



**Trabalho de Conclusão do
Curso de Educação Física**

Bacharelado



A ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE NO FUTEBOL: UMA REVISÃO TÉORICA/REFLEXIVA

Lucas Barbosa Marciano*

Orientador: Me. Marcos Paulo da Silva Costa**

Resumo - Estudo sobre a especialização esportiva precoce no futebol e sua relação com o talento, a automatização técnica e a profissionalização antecipada de jovens atletas. **Objetivo:** Refletir, sob uma perspectiva teórica e reflexiva, sobre o fenômeno da especialização precoce no futebol, analisando como a busca antecipada por rendimento e a identificação de talentos influenciam o desenvolvimento motor, físico e psicológico durante a iniciação esportiva. **Método:** Pesquisa qualitativa do tipo revisão teórica e reflexiva da literatura, vinculada à linha de pesquisa em Ciências do Esporte e da Saúde. Foram analisados artigos e ensaios científicos publicados entre 2017 e 2024, complementados por obras clássicas relacionadas ao tema. **Resultados:** Os achados apontaram que, embora a especialização precoce possa favorecer o aprimoramento técnico, ela está associada a riscos físicos, psicológicos e sociais quando conduzida sem planejamento pedagógico e sem respeitar as fases de desenvolvimento e maturação do atleta. **Conclusões:** O conjunto dos estudos aponta que a especialização esportiva precoce se torna prejudicial quando ocorre sem planejamento. A especialização esportiva precoce exige cautela, sendo recomendada uma formação baseada na diversificação esportiva, na progressão pedagógica e no respeito às etapas do desenvolvimento humano, assegurando um processo formativo mais saudável e sustentável no futebol.

Palavras-chave: Especialização precoce. Desenvolvimento motor. Futebol.

Abstract - Study on early sports specialization in soccer and its relationship with talent, technical automatization, and the early professionalization of young athletes. **Objective:** To reflect, from a theoretical and reflective perspective, on the phenomenon of early specialization in soccer, analyzing how the early pursuit of performance and the identification of talents influence motor, physical, and psychological development during sports initiation. **Method:** Qualitative research of the theoretical and reflective literature review type, linked to the research line in Sports and Health Sciences. Scientific articles and essays published between 2017 and 2024 were analyzed, complemented by classic works related to the topic. **Results:** The findings indicate that, although early specialization may favor technical improvement, it is associated with physical, psychological, and social risks when conducted without pedagogical planning and without respecting the athlete's developmental and maturation phases. **Conclusions:** Studies have shown that early sports specialization becomes detrimental when it occurs without planning. Early sports specialization requires caution, and training based on sports diversification, pedagogical progression, and respect for the stages of human development is recommended, ensuring a healthier and more sustainable training process in football. **Key words:** Early specialization. Motor development. Soccer.

Submissão: 08/11/2025

Aprovação: 08/12/2025

* Discente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

** Docente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Mestre em Atenção à Saúde (mpsc.ead@gmail.com)

1 INTRODUÇÃO

O futebol é um esporte mundialmente conhecido por proporcionar espetáculos capazes de mobilizar multidões e inspirar jovens a buscar uma carreira profissional. Surgido na Inglaterra e introduzido no Brasil no início do século XX, consolidou-se como parte da identidade nacional, tornando o país uma das maiores potências do futebol mundial, reconhecido por seus títulos e pela formação de grandes jogadores (WITTER, 2003; RAMOS, 2003; OLIVEIRA, 2004; MARQUES, 2013).

O futebol possui regras universais, fundamentos técnicos e princípios táticos que demandam do jogador conhecimento, percepção e domínio motor. As regras são padronizadas internacionalmente, enquanto os fundamentos técnicos como passes, chutes e conduções exigem habilidades específicas dos membros inferiores. A tática, por sua vez, envolve a compreensão do espaço, o posicionamento e a contribuição coletiva para o desempenho da equipe (MELO, 2000; PAOLI; GRASSELLI, 2003; LIPAROTTI, 2016).

O processo de formação de um jogador profissional é longo e sistemático, iniciado geralmente nas escolinhas de futebol, que visam desenvolver habilidades técnicas e motoras e preparar os jovens para a especialização nas categorias de base. Quando conduzido adequadamente, o esporte contribui para o desenvolvimento global do indivíduo, promovendo aspectos físicos, cognitivos e sociais (MARQUES, 2000; KUNZ, 2001; SCALON, 2004; FILGUEIRA, 2006; VOSER, 2007). Nesse contexto, o processo de iniciação esportiva deve respeitar as fases de maturação e aprendizagem motora (GO TANI, 2002; GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013), favorecendo a progressão pedagógica e o prazer pela prática.

