

O Impacto do Esporte na Transformação Social e Desenvolvimento Comunitário: Análise de Projetos Esportivos como Ferramenta de Inclusão Social e Mudança Cultural

The Impact of Sport on Social Transformation and Community Development: An Analysis of Sports Projects as Tools for Social Inclusion and Cultural Change

Raiane Gonçalves Alves

Graduanda do Curso de Educação Física do Centro Universitário São José.

Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - Educação Física do Centro Universitário São José.

Prof. Dr. Marcus Paulo Araujo

Docente do curso de Graduação em Educação Física do Centro Universitário São José.

Coordenador de Área do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - Educação Física do Centro Universitário São José.

RESUMO

Os programas esportivos desempenham um papel estratégico no Brasil, atuando como importantes ferramentas de inclusão social, promoção da saúde e educação. Diversos estudos e iniciativas evidenciam esse potencial transformador, destacando o esporte como um meio eficaz de desenvolvimento humano e social, especialmente em contextos de vulnerabilidade. O Projeto Caixa, em parceria com a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), no Rio de Janeiro, tem como foco a utilização das instalações do Parque Olímpico da Barra, especificamente da Arena Carioca 2, para promover o desenvolvimento da ginástica artística para crianças de até 10 anos, no intuito de desenvolver futuros atletas. Projetos esportivos implementados em comunidades vulneráveis têm demonstrado capacidade de reduzir comportamentos de risco, fortalecer vínculos comunitários e ampliar oportunidades de vida, contribuindo para a formação cidadã e para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. O objetivo do presente estudo é analisar o impacto do programa social esportivo Centro de Excelência Loterias Caixa – Jovem Promessa de Ginástica Artística, no Rio de Janeiro, no desenvolvimento físico e psicossocial de crianças e adolescentes. A metodologia utilizada foi a de uma pesquisa qualitativa, realizado com base em revisão bibliográfica, artigos acadêmicos e livros técnicos. Com isto, o estudo envolveu uma análise do impacto social de projetos esportivos, especialmente no que se refere à inclusão social, contribuição esportiva e toda a contextualização da vida dos atletas em torno do projeto. Para a análise do impacto do programa foi utilizada uma metodologia de caráter exploratória, visando proporcionar uma compreensão mais profunda do impacto social do esporte, utilizando questionários e entrevistas desenvolvidas pelos autores e aplicados tanto com os participantes do projeto quando os responsáveis. Os resultados demonstraram que a prática esportiva, aliada a valores como disciplina, respeito, cooperação e perseverança, contribuem significativamente para a formação moral, o fortalecimento de vínculos sociais e a construção de novos horizontes de vida para os jovens atendidos. O esporte se mostrou capaz de romper ciclos de exclusão, ampliar perspectivas e despertar um senso de pertencimento e protagonismo nos participantes — elementos fundamentais para a cidadania plena.

Palavras-chave: Ginástica; Projetos Esportivos; Inclusão Social.

ABSTRACT

Sports programs play a strategic role in Brazil, serving as important tools for social inclusion, health promotion, and education. Various studies and initiatives highlight this transformative potential, underscoring sport as an effective means of human and social development, particularly in vulnerable contexts. Caixa Project, in partnership with the Brazilian Gymnastics Confederation (CBG) in Rio de Janeiro, focuses on utilizing the facilities at the Barra Olympic Park—specifically Arena Carioca 2—to foster the development of artistic gymnastics among children up to 10 years of age, with the aim of nurturing future athletes. Sports projects implemented in vulnerable communities have demonstrated the capacity to reduce risky behaviors, strengthen community ties, and expand life opportunities, thereby contributing to civic development and the construction of a more just and egalitarian society. The objective of this study is to analyze the impact of the "Centro de Excelência Loterias Caixa – Jovem Promessa de Ginástica Artística" (Caixa Lotteries Center of Excellence – Young Artistic Gymnastics Prospect) social sports program in Rio de Janeiro on the physical and psychosocial development of children and adolescents. The study employed a qualitative research methodology based on a literature review, academic articles, and technical books. Consequently, the research involved analyzing the social impact of sports projects, particularly regarding social inclusion, contributions to the sport, and the broader context of the athletes' lives within the project. To analyze the program's impact, an exploratory methodology was used to gain a deeper understanding of the social impact of sport; this involved questionnaires and interviews developed by the authors and administered to both project participants and their guardians. The results demonstrated

that sports practice—combined with values such as discipline, respect, cooperation, and perseverance—contributes significantly to moral development, the strengthening of social bonds, and the creation of new life horizons for the young participants. Sport proved capable of breaking cycles of exclusion, broadening perspectives, and fostering a sense of belonging and agency among participants—elements fundamental to full citizenship.

