

# **Guia 1**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - LICENCIATURA**

**RAIMUNDO LUÍS FERREIRA DA SILVA NETO**

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA  
PEDAGÓGICA PARA A PREVENÇÃO DE DESAFIOS ONLINE PERIGOSOS**

**RECIFE**

**2025**

RAIMUNDO LUÍS FERREIRA DA SILVA NETO

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA  
PEDAGÓGICA PARA A PREVENÇÃO DE DESAFIOS ONLINE PERIGOSOS**

Trabalho de conclusão de curso (TCC) apresentado ao Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador(a): Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Verônica Toledo Saldanha

RECIFE

2025

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Neto, Raimundo Luís Ferreira da Silva.

Práticas corporais de aventura como estratégia pedagógica para a prevenção  
de desafios online perigosos / Raimundo Luís Ferreira da Silva Neto. - Recife,  
2025.

36 p.

Orientador(a): Verônica Toledo Saldanha  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de  
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Licenciatura,  
2025.

Inclui referências.

1. Práticas Corporais de Aventura. 2. Estratégia Pedagógica. 3. Educação  
Física Escolar. 4. Desafios Online Perigosos. 5. Percepção de Risco. 6. Crianças e  
Adolescentes. I. Saldanha, Verônica Toledo. (Orientação). II. Título.

370 CDD (22.ed.)

RAIMUNDO LUÍS FERREIRA DA SILVA NETO

**PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA COMO ESTRATÉGIA  
PEDAGÓGICA PARA A PREVENÇÃO A DESAFIOS ONLINE PERIGOSOS**

Trabalho de conclusão de curso (TCC) apresentado ao Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Recife, 05 de Dezembro de 2025.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Verônica Toledo Saldanha  
UFPE  
(Orientadora)

---

Prof. Dr. Renato Machado Saldanha  
UFPE

---

Prof.<sup>a</sup> Me.<sup>a</sup> Lívia Maria de Lima Leoncio  
UFPE

Em memória de Jobson Carvalho, um amigo do tempo de escola que teve sua vida ceifada por desafios online perigosos. Que ele descanse em paz. Que este trabalho sirva de alerta para a importância das Práticas Corporais de Aventura no âmbito escolar e para que sua história seja inspiração e lição a crianças, adolescentes e jovens, no sentido de se atentarem aos riscos e limites do próprio corpo diante de situações de perigo do cotidiano e dos ambientes digitais.

## **AGRADECIMENTOS**

Dedico este trabalho aos meus amigos, Gabriel Henrique que me fez entender desde sempre o que é amizade e foi com a ajuda dele que fortaleci meu senso crítico que foi fundamental para a minha vida pessoal e acadêmica através das nossas conversas e diálogos, a Renan Araujo e a Matheus Vieira que me ajudaram na conclusão deste trabalho, com o auxílio deles consegui tranquilizar minha mente e pensar com mais clareza o que deveria fazer passo a passo para concluir.

A Doutora Verônica que me fez enxergar o quão belo são as Práticas Corporais de Aventura e que foi a partir de sua disciplina que descobri onde está o verdadeiro e saudável prazer da vida, a Doutora Thaynan Raquel que me elucidou e me guiou para a construção do tema deste trabalho, a Mestre Lívia Maria que me ajudou na conclusão deste trabalho, bem como todos os outros demais professores que fazem parte da minha história e ajudaram a construir quem sou hoje.

A minha família, que foram cruciais para o meu desenvolvimento pessoal e acadêmico, foram meu apoio emocional por todos esses meus anos de graduação. E por isso dedico a minha mãe Maria Zélia que foi meu apoio emocional em todos os momentos, incluindo os mais difíceis, ao meu Pai Rivelino Ferreira que me ajudou sempre que era necessário se sacrificando e me levando na universidade para que eu não perdesse aulas, ao meu tio André Ferreira que me ajudou e sempre estimulou meus estudos e por isso sou muito grato! As minhas avós Tânia Maria e Maria Zeza que são as minhas jóias vivas nesse mundo, a minha cachorrinha Belinha que sempre esteve comigo também nos momentos de aperto.

E dedico este TCC e a minha conclusão desse curso a Deus, onde sempre e em todos os momentos esteve comigo nos piores e melhores momentos e a mim mesmo, fui forte e sempre batalhei pelos meus princípios e ideias, não abaixei a minha cabeça perante a injustiças e falsidades, fui eu mesmo do começo ao fim e também me amadureci muito como pessoa, atleta, profissional e estudante.

SILVA NETO, Raimundo Luís Ferreira da. Práticas corporais de aventura como estratégia pedagógica para a prevenção de desafios online perigosos. 2025. 35 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física - Licenciatura, Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2025.

## RESUMO

**Introdução:** Este estudo, baseado em revisão bibliográfica, analisa como as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) podem atuar como estratégia pedagógica para a prevenção a desafios online perigosos e para o desenvolvimento da percepção de risco e limites em crianças e adolescentes. O aumento do tempo de tela e a circulação de desafios digitais reforçam a necessidade de ações escolares que dialoguem com demandas juvenis de pertencimento e busca por desafios.

**Objetivos:** Compreender como as PCAs, ao trabalharem o risco real e orientado, podem se constituir como alternativa educativa aos riscos simbólicos e perigosos presentes na internet. **Método:** Revisão bibliográfica qualitativa, exploratória e descritiva, reunindo estudos sobre PCAs, riscos digitais e percepção de risco publicados entre 1992 e 2024, incluindo autores como Le Breton (2009) e dados do NIC.br (2024). **Resultados esperados:** Indicam que, enquanto desafios online exploram vulnerabilidades emocionais e sociais, as PCAs favorecem autonomia, responsabilidade e tomada de decisão em situações de risco orientado, fortalecendo também a autoestima. Além disso, apresentam-se como prática alinhada à Competência Geral 10 da BNCC, ao promover autogestão emocional e decisões conscientes. **Conclusão:** As Práticas Corporais de Aventura configuraram uma alternativa pedagógica relevante para aprimorar a percepção de risco e a postura crítica dos estudantes, contribuindo para a prevenção diante dos perigos da cultura digital.

**Palavras-chave:** Práticas Corporais de Aventura; Riscos Digitais; Percepção de Risco; Educação Física Escolar; Autonomia.

## ABSTRACT

**Introduction:** This study, based on a literature review, examines how Adventure Body Practices (PCA) can function as a pedagogical strategy for preventing dangerous online challenges and for developing risk perception and personal limits among children and adolescents. The increased screen exposure and circulation of harmful digital challenges highlight the need for school actions that address youths' demands for belonging and the search for challenges. **Objectives:** To understand how PCAs, by working with real and guided risk, can serve as an educational alternative to the symbolic and dangerous risks present on the internet. **Method:** A qualitative, exploratory, and descriptive literature review was conducted, gathering studies on PCAs, digital risks, and risk perception published between 1992 and 2024, including authors such as Le Breton (2009) and data from NIC.br (2024). **Expected Results:** Findings indicate that, while online challenges exploit emotional and social vulnerabilities, PCAs support the development of autonomy, responsibility, self-care, and decision-making in guided risk situations, also contributing to self-esteem. They are also aligned with General Competence 10 of the Brazilian National Common Curricular Base (BNCC), which promotes emotional self-management and conscious decision-making. **Conclusion:** Adventure Body Practices represent a relevant pedagogical alternative for strengthening students' risk perception and critical awareness, contributing to preventive actions regarding the dangers of digital culture.

