



A IMPORTÂNCIA DO ESPORTE LÚDICO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

THE IMPORTANCE OF LUDIC SPORT IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION

Eduardo Gabriel Da Silva^{1*}

Orientador: Edson Biage

RESUMO: O educador físico deve compreender as particularidades do indivíduo para que possa definir uma rotina de treinos apropriada, que exerça maior efetividade e não traga prejuízos ao corpo. A atenção deve ser reforçada quando se trata de crianças, que além de possuir limitações devido ao desenvolvimento corporal, deve ter um tratamento diferenciado para que possa se integrar ao treinamento. Neste viés, o presente trabalho tem o intuito de reunir e demonstrar a importância de uma metodologia de ensino do esporte e treinamento de forma adequada, exclusivamente dentre a fase da infância. Portanto, através do estudo de diversos artigos científicos que abordam sobre o tema, será demonstrada pela revisão bibliográfica como as crianças absorvem os ensinamentos e podem extraí-los da melhor forma possível, respeitando os limites de seu corpo.

PALAVRAS-CHAVE: Esporte. Ensino. Coordenação motora. Infância.

ABSTRACT: The physical educator must understand the particularities of the individual so that he can define an appropriate training routine, which is more effective and does not harm the body. Attention must be reinforced when it comes to children, who, in addition to having limitations due to body development, must be treated differently so that they can be integrated into training. In this bias, the present work aims to gather and demonstrate the importance of a methodology for teaching sport and training in an adequate way, exclusively within the childhood phase. Therefore, through the study of several scientific articles that deal with the subject, it will be demonstrated by the bibliographical review how children absorb the teachings and can extract them in the best possible way, respecting the limits of their body.

KEYWORDS: Sport. Teaching. Motor Coordination. Childhood.

^{1*} Estudante do curso de Bacharelado em Educação Física da Faculdade Cristo Rei – FACCREI, de Cornélio Procópio. E-mail: eduardogabriel@faccrei.edu.br

1 INTRODUÇÃO

Segundo Rolim (2004), a educação física escolar seria uma disciplina capaz de integrar a cultura corporal de movimento e seus conteúdos ao da criança, não se compreendendo apenas no aspecto fisiológico ou biomecânico, como também se atentando aos aspectos socioculturais.

Neste viés, é exatamente nos anos iniciais que vamos solidificar os movimentos motores base das crianças, preparando-as para as práticas mais elaboradas. Mas para isso, é preciso conhecer suas peculiaridades e seus limites para que seu desenvolvimento seja completo em todos os aspectos, sejam eles afetivos, cognitivos, motores e sociais.

O ensino do esporte de uma maneira lúdica, por sua vez, estimula a aprendizagem e socialização enquanto constrói conhecimento de uma maneira intuitiva e participativa. Isto porque o lúdico já está inserido na cultura da criança, se manifestando através de suas ações, expressões e gestos.

Portanto, a presente pesquisa tem como objetivo fornecer uma análise sobre a importância da prática esportiva durante as idades iniciais, assim como seus benefícios e contribuições para criança, por meio de um enfoque bibliográfico. Se observará o viés lúdico como recurso pedagógico, buscando estimular suas potencialidades, como a criatividade, autonomia, a criticidade e a expressão ao desenvolver diferentes formas de linguagem.

Para isso será preciso se atentar a todos os cuidados necessários para prática esportiva na fase infantil, levando em consideração os fatores biológicos, culturais e morais que incidem sobre cada criança, além de como tais fatores afetam o desenvolvimento e desempenho no esporte. Isso dado em que o corpo da criança ainda está em fase de crescimento, e portanto, suas limitações devem ser observadas.

O primeiro capítulo contextualizará como o ensino infantil se deu ao longo dos anos e qual as suas contribuições para o desenvolvimento da criança nos anos iniciais, compreendidos de 0 a 5 anos de idade. Para isso, se fará uma análise dos estágios de desenvolvimento cognitivo propostos por Piaget e apresentados por Valente (2008), em especial o estágio sensório-motor e o estágio pré-operatório.

O segundo capítulo demonstrará a contribuição do esporte na vida da criança, que além de complementar os aspectos afetivos, cognitivos, motores e sociais já trabalhados dentro do contexto da educação infantil, é capaz de desenvolver força óssea e muscular, além de prevenir muitos adoecimentos futuros, trazendo benefícios à saúde que podem refletir até mesmo durante a vida adulta.