Contudo, nas últimas décadas, tem-se observado um movimento crescente de especialização esportiva precoce, caracterizado pela inserção antecipada de crianças em programas de treinamento sistemático, competitivo e voltado ao rendimento. Essa tendência, impulsionada pela busca por talento e profissionalização, tem despertado preocupação na literatura científica, que associa a especialização precoce a impactos negativos no desenvolvimento físico, psicológico e emocional do jovem atleta (KUNZ, 2001; BARBANTI, 2003; VOSER, 2007). Por outro lado, autores como Santana (2001) e Leite (2007) argumentam que o aprendizado técnico e tático é construído de forma gradual e que a infância deve ser compreendida como uma fase de experimentação e formação integral.

Diante dessa dualidade, o presente estudo tem como objetivo refletir, sob uma perspectiva teórica e reflexiva, sobre a especialização precoce no futebol, discutindo seus efeitos sobre o desenvolvimento motor, físico e psicológico dos atletas e suas implicações na formação esportiva.

2 METODOLOGIA

A pesquisa está vinculada à linha de Ciências do Esporte e da Saúde, a qual abrange estudos relacionados ao treinamento corporal, ao esporte, ao desenvolvimento motor e às influências biopsicossociais que afetam praticantes e não praticantes de atividade física. Essa linha contempla também temas ligados à saúde, ao bem-estar e às demandas de diferentes populações, incluindo crianças e jovens em formação esportiva (NEPEF/EFPF/PUCGO, 2014). E adota uma abordagem qualitativa, uma vez que busca interpretar e compreender fenômenos em profundidade. De acordo com Minayo (2016), a pesquisa qualitativa é adequada quando se pretende analisar significados, percepções e construções sociais, privilegiando a compreensão do fenômeno em seu contexto, perspectiva que se ajusta à análise da especialização esportiva precoce no futebol.

O estudo apresenta caráter teórico/reflexivo, fundamentado na análise crítica da literatura científica. Conforme Severino (2016), pesquisas teóricas têm como foco a reconstrução racional e conceitual de determinado objeto, por meio do exame sistemático de obras e ideias já produzidas. Para Demo (2000), o caráter reflexivo consiste na problematização do conhecimento existente, estimulando a interpretação crítica e o diálogo com diferentes autores, o que permite aprofundar a compreensão do fenômeno estudado. Assim, este trabalho não objetiva testar hipóteses empíricas, mas construir uma reflexão fundamentada sobre a especialização precoce.

O estudo também se classifica como descritivo e analítico. Segundo Gil (2017), pesquisas descritivas buscam caracterizar um fenômeno ou população; e as analíticas procuram interpretar relações, causas e implicações a partir de referenciais teóricos. Assim, o presente estudo descreve o fenômeno da especialização precoce no futebol e analisa suas causas e consequências com base em estudos anteriores.

A coleta e a organização dos dados foram guiadas pelo método PICo (População, Interesse e Contexto), estruturado da seguinte forma:

Quadro 1 - Estratégia PICO utilizada nas bases de dados.

P: População	I: Interesse	Co: Contexto
Atletas Crianças Adolescentes	Futebol	Especialização precoce Iniciação esportiva

As buscas foram realizadas nas bases SciELO, Google Acadêmico, EFDeportes e PubMed, além de revistas científicas especializadas em Educação Física e Esporte. Utilizaram-se os descritores combinados “futebol”, “especialização precoce” e “desenvolvimento motor”, aplicados aos títulos, resumos e palavras-chave.

Foram incluídas publicações entre 2017 e 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol, que abordassem diretamente o futebol e a especialização precoce. Excluíram-se estudos sem autoria identificada, não acadêmicos ou que não relacionassem os descritores. Complementarmente, consultaram-se livros clássicos da área, dissertações, repositórios institucionais e sites oficiais de federações esportivas.

A partir desses critérios, 48 publicações foram inicialmente encontradas. Após leitura dos títulos e resumos, oito estudos atenderam integralmente aos requisitos de inclusão, compondo a base de análise deste trabalho. Esses artigos foram classificados quanto ao ano de publicação (2017–2024), objetivo, método, resultados e conclusões, resultando no Quadro 2, que sintetiza os principais achados.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Futebol, característica e fundamentos

O futebol é a modalidade esportiva mais praticada no mundo. Apesar de possuir muitas características em comum com o futsal, apresenta aspectos físicos, táticos e técnicos que são específicos. Evidentemente, existe uma elevada taxa de transferência de desempenho entre modalidades, em função das diversas características em comum (ABERNETHY; BAKER; CÔTÉ, 2005).

