

Centro Paula Souza
ETEC de Campo Limpo Paulista
Informática para Internet Integrado ao Ensino médio

DESENVOLVIMENTO DE UM *WEBSITE* PARA PRATICANTES DE ESPORTES EM CAMPO LIMPO PAULISTA

Nicolas Meneses Toroki¹
Lucas Augusto Alves Moreira²
Muryllo Pereira Vilas Boas³
Barbara Kathellen Andrade Porfirio ⁴
Thaynara Cristina Maia dos Santos⁵

Resumo: O presente estudo trata do desenvolvimento de um *website* para incentivar a prática esportiva em Campo Limpo Paulista, tendo em vista que a prática regular de esportes contribui para a saúde, o bem-estar e a inclusão social, além de combater o sedentarismo cada vez mais presente entre jovens e adultos. Nesse contexto, buscou-se promover hábitos saudáveis e aproximar a população das modalidades esportivas disponíveis no município. Para isso, foi necessário realizar um mapeamento dos espaços e eventos esportivos da cidade, elaborar conteúdos educativos sobre os benefícios da atividade física e desenvolver um sistema *web* interativo. Realizou-se, então, uma pesquisa aplicada com abordagem quantitativa, de caráter exploratório-descritivo, que envolveu revisão de literatura sobre esporte e qualidade de vida, aplicação de formulário *online* com moradores locais, levantamento de requisitos e o processo de desenvolvimento do *website* utilizando tecnologias como React, CSS e JavaScript. Os resultados indicam que a maioria dos jovens pratica esportes regularmente, com destaque para o futebol, o vôlei e a musculação; contudo, muitos ainda enfrentam barreiras relacionadas à socialização e ao acesso a informações confiáveis. Além disso, verificou-se que uma parcela significativa não utiliza aplicativos de apoio, o que evidencia uma lacuna importante a ser explorada. Conclui-se, portanto, que o sistema desenvolvido apresenta potencial para reunir informações, facilitar conexões seguras e promover a inclusão de

¹ Aluno do curso Técnico em Informática para Internet, na ETEC de Campo Limpo Paulista – nicolas.toroki@etec.sp.gov.br

² Aluno do curso Técnico em Informática para Internet, na ETEC de Campo Limpo Paulista – lucas.moreira134@etec.sp.gov.br

³ Aluno do curso Técnico em Informática para Internet, na ETEC de Campo Limpo Paulista – muryllo.boas@etec.sp.gov.br

⁴ Professora do curso Técnico em Informática para Internet, na ETEC de Campo Limpo Paulista – barbara.porfirio@etec.sp.gov.br

⁵ Professora do curso Técnico em Informática para Internet, na ETEC de Campo Limpo Paulista – thaynara.santos24@etec.sp.gov.br

novos praticantes, podendo, assim, tornar-se um recurso relevante para o fortalecimento da prática esportiva no município.

Palavras-chave: Prática esportiva; Qualidade de vida; *Website*.

Abstract: The present study addresses the development of a website to encourage sports practice in Campo Limpo Paulista, considering that regular engagement in sports contributes to health, well-being, and social inclusion, in addition to combating the increasingly common sedentary lifestyle among young people and adults. In this context, the aim was to promote healthy habits and bring the population closer to the sports modalities available in the municipality. To this end, it was necessary to carry out a mapping of sports spaces and events in the city, prepare educational content about the benefits of physical activity, and develop an interactive web system. An applied research was conducted with a quali-quantitative approach, of an exploratory-descriptive nature, involving a literature review on sports and quality of life, the application of an online questionnaire with local residents, requirements gathering, and the process of developing the website using technologies such as React, CSS, and JavaScript. The results indicate that most young people practice sports regularly, with football, volleyball, and weight training standing out; however, many still face barriers related to socialization and access to reliable information. Furthermore, it was found that a significant portion does not use support applications, which highlights an important gap to be explored. It is concluded, therefore, that the developed system has the potential to gather information, facilitate safe connections, and promote the inclusion of new practitioners, thus becoming a relevant resource for strengthening sports practice in the municipality.

Keywords: Sports practice; Quality of life; Website.

1 INTRODUÇÃO

A prática esportiva é essencial para a promoção da saúde, da qualidade de vida e da integração social, contribuindo para hábitos mais saudáveis na população (DACOSTA, 1981). Além disso, o esporte pode atuar como instrumento de inclusão social e desenvolvimento comunitário, quando planejado de acordo com as demandas locais (COAKLEY, 2010).

No entanto, em muitas cidades, ainda existem desafios relacionados ao incentivo à prática esportiva, como a falta de acesso a informações sobre modalidades disponíveis, locais de prática e benefícios relacionados à atividade física (MARQUES, 2007).

Paralelamente, observa-se que os avanços tecnológicos possibilitam a criação de plataformas digitais voltadas à promoção da saúde e de hábitos saudáveis, (VIANNA; LOVISOLO, 2011).

Nesse contexto, o desenvolvimento de um *website* que centralize informações esportivas para os moradores de Campo Limpo Paulista surge como uma alternativa para aproximar tecnologia, saúde e esporte, promovendo tanto qualidade de vida quanto inclusão social.

Visando abordar a problemática sobre como o desenvolvimento de um *website* pode incentivar praticantes de esporte em Campo Limpo Paulista, este trabalho justifica-se pela necessidade de criar uma solução que facilite o acesso da população a eventos, espaços e comunidades esportivas locais. A proposta além de estimular hábitos de vida mais saudáveis, promove também a integração social e fortalece o esporte na região.

Nesse sentido, o objetivo geral desta pesquisa é desenvolver um *website* para auxiliar e incentivar praticantes de esporte em Campo Limpo Paulista. De forma mais específica, buscou-se realizar um levantamento bibliográfico sobre a relação entre esporte, qualidade de vida e tecnologias digitais aplicadas; sondar o interesse da população local por meio de questionário; criar uma identidade visual voltada ao público-alvo; projetar a interface do *website* com base nas necessidades identificadas; definir requisitos funcionais do sistema; e desenvolver o sistema *web* com base nesses requisitos.

A metodologia adotada possui natureza aplicada, com abordagem quali-quantitativa e caráter exploratório-descritivo, fundamentada em levantamento bibliográfico sobre os benefícios da prática esportiva e o uso de tecnologias digitais no incentivo à atividade física, além do desenvolvimento de um protótipo funcional do *website*, apresentando uma visão geral sobre como ferramentas digitais podem contribuir para a promoção da saúde e do esporte.

O restante deste trabalho encontra-se assim organizado: na próxima seção será apresentada a fundamentação teórica sobre esporte, saúde e tecnologias digitais de incentivo; na seção seguinte, são descritos os procedimentos metodológicos adotados; posteriormente, são expostos os resultados obtidos com o desenvolvimento do *website*; e, por fim, são apresentadas as considerações finais e sugestões para trabalhos futuros.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Prática Esportiva

Promover oportunidades para a prática esportiva é fundamental para ampliar o número de praticantes e diversificar as modalidades disponíveis à população. Essa promoção não requer necessariamente estruturas complexas, mas a utilização criativa dos espaços e equipamentos existentes, além da adaptação das atividades às condições locais (DACOSTA, 1981; MARQUES, 2007).

Segundo *Coakley* (2010), o esporte pode atuar como instrumento de inclusão social e desenvolvimento comunitário quando os espaços são adequadamente aproveitados e as ações planejadas em consonância com as demandas sociais. Portanto, a valorização do esporte em diferentes contextos pode favorecer o engajamento e a participação social.

