

**YOUTH SPORTS: BENEFITS, RISKS AND PEDAGOGICAL CHALLENGES IN
THE EDUCATION OF CHILDREN AND ADOLESCENTS**

**ESPORTE JUVENIL: BENEFÍCIOS, RISCOS E DESAFIOS PEDAGÓGICOS NA
FORMAÇÃO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

**DEPORTE JUVENIL: BENEFICIOS, RIESGOS Y DESAFÍOS PEDAGÓGICOS
EN LA EDUCACIÓN DE NIÑOS Y ADOLESCENTES**

 <https://doi.org/10.56238/sevened2025.030-079>

**Adair José Pereira da Rocha¹, Gislaine Cristina Vagetti², Valdomiro de Oliveira³,
Mariana Trindade Rosa de Souza⁴, Vanessa Melina Cotrim Rojas⁵, Sergio Roberto de
Lara Oliveira⁶**

ABSTRACT

This chapter analyzes the benefits and risks associated with children and adolescents' participation in sports activities, focusing on early specialization and its impacts on physical, psychological, and social health. Recent literature (2020–2025) reinforces that, although sports promote physical growth, motor development, and socialization, unplanned practice or focusing exclusively on one sport increases the risk of injury, stress, and sports dropout. The text discusses national and international evidence, highlighting the importance of sports pedagogy and sports diversification as essential strategies for ensuring healthy and sustainable development.

Keywords: Sports. Education. Children. Public Health. Sports Pedagogy. Early Specialization.

RESUMO

Este capítulo analisa os benefícios e riscos associados à participação de crianças e adolescentes em atividades esportivas, com foco na especialização precoce e seus impactos na saúde física, psicológica e social. A literatura recente (2020–2025) reforça que, embora o esporte promova crescimento físico, desenvolvimento motor e socialização, a prática sem planejamento ou centrada em uma modalidade exclusiva aumenta os riscos de lesões, estresse e abandono esportivo. O texto discute evidências nacionais e internacionais, destacando a importância da pedagogia do esporte e da diversificação esportiva como estratégias essenciais para assegurar um desenvolvimento saudável e sustentável.

¹ Professor. Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). Paraná, Brazil.

E-mail: adair.rocha@pucpr.br Orcid: 0000-0002-3308-121Xz

² Professor. Universidade Federal do Paraná (UFPR). Paraná, Brazil.

E-mail: gislaine.vagetti@ufpr.br Orcid: 0000-0003-0704-1297

³ Professor. Universidade Federal do Paraná (UFPR). Paraná, Brazil.

E-mail: valdomiro.oliveira@ufpr.br Orcid: 0000-0002-8709-8471

⁴ Dr. in Education. Universidade Federal do Paraná (UFPR). Paraná, Brazil.

E-mail: babyhandebol@gmail.com Orcid: 0000-0002-7835-6416

⁵ Academic Collaborator. Universidade Federal do Paraná (UFPR). Paraná, Brazil.

E-mail: vanessa.cotrim@ufpr.br Orcid: 0000-0001-7446-2935

⁶ Doctorate in Physical Education. Universidade Federal do Paraná (UFPR). Paraná, Brazil.

E-mail: sbwrestling18@gmail.com Orcid: 0000-0001-7745-0876

Palavras-chave: Esporte. Educação. Criança. Saúde Pública. Pedagogia do Esporte. Especialização Precoce.

RESUMEN

Este capítulo analiza los beneficios y riesgos asociados a la participación de niños y adolescentes en actividades deportivas, centrándose en la especialización temprana y sus impactos en la salud física, psicológica y social. La literatura reciente (2020-2025) refuerza que, si bien el deporte promueve el crecimiento físico, el desarrollo motor y la socialización, la práctica no planificada o la concentración exclusiva en un deporte aumenta el riesgo de lesiones, estrés y abandono deportivo. El texto analiza la evidencia nacional e internacional, destacando la importancia de la pedagogía deportiva y la diversificación deportiva como estrategias esenciales para garantizar un desarrollo saludable y sostenible.

Palabras clave: Deportes. Educación. Infancia. Salud Pública. Pedagogía Deportiva. Especialización Temprana.

REFERENCES

- Alves, F., & Lima, J. (2008). Benefícios e riscos do esporte na infância e adolescência. São Paulo: Editora Universitária.
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2020). Practice and play in the development of sport expertise. In Routledge handbook of sport expertise. London: Routledge.
- Malina, R. M. (2021). Growth, maturation, and physical activity. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Paes, R. R., & Oliveira, V. (2022). Pedagogia do esporte: Fundamentos e aplicações. Campinas: Autores Associados.
- Pandya, N., et al. (2025). Multi-sport participation and professional success: A 10-year longitudinal study. University of California San Francisco.
- Winckler, C. (2023). Pedagogia do paradesporto. Santos: Paradesporto Brasil + Acessível.