**Keywords:** Adventure Body Practices; Digital Risks; Risk Perception; School Physical Education; Autonomy.

---

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	9
<b>2 OBJETIVOS.....</b>	12
2.1 GERAL.....	12
2.2 ESPECÍFICO.....	12
<b>3 METODOLOGIA.....</b>	13
3.1 TIPO DE ESTUDO.....	13
3.2 ESTRATÉGIAS DE BUSCA.....	13
3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	14
3.4 PROCESSO DE SELEÇÃO DOS ESTUDOS.....	15
3.5 ANÁLISE E SÍNTESE DOS ESTUDOS.....	15
<b>4 REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	17
4.1 BASE TEÓRICA DAS PRÁTICAS CORPORais DE AVENTURA.....	17
4.2 VULNERABILIDADES NOS DESAFIOS ONLINE PERIGOSOS.....	21
4.3 O DESENVOLVIMENTO DE RISCO, LIMITES E AUTONOMIA.....	24
<b>5 RESULTADOS.....</b>	28
5.1 A CANALIZAÇÃO DO RISCO E A VIABILIDADE PEDAGÓGICA.....	28
5.2 SÍNTESE DOS ACHADOS E LACUNA DA PESQUISA.....	30
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	32
<b>7. REFERÊNCIAS.....</b>	34

## 1. INTRODUÇÃO

As Práticas Corporais de Aventura (PCA) são entendidas como práticas que envolvem desafios corporais realizados em ambientes naturais, por meio da interação com a natureza como em trilhas, escaladas e canoagem ou em ambientes adaptados ou urbanos, com situações de imprevisibilidade e risco orientado que simulam desafios reais, como circuitos, percursos e atividades de orientação. Essas práticas têm se fortalecido como uma proposta pedagógica que auxilia crianças e adolescentes a desenvolverem a percepção de risco e a compreensão dos próprios limites no contexto escolar, priorizando vivências, superação pessoal, cooperação, autonomia e autocuidado. Esse tipo de prática ganha ainda mais importância no cenário atual, em que o tempo excessivo nas telas e a circulação de desafios online perigosos se tornaram parte do cotidiano dos jovens.

De acordo com Le Breton (2009), experiências que envolvem risco controlado permitem ao sujeito testar limites, construir identidade e atribuir significado às próprias ações, tornando essas vivências especialmente valiosas no desenvolvimento de crianças e adolescentes por meio de práticas corporais planejadas e acompanhadas pelo professor, contribuindo para compreender a atração de crianças e adolescentes por situações de desafio e reforçando a importância da escola ao trabalhar o risco de forma orientada e pedagógica. Ao vivenciar situações de aventura, os estudantes precisam tomar decisões, lidar com obstáculos e agir com responsabilidade, além de desenvolver aspectos motores, cognitivos, sociais e emocionais, por meio de experiências que envolvem movimento, reflexão e cooperação.

Desde 2017, com a inclusão das Práticas Corporais de Aventura na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), essas práticas passaram a compor oficialmente os conteúdos da Educação Física, favorecendo a autonomia, o cuidado com o ambiente e a capacidade de analisar situações de risco, aspectos essenciais para a formação integral dos estudantes (BRASIL, 2017).

Embora sejam mais comuns nos anos finais do Ensino Fundamental, Inácio (2021) aponta que as PCAs também podem ser trabalhadas nos anos iniciais, desde

que adaptadas às características das faixas etárias. Miranda (2023) destaca que essas práticas possibilitam conexões interdisciplinares, especialmente com Ciências e Geografia, enquanto Tahara e Darido (2016) ressaltam o potencial pedagógico das PCAs para ampliar experiências corporais significativas no contexto escolar.

De acordo com Bracht (2001), a escola precisa oferecer vivências corporais variadas, capazes de aproximar os estudantes de suas emoções, de seus processos de tomada de decisão e das relações sociais que fazem parte do seu cotidiano. Nesse sentido, as PCAs se mostram uma possibilidade pedagógica consistente, pois envolvem desafios, cooperação e superação em situações nas quais o risco é planejado e acompanhado. Assim, essas experiências favorecem aprendizagens reais e fortalecem a relação dos estudantes com o corpo e com o ambiente ao redor (BRACHT, 2001; COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Ao mesmo tempo, observa-se um aumento preocupante no número de desafios online perigosos que circulam principalmente pelas redes sociais e atingem crianças e adolescentes, muitos jovens se envolvem nesses conteúdos buscando emoção, reconhecimento ou pertencimento, o que pode resultar em acidentes graves e até fatalidades. A curiosidade típica dessa fase da vida, o uso constante das telas e a falta de orientação sobre riscos digitais tornam esse cenário ainda mais delicado (DESLANDES; COUTINHO, 2022; INSTITUTO DIMICUIDA, 2022). Casos amplamente divulgados, como o “Baleia Azul” e o “Blackout Challenge”, mostram a necessidade de que o assunto seja discutido no ambiente escolar (Deslandes; Coutinho, 2022). De forma geral, o “Baleia Azul” esteve associado a uma sequência de tarefas progressivas que envolviam práticas autolesivas e escalada de risco, enquanto o “Blackout Challenge” refere-se a desafios de asfixia ou privação de oxigênio, com potencial de desmaio, lesões graves e morte, o que reforça a gravidade desse tipo de conteúdo entre crianças e adolescentes.

Dados produzidos pelo Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br), responsável por reunir e divulgar indicadores sobre o uso da internet no Brasil no âmbito do Comitê Gestor da Internet (CGI.br), mostram que crianças e adolescentes continuam expostos a diferentes riscos digitais, o que torna essa

discussão ainda mais urgente (NIC.br, 2024). Neste trabalho, foi empregado a expressão “desafios online perigosos”, esta expressão foi utilizada como uma síntese dos conceitos encontrados na literatura consultada. Estudos como os de Deslandes e Coutinho (2022) e do Instituto DimiCuida (2022) utilizam expressões como “brincadeiras perigosas” e “desafios online” para se referirem a práticas disseminadas no ambiente digital que envolvem comportamentos de risco em crianças e adolescentes. Relatórios do NIC.br (2024) também apontam que esses conteúdos estão associados à exposição a riscos digitais, especialmente em contextos de uso intenso das redes sociais, além disso, pesquisas sobre tempo de tela e saúde mental indicam que a vulnerabilidade emocional pode intensificar a adesão a esse tipo de prática (ANDRADE et al., 2022; SANTOS et al., 2023). Dessa forma, optou-se pelo uso do termo “desafios online perigosos” por seu caráter descriptivo e didático, permitindo reunir diferentes abordagens que tratam de práticas digitais potencialmente prejudiciais, envolvendo riscos físicos, psicológicos e sociais, sobretudo entre crianças e adolescentes.