Keywords: Gymnastics; Sports Projects; Social Inclusion.

INTRODUÇÃO

No processo de construção de sociedades mais inclusivas e justas, o esporte tem sido amplamente reconhecido como uma ferramenta eficaz para promover a inclusão social e o desenvolvimento comunitário. Atividades esportivas estruturadas podem reduzir barreiras sociais e culturais, fortalecer o senso de pertencimento e ampliar oportunidades de participação para grupos tradicionalmente marginalizados, contribuindo para a coesão social e o bem-estar coletivo (EIME et al., 2013). Cruz (2020) destaca que as práticas esportivas têm o poder de promover a convivência e o aprendizado, especialmente em comunidades vulneráveis, criando espaços que fortalecem os vínculos comunitários e incentivam a formação de valores sociais e morais.

Dessa forma, o esporte não se limita aos benefícios relacionados à saúde física e ao bem-estar, configurando-se também como um importante instrumento de transformação social. Em comunidades em situação de vulnerabilidade, projetos esportivos estruturados têm demonstrado impacto significativo ao criar espaços de convivência, aprendizado e desenvolvimento humano (MELO, 2015). Iniciativas como o Programa Segundo Tempo evidenciam como o esporte pode contribuir para a inclusão social, a permanência escolar e o afastamento de crianças e adolescentes de contextos de risco, ao promover valores como disciplina, respeito e cooperação (MELO, 2015).

Os programas esportivos desempenham um papel estratégico no Brasil, atuando como importantes ferramentas de inclusão social, promoção da saúde e educação. Diversos estudos e iniciativas evidenciam esse potencial transformador, destacando o esporte como um meio eficaz de desenvolvimento humano e social, especialmente em contextos de vulnerabilidade.

No contexto do Rio de Janeiro, projetos como o Instituto Reação e a Luta pela Paz destacam-se ao utilizar modalidades esportivas como o judô, o boxe e as artes marciais como ferramentas de transformação social, oferecendo não apenas a prática esportiva, mas também suporte educacional e oportunidades de desenvolvimento pessoal e

profissional (INSTITUTO REAÇÃO, 2024; INSTITUTO REAÇÃO, 2025). Além disso, o Centro de Excelência Loterias Caixa – Jovem Promessa de Ginástica Artística, objeto de análise deste estudo, demonstra que o esporte, quando aliado a uma proposta pedagógica estruturada, é capaz de fortalecer vínculos comunitários, promover a formação moral e ampliar perspectivas de vida para crianças e adolescentes, reafirmando seu papel como agente de transformação individual e coletiva. Projetos esportivos bem estruturados demonstram seu potencial para reduzir índices de violência e fortalecer a coesão social em contextos desafiadores.

A Confederação Brasileira de Ginástica (CBG, 2024) enfatiza o impacto da ginástica em regiões menos favorecidas, destacando como a prática esportiva contribui para a saúde física e o fortalecimento de valores sociais como disciplina e respeito. Nesse sentido, o Programa Ensino Esporte e Juventude (PEEJ) também se destaca ao abordar a sistematização pedagógica dos esportes, que favorece o desenvolvimento de competências técnicas, táticas e sociais em comunidades vulneráveis (VIOLA et al., 2011).

No Brasil, ginastas como Rebeca Andrade e Daiane dos Santos ajudaram a consolidar a ginástica artística como uma modalidade de destaque, ganhando reconhecimento internacional e inspirando novas gerações, especialmente aquelas em contextos de vulnerabilidade social. Seus feitos refletem o potencial do esporte para a inclusão social, permitindo que jovens superem desafios pessoais e sociais. Além disso, a presença dessas ginastas no cenário internacional reforça a imagem da ginástica artística como uma plataforma de transformação social (Confederação Brasileira de Ginástica, 2024).

Segundo o Comitê Olímpico Internacional (COI, 2024), o legado olímpico trouxe melhorias que podem ser usadas para ampliar o acesso ao esporte e gerar novas oportunidades para a população local, embora o uso sustentável dessas instalações ainda seja uma questão em evolução. Após sediar os Jogos Olímpicos de 2016, o Rio de Janeiro (RJ), aproveitou esse grande legado de infraestruturas construídas, como o Parque Olímpico da Barra, para continuar promovendo o esporte. Um exemplo disso é o "Projeto Caixa", que visa incentivar a prática da ginástica artística, utilizando as instalações da Arena Carioca, um dos centros de treinamento dos Jogos.

