

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

ALBIERE LEITE DE SOUZA
DENILSON FERNANDES DE MELO FILHO

**A influência da prática do futebol no desenvolvimento motor de crianças
do sexo masculino**

RECIFE/2025

ALBIERE LEITE DE SOUZA
DENILSON FERNANDES DE MELO FILHO

**A influência da prática do futebol no desenvolvimento motor de crianças
do sexo masculino**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Disciplina TCC II do
Curso de Bacharelado em Educação
Física do Centro Universitário
Brasileiro - UNIBRA, como parte dos
requisitos para conclusão do curso.

Orientador: Prof. Me. Tulio Guilherme
Martins Guimarães

RECIFE
2025

ALBIERE LEITE DE SOUZA
DENILSON FERNANDES DE MELO FILHO
A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO FUTEBOL NO
DESENVOLVIMENTO MOTOR DO SEXO MASCULINO

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina TCC II do Curso de bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão do curso.

Examinadores:

Orientador – Titulação

Examinador 1 – Titulação

Examinador 2 - Titulação

Nota: _____

Data: ____/____/____

RESUMO

A infância, que vai do nascimento até aproximadamente os 12 anos, representa uma fase essencial do desenvolvimento humano, marcada por intensos processos de aprendizado, descobertas e pela formação dos primeiros vínculos afetivos. Nesse período, a criança constrói as bases de suas habilidades sociais, cognitivas, emocionais e motoras, que serão fundamentais para sua vida adulta. O desenvolvimento motor, em especial, envolve a aquisição e o aperfeiçoamento de movimentos como correr, pular, escrever e manipular objetos, habilidades que dependem de estímulos adequados e de experiências corporais diversificadas. Nesse contexto, o futebol se destaca como uma atividade esportiva completa, capaz de promover o aperfeiçoamento da coordenação motora, do equilíbrio e da noção espacial, além de estimular aspectos cognitivos e sociais. Assim, a prática regular do futebol contribui de maneira significativa e integrada para o desenvolvimento global das crianças, unindo movimento, aprendizado e interação social. Dito isto o objetivo deste estudo foi avaliar os benefícios da prática do futebol no desenvolvimento motor de crianças. Este estudo se trata de uma revisão bibliográfica cujo a bases de dados serão: PubMed e Periodicos CAPES, publicados do ano de 2011 á 2025.

Palavras-Chaves: Crianças, “Desenvolvimento motor” e Futebol.

THE INFLUENCE OF SOCCER PRACTICING ON MALE MOTOR DEVELOPMENT

ABSTRACT

Childhood, which lasts from birth to approximately 12 years of age, represents a crucial phase of human development, marked by intense learning processes, discoveries, and the formation of the first emotional bonds. During this period, children build the foundations of their social, cognitive, emotional, and motor skills, which will be fundamental for their adult life. Motor development, in particular, involves the acquisition and refinement of movements such as running, jumping, writing, and manipulating objects—skills that depend on appropriate stimuli and diverse physical experiences. In this context, soccer stands out as a comprehensive sporting activity, capable of promoting the improvement of motor coordination, balance, and spatial awareness, in addition to stimulating cognitive and social aspects. Thus, regular soccer practice contributes significantly and in an integrated manner to children's overall development, combining movement, learning, and social interaction. Therefore, the objective of this study was to evaluate the benefits of soccer practice on children's motor development. This study is a bibliographic review whose databases will be: PubMed and CAPES Periodicals, published from 2011 to 2025.

Keywords: Football, “Motor Development” and Children

SUMÁRIO

1. Introdução.....	13
2 Materiais e métodos.....	15
3 Resultados e discussão.....	16
4 Conclusões.....	20
Referências.....	21

Introdução

Para Gallahue e Ozmun¹, o desenvolvimento motor é um período de extrema importância para a infância, pois é nesta fase que ocorre o desenvolvimento das funções motoras fundamentais, servindo como base para o aprimoramento de atividades cotidianas e esportivas.