Diante desse contexto, as Práticas Corporais de Aventura aparecem também como uma alternativa segura que pode ajudar a escola a lidar com essas questões de forma mais direta e ampla, em virtude de aos alunos participarem dessas práticas, os estudantes aprendem a pensar sobre as escolhas que fazem, a reconhecer seus limites e a lidar com situações que exigem responsabilidade e atenção, essas atividades também podem contribuir para diminuir o tempo excessivo nas telas, aproximando os jovens de experiências reais e de interações em grupo.

A escola, diante da crescente exposição dos estudantes a conteúdos nocivos na internet, precisa encontrar maneiras de dialogar com essa realidade, a aprendizagem se torna mais significativa quando o aluno comprehende a utilidade do que está estudando e consegue relacionar isso ao seu cotidiano, a partir disso, as PCAs apresentam-se como uma proposta pedagógica importante, pois estimulam autonomia, senso crítico, autoestima, percepção de risco e compreensão de limites, pois ao serem organizadas de forma orientada, essas práticas podem auxiliar na prevenção de comportamentos perigosos incentivados e disseminados nas redes sociais e assim promover vivências mais saudáveis e reflexivas no ambiente escolar.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo Geral

- Investigar a contribuição das Práticas Corporais de Aventura como estratégia pedagógica na prevenção a desafios online perigosos e na promoção da percepção de risco e limites em crianças e adolescentes.

### 2.2 Objetivos Específicos

- Compreender os fatores psicológicos, sociais e digitais que motivam os jovens a participarem de desafios online perigosos;
- Analisar de que maneiras as Práticas Corporais de Aventura atendem às necessidades dos jovens por desafios, risco e afirmação de identidade;
- Identificar a percepção de risco e de limites como competência a ser desenvolvida no contexto escolar;
- Apontar estratégias pedagógicas para a inserção das Práticas Corporais de Aventura como medida preventiva aos riscos digitais;

### **3. METODOLOGIA**

#### **3.1 TIPO DE ESTUDO**

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa, sendo desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica. O trabalho reuniu e interpretou produções acadêmicas e documentos oficiais que tratam das Práticas Corporais de Aventura (PCAs), dos desafios online perigosos e da percepção de risco e limites em crianças e adolescentes. A partir desse levantamento, buscou-se compreender de que maneira essas práticas podem contribuir para ações educativas de prevenção no contexto escolar.

A pesquisa articulou dois campos teóricos principais: o das Práticas Corporais de Aventura, associadas ao desenvolvimento da percepção de risco e limites, e o dos riscos digitais e desafios online, de modo a identificar relações possíveis entre esses campos no âmbito da Educação Física escolar, sem a pretensão de estabelecer relações causais diretas.

A escolha pela revisão bibliográfica justificou-se pela necessidade de reunir e analisar criticamente o que diferentes autores e documentos vêm discutindo sobre o tema. O levantamento realizado permitiu identificar pontos de aproximação, diferenças e lacunas na literatura, organizando um conjunto de ideias que fundamenta as reflexões apresentadas na Revisão de Literatura deste trabalho.

#### **3.2 CORPUS DA PESQUISA E ESTRATÉGIAS DE BUSCA**

O levantamento do material teórico envolveu artigos científicos e documentos institucionais que dialogam, de forma direta ou indireta, com os seguintes eixos: (a) Práticas Corporais de Aventura na Educação Física escolar; (b) desafios online perigosos e riscos digitais para crianças e adolescentes; (c) percepção de risco, limites e vulnerabilidades na juventude; e (d) orientações da BNCC e de autores da Educação Física crítica acerca do papel da escola na formação integral.

Para reunir esse conjunto de materiais, foram consultadas diferentes bases e repositórios acadêmicos, como SciELO, Google Acadêmico e Periódicos CAPES, além de bancos institucionais e documentos oficiais, incluindo a Base Nacional Comum Curricular e publicações de organizações que tratam da prevenção de riscos digitais, como o Instituto DimiCuida e o NIC.br.

A busca pelos textos foi realizada com o uso de palavras-chave relacionadas ao tema, como “práticas corporais de aventura”, “esportes de aventura”, “desafios online perigosos”, “riscos digitais”, “adolescentes”, “percepção de risco” e “educação física escolar”. Esses termos puderam ser ajustados ao longo do processo, conforme a necessidade.

As buscas foram realizadas entre abril e novembro de 2025. Os materiais selecionados foram organizados e analisados conforme os critérios definidos, possibilitando a triagem do corpus e a posterior categorização temática dos estudos.

### 3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Para a definição do corpus desta revisão, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão, sendo considerados para análise os textos que:

- (a) abordem crianças e/ou adolescentes em contexto escolar ou em faixa etária próxima à escolar;
- (b) discutam as Práticas Corporais de Aventura em sua dimensão pedagógica, com ênfase na Educação Física;
- (c) tratem de desafios online perigosos, comportamentos de risco no ambiente digital ou vulnerabilidades de crianças e adolescentes nas redes;
- (d) estejam disponíveis na íntegra em português, espanhol ou inglês; e
- (e) tenham sido publicados, preferencialmente, a partir de 2010, período em que os desafios online e o uso intenso das redes sociais passaram a receber maior evidência.

Foram excluídos materiais que:

- (a) tratem exclusivamente de esportes de aventura vinculados ao turismo ou ao alto rendimento, sem relação com o contexto escolar;

(b) abordem riscos digitais apenas em populações adultas, sem recorte específico para crianças ou adolescentes;

(c) se restrinjam a resumos, notas técnicas sem aprofundamento teórico ou conteúdos que não apresentem claramente autoria e data de publicação.

### 3.4 PROCESSO DE SELEÇÃO DOS ESTUDOS

A seleção dos estudos foi realizada em etapas sucessivas. Inicialmente, os termos definidos para a pesquisa foram aplicados nas bases escolhidas, sendo realizada uma leitura exploratória dos títulos e resumos com o objetivo de identificar materiais relacionados ao tema e compatíveis com os critérios estabelecidos.

Na etapa seguinte, os textos selecionados passaram por uma leitura analítica mais aprofundada, voltada à identificação de contribuições relevantes para a compreensão das Práticas Corporais de Aventura, dos desafios online perigosos e da percepção de risco e limites em crianças e adolescentes. Esse processo permitiu refinar o corpus da pesquisa e selecionar os estudos que fundamentaram a análise apresentada nos capítulos seguintes.

### 3.5 ANÁLISE E SÍNTESE DOS ESTUDOS

A análise foi conduzida por meio de uma leitura criteriosa dos textos selecionados, buscando identificar ideias centrais relacionadas aos objetivos da pesquisa. Essas informações foram organizadas em categorias temáticas que permitiram a compreender aproximações e diferenças entre os estudos.

Inicialmente, foram consideradas categorias como “Práticas Corporais de Aventura na escola”, “desafios online perigosos”, “percepção de risco e limites”, “autonomia na adolescência” e “Educação Física e BNCC”. Durante o processo de leitura, outras subcategorias emergiram, especialmente relacionadas à pressão de pares, ao pertencimento, à exposição às telas e às possibilidades de intervenção pedagógica.

Os resultados foram apresentados de modo a evidenciar como os autores tratam o potencial educativo das PCAs e as explicações para a participação de jovens em desafios online perigosos.