O Projeto Caixa, em parceria com a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), no Rio de Janeiro, tem como foco a utilização das instalações do Parque Olímpico da Barra, especificamente da Arena Carioca 2, para promover o desenvolvimento da ginástica artística para crianças de até 10 anos, no intuito de desenvolver futuros atletas. Esse projeto faz parte do legado deixado pelos Jogos Olímpicos Rio 2016, que construiu infraestruturas de alto nível, agora disponíveis para o treinamento e a realização de competições. As Arena Cariocas 2 e Arena Carioca 1, são centros de treinamento fundamentais para atletas brasileiros e palco de eventos, respectivamente, como o Troféu Brasil de Ginástica Artística, que reúne ginastas de destaque e serve de vitrine para novos talentos.

Através de programas esportivos, muitas vezes implementados em áreas de vulnerabilidade social, o esporte ajuda a promover a inclusão e o fortalecimento de laços comunitários, além de incentivar comportamentos positivos e a participação ativa na vida social e política. Dessa forma, o impacto do esporte não se limita ao campo físico, mas se estende à formação de indivíduos mais comprometidos com o bem-estar coletivo e o desenvolvimento sustentável das comunidades em que vivem e suas proximidades (UNESCO, 2015). Projetos esportivos implementados em comunidades vulneráveis têm demonstrado capacidade de reduzir comportamentos de risco, fortalecer vínculos comunitários e

ampliar oportunidades de vida, contribuindo para a formação cidadã e para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária (MELO, 2015; PORTUGAL, 2022; UNESCO, 2024).

Dessa forma, o objetivo do presente estudo é analisar o impacto do programa social esportivo Centro de Excelência Loterias Caixa – Jovem Promessa de Ginástica Artística, no Rio de Janeiro, no desenvolvimento físico e psicossocial de crianças e adolescentes. Tem-se como hipótese que programas como o Programa Ensino Esporte e Juventude (PEEJ) mostram que as práticas esportivas são ferramentas práticas na formação de cidadãos, ao promover a cooperação, a solidariedade e o respeito, contribuindo para o fortalecimento do tecido social em comunidades vulneráveis (VIOLA et al., 2011).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo configura-se como uma pesquisa qualitativa, realizado com base em revisão bibliográfica, artigos acadêmicos e livros técnicos. Segundo Chizzotti (1995, p.79), a pesquisa qualitativa se fundamenta em “pressupostos contrários ao modelo experimental e adota métodos e técnicas de pesquisa diferentes dos estudos experimentais”. Esse tipo de abordagem “parte do fundamento de que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, uma interdependência viva entre o sujeito e o objeto, um vínculo indissociável entre o mundo objetivo e a subjetividade do sujeito”.

Com isto, o estudo envolveu uma análise do impacto social de projetos esportivos, especialmente no que se refere à inclusão social, contribuição esportiva e toda a contextualização da vida dos atletas em torno do projeto. Após a elucidação dos conceitos e definições, foi realizado um estudo de caso, buscando identificar os efeitos concretos desses programas na transformação dos atletas e na comunidade. Para a análise do impacto do programa foi utilizada uma metodologia de caráter exploratória, visando proporcionar uma compreensão mais profunda do impacto social do esporte, utilizando questionários e entrevistas desenvolvidas pelos autores e aplicados tanto com os participantes do projeto quando os responsáveis.

Para o presente estudo foram utilizadas: levantamento das obras relativas aos assuntos norteadores do trabalho: lazer, educação, animação sociocultural e desenvolvimento humano Pesquisas exploratória, visando proporcionar uma compreensão mais profunda do impacto social do esporte.

A amostra deste estudo foi composta por 16 responsáveis legais, incluindo mães e pais, e 21 alunos participantes do projeto, todos com idade de até 10 anos. Para a análise dos dados, adotou-se o método de análise de conteúdo, com foco na categorização dos temas recorrentes identificados a partir dos relatos espontâneos dos participantes.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário online, com estrutura semiaberta, aplicado entre os meses de maio e junho de 2025, durante o estágio supervisionado da pesquisadora no próprio projeto investigado. Os questionários foram elaborados para obter respostas tanto fechadas (múltipla escolha) quanto abertas (descritivas), permitindo identificar não apenas indicadores objetivos (como tempo de participação e frequência), mas também percepções subjetivas sobre mudanças comportamentais, impacto familiar, desempenho escolar e construção de valores sociais. A tabela 1 apresenta as perguntas principais do questionário desenvolvido para o presente estudo.