Destaca-se ainda que, embora muitos autores defendam que a atividade esportiva deve ter início a partir dos seis anos, a criança é capaz de extrair seus benefícios desde a idade pré-escolar, por se tratar de momento em que o desenvolvimento físico e a socialização estão despontando (ESCOLA, 2022).

Por último, o terceiro capítulo trará o lúdico como um instrumento facilitador na aprendizagem da educação infantil, pois o brincar é uma maneira expressiva da criança, sendo área intermediária de experimentação para a qual contribuem a realidade interna e externa.

Neste sentido Winnicott (1975), estudioso do crescimento e desenvolvimento infantil, considera que:

(...) o ato de brincar é mais que a simples satisfação de desejos. O brincar é fazer o em si, um fazer que requer tempo e espaço próprio, um fazer que se constitui de experiências culturais, que é universal e próprio da saúde, porque facilita o crescimento, conduz aos relacionamentos grupais, podendo ser uma forma de comunicação consigo mesmo (a criança) e com os outros.

Portanto, o lúdico pode ser utilizado como meio para ensino do esporte, facilitando o aprendizado de coisas que poderiam soar complexas em primeiro momento, traduzindo-as em simples brincadeiras que proporcionam diversão e desenvolvimento à criança.

2 OS BENEFÍCIOS DO LÚDICO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Ao observarmos as crianças em momentos livres, fica evidente que o jogo está presente no cotidiano infantil, independente da mediação do instrutor, demonstrando a importância do lúdico ao iniciar a criança no esporte. Porém, quando a expressão lúdica da criança é medida de maneira a intervir no seu processo ensino-aprendizagem, essa expressão pode garantir seu direito do pensamento, permitindo-lhe a vivência nas linguagens expressivas do jogo como instrumento simbólico da leitura e da escrita de mundo.

Assim, a utilização do lúdico como recurso pedagógico, apoiado nas dimensões reflexivas e estéticas da construção do conhecimento infantil, possibilitam ao instrutor a melhoria do trabalho pedagógico em seus ensinamentos.

Ao trabalhar o lúdico como recurso pedagógico podemos observar ainda o que a experiência com o esporte tem influência na imagem que a criança faz de si mesma, sendo, pois muito importante a que o instrutor esteja preparado para lidar com as mais variadas situações, sem causar danos às crianças que pretende ajudar.

Se vê ainda que a formação lúdica possibilita ao instrutor reconhecer as crianças como pessoas, buscando saber de suas possibilidades, permitindo a criança a desbloquear resistências e ter uma visão clara sobre a importância de jogo e do brinquedo para sua vida (SANTOS,1997; KISHIMOTO, 1994), onde o brincar é um aspecto fundamental para se chegar ao desenvolvimento integral e desempenho ideal na prática esportiva da criança.

O lúdico apresenta valores específicos para todas as fases da vida humana. Assim, na idade infantil e na adolescência a finalidade é essencialmente pedagógica. A criança e até mesmo o jovem, na maioria das vezes, mantêm uma resistência ao ensino, porque quando não realizado de uma maneira correta e levando em conta todas as particularidades presentes nas situações concretas, não se torna uma atividade prazerosa.

Segundo Piaget (1991), o desenvolvimento da criança é exercido principalmente através do lúdico. A criança precisa brincar para crescer, e precisa jogar como forma de equilíbrio com o mundo. O lúdico é considerado prazeroso devido a sua capacidade de absorver o indivíduo de forma intensa e total, criando um

clima de entusiasmo. É este aspecto de envolvimento emocional que o torna uma atividade com forte teor motivacional, capaz de gerar um estado de vibração e euforia.

Ao se iniciar uma criança no futsal, como por exemplo, não se pode explicar unicamente a parte teórica do esporte e esperar que o aprendizado seja absorvido na sua integralidade. Para melhor repassar a experiência de uma partida real às crianças, primeiro se trabalha as regras e jogadas através de brincadeiras e jogos interativos, onde a criança possa se adaptar ao que lhe é exigido e apresentar seus pontos fortes e fracos diante a instrução.

Vista disso, se possibilita que a rotina de treinos e ensinamentos sejam trabalhadas conforme os resultados das crianças. Mas se mantém toda a satisfação na prática esportiva, mantendo a criança interessada no esporte em si, e permitindo que ela se dedique por vontade própria.

