

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**JESSICA FAUSTINO AFONSO MACHADO
MATEUS HENRIQUE DA SILVA PEREIRA**

**A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NO PROCESSO DE
DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL**

CASCAVEL

2025

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**JESSICA FAUSTINO AFONSO MACHADO
MATEUS HENRIQUE DA SILVA PEREIRA**

**A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NO PROCESSO DE
DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso TCC-
Artigo para obtenção da aprovação e
formação no Curso de Educação Física
Bacharelado pelo Centro Universitário
FAG.

Professor Orientador: Lissandro
Moisés Dorst

CASCAVEL

2025

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

**JESSICA FAUSTINO AFONSO MACHADO
MATEUS HENRIQUE DA SILVA PEREIRA**

**A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NO PROCESSO DE
DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso TCC como requisito para a obtenção da formação no Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG.

BANCA EXAMINADORA

Professor Dr. Orientador
Lissandro Moisés Dorst

Professor Me. Augusto Gerhart Folman
Banca avaliadora

Professor Dr. Everton Paulo Roman
Banca avaliadora

A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NO PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO MOTOR INFANTIL

Jessica MACHADO¹

Mateus PEREIRA¹

Lissandro DORST²

jfamachado@minha.fag.edu.br

mhspereira@minha.fag.edu.br

lissandro@fag.edu.br

RESUMO

Introdução: A atividade física é fundamental no desenvolvimento motor infantil, contribuindo para a aquisição de habilidades essenciais e para a formação motora da criança. A ausência de estímulos motores adequados tem se mostrado um fator de risco para o sedentarismo, obesidade e atrasos no desenvolvimento motor. **Objetivo:** Analisar a importância da atividade física regular no desenvolvimento motor infantil, destacando o papel essencial da Educação Física e das práticas corporais nesse processo. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura que investigou estudos nacionais e internacionais publicados nas últimas duas décadas, com foco em crianças de 3 a 12 anos incompletos. Foram incluídos artigos que abordaram a relação entre atividade física regular e desenvolvimento motor. **Resultados:** Os estudos demonstraram que a prática regular de atividade física está diretamente associada a melhores níveis de coordenação e equilíbrio, além de favorecer hábitos saudáveis e prevenir o sedentarismo e a obesidade. Observou-se que crianças mais ativas apresentam desempenho motor superior, enquanto a falta de estímulo físico está associada a atrasos motores. A presença do professor de Educação Física desde os primeiros anos escolares mostrou-se determinante para práticas pedagógicas estruturadas e eficazes. **Considerações Finais:** Conclui-se que a atividade física regular é indispensável ao desenvolvimento motor infantil e deve ser incentivada tanto na escola quanto no ambiente familiar, promovendo saúde, qualidade de vida e bem-estar.

Palavras-chave: Desenvolvimento motor. Educação Física. Atividade física regular. Infância. Saúde infantil.

Acadêmicos¹ do Curso de Educação Física do Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz

Orientador² Doutor em Educação Física Universidade Estadual de Londrina e Docente do Centro Universitário Fundação Aassis Gurgacz

THE IMPORTANCE OF REGULAR PHYSICAL ACTIVITY IN THE PROCESS OF CHILD MOTOR DEVELOPMENT

Jessica MACHADO¹

Mateus PEREIRA¹

Lissandro DORST²

jfamachado@minha.fag.edu.br

mhspereira@minha.fag.edu.br

lissandro@fag.edu.br

ABSTRACT

Introduction: Physical activity is essential for motor development in childhood, contributing to the acquisition of fundamental skills and to the child's overall motor formation. The lack of adequate motor stimulation has been identified as a risk factor for sedentary behavior, obesity, and delays in motor development. **Objective:** To analyze the importance of regular physical activity in children's motor development, highlighting the essential role of Physical Education and body practices in this process. **Methods:** This is a literature review that investigated national and international studies published over the past two decades, focusing on children aged 3 to 12 years. Articles addressing the relationship between regular physical activity and motor development were included. **Results:** The studies demonstrated that regular physical activity is directly associated with better coordination and balance levels, as well as promoting healthy habits and preventing sedentary behavior and obesity. It was observed that more active children present superior motor performance, while the lack of physical stimulation is associated with motor delays. The presence of a Physical Education teacher from the early school years proved to be essential for structured and effective pedagogical practices. **Final Considerations:** It is concluded that regular physical activity is indispensable for children's motor development and should be encouraged both at school and in the family environment, promoting health, quality of life, and well-being.

Keywords: Motor development. Physical Education. Regular physical activity. Childhood. Child health.

