

Projeto de Extensão Jogando Futebol e Construindo Cidadania

Área Temática

Esporte

Coordenador(a) da atividade: Nome SOBRENOME

Rodolfo ANDRÉ DELLAGRANA.

Nome SOBRENOME do autor[1]; Nome SOBRENOME do coautor 1, Nome SOBRENOME do coautor 2, Nome SOBRENOME do coautor 3.

Erick LUIZ MENI SALGADO SILVA; Gilberto PEREIRA; Julio CESAR DOS SANTOS JORGE; Jean LUCAS DE ANDRADE; Guilherme MOREIRA CAETANO PINTO.

Nome do Programa ou Projeto de Extensão

Jogando Futebol e Construindo Cidadania.

Resumo: O projeto de futebol apresenta uma ação que busca aproximar crianças e jovens por meio do esporte. Seu objetivo é criar um espaço de convivência saudável, onde o futebol é usado para estimular a amizade, a disciplina e o respeito. São 2 treinos semanais com duração de 1 hora e 30 minutos, onde são realizados atividades coletivas, recreativas, testes físicos e também amistosos. Os resultados são a cada semana melhorados conforme as correções feitas frequentemente nos treinos, pelos responsáveis por aplicar o projeto, como a parte tática e técnica. Também se observa aumento da autoestima, maior interação social com o decorrer dos treinos e também de amizades.

Palavras-chave: Futebol. Inclusão. Valores.

INTRODUÇÃO

O projeto “Jogando Futebol, construindo cidadania” foi criado com a função de oferecer oportunidade de prática de atividade física gratuita ás crianças e jovens no município de Ponta Grossa – PR. Tendo em vista questões socioculturais, o futebol se torna um esporte com alto potencial de adesão de jovens da periferia dos municípios brasileiros, com potencial de ser uma ferramenta para a socialização e desenvolvimento de valores que contribuem para a formação humana.

[1] Apresentador(a): Erick Luiz Meni Salgado Silva



Neste contexto, o projeto desenvolve o crescimento físico, educacional e técnico dos participantes, sempre mantendo a busca pelo desenvolvimento de valores como o respeito, a cooperação e o trabalho em equipe, estimulando uma relação saudável e amigável nos treinos, oferecendo oportunidades de aprendizados além do futebol.

Nesse sentido, compreender a participação dos alunos em treinos e jogos também se torna uma forma de avaliar o impacto extensionista do projeto. Ao registrar dados e experiências relacionadas ao futebol, é possível não apenas acompanhar a evolução esportiva, mas sobretudo analisar como essa prática contribui para o desenvolvimento integral dos participantes, reforçando a dimensão cidadã que fundamenta a extensão universitária.

OBJETIVOS

Promover a inclusão social por meio do acesso gratuito à prática do futebol; estimular a formação de valores como respeito; cooperação, disciplina e responsabilidade entre os jovens participantes; integrar saberes acadêmicos e comunitários na construção de práticas esportivas transformadoras, acompanhar, de forma sistemática, aspectos de participação e desenvolvimento dos alunos.

METODOLOGIA

O projeto atende adolescentes com idade entre 13 e 15 anos, residentes em diferentes bairros do município de Ponta Grossa – PR. Os critérios de inclusão consideraram a participação contínua no projeto, a frequência mínima de duas sessões de treino semanais e a assinatura dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE).

As atividades são realizadas em campo de futebol de sete com grama artificial. A organização dos treinos combina elementos técnicos, recreativos e educativos, proporcionando um ambiente que estimula tanto o aprendizado esportivo quanto a convivência social.

Como parte da avaliação extensionista, foram coletados registros sobre a participação dos jovens em jogos reduzidos e em atividades de treino, considerando aspectos de cooperação,



frequência, envolvimento e desenvolvimento. Essa análise permite compreender não apenas o rendimento esportivo, mas também a evolução social e educacional, que constitui o propósito principal do projeto.

RESULTADOS

Os registros sistematizados indicaram ampla participação dos adolescentes nas atividades, com elevado engajamento coletivo durante treinos e jogos. Além da melhora no desempenho esportivo, observou-se progresso em valores sociais como o respeito entre os colegas, a capacidade de trabalhar em grupo e a disciplina nos treinos.

A prática de jogos em campo reduzido se mostrou eficiente para aumentar a interação entre os participantes, possibilitando maior frequência de envolvimento em situações de jogo e estimulando a tomada de decisão sob diferentes contextos. Tais elementos favoreceram não apenas o aprendizado esportivo, mas também o desenvolvimento de competências sociais relevantes para a cidadania, como a resolução de conflitos, a comunicação e a colaboração.

