

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
LICENCIATURA

ALLYSON FELIX DA SILVA

ALYSON MATHEUS SALES DE ALMEIDA

TAYANE MARIA DA SILVA DAVID MANSO

**OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO VOLEIBOL NA
EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

RECIFE/2024

ALLYSON FELIX DA SILVA
ALYSON MATHEUS SALES DE ALMEIDA
TAYANE MARIA DA SILVA DAVID MANSO

OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO VOLEIBOL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro –
UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título
de Graduado em licenciatura em Educação.

Professor Orientador: Me. Juan Carlos Freire

RECIFE/2024

ALLYSON FELIX DA SILVA

ALYSON MATHEUS SALES DE ALMEIDA

TAYANE MARIA DA SILVA DAVID MANSO

OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO VOLEIBOL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Artigo aprovado como requisito parcial para obtenção do título de Graduado em Licenciatura em Educação Física, pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, por uma comissão examinadora formada pelos seguintes professores:

Prof.º Me. Juan Carlos Freire

Professor(a) Orientador(a)

Prof.º Titulação Nome do Professor(a)

Professor(a) Examinador(a)

Prof.º Titulação Nome do Professor(a)

Professor(a) Examinador(a)

Recife, ____/____/____

NOTA: _____

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

“Ninguém ignora tudo. Ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa. Todos nós ignoramos alguma coisa. Por isso aprendemos sempre.”

(Paulo Freire)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
2.1 Voleibol no Brasil.....	10
2.2 Benefícios da prática do voleibol	10
2.3 O voleibol nos anos iniciais do ensino fundamental.....	11
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	13
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	15
4.1. Análises e discussões	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS.....	21

OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DO VOLEIBOL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Allyson Felix da Silva

Alyson Matheus Sales de Almeida

Tayane Maria da Silva David Manso

Juan Carlos Freire

Resumo: Este artigo tem como objetivo demonstrar os benefícios da prática do voleibol na escola. Partindo desse princípio, este artigo se caracteriza como uma abordagem descritiva da literatura, que através de artigo da literatura nacional abordam os aspectos representativos sobre a temática, direcionada aos alunos e professores de Educação Física. A partir da análise dos estudos selecionados foi evidenciado que o voleibol proporciona benefícios nos aspectos motores, cognitivos e afetivos social, trazendo assim uma melhor qualidade de vida para os alunos e proporcionando assim uma formação e um crescimento mais saudável através do esporte, além disso, alguns estudos citados apontam a ideia de que este esporte deve ser integrante dos programas de Educação Física escolar, com o propósito de formação de incentivo a prática de atividade física.

Palavras-chave: História do Voleibol. Educação Física Escolar. Benefícios da Prática do Voleibol.

1 INTRODUÇÃO

O voleibol foi criado em 9 de fevereiro de 1895 por William George Morgan nos Estados Unidos da América. O objetivo de Morgan, que trabalhava na Associação Cristã de Moços (ACM) de Holyoke no Massachusetts, era criar um esporte de equipes sem contato físico entre os adversários com intenção de minimizar os riscos de lesões. (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL, 2015).¹

Inicialmente jogava-se com uma câmara de ar da bola de basquete e foi chamado Mintonette, mas, rapidamente ganhou popularidade com o nome de volleyball. Dois anos depois (1949), foi realizado o primeiro Campeonato Mundial da modalidade, apenas para homens; em 1952, o evento foi estendido também ao voleibol feminino. (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL, 2015).

O voleibol é um desporto praticado numa quadra dividida em duas partes por uma rede, possuindo duas equipes de seis jogadores em cada lado. O objetivo da modalidade é fazer passar a bola sobre a rede de modo que a mesma toque no chão dentro da quadra adversária, ao mesmo tempo que se evita que os adversários consigam fazer o mesmo. O voleibol é um desporto olímpico, regulamentado pela Federação Internacional de Voleibol (FIVB). (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL, 2015).

De acordo com Silva, Ribeiro e Araújo (2017), o voleibol enquanto modalidade esportiva, desempenha um papel significativo no contexto da Educação Física Escolar, proporcionando não apenas uma prática física, mas também, um ambiente propício para o desenvolvimento de habilidades sociais, cognitivas e afetivas dos estudantes. Desde sua criação o voleibol tem sido reconhecido como uma atividade dinâmica e versátil, capaz de envolver participantes de todas as idades e níveis de habilidade. Sua popularidade global é atestada pela presença constante em programas esportivos escolares e competições juvenis em todo o mundo.