Além disso, *Vianna e Lovisolo* (2011) ressaltam que o esporte é frequentemente buscado por indivíduos que enfrentam carências sociais e emocionais. Eles relatam que, para muitos, o esporte representa um espaço simbólico de acolhimento e transformação pessoal, ultrapassando a simples prática física.

Conforme *Coelho* (2015), o esporte proporciona benefícios emocionais e sociais, funcionando como um ambiente de suporte e fortalecimento dos laços afetivos, especialmente para jovens em vulnerabilidade social.

Dessa forma, a prática esportiva revela-se uma atividade socialmente significativa, promovendo inclusão e bem-estar coletivo. A organização de atividades acessíveis e a valorização dos espaços públicos criam ambientes onde o esporte funciona como ferramenta de desenvolvimento físico, emocional e comunitário.

2.1.1 Esporte como qualidade de vida

A qualidade de vida transcende indicadores financeiros ou emocionais isolados, envolvendo aspectos subjetivos e culturais que influenciam a percepção individual de saúde e satisfação. Segundo *Nascimento e Silva* (2018),

a qualidade de vida é um conceito multidimensional, que abarca bem-estar físico, mental, social e ambiental. Assim, fatores econômicos são importantes, mas insuficientes para garantir o verdadeiro equilíbrio e satisfação pessoal.

Interdonato e Greguol (2010) afirmam que a qualidade de vida é relativa, variando conforme a perspectiva do indivíduo. Para alguns, está relacionada à disposição e longevidade, enquanto para outros envolve autoconhecimento e percepção da própria saúde. A prática regular de atividade física é reconhecida como um fator-chave para o equilíbrio emocional e o aumento da autoestima.

Nesse contexto, o esporte desempenha papel central na construção da qualidade de vida, promovendo não só saúde física, mas também equilíbrio psicológico e social.

2.1.2 Esporte como lazer

O esporte deve ser promovido como uma forma acessível de lazer, especialmente nos momentos de tempo livre. A atividade física pode ser integrada à rotina sem conflito com outras obrigações, como o estudo ou trabalho, e funciona como uma alternativa saudável ao uso do tempo ocioso. De acordo com Santos (2016), o esporte como lazer contribui para a saúde física e mental e fortalece os laços comunitários, incentivando a socialização e o sentimento de pertencimento.

Marques (2007) destaca ainda a dimensão cultural e simbólica do esporte como lazer, evidenciando que gostos e expectativas variam conforme classe social e contexto econômico. Assim, o esporte enquanto lazer pode assumir diferentes significados e benefícios, influenciando positivamente a qualidade de vida e a integração social.

Logo, o esporte enquanto lazer ultrapassa a ideia de competição ou obrigação, promovendo saúde, convívio social e ocupação produtiva do tempo livre.

2.1.3 Inclusão social por meio do esporte

A integração social por meio do esporte está relacionada à capacidade de promover a inclusão de indivíduos em situação de vulnerabilidade, fortalecendo vínculos sociais e afetivos. Segundo Santos e Oliveira (2017), programas

esportivos comunitários atuam como espaços de acolhimento, promovendo cidadania e inclusão social por meio do convívio coletivo.

Além disso, Barbosa (2019) enfatiza o papel da afetividade para a permanência dos participantes, apontando que a interação social, amizades e relação com educadores são motivadores fortes para o engajamento esportivo. O ambiente esportivo funciona como espaço simbólico de pertencimento e reconhecimento, promovendo acolhimento e construção de identidade.

Assim, a integração social via esporte envolve mais do que a prática física; engloba aspectos emocionais e sociais que contribuem para a redução das desigualdades.

2.2 Educação Física Comunitária

A Educação Física Comunitária tem ganhado destaque ao ampliar a atuação da educação física para além do ambiente escolar, focando em projetos e práticas desenvolvidas em espaços públicos e comunitários. Essa abordagem visa democratizar o acesso à atividade física, promovendo saúde, integração social e fortalecimento de vínculos em comunidades diversas (Pereira, 2017). Ao envolver grupos de corrida, aulas públicas e o uso de praças e parques, a Educação Física se torna instrumento de transformação social.

De acordo com Mendes e Carvalho (2019), os programas comunitários de educação física contribuem para a inclusão social, ao promoverem a participação de pessoas de diferentes faixas etárias, classes sociais e níveis de habilidade. Além disso, o acesso facilitado e gratuito a atividades físicas em espaços abertos estimula a adoção de hábitos saudáveis e a ocupação positiva do tempo livre, sobretudo em áreas urbanas com limitações estruturais.

Assim, a Educação Física Comunitária se destaca como um importante mecanismo para a promoção da saúde coletiva, incentivando o exercício físico regular em ambientes informais, favorecendo a integração social e o fortalecimento do senso de pertencimento comunitário.

2.3 Trabalhos relacionados

Diversos sistemas digitais vêm sendo desenvolvidos para incentivar a prática esportiva, principalmente por meio da tecnologia da informação.

Interdonato e Greguol (2010) evidenciam que o esporte, aliado a um planejamento educacional adequado, funciona como ferramenta de inclusão social para pessoas com deficiência. A prática esportiva adaptada promove benefícios físicos, autoestima e integração social em ambientes escolares e comunitários.

Plataformas como o Strava (STRAVA, 2025) vêm ganhando destaque ao combinar monitoramento de desempenho com elementos sociais. O aplicativo permite registrar atividades físicas, comparar resultados e participar de desafios coletivos, aumentando o engajamento dos usuários. Pesquisas indicam que sistemas baseados em gamificação e interação social, como o STRAVA, contribuem para a formação de hábitos saudáveis ao reforçar a motivação por meio de métricas, rankings e apoio comunitário.

Outra plataforma relevante é o Meetup (MEETUP, 2025), utilizada para organizar encontros e eventos presenciais, incluindo grupos de corrida, trilhas e outras práticas esportivas. Estudos mostram que plataformas de organização comunitária, como o MEETUP, fortalecem vínculos sociais ao reunir pessoas com interesses semelhantes. Isso facilita a criação de redes locais de atividades físicas, aumentando a participação em eventos esportivos e incentivando a prática regular em grupo.

Souza (2024) analisou o impacto do isolamento social na atividade física dos idosos durante a pandemia de COVID-19, constatando queda significativa nos níveis de exercícios, o que afetou a saúde mental. O estudo destaca que idosos que mantiveram rotinas de exercícios, mesmo em casa, apresentaram melhor resiliência emocional, reforçando a importância de estratégias digitais para estimular a prática.

Pereira (2017) analisou o papel da Educação Física Comunitária em espaços públicos não escolares, com ênfase em práticas inclusivas desenvolvidas em praças e parques. O estudo destaca que atividades como grupos de corrida, ginástica ao ar livre e eventos esportivos em parcerias comunitárias promovem saúde, reforçam vínculos sociais e fortalecem o senso de pertencimento. O acesso gratuito e a apropriação desses espaços públicos têm se mostrado eficazes na redução de desigualdades no acesso ao exercício físico.

Mendes e Carvalho (2019) realizaram uma revisão de práticas inclusivas em projetos comunitários de Educação Física. Foram identificadas iniciativas que promovem a participação de diferentes faixas etárias, gêneros e níveis de habilidade, incluindo pessoas com deficiência. O trabalho destaca que o planejamento participativo e a adaptação das atividades são cruciais para garantir acessibilidade e inclusão, favorecendo o fortalecimento de redes de apoio comunitário e melhoria da qualidade de vida dos participantes.