O desenvolvimento motor é caracterizado como um processo linear e contínuo relacionado à idade cronológica, no qual o indivíduo adquire uma grande quantidade de habilidades motoras, nas quais evoluem de movimentos simples e desordenados para a execução de habilidades motoras organizadas e complexas².

Gallahue e Ozmun¹ acreditam que a inserção das crianças no esporte, com ênfase no futebol, promovem melhor autonomia e socialização, a partir da infância até o final da adolescência, sendo a família um agente essencial para introduzir as crianças nas atividades esportivas.

De acordo com Neris *et al.*³, uma contribuição fundamental para as crianças são as modalidades esportivas, pois elas desenvolvem diversas capacidades importantes para sua evolução motora. Dentre as capacidades estão pular, correr, saltar, agarrar, saltitar, alcançar, galopar e soltar, que são padrões de movimento extremamente importantes para a sobrevivência do indivíduo.

As atividades esportivas são incluídas com um propósito de fornecer ao público infantil oportunidades percebendo na prática suas habilidades motoras fundamentais maduras, integrando o conceito de movimentar-se de forma dinâmica no ambiente de aprendizagem⁴.

O incentivo dos pais e dos profissionais de Educação Física é de suma importância, auxiliando no desenvolvimento processos motores e cognitivos agradáveis para a criança, além do fator ser estimulante para essa evolução³.

Na prática de um esporte, o profissional de Educação Física deve fornecer a criança uma oportunidade de vivenciar diversas situações. Cada oportunidade será responsável por desenvolver novas possibilidades de aprendizado, coordenação motora, socialização, criatividade e superação de desafios, contribuindo para o desenvolvimento integral da criança⁵.

Através dessa popularidade, houve um aumento de crianças e adolescente na procura por escolinhas de futebol. Para que esse aumento possa repercutir de forma positiva, é de extrema importância a atuação com excelência de profissionais nas funções de treinador que é uma especialidade que requer conhecimento amplo da modalidade, bem como uma boa interação entre os outros profissionais da equipe⁶.

O futebol é uma prática esportiva que impressiona e conquista a grande parte das crianças, sendo culturalmente conhecido, principalmente no Brasil, além de ser um dos esportes mais jogados no mundo, sua popularidade se deve à sua acessibilidade, pois pode ser praticado em diferentes ambientes, como ruas, praças, escolas e campos, além de promover valores como trabalho em equipe, disciplina e espírito esportivo⁵.

Os benefícios do esporte competitivo para o desenvolvimento motor de crianças. A prática do esporte contribui para o desenvolvimento emocional, intelectual e físico, promovendo a autoconfiança e incentivando a socialização. Além disso, auxilia no desenvolvimento motor e no bem-estar psicológico, reforçando sua importância na formação dos jovens⁷.

Filgueira, Greco⁸ afirmam que as crianças estão começando a praticar esportes e a se especializar cada vez mais cedo, muitas vezes sendo submetidas a exigências semelhantes às de jovens e adultos. Isso pode resultar em erros, devido à pressão por altos níveis de rendimento em idades precoces, o que é prejudicial ao desenvolvimento saudável das crianças.

Para Gallahue, Ozmun¹ a especialização e o treinamento intensivo em uma modalidade esportiva devem começar, idealmente, a partir dos 14 anos de idade. Isso implica que, antes dessa idade, os jovens deveriam ter uma abordagem mais generalista, com foco no desenvolvimento de habilidades gerais e no prazer pela prática esportiva, para evitar pressões excessivas e lesões precoces.

Ao longo do período acadêmico, surgiram discussões sobre o futebol no desenvolvimento motor de crianças, que despertou à ideia de desenvolver uma pesquisa científica evidenciando os benefícios que essa prática proporciona a este público. Além disso, o estudo também ressalta a função essencial do profissional de educação física ao orientar as atividades para estes indivíduos.

Com base no contexto abordado e na tentativa de estruturar o conhecimento adquirido, este artigo teve como objetivo principal analisar os benefícios da prática do futebol no desenvolvimento motor de crianças. Destacando a importância do profissional de educação física na organização da prática para esses jovens, compreendendo como uma atividade física que favorece um melhor desenvolvimento motor.