3 A COLABORAÇÃO DO ESPORTE NAS FASES INICIAIS

As pesquisas que se remetem à iniciação esportiva datam de tempos, demonstrando que desde cedo foi reconhecida sua importância. Neste viés, Almeida (2005) aduz que já no ano de 1970 encontrava-se uma grande gama de bibliografia de autores estrangeiros a respeito do tema e, na década de 1980, essa preocupação também se tornou a de diversos autores brasileiros. O termo iniciação esportiva é conhecido como um processo cronológico no transcurso do qual um sujeito, que neste caso será a criança, tem contato com novas experiências regradas sobre uma atividade físico-esportiva, independente de qual seja.

3.1 As fases da iniciação esportiva

Tradicionalmente, a iniciação esportiva se compreende como o período no qual a criança começa a aprender, de forma específica, a prática de um ou vários esportes. Santana (2005) ainda aduz que a iniciação esportiva é destacada pela prática regular e guiada de uma ou mais modalidades esportivas, e o foco é dar prosseguimento ao desenvolvimento da criança de forma completa, não implicando em competições regulares.

Partindo da premissa do que os autores anteriormente disseram, entende-se que a iniciação esportiva é o período em que a criança começa a aprender, de forma específica e planejada, a prática esportiva. Contudo, principalmente nesta fase, é necessário que se conheçam e respeitem suas características para que ela não seja transformada em um *mini-adulto*.

Almeida (2005) alega que é preciso dividir a iniciação em três estágios. O primeiro deles é denominado iniciação desportiva propriamente dita, e ocorre na faixa etária dos oito aos nove anos de idade. Nessa fase, o foco do treinamento é a aquisição de habilidades motoras e destrezas específicas e globais, realizadas através de formas básicas de movimentos e de jogos pré-desportivos. Conforme explicado pelo autor, é nessa faixa etária que a criança se encontra apta para a aprendizagem inicial dos esportes, contudo, ainda sem estar apta para o esporte coletivo de competição, que deve ser trabalhado posteriormente. Entende-se assim que o esporte coletivo é capaz de atrair as crianças muito mais pela satisfação da atividade física em si do que pela própria competitividade.

Se percebe que o desenvolvimento motor e cognitivo das crianças dentre essa idade tem a possibilidade de organizar o seu trabalho de forma a torná-lo interessante e motivador, fundamentado em atividades lúdicas e recreativas, almejando um aprendizado objetivo, eficiente e mais dinâmico. O ideal nesta fase consiste em oportunizar um grande número de oportunidades para que possa ocorrer o desenvolvimento das mais variadas formas de habilidades da criança, instrumentalizando-a com atividades motoras que poderão ser utilizadas em diversos esportes coletivos.

Dentre os 10 e 11 anos ocorre a denominada fase do aperfeiçoamento desportivo, momento em que a criança já experimenta e participa ativamente de ações baseadas na cooperação e colaboração. Nesta situação, o jogo assume um aspecto sócio desportivo, onde seus participantes interagem desempenhando um papel pré-definido que deve cumprido pela criança.

O foco dessa etapa é expor o primeiro contato com os elementos técnicos fundamentais, táticas gerais e regras através de jogos educativos e contestes e atividades esportivas com regras. Para Almeida (2005) essa é considerada uma excelente faixa etária para o aprendizado. Assim, as atividades físicas esportivas a serem oferecidas nessa faixa etária devem ter o intuito de ampliar o repertório de movimentos dos fundamentos básicos dos diversos esportes e, também, instrumentalizar as crianças com elementos psicossociais que permitam a socialização e as ações cooperativas através de jogos e brincadeiras.

Já na terceira e última etapa apresentada por Almeida (2005), por sua vez denominada de introdução ao treinamento, a criança na faixa etária dos 12 e 13 anos alcança um significativo desenvolvimento da sua capacidade intelectual e física. Assim, o objetivo dessa fase é o aperfeiçoamento das técnicas individuais, dos sistemas táticos, além da aquisição das qualidades físicas necessárias para a prática do desporto.