Acadêmicos¹ do Curso de Educação Física do Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz

Orientador² Doutor em Educação Física Universidade Estadual de Londrina e Docente do Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz

1 INTRODUÇÃO

De acordo com o Art. 2º da Lei nº 8.069/1990, que trata do Estatuto da Criança e Adolescente (ECA), que assegura a garantia dos direitos fundamentais da criança e adolescente. Assim, entende-se a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade (BRASIL, 1990). Para Rosa Neto (2002), nessa etapa da vida o desenvolvimento motor deve ser avaliado levando em conta as características individuais da criança e a variedade de estímulos que ela recebe, crianças que são expostas desde cedo a diferentes formas de movimento como correr, saltar, lançar e equilibrar-se tendem a desenvolver suas habilidades motoras com mais eficiência.

Dessa forma, Freitas, Rôas e Abreu (2023), afirmam que a carência de atividade física regular durante a infância pode comprometer significativamente o desenvolvimento motor infantil e demonstram que a prática planejada de movimentos corporais é essencial para a evolução das habilidades motoras, também para o desenvolvimento cognitivo e emocional. Para os mesmos autores, as crianças que não recebem estímulos motores adequados tendem a apresentar dificuldades em aspectos como equilíbrio, coordenação, lateralidade e domínio corporal, impactando diretamente sua autonomia e socialização.

Em complemento aos autores anteriores, Silva *et al.* (2019), identificaram que as crianças das escolas que são fisicamente inativas, apresentaram desempenho inferior em testes motores básicos, reforçando que a omissão compromete a aquisição e o aperfeiçoamento do desenvolvimento motor. Ainda, os autores Martins, Martinez e Guerine (2021), alertam que o desenvolvimento motor está diretamente associado ao ambiente escolar e ao papel do professor de Educação Física, sendo a falta de estímulo nesse contexto um fator de risco para atrasos motores e prejuízos no rendimento escolar.

Segundo Freitas, Rôas e Abreu (2023), estudar a relação entre atividade física regular e desenvolvimento motor infantil é fundamental, pois envolve múltiplas dimensões do crescimento humano e impacta diretamente a saúde pública, a educação e a prática pedagógica em Educação Física. Conforme os autores mencionados, a promoção de hábitos ativos desde a infância é essencial para prevenir o sedentarismo e a obesidade, reduzindo custos com tratamentos e melhorando a qualidade de vida da população. Na área educacional, a atividade física está associada ao desenvolvimento cognitivo, afetivo e social, favorecendo a aprendizagem e a autonomia infantil (SILVA *et al.*, 2019).

Além disso, Costa e Badaró (2021), apontam que o estímulo precoce ao movimento contribui para a aquisição e o aperfeiçoamento das habilidades motoras fundamentais, promovendo benefícios que se estendem para a vida adulta, já para os professores de Educação Física, compreender a relevância do desenvolvimento motor permite estruturar práticas pedagógicas mais eficazes, inclusivas e adaptadas às fases da infância, atuando de forma preventiva e promotora da saúde e do desenvolvimento integral das crianças. Assim, Oliveira e Darido (2012), salientam que a escola é um espaço estratégico para oferecer experiências motoras significativas, especialmente em contextos de vulnerabilidade social, onde pode ser a única fonte de estímulo corporal.

Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo analisar a importância da atividade física na infância com foco no desenvolvimento motor, especificando a relevância da Educação Física no desenvolvimento e desempenho das habilidades motoras fundamentais na infância.

2 MÉTODOS

O estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão de literatura, com o objetivo de reunir e analisar estudos relevantes acerca da atividade física regular no desenvolvimento motor infantil. Foram utilizadas bases de dados eletrônicas como Scielo, Google Acadêmico, Pubmed e Medline, para a busca e seleção dos artigos científicos, com foco para publicações nos idiomas português e inglês, respeitando-se o recorte temporal, compreendido entre as duas últimas décadas.

Como descritores, selecionou-se as seguintes expressões: “atividade física regular”, “exercício físico”, “desenvolvimento motor infantil”, “infância”, e “educação física escolar”, combinados por meio de filtros para ampliar a busca e identificar estudos pertinentes ao tema. A seleção dos estudos seguiu uma triagem sistemática, na qual os artigos duplicados foram removidos, seguida da leitura dos títulos, resumos e textos completos. Assim, consideraram-se para inclusão os estudos que abordem diretamente a prática regular de atividade física e o desenvolvimento motor em crianças de 03 a 12 anos incompletos, incluindo estudos que contemplem crianças pré-escolares e escolares.

