



Educación Física y Ciencia  
ISSN: 1514-0105  
ISSN: 2314-2561  
revistaefyc@fahce.unlp.edu.ar  
Universidad Nacional de La Plata  
Argentina

# Atividades corporais de aventura na escola: a corrida de orientação como proposta no desenvolvimento das competências socioemocionais

Ramos Dantas, Tiago; Vieira-Souza, Lucio Marques; Triani, Felipe; Getirana-Mota, Márcio; Lopes dos Santos, Jymmys; Aidar, Felipe J.; Gomes Ribeiro da Costa, Lúcio Flávio

Atividades corporais de aventura na escola: a corrida de orientação como proposta no desenvolvimento das competências socioemocionais

Educación Física y Ciencia, vol. 24, núm. 2, 2022

Universidad Nacional de La Plata, Argentina

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439971020010>

DOI: <https://doi.org/10.24215/23142561e216>



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

## Atividades corporais de aventura na escola: a corrida de orientação como proposta no desenvolvimento das competências socioemocionais

Adventure corporal activities at school: the orienteering race as a proposal in the development of socio-emotional skills

Actividades corporales de aventura en la escuela: la carrera de orientación como propuesta en el desarrollo de habilidades socioemocionales

*Tiago Ramos Dantas*

*Curso de Educação Física, Centro Universitário do Rio São Francisco-UNIRIOS, Paulo Afonso, Brasil*  
trd@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-7921-7434>

DOI: <https://doi.org/10.24215/23142561e216>

Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439971020010>

*Lucio Marques Vieira-Souza*

*Curso de Educação Física, Universidade do Estado de Minas Gerais-UEMG, Passos-MG, Brasil*  
profedf.luciomarkes@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-5721-0725>

*Felipe Triani*

*Curso de Educação Física, Universidade Estácio de Sá – UNESA, Rio de Janeiro-RJ, Brasil*  
felipetriani@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0001-6470-8823>

*Márcio Getirana-Mota*

*Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe-UFS, São Cristóvão-SE, Brasil*

marcio\_getirana@hotmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-9022-6251>

*Jymmys Lopes dos Santos*

*Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe-UFS, São Cristóvão-SE, Brasil*

jymmyslopes@yahoo.com.br

 <https://orcid.org/0000-0003-1433-2041>

*Felipe J. Aidar*

*Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Sergipe-UFS, São Cristóvão-SE, Brasil*

fjaidar@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0001-7378-4529>

*Lúcio Flávio Gomes Ribeiro da Costa*

*Curso de Educação Física, Centro Universitário do Rio São Francisco - UNIRIOS, Paulo Afonso-BA, Brasil*  
luciojudo@hotmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-3437-8701>

Recepción: 17 Julio 2021  
Aprobación: 25 Marzo 2022  
Publicación: 04 Abril 2022

## RESUMO:

Os esportes de aventura quando tematizados nas aulas de Educação Física têm o potencial de despertar fortes emoções, principalmente pelas experiências de risco e aventura, no contexto escolar, a Base Nacional Comum Curricular-BNCC, existe há necessidade de se trabalhar a educação emocional. O objetivo deste estudo foi analisar o comportamento socioemocional dos alunos diante de uma intervenção de corrida de orientação. 39 escolares do ensino médio participaram do estudo. Foi aplicado o questionário Big Five Inventory (BFI) após uma intervenção de corrida de orientação para a avaliação do perfil socioemocional. Foi constatado que as maiores médias entre os perfis foram: Abertura (34,59), amabilidade (30,44), conscienciosidade (28,23) (tabela 1). A corrida de orientação, se mostra eficaz no desempenho emocional dos escolares pois os perfis de maior as maiores medias foram para os perfis de: Abertura, amabilidade e conscienciosidade. Está intervenção também atende aos requisitos presentes no BNCC sobre o desenvolvimento emocional como também sobre a necessidade de práticas de aventura para a Educação Física.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividades corporais, Corrida de orientação, Competências socioemocionais, Esporte de aventura, Big five.

