



## EFEITOS DO TREINAMENTO DE SKILLS PARA PERFORMANCE DE ATLETAS DE BASQUETEBOL: UM REVISÃO SISTEMÁTICA

Niccolas Stofella Paschoalino  
Matheus Gonçalves Caplan Forbeck  
Tais Glauce Fernandes De Lima Pastre

### Resumo

O basquetebol, um esporte coletivo que visa a pontuação através da cesta adversária e é classificado como um jogo de invasão, foi criado por James Naismith em um contexto escolar durante um inverno rigoroso. Desde então, o esporte evoluiu para se tornar um fenômeno global e um espetáculo, com a National Basketball Association (NBA) destacando-se como a principal liga de alto rendimento. O aprimoramento das capacidades físicas (como força, agilidade, velocidade e resistência) é fundamental para o desempenho neste esporte. Além dos treinos gerais, o treinamento de skills, que desenvolve habilidades específicas da modalidade, é crucial para a performance dos atletas. Este estudo tem como objetivo analisar os efeitos do treinamento de skills na performance dos jogadores de basquetebol através de uma revisão sistemática. Dessa forma iremos apresentar os resultados deste estudo tentando responder à questão problema: Quais o efeito do treinamento de skills na performance de atletas de basquete? A pesquisa será realizada com um estudo qualitativo descritivo, e utilizará uma busca sistematizada nas bases de dados EBSCO e PUBMED, selecionando artigos originais dos últimos 10 anos (2014-2023) que atendam aos critérios de inclusão estabelecidos, e excluindo artigos duplicados, sem acesso completo gratuito, fora do período ou em idiomas não descritos. A análise dos estudos selecionados será feita com base nos critérios estabelecidos, embora, devido à fase de desenvolvimento, os resultados ainda não estão disponíveis.

**Palavras-chave:** basketball player; training; skills.