Foram excluídas pesquisas, de crianças com diferentes condições de desenvolvimento motor, além de atividades externas, como a participação em escolinhas esportivas e modalidades específicas, inclusive de alto rendimento e áreas de

conhecimento não relacionadas à Educação Física e ao desenvolvimento motor, bem como dissertações, monografias, resumos e textos completos, por não atenderem aos critérios de consistência científica estabelecidos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo de revisão de literatura teve uma análise de 11 estudos com intervenções (primários), por meio de coletas de dados e pesquisas de campo, que investigaram a relação entre a atividade física regular e o desenvolvimento motor infantil. Assim, consideraram-se para inclusão os estudos que abordam diretamente a prática regular de atividade física e o desenvolvimento motor em crianças de 03 a 12 anos incompletos, incluindo pesquisas que contemplam tanto pré-escolares quanto escolares.

Os estudos sobre desenvolvimento motor em crianças utilizaram diferentes metodologias, como o Protocolo de Habilidades Motoras do Estudo de Atividade e Movimento Infantil na Pré-escola (CHAMPS), que avalia habilidades locomotoras e de controle de objetos, e o método *Stimulating and Active Lifestyle Through Physical Education* (SALTO), uma pesquisa desenvolvida na Holanda que investigou a relação entre Educação Física escolar, visando a atividade física diária e comportamento sedentário. Já o *Athletic Skills Track* (AST) foi utilizado na avaliação da competência motora através de sete tarefas motoras fundamentais (equilíbrio, pulo de coelho, salto, andar com mãos e pés, corrida, rolamento e escalada). Outros estudos aplicaram a Escala de Desenvolvimento Motor (EDM) de Rosa Neto (2002).

Além disso, foram utilizados estudos de caso com entrevistas semiestruturadas e questionários como o *Physical Activity Questionnaire for Children* (PAQ-C), usado para avaliar o nível de atividade física habitual de crianças. Bem como avaliações do desenvolvimento motor por meio do *Test of Gross Motor Development – Second Edition* (TGMD-2), que avalia duas grandes áreas do desenvolvimento motor sendo a locomoção e controle de objetos além do *Kör-perkoordinations-test für Kinder* (KTK) que foca na coordenação motora grossa. Foram usados além disso instrumentos associados à mensuração de peso e estatura para cálculo do IMC, como o uso de acelerômetros, fitas métricas, estadiômetro portátil, balança eletrônica portátil e, em alguns casos, testes com imagens.

Os estudos evidenciam determinados estudos evidenciam que a atividade física regular, está diretamente associada ao desenvolvimento motor e à competência motora das crianças, e também que crianças mais habilidosas tendem a ser mais ativas fisicamente. Então, em relação a isso, o estudo de Williams *et al.*, (2008), que o objetivo foi examinar a relação entre o desempenho das habilidades motoras e atividade física em crianças pré-escolares, por meio de coleta de dados semanais por 18 meses em 80 crianças de três anos e 118 de quatro anos. Para avaliar o desempenho motor bruto através do protocolo CHAMPS, verificou-se que as crianças pré-escolares com maior desempenho em habilidades motoras dedicaram 13,4% do tempo diário às atividades físicas moderadas a vigorosas, enquanto aquelas com piores índices apresentaram apenas 11,4%. Essa diferença também se repetiu nas atividades vigorosas, sendo 5% em relação a 3,8%, evidenciando que crianças mais competentes passam mais tempo em movimento intenso. Além disso, crianças situadas no tercil mais alto de habilidades locomotoras passaram significativamente menos tempo em atividades sedentárias do que as dos tercis inferiores, reforçando que o desenvolvimento motor está intimamente ligado ao engajamento em movimento.

Na mesma linha, o estudo de Adank *et al.*, (2018), cujo objetivo foi investigar a associação entre competência motora, atividade física diária e comportamento sedentário de crianças em idade escolar, onde analisaram uma amostra de 595 crianças com idades entre 07 a 11 anos através do método SALTO, identificaram uma associação negativa entre competência motora e comportamento sedentário, além de uma associação positiva com a prática de atividades físicas moderadas a vigorosas. Esse padrão foi ainda mais evidente nos extremos, mostrando que crianças com competência muito baixa ou muito alta apresentaram as maiores diferenças nos níveis de atividade e sedentarismo. Esse resultado dialoga diretamente com o estudo de Williams *et al.*, (2008), reforçando a proposta de que a proficiência motora está diretamente relacionada ao tempo gasto em movimento e à redução de condutas sedentárias, sendo um fator essencial para manter crianças mais ativas e engajadas em atividades diversificadas.

