

GARISTO, Guilherme Jaime. Basquetebol e seus benefícios para Capacidades Físicas na Puberdade. Bragança Paulista, SP: FESB, 2014. (IMPRESSO)

## RESUMO

O basquetebol é um esporte pouco difundido no Brasil pelo fato do povo brasileiro ter adotado o futebol como esporte preferencial, em sua maioria as crianças “já nascem” jogando futebol, porém o basquete tem ganhado muita força e vem cada vez mais sendo praticado, e essa pesquisa tem relação direta com o ganho de praticantes e também por acreditarmos ser ele um ótimo esporte para os jovens, acreditamos que existe uma melhora dos gestos motores e dos aspectos físicos, e também relatamos a história e a origem do basquetebol, sua chegada ao Brasil e como a sua prática pode influenciar o desenvolvimento físico e motor dentro das fases púberes, pesquisaremos também quais podem ser os benefícios e malefícios do esporte nessa fase em que os hormônios e o estirão do crescimento estão agindo com maior eficácia. O objetivo do estudo é observar e mostrar se o basquetebol pode trazer benefícios físicos e motores importantes para o desenvolvimento do jovem em relação as suas etapas de crescimento e desenvolvimento levando em consideração sua idade cronológica e biológica, se ele foi o principal influenciador no desenvolvimento do adolescente e dos púberes pesquisados, e quais benefícios e malefícios ele pode trazer aos jovens. Para isso o estudo apresenta resultados de testes físicos que foram aplicados entre adolescentes entre 12 e 16 anos praticantes de basquetebol, sendo do sexo masculino e de questionário para saber a frequência em quem esses adolescentes praticam atividade física durante seu tempo livre ou para seu próprio deslocamento para ir á escola, para casa ou até mesmo para o treino de basquetebol, e depois uma discussão relevando os resultados e apresentando diferenças entre jovens praticantes de basquetebol e de não praticantes. Sendo assim é um estudo de comparação de resultados para saber se o basquetebol pode ou não ser um fator influenciador no crescimento e desenvolvimento do seu praticante ainda na puberdade.