## ABSTRACT:

Adventure sports when thematized in Physical Education classes have the potential to arouse strong emotions, mainly through risk and adventure experiences, in the school context, the National Common Curricular Base-BNCC, there is a need to work on emotional education. The objective of this study was to analyze the socio-emotional behavior of students in the face of an orienteering race intervention. 39 high school students participated in the study. The Big Five Inventory (BFI) questionnaire was applied after an orienteering race intervention to assess the socio-emotional profile. It was found that the highest averages among the profiles were: Openness (34.59), kindness (30.44), conscientiousness (28.23) (Table 1). The orienteering race proves to be effective in the emotional performance of the students because the profiles of the highest the highest averages were for the profiles of: Openness, kindness and conscientiousness. This intervention also meets the requirements present in the BNCC on emotional development as well as on the need for adventure practices for Physical Education.

**KEYWORDS:** Body activities, Orienteering race, Socio-emotional skills, Adventure sport, Big five.

## RESUMEN:

Los deportes de aventura cuando son tematizados en las clases de Educación Física tienen el potencial de despertar emociones fuertes, principalmente a través de experiencias de riesgo y aventura, en el contexto escolar, Base Curricular Común Nacional-BNCC, existe la necesidad de trabajar la educación emocional. El objetivo de este estudio fue analizar el comportamiento socioemocional de los estudiantes ante una intervención de carrera de orientación. 39 estudiantes de secundaria participaron en el estudio. Se aplicó el cuestionario Big Five Inventory (BFI) después de una intervención de carrera de orientación para evaluar el perfil socioemocional. Se encontró que los promedios más altos entre los perfiles fueron: Apertura (34,59), amabilidad (30,44), escrupulosidad (28,23) (Tabla 1). La carrera de orientación demuestra ser efectiva en el desempeño emocional de los estudiantes debido a que los perfiles de los más altos los promedios más altos fueron para los perfiles de: Apertura, amabilidad y escrupulosidad. Esta intervención también cumple con los requisitos presentes en el BNCC sobre el desarrollo emocional, así como sobre la necesidad de prácticas de aventura para la Educación Física.

**PALABRAS CLAVE:** Actividades corporales, Carrera de orientación, Habilidades socioemocionales, Deporte de aventura, Big five.

## INTRODUÇÃO

Os esportes de aventura quando tematizados nas aulas de Educação Física têm o potencial de despertar fortes emoções, principalmente pelas experiências de risco e aventura (Triani & Telles, 2020; Harper & Webster, 2017). Iqbal & Mansell (2021), reforçam que os resultados adquiridos pelas práticas de aventura

estão relacionados a natureza, são benéficas a saúde mental e ao bem-estar. Além disso, Miranda, Lacasa & Muro (1995), afirma que, esses esportes buscam situações de intenso prazer psicomotor. Pois o objetivo desta modalidade está focado na autorrealização e na melhoria da qualidade de vida pois pretendem substituir competição, esforço e tensão.

No Brasil, o contexto escolar ainda é escasso de professores que adotam estas práticas esportivas devido a não especialização nessa temática (Tahara & Darido, 2018; Santos, Nunes, Santos, Reis & Mendes, 2014). Porém, apesar da escassez de professores especializados, já existe uma convicção que os esportes de aventura contribuem de forma significativa no desenvolvimento do bem-estar psicológico (Slee & Allan, 2019), e de habilidades e capacidades motoras necessárias ao desenvolvimento motor da criança (Ferreira & Pimentel, 2016).

Apesar de uma existente escassez de professores que trabalham essa temática, a Base Nacional Comum Curricular – BNCC brasileira tem como uma das unidades temáticas as práticas corporais de aventura (Brasil, 2018). Que por sua vez corresponde às expressões e formas de experimentação corporal centradas nas perícias e proezas provocadas pelas situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador (Brasil, 2018). Uma das possibilidades que compõe os esportes de aventura é a corrida orientada.

Esta modalidade esportiva tem como objetivo central a conservação da saúde física e mental (CBO, 2022). Atendendo assim as exigências contidas no BNCC. Essa modalidade de corrida representa uma ampla possibilidade multidisciplinar, pois através da prática de aventuras em ambientes abertos, vários outros temas podem ser trabalhados em conjunto com as demais disciplinas. Se tornando assim uma possibilidade de trabalho multidisciplinar (Melo Filho, 2018; De Oliveira Sousa, et al., 2020; Badau, 2017; Mackenzie, et al., 2018).

Nesse sentido, diante de pouquíssimos dados sobre os esportes de aventuras em escolares. o objetivo deste estudo foi analisar o comportamento socioemocional dos alunos diante de uma intervenção de corrida de orientação. Temos como hipótese que a corrida de orientação pode desenvolver competências socioemocionais em escolares do ensino médio.

## METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como estudo de caso com análise descritiva dos dados, segundo Thomas, Nelson & Silverman (2012), este tipo de pesquisa visa a compreensão profunda de uma única situação ou fenômeno. Ainda segundo os autores, este tipo de estudo não se restringe ao estudo de um indivíduo, mas pode ser utilizado em pesquisas que envolvam programas, instituições, organizações, estruturas políticas, comunidades e situações.

O estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário do Rio São Francisco, sendo aprovado via parecer consubstanciado de número 4.322.977 e CAAE: 37473320.0.0000.8166.

## Participantes

A pesquisa foi realizada com 72 alunos do Ensino Médio de um colégio situado na cidade de Paulo Afonso, Bahia-BR. Porém, somente 39 se mantiveram até o final do processo. A amostra foi composta de forma não aleatória, intencional e com participação voluntária. Todos os alunos participantes da pesquisa foram autorizados pelos seus responsáveis legais mediante a assinatura um termo de consentimento livre e esclarecido, bem como os estudantes assinaram um termo de assentimento livre e esclarecido seguindo as recomendações da resolução 466/2012 do conselho nacional de saúde.

## Instrumentos

Foi utilizado o questionário Big Five Inventory - BFI (McCrae & John, 1992) logo após o término da corrida de orientação para identificar competências socioemocionais como extroversão, amabilidade, conscienciosidade, neuroticismo e abertura. Este questionário é validado e traduzido para aplicabilidade no Brasil (Hutz, Nunes, Silveira, Serra, Anton, & Wieczorek, 1998). O BFI é composto de 44 itens contendo 5 dimensões: I) extroversão, II) amabilidade, III) conscienciosidade, IV) neuroticismo e V) abertura. Os participantes classificam cada item em uma escala de 5 pontos que varia 1 (discordo totalmente) a 5 (concordo totalmente); a análise das repostas são computadas como a média aritmética de cada item, ou seja, somando todos os valores dos itens de cada dimensão e dividindo pelo número de itens marcados na escala.

## Procedimentos

Todos os alunos foram submetidos a uma experiência pedagógica na escola em que vivenciaram a corrida de orientação. Foi disponibilizado um mapa aos alunos onde continham informações de como chegar nos pontos de controle (PCs) e características do terreno. A principal característica da corrida de orientação é escolher o melhor percurso para chegar nos PCs no menor tempo possível (CBO, 2022).

## Análise dos dados

Os dados coletados foram analisados por meio de estatística descritiva apresentando média, desvio padrão, valores máximo e mínimo de dispersão, tratados por meio do software Excel versão 2013.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O objetivo desta pesquisa foi analisar o comportamento socioemocional dos alunos submetidos a uma intervenção de corrida de orientação. Nosso principal achado foi que os alunos demonstraram um maior perfil para “abertura” e um menor perfil para “extroversão” conforme tabela 1.

TABELA 1  
Classificação dos grandes cinco perfis de personalidade do Big Five

	Extroversão	Amabilidade	Conscienciosidade	Neuroticismo	Abertura
Média	24,69	30,44	28,23	27,33	34,59
Desvio Padrão	4,65	4,2	4,2	4,88	6,66

Fonte: McCrae & John (1992)

Uma meta-análise recente, McEwan, Boudreau, Curran, & Rhodes (2019), identificaram o perfil de participantes de esportes de aventura, segundo os autores, os participantes destas modalidades esportivas são mais propensos a desenvolver perfil de extroversão (segundo os próprios autores são pessoas com uma abordagem enérgica e assertiva do mundo) e menos propensos ao neuroticismo. Para nossa amostra, os perfis que foram mais propensos após a intervenção da corrida de orientação foi a abertura seguida de amabilidade (tabela 1), talvez esses perfis possam ser influenciados pela faixa etária, já que nossa amostra é composta por adolescentes. Para Hutz et al (1998), os perfis de maior propensão apresentado em nossa pesquisa (abertura e amabilidade) engloba características como flexibilidade de pensamento, fantasia e imaginação, abertura para

novas experiências e interesses culturais para o primeiro perfil. Já para o segundo, os indivíduos tendem a ser socialmente agradável e caloroso. O único ponto em comum entre nossa pesquisa com a de McEwan et al (2019), foi o baixo perfil de neuroticismo. Este traço está ligado a características de personalidade envolvendo afeto positivo e negativo, ansiedade, estabilidade emocional, etc. (Hutz et al, 1998). Diante destas informações, é possível hipotetizar que independentemente da idade, os indivíduos que são expostos aos esportes de aventura são menos propensos a desenvolver o neuroticismo. Pois, este perfil vem sendo associado fortemente a ter tendência de experimentar afetos negativos e depressão (Ormel et al, 2013, Jeronimus, Kotov, Riese, & Ormel, 2016)