Complementando essa perspectiva, Silva e Alano (2011), desenvolveu um estudo em que o objetivo foi avaliar o desenvolvimento motor de crianças matriculadas em escola pública da rede estadual, sendo avaliadas 160 crianças escolares de 05 a 10 anos, de ambos os sexos, utilizando a EDM. Os autores verificaram que a maior parte das crianças foi classificada no nível “normal médio” (53,1%), seguida de “normal baixo” (20,6%), “normal alto” (10,6%), “inferior” (7,5%), “superior” (3,1%) e apenas 1,9% em

“muito superior”. Esses dados demonstram que, embora a maioria das crianças esteja dentro da normalidade, uma parcela significativa apresenta níveis abaixo do esperado, indicando que intervenções voltadas para o estímulo motor e a prática regular de atividade física podem ser decisivas para a progressão adequada desse desenvolvimento. Quando comparados aos achados de Adank *et al.*, (2018), percebe-se que crianças classificadas em níveis inferiores podem estar mais suscetíveis a comportamentos sedentários, o que reforça a necessidade de estratégias escolares de intervenção precoce.

Em estudo realizado por Farias *et al.*, (2021), buscou-se analisar o impacto do nível de atividade física sobre o desenvolvimento motor de escolares. Avaliou-se 90 escolares de ambos os sexos e constataram que 55,6% foram classificados como suficientemente ativos, enquanto 44,4% foram insuficientemente ativos. Os suficientemente ativos apresentaram resultados significativamente melhores em idade motora geral, motricidade fina, motricidade global, equilíbrio, esquema corporal, organização temporal e quociente motor geral. Já os insuficientemente ativos apresentaram desempenho motor inferior, sendo classificados predominantemente nos níveis muito inferior e inferior. Esses achados corroboram os resultados de Williams *et al.*, (2008) e Adank *et al.*, (2018), ao evidenciarem que crianças mais ativas apresentam níveis mais altos de desenvolvimento motor, enquanto as menos ativas têm prejuízos significativos em diferentes dimensões.

A importância da escola como espaço de promoção da atividade física e do desenvolvimento motor é reforçada pelo estudo de Silva-Lima *et al.*, (2022), o estudo teve como objetivo descrever e analisar o processo de estruturação e implementação de uma lei que inclui a Educação Física como componente curricular obrigatório da Educação Infantil, tratou-se de um estudo de caso descritivo e documental, com entrevistas, questionários a 27 professores de Educação Física e análise de legislação e documentos oficiais. Com a implementação da Educação Física obrigatória na Educação Infantil, por meio da Lei nº 8.392/2009 e da Lei nº 8.992/2011, garantiu a atuação de professores licenciados desde os primeiros anos escolares.

Dessa forma, os autores dos estudos citados, destacaram que a presença do profissional qualificado permite estruturar práticas adequadas à faixa etária, indo além do caráter recreativo e assumindo uma função pedagógica essencial para o desenvolvimento integral. Essa constatação complementa os achados de Farias *et al.*, (2021), mostrando que, além do nível de atividade física, a mediação docente é um fator central para assegurar que todas as crianças tenham acesso a experiências corporais diversificadas e eficazes para o desenvolvimento motor, frisando que a OMS (2024), reforça que em

crianças e adolescentes, a atividade física promove a saúde óssea, estimula o crescimento e o desenvolvimento saudável dos músculos e melhora o desenvolvimento motor e cognitivo, ainda assim, as evidências mostram que 31% dos adultos e 80% dos adolescentes não atingem os níveis recomendados de atividade física.

Dessa forma, observa-se que os diferentes estudos convergem ao apontar que a prática regular de atividade física, associada à intervenção pedagógica qualificada, impacta diretamente no desenvolvimento motor infantil. Enquanto Williams *et al.*, (2008) e Adank *et al.*, (2018) evidenciam que crianças mais habilidosas são mais ativas e menos sedentárias, Silva e Alano (2011) mostram que grande parte das crianças se encontra em níveis médios de desenvolvimento, mas com percentuais relevantes em faixas inferiores que precisam de atenção. Já Farias *et al.*, (2021), confirmam que, no contexto brasileiro, escolares ativos apresentam melhores resultados motores, enquanto Silva-Lima *et al.*, (2022), reforçam que políticas públicas e a presença do professor de Educação Física na Educação Infantil são fundamentais para que essas melhorias ocorram de forma equitativa.

