



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO-UNIFAMETRO
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

PAULO HARDY MADEIRA NETO

O ESPORTE COMO POSSIBILIDADE DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO E
SOCIAL DOS JOVENS

FORTALEZA

2022

PAULO HARDY MADEIRA NETO

O ESPORTE COMO POSSIBILIDADE DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO E
SOCIAL DOS JOVENS

Projeto de Pesquisa apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física do CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO - UNIFAMETRO - sob orientação do Professor Me. Paulo André Gomes Uchoa como parte dos requisitos para a conclusão do curso.

FORTALEZA

2022

PAULO HARDY MADEIRA NETO

O ESPORTE COMO POSSIBILIDADE DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO E
SOCIAL DOS JOVENS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Este artigo foi apresentado no dia 25 de novembro de 2022 como requisito para obtenção do grau de Bacharelado do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO, tendo sido aprovada pela banca examinadora composta pelos professores.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Paulo André Gomes Uchoa
Orientador(a) - UNIFAMETRO

Prof. Me. Mabelle Maia Mota
Membro - UNIFAMETRO

Prof. Me. Jurandir Fernandes Cavalcante
Membro – UNIFAMETRO

AGRADECIMENTOS

Primeiro agradeço a Deus, por me resgatar em momentos de dúvida, por me dar forças quando achei que não teria, por ser minha fortaleza.

Quero agradecer aos meus pais, que sempre me permitirem e ensinarem a correr atrás dos meus sonhos. Por todas as noites sem dormir trabalhando, por cada preocupação que possam ter vivenciado em minha existência. A vocês eu dedico minha existência e meu sucesso. Sem vocês eu nada seria.

A minha irmã, que trilhou um caminho antes, que em suas lutas diárias me inspirou desde criança sobre a batalha não apenas por uma vida melhor, mas por um mundo melhor. Muito do profissional humano, feliz e realizado em minha nova profissão se deve a você.

A minha esposa, que me incentivou a retomar os estudos, que acreditou que era possível antes mesmo do que eu, que me puxou diariamente não permitindo que meus medos interferissem em meu sonho. Através de você minha fé renovou, minha família se uniu, eu mudei assim como o milagre de Jesus da água para o vinho, e Deus te usou como instrumento. A você dedico todas as noites de estudo, todo trabalho diário e todo o meu coração. Sem você meu amor, eu nada seria.

Quero agradecer ao meu orientador, que conseguiu me manter calmo, passou confiança na capacidade, e foi um parceiro fundamental nessa empreitada final. Que Deus possa derramar bênçãos sobre o senhor e sua família.

E por ultimo, quero fazer um agradecimento póstumo, meu treinador e amigo Dinei, em 2010 você modificou a trajetória da minha vida, através da sua oportunidade pude competir em um nível que jamais um baixinho como eu poderia sonhar, jogar dois brasileiros universitários, ser campeão com uma família que era nossa equipe. Esse trabalho é também uma singela homenagem a você, que impactou de maneira positiva a minha vida, que em vida me guiou como um verdadeiro treinador e quase um pai, e em morte, me ensinou que nós podemos honrar em vida, aqueles que nos fizeram bem, você sempre estará na minha memória e no meu coração coach. Seu armador está graduado.

O ESPORTE COMO POSSIBILIDADE DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO E SOCIAL DOS JOVENS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.

*Paulo Hardy Madeira Neto¹
Paulo André Gomes Uchoa²*

RESUMO

O objetivo deste estudo é averiguar a importância do esporte no desenvolvimento social, cognitivo, e emocional dos jovens na literatura existente. Foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados PUBMED, SciELO e outras plataformas científicas compreendendo o período entre os anos 2016 a 2022, utilizando os descritores: Esporte ou Desporto, Desenvolvimento social, Habilidades de vida, Jovens. Seguindo os procedimentos estabelecidos para o estudo, foram selecionados 5 artigos para esta revisão. Com base nos estudos, foi verificado que não existem diferenças significativas entre esportes coletivos e esportes individuais quando falamos em desenvolvimento social e desportivo. O ambiente enquanto clube, projeto social, projeto comunitário e a família podem promover tanto positivamente quanto negativamente no desenvolvimento do jovem, assim como o treinador. Ter intencionalidade no ensino de habilidades para a vida pode ter uma influência positiva no desenvolvimento dos jovens. Ainda existem algumas lacunas a serem preenchidas, pois os estudos possuem limitações como, ausência do público feminino nos estudos, número pequeno de participantes.

Palavras-chave: Esporte ou Desporto, Desenvolvimento social, Habilidades de vida, Jovens.

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the importance of sport in the social, cognitive, and emotional development of young people in the existing literature. A bibliographical survey was carried out in the PUBMED, SciELO and other scientific platforms databases covering the period between the years 2016 to 2022, using the descriptors: Sport or Sport, Social development, Life skills, Young people. Following the procedures established for the study, 5 articles were selected for this review. Based on the studies, it was verified that there are no significant differences between team sports and individual sports when we talk about social and sports development. The environment as a club, social project, community project and the family can promote both positively and negatively in the development of the young person, as well as the coach. Having intentionality in teaching life skills can have a positive influence on youth development. There are still some gaps to be filled, as the studies have limitations such as the absence of a female audience in the studies, small number of participants.

Keywords: Sport, Social development, Life skills, Young people.