Espera-se que esta pesquisa contribua para a elaboração de futuros estudos científicos e fortaleça a importância da prática de atividades físicas, como o futebol, sobre a supervisão de um profissional da área, visando aprimorar o desenvolvimento motor de crianças.

2. Material e Métodos

Esta pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo integrativa, realizada no período de agosto a outubro de 2025. A etapa de identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados foi realizada por dois pesquisadores independentes, de modo a garantir um rigor científico. Os critérios de inclusão estipulados para a seleção dos artigos foram delineamentos dos tipos revisão sistemática e ensaios clínicos randomizados, controlados ou aleatórios, com restrição temporal e linguística, que abordassem a influência do futebol em crianças, e na qual retrata como principais desfechos: a melhora do desenvolvimento motor, conforme mostra a Tabela 1.

Tabela 1 – Critérios de elegibilidade (PICOT)
Table 1 – Eligibility criteria (PICOT)

Acrônimo	Critérios de inclusão	Critérios de exclusão
P	Crianças	Populações de outra faixa etária
I	Praticantes de Futebol	Praticantes de outra modalidade esportiva
C	Praticar o futebol tanto em ambiente escolar quanto em clubes	-----
O	Melhora do desenvolvimento motor	Não foi avaliado o desenvolvimento motor
T	Nos últimos 15 anos	Artigos com recorte temporal maior que 15 anos

Fonte: autoria própria
Source: own authorship.

Para a seleção dos artigos que integraram a amostra, foi realizada uma busca nas bases de dados PubMed e Periódicos CAPES. Para a busca dos estudos, foram utilizados os descritores: Futebol, “Desenvolvimento Motor” e Crianças. O operador booleano AND foi utilizado nas bases de dados, conforme a estratégia de busca apresentada na Tabela 2.