Em relação ao estudo que relaciona a inatividade física ao sobrepeso, obesidade e alterações antropométricas, o estudo de Guilherme *et al.*, (2014), teve como objetivo investigar a associação entre inatividade física e medidas antropométricas em escolares de Paranavaí, no Paraná, envolvendo 566 participantes com idades entre 10 e 14 anos, sendo 287 do sexo masculino e 279 do feminino. A metodologia utilizada foi um inquérito transversal, com aplicação de questionários para mensuração da atividade física semanal, considerando inativos os que praticavam menos de 300 minutos por semana. Além disso, foram coletados dados de IMC e circunferência da cintura. Os resultados mostraram que 56,1% dos adolescentes com excesso de peso eram fisicamente inativos, assim como 52,7% daqueles com circunferência da cintura elevada. Houve associação significativa entre inatividade física e sobrepeso, bem como entre inatividade física e obesidade abdominal. Estes achados corroboram a literatura que aponta a adolescência como período crítico para a consolidação de comportamentos sedentários, os quais, uma vez estabelecidos, tendem a persistir ao longo da vida adulta, aumentando o risco de doenças crônicas não transmissíveis.

De forma complementar, o estudo de Barros *et al.*, (2012), buscou identificar a prevalência e os fatores associados aos baixos níveis de atividade física em crianças pré-escolares de 04 a 06 anos matriculadas em escolas particulares. A amostra foi composta por 265 crianças, das quais 54,3% eram meninas, com idade média de 4,9 anos. A coleta

de dados foi realizada por meio de entrevistas com os pais, considerando baixo nível de atividade física a prática inferior a 60 minutos diários de atividades ao ar livre. Os resultados revelaram que 65,3% das crianças foram classificadas como expostas a baixos níveis de atividade física, evidenciando uma prevalência elevada para esta faixa etária. Além disso, fatores como maior escolaridade paterna, ausência de espaço para brincar em casa e turno escolar vespertino ou integral estiveram associados a menores níveis de atividade física. Em contrapartida, famílias com maior número de filhos apresentaram efeito protetor, com menor probabilidade de crianças inativas. Esses dados reforçam que, em idades precoces, o ambiente familiar e escolar desempenha papel fundamental na promoção ou limitação da atividade física, influenciando diretamente indicadores de saúde futura.

Dessa maneira podemos criar uma relação entre esses dois estudos, onde observou-se que ambos convergem para o reconhecimento da inatividade física como fator de risco importante no desenvolvimento infantil. No entanto, enquanto Guilherme *et al.*, (2014), focaram em dois grupos sendo o de 10 – 12 anos que apresentou maior percentual de inatividade física (59,4%) em relação ao grupo de 13 – 14 anos (40,6%), ou seja, apesar de parecer haver mais inatividade entre os mais jovens, o resultado não permite afirmar com segurança que a idade foi um fator determinante, já Barros *et al.*, (2012), analisou crianças em idade pré-escolar e identificaram a influência de fatores ambientais e socioeconômicos no nível de atividade física. Isso mostra que, em diferentes fases do desenvolvimento, os determinantes do sedentarismo podem variar assim, nos mais novos, prevalecem barreiras estruturais e sociais, já em adolescentes, a própria mudança de estilo de vida e hábitos cotidianos parece ser mais determinante.

Contudo, nem todos os estudos sustentam uma associação direta entre inatividade física e variáveis antropométricas. O estudo de Catenassi *et al.*, (2007), buscou verificar a relação entre o desempenho em tarefas de habilidade motora grossa e o índice de massa corporal em crianças de 04 a 06 anos de idade. A amostra foi composta por 27 crianças, sendo 16 meninos e 11 meninas, com idade média de 5,64 anos. A metodologia incluiu a aplicação de dois testes reconhecidos internacionalmente: TGMD-2, KTK. A partir da pontuação obtida nos dois testes, foi construída uma escala comum e, posteriormente, correlacionada com o IMC das crianças. Os resultados mostraram que não houve correlação significativa entre IMC e habilidades motoras grossas, mesmo em tarefas que exigiam maior demanda física.

Essa ausência de associação direta diverge dos achados de Guilherme *et al.*, (2014), nos quais a inatividade física esteve fortemente ligada ao excesso de peso. Ao mesmo tempo, reforça que, em idades mais baixas, fatores como experiências motoras, oportunidades de prática e ensino podem exercer papel mais relevante no desempenho motor do que o IMC isoladamente. Além disso, sugere que a obesidade ou o sobrepeso nem sempre são determinantes imediatos de déficits motores, sendo possível que crianças acima do peso mantenham habilidades preservadas, dependendo da quantidade e qualidade de estímulos recebidos.