¹ Bacharel em Educação Física - Universidade Federal de Pernambuco; Licenciado em Educação Física - FACOTTUR; Especialista em Condicionamento Físico e saúde no envelhecimento - UNESA; Mestre em Biodinâmica do Movimento Humano - UFPE; Doutorando em Epidemiologia da Atividade Física - UPE/UFPB. E-mail para contato: Juan.carlos@grupounibra.com

A inclusão do voleibol na Educação Física Escolar encontra respaldo em uma série de diretrizes e recomendações educacionais. De acordo com o Ministério da Educação (2020), o esporte desempenha um papel fundamental na formação integral dos estudantes, contribuindo para o desenvolvimento de competências socioemocionais, trabalho em equipe e autonomia. Além disso, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) estabelece o direito dos alunos à prática de atividades físicas e esportivas no ambiente escolar, reconhecendo sua importância para a promoção da saúde e qualidade de vida. (MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO, 2020).

No contexto educacional, a inclusão do voleibol no ramo da Educação Física, demonstra-se relevante não apenas pela sua natureza lúdica e recreativa, mas, também, pelos inúmeros benefícios que oferece aos estudantes. Estudos têm destacados os efeitos positivos da prática regular do voleibol na promoção da saúde física, saúde cardiovascular, no desenvolvimento das habilidades motoras, no desenvolvimento cognitivo, no estímulo ao trabalho em equipe, na melhoria da autoestima e na redução do sedentarismo entre crianças e adolescentes. (Fernandes, Silva et al., 2020).

Ao longo das últimas décadas, pesquisadores e profissionais da Educação Física têm se dedicado ao estudo das estratégias pedagógicas mais eficazes para a introdução e o desenvolvimento do voleibol nas escolas. A busca por abordagens que considerem as características individuais dos alunos, que promovam a participação ativa e garantam uma aprendizagem significativa tem sido uma constante neste campo de estudo. (FREIRE, SANTOS, 2019).

Diante desse contexto, este artigo propõe uma identificação dos benefícios do papel do voleibol na Educação Física Escolar, explorando os aspectos físicos, psicológicos e sociais, bem como, estratégias pedagógicas eficazes para sua implementação. Através de uma revisão da literatura científica, buscamos contribuir para o desenvolvimento de práticas pedagógicas mais qualificadas e embasadas, que possam maximizar os benefícios da prática do voleibol no ambiente escolar.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Voleibol no Brasil

O voleibol chegou ao Brasil em 1915, sendo jogado pela 1ª vez no Colégio Marista de Pernambuco. Porém, as informações divergem entre os estudiosos, em 1916 que o voleibol chegou ao nosso país, sendo praticado pela 1ª vez na Associação de Cristãos e Moços de São Paulo. Em 1923, aconteceu a primeira iniciativa para a difusão do voleibol no Brasil, o Fluminense promoveu o 1º torneio desse esporte. Hoje esse jogo é modalidade olímpica, sendo destaque no Brasil por causa dos seus excelentes resultados. (JUNIOR, 2015).

De acordo com Gomes e Mauro (2015), a consolidação do voleibol com um esporte de destaque no Brasil ocorreu ao longo das décadas seguintes, especialmente após a fundação da Confederação Brasileira de Voleibol (CBV) em 1954. A CBV desempenhou um papel fundamental na organização e promoção do esporte, estabelecendo competições nacionais e programas de desenvolvimento de base para identificar e treinar jovens talentos. Com o apoio da CBV, o voleibol brasileiro prosperou e alcançou sucesso em competições internacionais, consolidando sua posição como uma potência mundial no esporte.

Ao longo dos anos, a seleção brasileira masculina e feminina de voleibol conquistou inúmeras vitórias em competições internacionais, incluindo medalhas de ouro nos Jogos Olímpicos, títulos mundiais e triunfos em copas continentais. Essas conquistas não apenas elevaram o status do voleibol brasileiro no cenário mundial, mas também, inspiraram gerações de jovens atletas a seguir seus passos e representar o país com orgulho nas quadras internacionais. (OLIVEIRA, 2015).

