

A INFLUÊNCIA DO ESPORTE NA VIDA DO JOVEM: CONSEQUÊNCIAS NA SAÚDE E NA FORMAÇÃO SOCIAL.

XIII Encontro de Experiências Estudantis

Ana Quesada Nepomuceno, Julia Pereira Silveira, Antonia Ramila de Lima Cavalcante Neta, Wildner Lins de Souza

O jovem, durante o seu desenvolvimento, necessita de uma boa interação social, de se manter saudável e de desenvolver importantes valores, habilidades comunicativas, motoras, controle emocional, dentre outros aspectos que podem ser desenvolvidos a partir do esporte. Assim, independente do esporte escolhido, seja ele coletivo ou individual, é importante que esteja presente na vida das pessoas, principalmente no cotidiano dos jovens entre 15 e 29 anos, pois eles estão em processo de maior desenvolvimento físico, emocional e psicológico. Entendendo essa importância e considerando que atualmente muitos jovens vem sofrendo com ansiedade, depressão, obesidade e outros transtornos, o presente trabalho tem como objetivo analisar a diferença da qualidade de vida dos jovens que praticam regularmente esportes e dos que não praticam. Para aferir esses resultados, a coleta de dados se dará por meio de uma pesquisa quantitativa, realizada pela plataforma "google forms" e terá como público alvo jovens de 15 a 29 anos que praticam esportes e que não praticam. A pesquisa será realizada entre o mês de janeiro e fevereiro do presente ano (2021) e será comparado os dados desses dois grupos, praticantes e não praticantes. Desse modo, esperamos que com essa pesquisa possamos confirmar que o esporte proporciona um maior equilíbrio físico, emocional e psicológico na vida do indivíduo, apresentando que fatores negativos relacionados a esses aspectos podem ser evitados e aliviados pela prática de exercícios físicos, tanto por causa da liberação de diversas substâncias pelo corpo que resultam no prazer, quanto pela interação e a própria prática física.

Palavras-chave: ESPORTES. JOVENS. DESENVOLVIMENTO HUMANO.