Por fim, Lima et al. (2022) estudaram o uso de tecnologias digitais para incentivar a prática esportiva entre jovens em contextos vulneráveis. Os resultados indicam que aplicativos e redes sociais podem ampliar o engajamento, facilitando o acesso a informações e estimulando a criação de comunidades virtuais de apoio.

Portanto, os estudos analisados demonstram que iniciativas presenciais e digitais contribuem significativamente para o estímulo à prática esportiva. Essas pesquisas reforçam a importância da combinação entre tecnologia, acessibilidade e planejamento na elaboração de projetos para promoção da saúde e bem-estar, baseando a proposta deste trabalho.

Embora eficazes, esses projetos não possuem foco em contextos locais, como Campo Limpo Paulista. Portanto, a criação de um *website* voltado para a comunidade local pode preencher uma lacuna ao oferecer informações, eventos e oportunidades adaptadas à realidade da cidade.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa é de natureza aplicada, com abordagem quantitativa, e possui caráter exploratório-descritivo. O objetivo principal é desenvolver um *website* que centralize informações e serviços para incentivar a prática esportiva na cidade de Campo Limpo Paulista, com base na identificação das necessidades dos praticantes de esportes da região.

A população da pesquisa é composta por moradores de Campo Limpo Paulista que praticam atividades físicas regularmente ou têm interesse em praticá-las. A amostra é composta por 28 participantes, selecionados de forma não probabilística e por conveniência, uma vez que se trata de pessoas acessíveis e diretamente relacionadas ao tema abordado.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário *online* elaborado no Google Forms (GOOGLE, 2025), contendo perguntas fechadas de múltipla escolha e de escala, além de respostas abertas(outros). O questionário abordou temas como perfil dos praticantes, frequência da prática esportiva, dificuldades encontradas, além do uso de tecnologias e aplicativos relacionados ao esporte.

O procedimento da pesquisa se iniciou com uma revisão bibliográfica sobre esporte, qualidade de vida, inclusão social e o uso de plataformas digitais para incentivo à prática esportiva. Em seguida, o questionário foi disponibilizado *online* e divulgado nas redes sociais e grupos relacionados a esporte da cidade, visando atingir o público-alvo. Após a coleta das respostas, foi iniciado o desenvolvimento do *site* utilizando HTML (W3SCHOOLS, 2025), CSS (W3SCHOOLS, 2025), JavaScript (MOZILLA, 2025), NodeJS (NODEJS, 2025), Express (EXPRESS, 2025), React (REACT, 2025) e um banco de dados MongoDB (MONGODB, 2025).

A análise quantitativa dos dados foi feita a partir das respostas obtidas pelo formulário, por meio de estatísticas descritivas simples (frequência, média e porcentagem), organizadas em gráficos e tabelas para facilitar a interpretação. As informações obtidas nortearam tanto o desenvolvimento das funcionalidades do *site* quanto as conclusões sobre os desafios e necessidades dos praticantes de esportes na cidade.

A confidencialidade das informações foi garantida e os dados coletados foram utilizados exclusivamente para fins acadêmicos, com a autorização dos participantes, por meio de um termo de consentimento.

3.1 Modelagem do sistema

3.1.1 Usuários do sistema

- **Praticante de Esporte:** pode criar ou participar de comunidades, criar ou se inscrever em eventos, além de utilizar os recursos do site.
- **Administrador:** gerencia conteúdos e fiscaliza ações dos usuários para garantir que não sejam ofensivas ou ilegais.

3.1.2 Funcionalidades relacionadas ao usuário

Para melhor entendimento do que cada usuário pode fazer de maneira mais ampla essa seção aborda os aspectos que podem ser visualizados nas Tabelas 1 e 2.

A Tabela 1 apresenta as funções que podem ser realizadas pelos Praticantes de esportes.

Tabela 1: Funcionalidades dos Praticantes de esportes

Funcionalidade	Descrição
RF001 - Criar comunidades	O usuário pode criar uma comunidade local de esporte.
RF002 - Participar de comunidades	O usuário pode se inscrever em comunidades existentes.
RF003 - Enviar mensagens	Trocar mensagens dentro das comunidades das quais participa.
RF004 - Criar eventos	O usuário pode organizar eventos.
RF005 - Participar de eventos	O usuário pode se inscrever em eventos criados por outros.
RF006 - Visualizar conteúdos	Acessar conteúdos de apoio (calendário de eventos, dicas, locais de prática).
RF007 - Visualizar agenda	Acessar agenda e visualizar compromissos (eventos).

Fonte: Elaborado pelos autores (2025)

A Tabela 2 apresenta as funções que podem ser realizadas pelos Administrador.

Tabela 2: Funcionalidades do Administrador

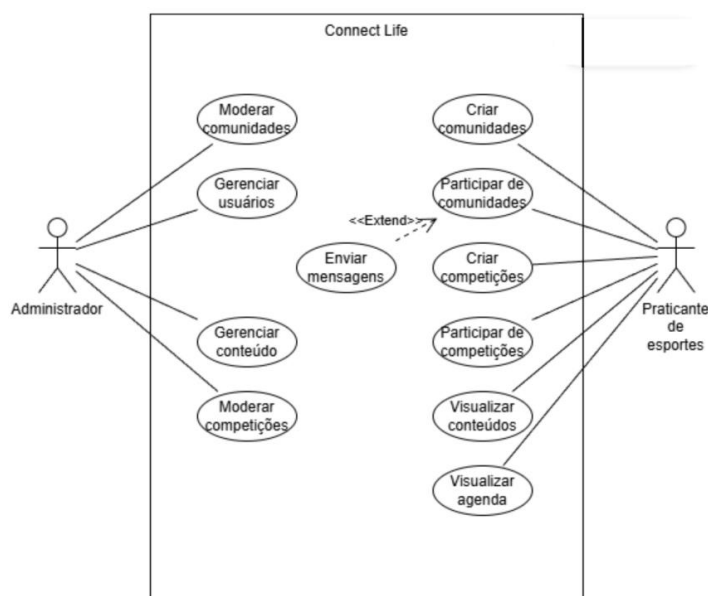
Funcionalidade	Descrição
RF008 - Moderar comunidades	Aprovar, editar ou remover comunidades criadas pelos usuários.
RF009 - Gerenciar usuários	Criar, editar, suspender ou excluir contas.
RF010 - Moderar mensagens	Excluir mensagens ofensivas ou inapropriadas em comunidades.
RF011 - Gerenciar conteúdo	Inserir, editar ou remover informações úteis no site (ex.: dicas esportivas, notícias).
RF012 - Moderar eventos	Aprovar, editar ou remover eventos criadas pelos usuários.

Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

3.1.3 Diagrama de Casos de Uso

Para entender o fluxo de navegação dos usuários, utiliza-se o modelo de Diagrama de Caso de Uso (Figura 1). Esse modelo define as funções de cada usuário de maneira mais simples e ilustrativa, permitindo compreender como eles se relacionam e suas limitações com base nas ações que podem realizar em comparação a outros tipos de usuários. Considerando que o usuário já está cadastrado e logado no sistema.