2.2 Benefícios da prática do voleibol

Atualmente, os desportos estão sendo praticados com maior ênfase nas diferentes faixas etárias, principalmente pelas crianças e, sendo assim, a procura tem sido enorme. Em muitos lugares, o voleibol não é visto como um esporte de lazer, de diversão, mas, como uma maneira de formar atletas, sempre buscando um bom desempenho. O esporte em si está associado à possibilidade de barreiras e

hierarquias sociais, colocando as pessoas em igualdade diante das regras, o que torna o vôlei uma atividade educativa e coletiva. (TEIXEIRA, 2017).

Segundo Piana (2018) o profissional de Educação Física deve orientar seus alunos a respeito da importância do exercício físico, em relação aos benefícios que ele proporciona, principalmente na infância e adolescência, promovendo hábitos saudáveis evitando doenças da sociedade moderna. Os esportes coletivos, assim como o vôlei, promovem a autoestima, melhoram e possibilitam o trabalho em equipe, fomentam a disciplina e a organização e trabalham na melhoria de habilidades motoras, saúde, cardiovascular e desenvolvimento cognitivo. No meio escolar o treinamento desportivo deve respeitar as diferenças entre crianças e adolescentes no âmbito de sua aplicação.

O voleibol explora diversos movimentos corporais do aluno que poderá criar movimentos, sendo esse um meio de socialização entre meninos e meninas que poderão praticar juntos. Portanto, o professor precisa entender que a prática do esporte nas escolas deve ser entendida e trabalhada como conteúdo da Educação Física através de jogos e do lúdico, despertando nos alunos o prazer de movimentar-se. (PIANA, 2018).

Para Moscarde et. al. (2018) dentre vários benefícios da prática esportiva, desde a idade tenra das crianças, o desenvolvimento e o sucesso do voleibol está interligado aos profissionais de Educação Física e deriva do comportamento, da qualidade e de métodos pedagógicos que, aplicados, vão considerar a relevância do desporto como um meio de crescimento social, emocional e intelectual dos alunos.

O voleibol tem inúmeros benefícios e características, contribui no desenvolvimento físico, afetivo, social e cognitivo, na aquisição de habilidades motoras, estimula satisfação, alegria e movimentação. E, se trabalhado corretamente na escola, os benefícios serão vistos também em outras disciplinas, pois há interação principalmente na concentração. (MOSCARDE, 2018).

2.3 O voleibol nos anos iniciais do ensino fundamental

O voleibol, como um esporte coletivo, é considerado fundamental para crianças e adolescentes, pois estimula o desenvolvimento psicomotor, possibilitando vivências no meio escolar e contribuindo para estabelecer a organização da imagem corporal.

Para a Educação Física todo movimento corporal pode ser pedagogicamente tematizado e desenvolvido através da aplicação dos conteúdos os esportes e os jogos coletivos.

Segundo Campos (2016) dentro da disciplina de Educação Física o voleibol é um conteúdo com possibilidade de se estudar e desenvolver de várias atividades, mas também, é uma modalidade esportiva que tem finalidade competitiva. Nesse sentido, cabe ao professor da disciplina avaliar essas questões e introduzir o desporto no âmbito escolar sem causar prejuízos aos alunos.

No contexto da Educação Física escolar o voleibol é compreendido e proposto neste âmbito com o intuito de promover a cultura corporal de movimento. A maneira de aplicação aos alunos não deve ser “excludente” e sim “inclusiva”, pois, todos os alunos devem ter direito às atividades de movimento. Os movimentos básicos deste esporte deverão ser trabalhados de forma que todos os alunos possam desenvolvê-los. Assim, o professor como educador deve elaborar situações na aplicação do movimento de vôlei visando à promoção da formação integral do aluno (CAMPOS, 2016).

A Educação Física considerada desde os anos 70 como esportiva valorizava os alunos que realizavam de maneira correta as técnicas das modalidades, determinadas pelos professores sendo a única forma plausível para a execução dos movimentos a técnica esportiva com movimentos já padronizados predeterminados. (BARROSO; DARIDO, 2014).

Barroso e Darido (2014) também mencionam que, no caso da modalidade voleibol, isso também é característico, pois, nas primeiras décadas do século XX, logo após o seu surgimento em 1895, o jogo desenvolvia-se realizando os fundamentos de saque por baixo e toque. O fundamento manchete só foi criado a partir da década de 60 pela escola asiática (Japão, China, Coreia). O surgimento do movimento ocorreu em resposta ao movimento da cortada, criada anteriormente pela considerada escola do Leste Europeu (União Soviética, Polônia, Tchecoslováquia).

