



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



## RELEVÂNCIA DO ESPORTE PARA VIDA

Arthur Bernardo Ketzer Knechtel <sup>1</sup>  
Bruno Kieslich Rusch <sup>2</sup>  
Gustavo Rodrigues Baptista <sup>3</sup>  
Kauan Meiger da Silva <sup>4</sup>  
Luiz Gustavo Ribeiro Deolinda <sup>5</sup>  
Mari Sandra Lazzarotto <sup>6</sup>

**Modalidade:** Trabalho de Pesquisa

**Escola/Instituição:** Escola Técnica Estadual 25 de Julho

**Eixo Temático:** Direitos Humanos

### Introdução

Há muito tempo que o homem se dedica à prática de atividades físicas. A escolha deste tema tem como objetivo debater a importância da iniciação esportiva, tanto para a vida escolar, como para a sociedade.

A prática esportiva tem o objetivo de dar oportunidade às pessoas de conhecer, aprender e utilizá-la de acordo com seus interesses, além de proporcionar uma melhor qualidade de vida aos praticantes.

O esporte possui uma vasta diversidade de significados. Ele pode ser praticado apenas por lazer, profissionalmente ou como facilitador na busca de uma melhor qualidade de vida. É muito importante, também, por contribuir para uma sociedade mais ativa, humana, saudável e feliz.

### Caminho Metodológico

A ideia da pesquisa iniciou-se a partir de um debate entre os integrantes do grupo, de como o esporte auxilia na vida das pessoas de forma direta e indireta. Ela foi realizada de

<sup>1</sup> Estudante do ensino médio, e-mail: arthur-bkknechtel@educar.rs.gov.br.

<sup>2</sup> Estudante do ensino médio, e-mail: bruno-krusch@educar.rs.gov.br.

<sup>3</sup> Estudante do ensino médio, e-mail: gustavo-brcarvalho@educar.rs.gov.br.

<sup>4</sup> Estudante do ensino médio, e-mail: kauan-mdsilva12@educar.rs.gov.br.

<sup>5</sup> Estudante do ensino médio, e-mail: luiz-gdeolinda@educar.rs.gov.br.

<sup>6</sup> Professora orientadora, e-mail: mari-slazzarotto@educar.rs.gov.br.



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



forma que cada integrante tivesse que pesquisar e expressar sua opinião sobre o assunto. O trabalho foi realizado a partir de pesquisa bibliográfica em sites da internet, buscando a leitura de vários artigos científicos para dar consistência à pesquisa.

## Resultados e Discussão

Diante das pesquisas realizadas entende-se que o esporte vai além de uma prática física, pois se mostra benéfico tanto para o indivíduo quanto para a sociedade. Ele possibilita melhora em vários fatores: físicos, psicológicos, melhora na qualidade de vida do praticante, além de ser muito importante para a economia e a sociedade. De acordo com o jornalista esportivo Gustavo Hofman:

"Eu realmente acredito no esporte como a melhor ferramenta de inclusão social existente. Conhecimento empírico, baseado no que vivi e conheci até hoje. Ter o esporte consigo fortalece, cria laços afetivos, ensina a vencer e perder, te coloca no rumo certo."

Hofman afirma que o esporte é benéfico para a saúde e também para a construção de valores éticos e morais como pessoa e sociedade. Entretanto, talvez um aspecto pouco abordado é o quão o esporte pode contribuir para o desenvolvimento e personalidade e caráter de um determinado indivíduo. Por meio da prática esportiva é possível promover a socialização, rotina, cumprimento de regras, disciplina, trabalho em equipe, respeito, persistência, solidariedade e cooperação, além de proporcionar situações que motivem aprender com os erros. Afinal, através dessas atividades pode-se aprender diversos conceitos que auxiliam a moldar o futuro de um indivíduo.

As pesquisas apontaram a relevância da prática do esporte, tanto profissional quanto por lazer, para a manutenção da saúde física e mental. Essa prática esportiva pode começar desde a infância e contribuir desde cedo na inclusão social, com trabalho em equipe, e assim auxiliando a evitar um dos maiores problemas que o Brasil vem enfrentando: a obesidade infantil e o sedentarismo. Assim melhorando desde cedo a qualidade de vida do indivíduo.

Outro fator importante a ser frisado é como o esporte e a atividade física auxiliam na prevenção do uso de drogas lícitas e ilícitas, pois o esporte é um meio de educar, ajudando o indivíduo a conhecer o próprio corpo e seu funcionamento. Essas atividades geram prazer ao organismo, diminuindo a procura pelas drogas lícitas e ilícitas.