Figura 1 – Diagrama de Casos de uso

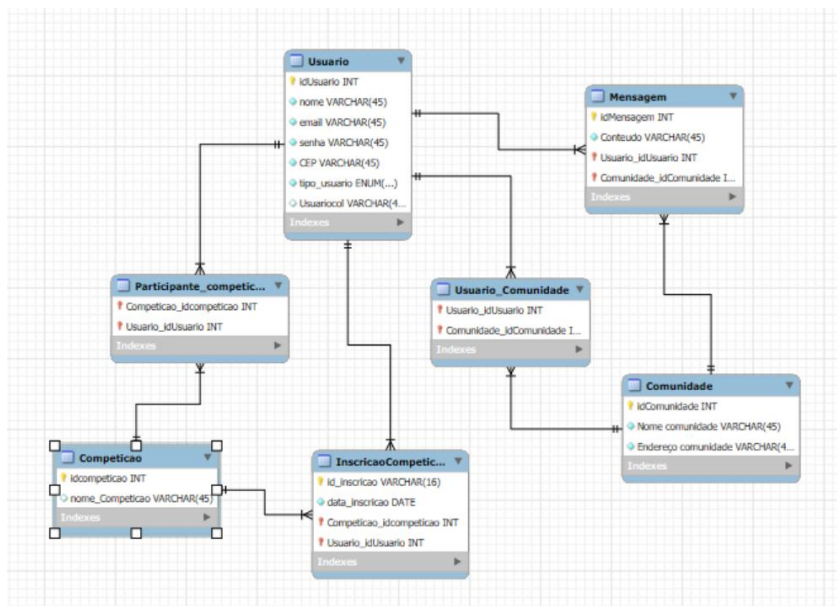


Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

3.1.4 Diagrama de Entidade-Relacionamento (DER)

O DER (Diagrama de Entidade Relacionamento) está representado na Figura 3, a qual mostra todas as tabelas e os atributos do banco de dados que serão utilizados no *site*.

Figura 2 – DER

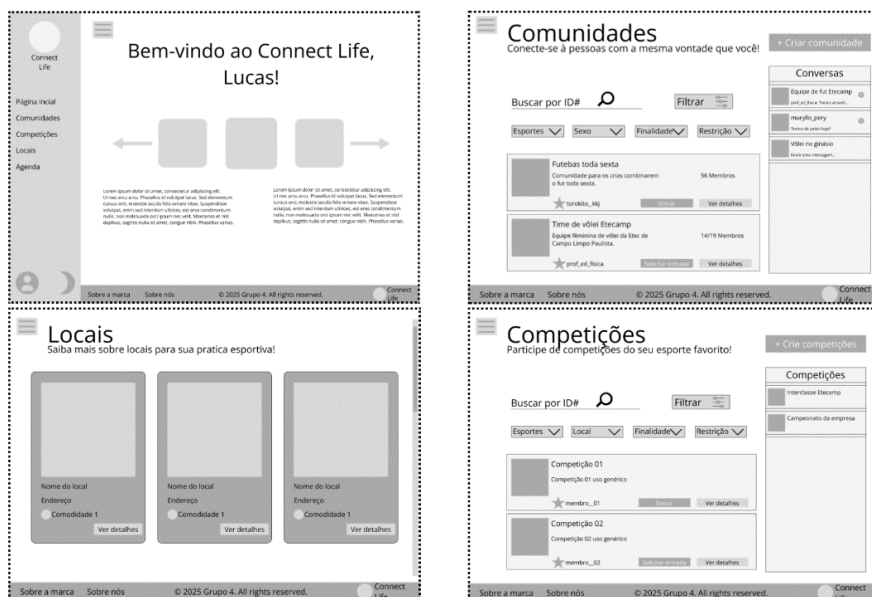


Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

3.1.5 Protótipo de Média Fidelidade

O protótipo de Média Fidelidade foi realizado a partir da análise do tema e dos dados apresentados, buscando auxiliar no desenvolvimento do *website*, dando uma base para a modelagem *front-end*. Figma (FIGMA, 2025), como mostra a Figura 3.

Figura 3 – Protótipo das telas do sistema



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 Análise dos resultados

Os dados coletados forneceram informações chaves sobre o público-alvo, praticantes de esportes em Campo Limpo Paulista e região. Nesta seção, serão analisadas todas as respostas obtidas por meio da aplicação de um formulário com 28 participantes. A coleta ocorreu do dia 07/08/2025 até o dia 20/08/2025.

No total, todos os participantes (100%) autorizaram o uso de suas respostas para fins de pesquisa, em conformidade com a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD).

A maioria dos participantes pertence a faixa etária de 14-18 anos de idade, sendo que 57,1% se identifica como masculino e o restante como feminino, e 92,8% reside em Campo Limpo Paulista ou Várzea Paulista. Esse perfil está alinhado ao público-alvo definido previamente para esse estudo, permitindo uma análise condizente com os objetivos propostos. Esses dados mostram que a pesquisa atingiu o público esperado, reforçando a confiabilidade dos resultados. Além disso, indicam a importância de criar um *site* que dialogue diretamente com os interesses e necessidades dos jovens da região.

A pergunta sobre a frequência que os usuários praticam esportes durante a sua semana, indica que 64,3% praticam esportes 3-5 vezes por semana ou 1-2 vezes por semana, o que comprova que sua grande maioria pratica cotidianamente. Nesse contexto, o *site* proposto ganha um papel importante, podendo oferecer recursos que acompanhem essa prática regular, como informações, dicas e funcionalidades que realmente façam sentido para quem já está engajado no esporte.

Caso a pessoa tenha respondido que “Nunca” pratica esportes não poderia continuar respondendo o formulário, o que correspondeu a 14% dos respondentes (4 pessoas).

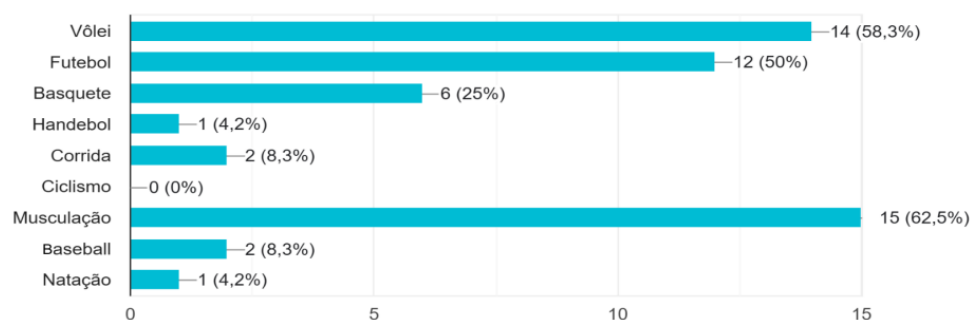
A pergunta sobre qual(is) esporte(s) o participante pratica, revelou que mais de 50% praticam futebol, musculação e/ou vôlei, enquanto apenas 4,2% responderam handebol ou natação, o que indica que essas modalidades são menos populares ou de difícil acesso, ao mesmo tempo em que confirma o interesse predominante do público-alvo por musculação, vôlei e futebol. Esses

resultados reforçam a importância de direcionar o conteúdo para os esportes mais praticados, tornando a proposta mais alinhada à realidade local, como esclarecido no gráfico de barras da Figura 5.

Figura 5 – Quais esportes pratica

Qual(is) esporte(s) você pratica?

24 respostas



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre de qual(is) evento(s) promovidos em sua cidade o participante já participou, revelou que mais de 50% participaram de torneios escolares e/ou torneios comunitários, enquanto apenas 4,2% responderam nunca ter ao menos ficado sabendo, o que indica que a maioria dos torneios envolve esportes em equipe e que quase todos os participantes já têm algum conhecimento sobre esses eventos. Esses dados revelam que os jovens da região estão familiarizados com eventos esportivos, especialmente os que são em equipe, o que reforça o interesse por práticas coletivas. Essa familiaridade torna mais fácil a divulgação de iniciativas relacionadas ao esporte, como esclarecido no gráfico de barras da Figura 6.