A análise conjunta dos estudos permite observar uma linha de desenvolvimento, sendo que na fase pré-escolar, como visto em Barros *et al.* (2012), o ambiente familiar e escolar é crucial para garantir níveis adequados de atividade física; na adolescência, conforme demonstrado por Guilherme *et al.*, (2014), o comportamento sedentário já apresenta impacto claro sobre indicadores de composição corporal, com risco aumentado de obesidade e adiposidade abdominal; por outro lado, Catenassi *et al.*, (2007), mostram que nem sempre o excesso de peso implica necessariamente em prejuízos motores, ressaltando a complexidade dessa relação.

Essas divergências podem estar ligadas a diferenças metodológicas (questionário autorrelatado versus testes motores), tamanhos amostrais (estudos com centenas de participantes versus apenas 27 crianças) e variáveis consideradas (fatores ambientais e socioeconômicos versus medidas antropométricas ou desempenho motor). No entanto, em conjunto, os achados sugerem que a prevenção da inatividade física deve começar precocemente, com estímulos adequados tanto no ambiente familiar quanto escolar, de forma a evitar que padrões sedentários se consolidem e se traduzam em alterações antropométricas na adolescência e na vida adulta. Nessa perspectiva, fica evidente que a discussão sobre a inatividade física infantil não pode ser reduzida apenas a uma visão biomédica de sobrepeso e obesidade. Ela deve contemplar também fatores sociais, culturais, econômicos e pedagógicos que influenciam diretamente o comportamento motor das crianças.

Sobre desenvolvimento motor infantil destaca a importância de intervenções estruturadas de Educação Física, onde o estudo, de Soares *et al.*, (2015), teve como objetivo avaliar e comparar o desempenho motor de crianças com e sem queixas de dificuldades de aprendizagem após intervenção com aulas de Educação Física direcionadas. Segundo uma metodologia que envolveu 22 crianças entre 07 e 11 anos, divididas em quatro grupos (com e sem dificuldades de aprendizagem, com e sem

intervenção), avaliadas pela EDM. As intervenções consistiram em 12 sessões semanais de práticas motoras em Educação Física, assim verificou-se que entre os resultados, apenas os grupos que participaram da intervenção apresentaram progressos significativos, sendo que as crianças com dificuldades de aprendizagem obtiveram ganhos ainda mais expressivos, alcançando evolução superior a 20% em algumas habilidades. Dessa forma, os autores destacam que a atenção individualizada, a metodologia diferenciada e o caráter lúdico das atividades podem ter sido determinantes para os avanços observados, reforçando o papel da Educação Física no auxílio ao processo de aprendizagem motora.

Complementando o estudo anterior, Silva *et al.*, (2018), onde o objetivo foi verificar a influência das aulas de movimento e expressão corporal na motricidade global e no equilíbrio em crianças de 03 a 05 anos, cuja metodologia foi descritiva, quantitativa e longitudinal, com uma amostra de 42 crianças submetidas a testes e retestes pela EDM. Durante o período, foram aplicadas entre 30 e 32 aulas de movimento e expressão corporal, dependendo da faixa etária. Os resultados mostraram avanço significativo da idade motora inicial para a final, tanto na motricidade global quanto no equilíbrio, com diferenças estatisticamente significativas, de certa forma é válido destacar que a vivência de experiências motoras diversificadas em ambiente escolar, associada ao caráter lúdico das atividades, é fundamental para a maturação das habilidades motoras e pode até antecipar o desenvolvimento esperado para a idade cronológica.

Ambos os estudos ressaltam ganhos consistentes em motricidade global e equilíbrio, ainda que obtidos em fases distintas do desenvolvimento. No estudo de Silva *et al.*, (2018), crianças de 05 anos apresentaram idade motora final de 06 anos e 05 meses, o que representa um avanço superior à própria idade cronológica, confirmando que a estimulação precoce pode acelerar o desenvolvimento motor. Já Soares *et al.*, (2015), observaram que as crianças com dificuldades de aprendizagem apresentaram índices de evolução até sete vezes maiores em variáveis como esquema corporal e rapidez, indicando que populações com atrasos iniciais podem se beneficiar ainda mais das intervenções motoras quando comparadas a crianças com desenvolvimento normal para a idade cronológica.