Entre outros fatores o esporte se mostra importante economicamente, pois pode gerar prosperidade econômica ao criar empregos de forma direta e indireta para todos que estão neste meio ou próximos dos mesmos. De acordo com o pesquisador do Centro de Estudos Sindicais e de Economia do Trabalho (CESIT) e editor da Revista Brasileira de Economia Social e do Trabalho (RBEST) Marcelo Weishaupt Pron:

No Brasil, o PIB do esporte teve um crescimento superior ao do PIB global, nos últimos dez anos. As estimativas do volume de dinheiro que gira em função da



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



indústria esportiva têm variado entre 1,5% e 2% do Produto Nacional Bruto (algo entre R\$ 75 bilhões e R\$ 100 bilhões, atualmente).

O esporte não está ligado apenas à economia, mas também está relacionado diretamente com a cultura, pois como já foi dito o esporte funciona como um meio de aprendizagem que vai desde habilidades motoras e até regras de convivência. A cultura é um importante caminho para a inserção do cidadão na sociedade, juntos os dois trazem uma forma de criar e fortalecer laços sem distinção de classes sociais, raça, gênero, religião, etc.

Com isso vemos que o esporte, vai além de um meio de entretenimento e de cuidado com a saúde física e mental, ele também é responsável pela inclusão, é um meio de aprendizagem ética e moral, pois o mesmo desenvolve princípios, gera empregos e recursos financeiros no Brasil e no mundo. Visto que ele pode ser um ofício, pois acaba envolvendo atletas de diversas modalidades, treinadores, profissionais da saúde, etc..

## Conclusão

Portanto, de acordo com nossas pesquisas, a prática do esporte, além de ser uma forma de entretenimento, pode também se configurar como um negócio, e dessa maneira gera várias ocupações ao redor do mundo. Ademais, a prática de esportes também proporciona benefícios à saúde. Outro aspecto importante é que dentro do esporte não há, ou ao menos não deveria haver, discriminação de gênero, raça, religião ou classe social.

O esporte, quando praticado em grupo, também serve como uma forma de desenvolvimento pessoal. Além disso, quando praticado no âmbito escolar, o uso de ferramentas educacionais deve ser agregado para que o resultado seja mais eficaz.

Por fim, pode-se afirmar que a prática esportiva se mostra competente no desenvolvimento de habilidades sociais e pessoais, ensinando o indivíduo a ter empatia, manter o respeito e atender às necessidades do próximo.

## Referências

**A importância do esporte para a qualidade de vida – Prefeitura Municipal de Araraquara.** Disponível em: <https://www.araraquara.sp.gov.br/noticias/2017/10/a-importancia-do-esporte-para-a-qualidade-de-vida-1#:~:text=S%C3%A3o%20diversos%20os%20benef%C3%ADcios%20f%C3%ADsicos,nutricionista%20e%20m%C3%A9dica%20do%20esporte>. Acesso em 8 de agosto de 2022.



28 de outubro de 2022  
Unijuí - Campus Ijuí



CAMPI, Ladinne. **A importância do esporte para saúde física e mental – PagueMenos.** Disponível em: <<https://semprebem.paguemenos.com.br/posts/saude/a-importancia-do-esporte-para-saude-fisica-e-mental>>. Acesso em 10 de setembro de 2022.

**CULTURA, ESPORTE E TRANSFORMAÇÃO – Impulsiona.** Disponível em: <<https://impulsiona.org.br/cultura-esporte-transformacao/>>. Acesso em 8 de setembro de 2022.

CUNÃ, Luiz. **O importante impacto econômico e social dos esportes– Tudorondonia.** Disponível em: <<https://www.tudorondonia.com/noticias/o-importante-impacto-economico-e-social-dos-esportes,23123.shtml>>. Acesso em 10 de setembro de 2022.

**Economia e esportes: sua relação no panorama brasileiro – Olimpíada Todo Dia.** Disponível em: <<https://semprebem.paguemenos.com.br/posts/saude/a-importancia-do-esporte-para-saude-fisica-e-mental>>. Acesso em 8 de setembro de 2022.

WEISHAUPT, Marcelo. **A economia do esporte em tempos de Copa do Mundo – SciElo.** Disponível em: <<https://semprebem.paguemenos.com.br/posts/saude/a-importancia-do-esporte-para-saude-fisica-e-mental>>. Acesso em 8 de setembro de 2022.