

## **PSICOLOGIA DO ESPORTE: PROMOÇÃO DE SAÚDE E ORIENTAÇÃO À EQUIPE JUVENIL DE ATLETAS DO VALE DO AÇO**

Débora Assis Valadares SOUZA (Unileste); Ana Cláudia Fernandes SILVA (Unileste); Antônio Honório FERNANDES (Unileste)

**Introdução:** A Psicologia do esporte é uma área pouco explorada no meio acadêmico, principalmente na psicologia como ciência e profissão; mesmo diante dos desafios tem mostrado que os métodos e inserção no meio do esporte são eficazes e trazem melhorias na qualidade de vida de atletas em várias categorias, principalmente nos de alto rendimento. **Objetivo:** O objetivo desse artigo é analisar uma experiência com discentes do oitavo período de psicologia com um grupo de atletas intermediários com sua base teórica na psicologia do esporte. **Metodologia:** Foram realizadas intervenções psicossociais baseada em dinâmicas de grupo em uma instituição esportiva com influência na região do Vale do aço, especificadamente com a equipe de atletismo. Ao todo foram onze encontros sob supervisão do professor responsável pela disciplina estágio básico II do 8º período do curso de Psicologia do Centro Universitário do Leste de Minas- UNILESTE e as discentes desse período, que coordenaram as intervenções. Participaram dessa intervenção 4 crianças e 16 adolescentes na faixa etária entre 9 e 16 anos. **Resultados:** Os resultados obtidos demonstram uma melhora nos relacionamentos interpessoais, maior desempenho nas atividades realizadas em grupo e conscientização para uma construção de perspectivas para o futuro, sendo assim o principal objetivo das intervenções de possibilitar um espaço de escuta e oportunizar melhor desempenho nas atividades e promoção da saúde foram alcançados de forma satisfatória, além de contribuir para ampliação da prática da psicologia, demonstrando a importância do profissional psicólogo nas ações relacionadas ao esporte. **Conclusão:** Conclui-se com a importância da atuação do psicólogo nas práticas esportivas. Foram perceptíveis as mudanças nos treinos e nas competições durante os encontros e por se tratar de atletas adolescentes como o esporte auxilia na melhoria de vida dos envolvidos, como construção da personalidade e perspectivas do futuro.

**Palavras-chave:** Psicologia do esporte. Intervenção psicossocia. Técnicas de dinâmicas de .

**Agências de fomento:** Unileste