O desenvolvimento de uma boa técnica integrada a uma rápida capacidade de tomada de decisão é fundamental para a otimização do desempenho e, se esses fatores não forem adquiridos de forma consistente durante a infância e a adolescência,

podem comprometer aquisições futuras e a continuidade do envolvimento com a modalidade (MARTINDALE; COLLINS, 2005; RÉ; BARBANTI, 2006; WILLIAMS; HODGES, 2005). Segundo Reilly et al. (2000), a ênfase do treinamento com crianças e adolescentes deveria ser dada em habilidades técnicas e/ou táticas, com o desenvolvimento das capacidades físicas sendo realizado durante os jogos e/ou jogos adaptados.

Autores mais recentes, como Gallahue et al. (2013), reforçam que o desenvolvimento motor no futebol deve ser compreendido dentro de um processo dinâmico, em que as habilidades fundamentais (locomotores, manipulação e estabilização) servem de base para as habilidades esportivas específicas. Esse modelo é essencial para compreender como a aquisição precoce de técnicas complexas sem base motora sólida pode gerar desequilíbrios no desempenho e aumentar o risco de lesões.

Os fundamentos técnicos básicos do futebol, de acordo com Paoli e Grasselli (2003) são: passe, chute, cabeceio, condução de bola, drible, finta, domínio, recepção e marcação.

3.2 Processo de iniciação ao futebol

Go Tani (2002) afirma que existem evidências suficientes para uma tomada de decisão coerente e consequente sobre o melhor momento da iniciação esportiva. Se respeitadas as características de desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo, social e moral das crianças, a iniciação esportiva, com pequenas variações dependendo das especificidades da modalidade, deve ocorrer no final da segunda infância, ou seja, entre 10 a 12 anos de idade.

Complementando essa perspectiva, Gallahue et al. (2013) propõem um modelo de desenvolvimento motor ao longo da vida, enfatizando a importância de uma fase de exploração motora antes da iniciação esportiva formal. Essa etapa é essencial para garantir que o jovem atleta tenha um repertório amplo de movimentos, promovendo adaptações neuromotoras adequadas antes da especialização.

Em contrapartida, Oliveira & Paes (2004) destacam que a etapa da iniciação esportiva abrange a infância e as séries iniciais, devendo priorizar objetivos educativos e formativos, com atividades variadas e multiesportivas ajustadas às características etárias dos escalões a que se destinam.

Leite (2007) acredita que ensinar esporte às crianças é muito mais do que apenas repetir treinamentos de pessoas adultas; é contribuir para sua formação integral: suas habilidades motoras, desenvolvimento físico, cognitivo, afetivo e social.

3.3 Especialização precoce

Segundo Barbanti (2003) esse termo especialização precoce é utilizado para designar a criança que se torna especialista em um determinado esporte em todas as áreas de conhecimento dessa prática (tática, técnica e física) de forma precoce, ou seja, ainda na infância. Com essa especialização precoce internalizada, a profissionalização precoce ocorre de forma mais natural e contínua.

Partindo dessa mesma concepção de especialização, Kunz (2001) discorre que esse treinamento especializado acontece ou começa na infância, quando crianças são introduzidas a um processo de treinamento periodizado, com frequência mínima de três vezes semanais e o objetivo de gradualmente elevar o rendimento do jovem atleta, além da participação em competições periódicas.

Ainda sobre concepções de treinamento específico, Santana (2001) conceituou que o treinamento precoce ou especializado é um período em que se adotam programas e métodos voltados exclusivamente a uma modalidade esportiva, o que implica competições regulares, aprimoramento técnico de todos os fundamentos, conhecimento tático e capacidades físicas direcionadas ao rendimento esportivo. Singer (1977) já destacava que existem períodos maturacionais ideais para determinadas experiências em que o indivíduo estará mais preparado, permitindo, desta forma, com que as vivências tragam maiores e melhores benefícios.

3.3.1 Efeitos negativos na especialização precoce

Acerca desse método de iniciação esportiva através da especialização precoce existe debate, e autores e publicações que são contra esse método, como por exemplo Paes (1997, p. 29), quando afirma que “o desporto infantil não deve ser orientado para se fazer campeões, pois este é o objetivo das competições para os adultos. Obrigar as crianças a ser campeã é obrigar as crianças a trabalharem numa fábrica e exigir-lhe rendimento”.

Kunz (2001) abordou também os possíveis malefícios que essa especialização precoce pode trazer a jovens e crianças. Esses malefícios podem ser de curto ou longo prazo: lesões físicas, sequelas motoras, evasão escolar e comprometimento emocional. Além disso, reduz a participação em atividades lúdicas, indispensáveis para o desenvolvimento da personalidade infantil.