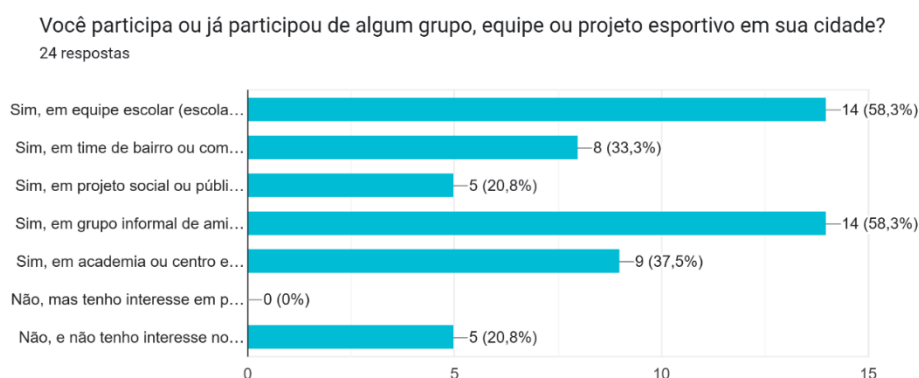
Figura 6 – Quais eventos esportivos já participou



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre se o participante faz ou já fez parte de uma equipe ou projeto esportivo em sua cidade, revelou que 58,3% já participaram de equipes escolares e/ou grupos informais de amigos, enquanto 20,8% responderam que nunca, e não possuem interesse em participar. Esses dados indicam que os jovens praticam esportes não apenas pelo interesse na atividade em si, mas também pela dimensão social que ela proporciona, fortalecendo vínculos com amigos e conhecidos, que evidencia a importância de considerar aspectos sociais ao desenvolver iniciativas relacionadas ao esporte, como esclarecido no gráfico de barras da Figura 7.

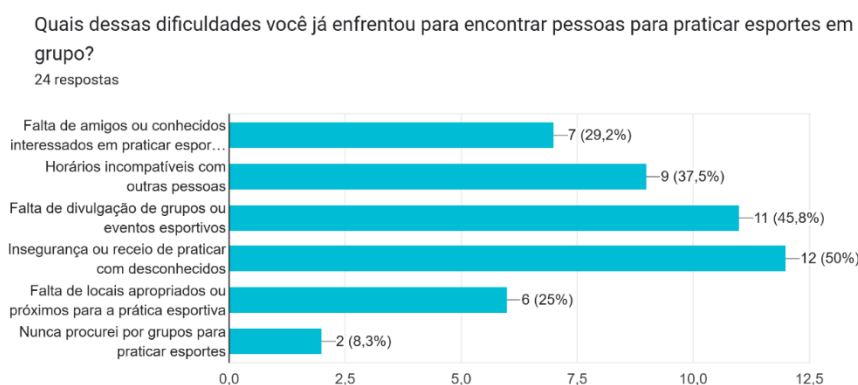
Figura 7 – Participa de algum grupo/equipe esportiva



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre dificuldades que o participante já encontrou ao praticar esportes em grupo, revelou que 50% tiveram/tem receio em participar com desconhecidos, enquanto apenas 8,3% responderam nunca ter procurado por grupos para praticar esportes. O que reforça que o *website* deve incluir funcionalidades que facilitem a interação entre usuários, enquanto uma pequena parcela nunca buscou grupos esportivos e demonstra pouco interesse em atividades coletivas, como esclarecido no gráfico de barras da Figura 8.

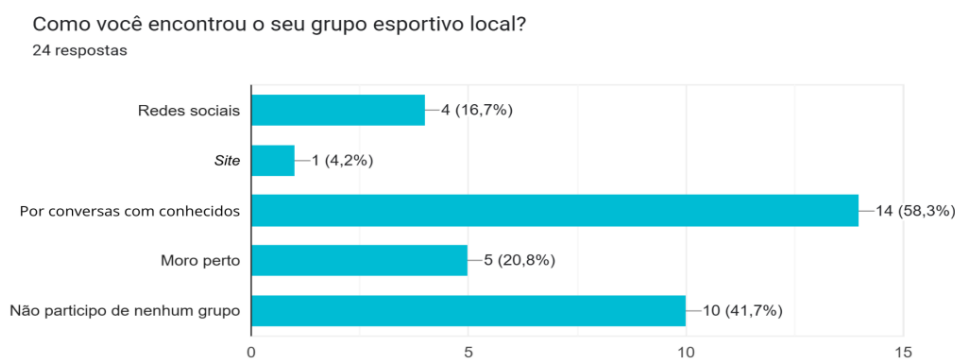
Figura 8 – Quais dificuldades foram encontradas



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre como o participante encontrou seu grupo esportivo, revelou que 58,3% encontraram por conversas com conhecidos, enquanto apenas 4,2% encontraram por *sites*, o que evidencia a necessidade de o *website* oferecer recursos que permitam aos usuários se comunicarem e interagirem entre si. como esclarecido no gráfico de barras da Figura 9.

Figura 9 – Como encontrou seu grupo esportivo

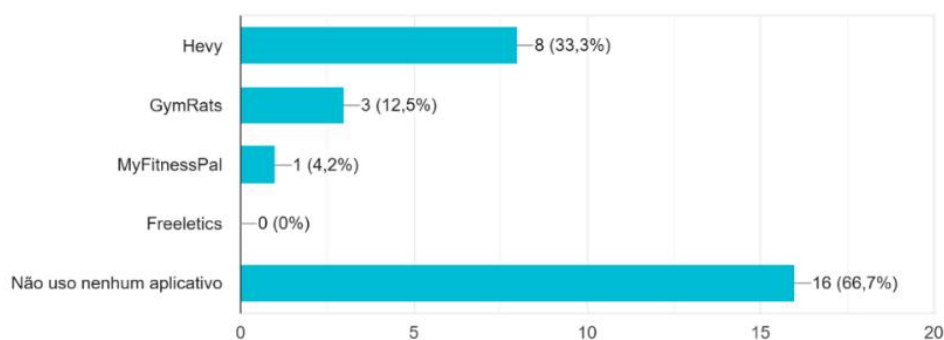


Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre quais aplicativos o participante costuma utilizar em sua prática de esportes, revelou que 66,7% não utilizam nenhum aplicativo, enquanto 50% utilizam de aplicativos como o Hevy, Gymrats e/ou MyFitnessPal, o que sugere que, embora metade dos participantes já possua alguma familiaridade, provavelmente ainda não encontraram uma ferramenta que atenda completamente às suas necessidades. como esclarecido no gráfico de barras da Figura 10.