Por se tratar de uma pesquisa de natureza bibliográfica, o estudo não envolveu a participação direta de sujeitos. Ainda assim, foram respeitados os princípios éticos da produção científica, com a correta indicação das fontes consultadas e o uso responsável das informações analisadas.

## 4. REVISÃO DE LITERATURA

### 4.1 BASE TEÓRICA DAS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA

As Práticas Corporais de Aventura (PCA) não nasceram no espaço escolar, inicialmente elas se desenvolveram em outros contextos sociais, ligados sobretudo ao lazer, ao turismo e à relação do ser humano com a natureza. Assim, atividades como escalada, trilhas, canoagem, arvorismo, rapel, surf e diferentes esportes em ambientes naturais foram, durante muito tempo, associadas a grupos com maior poder aquisitivo, tanto pelo custo dos equipamentos e pela dificuldade de acesso a eles, quanto pela existência de espaços e estruturas considerados elitizados, com o passar dos anos, essas práticas foram se disseminando, alcançando um público mais amplo e se aproximando gradativamente do contexto educativo, abrindo caminho para sua inserção na escola com um propósito formativo.

Le Breton (2009) destaca que o sujeito recorre a condutas tidas como arriscadas para construir identidade e atribuir significados a si mesmo e ao mundo. Para o autor, a aventura não se limita à ideia de ameaça, ela aparece também como oportunidade de experimentar limites, emoções intensas e sentimentos de pertencimento. Ao enfrentar situações de desafio, o indivíduo coloca à prova o corpo, os limites pessoais e a relação com o ambiente, essa perspectiva ajuda a compreender o interesse do campo educacional pelas práticas de aventura, uma vez que essas vivências, quando planejadas e orientadas, podem ser organizadas como experiências de aprendizagem seguras.

A partir das décadas de 1980 e 1990, o debate sobre a cultura corporal ampliou o entendimento do que poderia ser trabalhado nas aulas de Educação Física. Nessa perspectiva, a cultura corporal também favorece o desenvolvimento da consciência corporal, entendida como a capacidade do sujeito perceber o próprio corpo em movimento, reconhecer sensações, limites e possibilidades de ação, o que dialoga diretamente com as vivências propostas pelas Práticas Corporais de Aventura, especialmente no que se refere à percepção de risco e à tomada de decisões corporais conscientes (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Autores como o Coletivo de Autores (1992) e Bracht (2001) criticam a ideia de que a disciplina deve se limitar aos esportes tradicionais ou ao foco no rendimento. Para eles, a escola precisa oferecer experiências corporais variadas, relacionadas à cultura, ao lazer, à saúde e ao desenvolvimento crítico dos estudantes. Dessa forma, a Educação Física passa a ser vista como um componente importante para a formação integral de crianças e adolescentes, ao lidar pedagogicamente com diferentes formas de expressão corporal e não apenas com desempenho esportivo (BRACHT, 2001; COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Nesse contexto, as Práticas Corporais de Aventura passam a ser reconhecidas como parte de um repertório ampliado de conteúdos, contribuindo para a discussão sobre a diferença entre “Esporte na Escola” e “Esporte da Escola”, distinção aprofundada por Bracht (2001). As PCAs se aproximam do Esporte da Escola porque podem ser organizadas a partir da realidade e das necessidades dos estudantes, valorizando aspectos como cooperação, tomada de decisão e percepção de risco. Dessa forma, transcendem o foco técnico e competitivo do esporte tradicional e se alinham aos princípios de formação integral presentes na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2017).

A BNCC reforça esse entendimento ao incluir as práticas corporais de aventura como uma das unidades temáticas da Educação Física no Ensino Fundamental. Nesse contexto, a inserção das Práticas Corporais de Aventura na Base Nacional Comum Curricular representa um avanço importante para a Educação Física escolar, pois reconhece e legitima práticas que contribuem para a formação integral dos estudantes, ao favorecer a autonomia, o autocuidado, a percepção de risco e a tomada de decisões de forma orientada e pedagógica. A BNCC orienta que essas práticas envolvam situações de imprevisibilidade e risco controlado, nas quais os estudantes interajam com o ambiente natural ou urbano, a partir dessa orientação, as Práticas Corporais de Aventura podem ser organizadas, no contexto escolar em diferentes classificações, o que auxilia o professor na escolha das atividades conforme a faixa etária, os objetivos pedagógicos e as condições da escola. Entre as classificações mais recorrentes estão as práticas realizadas na natureza, as práticas urbanas e as práticas corporais de aventura.

adaptadas, as quais contribuem para o desenvolvimento de procedimentos de segurança, responsabilidade e cooperação. Ao reconhecer oficialmente as PCAs como conteúdo escolar, a BNCC legitima o trabalho pedagógico com experiências de risco orientado na escola, o que, na prática pedagógica, amplia as possibilidades de intervenção da Educação Física para além do esporte tradicional.

As Práticas Corporais de Aventura na natureza envolvem atividades realizadas em ambientes naturais, como trilhas, percursos de orientação, Trekking Escolar que é uma prática corporal de aventura adaptada ao contexto educativo, que consiste em caminhadas orientadas e planejadas, realizadas em ambientes naturais ou urbanos, com percursos previamente definidos pelo professor. Diferentemente do trekking turístico ou esportivo, seu foco não é o desempenho físico, mas o processo pedagógico, podendo ocorrer em espaços próximos à escola ou em áreas verdes acessíveis. Essas práticas enfatizam o contato com o meio ambiente, o domínio progressivo do corpo e a gestão do risco de forma orientada, favorecendo o desenvolvimento da autonomia, da cooperação e da percepção de limites (INÁCIO, 2021; MIRANDA, 2023).

Já as Práticas Corporais de Aventura urbanas são aquelas realizadas em ambientes construídos, como praças, quadras, pátios escolares e outros espaços da cidade. Exemplos incluem atividades inspiradas no parkour, skate e percursos motores adaptados, que possibilitam aos estudantes explorar o espaço urbano com responsabilidade, atenção e controle corporal, destacando a importância da tomada de decisão, do autocontrole emocional e da consciência dos riscos envolvidos, aspectos que dialogam diretamente com a formação para escolhas responsáveis no cotidiano.

Além dessas, destacam-se as Práticas Corporais de Aventura adaptadas, que consistem na adequação de atividades tradicionalmente associadas à aventura para a realidade da escola, especialmente da escola pública. Exemplos incluem a travessia em corda baixa, circuitos de equilíbrio e o bouldering escolar, que é uma forma de escalada em parede baixa, geralmente vertical ou levemente inclinada, realizada sem cordas, com altura reduzida e proteção no solo (colchonetes). Essas adaptações permitem trabalhar o risco de forma controlada, segura e pedagógica,

sem demandar equipamentos complexos ou alto custo, fortalecendo a autonomia com segurança, a cooperação e o apoio mútuo entre os estudantes (INÁCIO, 2021).