O físico é bastante afetado pelo processo de especialização precoce, mas os problemas de ordem psíquica também são muito presentes. Eles podem se manifestar e se tornar graves em casos de declínio de rendimento, especialmente quando o atleta não demonstra predisposição para o esporte, levando à exclusão e abalos emocionais (KUNZ, 2001).

Nota-se que a prática intensa de um esporte de alto rendimento ocasiona essa especialização precoce, que possivelmente proporciona riscos em quatro grandes áreas: riscos de tipo físico, psicológico, motor e esportivo (VOSER, 2007).

Côté e Vierimaa (2014) e Fraser-Thomas et al. (2017) reforçam que esses efeitos negativos não se limitam ao corpo, mas afetam também o engajamento a longo prazo. A especialização precoce reduz a motivação intrínseca e aumenta o risco de burnout e abandono esportivo. Esses achados sustentam a necessidade de programas formativos que priorizem a diversificação e o prazer pela prática esportiva.

3.4 Papel do professor de Educação Física

Marques (2000) relata que o nível de exigências impostas aos treinadores atualmente é muito grande, é necessário um vasto conhecimento e não somente a intuição e inspiração para alcançar resultados positivos e sucesso na carreira.

É preciso muito cuidado na prescrição de treinamento para crianças, alguns treinadores, na busca incessante por resultados positivos e rápidos extrapolam na intensidade do treinamento, ministrando atividades para crianças que são modelos próprios para adultos, (SCALON, 2004).

Gallahue et al. (2013) e Magill e Anderson (2020) reforçam que o papel do professor deve ser o de mediador do aprendizado motor, não o de mero treinador. O professor deve propor contextos significativos de prática, estimulando a autonomia e o pensamento tático do aluno. Essa visão aproxima-se das concepções de Paes (1997) e Leite (2007), que defendem uma abordagem humanizada e educativa do

esporte, na qual o professor atua como facilitador da aprendizagem e promotor do desenvolvimento integral.

4 RESULTADOS

Quadro 2 – Descrição sintética dos estudos incluídos na análise.

Artigo	Objetivo	Método	Resultados	Conclusão
Cerqueira et al. (2024)	Objetivou abordar questões teóricas e apresentar reflexões sobre a especialização esportiva precoce no esporte.	Revisão teórica e reflexiva (busca em bases científicas)	Reflexões críticas: falta de adequação metodológica, riscos à saúde e ao desenvolvimento; reforça importância da diversificação.	Especialização precoce requer cautela; formação deve considerar maturidade e individualidade.
Li et al. (2023)	Este estudo tem como objetivos: a) investigar a situação de treinamento dos jogadores no Programa Escolar de Futebol da China e b) examinar as associações da especialização precoce, volume esportivo e estado de maturidade com lesões musculoesqueléticas.	Estudo transversal (178 atletas, questionário)	80% dos jovens eram especializados; maior risco de lesões agudas e por sobrecarga; maturidade influencia vulnerabilidade.	Especialização precoce aumenta risco de lesão, especialmente em imaturos e com alto volume de treino.
Nascimento e Fernandes (2023)	O objetivo desse artigo é analisar as consequências negativas da especialização esportiva precoce na vida das crianças através de uma revisão sistemática.	Revisão sistemática (11 artigos)	Classificação em consequências físicas, psicológicas, sociais e esportivas – todas negativas a longo prazo.	Especialização precoce não favorece o desenvolvimento infantil e pode causar abandono.
DOS SANTOS et al. (2022)	O objetivo do estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre a especialização esportiva precoce.	Uma revisão de literatura sobre a especialização esportiva precoce. Foram realizadas buscas nas bases de dados entre 2007 e 2019. De 129 artigos iniciais, 12 foram escolhidos.	Traz tanto riscos (lesões, burnout) quanto potenciais benefícios (habilidade técnica precoce).	Benefícios só se sobrepõem aos riscos se bem planejada e orientada.

Paixão (2022)	Objetivou-se analisar o ensino-aprendizagem no futebol.	Estudo qualitativo em escolinhas esportivas.	Abordagem centrada no rendimento limita o aprendizado.	Abordagem lúdica e participativa é mais eficaz.
Prado et al. (2020)	Avaliar influência do tempo de prática no futebol em crianças.	Estudo com 44 crianças (7–10 anos).	Tempo de prática influencia positivamente o desempenho motor.	Importância da progressão pedagógica.
VILANOVA et al. (2019)	objetivou-se verificar a relação entre o nível de desenvolvimento motor e o desempenho de habilidades específicas em futebolistas de 10 e 11 anos de idade.	Foram avaliados 12 atletas de futebol com idades entre 10 e 11 anos, que realizavam treinos duas vezes na semana por um período de duas horas por dia.	Especialização precoce afeta negativamente o desenvolvimento motor.	Prejuízo ao desenvolvimento motor indica necessidade de práticas diversificadas.
Lima, M. P. e Paoli, P. B. (2017)	Apresentar os aspectos a serem considerados no processo de formação de atletas de futebol de 11 aos 14 anos.	A metodologia deste presente estudo se divide em duas partes, a primeira sendo no plano teórico-metodológico, e a segunda no plano empírico como uma pesquisa qualitativa, de natureza descritiva e analítica.	Necessidade de respeitar fases de formação; riscos do treino adulto precoce.	Especialização deve ser adiada; priorizar diversificação e ludicidade.