Figura 10 – Quais aplicativos utiliza em sua pratica esportiva

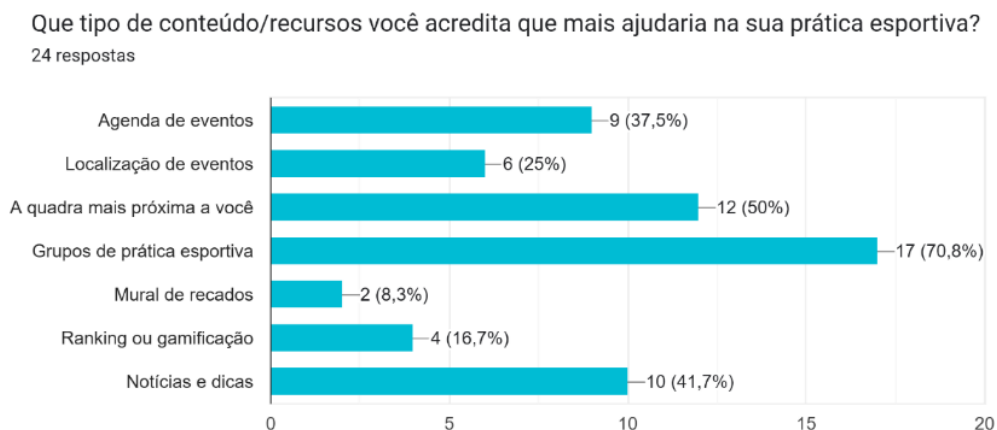
Qual(is) desses site(s) e/ou aplicativo(s) você utiliza para auxiliar na sua prática esportiva?
24 respostas



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre que tipo de conteúdo ajudaria na prática esportiva dos participantes, revelou que 70,8% acredita que grupos de prática esportiva seriam úteis, enquanto 8,3% utilizaria do mural de recados, o que ressalta a importância de incluir recursos de comunicação entre os usuários dentro do *website*, como esclarecido no gráfico de barras da Figura 11.

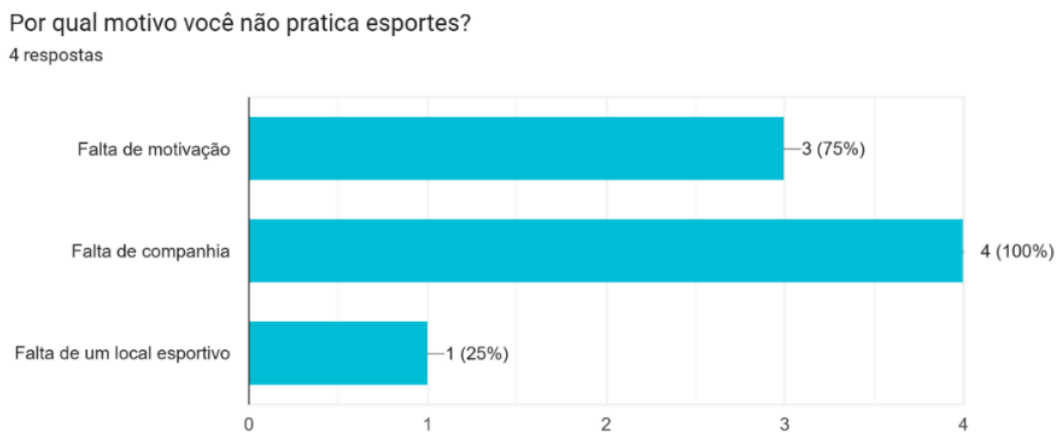
Figura 11 – Que tipo de conteúdo seria útil



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

A pergunta sobre o motivo que as pessoas que responderam nunca praticar esportes, revelou que 100% não praticam por falta de companhia, enquanto 25% não praticam por falta de locais adequado, o que evidencia que a comunicação entre os usuários pode facilitar novas conexões, incentivando a participação e o início de suas práticas esportivas. como esclarecido no gráfico de barras da Figura 12.

Figura 12 – por qual motivo não pratica esportes



Fonte: Elaborada pelos autores (2025)

4.2 Apresentação da aplicação desenvolvida

Connect Life⁶ foi o nome escolhido para o *website*, pois além de remeter ao conceito principal relacionado à conexão de pessoas, traz consigo algumas características implícitas como: linguagem moderna, direta e de fácil memorização.

O logotipo (Figura 13) é formado por uma bola de vôlei ao fundo e em sua frente a silhueta de algumas pessoas abraçadas pelos ombros. A idealização desse conceito foi proposta visando representar as seguintes características:

- Bola de vôlei: trazer à tona o tema esporte.
- Pessoas abraçadas pelos ombros: a conexão com outros usuários.

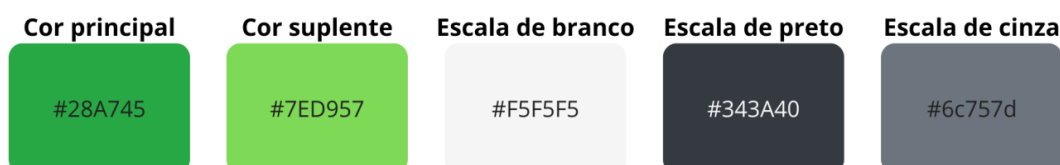
Figura 13 – Logotipo



Elaborado pelos autores (2025)

Escolhemos o verde como nossa cor primária, pois queremos passar para o usuário do *site* vitalidade, energia, movimento, além disso, é uma cor capaz de transmitir bem-estar e sustentabilidade, conforme mostra a Figura 14.

Figura 14 – Paleta de cores



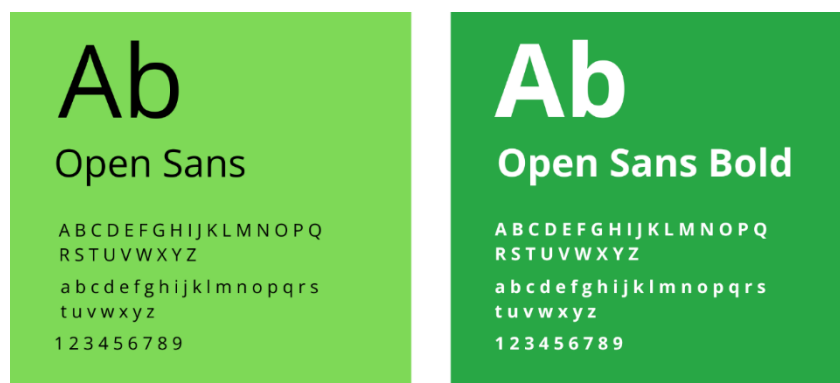
⁶ Para mais informações, acesse o projeto no GitHub:

<https://github.com/RogueKorin/Desenvolvimento-de-um-Website-para-Praticantes-de-Esporte-em-Campo-Limpo-Paulista>

Elaborado pelos autores (2025)

A fonte “Open Sans” foi escolhida para o projeto pois possui uma grande família, é uma fonte que demonstra simplicidade e modernidade e também legível em qualquer tela, conforme mostra a Figura 14.

Figura 15 – Fonte utilizada

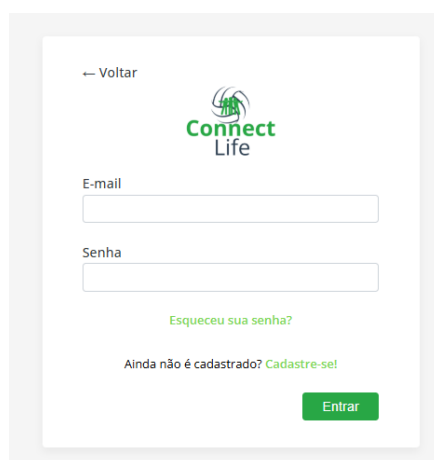


Elaborado pelos autores (2025)

A seguir são apresentadas as principais telas do sistema, acompanhadas de uma breve descrição de suas funcionalidades.

A Figura 16 ilustra a página onde o usuário fará *login*, informando alguns de seus dados apresentados no cadastro, direcionado assim o usuário para a área de praticantes ou administrador.