¹Graduando No Curso De Educação Física Do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

² Mestre em Ciências do Desporto. Professor Adjunto Do Centro Universitário Fametro- UNIFAMETRO

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	05
2 REVISÃO DE LITERATURA	06
3 MATERIAIS E METODOS	12
4 RESULTADOS	14
5 DISCUSSÃO	20
6 CONCLUSÃO	24
7 REFERÊNCIAS	24

1 INTRODUÇÃO

Na definição estabelecida pelo CONFEF no artigo 4 da resolução nº 326/2016, o esporte é definido como uma atividade em que engloba a competição se utilizando de técnicas, habilidades, com os objetivos definidos por cada modalidade com suas regras e características únicas, há também as possibilidades lúdicas onde o ambiente pode ser modificado bem como a ausência de regras pré-estabelecidas diferenciando assim as múltiplas faces da atividade desportiva.

Segundo o Tubino (1993) com o numero cada vez mais crescente de pessoas praticando esportes e seu conseqüente aumento no espaço na mídia internacional, pode-se considerar o esporte como um importante agente sócio-cultural.

O esporte como agente transformador impacta direta e indiretamente milhões de jovens pelo mundo, muito além do entretenimento, os eventos esportivos e seus atletas influenciam as praticas desportivas com inúmeras possibilidades de atividades físicas com características individuais ou coletivas despertando os sonhos e anseios através das histórias de superação e com suas capacidades físicas demonstradas.

Através do incentivo e da prática de esportes individuais e/ou coletivos os jovens são estimulados a diversas situações em que a aprendizagem sobre vários aspectos relacionados aos hábitos e regras sociais, sendo bastante relevantes no desenvolvimento físico, mental, emocional. No entanto Rigoni et. al. (2017) demonstra que existem evidencias conflitantes no que diz respeito a benefícios e malefícios para o jovem desportista em especial aos benefícios psicossociais provenientes da inserção de crianças e adolescentes.

Para Aires et. al. (2016) as competições e uma especialização precoce podem causar problemas psicológicos e o possível afastamento da atividade, quando não há respeito por parte do ambiente em geral para com o processo pedagógico de cada fase etária.

Dentro deste contexto surge a pergunta norteadora: a prática esportiva contribui de forma significativa para o desenvolvimento biopsicossocial dos jovens?

Para elucidar sobre a importância do esporte e suas diversas utilidades na formação do desenvolvimento biopsicossocial do jovem desportista, o presente

estudo buscará na literatura existente entre 2016 e 2022 nas bases de dados (scielo, pubmed) e nos livros clássicos sobre o esporte.

Através do esporte é possível colher diversos benefícios desde que sejam respeitados os aspectos pedagógicos na iniciação da criança e do adolescente no meio competitivo e se utilizar de ferramentas lúdicas para que ocorra um desenvolvimento positivo e na formação de um caráter forte. A disciplina exigida para se aprender movimentos técnicos, regras de jogo e o amplo espectro emocional ao lidar com o protagonismo e com a interação com outros jovens, poderá contribuir desenvolvendo valores importantes como o respeito, a confiança, a cooperação, a responsabilidade e etc.

Esta pesquisa tem como objetivo geral averiguar a importância do esporte no desenvolvimento social, cognitivo, e emocional dos jovens.

Nos últimos anos diante do cenário pandêmico ocorreu uma redução drástica da atividade física por parte da população em geral, principalmente no que diz respeito às práticas desportivas pelos jovens dadas às restrições. Os benefícios e como aprimorar as aptidões físicas já é amplamente estudado, onde as valências físicas são importantes para a prática do desporto e do desenvolvimento motor, no entanto de que maneira o esporte pode impactar no desenvolvimento social e emocional dos jovens desportistas seja de forma positiva ou de forma negativa em todo o universo do desporto.

Diante de uma vida dedicada a pratica de esportes desde a minha infância até os níveis nacionais onde participei dos jogos universitários brasileiros com uma equipe de basquete, com toda a formação que tive através dos professores, treinadores e colegas de equipes durante mais de 15 anos de prática onde colhi diversos benefícios e experiências positivas. Espero que esta pesquisa sirva como base para futuros estudos acadêmicos.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 ESPORTE E SUAS MANIFESTAÇÕES

Desde a criação dos campeonatos esportivos e em sua essência a partir das olimpíadas, o esporte nasceu com um caráter essencialmente visando o rendimento. Durante os últimos 50 anos o mundo viveu uma grande transformação

social, e conseqüentemente a maneira que o esporte passou a ser visto, também se transmutou e cresceu.

Segundo Tubino (1993) a partir da publicação da UNESCO da carta internacional de educação física e esporte, reiterando que sendo um direito de todos acesso a pratica esportiva e a atividade física, bem como a saúde e a educação. Atualmente o esporte pode ser entendido em três dimensões: esporte-educação, esporte-participação, e esporte-performance sendo essas manifestações sociais do esporte.

Através dos princípios educacionais que englobam o aspecto social e sua forma e capacidade de interagir com o meio e com os participantes com cooperação, co-educação, integração, responsabilidade e inclusão, o esporte como ferramenta educacional compreende um caráter formativo e não competitivo, a preparação através da pratica para a cidadania. (TUBINO, 1993).

Nessa dimensão busca-se afastar da performance, sem respeitar as potencialidades pedagógicas, levando as crianças e adolescentes a uma especialização precoce expondo a competições equivocadas e inadequadas com objetivo e finalidade de entreter adultos, e com a pressão por parte de resultados sem o devido respeito ao aprendizado sobre a situação em si, levando a efeitos contrários aos desejados para o jovem. (Aires et. al., 2016).