Fonte: Próprio autor (2025)

5 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados reforça as reflexões apresentadas no referencial teórico, confirmando que a especialização esportiva precoce é um fenômeno complexo que exige cautela e planejamento por parte de treinadores e clubes formadores. Que serão descritas abaixo.

Esse entendimento corrobora as ideias de Magalhães (2010) e Guimarães e Paoli (2013), que discutem como o contexto sociocultural e econômico do futebol estimula a busca por resultados imediatos e a profissionalização precoce, muitas vezes negligenciando o caráter formativo e educativo da prática esportiva.

De acordo com Cerqueira et al. (2024), que destacam a falta de adequação metodológica e os riscos à saúde física e emocional decorrentes desse processo, afirmando a importância de uma formação esportiva diversificada para a construção de uma base motora sólida e para o desenvolvimento integral. E nessa perspectiva o pensamento de Kunz (2001) e Voser (2007), reforça que o treinamento sistemático e especializado desde a infância tende a gerar lesões, ansiedade e abandono esportivo. E para além, os estudos de Cerqueira et al. (2024) é convergente com as recomendações de Go Tani (2002), que recomenda o início da prática deve respeitar o estágio maturacional da criança, priorizando o prazer e a exploração do movimento. Esse princípio também encontra respaldo em Gallahue et al. (2013), que descrevem o desenvolvimento motor como um processo contínuo, no qual a criança deve vivenciar múltiplas experiências corporais antes de se especializar, a fim de consolidar as bases neuromotoras necessárias para o aprendizado técnico futuro.

O estudo de Li et al. (2023) evidencia que essa preocupação, demonstrado em jovens atletas com maior volume de treino, apresentam índices mais elevados de lesões musculoesqueléticas, principalmente entre atletas com maturação biológica tardia. Esses resultados confirmam as advertências de Barbanti (2003), que relaciona a especialização precoce à profissionalização antecipada e ao consequente risco físico e psicológico, e se alinham com as críticas de Scalón (2004), que denuncia a reprodução de métodos de treinamento adulto em crianças, prática que ultrapassa a capacidade de adaptação dos jovens. Essa constatação reforça também o conceito de “janelas de desenvolvimento” proposto por Singer (1977), no qual determinadas fases maturacionais são mais propícias para o aprendizado motor e cognitivo, e a

antecipação dessas etapas pode resultar em sobrecarga e desequilíbrios no desempenho futuro.

A pesquisa desenvolvida por Nascimento e Fernandes (2023) classificou as consequências da especialização precoce em dimensões físicas, psicológicas, sociais e esportivas. Todas de caráter negativo a longo prazo. Fisicamente, observam-se lesões por sobrecarga e fadiga crônica; psicologicamente, há aumento da ansiedade e burnout; socialmente, ocorre isolamento; e, no aspecto esportivo, há queda de desempenho e abandono da prática. Esses achados reforçam o que Leite (2007) e Oliveira e Paes (2004) defendem: que a iniciação esportiva deve ser educativa e multiesportiva, com atividades variadas e ajustadas às características de cada faixa etária. Nesse sentido, Gallahue et al. (2013) e Go Tani (2002) sustentam que a multilateralidade de estímulos favorece a aprendizagem motora e emocional, pois desenvolve simultaneamente coordenação, percepção, socialização e prazer, evitando a monotonia e o estresse associados ao treino especializado.

Por outro lado, Dos Santos et al. (2022) apresentam uma posição mais equilibrada, reconhecendo que a especialização nos esportes pode gerar benefícios técnicos quando realizada com planejamento e orientação adequada, estes autores observaram, em contextos nos quais há respeito às fases de crescimento e maturação, que o treinamento específico pode aprimorar habilidades técnicas sem causar prejuízos. Essa perspectiva encontra consonância com o argumento de Santana (2001), que defende que a especialização deve ser etapa final de um processo multilateral, e não o ponto de partida. Ao mesmo tempo, confirma a advertência de Kunz (2001) sobre a necessidade de se evitar a sobrecarga de treinos e competições em idades precoces. Esse equilíbrio também é sustentado por Barbanti (2003), que enfatiza que o desenvolvimento técnico só é eficaz quando acompanhado por um planejamento pedagógico baseado em progressão, ludicidade e diversificação motora.