A partir dessa legitimação, diversas pesquisas brasileiras passaram a aprofundar o estudo das PCAs no contexto escolar, contribuindo para a sua organização e expansão na Educação Física. Darido e Tahara (2016) discutem o potencial dessas práticas para o desenvolvimento de autonomia, cooperação, responsabilidade e tomada de decisão. Freitas et al. (2016) analisam a implementação de programas de PCAs em escolas e identificam ganhos relacionados à autoestima, à socialização e ao engajamento dos estudantes. Já Inácio (2021) propõe uma classificação das Práticas Corporais de Aventura voltada ao ensino, facilitando a organização de conteúdos e a adaptação das experiências às diferentes faixas etárias.

Esses estudos contribuem para superar a ideia de que as PCAs seriam apenas atividades “radicais”, mostrando que podem ser planejadas como experiências integradoras, formativas, significativas e educativas, com risco orientado e controlado, esse movimento teórico e prático favoreceu a inclusão das PCAs como conteúdo estruturado na BNCC e consolidou sua legitimidade no currículo da Educação Física. Assim, a trajetória dessas práticas revela um deslocamento de atividades restritas a determinados grupos sociais para ferramentas pedagógicas potentes, capazes de dialogar com o cotidiano dos estudantes e de colaborar com a formação integral, crítica e significativa no contexto escolar.

## 4.2 VULNERABILIDADES NOS DESAFIOS ONLINE PERIGOSOS

Os Desafios Online Perigosos ganharam grande visibilidade nos últimos anos e se configuram como um fenômeno que afeta especialmente crianças e adolescentes. Esse público apresenta maior vulnerabilidade aos riscos digitais em razão da imaturidade na avaliação de riscos e limites, o que favorece a adesão a propostas perigosas. Dados recentes do relatório TIC Kids Online Brasil 2024 indicam que 93% da população de 9 a 17 anos utiliza internet no Brasil e que 88% dessa faixa etária possui perfis ativos em redes sociais (NIC.br, 2024), o TIC Kids Online Brasil é uma pesquisa nacional realizada pelo Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br), que investiga o acesso, o uso e os riscos associados à internet entre crianças e adolescentes no país, evidenciando a forte presença dos ambientes digitais no cotidiano juvenil.

É justamente nas redes sociais, plataformas de vídeos curtos e aplicativos de comunicação que circulam conteúdos que incentivam práticas de risco extremo, automutilação, sufocamento, ingestão de substâncias nocivas, entre outras condutas capazes de gerar danos físicos graves, impactos psicológicos profundos e até fatais. Esse cenário revela uma cultura digital marcada pelo imediatismo, pela busca de visibilidade e pela necessidade de pertencimento em comunidades virtuais.

Diversos autores, como Deslandes e Coutinho (2022), Santos et al. (2023), o Instituto DimiCuida (2022) apontam que a participação de jovens em Desafios Online Perigosos não acontece apenas por impulsividade ou curiosidade. Na verdade, ela costuma envolver um conjunto de fatores emocionais, sociais e até tecnológicos. Em muitos casos, esses desafios aparecem como forma de autoexposição, tentativa de ganhar reconhecimento ou resposta à pressão entre pares, uma pressão gerada por colegas, já que vários adolescentes sentem necessidade de se encaixar a algum grupo para evitar críticas ou exclusão, essa participação pode surgir de incentivos, ameaças, provocações, chantagens emocionais e comparações, mas também pode estar ligada a momentos de fragilidade emocional. A busca por curtidas, seguidores e atenção nas redes

sociais que acaba ampliando tudo isso, fazendo com que práticas arriscadas pareçam oportunidades de ganhar visibilidade e atenção (DESLANDES; COUTINHO, 2022; INSTITUTO DIMICUIDA, 2022).

Nesse contexto, a curiosidade, a impulsividade e a ausência de mediação digital adequada potencializam a participação de crianças e adolescentes em comportamentos perigosos. Os Desafios Online Perigosos apresentam um caráter ambíguo pois são frequentemente apresentados como “brincadeiras”, mas podem ter desfechos trágicos, especialmente entre jovens que têm dificuldade de avaliar riscos complexos ou que buscam validação social em ambientes digitais.

Pesquisas recentes mostram que o aumento do tempo de tela está relacionado a níveis maiores de ansiedade, depressão, impulsividade e baixa autoestima entre crianças e adolescentes (ANDRADE et al., 2022; SANTOS et al., 2023). Esses fatores acabam deixando os jovens mais vulneráveis a conteúdos perigosos, já que muitos recorrem às redes sociais para se sentir capazes, testar limites ou tentar se encaixar em algum grupo. Nesse movimento, acabam participando de desafios sem ter noção real dos riscos e das possíveis consequências. A saúde mental se torna um ponto central nessa discussão, pois a adolescência é um período marcado por mudanças intensas, inseguranças e pela necessidade de aceitação, o que abre espaço para comportamentos de risco no ambiente virtual.

Deslandes e Coutinho (2022) ressaltam que a ausência de mediação crítica, a falta de supervisão adulta, conflitos familiares e experiências de isolamento social ampliam o risco de envolvimento com práticas perigosas na internet. Não se trata apenas de sofrimento psicológico individual, mas de um contexto social e familiar que influencia diretamente a vida mental dos jovens. Em ambientes digitais marcados por algoritmos que privilegiam engajamento, conteúdos perigosos podem ser facilmente acessados, disseminados, normalizados e até incentivados, reforçando a exposição dos adolescentes a desafios que colocam sua integridade em risco (DESLANDES; COUTINHO, 2022).

No contexto brasileiro, instituições como o Instituto DimiCuida (2022) têm reforçado a importância de que a escola assuma um papel ativo na prevenção desse tipo de comportamento, elas destacam que o espaço escolar é um local importante para conversar sobre segurança digital, pressão dos colegas e influência das redes sociais, além de ajudar no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, quando esses diálogos não acontecem, muitos estudantes acabam buscando experiências de risco apenas no ambiente virtual, sem ter apoio ou orientação adequada para compreender os perigos envolvidos.

Casos amplamente divulgados pela mídia, como o “Baleia Azul”, o “Blackout Challenge” e outros desafios, mostram que os Desafios Online Perigosos não são episódios isolados, mas parte de um fenômeno mais amplo que envolve cultura digital, fragilidades emocionais e falta de percepção de risco e limites por parte de crianças e adolescentes, esses episódios revelam que muitos jovens ainda possuem dificuldades de diferenciar risco real de risco simbólico, o que reforça a importância de ações educativas que desenvolvam senso crítico, autonomia e capacidade de se afastar de riscos, lidar com limites e pressões do cotidiano, tanto na escola quanto na família e em outros contextos sociais.

#### 4.3 O DESENVOLVIMENTO DE RISCO, LIMITES E AUTONOMIA

A exposição de crianças e adolescentes aos riscos digitais é constante e faz parte de seu cotidiano no ambiente virtual, nesse cenário, as Práticas Corporais de Aventura (PCA) se apresentam como uma possibilidade viável de atuação preventiva no contexto escolar. Em vez de negar o interesse juvenil por desafio, risco e adrenalina, as PCAs canalizam esses elementos para experiências corporais reais, planejadas e seguras, dessa forma, contribuem para reduzir e mitigar a busca por desafios perigosos em ambientes digitais, ao oferecer vivências orientadas, nas quais o risco é tematizado e mediado pelo professor.