Conforme menciona Tavares (2015) os esportes coletivos desportivos estão divididos em três etapas ou fases de desenvolvimento que são: fase de iniciação esportiva I; fase de iniciação esportiva II; fase de iniciação esportiva III. Este mesmo autor argumenta que em cada etapa os objetivos são bem definidos conforme o ensino

formal e consoante a cada fase da idade biológica, escolar, cronológica e se relacionando às categorias de certames a serem disputados nos campeonatos a serem executados.

Nos anos iniciais do ensino fundamental, que equivalem ao período da 1ª a 4ª séries, deve ser trabalhada a etapa de iniciação esportiva I. Nesse momento, as crianças têm o envolvimento nas atividades desportivas com cunho lúdico, participativo e alegre para que sejam estimuladas a desenvolver o pensamento tático. (TAVARES, 2015).

De acordo com a LDB 9.394/96 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional) a Educação Física possui as seguintes finalidades específicas: consolidar e aprofundar os conhecimentos adquiridos no ensino fundamental; possibilitar o prosseguimento dos estudos; preparar para o trabalho e cidadania desenvolver habilidades como continuar a aprender, capacidade de se adaptar com flexibilidade a novas condições de ocupação e aperfeiçoamento; aprimorar o educando como ser humano, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual e do pensamento crítico; e compreender os fundamentos científico-tecnológicos dos processos produtivos, relacionando teoria e prática.

Nesses processos, as crianças têm envolvimento nas atividades desportivas com tendência ao lúdico, participativo e alegre para que sejam estimuladas a desenvolver o pensamento tático. Então é de grande importância que todos os alunos participem das atividades, pois, devem ter acesso aos princípios educativos dos jogos e brincadeiras visando o processo de ensino-aprendizagem de forma positiva. Ressalta-se que nesta etapa é melhor evitar as competições, pois, estes alunos ainda não estão maduros para estas atividades em que é exigido perfeição dos movimentos e melhores táticas de jogadas.

3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Foi realizado um estudo de natureza qualitativa, já que a pretensão não é de quantificar os dados, mas analisá-los os sentidos e significados. Conforme Minayo (2010) a pesquisa qualitativa:

Se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2001).

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica para identificar estudos que tratam do tema investigado. Esse tipo de pesquisa é elaborado por meio de trabalhos já executados por outros autores, cujos interesses conferidos; eram os mesmos. Gil (2010) aponta as suas vantagens afirmando que:

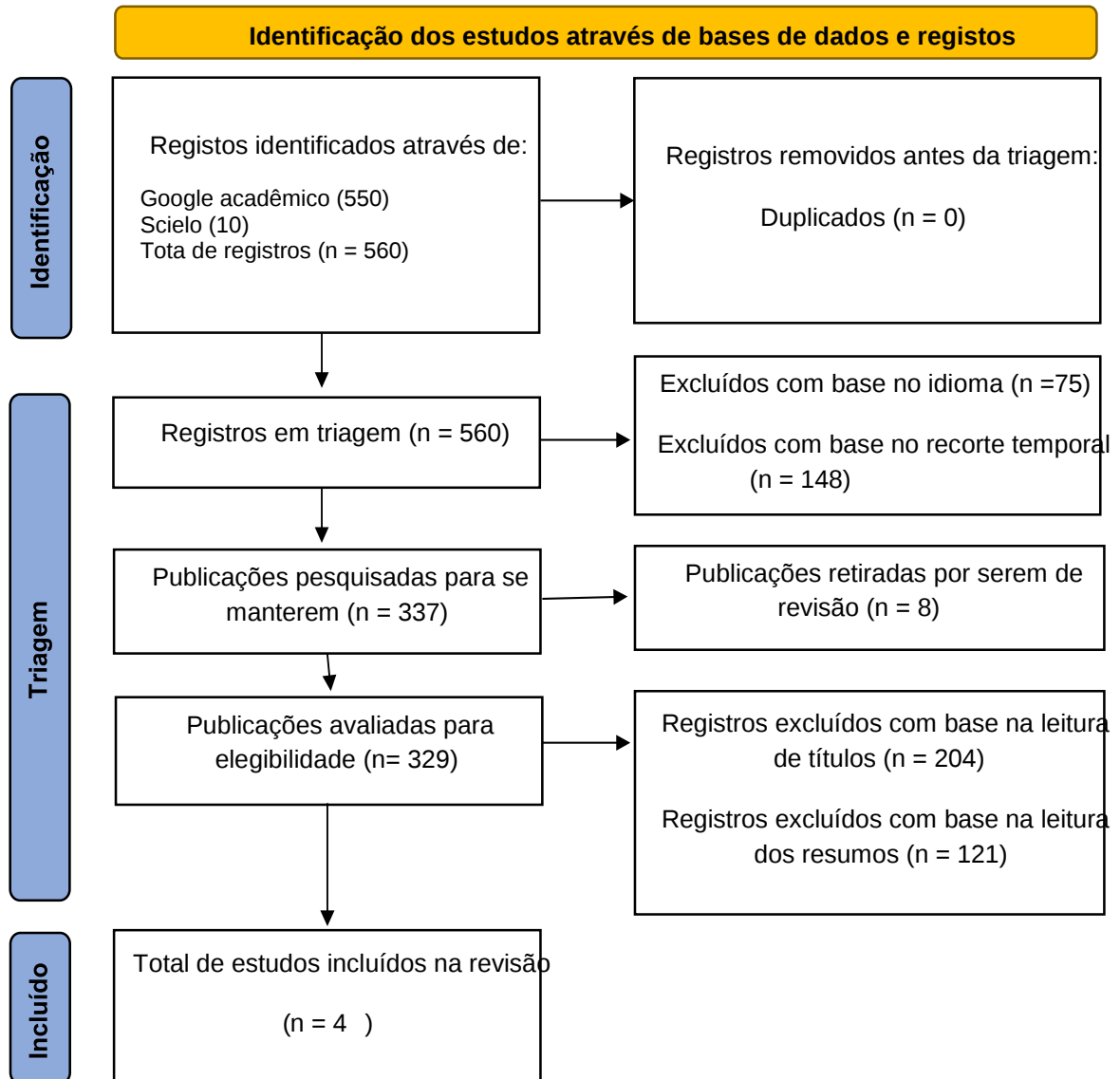
A principal vantagem da pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente. Esta vantagem se torna particularmente importante quando o problema de pesquisa requer dados muito dispersos pelo espaço. A pesquisa bibliográfica também é indispensável nos estudos históricos. Em muitas situações, não há outra maneira de conhecer os fatos passados senão com base em dados secundários (GIL, 2010).

Para conhecer a produção do conhecimento acerca das (Os benefícios da prática do voleibol na educação física escolar) foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas (Google acadêmico, Scielo). Como descritores para tal busca, foram utilizados os seguintes descritores: “Benefícios da prática do voleibol” “voleibol na educação escolar” e os operadores booleanos para interligação entre eles foram: AND e OR.

Os critérios de inclusão do uso dos artigos foram: estudos publicados dentro do recorte temporal de 2014 a 2024; 2 estudos com conteúdo dentro da temática estabelecida; 4 artigos na Língua Portuguesa; 4 artigos originais. Os critérios de exclusão do uso dos artigos foram: 0 estudos indisponíveis na íntegra; 0 estudos com erros metodológicos; 2 estudos repetidos.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos



Quadro 1: Resultados encontrados nos levantamentos bibliográficos.