A utilização do esporte-participação busca e se ampara no caráter lúdico da prática, sem qualquer interesse educacional direto, nem com objetivo para a prática em si, seu apelo trabalha a prática pelo prazer de estar presente na modalidade ou atividade, dentro do contexto escolar podemos enquadrar as praticas de recreio, onde diversas crianças podem jogar vôlei em uma roda, sem um caráter específico. Buscando compreensão no modelo da performance, os momentos onde o treinador “libera” o coletivo ou nas horas antecedentes ao treino o jogo no caráter lúdico em formato de circulo. Essa prática que fortalece o espírito de colaboração, integração é também importante como instrumento de inclusão do jovem na atividade física no ambiente formal, ou informal.

Sendo reconhecido por muito tempo como a manifestação do esporte que influenciou de forma significativa os conceitos, o alto nível ou esporte-performance como cita (Tubino, 1993), tem uma representação menor sob o conceito. A partir da

performance que o esporte olímpico e sua utilização de cunho político e ideológico se iniciou.

Com regras rígidas e códigos o esporte de alto nível se caracteriza pela institucionalização abrangendo federações internacionais e nacionais e suas características específicas inerente a cada modalidade sendo coletivas ou individuais, que também são responsáveis pela estruturação e realização de competições no mundo inteiro.

2.2 Esporte como ferramenta de inclusão social

A evolução dos esportes e das modalidades é apresentada pelo conteúdo da pedagogia do esporte através do referencial histórico-cultural, o conteúdo técnico-tático que se proporciona e se orienta no desenvolvimento das habilidades motoras, físicas, nos fundamentos e nos sistemas que são inerentes a cada modalidade.

O referencial socioeducativo através da pedagogia do esporte busca apresentar os valores e modos de comportamento como os conteúdos a serem trabalhados de forma intencional. É orientado que sejam promovidas diversas discussões acerca dos valores, dos princípios e sobre os modos de comportamento, proporcionando auxílio aos professores e treinadores a compreenderem e construir um ambiente que incremente o desenvolvimento das relações intra e interpessoais, com reflexões e para que sejam estabelecidas conexões entre os aprendizados nas aulas de esportes e nos treinos para a vida em comunidade estimulando as possibilidades de formação para além do contexto esportivo. (Berger. Et al. 2020)

Como relata Milistetd et. al. (2021) quando são supervisionados de forma correta por adultos competentes e que trabalhem com total atenção os jovens através da natureza social, da competição intrínseca e extrínseca e da aquisição de habilidades do esporte constroem experiências que ao conduzir resultados psicossociais, como relacionamentos sociais positivos, aumento da autoestima, e de uma construção de identidade positiva.

2.3 Esporte e seus benefícios sociais e pessoais

A prática de exercícios físicos regulares auxilia na prevenção de perturbações alimentares, melhoram o bem-estar e psicológico em jovens. Obter através da atividade física um desenvolvimento emocional fazendo sentir bem com sua auto-imagem, confiança nas decisões, combate possíveis transtornos mentais que podem deixar marcar por toda uma vida.

Para Righoni et. al. (2017) segundo os seguintes benefícios sociais podem ser atingidos como menor exclusão social, interações com a família, ligações com a comunidade, respeito e trabalho em equipe. No que diz respeito aos benefícios pessoais ocorreram uma predominância maior, como o caráter, controle da atenção, desejo para realização, redução do burnout, iniciativa, resiliência e resistência mental, regulação emocional.

Como relatado por Almeida et. al. (2018) o treinamento relacionando as habilidades como a formulação de objetivos, resolução de problemas e o uso de pensamentos positivos no contexto desportivo melhoraram as competências de vida em jovens atletas.

A robustez, a necessidade de tomada de decisões rápidas e importantes, bem como o próprio protagonismo diante da prática são fatores que corroboram com os aspectos positivos, como a capacidade de se adaptar a diferentes ambientes e mudanças perante as ações do jogo. (Almeida, et. al., 2018)

Os benefícios podem ser observados segundo Righoni et al. (2017) também por parte da interação positiva dos treinadores/professores com seus atletas. Quando são incentivados e corretamente ensinados mesmo que para a prática desportiva relacionada a performance benefícios cognitivos e sociais também são percebidos, como a iniciativa própria, que pode ser caracterizada como capacidade de agir sem a necessidade de um comando, se motivando de forma intrínseca, dirigindo seu esforço para uma tarefa específica. Capacidade essa importante para diversos aspectos da vida social, afetiva, profissional, acadêmica.

O empoderamento através do esporte contribui positivamente aumentando o sentimento de prazer/diversão para com o esporte e no seu desenvolvimento da identidade do atleta, auxiliando por exemplo na redução do burnout e um afastamento da atividade ou a perda total de interesse pela modalidade característica essa negativa para o jovem desportista.

Foi observado também a importância que se tem na satisfação das necessidades psicológicas de competência, autonomia e de vínculos. No entanto o prazer e a diversão pelo esporte com referência por outros (busca por ser melhor que os outros) foi relacionado com experiências negativas.

No que diz respeito ao aspecto moral do jovem, ao sentir-se mais habilidoso sem que uma orientação ao controle do ego e um direcionamento baixo a tarefa seja realizada foi relacionada a aspectos negativos, porém quando o inverso é coordenado corretamente com um espectro de trabalho voltado a tarefa em maior proporção ao ego, foi relacionada aspectos mais positivos.

