



B0083

DIAGNÓSTICO E CLASSIFICAÇÃO DO CONTEÚDO DE TREINAMENTO APLICADO EM FUTEBOLISTAS E SUA RELAÇÃO COM A ALTERAÇÃO DA POTÊNCIA DE SALTO EM DIFERENTES MOMENTOS DO MACROCICLO

Eduardo Henrique Frazilli Pascoal (Bolsista PIBIC/CNPq) e Prof. Dr. João Paulo Borin (Orientador), Faculdade de Ciências Aplicadas da Unicamp - Limeira - FCA, UNICAMP

No processo de treinamento em futebol faz-se necessário o controle do conteúdo de treinamento aplicado aos atletas para verificar as respostas nas capacidades ao longo de um período de treinamento. Os objetivos deste estudo foram realizar o diagnóstico e a classificação do conteúdo de treinamento aplicado a futebolistas da categoria Sub-17 e verificar as respostas na potência de membros inferiores após 16 semanas de treinamento. Participaram deste estudo 11 jogadores de futebol, $16,24 \pm 0,58$ anos, $70,54 \pm 6,12$ kg, $179,49 \pm 7,73$ cm pertencentes a um clube filiado à Federação Paulista de Futebol. Os conteúdos de treinamento foram classificados em neuromuscular e funcional de acordo com as manifestações das capacidades biomotoras. A potência de membros inferiores foi avaliada por meio do teste de salto vertical com contramovimento (CMJ) em dois momentos M1 e M2. Utilizou-se o Test-t de Student para amostras pareadas e $p \leq 0,05$. Ao final das 16 semanas, 106 sessões de treinamento ao longo do período analisado, notou-se predomínio do conteúdo funcional (66,67%) em relação ao neuromuscular (33,33%), não havendo alterações significativas no CMJ ao final das 16 semanas ($1,42 \pm 7,03\%$, $p=0,2540$). A predominância do conteúdo funcional, ligado às manifestações da resistência pode ter contribuído para a ausência de incrementos na potência de salto ao final do período analisado.

Treinamento desportivo - Futebol - Capacidades biomotoras