Os achados acima citados, é de grande importância pois revelam o grande potencial dos esportes de aventura em especial a corrida de orientação no desenvolvimento emocional das pessoas. Pois diante de uma única intervenção foi possível perceber que os perfis abertura e amabilidade são mais suscetíveis a uma maior relação interpessoal (O'Tuathaigh, Nadhirah Idris, Duggan, Costa, & Costa, 2019).

Já em relação a conscienciosidade, este perfil está sendo relacionado a autoestima (Bojanić, Nedeljković, Šakan, Mitić, Milovanović & Drid, 2019). Estudos que analisaram a autoestima em esportes, identificaram que tanto as modalidades individuais quanto as coletivas, aumentam a autoestima dos praticantes em relação aos não praticantes (Šagát et al, 2021; Monteiro, Novaes, Santos, & Fernandes, 2014; Ali, Ichraf, Khaled, Liwa & Ali, 2013). Este é um ponto importante a ser considerado, tendo em vista que a atividade proposta por nossa pesquisa pode ser trabalhada tanto como individual ou em grupo.

Um dado que não pode ser desconsiderado é o neuroticismo. Alguns estudos apontam que este perfil está altamente relacionado com emoções ruins e com vulnerabilidade para cometer delitos (Kulig, Cullen, Wilcox, & Chouhy, 2019; Cho, Hong, Espelage & Choi, 2017; Deryol, Wilcox & Dolu, 2017; Pratt & Turanovic, 2016; Delisi, Tostlebe, Burgason, Heirigs & Vaughn, 2018). Nossos dados demonstram que a corrida de orientação pode ser um importante agente contra esse perfil emocional. o predomínio para essa amostra foram os perfis relacionados a Abertura, Amabilidade e Conscienciosidade. E conforme os trabalhos citados de Piepiora (2021.a,b). Esses perfis possuem relação inversa com o neuroticismo.

Em relação ao resultado geral dos cinco grupos de personalidade, podemos observar que os três perfis que mais foram observados após uma corrida de orientação (Amabilidade, Conscienciosidade e Abertura) são associados a melhores relações interpessoais e a uma melhor autoestima. Esses resultados corroboram com nossa hipótese de que a corrida de orientação pode desenvolver competências socioemocionais em escolares do ensino médio. Apesar destes resultados, os esportes de aventura em especial a corrida de orientação não vem sendo bem trabalhada no Brasil, Franco, Tahara, & Darido (2018), identificaram que apenas 6 estados federativos brasileiros apresentam os esportes de aventuras dentro das propostas de conteúdo. Apesar de ser algo exigido pelo BNCC.

Diante de todo o exposto e dada a importância do assunto, é imprescindível que as escolas e professores busquem aplicar essa modalidade de atividade física em seus conteúdos uma vez que a mesma é componente obrigatório do BNCC.

## CONCLUSÃO

O presente trabalho conclui que a corrida de orientação, se mostra eficaz no desempenho emocional dos escolares pois os perfis de maior as maiores medias foram para os perfis de: Abertura, amabilidade e conscienciosidade. Está intervenção também atende aos requisitos presentes no BNCC sobre o desenvolvimento emocional como também sobre a necessidade de práticas de aventura para a Educação Física.

Porém, entendemos que mais pesquisas seja realizada sobre esta temática e que abordem caráter transversal ou longitudinal para um maior aprofundamento sobre o debate deste tema. Ao que parece, este é o primeiro trabalho que analisou o perfil socioemocional dos escolares em uma intervenção de esportes de aventuras.