2.4 Esporte e habilidades de vida (life skills)

Habilidades de vida podem ser definidas como um conjunto de habilidades necessárias para ser capaz de encarregar-se na resolução de demandas e os desafios do dia-a-dia. (Silva et. al., 2022)

Para Ciampolini (2020) habilidades interpessoais como trabalhar em equipe, melhor comunicação entre membros, e habilidades intrapessoais como a capacidade de concentração durante atividade, tomada de decisões assertivas podem ser refinadas e desenvolvidas pelo esporte, e quando esses ativos psicossociais são acessados, sendo aprendidos e transferidos para outros contextos de vida, são chamados de habilidades para a vida.

Ao atuar dentro das atividades e fora do contexto esportivo, garantindo a transição para a vida adulta de forma saudável, influenciando positivamente na adaptação, nas habilidades de saúde física e mental, os adolescentes precisam desenvolver habilidades para a vida e o esporte pode ser um facilitador e agente de transformação e aprendizagem. (Silva et. al., 2022)

Existem diversos relatos de maneira contínua por pesquisadores norte-americanos, do Reino Unido e Oceania a transferência das habilidades para a vida dos participantes, como a resolução de problemas em situações difíceis, o respeito pelo próximo, a capacidade de liderança, a comunicação, a manutenção do autocontrole, o estabelecimento de metas. (Ciampolini et. al., 2020)

Ciampolini (2020) descreve que as habilidades de vida de maneira ampla conduzem os indivíduos ao sucesso nos mais variados ambientes que estão inseridos tais como sua escola, sua casa, seu clube e seus bairros. Também disserta sobre transferência de habilidades para a vida, que o esporte incentiva e desenvolve características e habilidades internas, como estabelecimento de objetivos, o controle emocional frente as ações envolvidas na prática, além da auto-estima e ética de trabalho árduo que podem ser transferidos para ambientes e contextos não esportivos.

Em outras palavras, quando uma nova habilidade é aprendida no esporte e utilizada apenas nesse contexto (por exemplo, cooperar com os companheiros de equipe), ela é definida como uma habilidade esportiva o indivíduo começa a cooperar em outros ambientes (por exemplo, cooperando com os colegas na escola e com os pais nas tarefas domésticas) a habilidade esportiva torna-se uma habilidade para a vida. (Ciampolini et. al., 2020)

3 MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Tipo de Estudo

A pesquisa se classifica como uma revisão de literatura que recupera pesquisas e teorias já desenvolvidas sobre a prática desportiva e suas contribuições, na perspectiva de recuperar e reciclar essas tendências de estudos e que contribuam para campo da Educação Física e para os profissionais que atuarão nessa área. A revisão de literatura qualitativa é aquela revisão que sintetiza os achados de estudos qualitativos. E o propósito dessa metodologia é uma recriação de uma análise aplicada a dados qualitativos já desenvolvidos. Informar pesquisas ou práticas pela sumarização (resumo) de processos ou experiências.

Assim, no momento de realizar uma revisão da literatura o pesquisador deve pensar qual o objetivo e o campo que pretende contemplar. Embora nessa perspectiva o pesquisador não seja obrigatório a constituição do corpo textual dos artigos, ela se torna cada vez mais solicitada para autores, empresas e projetos, que necessitam de uma revisão mais objetiva da literatura por meio da escolha dos critérios e ferramentas adequadas. Que essa revisão abranja as necessidades problemáticas da pesquisa e que traga resposta para as perguntas propostas, se faz

necessário um apanho de artigo em plataformas digitais que discutem as experiências e teorias do tema da pesquisa.

De com (CHIZZOTTI, 2003) a pesquisa qualitativa nos leva á descrevemos a realidade desse grupo que fazem os desportistas jovens, pois nesse campo de pesquisa que implica uma partilha densa com pessoas, fatos e locais que constituem objetos de pesquisa, para extrair desse convívio os significados visíveis e latentes que somente são perceptíveis a uma atenção sensível e, após este raciocínio, o autor interpreta e traduz em um texto, zelosamente escrito, com perspicácia e competência científicas, os significados patentes ou ocultos do seu objeto de pesquisa. A revisão de literatura de forma qualitativa se expressa como uma metodologia que propicia a síntese do conhecimento e proliferação desse conhecimento até de forma interdisciplinar para responder nossos questionamentos.

3.2 Descritores/estratégia de busca

Os descritores serão selecionados a partir das literaturas em prática esportiva de jovens com suas base da saúde coletiva levando em consideração a linguagem utilizada nos artigos que utilizamos na revisão de literatura, que inclui artigos de revistas científicas, livros, anais de congressos, relatórios técnicos, e outros tipos de materiais, assim como, para ser usado na pesquisa e recuperação de assuntos da literatura científica nas fontes de informação disponíveis na plataforma pubmed, *scielo*.

Para essa pesquisa serão utilizados os seguintes descritores: Qualidade de vida, Saúde, Prática esportiva, Jovens desportistas. Foram construídas estratégias de busca: pesquisa no *pubmed* e *scielo* e na medida em que vamos encontrando textos buscamos outros textos que são indicações bibliográficas, assim vai se construindo uma metodologia de busca de dados através de literaturas já existentes.

3. 3 Período da pesquisa

A pesquisa será realizada no ano de 2022 no primeiro semestre estamos fazendo esse projeto e desenvolvimento da pesquisa e a conclusão se dará no segundo semestre do ano de 2022.

3.4 Amostra

Para seleção da amostra serão utilizadas as estratégias de busca, no *pubmed*, *scielo* e outras plataformas de pesquisa científica será utilizado textos e pesquisas dos anos 2016 a 2022 e pesquisas brasileiras e em inglês.