Tabela 2 – Estratégia de busca
Table 2 – Search strategy

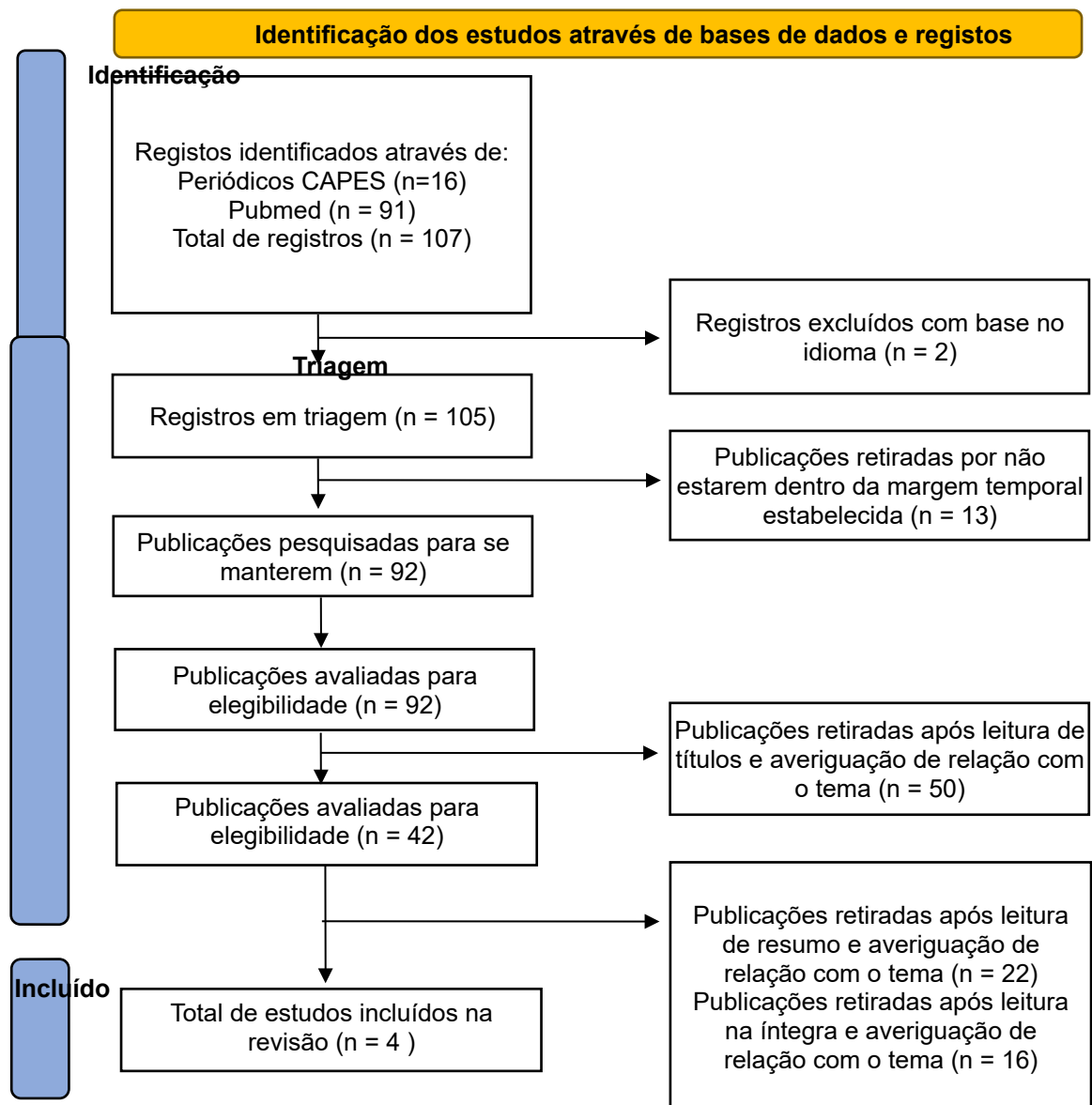
Base de dados	Estratégia de busca
PubMed	Football, “Motor Development” AND Children
Periódicos CAPES	Futebol, “Desenvolvimento Motor” E Crianças

Fonte: autoria própria
Source: own authorship.

1. Resultados e Discussão

Após a identificação dos estudos através das bases de dados pesquisadas, identificou-se um total de 107 artigos, houve uma perda desses artigos após a filtragem de tempo, análise dos títulos, duplicação dos mesmos, indisponibilidade na íntegra e por apresentarem temas tão amplos referentes à nossa busca, de modo que a amostra final foi composta por 10 artigos, conforme fluxograma de seleção exposto na **Figura 1**.

Figura 1 Fluxograma de busca dos trabalhos, baseado no PRISMA.



Quadro 1: Resultados encontrados no levantamento bibliográfico.

AUTORES (ANO)	OBJETIVO DO ESTUDO	TIPO DE ESTUDO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	PRINCIPAIS RESULTADOS
COUTO et al. (2020)	O objetivo deste estudo foi investigar os efeitos da prática do futebol na coordenação motora e correlacionar o nível de coordenação com o índice de massa corporal (IMC).	Quantitativo de natureza experimental (comparativo).	23 crianças, com média de idade de 10 anos	A intervenção foi realizada com dois grupos. O primeiro grupo foi composto por 12 participantes que realizavam duas aulas semanais de Educação Física, abordando esportes diversos e jogos recreativos. O segundo grupo foi formado por 11 meninos que participavam de uma aula semanal de Educação Física, e ainda frequentavam aulas de futebol três vezes por semana. Para a avaliação da coordenação motora foi utilizada a bateria de testes KTK.	Os resultados deste estudo destacam que o futebol demonstrou efeitos benéficos no desenvolvimento da coordenação motora e reforçou a importância da prática esportiva além das aulas de educação física escolar.
PEREIRA e FERNANDES (2015)	Avaliar e comparar o desenvolvimento motor, o funcionamento cognitivo e a velocidade de crianças.	Estudo descritivo com abordagem quantitativa (pré e pós-intervenção).	Crianças de 3 a 6 anos matriculadas em uma escola de Futebol Society.	A intervenção foi realizada com crianças de 3 a 6 anos matriculadas em uma escola de Futebol Society, cujos responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram utilizados como instrumentos a Ficha de identificação, o Teste de Coordenação Motora (Escala de Desenvolvimento Motor), o Teste de Velocidade (Running-based Anaerobic Sprint	A prática do futebol, conduzida por profissional qualificado, favorece uma melhora do desenvolvimento motor e cognitivo infantil, desde que sem especialização precoce.