AUTORES	OBJETIVOS	TIPO DE ESTUDO	POPULAÇÃO INVESTIGADA	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
SOARES (2019)	Comparar o desenvolvimento motor entre estudantes que fazem apenas aulas de Educação Física e aqueles que também praticam voleibol regularmente	Experimental	Crianças do ensino fundamental (9 a 12 anos)	O autor realizou o teste TGMD-2 para identificar a diferença de resultados dos grupos GV e GEF.	Os alunos tiveram resultados positivos relacionados aos fundamentos de locomoção, manipulação e movimentos do voleibol.
NUNES et al. (2016)	Analisar o efeito das aulas de voleibol na melhora da coordenação motora, velocidade, flexibilidade, força e resistência.	Experimental	Crianças do ensino fundamental (9 a 10 anos)	Foi realizado o teste KTK com as crianças, durante 8 semanas, para obter os resultados do estudo.	O resultado foi significativo na melhora da coordenação motora, velocidade, flexibilidade, força e resistência dos alunos.
COELHO (2019)	Analisar se o voleibol nas aulas de educação física contribui para o desenvolvimento social e motor dos alunos do ensino fundamental	Pesquisa Qualitativa	Crianças do ensino fundamental (11 a 14 anos)	Prática regular de voleibol nas aulas de educação física, com estratégias pedagógicas adequadas.	O estudo identificou uma melhora no desenvolvimento de habilidades motoras das crianças, após a prática da atividade.
FILHO E SILVA (2020)	Analisar os efeitos do treinamento de voleibol no desenvolvimento das capacidades motoras das	Experimental	Meninas escolares (13 a 15 anos)	Avaliação durante 12 semanas, com informações sendo coletadas por ficha de dados, pré e	As crianças obtiveram aumento de força muscular nos membros inferiores e aptidão física.

	estudantes.			pós treino.	
--	-------------	--	--	-------------	--

4.1. Análises e discussões

A análise dos estudos revisados aponta que a prática do voleibol no ambiente escolar proporciona benefícios significativos em três principais dimensões: física, cognitiva e social. Estes benefícios, quando articulados de maneira integrada na Educação Física Escolar, contribuem para o desenvolvimento global dos alunos, reforçando a importância de seu uso como uma ferramenta pedagógica.

O estudo realizado por Soares (2019) foi sobre a avaliação do desenvolvimento motor de estudantes praticantes e não praticantes do voleibol. Onde o objetivo do autor foi investigar possíveis diferenças no desenvolvimento motor global entre estudantes praticantes apenas de Educação Física escolar, e alunos que além da Educação Física praticam voleibol regularmente. Para obter um resultado eficaz, o autor selecionou aleatoriamente 18 crianças com idades de 9 a 12 anos. Foram divididas em dois grupos, grupo voleibol (GV) e grupo educação física (GEF) e foram avaliadas pelo Test of Gross Motor Development Second Edition (TGMD-2).

O estudo de Soares (2019) comparou o desenvolvimento motor de dois grupos de crianças: aquelas que participavam apenas de aulas regulares de Educação Física (GEF) e aquelas que também praticavam voleibol regularmente (GV). No teste de manipulação, as 9 crianças do GV apresentaram uma média de 79,33 pontos, superior às 9 crianças do GEF, que obteve 65,22. No GV, 22% das crianças tiveram desenvolvimento motor baixo, 56% abaixo da média e 22% na média, enquanto no GEF, 78% apresentaram desenvolvimento motor muito baixo e 22% baixo. Os resultados mostraram que as crianças do GV tiveram escores superiores nos testes de locomoção, manipulação e habilidades motoras gerais. Isso sugere que a prática de voleibol, junto com a Educação Física escolar, proporciona maiores benefícios para o desenvolvimento motor.

Assim como Soares (2019), os autores Nunes et al. (2016) realizaram um estudo, com suas respectivas diferenças mediante a um teste. Onde avaliou o impacto das aulas de voleibol na Educação Física escolar em relação a coordenação motora, velocidade, flexibilidade, força e resistência de crianças de 9 a 10 anos em duas escolas públicas de Santo Ângelo. A amostra foi composta por 37 alunos de três turmas de quarta série, sendo duas turmas da mesma escola, avaliados por meio da

bateria de testes Körperkoordinationstest Für Kinder (KTK), que incluía quatro tarefas: equilíbrio à retaguarda, saltos monopodais, saltos laterais e transposição lateral. A partir destas informações será realizada intervenção com aulas de voleibol com uma turma (grupo experimental – G1) comparando com as outras duas turmas (grupo controle, G2 e G3) que terão apenas aulas orientadas com a professora da turma, verificando se aulas lúdicas de voleibol melhoram a coordenação motora de criança de séries iniciais, realizando um pós-teste ao final de 8 semanas de aulas.

Os resultados de Nunes et al. (2016) mostraram que o grupo G1 teve desempenhos superiores em todos os testes, com uma pontuação total de 380,21, em comparação aos grupos G2 (333,77) e G3 (350,85), apesar de todos pertencerem à mesma realidade escolar e faixa etária. Além de que com o passar da idade as crianças aperfeiçoam o seu equilíbrio dinâmico em atividades que exijam flexibilidade, velocidade, coordenação motora, resistência e força. Neste contexto e de modo geral, diversas habilidades realizadas pelas crianças no seu cotidiano exigem o deslocamento, encontrando-as nas situações de jogos, brincadeiras e atividades esportivas coletivas.