3.4.1 Critérios de Inclusão / Exclusão

Serão excluídos da amostra artigos com mais de seis anos da sua publicação. Incluiremos aqueles artigos que mais abordam nossos descritores, que são: Esportes e desenvolvimento; Jovens e esportes: Habilidades de vida. São categorias que contribuem para as pesquisa em Educação Física e conseqüentemente para saúde coletiva. Levaremos em consideração os últimos seis anos, que são artigos publicas nos anos 2016, mas sem desconsiderar artigos e conceitos desenvolvidos em anos anteriores, pois muitos desses conceitos que discutimos aqui vêm se aprimorando com a evolução da pesquisa.

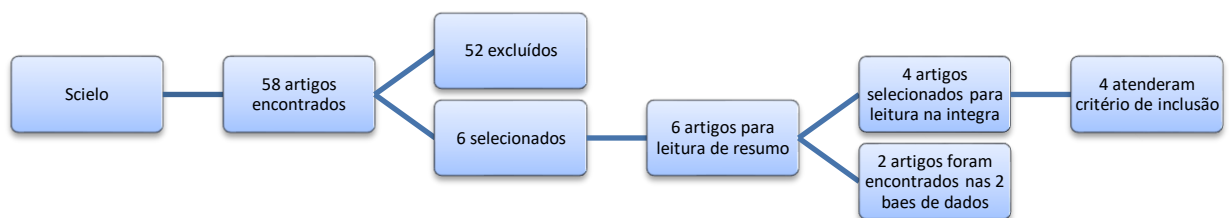
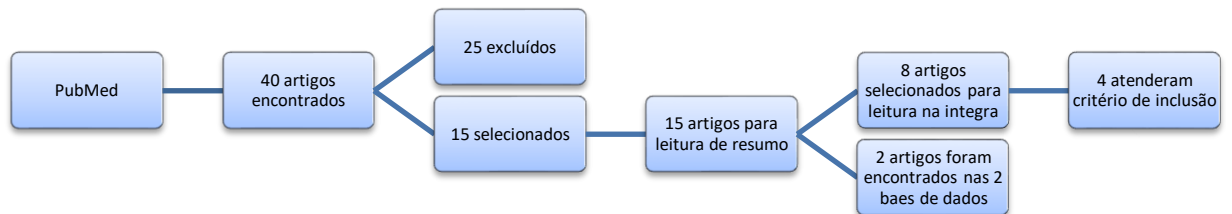
O processo de seleção dos artigos será partir dos seguintes seguiremos os passos: 1) Leitura e análise dos títulos e resumos dos artigos inicialmente; 2) Organização e ordenação dos estudos sobre prática desportiva por jovens; 3) Leitura dos artigos na íntegra para perceber se incluem nossos descritores. Como não termos sujeitos, nosso levantamento de dados será puramente teórico, sem desconsiderar que em outras pesquisas foi fundamental pessoas de carne e osso que deram sustentabilidade e base para essas pesquisas.

3.5 Coleta de dados

Por se tratar de uma pesquisa puramente teórica e de cunho qualitativo. A amostra será selecionada utilizando o *Pubmed* e o *scielo*. O *Pubmed* é uma plataforma de busca da national library of medicine (nlm), que reúne registros da base de dados medline que possibilita a localização de artigos, teses, dissertações e outras publicações úteis para pesquisadores e o *Scielo* é um portal de revistas brasileiras que organiza e publica textos completos de revistas na Internet.

6 RESULTADOS

Foram encontrados através da pesquisa os seguintes estudos, onde através da leitura dos textos serão apresentados os resultados abaixo, que descrevem como o esporte pode atuar como ferramenta no desenvolvimento do jovem. Abaixo está o fluxograma do passo a passo de como a pesquisa foi realizada.



Quadro 1 – Esporte como ferramenta no desenvolvimento do jovem

AUTOR/ANO	AMOSTRA	OBJETIVO	PROTOCOLO	RESULTADOS
CUMMING (2017)	A amostra foi composta por 16 jogadores sub 12 e sub 15 que foram separados em dois grupos, GRUPO COM Maturidade Biológica precoce para a idade (N=8) e GRUPO COM Maturidade Biológica atrasada para a idade (N=8).	Analisar a influência de um campeonato com separação através da maturidade biológica e não pela idade.	16 jogadores foram separados em 4 grupos focais de 15 minutos, em um torneio que envolveu 4 equipes de 11 jogadores, os jogos foram de 25 minutos. Os grupos focais empregaram métodos escritos e orais, realizados entre a segunda e a terceira partida.	A proposta do torneio com divisão por maturação biológica teve relatos positivos por jogadores com maturidade biológica precoce como o desafio físico e o estímulo de aprendizagem, no entanto jogadores com maturidade biológica atrasada relataram menos desafio a nível físico entretanto identificaram também algumas vantagens associadas como a oportunidade de exercer melhor papéis de liderança, e com maior confiança.