				Test – 10 e 20 m) e o Teste de Habilidades de Competências Pré-alfabetização (THCP).	
ALESI et al. (2015)	Avaliar os efeitos de um programa de treinamento de futebol de seis meses sobre o desenvolvimento motor e cognitivo de crianças.	Estudo experimental quantitativo (pré e pós-teste, grupo controle).	46 crianças (24 praticantes de futebol e 22 sedentárias), idade média de 9 anos.	O estudo utilizou um método longitudinal, realizado em três etapas: inicialmente foi feita uma avaliação pré-teste (T0) para medir as habilidades motoras e cognitivas das crianças; em seguida, elas participaram de um Programa de Exercícios de Futebol; por fim, após seis meses de treinamento, foi aplicada uma avaliação pós-teste (T1), repetindo os mesmos testes para verificar possíveis mudanças no desempenho motor e cognitivo.	O grupo do futebol apresentou melhora significativa na corrida, agilidade, força explosiva e discriminação visual. O futebol mostrou-se eficaz como ferramenta prazerosa para o desenvolvimento físico e cognitivo infantil.
CORONEL (2011)	Verificar a influência da iniciação esportiva do futebol no desenvolvimento motor de crianças do sexo masculino entre 11 e 13 anos.	Estudo descritivo e comparativo com abordagem quantitativa.	13 meninos praticantes de futebol, com idades entre 11 e 13 anos.	No estudo foram verificadas as variáveis Peso e Altura e para medir as habilidades motoras do estudo foi utilizada uma bateria de testes motores, obedecendo à sequência: velocidade 100 jardas, agilidade (SHUTTLE RUN) e impulsão horizontal.	As crianças apresentaram desempenho motor igual ou superior aos valores ideais para a idade. A iniciação esportiva mostrou-se importante para o desenvolvimento motor e para ampliar experiências de movimento.

Os estudos analisados evidenciam que a prática do futebol, é de extrema importância para o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças. Em diferentes faixas etárias e contextos, os resultados apontam que esta prática favorece melhora na coordenação, equilíbrio, agilidade, força e atenção, contribuindo para o desenvolvimento global da criança.

Pereira e Fernandes⁹ observaram que a prática do futebol promoveu melhorias significativas na motricidade fina e global de crianças de 3 a 6 anos, além de avanços na velocidade, mesmo sem treinamento específico. Esses achados reforçam que a prática regular de atividades motoras conduzidas por profissionais de Educação Física estimula o aprimoramento das capacidades físicas e cognitivas nas fases iniciais do desenvolvimento.

De forma semelhante, Alesi et al.¹⁰ constataram que, após seis meses de treinamento de futebol, houve melhoras significativas no desenvolvimento motor e cognitivo de crianças de 7 a 11 anos, destacando-se ganhos na agilidade, força explosiva e tempo de reação visual. O futebol, por envolver situações de tomada de decisão e coordenação de movimentos, mostrou-se um importante estímulo para o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças.

Coronel¹¹ também identificou melhor desenvolvimento motor em meninos de 11 a 13 anos praticantes de futebol, com avanços significativos na agilidade e impulsão. O autor destaca que a iniciação esportiva deve manter um caráter lúdico e educativo, evitando a especialização precoce e priorizando o desenvolvimento integral da criança.