Figura 16 – Página de *login*



Elaborado pelos autores (2025)

A figura 17 ilustra a página inicial, para onde o usuário é direcionado após efetuar o *login* e ser identificado como praticante de esportes. Esta página apresenta uma barra de navegação lateral com as opções de páginas que o usuário poderá navegar, um carrossel com alguns *cards* que levam às páginas principais do *site* e uma breve descrição do trabalho.

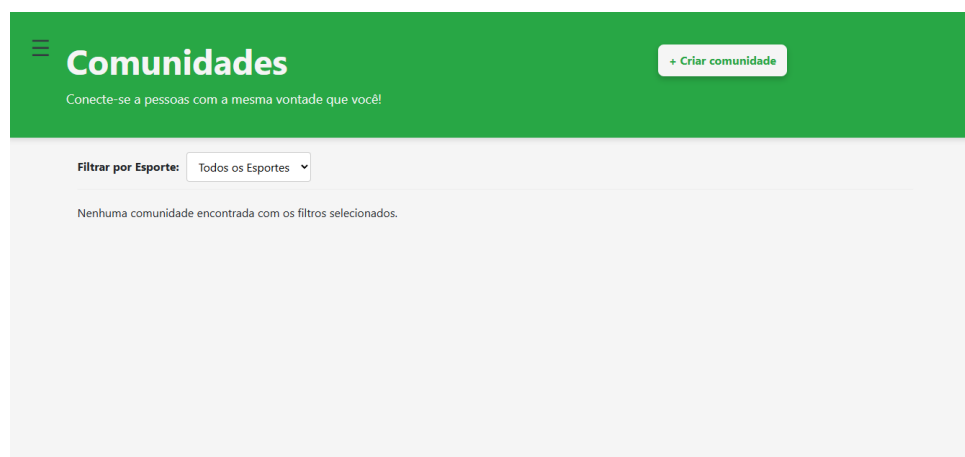
Figura 17 – Página inicial



Elaborado pelos autores (2025).

A figura 18 ilustra a página de comunidades, onde será possível criar novas comunidades, acessar as comunidades em que o participante está, visualizar comunidades já criadas e buscar comunidades pelo ID.

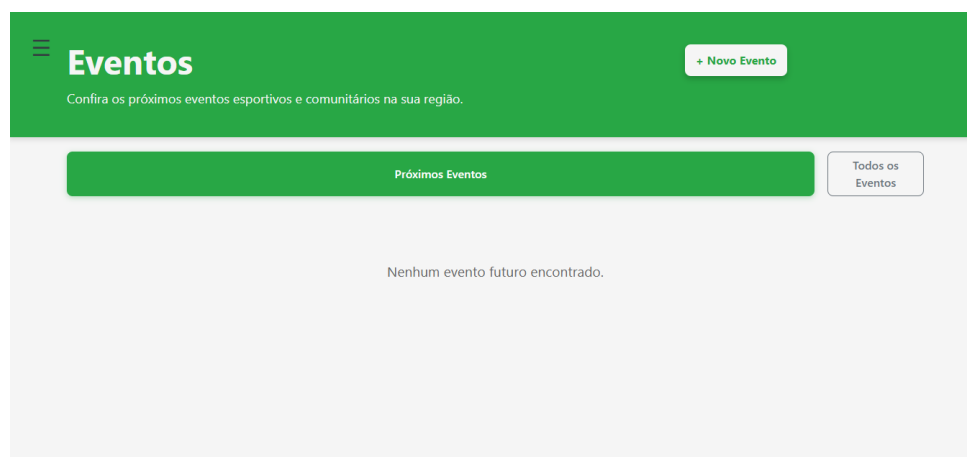
Figura 18 – Página de comunidades



Elaborado pelos autores (2025)

A figura 19 ilustra a página de eventos, onde será possível criar novos eventos, selecionar eventos dos quais o usuário deseja participar, visualizar eventos já criados e buscar eventos pelo ID.

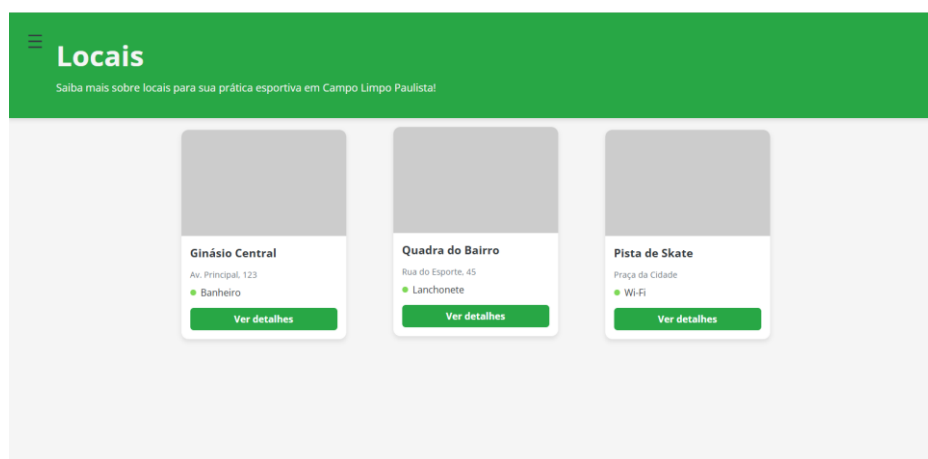
Figura 19 – Página de eventos



Elaborado pelos autores (2025)

A figura 20 ilustra a página de locais, onde será possível visualizar alguns dos locais de Campo Limpo Paulista.

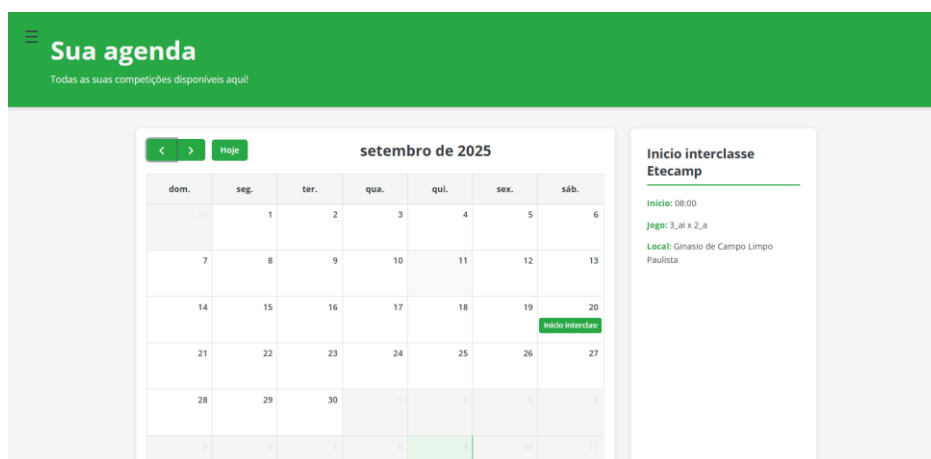
Figura 20 – Página de locais



Elaborado pelos autores (2025)

A figura 21 ilustra a página de agenda, que conterá um calendário e os eventos em que o usuário se inscreveu.

Figura 21 – Página de agenda



Elaborado pelos autores (2025)

A figura 22 ilustra a página de “minha conta”, onde é possível alterar o nome de usuário e a própria foto de perfil, ambos visíveis para os demais usuários da plataforma.

Figura 22 – Página de “minha conta”



Elaborado pelos autores (2025)

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O problema central desta pesquisa consistiu em compreender como o desenvolvimento de um website poderia incentivar a prática esportiva em Campo Limpo Paulista, diante da dificuldade dos moradores em acessar informações sobre modalidades, locais de prática e eventos disponíveis. A análise realizada demonstrou que a criação de uma plataforma digital representa uma solução viável para aproximar tecnologia, esporte e saúde, oferecendo um espaço que facilita a integração entre os praticantes.