É importante destacar que a inserção das PCAs na escola, sob uma perspectiva pedagógica, não exige reproduzir a lógica de altos custos e equipamentos especializados que marcaram sua origem elitizada, o professor de Educação Física pode organizar aulas ricas didaticamente e de baixo custo, utilizando materiais alternativos, circuitos motores, percursos de orientação no espaço escolar e a exploração segura de ambientes naturais ou urbanos próximos. Essa abordagem adaptada demonstra a viabilidade das PCAs na realidade da escola pública e reforça seu potencial como ferramenta acessível para o desenvolvimento integral dos estudantes.

As noções de risco e de limite são fundamentais no desenvolvimento humano, sobretudo em fases como infância e adolescência, nas quais se intensificam a curiosidade, a busca por autonomia e a construção da identidade. Le Breton (2009) ressalta que, ao longo da vida, os indivíduos estabelecem uma relação contínua com o risco para compreender seus limites corporais, emocionais e sociais, essa interação não se restringe apenas à dimensão fisiológica, envolve também significados simbólicos atribuídos ao corpo, ao medo, à coragem e à necessidade de testar fronteiras, assim, o risco não aparece apenas como ameaça, mas como experiência inerente e intrínseca ao desenvolvimento humano, desde que contextualizado, orientado e mediado por adultos de forma segura e educativa.

Le Breton (2009), em sua obra *A Paixão pelo Risco*, comprehende o risco como uma construção social, não apenas como um dado objetivo, mas como algo

interpretado e significado pelos sujeitos a partir de contextos culturais, emocionais e sociais. O autor distingue o risco real, que existe independentemente de ser reconhecido, do risco simbólico ou percebido, relacionado às interpretações subjetivas e aos medos socialmente construídos. Essa abordagem contribui para compreender a atração de crianças e adolescentes por situações de desafio e reforça a necessidade de que a escola trabalhe o risco de forma mediada, segura e educativa.

No ambiente escolar, trabalhar com o “risco” torna-se essencial para formar estudantes capazes de tomar decisões, avaliar consequências e desenvolver autocuidado, uma das possibilidades é explicitar a diferença entre “risco real” e “risco percebido ou simbólico”. O risco real está presente independentemente de ser reconhecido (por exemplo, subir em uma árvore muito alta sem equipamentos de proteção pode resultar em queda e consequências graves, ainda que o sujeito não antecipe ou visualize o perigo), já o risco percebido é subjetivo e diz respeito à forma como cada pessoa avalia determinada situação (como recusar uma trilha por julgá-la arriscada, mesmo sem conhecimento técnico sobre os riscos concretos), nesse contexto, as Práticas Corporais de Aventura contribuem para que os estudantes compreendam as distinções entre risco real e risco percebido, favorecendo o desenvolvimento da autonomia, do autocontrole emocional e da capacidade de tomar decisões mais responsáveis, especialmente em uma fase marcada por impulsividade e superestimação das próprias capacidades.

Para tornar essa distinção mais compreensível no contexto educativo, pode-se exemplificar a relação entre risco e limite a partir de situações do cotidiano. Ao se aproximar da borda de um local alto ou como em um penhasco para tirar uma fotografia por exemplo, o risco real existe independentemente da percepção do sujeito, uma vez que uma queda pode resultar em consequências graves ou fatais. A compreensão dos limites, nesse caso, refere-se à capacidade de reconhecer até que ponto é possível se aproximar com segurança para tirar uma foto segura por exemplo, avaliando distância, equilíbrio e condições do ambiente. Quando o sujeito reconhece seus limites, ele reduz a exposição ao risco real. Esse tipo de compreensão é central no trabalho pedagógico com as Práticas

Corporais de Aventura, pois permite que crianças e adolescentes aprendam a avaliar situações, antecipar consequências e tomar decisões mais responsáveis em contextos variados.

Essa distinção pode ser observada em situações cotidianas, como quando uma criança atravessa a rua utilizando o celular sem atenção ao trânsito. Nesse caso, o risco real de atropelamento existe independentemente de a criança perceber ou não o perigo, a dificuldade em reconhecer esse risco concreto evidencia a importância de desenvolver, desde cedo, a percepção de risco e de limites, objetivo que pode ser trabalhado pedagogicamente por meio das PCAs.

O conceito de “limite” está relacionado tanto às capacidades corporais (força, equilíbrio, resistência) quanto aos limites sociais e comportamentais construídos na convivência, trabalhar com limites significa auxiliar os estudantes a entenderem que suas escolhas têm impactos sobre si mesmos e sobre os outros, orientando decisões mais responsáveis, as PCAs são especialmente potentes nesse processo, pois permitem vivenciar desafios em ambientes controlados, como trilhas, circuitos motores, escaladas adaptadas e dinâmicas de orientação, em que os limites podem ser identificados, testados e reelaborados, nesses contextos, o risco deixa de ser visto apenas como perigo e passa a integrar processos de planejamento, cooperação, prudência, tomada de decisão e responsabilidade.

Esses elementos podem contribuir para a formação integral conforme previsto na BNCC, especialmente na Competência Geral 10, que aborda aspectos como autocuidado, saúde física e emocional, reconhecimento das emoções e capacidade de organizar as próprias ações (BRASIL, 2017). Ao incluir vivências de aventura de forma planejada e mediada, a escola cria um espaço importante para o desenvolvimento da autonomia, da responsabilidade e da autogestão dos estudantes. Atividades que envolvem desafios corporais, tomada de decisão e colaboração podem exigir que os alunos tenham iniciativa, controlem suas emoções e reflitam sobre o que fazem, estas são habilidades essenciais tanto para a vida escolar quanto para situações do cotidiano.

Tahara e Darido (2016) observam que as PCAs estimulam comportamentos autônomos ao demandar dos estudantes a organização de estratégias, a atenção

às orientações, a compreensão das regras de segurança e a cooperação com o grupo. Freitas et al. (2016) identificam que essas experiências favorecem maior engajamento e participação, indicando que a aventura mobiliza dimensões emocionais e cognitivas que contribuem para que os estudantes se tornem mais protagonistas de suas aprendizagens. A autonomia construída nas PCAs está articulada à formação ética e social, uma vez que, em trilhas, percursos e desafios em grupo, as decisões individuais afetam diretamente o coletivo, os jovens aprendem, assim, a considerar o outro, negociar regras, lidar com conflitos e fortalecer o senso de pertencimento.

Ao invés de buscar reconhecimento apenas em curtidas e desafios digitais, o jovem pode passar a experimentar formas de validação vinculadas ao corpo, ao grupo e ao ambiente que o cerca, dessa forma, as PCAs podem funcionar como um “laboratório” para a vida cotidiana, ao enfrentar desafios corporais em condições controladas, o estudante amplia seu repertório para lidar com situações de tensão, pressão entre pares e tomada de decisão no dia a dia, a percepção de risco e limites desenvolvida nessas vivências também podem se estender a situações corriqueiras, como atravessar a rua, cuidar da higiene e avaliar convites perigosos no ambiente digital.