Em outro estudo, Santos et al.¹² verificaram que crianças praticantes de futebol apresentaram coordenação motora superior, principalmente em tarefas de equilíbrio e saltos unipodais, quando comparadas a não praticantes. Além disso, identificou-se uma correlação inversa entre o índice de massa corporal (IMC) e o desempenho coordenativo, indicando que crianças com menor IMC tendem a apresentar melhores níveis de coordenação motora. Esses resultados reforçam o papel do esporte na prevenção do sedentarismo e do sobrepeso das crianças.

2. Conclusão

Através dos resultados encontrados neste trabalho tivemos evidências que a prática do futebol, é de extrema importância para o desenvolvimento motor e cognitivo de crianças. As evidências apontam melhorias em aspectos como coordenação, equilíbrio, agilidade, força, motricidade fina e global, além de contribuições para o desempenho cognitivo, especialmente no que se refere à atenção, percepção e tomada de decisão.

Verificou-se também que a manutenção de níveis adequados de índice de massa corporal (IMC) está associada a melhor desempenho coordenativo, indicando que o envolvimento regular em atividades físicas, aliado a hábitos saudáveis, potencializa o desenvolvimento motor infantil.

De maneira geral, os estudos analisados demonstram que a prática do futebol é de extrema importância para o desenvolvimento motor e cognitivo infantil. Tais evidências reforçam a importância do professor de Educação Física como mediador do processo pedagógico, responsável por planejar e conduzir atividades adequadas à faixa etária, às características individuais e ao nível de maturação das crianças. Portanto este trabalho foi direcionado para enfatizar a influência da prática do futebol no desenvolvimento motor de crianças, mostrando os benefícios que a prática oferece a este público.

3. Referências

1. Gallahue DL, Ozmun JC. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. 2ª ed. São Paulo: Phorte; 2005. 25 p.
2. Haywood KM, Getchell N. *Desenvolvimento motor ao longo da vida*. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2004.
3. Neris KCF, Tkac CM, Braga RK. A influência das diferentes práticas esportivas no desenvolvimento motor em crianças. *Rev Acta Bras Mov Humano*. 2012;2(1):58–64.
4. Gallahue DL, Donnelly FC. *Educação física desenvolvimentista para todas as crianças*. 4ª ed. São Paulo: Phorte; 2008.
5. Cristo MFF, Araújo AIF, Morello MC. *A influência do futsal e do futebol de campo para o desenvolvimento motor na iniciação esportiva*. Colatina (ES): Pé de Jambo; 2022.
6. Marturelli MJ, Oliveira AL. Treinadores de futebol de alto nível: as evidentes dificuldades que cercam a produtividade destes profissionais. In: *IX Simpósio Internacional Processo Civilizador: Tecnologia e Civilização*; 2005; Ponta Grossa. Ponta Grossa: [editora desconhecida]; 2005.
7. Benetti G, Schneider P, Meyer F. Os benefícios do esporte e a importância da treinabilidade da força muscular de pré-púberes atletas de voleibol. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Humano*. 2005;7(2):87–93.
8. Filgueira FM, Greco PJ. Futebol: um estudo sobre a capacidade tática no processo de ensino-aprendizagem-treinamento. *Rev Bras Futebol*. 2008;1(2):53–65.
9. Pereira MRA, Fernandes PT. Desenvolvimento motor e cognitivo de crianças de 3 a 6 anos através da prática do futebol. *Galoá Proceedings – PIBIC*; 2015.
10. Alesi M, Bianco A, Luppina G, Palma A, Pepi A. Improving Children's Coordinative Skills and Executive Functions: The Effects of a Football Exercise Program. *Front Psychol*. 2015;6:1627.
11. Coronel M. A influência da iniciação esportiva do futebol no desenvolvimento motor de crianças do sexo masculino de 11 a 13 anos. *FIEP Bulletin*. 2011;81:2251-p.
12. Santos SP, Couto CR, Methner MM, Andaky ACR. Efeitos da prática do futebol e do IMC na coordenação motora de crianças. *Rev Bras Ciênc Saúde*. 2020;24(Supl):65-76.