As atividades físicas esportivas a serem oferecidas para atender as necessidades dessa faixa etária devem visar ao aperfeiçoamento das qualidades físicas, às técnicas individuais e às táticas (individuais e coletivas) dos diversos desportos, através de preparação física e de práticas esportivas (jogos), nas quais a ação do instrutor oferece oportunidade para o desenvolvimento corporal e para a melhoria do desempenho individual das crianças. O instrutor, enquanto adulto e profissional, tem a responsabilidade de criar, através de atividades adequadas e

diversificadas (motivadoras), condições que possibilitem às crianças e jovens uma aprendizagem individualizada, dentro do grupo, permitindo-lhes solucionar conflitos em coletividade.

De modo diverso, os autores Pinni e Carazzatto (apud SANTANA, 2005) preconizam que a iniciação esportiva da criança deve obedecer a duas fases distintas: geral e especializada. Na iniciação geral, compreendida dos 2 a 12 anos de idade, o objetivo maior é a formação, a preparação do organismo e esforços posteriores, o desenvolvimento das qualidades físicas básicas e o contato com os fundamentos das diversas modalidades. Não deve haver uma preocupação centralizada na competição esportiva. Na fase seguinte, entre 12 e 14 anos, o adolescente é orientado para a especialização esportiva.

4 O ENSINO DE UMA FORMA LÚDICA

Os estudos de Kishimoto apontam a necessidade da criação de espaços como sala de jogos e cantos que permitam às crianças ter mais liberdade e possibilidade diferentes nos seus movimentos. As áreas de jogos exteriores podem ser anexas a salas de atividade na escola, influenciando favoravelmente a sensibilidade das crianças. A autora considera que a criança em idade pré-escolar aprende a partir de suas explorações e das relações que faz com os objetos e o meio em que vive; ela adquire noções espontâneas em processos interativos, nas quais existe integração total entre as áreas cognitivas, afetiva, corporal e social.

Nas palavras de Kishimoto,

Ao permitir a ação intencional (afetividade), a construção de representações mentais (cognição), a manipulação de objetos e o desempenho de ações sensório-motoras (físico) e as trocas nas interações (social), o jogo contempla várias formas de representação da criança ou suas múltiplas inteligências, contribuindo para a aprendizagem e o desenvolvimento infantil (*apud RAU, 2007, p.115*).

Nesta abordagem o jogo permite a exploração e a construção do conhecimento, por utilizar a motivação interna do sujeito, mas ainda assim o trabalho pedagógico necessita de outros estímulos externos, a influência de parceiros e a sistematização de conceitos em situações que não comportam o lúdico.

Segundo Piaget (1967), o jogo não pode ser visto apenas como divertimento ou brincadeira para desgastar energia, pois ele favorece o desenvolvimento físico, cognitivo e moral.

O artigo está fundamentado nas publicações de estudiosos e especialistas que investigaram os jogos e brincadeiras na aprendizagem, tendo em vista as alternativas de reorganização das estratégias dos profissionais da área, buscando uma perspectiva lúdica, a qual oferece condições para que a criança sendo instruída por intermédio da Educação Infantil possa usufruir de uma grande variedade de brinquedos, brincadeiras e jogos e de uma mediação que o ajude a adaptar-se na escola, porque quanto mais a criança ver, ouvir, experimentar, manusear e, principalmente, for estimulada, mais rica será a sua aprendizagem, conclui-se que a pesquisa bibliográfica sobre o assunto é rica e com variadas sugestões para ser aplicada em sala de aula.

Vale destacar mais uma vez que diferentes teóricos apresentam diferentes formas de entender e classificar o brincar. De acordo com a cultura ou o momento social o brincar, assim como o desenvolvimento infantil possui diferentes fases. Para Piaget (1991), por exemplo, o jogo possui categorias:

Jogo de exercício	Onde o objetivo é exercitar a função em si.
Jogo simbólico	Onde o indivíduo se coloca independente das características do objeto, funcionando em esquema de assimilação.
Jogo de regra	No qual está implícita uma relação interindividual que exige a resignação por parte do sujeito.
Jogo de construção	Quando a criança cria algo.

Fonte: Piaget (1991, p. 13).

Dessa forma, o jogo traz oportunidade para o preenchimento de necessidades irrealizáveis e também a possibilidade para se exercitar no domínio do simbolismo. Quando a criança é pequena, o jogo é objeto que determina sua ação, pois, ainda não possui a capacidade de representação. Sob ponto de vista do desenvolvimento da criança, diz-se que a brincadeira traz vantagens sociais, cognitivas e afetivas. (Pereira, 2001).