As implicações práticas desses resultados reforçam que a Educação Física não deve ser considerada apenas como disciplina complementar, mas como parte essencial do processo formativo. O impacto sobre o desenvolvimento motor, equilíbrio e coordenação reflete diretamente em outras dimensões, como a autonomia, a autoconfiança e até mesmo o desempenho acadêmico. O estudo com crianças com dificuldades de aprendizagem

sugere que programas de intervenção motora podem auxiliar indiretamente no processo de leitura e escrita, enquanto o trabalho com a educação infantil evidencia que a oferta precoce de experiências motoras ricas pode prevenir atrasos futuros e potencializar o desenvolvimento global.

A convergência central entre os estudos é o reconhecimento da atividade física estruturada como ferramenta promotora do desenvolvimento motor. Os autores afirmam que crianças, independentemente da presença ou ausência de dificuldades de aprendizagem, respondem positivamente a programas de intervenção bem delineados. Já as diferenças metodológicas como a amostra pequena e caráter exploratório em Soares *et al.*, (2015), em relação a uma amostra maior e abordagem longitudinal em Silva *et al.*, (2018), onde ampliam a compreensão sobre a efetividade de diferentes estratégias pedagógicas.

É válido incluir o estudo de Rodrigues *et al.*, (2013), cujo objetivo foi verificar os efeitos de diferentes contextos escolares no desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais e no crescimento somático de crianças de 04 a 06 anos. A metodologia envolveu 50 crianças, divididas em dois grupos, onde 25 receberam aulas de Educação Física com professor especialista e 25 tiveram atividades motoras ministradas pelo professor da turma. As crianças foram avaliadas no início e no final do ano letivo em aspectos antropométricos, composição corporal, níveis de atividade física e habilidades motoras pelo TGMD-2. Os resultados indicaram que não houve diferenças significativas nos dados somáticos (peso, estatura, IMC e dobras cutâneas), mas as crianças que tiveram aulas com professor especialista apresentaram melhor desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais e mantiveram o nível de atividade física ao longo do ano, enquanto as demais reduziram esse envolvimento. Os autores ressaltam que a atuação do professor de Educação Física é fundamental para promover experiências motoras adequadas e estruturadas, contribuindo não apenas para o desenvolvimento das habilidades, mas também para a manutenção do engajamento em atividades físicas, prevenindo barreiras de proficiência que podem limitar a prática esportiva na adolescência.

Assim, ao integrar os estudos, observa-se que a Educação Física, quando planejada e ministrada de forma qualificada, apresenta impacto positivo significativo no desenvolvimento motor, tanto em crianças com dificuldades de aprendizagem, quanto em crianças da educação infantil e em diferentes contextos escolares. Se por um lado Soares *et al.*, (2015), demonstram que intervenções diferenciadas podem gerar grandes avanços para crianças em defasagem, e Silva *et al.*, (2018), mostram que o estímulo precoce

favorece ganhos acima do esperado para a idade, Rodrigues *et al.*, (2013), reforçam que a presença do professor de Educação Física é determinante para assegurar a qualidade e a continuidade desse processo. Dessa forma, os estudos convergem para a defesa de uma Educação Física escolar ativa, planejada e intencional, essencial para o desenvolvimento integral e sustentável da criança em seus aspectos motores, cognitivos e sociais.

Os achados deste estudo reforçam a relevância da prática regular de atividades físicas no desenvolvimento motor infantil. Todavia, é necessário reconhecer algumas limitações, por não se tratar de uma revisão sistemática com meta-análise, o que reduz a consistência dos resultados. Nesse sentido, recomenda-se que pesquisas futuras ampliem o objetivo metodológico, contemplam diferentes contextos, como ambientes escolares, projetos esportivos e programas de intervenção clínica, diversifiquem as faixas etárias analisadas, bem como realizem revisões sistemáticas com meta-análise, a fim de produzir evidências mais sólidas e abrangentes acerca do tema.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar a importância da atividade física regular no desenvolvimento motor infantil, destacando o papel fundamental da Educação Física e das práticas corporais nesse processo. A partir da revisão de literatura, foi possível constatar que crianças expostas a estímulos motores diversificados apresentam melhores níveis de coordenação, equilíbrio, lateralidade, motricidade global e fina, além de maior engajamento em atividades físicas ao longo da vida.

Verificou-se também que a ausência de prática regular de atividades físicas está associada a atrasos motores, maior tempo em comportamentos sedentários e maior risco de sobrepeso e obesidade, especialmente nessa fase de desenvolvimento que é a infância. Estudos analisados demonstraram ainda que a presença do professor de Educação Física desde os primeiros anos escolares favorece práticas pedagógicas mais estruturadas, inclusivas e eficazes, impactando positivamente a autonomia, a socialização e o desempenho acadêmico das crianças.