Já o artigo do autor Coelho (2019) também investigou as contribuições do voleibol, para o desenvolvimento motor e social de alunos do ensino fundamental II, especificamente do 6º ao 9º ano na faixa etária de 11 a 14 anos de idade. A pesquisa foi realizada em campo, utilizando uma abordagem qualitativa. Os dados foram coletados por meio de observações de aulas de Educação Física em duas escolas, envolvendo professores e alunos do 9º ano. Os resultados sugerem que o voleibol não apenas promove a cooperação entre os alunos, mas também melhoram suas habilidades motoras e contribuem para a formação de cidadãos críticos, evidenciando a importância do papel do professor na orientação dos alunos sobre aspectos esportivos e sociais.

Além disso, Coelho (2019) destaca que a Educação Física é uma disciplina fundamental para o desenvolvimento individual, com o esporte atuando como um facilitador para a melhoria da qualidade de vida. O autor ressalta que as aulas de Educação Física devem valorizar tanto os resultados atléticos quanto os aspectos educacionais, promovendo estímulos que favoreçam o desenvolvimento físico, motor e aprendizado motor dos alunos. A análise conclui que os esportes coletivos têm um impacto positivo significativo no amadurecimento motor dos alunos, contribuindo para o seu desenvolvimento integral ao longo da vida.

E os autores Filho e Silva (2020) realizaram um estudo sobre os efeitos do treinamento de voleibol, no desenvolvimento das capacidades motoras de jovens femininas, alunas de 13 a 15 anos, no interior do Rio de Janeiro. A pesquisa partiu da ideia de que o estilo de vida se forma na infância e que a inatividade pode levar ao sedentarismo na vida adulta, afetando a qualidade de vida. As informações foram coletadas por meio de fichas de dados, registrando variáveis antropométricas e capacidades motoras, como o Índice de Massa Corporal (IMC), força dos membros inferiores e velocidade. O programa de treinamento, com duração de 12 semanas, foi focado em práticas específicas do voleibol, como saltos e corrida, com avaliações realizadas antes e após os treinos.

Os resultados dos estudos de Filho e Silva (2020) mostraram melhorias significativas nas capacidades motoras das jovens, especialmente na força dos membros inferiores, medida pelos saltos horizontais e verticais, e nos testes de velocidade. A análise intragrupo indicou que, exceto pela corrida de 20 metros, todas as variáveis apresentaram avanços significativos após o período de treinamento. Os autores concluíram que a prática específica do voleibol foi importante para o desenvolvimento motor das alunas, reforçando a relevância de esportes como o voleibol no aprimoramento das habilidades físicas nessa faixa etária.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo foi criado com o intuito de levar mais informações e aprendizado, para profissionais e estudantes de educação física, sobre os benefícios da prática do voleibol na educação física escolar.

Nas aulas de Educação Física é importante respeitar os limites de cada criança, e o treinamento deve estar de acordo com o seu desenvolvimento motor e psicológico. Mediante isso, os benefícios da prática do voleibol no ensino fundamental escolar são vastos como o desenvolvimento motor na percepção de lateralidade, tempo e espaço, coordenação motora, velocidade, flexibilidade, força e resistência, melhora das ações motoras intrínsecas, aumento de força muscular nos membros inferiores, aptidão física, técnicas motoras básicas do voleibol, equilíbrio dinâmico, locomoção, manipulação, além da promoção da saúde dos escolares.

Na presente pesquisa os artigos analisados em unanimidade concluem que o ensino do voleibol melhora o desempenho motor dos escolares durante o ensino fundamental, neste sentido sugerimos futuras pesquisas experimentais que comprovem e analisem essas afirmações acima.

REFERÊNCIAS

BARROSO, A.L.R. & DARIDO, S.C. Voleibol Escolar: uma proposta de ensino nas dimensões conceitual, procedimental e atitudinal do conteúdo. **Rev. bras. Educ. Fís. Esport.**, São Paulo, v.24, n.2, p.179-94, abr./jun. 2014

CAMPOS, L.A.S. **Voleibol “da” escola**. Jundiaí: Fontoura, 2016.

