-91, 2019.

PARAÍSO ALVES, M.; VINCIPROVA FONSECA, M. C.; MARTINS, C. Educação Física escolar, a prática de esportes de aventura e a noção de risco calculado. **Linguagens, Educação e Sociedade**, n. 38, p. 262-291, 2018.

PEREIRA, L. M. et al. Mecanismos fisiológicos envolvidos na prática de slackline. In: **CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA**, 6., 2011, Pelotas. **Anais...** Pelotas: CBAA, 2011.

SANETO, J. G.; ANJOS, J. L. Educação Física e Marcel Mauss: contribuições antropológicas. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 15, n. 152, 2011. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd152/educacao-fisica-e-marcel-mauss.htm>. Acesso em: 23 jul. 2025.

SCAGLIA, Alcides José. **Referencial Curricular da Educação Básica das Escolas Públicas Municipais de Franca**. Franca: Secretaria Municipal da Educação, 2007. SCHWARTZ, Gisele Maria; LAVOURA, T. N.; MACHADO, A. A. Aspectos emocionais da prática de atividades de aventura na natureza: a (re)educação dos sentidos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 119-127, 2008. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16654>. Acesso em: 23 maio 2026.

SILVA JÚNIOR, A. P.; SOUZA, V. F. M. Educação física escolar: desafios e possibilidades na atualidade. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 19, n. 3, p. 9-10, 2021. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/28632>. Acesso em: 23 jul. 2025.

STEVENSON, S. The effects of adventure education on physical activity levels and motivation in secondary school students. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 16, n. 3, p. 247-254, 2017.

TAYLOR, M. Risk management in adventure education: a review of the literature. **Journal of Outdoor and Environmental Education**, v. 33, n. 1, p. 1-12, 2019.

TRIANI, F.; TELLES, S. C. C. Representações sociais sobre os esportes de aventura na educação física. **Interfaces da Educação**, v. 10, n. 30, p. 246-267, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.26514/inter.v10i30.3946>. Acesso em: 23 jul. 2025.

VIDAL, R. G. Metodologia do ensino das lutas esportivas aplicadas no ensino fundamental. **Cadernos do Aplicação**, Porto Alegre, v. 36, 2023. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/CadernosdoAplicacao/article/view/128507>. Acesso em: 23 jul. 2025.

APÊNDICE A – Questionário aplicado aos participantes

Questionário TCC

Prezado(a) Participante,

O presente estudo integra o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) da Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Maranhão (UFMA), desenvolvido pelo discente Ronald Santos Pereira.

A pesquisa tem como objetivo investigar como os esportes de aventura podem contribuir para uma abordagem diferenciada da Educação Física escolar, favorecendo a motivação, o engajamento e o desenvolvimento de habilidades físicas e sociais dos estudantes.

Sua participação é fundamental para a construção deste estudo, pois suas experiências e percepções contribuirão para a compreensão do tema investigado.

Agradecemos sua colaboração. Obrigado!

Dados de identificação

Qual é sua ocupação atual?

☐ Acadêmico(a) de Educação Física ☐

Professor(a) de Educação Física

Caso seja acadêmico(a), em qual semestre você se encontra atualmente? ☐

1º semestre

☐ 2º semestre ☐

3º semestre ☐ 4º

semestre ☐ 5º

semestre ☐ 6º

semestre ☐ 7º

semestre

☐ 8º semestre ou mais

Caso seja professor(a) formado(a), em que ano concluiu sua graduação em Educação Física?

Em qual área você atua atualmente? ☐

Escolas

☐ Empresas

☐ Organização de eventos ☐

Projetos sociais

☐ Treinamento esportivo

☐ Outra: _____

Há quanto tempo você atua ou participa da área da Educação Física? ☐

Menos de 1 ano

☐ Entre 1 e 3 anos

() Entre 4 e 6 anos ()

Mais de 6 anos

1. Quais benefícios podem ser associados à prática de esportes de aventura nas aulas de Educação Física? (pode marcar mais de uma alternativa)

- a) Melhora da coordenação motora
- b) Desenvolvimento de resistência física
- c) Aumento da força muscular
- d) Melhora do equilíbrio
- e) Nenhum benefício percebido

f) Outros: _____.

