

RESUMO

PAIXÃO JUNIOR, Uilson. **Comportamento dos atletas de jiu jitsu durante o treino em academia.** 15 f. Relatório do Estágio Básico Supervisionado II (Graduação) em Psicologia. Centro de Ensino Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016.

Durante os últimos anos a adesão pela idéia de corpos saudáveis e mentes sãs ganhou força e com isso a prática de esporte ganhou alta importância. Observou-se então que existiu certa estereotipação frente ao praticante de jiu jitsu, dando a este o rótulo de brigão, “pitboy” e com isso desenvolveu-se certa marginalização deste esporte. No entanto, não se pode deixar que alguns exemplos manchem a imagem de um esporte, principalmente sendo este pertencente a uma filosofia de princípios não agressivos e, total respeito aos indivíduos sejam estes praticantes ou não de qualquer arte marcial. As observações por este estudo feitas partiram do interesse em demonstrar os efeitos positivos da prática deste esporte e sua capacidade em controle do comportamento agressivo e da diminuição de ansiedade em seus praticantes. Para aferimento da agressividade aplicou-se o Inventário de Agressividade Atlética de Bredemeier em 21 lutadores de uma academia de jiu jitsu na cidade de Juiz de Fora. Constatou-se dessa forma que a agressividade instrumental é a mais utilizada por estes e através de observações notou-se diminuição considerável de ansiedade nos atletas.

Palavras-chave: Agressividade. Agressividade Instrumental. Comportamento. Jiu Jitsu.