Questionário

1 Há quanto tempo seu filho(a) participa do projeto?



- 2 Seu filho(a) participa de algum outro projeto? se sim, qual ?
- 3 Você percebe mudanças de comportamento no seu filho(a) após o início no projeto? se sim, quais as mudanças?
- 4 O projeto influenciou positivamente a rotina familiar? Se sim, descreva.
- 5 Como você avalia o papel do projeto na formação social e moral do seu filho(a)?
- 6 Você acredita que o projeto contribui para melhorar a realidade da comunidade? Se sim, por quê?
- 7 Você gosta de participar do projeto? Sim, não, mais ou menos, e por quê?
- 8 Você fez novos amigos por causa do projeto?
- 9 O projeto te ajudou na escola? Se sim, como?
- 10 Você acha que o esporte pode mudar a vida de alguém? Se sim, como?
- 11 O que você mais gosta no projeto?
- 12 O que poderia melhorar no projeto?

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados apontam, de maneira consistente, que o esporte aliado a uma proposta educativa e socialmente orientada, pode promover transformações significativas na vida dos jovens e no contexto social em que estão inseridos. As respostas revelaram benefícios como melhoria na disciplina, aumento da autoestima, fortalecimento dos vínculos familiares, incentivo aos estudos, diminuição do tempo ocioso e maior engajamento social. Esses dados qualitativos serão apresentados e discutidos a seguir, com base nas categorias de análise construídas

O Esporte e a Mudança de Percepções Culturais e Sociais

Ao examinar o papel do projeto na transformação de percepções culturais e sociais, notou-se que o esporte assumiu papel de reeducação simbólica. Jovens que antes apresentavam baixa autoestima e percepção limitada de futuro passaram a desenvolver valores de autoconfiança, persistência e senso de coletividade. As respostas indicam que os alunos passaram a se enxergar como parte de algo maior — uma equipe, uma comunidade, um propósito — o que vai ao encontro das reflexões de Levermore (2008), que defende o esporte como campo de reconstrução cultural e social. Abaixo estão demonstrados dois depoimentos, o primeiro de um dos participantes do projeto, seguido do depoimento de seu responsável.

“Acho que agora eu acredito mais em mim. Eu sei que posso conseguir o que quiser se me esforçar.” (Participante 1)

“Hoje ela fala em ganhar medalhas, treina com disciplina e se inspira no professor. Diz que quer ser uma grande atleta.” (Responsável 1)

O ambiente esportivo proporcionado pelo projeto revelou-se um espaço de pertencimento, acolhimento e ressignificação de experiências, um espaço onde os alunos são acolhidos por meio do esporte e passam a se sentir parte integrante de uma comunidade, reconhecidos e valorizados.

Redução de Comportamentos de Risco e Prevenção Social

A partir do contato direto com os participantes e seus responsáveis, foi possível constatar o papel preventivo fundamental desempenhado pelo projeto de ginástica artística. A adesão à prática esportiva regular, associada à exigência de frequência escolar e engajamento comportamental, contribui de maneira efetiva para o afastamento de crianças e adolescentes de situações de risco social, como o tempo ocioso, a evasão escolar, e a exposição à violência urbana e ao tráfico de drogas.

“Onde muitas crianças sonham em melhorar e não tem oportunidade, esses projetos ajudam a conhecer o esporte. Assim, elas não ficam com a ideia de ir para o tráfico.”
(Responsável 1)

Esses resultados corroboram os estudos de Zaluar (1994), que destacam o esporte como uma estratégia eficaz de contenção da marginalidade, especialmente quando inserido em territórios vulneráveis. O esporte, nesse contexto, atua como uma rede de proteção social, oferecendo aos jovens um espaço estruturado de convivência, desenvolvimento de habilidades e reforço de valores coletivos. Além de ocupar o tempo com atividades construtivas, o projeto promove uma rotina disciplinada, com normas claras de conduta, metas a serem alcançadas e acompanhamento próximo de adultos responsáveis.