MILISTED (2021)	<p>Os participantes foram 220 atletas jovens do sexo masculino com idades entre 10 e 18 anos, envolvidos no tênis (n=55); basquetebol (n=54); natação (n=54); voleibol (n=50), e judô (n=7).</p> <p>Os critérios de inclusão foram: participantes inscritos em competições formais de nível regional a internacional; os treinos eram no clube variando de três a cinco vezes, com total de oito a 20 horas por semana.</p>	<p>Analisar os efeitos da idade, do tipo de esporte e nível de experiência no desenvolvimento psicossocial e na saúde mental de jovens atletas de um clube brasileiro.</p>	<p>Após o processo de consentimento, os participantes preencheram o questionário eletronicamente por meio da plataforma Google Forms nas dependências do clube, sem a presença de treinadores. O questionário incluiu questões demográficas, o Inquérito à Experiência da Juventude Portuguesa para o Desporto e o Continuum Português de Saúde Mental - Short Form.</p>	<p>Os resultados apoiam estudos anteriores de que jovens atletas desenvolvem menos problemas de saúde mental, têm pontuações mais baixas de depressão e menos sintomas de ansiedade.</p> <p>Apenas a idade e o tipo de esporte mostraram variações significativas nas diferentes dimensões. O bem-estar social para indivíduos mais jovens (10-13 anos) foi maior quando comparados aos indivíduos mais velhos. Em relação ao tipo de esporte, atletas de esportes individuais demonstrarão melhores escores do que os atletas de esportes coletivos.</p>
-----------------	---	--	--	---

ALMEIDA (2018)	A amostra é composta por 387 jovens (48,37% sexo masculino), sendo agrupados em não praticantes e praticantes de diversas atividades esportivas (individuais, coletivas, manutenção/recreação) com idades variando entre 15 e 24 anos de uma escola de ensino profissional.	Analisar a influência específica de diferentes tipos de prática desportiva (desporto coletivo, desporto individual ou manutenção/recreação) no bem-estar psicológico de jovens estudantes do ensino profissional.	Os participantes responderam um questionário que inclui: variáveis demográficas, as praticas desportivas fora do contexto escolar e a escala de bem-estar psicológico que contempla as seguintes dimensões: autonomia, domínio do meio, crescimento pessoal, relações positivas com os outros, objetivos na vida e aceitação de si.	Os resultados demonstraram que a prática de desporto coletivo e individual pode influenciar positivamente em dimensões como domínio do meio, estabelecimento de relações positivas com os outros, formulação de objetivos de vida, aceitação de si, e bem-estar psicológico global entre outros com leve superioridade ao desporto coletivo em relação ao individual.
----------------	---	---	---	---

<p>SILVA (2022)</p>	<p>A amostra é composta por 134 jovens com a divisão de 70 no masculino e 64 no feminino. A media de idade era 13-14 anos com media de 14 meses na equipe atual. Todos participaram das olimpíadas de Petrolina (PE) em 2018.</p>	<p>Investigar as associações entre as habilidades de vida sobre as estratégias de enfrentamento em jovens atletas.</p>	<p>As coletas foram realizadas nas instalações de competição durante a Olimpíada Estudantil de Petrolina em 2018.</p> <p>Os questionários foram aplicados coletivamente, antes e após as partidas, sem a presença dos treinadores.</p> <p>Durante o preenchimento dos questionários, os avaliadores estiveram presentes, próximos aos atletas, e fizeram perguntas aos participantes sobre os itens dos questionários. Não foi permitida a conversa entre os participantes.</p> <p>O preenchimento durou 30 minutos em média.</p>	<p>Pode-se concluir que o desenvolvimento de habilidades para a vida estão positivamente associadas às estratégias de enfrentamento de jovens atletas, e parecem contribuir para um bom desempenho quando os atletas estão sob pressão em situações esportivas, bem como quando estão livres de preocupações, além de possivelmente contribuir para fiquem mais confiantes e motivados para alcançar melhor desempenho nos treinos e competições.</p>
---------------------	---	--	---	---

<p>BEAN (2016)</p>	<p>A amostra foi composta por 377 jovens divididos em 152 masculino e 225 feminino com idades variando entre 9 a 18 anos participantes de 4 tipos de programas esportivos (sem fins lucrativos/ clubes comunitários/ mentorias em esporte e atividade física na escola/ liderança na comunidade).</p> <p>A duração média da atividade era 110min, podendo variar entre 60 a 180min.</p> <p>O tempo de envolvimento no programa variou entre 1 a 5 anos.</p>	<p>O objetivo deste estudo foi obter uma compreensão das diferenças na qualidade do programa e nos resultados do desenvolvimento positivo que podem existir entre três contextos de programas para jovens: (a) programas esportivos que ensinam intencionalmente habilidades para a vida, (b) programas de liderança que ensinam intencionalmente habilidades para a vida e (c) programas esportivos nos quais as habilidades para a vida não foram ensinadas intencionalmente.</p>	<p>As coletas foram realizadas em cada programa pelos pesquisadores através de questionários em papel, onde houveram perguntas e respostas relacionadas a compreensão dos itens.</p>	<p>Não houveram diferenças significativas entre os 3 programas em alguns aspectos, no entanto evidenciou-se que os programas esportivos que promovem intencionalmente características para o aprendizado nas habilidades para a vida tem um maior potencial do que os programas esportivos não intencionais e os programas de liderança, ainda que não se tenha uma magia, a organização do esporte e em torno do esporte proporcionam um ambiente único para o desenvolvimento positivo do jovem.</p>
--------------------	---	---	--	--

6 DISCUSSÃO

O comportamento sedentário na adolescência pode ocasionar diversos aspectos negativos impactando na saúde metabólica, mental e física. A prática de atividades físicas regulares além das aulas de educação física é um fator de grande relevância para a saúde do jovem. A inserção do jovem no meio desportivo pode influenciar de maneira positiva no seu desenvolvimento. (VAN SLUIJS et al., 2021)

Segundo Almeida et. al. (2018) há influencia positiva em dimensões como o domínio do meio, relações positivas com os colegas, aceitação de si e o bem-estar psicológico global para aqueles que praticam esportes.