Inserir experiências que envolvam natureza, movimento, exploração do espaço e resolução de problemas por meio das PCAs possibilita que a escola amplie as formas de lazer, convivência e pertencimento para além do mundo virtual, o que contribui para atenuar os impactos do excesso de telas, o Instituto DimiCuida (2022) destaca que ações preventivas mais efetivas precisam oferecer alternativas seguras às chamadas “brincadeiras perigosas” da internet, criando momentos de diálogo, escuta e vivências reais. As PCAs se aproximam dessa proposta ao proporcionar situações em que o risco é vivido de maneira orientada, com supervisão, planejamento e reflexão, assim, a escola se fortalece como um espaço de proteção, formação e cuidado, capaz de conversar com o mundo digital dos estudantes e, ao mesmo tempo, ampliar suas possibilidades de experimentar o risco de um jeito responsável e educativo.

## 5. RESULTADOS

### 5.1 A CANALIZAÇÃO DO RISCO E A VIABILIDADE PEDAGÓGICA

A articulação dos estudos apresentados na revisão de literatura permite compreender que as Práticas Corporais de Aventura (PCAs) podem constituir uma resposta educativa ao cenário contemporâneo de riscos digitais.

As pesquisas sobre desafios online perigosos indicam um cenário preocupante no contexto juvenil contemporâneo. Deslandes e Coutinho (2022) apontam que muitos desses desafios exploram fragilidades emocionais relacionadas à busca por reconhecimento, pertencimento e validação social nas redes digitais.

Estudos sobre tempo de tela e saúde mental mostram que o uso excessivo de dispositivos digitais está associado ao aumento da ansiedade, impulsividade e dificuldade de avaliação de riscos complexos em crianças e adolescentes (ANDRADE et al., 2022). Nesse contexto, Santos et al. (2023) destacam que a pressão entre pares e a lógica da visibilidade nas redes sociais ampliam a adesão a práticas perigosas apresentadas como “brincadeiras” ou “tendências”.

Relatórios institucionais, como os do Instituto DimiCuida (2022), reforçam que esses comportamentos não ocorrem de forma isolada, mas estão inseridos em uma cultura digital marcada pelo imediatismo e pela ausência de mediação crítica, o que aumenta a vulnerabilidade de jovens a riscos físicos, psicológicos e sociais.

Nesse contexto, aproximam-se as preocupações com riscos digitais das reflexões da Educação Física crítica, que problematiza o uso e os significados das práticas corporais e midiáticas em uma sociedade marcada por desigualdades, consumo e espetacularização do corpo (BRACHT, 2001; COLETIVO DE AUTORES, 1992).

A análise realizada aponta como resultado central que as PCAs oferecem experiências concretas de desafio, risco orientado e superação de limites em um ambiente seguro e acompanhado pelo professor. Em vez de buscarem adrenalina ou pertencimento em desafios digitais perigosos, os estudantes encontram nas

PCAs um espaço real para sentir emoção, planejar ações, cooperar e refletir sobre suas escolhas. Enquanto muitos desafios online envolvem riscos extremos, descontextualizados e sem orientação, as práticas corporais de aventura na escola trabalham com um risco educativo, discutido e compreendido pelos alunos.

Dessa forma, a Educação Física escolar, ao incorporar as PCAs como conteúdo, conforme previsto na BNCC (BRASIL, 2017), assume um papel estratégico no enfrentamento aos riscos digitais. Ao trabalhar com trilhas, circuitos, jogos cooperativos, dinâmicas de orientação e outras experiências que envolvem risco e limite, o professor pode problematizar com os estudantes as diferenças entre risco educativo e risco extremo, articulando a vivência corporal com discussões sobre desafios online perigosos. A escola, assim, deixa de atuar apenas como espaço de alerta e proibição e passa a oferecer experiências que respondem às mesmas demandas subjetivas que muitos jovens buscam nas redes sociais, como emoção, desafio, reconhecimento, pertencimento e superação. Essas experiências, porém, ocorrem de maneira segura e formativa por meio das Práticas Corporais de Aventura através da supervisão do docente responsável.

Considerando os objetivos deste estudo, a literatura analisada mostra que as Práticas Corporais de Aventura podem contribuir para a prevenção de desafios online perigosos, uma vez que favorecem o desenvolvimento de habilidades como autocontrole, resiliência, responsabilidade e cooperação, apontadas por estudos sobre riscos digitais como fundamentais para enfrentar a pressão entre pares e a busca por visibilidade a qualquer custo nas redes sociais. Além disso, a implementação das PCAs como estratégia preventiva é viável no cotidiano escolar, pois não exige investimentos elevados, já que muitas atividades podem ser realizadas com materiais simples, adaptações de espaços e/ou materiais e também na organização criativa dos espaços, o que mostra que trabalhar risco e limite com os estudantes é possível mesmo em escolas com poucos recursos.

## 5.2 SÍNTESE DOS ACHADOS E LACUNA DA PESQUISA

As Práticas Corporais de Aventura (PCAs) vêm ganhando espaço na Educação Física escolar, especialmente a partir das discussões da Educação Física crítica sobre cultura corporal de movimento e formação integral. Autores como o Coletivo de Autores (1992) e Bracht (2001) defendem a ampliação do repertório de práticas corporais para além dos esportes tradicionais, incorporando experiências que envolvem corpo, natureza, risco, cooperação e reflexão. Nesse cenário, as PCAs deixam de ser vistas apenas como práticas “radicais” e passam a ser reconhecidas como conteúdos pedagógicos capazes de promover aprendizagens motoras, cognitivas, sociais e afetivas no contexto escolar.

Estudos mais recentes aprofundam esse entendimento ao analisar a aplicação pedagógica das Práticas Corporais de Aventura na escola. Tahara e Darido (2016) discutem o potencial dessas práticas para ampliar experiências corporais significativas nas aulas de Educação Física, enquanto Freitas et al. (2016) apontam contribuições relacionadas ao engajamento, à autoestima e à participação dos estudantes. Pesquisas como as de Miranda (2023) e Inácio (2021) reforçam esse potencial ao destacar a importância da organização didática das práticas de aventura, considerando as diferentes faixas etárias e as possibilidades de adaptação à realidade escolar.

Por outro lado, a literatura sobre desafios online perigosos aponta um quadro preocupante em relação à saúde mental e à segurança de crianças e adolescentes. Deslandes e Coutinho (2022) destacam que o aumento do tempo de tela, aliado à pressão entre pares e à busca por pertencimento, amplia a exposição dos jovens a conteúdos digitais perigosos. Andrade et al. (2022) e Santos et al. (2023) acrescentam que a dificuldade em avaliar riscos complexos, associada a fragilidades emocionais, contribui para a adesão a práticas divulgadas como “brincadeiras”, mas que podem resultar em lesões graves, traumas e até a morte. Nesse cenário, relatórios do Instituto DimiCuida (2022) reforçam que a prevenção desses comportamentos envolve a responsabilidade compartilhada da escola, da família e das políticas públicas atuando na prevenção desses comportamentos.

Ao aproximar o campo das PCAs do campo dos desafios online perigosos, a literatura indica relações importantes, ainda que pouco exploradas de forma direta. De um lado, os estudos sobre PCAs mostram que o trabalho pedagógico com risco orientado e limites podem fortalecer a autonomia, o autocuidado, a percepção crítica e a responsabilidade dos estudantes, desenvolvendo competências centrais para lidar com convites perigosos nas redes sociais. De outro lado, as investigações sobre riscos digitais ressaltam a importância de a escola crie espaços de diálogo, de escuta e de experiências concretas que respondam ao desejo de desafio, emoção e pertencimento dos jovens.