“Ela ficou mais disciplinada, menos agitada. Hoje colabora mais em casa e tem mais foco nos estudos.” (Responsável 2)

Esse ambiente favorece não apenas a estabilidade emocional e o fortalecimento da autoestima dos participantes, mas também contribui para o desenvolvimento de competências socioemocionais como disciplina, empatia, responsabilidade e trabalho em equipe. Adicionalmente, estudos como os de Coalter (2010) reforçam que programas esportivos estruturados, especialmente aqueles que integram ações educativas e comunitárias, têm maior potencial de impacto positivo em indicadores de segurança pública e inclusão social. Portanto, mais do que um espaço para prática física, o projeto se apresenta como um agente transformador na vida de seus participantes, ao fornecer sentido de pertencimento, perspectiva de futuro e ruptura com ciclos de exclusão e vulnerabilidade.

Desempenho Acadêmico e Bem-Estar Psicológico

Os dados coletados junto aos participantes e seus responsáveis apontam para uma clara relação entre a participação no projeto esportivo e a melhora no desempenho escolar. A prática da ginástica artística promoveu avanços em aspectos como concentração, disciplina, organização pessoal e motivação para os estudos.

“Ela melhorou muito o foco e concentração. Nos dias de aula, acorda cedo e vamos pedalando até a arena.”
(Responsável 3)

“Melhora no desempenho escolar, maior disciplina e organização, redução do tempo ocioso.”
(Diferentes responsáveis indicaram essa combinação nas respostas fechadas)

Esse fenômeno está amplamente documentado na literatura. Segundo Eime et al. (2013), a participação regular em atividades físicas organizadas está associada à melhoria na saúde mental, autoestima e estabilidade emocional — fatores intimamente ligados ao rendimento acadêmico. Além disso, pesquisas de Trudeau e Shephard (2008) indicam que o exercício físico, ao estimular funções cognitivas como memória e atenção, contribui diretamente para o desempenho escolar.

“Sim, estou muito melhor em Educação Física.” (Participante 2)

O bem-estar psicológico, relatado com frequência nos questionários, manifesta-se na autopercepção positiva, no sentimento de pertencimento ao grupo e no fortalecimento das relações sociais, como destacam Fraser-Thomas, Côté & Deakin (2005). A convivência em um ambiente seguro e motivador reforça a resiliência emocional, tão necessária em contextos de vulnerabilidade.

Formação Moral, Relações Interpessoais e Desenvolvimento Pessoal

Outro ponto central identificado foi o impacto na formação ética e nas relações sociais. Ao conviverem com treinadores, colegas e regras esportivas, os jovens passaram a demonstrar atitudes de empatia, respeito, solidariedade e cooperação.

“Aprendi que preciso respeitar os colegas e que preciso esperar minha vez.”
(Participante 4)

“Ela ficou mais colaborativa, mais responsável. Melhorou até a alimentação.”
(Responsável 4)

Coalter (2010) destaca que, quando conduzido com intencionalidade educativa, o esporte se torna uma poderosa ferramenta de desenvolvimento humano. Ele permite a internalização de normas sociais, o fortalecimento da autoestima e a preparação para a vida em sociedade. Tais mudanças não apenas são percebidas no ambiente esportivo, mas se refletem também em casa e na escola.

Os dados da pesquisa revelam ainda que 100% dos alunos relataram ter feito novas amizades no projeto, enquanto os pais observaram melhorias no comportamento familiar. Isso reforça a ideia de que o esporte contribui para a formação de redes de apoio e para o fortalecimento de vínculos afetivos — fundamentais para a construção da identidade e do senso de pertencimento

Oportunidade, Transformação e Esperança

Uma dimensão subjetiva, mas extremamente potente, emergiu com destaque na análise dos relatos: a esperança. Os alunos revelaram que acreditam que o esporte pode mudar suas vidas — e já está mudando. Muitos passaram a ter metas claras, como se tornarem atletas profissionais, treinadores ou professores.

“Hoje vejo que não vivo mais sem o esporte. Tenho fé que vou trazer muitas medalhas.”
(Participante 5)

Essa mudança de mentalidade revela o impacto profundo da experiência esportiva no campo dos desejos e sonhos. Segundo Abramo (1997), o protagonismo juvenil nasce no momento em que o jovem se reconhece como sujeito de sua própria trajetória. Essa perspectiva foi identificada em diversos depoimentos, nos quais o esporte surge como um elemento mobilizador de transformação pessoal e social.