Com relação à brincadeira e ao desenvolvimento infantil Kishimoto (1994, p. 34) apresenta alguns critérios para a escolha adequada das brincadeiras infantis, conforme quadro abaixo:

Valor Experimental	Os brinquedos devem permitir a exploração e a manipulação.
Valor da Estruturação	Os brinquedos devem constituir-se em objetos simbólicos que dão suporte à construção da personalidade infantil.
Valor da Relação	Os brinquedos devem oportunizar à criança ao contato com seus pais e adultos, com outros objetos e com o

	ambiente em geral, para propiciar o estabelecimento de relações;
Valor Lúdico	Os brinquedos devem ser passíveis de avaliação, para que ponham em evidência as qualidades que venham a estimular o aparecimento da ação lúdica.

Deste modo, os critérios acima são acrescidos de questionamentos relativos à idade, preferências, capacidades, projetos de cada criança e uma constante verificação da presença do prazer e dos efeitos positivos da brincadeira. Há que se considerar ainda que o brincar não é inato, mas uma aquisição social e o educador deve estar sempre atento para ensinar a criança a utilizar o brinquedo. E, para que isso ocorra de forma satisfatória é preciso que o educador conheça como se dá o desenvolvimento da criança.

Assim os brinquedos e os jogos como recursos auxiliares para a criança, em seu desenvolvimento físico, mental e socioemocional. E estabelece, ainda, uma diferenciação entre um e outro, muito embora a maioria dos estudiosos deem às duas expressões o mesmo significado.

Assim, Lopes (1995) define:

Brinquedos: como objetos naturais, construídos ou manufaturados, ligados à atividade lúdica que pode realizar-se através deles;

Jogos: como processos lúdicos, através dos quais a criança assimila o real, podendo valer-se ou não do brinquedo como suporte para sua realização.

Com a ajuda do brinquedo ou dos jogos ela pode desenvolver a imaginação, a confiança, a autoestima, o autocontrole, e cooperação. O modo como brinca revela o mundo interior da criança. O brinquedo proporciona o 'aprender-fazendo', o desenvolvimento da linguagem, o senso de companheirismo, a criatividade.

Sendo assim, no processo de aquisição de conhecimento a mediação do adulto é extremamente importante para ajudar a criança a transpor a condição de alienação, ou seja, é preciso que o instrutor ajude a criança a ser um sujeito ativo socialmente. Um indivíduo que compreenda as desigualdades sociais e que, no futuro, seja capaz de dar sua contribuição para que ao menos se amenize tais desigualdades.

5 MATERIAIS E MÉTODOS

Nesta pesquisa utilizou-se como metodologia o estudo bibliográfico, analisando o tema proposto sem interferir no que se conhece sobre ele, levantando informações relevantes e pertinentes. Em outras palavras, colocando o pesquisador em contato com tudo aquilo que foi escrito sobre determinado assunto (MARCONI, 1986).

Usou-se de meios de fundamentação teórica diversos artigos da área da educação física, com destaque para aqueles que dizem propriamente sobre o aprendizado das crianças, além dos que se referem aos métodos específicos de treinamento de determinada modalidade, como o futsal.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É com essa perceptiva que o lúdico se demonstra importante recurso pedagógico para a definição de metodologia adequadas ao treinamento de crianças que estejam iniciando no mundo esportivo. Com efeito, a utilização de jogos e brincadeiras em diferentes situações educacionais é um meio para estimular as aprendizagens específicas dos instruídos, repercutindo de forma positiva quando o trabalho coletivo for repassado.

Portanto, as ações pedagógicas do instrutor em relação ao jogo passam a ocorrer no sentido de introduzir de maneira gradual e didática a vivência de situações nas quais se demonstram benéficas com o uso da cultura lúdica, proporcionando um aprendizado mais interativo aos instruídos.

Dessa forma o simples brincar pode demonstrar ser um importante elemento, através do qual se aprende sendo ativo, utilizando-se do ensino dinâmico da ludicidade para proporcionar o prazer de aprender. É um momento importante e definidor para o desempenho da criança, onde o lúdico deve ser o parceiro do instrutor.

Também é onde podemos afirmar que o brincar, enquanto promotor da capacidade e potencialidade da criança, deve ocupar um lugar especial na prática pedagógica, se demonstrando essencial mesmo no bacharelado, visto que a iniciação esportiva é amplamente presente na vida do instrutor físico.