Através do meio desportivo e seu ambiente que proporciona constantemente desafios, nas tomadas de decisão envolvendo treinos e jogos competitivos, requisitando autonomia e trabalhando diretamente as capacidades mentais e emocionais, com a necessidade do desenvolvimento de estratégias para a resolução de problemas, incentivando o crescimento em capacidades pessoais que vão além da pratica desportiva. (Almeida et. al. 2018)

As habilidades de vida individuais que os jovens aprendem estão positivamente relacionadas a outros resultados positivos como a resistência mental, resiliência e as estratégias de enfrentamento. (Silva et. al. 2022)

O esporte como meio facilitador e perturbador influencia o bem-estar psicológico em suas múltiplas dimensões tanto individual como sociais, impactando diretamente na maneira que o jovem se percebe no mundo, o modo como ele avalia suas percepções e como ele atribui à realidade um significado. Com as experiências e necessidades o aspecto emocional é trabalhado e proporciona a criação de estratégias e as competências necessárias para se progredir e desenvolver as habilidades pessoais e a autoaceitação. (Almeida et. al. 2018)

Segundo Silva (2022) as estratégias de enfrentamento quando incentivadas e direcionadas são percebidas como positivas pelos jovens que demonstraram conhecimento que as atividades esportivas promoviam suas habilidades, além de observarem que jovens atletas de futebol com contrato

profissional utilizaram estratégias mais eficazes quando comparados aos jovens que não tinha contrato, o que acabava acarretando uma piora do fator estresse para esses atletas.

Como retrata Milisted (2021) o contexto da prática desportiva tem forte influência na participação dos jovens, o ambiente em conjunto com as pessoas envolvidas tais como colegas de equipe, treinadores e família podem proporcionar resultados positivos, no entanto também podem ocorrer resultados negativos, como quando ocorrem cobranças excessivas dentro e fora da quadra/campo por parte do contexto do jovem.

Cumming (2017) organizou um campeonato dividido por maturação biológica em vez de por faixa etária, visando observar as experiências de jovens com maturação biológica atrasada e maturação biológica precoce. Separando 16 jovens de 4 clubes de uma das maiores ligas de futebol profissional (PREMIER LEAGUE) em 4 grupos focais com 8 jovens com maturação atrasada e 8 jovens com maturação avançada. Foram relatados pontos interessantes, o grupo de maturação atrasada divergiu quanto ao modelo ser benéfico ao seu desenvolvimento, descreveram que fisicamente os desafios foram menores, porém também descreveram aspectos positivos como maiores oportunidades na demonstração de seus atributos técnicos e táticos, maior confiança em exercer um papel de liderança e protagonismo, melhor capacidade de controle psicológico frente as ações de jogo. O grupo com maturação precoce descreveu maiores desafios psicológicos, táticos e técnicos no torneio, onde suas capacidades foram testadas de maneira mais vigorosa estimulando o aprendizado, trazendo uma compreensão da importância daquela experiência principalmente quando nos referimos a competições com idades mais elevadas ou já em transição para a fase adulta ou profissional.

Silva (2022) descreve que o desenvolvimento de habilidades para a vida através do esporte é verificada pelos jovens de forma positiva, que relatam habilidades em comunicação, trabalho em equipe, estabelecimento de metas, liderança, habilidades sociais, gerenciamento do tempo, resolução de problemas e a habilidade de vida total através do questionário aplicado P-LSSS (versão em português – Life Skills Scale for Sport), também é descrito através do questionário na versão em português Athletic Coping Skills Inventory, que os jovens percebem

melhora e desenvolvimento de suas estratégias de enfrentamento com o esporte que é praticado, fatores como a confiança e a motivação, postura frente a adversidades que o jogo proporciona, estabelecimento de metas e a preparação mental, capacidade de concentração, o agir ou reagir sob pressão.

Ao associar as habilidades de vida em conjunto das estratégias de enfrentamento Silva (2022) descreve que a gestão do tempo e as metas e preparo mental tiveram uma conexão positiva, quando transferimos para a vida do jovem, aquele que consegue organizar seu tempo entre suas atividades na escola e o esporte é justamente o aluno/atleta que possui metas e sua mentalidade preparada para as responsabilidades, favorecendo um amplo desenvolvimento em suas atividades cotidianas em casa e na escola, bem como nas demandas dentro do contexto esportivo.

Bean (2016) ao pesquisar programas esportivos intencionais, não-intencionais e de liderança através de três questionários: Avaliação da qualidade do programa juvenil (*YPQA*), pesquisa de qualidade do programa juvenil (*YPQS*), Inventário de Desenvolvimento Positivo da Juventude – Resumido (*PYDI-S*), constatou que programas esportivos intencionais aqueles que promovem intencionalmente habilidades para vida conseguem promover capacidades de liderança, valores mais altos quando falamos em regulação emocional, ambiente de apoio, ainda que no quesito ambiente seguro não tenha ocorrido diferenças significativas, as habilidades de emponderamento também tiveram maiores escores para os programas esportivos intencionais. Corroborando que o processo de aprendizagem deve ser corretamente proposto pelos professores e treinadores para que o sucesso no desenvolvimento positivo do jovem seja alcançado.