2. Em relação aos aspectos emocionais, quais benefícios podem ser observados com a prática de esportes de aventura? (pode marcar mais de uma alternativa)

- A) Aumento da autoconfiança
- B) Controle da ansiedade
- C) Desenvolvimento da autonomia
- D) Superação de desafios pessoais
- E) Nenhum benefício emocional percebido

F) Outros: _____

3. Quais benefícios relacionados ao comportamento dos alunos podem surgir com os esportes de aventura? (pode marcar mais de uma alternativa)

- A) Maior participação nas aulas
- B) Maior interesse pelas atividades propostas
- C) Maior disciplina
- D) Maior responsabilidade
- E) Nenhuma mudança comportamental percebida

F) Outros: _____

4. A prática de esportes de aventura pode contribuir para quais aspectos do processo de aprendizagem? (pode marcar mais de uma alternativa)

- A) Desenvolvimento da tomada de decisão
- B) Estímulo ao pensamento crítico
- C) Resolução de problemas
- D) Aprendizagem mais significativa
- E) Não contribui para a aprendizagem

F) Outros: _____

5. Em sua percepção, como a inserção de esportes de aventura nas aulas de Educação Física pode influenciar o interesse dos alunos pelas atividades propostas?

- a) Aumenta significativamente o interesse
- b) Aumenta moderadamente o interesse
- c) Não altera o interesse
- d) Diminui o interesse

6. Em relação à motivação dos alunos para praticar atividades físicas fora do ambiente escolar, qual o possível impacto dos esportes de aventura?

- a) Contribui fortemente para aumentar a motivação

- b) Contribui moderadamente
- c) Não influencia
- d) Pode reduzir a motivação

7. Como você percebe o engajamento emocional dos alunos (entusiasmo, curiosidade, desafio) durante práticas de esportes de aventura?

- a) Muito elevado
- b) Moderadamente elevado
- c) Neutro
- d) Baixo
- e) Muito baixo

8. Na sua opinião, a presença de elementos como risco controlado e novidade nos esportes de aventura afeta a motivação dos alunos?

- a) Aumenta significativamente
- b) Aumenta parcialmente
- c) Não interfere
- d) Diminui a motivação
- e) Não sei opinar

9. Considerando diferentes perfis de alunos, como você avalia a capacidade dos esportes de aventura em engajar aqueles menos interessados em atividades físicas?

- a) Engaja muito mais
- b) Engaja um pouco mais
- c) Não faz diferença
- d) Engaja menos
- e) Não sei opinar

10. Na sua percepção, os esportes de aventura influenciam o trabalho em equipe entre os alunos?

- () Não influenciam
- () Influenciam pouco
- () Influenciam moderadamente ()
- Influenciam bastante
- () Influenciam muito

11. Na sua percepção, os esportes de aventura favorecem a cooperação e a comunicação entre os alunos?

- () Não favorecem;
- () Favorecem pouco;
- () Favorecem moderadamente; ()
- Favorecem bastante;
- () Favorecem muito.

12. Em relação à comunicação interpessoal dos alunos, quais mudanças você percebe após a prática de esportes de aventura?

- () Piora significativa ()
- Pequena piora
- () Nenhuma mudança

☐ Pequena melhora ☐
Grande melhora

13. Durante atividades de esporte de aventura, como geralmente ocorre a resolução de desafios entre os alunos?

- ☐ Totalmente individual
☐ Mais individual do que coletiva
☐ Equilibrada entre individual e coletiva ☐
Mais coletiva do que individual
☐ Totalmente coletiva

14. Na sua opinião, os esportes de aventura podem contribuir para a inclusão e participação de estudantes com necessidades educacionais especiais nas aulas de Educação Física?

- ☐ Não contribuem;
☐ Contribuem pouco;
☐ Contribuem moderadamente; ☐
Contribuem bastante;
☐ Contribuem muito; ☐
Não sei opinar.