“Porque é meu sonho fazer ginástica artística.” (Participante 6)

Através do projeto, os alunos passaram a se enxergar como capazes, com potencial e perspectivas de mudança real em suas vidas. Essa percepção também foi compartilhada pelos responsáveis, que enxergam no projeto uma ferramenta concreta de transformação não só dos filhos, mas da comunidade, promovendo uma cultura de paz, inclusão e valorização da juventude.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou compreender o impacto do programa social esportivo Centro de Excelência Loterias Caixa – Jovem Promessa de Ginástica Artística no desenvolvimento físico, psicológico e social de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade no Rio de Janeiro. Através da análise dos dados coletados e da articulação com a literatura especializada, foi possível constatar que o esporte, quando estruturado com intencionalidade educativa e apoio institucional, é uma poderosa ferramenta de transformação individual e coletiva.

Os resultados demonstraram que a prática esportiva, aliada a valores como disciplina, respeito, cooperação e perseverança, contribuem significativamente para a formação moral, o fortalecimento de vínculos sociais e a construção de novos horizontes de vida para os jovens atendidos. O esporte se mostrou capaz de romper ciclos de exclusão, ampliar perspectivas e despertar um senso de pertencimento e protagonismo nos participantes — elementos fundamentais para a cidadania plena.

Contudo, a continuidade e o fortalecimento de programas como este dependem diretamente de políticas públicas estáveis, investimentos consistentes e valorização dos profissionais envolvidos. O esporte não pode ser encarado como um complemento, mas como parte integrante das estratégias de desenvolvimento social do país. Por fim, este estudo reforça a necessidade de se olhar para o esporte como um direito e uma oportunidade real de transformação. Que o exemplo do projeto analisado inspire novas iniciativas, comprometidas com a inclusão, o respeito à diversidade e a promoção de uma sociedade mais justa, ativa e solidária.

REFERÊNCIAS

ABRAMO, M. H. D. Juventude e protagonismo juvenil. São Paulo: Cortez, 1997.

CHIZZOTTI, A. Pesquisa em ciências humanas e sociais. 2ª ed. São Paulo: Cortez, 1995.

COALTER, Fred. Sport-for-development: going beyond the boundary? Sport in Society, v. 13, n. 9, p. 1374–1391, 2010.

COMITÊ OLÍMPICO INTERNACIONAL (COI). Legado Olímpico e a Transformação no Rio de Janeiro. Disponível em: <https://olympics.com/coi>. Acesso em: 08 de agosto de 2026.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA (CBG). Ginástica Artística no Brasil, 2024. Disponível em: <https://www.cbg.org.br>. Acesso em: 08 de agosto de 2026.

CONGRESSO DE CIÊNCIAS DO DESPORTO, 2011, Campinas. Anais [...]. Campinas: UNICAMP, 2011. Disponível em: <https://www.fef.unicamp.br/feffiles/uploads/congressos/ccd2011/anais/30666125899.pdf>. Acesso em: 08 de agosto de 2026.

CRUZ, Analine Silva. A prática de esporte como ferramenta de inclusão social. IAM - Instituição Assistencial Meimei, 2020.

EIME, Rochelle M. et al. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, v. 10, n. 98, 2013.

FRASER-THOMAS, J.; CÔTÉ, J.; DEAKIN, J. Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. Physical Education and Sport Pedagogy, v. 10, n. 1, p. 19–40, 2005.

LEVERMORE, R. Esporte para o desenvolvimento: uma questão de política ou uma questão de prática? . Revista Internacional de Sociologia do Esporte, 43(3), 243-265. 2008

MELLO, S. O esporte como ferramenta de inclusão social. Rio de Janeiro: Editora da Universidade Federal, 2015.

PORTUGAL, Caio César. Projetos esportivos sociais e suas contribuições para a inclusão e redução da violência. Dissertação de Mestrado, Universidade Vila Velha, 2022.

TRUDEA, F.; SHEPHARD, R. J. Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 5, n. 10, 2008. DOI: 10.1186/1479-5868-5-10.

UNESCO. Esporte como ferramenta de desenvolvimento social. Disponível em: <https://www.unesco.org/en>. Acesso em: 08 de agosto de 2026.

VIOLA, Gisele; PAES, Roberto; GALATTI, Larissa; ANTONELLI, Mariana; FORTES, Ana Beatriz; RIBEIRO, Sheila; CUNHA, Virgínia; SEOANE, Antonio Montero. A sistematização de ontero. A sistematização de conteúdos esportivos na educação não formal. In: CONGRESSO DE CIÊNCIAS DO DESPORTO, 2011, Campinas. Anais [...]. Campinas: UNICAMP, 2011.

ZALUAR, A. Cidadãos não vão ao paraíso: juventude e política social. Rio de Janeiro: Escuta, 1994.