O vasto material para estudo disponível na área trabalhada nesta pesquisa, sendo tais diversos artigos científicos que se propuseram a enaltecer o tema, apenas demonstra que o ensino lúdico do esporte vem ganhando cada vez mais destaque como forma de instrução das crianças na educação infantil. Não só isso, como também demonstra que o tema vem sendo abordado há décadas atrás, ficando evidente sua relevância e aplicação nos dias atuais.

Se conclui que a brincadeira e o jogo precisam trabalhar juntos, para que a noção dos conceitos básicos seja fixada na mente infantil. Pois podem levar, sem sombra de dúvidas, a criança a fazer descobertas e a viver experiências que tornam o aprendizado mais estimulantes e prazeroso, fazendo com que as crianças possam obter um resultado melhor em sua aprendizagem.

Por fim, tornou-se possível analisar sobre a importância da criança em se manter entretida com o esporte que se pretende repassar. Ainda que a criança seja aspirante à um atleta, se satisfazer naquilo que pratica é fundamental.

O prazer pelo esporte mantém a criança inspirada e dedicada, contribuindo significativamente para o seu aprendizado. Assim, permite que possam absorver todos

os conceitos necessários para a participação no esporte em questão, que devem ser ensinados de forma lúdica e dinâmica.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Luiz Tadeu Paes de. *Iniciação Esportiva na escola – a aprendizagem dos esportes coletivos*. Disponível em: <http://www.boletimef.org.br>. Acesso em: 29 out. 2022.

ESCOLA, Equipe Brasil. **Esporte Infantil**; *Brasil Escola*. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/psicologia/esporte-infantil.htm>. Acesso em 12 de outubro de 2022.

GAVA, D. et al. **Educação Física na Educação Infantil**: considerações sobre sua importância. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd144/educacao-fisica-naeducacao-infantil.htm>. Acessado em: 11 out. de 2022.

GRECO, P.J.; CHAGAS, M H. **Considerações teóricas da tática nos jogos esportivos coletivos**. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v.6, n.2, p. 47-58, 1992.

KISHIMOTO, T.M. **O Jogo Na Educação Infantil**. São Paulo: Pioneiro, 1994.

LEITE, Marcio Monteiro. **Educação Física**: implicações da prática desportiva precoce no crescimento e desenvolvimento infantil. Universidade Federal de Viçosa, 1983.

LOPES, Véra Neusa. **Brinquedos e Jogos**. Porto Alegre: UFRS, 1995.

LIMA, D. F. **Treinamento Precoce e Intenso em Crianças e Adolescentes**. Belo Horizonte: Health, 2000.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa**. 4ª ed. São Paulo: Atlas, 1999.

PEREIRA, Eugênio Tadeu. **Brincar, Brinquedo, Brincadeira, Jogo, Lúdico**. Belo Horizonte: Dimensão, 2001.

PIAGET, Jean. **A construção do real na criança**. São Paulo: Scipione, 1991.

PIAGET, Jean. **A formação do símbolo na criança: imitação, jogo, imagem e representação**. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.

RODRIGUES, M. **Manual Teórico Prático de Educação Infantil**. São Paulo: Ícone, 1993.

ROLIM, L.R. **O instrutor de educação física na educação infantil: uma revisão bibliográfica**. Dissertação de Mestrado. Centro Universitário Nove de Julho – UNINOVE, 2004.

ROTH, K. ; KROGER, C. **Escola da bola**: um abc para iniciantes nos jogos esportivos. Rio de Janeiro: Phorte. 2005.

SANTANA, Wilton Carlos de. Iniciação esportiva e algumas evidências de complexidade. In: SIMPÓSIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS DO SUL DO BRASIL, 14., 2002, Ponta Grossa. Universidade Estadual de Ponta Grossa, 2002. p. 176-180.

THOMAS, J.R. NELSON, J.K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3ª ed. Porto Alegre, 2002.

TRIVIÑOS, A.N.S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas, 1992.

VALENTE, N. **Teoria da aprendizagem**: Jean Piaget. Revista Digital Artigo.com. Publicado em 06 de dezembro de 2008.

WEINECK, J. **Treinamento Ideal**. Instruções técnicas sobre o desempenho fisiológico, incluindo considerações específicas de treinamento infantil e juvenil. 9ª ed. São Paulo: Manole, 1999.

WINNICOTT, D. W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1975.