## REFERÊNCIAS

- Ali, B. M., Ichraf, A., Khaled, T., Liwa, M., & Ali, E. (2013). Effect of gender and type of sport practiced on aggression and self-esteem in Tunisian athletes. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 8(4), 74-80. doi: <https://10.9790/0837-0847480>.
- Badau, D. (2017). The educational impact of implementation the education through adventure discipline in physical education and sports academic curriculum. *Physical education of students*, 3, 108-115. <https://doi.org/10.15561/20755279.2017.0302>
- Bojanić, Ž., Nedeljković, J., Šakan, D., Mitić, P. M., Milovanović, I., & Drid, P. (2019). Personality traits and self-esteem in combat and team sports. *Frontiers in psychology*, 10, 2280. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02280>
- BRASIL. Ministério da Educação. (2018). Base nacional comum curricular: educação é a base. Brasília: MEC. Recuperado de: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/#introducao>
- CBO - Confederação Brasileira de Orientação. (2022). Regras do desporto Orientação da Confederação Brasileira de Orientação. Santa Maria: CBO. Recuperado de: <https://www.cbo.org.br/assets/gerenciador/CBO/Regras/1%20-%20Regras/01.%20Regras%20%20IOF%202022%20%20Portugu%C3%AAs.pdf>
- Cho, S., Hong, J. S., Espelage, D. L., & Choi, K. S. (2017). Applying the lifestyle routine activities theory to understand physical and nonphysical peer victimization. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 26(3), 297-315. <https://doi.org/10.1080/10926771.2016.1264526>
- De Oliveira Sousa, D. Q., de Araújo, A. C., Pimentel, G. G. D. A., & Risso, H. F. F. (2020, August). Materiais didáticos digitais e interativos (maddis) aplicados ao esporte orientação em situações de ensino. Anais do CIET: EnPED: 2020-(Congresso Internacional de Educação e Tecnologias| Encontro de Pesquisadores em Educação a Distância). Recuperado de: <https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2020/article/view/1499>
- DeLisi, M., Tostlebe, J., Burgason, K., Heirigs, M. & Vaughn, M. (2018). Self-control versus psychopathy: A head-to-head test of general theories of antisociality. *Youth violence and juvenile justice*, 16(1), 53-76. doi: <https://10.1177/1541204016682998>
- Deryol, R., Wilcox, P. & Dolu, O. (2017). School-based violent victimization in Turkey: An examination of the cross-national generality of lifestyle-routine activities and self-control theories. *Victims & Offenders*, 12(6), 913-938. <https://doi.org/10.1080/15564886.2016.1231727>
- Ferreira, J. S. & Pimentel, M. R. (2016). O esporte de aventura nas aulas de educação física escolar. *Revista Gestão Universitária*, 6. Recuperado de: <http://www.gestaouniversitaria.com.br/artigos-cientificos/o-esporte-de-aventura-nas-aulas-de-educacao-fisica>
- Franco, L. C. P., Tahara, A. K. & Darido, S. C. (2018). Práticas corporais de aventura nas propostas curriculares estaduais de educação física: relações com a base nacional comum curricular. *Corpoconsciência*, 22(1), 66-76. Recuperado de <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/6022>
- Harper, N. J. & Webster, A. L. (2017). Higher learning: impacts of a high-altitude adventure-based field school on college student development. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(1), 67-81. doi: <https://10.1080/14729679.2016.1217782>
- Howard, P. J. & Howard, J. M. (1995). *The Big Five Quickstart: An Introduction to the Five-Factor Model of Personality for Human Resource Professionals*. Recuperado de: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED384754.pdf>
- Hutz, C. S., Nunes, C. H., Silveira, A. D., Serra, J., Anton, M. & Wiczorek, L. S. (1998). O desenvolvimento de marcadores para a avaliação da personalidade no modelo dos cinco grandes fatores. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 11(2), 395-411. <https://doi.org/10.1590/S0102-79721998000200015>
- Iqbal, A. & Mansell, W. (2021). A Thematic Analysis of Multiple Pathways Between Nature Engagement Activities and Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.580992>
- Jeronimus, B. F., Kotov, R., Riese, H., & Ormel, J. (2016). Neuroticism's prospective association with mental disorders halves after adjustment for baseline symptoms and psychiatric history, but the adjusted association hardly decays with time: a meta-analysis on 59 longitudinal/prospective studies with 443 313 participants. *Psychological Medicine*, 46(14), 2883–2906. <https://doi.org/10.1017/S0033291716001653>