Paixão (2022) observou que muitas escolinhas de futebol ainda adotam abordagens centradas no rendimento técnico, o que limita a criatividade e a autonomia dos alunos. O autor defende metodologias que valorizem o jogo, a ludicidade e a participação ativa do aprendiz, reforçando que o aspecto formativo deve prevalecer sobre o competitivo na iniciação esportiva, o que vai ao encontro das ideias de Paes (1997) e Marques (2000), que entendem o professor como mediador e facilitador do processo educativo. Marques (2000) complementa que a atuação docente requer

formação pedagógica sólida e consciência ética, para que o professor de Educação Física seja capaz de equilibrar o ensino técnico-tático com os valores humanos, prevenindo a especialização precoce e promovendo o desenvolvimento integral do aluno.

Os resultados de Prado et al. (2020) mostraram que o tempo de prática influencia positivamente o desempenho motor, desde que as cargas sejam ajustadas ao nível de maturidade biológica e à progressão pedagógica. Assim os autores demonstram que a prática regular do futebol pode contribuir para o aprimoramento motor, desde que a formação não seja precoce nem exclusivamente voltada ao rendimento. Esse achado complementa a teoria de Go Tani (2002), que destaca que o desenvolvimento motor depende de estímulos graduais e variados. Essa observação dialoga diretamente com Gallahue et al. (2013), que apontam que a aprendizagem motora eficaz é resultado de experiências diversificadas e significativas, conduzidas em ambientes que estimulem o prazer e a autonomia.

No campo do desenvolvimento motor, o estudo de Vilanova et al. (2019) corrobora essa linha de pensamento ao identificar que a especialização em uma única modalidade reduz o desempenho de habilidades básicas, como equilíbrio e coordenação, em jovens de 10 e 11 anos. Esse resultado reafirma o que Kunz (2001) e Barbanti (2003) alertam sobre os riscos de restringir o repertório motor infantil. Esses achados também confirmam o modelo proposto por Go Tani (2002), segundo o qual a prática esportiva deve respeitar o princípio da variedade motora, fundamental para o desenvolvimento global e para a prevenção de desequilíbrios neuromusculares em idades precoces.

Por fim, Lima e Paoli (2017) concluem que a formação esportiva deve priorizar a ludicidade, o respeito às fases de crescimento e o prazer pela prática esportiva. Esses autores argumentam ainda que a imposição de cargas e métodos adultos nessa faixa etária entre 11 e 14 anos pode gerar frustração e lesões, o que está diretamente alinhado às reflexões de Paes (1997), Leite (2007) e Scalon (2004), que defendem uma abordagem voltada ao desenvolvimento global da criança, respeitando seus limites e etapas de maturação. Essa visão se alinha também à perspectiva de Gallahue et al. (2013), que consideram o jogo e a ludicidade componentes centrais da aprendizagem motora infantil, reforçando o papel do professor como facilitador do prazer pela prática e da formação integral. Dessa forma, entende-se que o esporte deve servir como meio educativo e humanizador, e não como fim competitivo precoce.

6 CONSIDERAÇÕES

O conjunto dos estudos aponta que a especialização esportiva precoce se torna prejudicial quando ocorre sem planejamento, acompanhamento pedagógico e respeito ao desenvolvimento integral. Reforçando que o caminho mais eficaz é a formação multilateral, pautada na ludicidade, progressão pedagógica e diversificação esportiva, elementos indispensáveis para a longevidade e o sucesso sustentável no futebol. Até que ponto a especialização precoce é benéfica para as crianças e adolescentes?

Este estudo demonstrou que a especialização precoce no futebol é um fenômeno que requer cautela, planejamento e acompanhamento interdisciplinar. Embora possa contribuir para o aperfeiçoamento técnico, seus riscos superam os benefícios quando realizada sem considerar o desenvolvimento físico, motor, psicológico e social do atleta.

As evidências teóricas apontaram para a ocorrência de lesões, desequilíbrios emocionais, prejuízos motores e abandono esportivo, especialmente quando o treinamento é intenso e voltado exclusivamente ao rendimento precoce.

A formação multilateral, a ludicidade e o respeito às fases da maturação devem nortear o processo de iniciação esportiva. Cabe aos professores e treinadores a responsabilidade de equilibrar o desejo pelo rendimento com os princípios pedagógicos e de saúde, promovendo uma prática esportiva humanizada e sustentável, garantindo que o esporte cumpra sua função formativa e social.