COELHO, E. S. R. **Contribuições dos esportes coletivos para o desenvolvimento motor e social de alunos do ensino fundamental II**.2019 , 52 pg. Universidade Federal do Tocantins – Campus Universitário de Miracema do Tocantins. 2019.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE VOLEIBOL. Disponível em: <https://cbv.com.br/newcbv/institucional/historia.asp?pag=h-voleibol>. Acesso em: 26 ago. 2015.

Fernandes, T. ,& Silva, G.,(2020). **The relationship between volleyball skills and mental health indicators in adolescent athletes**. *Frontiers in Psychology*, 11, 1551.
Freire, V., & Santos, M. (2019). Teaching volleyball in physical education classes: A reflection on pedagogical practices. *Motriz: Revista de Educação Física*, 24(4), e101820.

FILHO, R. M.; SILVA, A. C. **Efeitos do treinamento de voleibol no desenvolvimento das capacidades motoras de jovens atletas femininas do interior do Estado do Rio de Janeiro RJ**. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, São Paulo, V. 12, nº 50, p. 519-525, Jan./Dez. 2020.

GOMES, e Mauro. **História do voleibol brasileiro**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015

JUNIOR, N. K. M. **História do voleibol no Brasil e o efeito da evolução científica da educação física brasileira nesse esporte**. *EFDeportes.com*, Buenos Aires, ano 17, n. 170, Jul. 2015. Disponível em:

https://www.researchgate.net/profile/Nelson_Marques_Junior/publication/237067327_Historia_do_voleibol_no_Brasil_e_o_efeito_da_evolucao_cientifica_da_educacao_fisica_brasileira_esse_esporte/links/00b7d51b25ca209809000000.pdf. acesso em 05 jun. 2017

LDB. Lei 9394/96. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Disponível em. Acesso em: 19 abr 2024

Ministério da Educação (MEC). (2020). Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: MEC.

MOSCARDE, E. R.; ALVES, E.; GREGOL, D. C. **Os Benefícios do Voleibol no Âmbito Escolar**. EFDeportes.com, Buenos Aires, ano 18, n. 181, Junho de 2018. <http://www.efdeportes.com/>. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd181/osbeneficios-do-voleibol-no-ambito-escolar.htm>. acesso em: 01 fev. 2020.

NASCIMENTO, A. N. **A Prática Esportiva do Voleibol e suas Possíveis Mudanças de Comportamento em Alunos da Escola Pública no Projeto 2º Tempo**. Maceió. 2016.

NUNES, A. S.; KEMPER, C.; LEMOS C. A. **O efeito das aulas de voleibol na melhora da coordenação motora de crianças de anos iniciais**. Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI, Vol. 7, N. 13 : p.155-162, Outubro/2016.

OLIVEIRA, M. **O voleibol brasileiro e suas conquistas: uma análise histórica**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 29, n. 4, 2015.

PIANA, R.J. (2018). **Voleibol escolar: história e fundamentos técnicos na aula de educação física**. <http://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/1260/1/PIANA%2c%20J.%20R.%20%20VOLEIBOL%20ESCOLAR%20HIST%2c%93RIA%20E%20FUNDAMENTOS%20T%2c%89CNICOS%20NA%20AULA%20DE%20EDUCA%2c%87%2c%83O%20F%2c%8dSICA.pdf> Acesso em 27/06/2020

Silva, Ribeiro M e Araújo (2017). **The effects of volleyball practice on healthrelated physical fitness measures and technical skills** in 11-to-16-year-old boys and girls. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(1), 145.

SILVEIRA, J. C. **Ensinando Voleibol**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2016.

SOARES, G. N. **Avaliação do desenvolvimento motor de escolares praticantes e não praticantes de voleibol**. Pesquisa em comportamento motor, Minas gerais, 2(1): 27-31, Set. 2019.

TAVARES, I. F. **Vôlei na Educação Física Escolar como ferramenta pedagógica em séries iniciais**. Brasília. 2015. Disponível em: <http://repositorio.uniceub.br/handle/235/7486>. acesso em 05 jun. 2017.

TEIXEIRA D. O Esporte Escolar. **Construção ou Negação de uma Práxis Pedagógica**. Maringá: Eduem, 2017

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus

Ao meu orientador

E à minha equipe