De acordo com os resultados, percebeu-se que a atividade física regular é indispensável para o desenvolvimento motor da criança, devendo ser incentivada tanto no ambiente escolar quanto no familiar, com ênfase em estratégias que unam o caráter lúdico ao pedagógico. Dessa forma, além de contribuir para o desenvolvimento motor adequado,

promove-se também saúde, qualidade de vida e prevenção de doenças futuras, consolidando a Educação Física como área essencial na formação e no crescimento saudável das novas gerações.

REFERÊNCIAS

- ADANK, Anoek M., *et al.* Investigando a competência motora em associação com comportamento sedentário e atividade física em crianças de 7 a 11 anos. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Eindhoven, v. 15, n. 11, p. 2470, 5 nov. 2018.
- BARROS, Simone S. H., LOPES, Adair S., BARROS, Mauro V. G. Prevalência de baixo nível de atividade física em crianças pré-escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 14, n. 4, p. 390-400, 2012.
- BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 16 jul. 1990.
- CASPERSEN, Carl. J., POWELL Kenneth E., CHRISTENSON Gregory. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, v.100, n.2, p. 126-131, 1985.
- CATENASSI, Fabrizio Z. *et al.* Relação entre índice de massa corporal e habilidade motora grossa em crianças de quatro a seis anos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Londrina, v. 13, n. 4, p. 227-232, jul./ago. 2007.
- COSTA, Thaís A. F., BADARÓ, Auxiliatrice C. Impacto do uso de tecnologia no desenvolvimento infantil: uma revisão de literatura. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 3, n. 5, p. 234–255, jan./jun. 2021. ISSN 2674-9483.
- FARIAS, Mayara P., *et al.* O impacto do nível de atividade física sobre o desenvolvimento motor infantil. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 29, n. 2, p. 36-44, 2021.
- FREITAS, Vinicius S., RÔAS Yuri A. S., ABREU, José R. G. O papel da atividade física na aprendizagem motora e desenvolvimento infantil. **Revista Dialogia**, 43, 2023.
- GUILHERME, Flávio R., *et al.* Inatividade física e medidas antropométricas em escolares de Paranavaí, Paraná, Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v.

33, n. 1, p. 50-55, 2014.

MARTINS, Maiara S., MARTINES, Victor M. L., GUERINE Renan P. A importância da educação física escolar no desenvolvimento motor e na lateralidade em crianças. **Revista Brasileira de Reabilitação e Atividade Física**, Vitória, v.10 n.1, p. 33-40, jul. 2021.

OLIVEIRA, Márcio A., DARIDO, Suraya C. Educação Física na Educação Infantil: possibilidades e desafios. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 11, n. 2, p. 101-112, 2012.

RODRIGUES, Decio, *et al.* Desenvolvimento motor e crescimento somático de crianças com diferentes contextos no ensino infantil. Motriz: **Revista de Educação Física**, Rio Claro, v. 19, n. 3, Supl., p. S49-S56, jul./set. 2013.

ROSA NETO, Francisco. **Psicomotricidade e desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

SILVA, Cláudio J. K., ALANO, Valéria R. Desenvolvimento motor de crianças com idade entre 5 e 10 anos. **Revista Digital EFDéportes.com**, Buenos Aires, edição 16, n. 163, dez. 2011.

SILVA, Kalinca A., *et al.* Influência das aulas de movimento e expressão corporal na motricidade global e equilíbrio em crianças de 3 a 5 anos do SESC Escola Horto. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, Campo Grande, v. 17, n. 4, p. 205-213, 2018.

SILVA, R. S., *et al.* Relação entre atividade física e desenvolvimento motor em escolares. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 27, n. 2, p. 39-47, 2019.

SILVA-LIMA, Silvia B., *et al.* Educação Física na Educação Infantil em Maringá-PR: construção e implementação de uma política pública educacional. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 33, e3336, 2022.

SOARES, Daniela B., *et al.* Influência da atividade física no desempenho motor de crianças com queixas de dificuldades de aprendizagem. **Revista CEFAC**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 1132-1142, jul./ago. 2015.

WHO. Physical activity. Geneva: **World Health Organization**, 2024.

WILLIAMS, Harriet G., *et al.* Desempenho de habilidades motoras e atividade física em crianças pré-escolares. **Obesity**, Silver Spring, v. 16, n. 6, p. 1421-1426, jun. 2008.