A tabela 1 contém os dados de um scout realizado em um treino específico nos atletas do projeto “Jogando Futebol, construindo cidadania”.



Tabela 1 – Estatísticas descritivas das ações técnico-táticas (média ± desvio padrão)

Variáveis	Média ± DP
Gols	0,59 ± 1,06
Chutes para o gol	1,47 ± 1,23
Chutes no alvo	0,94 ± 0,90
Passes	16,00 ± 6,45
Passes completos	12,06 ± 5,78
Cruzamentos	0,33 ± 0,47

[U1] Comentário: Inserir dados de cruzamento

Fonte: Autoria própria (2025).

Os dados apresentados na Tabela 1 evidenciam que a média de gols por jogador foi de 0,59 ± 1,06, indicando baixa ocorrência desse fundamento e grande variabilidade entre os atletas. O número de chutes para o gol (1,47 ± 1,23) e de chutes no alvo (0,94 ± 0,90) também foi reduzido, sugerindo baixo volume de finalizações durante a partida. Por outro lado, as variáveis relacionadas à construção do jogo apresentaram valores mais expressivos, com média de 16,00 ± 6,45 passes e 12,06 ± 5,78 passes completos, demonstrando maior ênfase na circulação da bola e manutenção da posse em detrimento das ações ofensivas de finalização, o que evidência o número baixo de cruzamentos.

Os resultados apresentados na Tabela 1 indicam ampla participação dos atletas nas ações de jogo, corroborando as observações de Garganta (2001), segundo as quais o uso de jogos em campo reduzido favorece a maior frequência de envolvimento dos jogadores nas situações de jogo. Esse formato também contribui para o aprimoramento da tomada de decisão, uma vez que impõe maior velocidade na execução das ações e aumenta a pressão do adversário em razão do espaço limitado disponível.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados evidenciam que o futebol, quando trabalhado de forma educativa, contribui para o desenvolvimento integral dos jovens, promovendo inclusão, socialização e integração comunitária.

O acompanhamento das atividades possibilitou identificar não apenas aspectos técnicos, mas também impactos sociais, culturais e educacionais. Dessa forma, o projeto reafirma o papel transformador da extensão universitária ao atender demandas comunitárias, integrar saberes acadêmicos e populares e avaliar seus efeitos na vida dos participantes.

Nesse sentido, a continuidade do projeto apresenta potencial para contribuir com o desenvolvimento integral dos participantes, ao integrar prática esportiva, disciplina e aprendizado baseado em evidências concretas.

APOIO

Agradeço à Universidade Estadual de Ponta Grossa por proporcionar a oportunidade de aprendizado tão enriquecedor, possibilitando a realização deste projeto de extensão e a oportunidade de contribuir para a melhoria da saúde e da qualidade de vida desses jovens por meio do esporte. Agradeço também à PROEX e à Fundação Araucária pelo incentivo e apoio na promoção deste espaço de estudo, aprendizado e prática. Quero agradecer também aos professores orientadores Rodolfo Dellagrana e Guilherme Caetano, pelo auxílio na organização das atividades realizadas e pelo compartilhamento de seus conhecimentos ao longo de todo o projeto.

REFERÊNCIAS

DAVID, G. B.; PICANÇO, L. M.; REICHERT, F. F. Análise de fatores determinantes do gol no futsal feminino. Revista Brasileira de Futsal e Futebol, São Paulo, v. 6, n. 19, p. 18-26, Jan./Fev./Mar./Abril, 2014.

GARGANTA, Júlio. O ensino dos jogos desportivos coletivos: perspectivas e tendências. Movimento, Portugal, v. 8, p. 1-9, 1998.



MORÉ, R. A. S. Efeito da maturação biológica nas respostas físicas durante jogos reduzidos de futebol. 64 f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento) – Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande, 2017.

PEREIRA, J. L. Correlação entre desempenho técnico e variáveis fisiológicas em atletas de futebol. 102 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2004.

TEIXEIRA, Matheus Vinicios dos Santos. Comparação da carga interna e externa em uma sessão de treinamento com jogo em campo reduzido, jogo amistoso e oficial em jogadores de futebol da categoria sub-20 de elite. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista (UNESP), Bauru, 2023.

THIESS, G.; TSCHIENE, P.; NICKEL, H. Teoria y metodología de la competición desportiva. 1. ed. Barcelona: Pai do Tribo, 2004.

WILSON, R. S.; HUNTER, A. H.; CAMATA, T. V.; FOSTER, C. S. P.; SPARKES, G. R.; MOURA, F. A.; SANTIAGO, P. R. P.; SMITH, N. M. A. Simple and reliable protocol for identifying talented junior players in team sports using small-side games. Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, v. 31, n. 8, p. 1647-1656, 2021.