Apesar dessas aproximações, percebe-se uma lacuna: são poucos os estudos que tratam explicitamente das Práticas Corporais de Aventura como estratégia pedagógica de prevenção a Desafios Online Perigosos. Essa ausência reforça a relevância da presente pesquisa, que busca compreender de que maneira as PCAs podem contribuir para a prevenção desses desafios e para o desenvolvimento da percepção de risco e limites em crianças e adolescentes. Ao articular contribuições da Educação Física crítica, orientações da BNCC e evidências sobre vulnerabilidades digitais, o estudo procura oferecer uma compreensão mais integrada do problema e apontar possibilidades concretas de atuação para a escola, em especial para a Educação Física devido aos riscos contemporâneos que atravessam a vida dos estudantes.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A investigação desenvolvida, fundamentada em revisão bibliográfica, confirma o potencial das Práticas Corporais de Aventura (PCAs) como uma estratégia pedagógica importante para enfrentar os riscos digitais no contexto escolar. Os resultados indicam que, ao oferecer vivências de risco orientado e controlado, a Educação Física contribui para o desenvolvimento de competências essenciais à vida em sociedade e ao uso consciente das tecnologias digitais.

A literatura consultada mostra que o trabalho com PCAs favorece a construção da percepção de risco, da compreensão de limites, da autonomia, da responsabilidade e da cooperação, essas habilidades ampliam o repertório corporal e emocional dos jovens e funcionam como fator de proteção frente aos Desafios Online Perigosos. O risco extremo, descontextualizado e muitas vezes letal presente em vários conteúdos virtuais contrasta com as práticas de aventura na escola, que oferecem um risco educativo, planejado e mediado, atendendo ao desejo juvenil por superação, pertencimento e afirmação de identidade de forma segura e saudável.

Essa proposta se relaciona diretamente com a Competência Geral 10 da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2017), que envolve o autocuidado, a autogestão emocional e o reconhecimento da diversidade humana. Ao desenvolver a percepção de risco e de limites por meio das PCAs, a escola fortalece seu papel de promover formação integral, ajudando os estudantes a tomarem decisões mais conscientes e a cuidarem de sua saúde física e emocional.

Os efeitos dessa abordagem vão além da prevenção de riscos digitais. A capacidade de avaliar riscos, reconhecer limites e exercer autonomia desenvolvida nas PCAs também pode repercutir no cotidiano dos jovens, influenciando desde comportamentos no trânsito até a forma de se relacionar socialmente e com o ambiente. A urgência de ações preventivas pode ser ilustrada por episódios reais amplamente divulgados ou vivenciados no cotidiano social, como o caso do amigo do pesquisador que, ainda nos tempos de escola, perdeu a vida ao participar de um desafio online (Aerosol Challenge). Esse desafio consiste na inalação

intencional de aerossóis ou substâncias químicas com o objetivo de provocar sensações momentâneas de euforia ou perda de consciência, prática que pode causar intoxicação grave, parada respiratória e morte. Essa experiência evidencia como muitos adolescentes desconhecem as consequências de suas ações e os limites do próprio corpo, apesar de desejarem viver plenamente mas não reconhecerem que determinadas práticas podem colocar a própria vida em risco ao vivenciarem experiências intensas sem mediação, pode trazer consequências graves à vida e ao bem-estar àqueles que se submetem a esses desafios.

A lacuna identificada na literatura refere-se à escassez de estudos que relacionem diretamente as Práticas Corporais de Aventura à prevenção específica dos Desafios Online Perigosos. Nesse sentido, este trabalho não pretende afirmar uma relação causal direta, mas propor uma articulação pedagógica possível e fundamentada, ao aproximar as contribuições das PCAs para o desenvolvimento da percepção de risco, da autonomia e da compreensão de limites das discussões contemporâneas sobre cultura digital e riscos online. Ao aproximar a Educação Física crítica dessas discussões, este trabalho contribui para que a escola se fortaleça como espaço de diálogo, proteção e oferta de alternativas seguras às experiências de risco.

Conclui-se que as Práticas Corporais de Aventura constituem uma alternativa pedagógica viável, significativa e necessária para apoiar crianças e adolescentes na construção de uma postura crítica diante dos perigos do mundo digital, ampliando sua capacidade de discernir, resistir e fazer escolhas mais responsáveis, saudáveis e conscientes. Sendo assim, as Práticas Corporais de Aventura podem ser compreendidas como estratégia pedagógica para a prevenção de desafios online perigosos e para a promoção da percepção de riscos e limites em crianças e adolescentes.

## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, B. M.; BARRETO, A. S. M.; CAMPOS, A. M. et al. Os fatores associados à relação entre tempo de tela e aumento de ansiedade em crianças e adolescentes durante a pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 2, p. 1–15, 2022.
- BRACHT, V. *Educação Física e ciência: cenas de um casamento (in)feliz*. Ijuí: Ed. Unijuí, 2001.
- BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular (BNCC)*. Brasília, DF: MEC, 2017.
- COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.
- DESLANDES, S.; COUTINHO, T. Prevenção de “brincadeiras perigosas” na internet: experiência da atuação do Instituto DimiCuida em ambientes digitais. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 31, n. 4, e210845pt, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902022210845pt>.
- FREITAS, T. A.; RUFINO, L. G.; TAHARA, A. K. Avaliação da implementação de um programa de práticas corporais de aventura na Educação Física escolar. *Movimento*, Porto Alegre, v. 22, n. 1, p. 251-264, 2016.
- INÁCIO, J. R. A. A classificação das Práticas Corporais de Aventura para o ensino escolar: possibilidades e adaptações. 2021. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2021.
- INSTITUTO DIMICUIDA. *Guia de Orientação para Prevenção de Brincadeiras Perigosas e Desafios Online*. São Paulo: Instituto DimiCuida, 2022.
- LE BRETON, D. *Paixão pelo risco*. São Paulo: Autêntica, 2009.

MIRANDA, E. A. *Práticas corporais de aventura na educação física escolar: uma proposta de ensino do trekking de regularidade nos anos finais do ensino fundamental.* 2023. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, UNESP, Rio Claro, 2023. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/249180>. Acesso em: 30 nov. 2025.

NIC.br – Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR. Centro Regional de Estudos para o Desenvolvimento da Sociedade da Informação (Cetic.br). *TIC Kids Online Brasil 2024.* São Paulo: NIC.br, 2024. Disponível em: <https://cetic.br/pt/arquivos/kidsonline/2024/criancas/>. Acesso em: 27 nov. 2025.

SANTOS, A. B. D. dos et al. Tempo de tela e os seus impactos na saúde mental de crianças e adolescentes pré-escolares: uma revisão integrativa. *Revista UNINOVAFAPI*, 2023.

TAHARA, A. K.; DARIDO, S. C. Práticas corporais de aventura em aulas de Educação Física na escola. *Conexões*, Campinas, v. 14, n. 2, p. 113-136, 2016.