REFERÊNCIAS

ABERNETHY, B.; BAKER, J.; CÔTÉ, J. **Transfer of pattern recall skills may contribute to the development of sport expertise**. Applied Cognitive Psychology, v. 19, p. 705–718, 2005.

BARBANTI, V.J. **Dicionário da educação física e do esporte**. São Paulo: Manole, 2003.

CERQUEIRA, L.; SHINTANI, S.; CARVALHO, M. **Especialização esportiva precoce: reflexões teóricas**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, 2024.

SANTOS, Felipe Barros dos et al. **Riscos e benefícios da especialização esportiva precoce: um estudo de revisão**. In: Educação física e suas interfaces: lazer, aventura e meio ambiente. Editora Científica Digital, 2022. p. 99-111.

FILGUEIRA, F. M. **Aspectos físicos, técnicos e táticos da iniciação ao futebol.** Lecturas: Educación física y deportes, n. 103, p. 47, 2006.

GO TANI. **Iniciação Esportiva e influências do Esporte Moderno.** In: SILVA. Francisco Martins. Treinamento Desportivo: aplicações e implicações. João Pessoa: Editora Universitária, 2002.

GALLAHUE, D. L; OZMUN, J. C; GOODWAY, J. D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos: 7. ed.** Porto Alegre: AMGH, 2013.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte.** Ijuí-SP: ED. UNIJUI, 2001.

LEITE, W.S.S. **Especialização precoce: os danos causados à criança.** Revista Digital EFDeportes - Buenos Aires, ano 12, nº 113, 2007.

LI, X. et al. **Training volume, early specialization and injury risk in youth soccer.** Frontiers in Physiology, v.14, 2023.

LIMA, M. P.; PAOLI, P. B. **Aspectos a serem considerados no processo de Formação de Base de futebol de 11 a 14 anos.** Revista Brasileira de Futebol (The Brazilian Journal of Soccer Science), v. 8, n. 2, p. 12-23, 2017.

LIPAROTTI, João Roberto. **UFRN na Copa apresenta: o que sabemos sobre o futebol.** Natal: EDUFRN, 2016. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/21458>> Acessado em: 20 de Setembro 2025

MAGILL, R. A.; ANDERSON, D. I. **Motor Learning and Control: Concepts and Applications.** 12. ed. New York: McGraw-Hill, 2020.

MARQUES, A.T. **As profissões do corpo: treinador.** Treinamento Desportivo, Curitiba, v.5, n.1, p. 4-8, junho. 2000.

MARQUES, W. L. **História De Cianorte: sua evolução.** Vol. 2. Clube de Autores, 2013.

MARTINDALE, R.; COLLINS, D. **The development of expert performance in sport: perspectives on deliberate practice.** Journal of Sports Sciences, v. 23, p. 1027–1040, 2005. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/02640410512331334413>> Acesso em: 15 de Setembro 2025.

MELO, R. S. **Sistemas e táticas para futebol.** Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

NASCIMENTO, K. M. L. do; FERNANDES, D. T. **Especialização esportiva precoce e suas consequências negativas: uma revisão sistemática.** Corpoconsciência, Cuiabá, v. 27, n. 1, p. 1–16, jan./abr. 2023. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/1424> Acesso em: 13 de Outubro 2025.

- OLIVEIRA, V; PAES, R.R. **A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, ano 10, nº 71, 2004.
- OLIVEIRA, C. **Futebol brasileiro: história, técnica e paixão**. São Paulo: DCL, 2004.
- PAES, R. R. **Aprendizagem e competição precoce: o caso do basquetebol**. 3.ed. Campinas: Ed. da Unicamp, 1997.
- PAOLI, P.B; GRASSELLI, A. **Fundamentos técnicos do futebol**. Canal Quatro. Universidade Federal de Viçosa, Viçosa/MG, 2003.
- PRADO, Raul Cosme Ramos et al. **Avaliação da influência do tempo de prática do Futebol sobre o desempenho motor de crianças**. RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol, v. 12, n. 47, p. 39-45, 2020.
- RAMOS, F. S. **Futebol: da "rua" à competição**. Lisboa: Instituto de Desporto de Portugal. 2003.
- REILLY, T. et al. **Science and Soccer**. London: Routledge, 2000.
- RÉ, A.; BARBANTI, V. J. **O processo de aquisição de habilidades motoras em jovens atletas**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 14, n. 4, p. 89–98, 2006.
- PAIXÃO, Jairo Atônio. **O processo ensino-aprendizagem de futebol em escolinhas de iniciação esportiva**. Arquivos Brasileiros de Educação Física, v. 5, n. 1, p. 70-83, 2022.
- SANTANA, W.C. **Futsal: metodologia da participação**. Londrina: Lido, 2001.
- SCALON, R.M. **A psicologia do esporte e a criança**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2004.
- SINGER, R.N. **Psicologia dos esportes: mitos e verdades**. Happer & Row do Brasil, São Paulo, 1977.
- VILANOVA, R. F. et al. **Especialização precoce e o nível de desenvolvimento motor de atletas mirins de futebol**. Revista Brasileira de Futsal e Futebol, São Paulo, v. 11, n. 45, p. 462–471, 2019.
- VOSER, R.C. **A criança submetida precocemente no esporte: benefícios e malefícios**. Futsal Brasil, Rio Grande do Sul, maio, 2007. Disponível em: <www.futsalbrasil.com.br> Acesso em: 21 de Setembro 2025.