Os resultados obtidos a partir do questionário revelaram que a maioria dos jovens da cidade já pratica esportes regularmente, especialmente modalidades coletivas como futebol, vôlei e musculação, mas ainda enfrenta barreiras como receio de interagir com desconhecidos e falta de informações sobre grupos organizados. Esses dados evidenciam que a proposta do *website* vai ao encontro das necessidades locais, pois amplia as formas de comunicação, promove visibilidade para eventos e potencializa a criação de comunidades esportivas.

Além disso, observou-se que boa parte dos participantes ainda não utiliza aplicativos específicos para auxiliar na prática esportiva, o que reforça a lacuna a ser preenchida por uma plataforma acessível e adaptada ao contexto da cidade. Nesse sentido, o protótipo desenvolvido apresenta potencial para centralizar serviços úteis, como criação de comunidades, inscrição em eventos e acesso a conteúdos de apoio, atendendo às demandas levantadas pela pesquisa.

Dessa forma, pode-se afirmar que os objetivos traçados foram alcançados, uma vez que o projeto conseguiu unir levantamento teórico, análise do público-alvo e desenvolvimento de uma aplicação prática. A construção do website contribui não apenas para incentivar a prática esportiva, mas também para estimular a interação social, fortalecendo o senso de comunidade e promovendo hábitos de vida mais saudáveis.

Em termos de contribuição, este trabalho se destaca por propor uma solução prática com impacto direto na realidade local, preenchendo uma lacuna de acesso à informação esportiva em Campo Limpo Paulista. Ao mesmo tempo, oferece subsídios para discussões acadêmicas sobre a relação entre esporte, tecnologia e inclusão social, reforçando a importância de integrar diferentes áreas de conhecimento na busca por soluções comunitárias.

No entanto, algumas limitações foram enfrentadas durante o processo, como a falta de organização inicial da equipe, a pouca experiência em *design* e a reduzida quantidade de respostas obtidas no questionário. Esses fatores limitaram a profundidade de algumas análises e o detalhamento estético do sistema, mas não comprometeram a validação da proposta desenvolvida.

Por fim, recomenda-se para trabalhos futuros a ampliação das funcionalidades do *website*, incluindo recursos de solicitação de amizades ou seguidores, envio monitorado de fotos, vídeos e áudios, além de uma aba

destinada a anotações pessoais. Essas melhorias podem enriquecer a experiência do usuário, fortalecer vínculos entre praticantes e tornar a plataforma mais completa, dinâmica e interativa.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Aline. **Afetividade e permanência em projetos esportivos**. Revista Educação e Sociedade, v. 40, n. 144, p. 123-136, 2019.

COAKLEY, Jay. **Sports in Society: Issues and Controversies**. 10. ed. [S.l.]: McGraw-Hill, 2010.

COELHO, Renato. **Esporte e transformação social: possibilidades e limites**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 37, n. 2, p. 215-229, 2015.

DACOSTA, Lamartine Pereira. **Esporte para todos: decálogo**. Rio de Janeiro: MEC/IBEU, 1981.

EXPRESS. **Express – Web Framework for Node.js**. Disponível em: <https://expressjs.com/>. Acesso em: 08/06/2025.

FIGMA. **Figma – Plataforma de Design Colaborativo**. Disponível em: <https://www.figma.com/files/team/1537425958209993887/recents-and-sharing?fuid=1537425955841124566>. Acesso em: 03/12/2025.

GOOGLE. **Google Forms**. Disponível em: <https://workspace.google.com/intl/pt-BR/products/forms/>. Acesso em: 08/06/2025.

INTERDONATO, Giovanna Carla; GREGUOL, Márcia. **Qualidade de vida percebida por indivíduos fisicamente ativos e sedentários**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 18, n. 1, p. 61-67, 2010.

LIMA, Felipe et al. **Tecnologias digitais para promoção do esporte em contextos vulneráveis**. Revista Tecnologia e Sociedade, v. 12, n. 1, p. 45-59, 2022.

LOVISOLO, H. **Escola e família: constelação imperfeita**. Ciência Hoje, São Paulo, v. 6, n. 1, maio 1987.

MARQUES, Renato Francisco Rodrigues. **Esporte e qualidade de vida: reflexão sociológica**. 2007. Tese (Doutorado). [Instituição não informada].

MEETUP. **Meetup – Plataforma para Criação e Participação de Eventos**. Disponível em: <https://www.meetup.com/pt-BR/>

. Acesso em: 03/12/2025.

MENDES, Carla; CARVALHO, João. **Programas comunitários de educação física e inclusão social**. Revista Movimento e Saúde, v. 8, n. 3, p. 210-223, 2019.

MONGODB. **MongoDB**. Disponível em: <https://www.mongodb.com/>
. Acesso em: 11/09/2025.

MOZILLA. **JavaScript – MDN Web Docs**. Disponível em: <https://developer.mozilla.org/en-US/docs/Web/JavaScript>
. Acesso em: 08/06/2025.

NASCIMENTO, Marília; SILVA, Lucas. **Qualidade de vida**: um conceito multidimensional. Revista Saúde e Sociedade, v. 27, n. 4, p. 893-902, 2018.

NODEJS. **About Node.js**. Disponível em: <https://nodejs.org/en/about>
. Acesso em: 08/06/2025.

PEREIRA, Daniela. **Educação física comunitária**: conceitos e práticas. Revista Educação em Movimento, v. 10, n. 1, p. 15-26, 2017.

REACT. **React – A JavaScript library for building user interfaces**. Disponível em: <https://react.dev/>
. Acesso em: 08/06/2025.

SANTOS, Paulo. **Esporte e lazer na contemporaneidade**. Revista Brasileira de Lazer e Turismo, v. 14, n. 2, p. 102-114, 2016.

SANTOS, Ricardo; OLIVEIRA, Tânia. **Inclusão social através do esporte comunitário**. Revista Movimento e Inclusão, v. 4, n. 1, p. 50-64, 2017.

SILVA, Felipe; ALMEIDA, Rodrigo. **Esporte e cultura**: novas perspectivas para o lazer. Cadernos de Cultura e Esporte, v. 5, n. 2, p. 34-48, 2020.

SILVA, João; OLIVEIRA, Marcos. **Atividade física e bem-estar**: impactos psicossociais. Revista de Psicologia do Esporte, v. 21, n. 3, p. 287-299, 2019.

SOUZA, Gabriela Maria Auxiliadora Cândido; LOPES DA ROCHA, Daiane; CONTENÇAS, Thaís Santos. **O impacto do isolamento social no nível de atividade física e saúde mental dos idosos durante a pandemia da COVID-19**: uma revisão narrativa da literatura. O Cuidado em Saúde Baseado em Evidências, v. 5, p. 84-96, 2024.

STRAVA. **Strava – Plataforma de Monitoramento de Atividades Físicas**. Disponível em: <https://www.strava.com/?hl=pt-BR>
. Acesso em: 03/12/2025.

VIANNA, José Antonio; LOVISOLO, Hugo Rodolfo. **A inclusão social através do esporte**: a percepção dos educadores. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 25, p. 285-296, 2011.

W3SCHOOLS. **HTML Introduction** – W3Schools. Disponível em: https://www.w3schools.com/html/html_intro.asp. Acesso em: 08/06/2025.