



B0093

DIAGNÓSTICO E CLASSIFICAÇÃO DO CONTEÚDO DO TREINAMENTO APLICADO EM FUTEBOLISTAS E SUA RELAÇÃO COM A ALTERAÇÃO DAS CAPACIDADES BIOMOTORAS EM DIFERENTES MOMENTOS DO MACROCICLO

Mirella de Sena Cagliari (Bolsista PIBIC/CNPq) e Prof. Dr. João Paulo Borin (Orientador), Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp - Limeira - FCA, UNICAMP

O desempenho do futebolista é dependente do ótimo rendimento das diferentes capacidades biomotoras, onde o conteúdo aplicado durante o treinamento para o desenvolvimento e/ou manutenção das capacidades biomotoras torna-se um fator de grande importância. Desta forma, o objetivo do presente estudo foi diagnosticar e classificar o conteúdo do treinamento aplicado em futebolistas, da categoria sub 15, e verificar sua relação com a alteração das manifestações da velocidade em diferentes momentos do macrociclo. Participaram do estudo dezesseis futebolistas e foram avaliadas as capacidades de aceleração (Vel10m) e a velocidade máxima (Vel30m e Vel20Lan), em três momentos: M1, M2 e M3, após 14 semanas, bem como a descrição e classificação do conteúdo de treinamento durante o período. Após a coleta os dados foram transcritos para planilha específica e produziram-se informações no plano descritivo e inferencial. Os principais resultados apontam quanto ao conteúdo de treinamento predomínio do tipo funcional (74,2%) com destaque para resistência especial (69,2%) e, em relação às alterações da velocidade, verificou-se para vel10m que o grupo apresentou queda de M1 para M2 e de M2 para M3, enquanto que na vel30m e vel20mLan, o grupo apresentou aumento de M1 para M2 e decréscimo de M2 para M3.

Treinamento desportivo - Futebol - Velocidade