WILLIAMS, A. M.; HODGES, N. J. **Practice, instruction and skill acquisition in soccer: challenging tradition**. Journal of Sports Sciences, v. 23, n. 6, p. 637–650, 2005. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/02640410400021328>> Acesso em: 15 de Setembro 2025.

WITTER, J. S. **Futebol um fenômeno universal do século XX**, Revista USP, São Paulo, n.58, p. 161-168, 2003.

CÔTÉ, J.; VIERIMAA, M. **The developmental model of sport participation: 15 years after its first conceptualization**. Science & Sports, v. 29, Supplement, p. S63–S69, 2014. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2014.08.002> Acesso em: 15 de Outubro 2025.

FRASER-THOMAS, J.; CÔTÉ, J.; DEAKIN, J. **Examining positive youth development in sport: a 10-year scoping review**. International Review of Sport and Exercise Psychology, v. 10, n. 1, p. 193–214, 2017. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704> Acesso em: 15 de Outubro 2025.

DEMO, Pedro. **Pesquisa: princípio científico e educativo**. 11. ed. São Paulo: Cortez, 2000.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2016.

SEVERINO, Antônio Joaquim. **Metodologia do trabalho científico**. 24. ed. São Paulo: Cortez, 2016.

NEPEF/EFPH/PUCGO. **Projeto pedagógico da Linha de Pesquisa em Ciências do Esporte e da Saúde**. Goiânia: Pontifícia Universidade Católica de Goiás, 2014.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO

Av. Universitária, 1069 • Setor Universitário
Caixa Postal 86 • CEP 74605-010
Goiânia • Goiás • Brasil
Fone: (62) 3946.1021 | Fax: (62) 3946.1397
www.pucgoias.edu.br | prograd@pucgoias.edu

ANEXO 1

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO ACADÊMICA

Eu, LUCAS BARBOSA MARCIANO estudante do Curso de Educação Física, na qualidade de titular dos direitos autorais, em consonância com a Lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos do autor), autorizo a Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás) a disponibilizar o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE NO FUTEBOL: UMA REVISÃO TEÓRICO-REFLEXIVA gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, por 5 (cinco) anos, conforme permissões do documento, em meio eletrônico, na rede mundial de computadores, no formato especificado (Texto (PDF); Imagem (GIF ou JPEG); Som (WAVE, MPEG, AIFF, SND)*, Vídeo (MPEG, MWV, AVI, QT)*, outros, específicos da área; para fins de leitura e/ou impressão pela internet, a título de divulgação da produção científica gerada nos cursos de graduação da PUC Goiás.

Goiânia, 8 de dezembro de 2025.

Nome completo do autor: LUCAS BARBOSA MARCIANO

Assinatura do(s) autor(es): Lucas Barbosa Marciano

Nome completo do professor-orientador(a): MARCOS PAULO DA SILVA COSTA

Assinatura do professor-orientador: Marcos Paulo da Silva Costa

Goiânia, 8 de dezembro de 2025.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E
HUMANIDADES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ATA DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA DE TCC

Aos 8 dias do mês de dezembro de 2025, em sessão pública na Sala 312 do bloco "S" do Campus 2 na PUC Goiás, na presença da Banca Examinadora composta pelos seguintes professores:

Orientador(a): **MARCOS PAULO DA SILVA COSTA**

Parecerista: **THALES GILSON NASSER DA VEIGA**

Convidado(a): **MARCELO DE CASTRO SPADA RIBEIRO**

O(a) aluno(a): **LUCAS BARBOSA MARCIANO**

apresentou o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE NO FUTEBOL: UMA REVISÃO TEÓRICO-REFLEXIVA

como requisito curricular indispensável para a integralização do Curso de Educação Física.

Após apresentação, a Banca Examinadora deliberou e decidiu pela **APROVAÇÃO** do referido trabalho.

Lavraram a presente ata:

Orientador(a):

Marcos Paulo da Silva Costa

Parecerista:

Thales Gilson Nasser da Veiga

Convidado(a):

Marcelo de Castro Spada Ribeiro