Em Milsted (2021) através do Inquérito de Experiência Juvenil para o Desporto – versão em português (*P-YES-S*) que avalia as experiências de desenvolvimento dos jovens atletas, sua adaptação para o português possui 4 dimensões (habilidades pessoais e sociais, habilidade cognitiva, emponderamento/iniciativa e experiências negativas) e do Continuum de Saúde Mental - Formulário Resumido (*P-MHC-SF*) que avalia 3 dimensões (emocional, social e psicológica). Foram avaliados jovens do sexo masculino e em cada um dos

questionários foi avaliado as idades, o tipo de esporte e a experiência de treinamento. Foi verificado que nas habilidades pessoais e sociais onde é direcionado o relacionamento com os outros por exemplo, os jovens com faixa etária maior (14-18 anos) obtiveram escores mais elevados ao serem comparados aos atletas mais jovens (10-13 anos) o que segundo o autor pode ser determinado pela construção da própria identidade por parte dos jovens, ao se depararem com outros de sua idade, fora do círculo familiar, proporcionando outras experiências desafiadoras.

Para Almeida (2018) as conexões dos jovens com o meio, e o sentimento de pertencimento a um grupo são bastante importantes para seu desenvolvimento, as relações interpessoais presentes nos esportes, o compromisso e os objetivos com sintonia e em conjunto com ambiente que a esfera competitiva pode promover, com os sucessos e derrotas proporcionando sentimentos únicos e que se apropriam no caso dos esportes coletivos do bem-estar geral de sua equipe em uma vitória, na empatia no caso de derrota e na partilha das emoções de ambos os resultados.

Além disso uma maior dedicação aos treinos e competições pode oportunizar maiores chances na aquisição de habilidades sociais. Os atletas com maior experiência (4-8 anos) obtiveram maiores valores quando falamos de competências cognitivas, já atletas com menor experiência (1-3 anos) pontuaram mais em experiências negativas, o que pode ser explicado pela maior percepção na pressão por parte do desporto e na cobrança realizada. O que pode influenciar nos aspectos emocionais e na própria resiliência ao lidar com particularidades negativas e conseguir progredir em cima de tal experiência. (milisted et al. 2021)

Por isso Cumming (2017) reforça que mesclar campeonatos em que a divisão seja por maturação biológica e torneios por faixa etária podem gerar benefícios adicionais tanto no desenvolvimento de jovens atletas com maturação precoce quanto em jovens atletas com maturação atrasada, esses últimos desde que ocorram desafios que possam ser superados.

Algumas limitações foram encontradas nos estudos, como o baixo número de participantes em algumas pesquisas, a não inclusão de jovens do sexo feminino.

7 CONCLUSÃO

No presente estudo foi verificado que o esporte individual e coletivo promove benefícios biopsicossociais e auxilia na construção de habilidades e competências importantes que se trabalhadas de maneira intencional podem ser transferidas para a vida em seus diversos ambientes que o jovem está inserido. No entanto para que ocorra de maneira significativa, treinadores e professores devem de maneira intencional, organizando e prescrevendo tarefas que promovam ações diretas no que diz respeito as habilidades sociais, pessoais, liderança.

A inclusão de atividade extracurricular através do esporte na vida do jovem pode favorecer o aprendizado motor, a aquisição de habilidades emocionais, e sua participação de campeonatos regionais e nacionais de amplificará as experiências pessoais, independentemente do tipo de esporte.

Mais pesquisas devem ser realizadas para uma compreensão mais abrangente envolvendo um numero maior de participantes para que possamos obter mais informações.

8 REFERÊNCIAS

AIRES, H. et al. AS COMPETIÇÕES INFANTOJUVENIS À LUZ DA PEDAGOGIA DO ESPORTE. **Kinesis**, v. 34, 2016.

ALMEIDA, L. M.; PEREIRA, H. P.; FERNANDES, H. M. EFEITOS DE DIFERENTES TIPOS DE PRÁTICA DESPORTIVA NO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO DE JOVENS ESTUDANTES DO ENSINO PROFISSIONAL. **Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte**, v. 13, n. 1, p. 15–21, 2018.

BEAN, C.; FORNERIS, T. Examining the Importance of Intentionally Structuring the Youth Sport Context to Facilitate Positive Youth Development. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 28, n. 4, p. 410–425, 28 mar. 2016.

CUMMING, S. P. et al. Premier League academy soccer players' experiences of competing in a tournament bio-banded for biological maturation. **Journal of Sports Sciences**, v. 36, n. 7, p. 757–765, 19 jun. 2017.

MILISTETD, M. et al. Psychosocial development and mental health in youth Brazilian club athletes: examining the effects of age, sport type, and training experience. **Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance**, v. 23, 2021.

RIGONI, P. A. G.; BELEM, I. C.; VIEIRA, L. F. Systematic review on the impact of sport on the positive youth development of high performance athletes. **Journal of Physical Education**, v. 28, n. 1, 2017.

SILVA, A. A. DA et al. Are life skills development within sport associated with coping strategies in young Brazilian athletes? **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 24, 2022.

TUBINO, Manoel. A ciência do esporte. In: TUBINO, Manoel. **O que é esporte?** São Paulo: Brasiliense S.A, 1993. Cap. 1, p. 7.

VAN SLUIJS, E. M. F. et al. Physical activity behaviours in adolescence: current evidence and opportunities for intervention. **The Lancet**, v. 398, n. 10298, jul. 2021.

CIAMPOLINI, V. et al. O que são life skills e como integrá-las no esporte brasileiro para promover o desenvolvimento positivo de jovens? **Journal of Physical Education**, v. 31, n. 1, 17 jun. 2020.