- Kulig, T. C., Cullen, F. T., Wilcox, P. & Chouhy, C. (2019). Personality and adolescent school-based victimization: do the big five matter?. *Journal of school violence*, 18(2), 176-199. doi: <https://10.1080/15388220.2018.1444495>
- Kulig, T. C., Cullen, F. T., Wilcox, P. & Chouhy, C. (2019). Personality and adolescent school-based victimization: do the big five matter?. *Journal of school violence*, 18(2), 176-199. doi: <https://10.1080/15388220.2018.1444495>
- McCrae, R. R. & John, O. P. (1992). Uma introdução ao modelo de cinco fatores e suas aplicações. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McEwan, D., Boudreau, P., Curran, T. & Rhodes, R. E. (2019). Personality traits of high-risk sport participants: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 79, 83-93. Recuperado de: [https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656618302320?casa\\_token=XKSQoxQ\\_4FAA AAAA:mxbinRTu4cx2cNDJkCYl3Bo9qswr0OEUUuveLw2h7gN\\_n\\_ao3lqG4cN1pE-fTfQfGNI\\_cfOemg](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656618302320?casa_token=XKSQoxQ_4FAA AAAA:mxbinRTu4cx2cNDJkCYl3Bo9qswr0OEUUuveLw2h7gN_n_ao3lqG4cN1pE-fTfQfGNI_cfOemg)
- Melo Filho, E. D. N. (2018). A corrida de orientação como atividade pedagógica com uso de QR CODE. *CIET: EnPED*, 4. Recuperado de: <https://cietenped.ufscar.br/submissao/index.php/2018/article/view/187>
- Miranda, J., Lacasa, E. & Muro, I. (1995). Actividades físicas en la naturaleza: un objeto a investigar. Dimensiones científicas. *Apuntes educación física y deportes*, 41(3), 53-69. Recuperado de: <https://raco.cat/index.php/ApuntSEFD/article/view/377205>
- Monteiro, L. A., Novaes, J. S., Santos, M. L. & Fernandes, H. M. (2014). Body dissatisfaction and self-esteem in female students aged 9-15: the effects of age, family income, body mass index levels and dance practice. *Journal of human kinetics*, 43, 25–32. <https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0086>
- Ormel, J., Bastiaansen, A., Riese, H., Bos, E. H., Servaas, M., Ellenbogen, M., Rosmalen, J. G. & Aleman, A. (2013). The biological and psychological basis of neuroticism: current status and future directions. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 37(1), 59–72. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2012.09.004>
- O'Tuathaigh, C., Nadhirah Idris, A., Duggan, E., Costa, P. & Costa, M. J. (2019). Medical students' empathy and attitudes towards professionalism: Relationship with personality, specialty preference and medical programme. *PloS one*, 14(5), e0215675. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0215675>
- Piepiora, P. (2021a). Assessment of personality traits influencing the performance of men in team sports in terms of the Big Five. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.679724>
- Piepiora, P. & Piepiora, Z. (2021b). Personality Determinants of Success in Men's Sports in the Light of the Big Five. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6297. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126297>
- Pratt, T. C. & Turanovic, J. J. (2016). Lifestyle and routine activity theories revisited: The importance of “risk” to the study of victimization. *Victims & Offenders*, 11(3), 335-354. <https://doi.org/10.1080/15564886.2015.1057351>
- Šagát, P., Bartik, P., Lazić, A., Tohánean, D. I., Koronas, V., Turcu, I., Knjaz, D., Alexe, C. I., & Curițianu, I. M. (2021). Self-Esteem, Individual versus Team Sports. *International journal of environmental research and public health*, 18(24), 12915. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412915>
- Santos, J. P., Nunes, R. E. P., Santos, J. R., Reis, S. P. & Mendes, M. (2014). Esportes e atividades de aventura como conteúdo das aulas de Educação Física. *Lecturas: educación física y deportes*, 18(190). Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd190/atividades-de-aventura-como-conteudo-das-aulas.htm>
- Slee, V. & Allan, J. F. (2019). Purposeful Outdoor Learning Empowers Children to Deal with School Transitions. *Sports* (Basel, Switzerland), 7(6), 134. <https://doi.org/10.3390/sports7060134>
- Tahara, A. K. & Darido, S. C. (2018). Diagnóstico sobre a abordagem das práticas corporais de aventura em aulas de educação física escolar em Ilhéus/BA. *Movimento*, 24(3), 973–986. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.75302>
- Thomas, J. R., Nelson, J. K. & Silverman, S. J. (2012). *Métodos de pesquisa em atividade física*. Artmed Editora.
- Triani, F. & Telles, S. de C. C. (2020). Representações sociais sobre os esportes de aventura na educação física. *INTERFACES DA EDUCAÇÃO*, 10(30), 246–267. <https://doi.org/10.26514/inter.v10i30.3946>