

ALTERAÇÃO DA CAPACIDADE DE VELOCIDADE EM FUTEBOLISTAS DA CATEGORIA SUB15 SEGUNDO CONTEÚDO DE TREINAMENTO.

Leandro Mateus Pagoto Spigolon^{1,2}, Clovis Alberto Franciscan^{1,2}, Eduardo Henrique Frazilli Pascoal², Yuri Germano Muniz², Thiago Magalhães², José Irineu Gorla², João Paulo Borin²

¹. Departamento de Fisiologia do Exercício, Desportivo Brasil, Porto Feliz, São Paulo, Brasil.

². Grupo de Estudo e Pesquisa em Teoria e Metodologia do Treinamento Desportivo -Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil

leandro_edfisica@hotmail.com

Introdução: Monitorar o conteúdo de treinamento aplicado principalmente nas diversas categorias de formação da modalidade situa-se como importante no entendimento das respostas das diferentes capacidades envolvidas, principalmente a velocidade de deslocamento. **Objetivo:** Nesse sentido, o presente estudo objetivou investigar a alteração do tempo e da velocidade ao deslocar-se em 10 e 30m em futebolistas da categoria sub15. **Metodologia:** A partir da assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido, protocolo 569/2011, 15 futebolistas 15 anos de idade, 175,8±5,2 de estatura (cm) e 69,4±7,7 de massa corporal (kg). Durante a etapa competitiva de 27 semanas com 27 jogos, todo conteúdo de treinamento foi anotado e a seguir classificados segundo manifestações das capacidades biomotoras predominantes (Gomes, Souza, 2008) em Neuromuscular e Funcional. Os atletas foram avaliados em dois momentos: M1 no início dos treinamentos e M2, após 27 semanas de treinamento. Para as medidas do tempo (s) e velocidade de deslocamento (m/s) consideraram-se as distâncias de 10m (T10 e V10) e 30m (T30 e V30). Para aferição do tempo do deslocamento, utilizou-se o sistema de fotocélulas *Speed Test Fit®* e a seguir calculou-se a velocidade das respectivas distâncias. Após coleta, os dados foram armazenados em banco computacional produzindo-se informações no plano descritivo (medidas de centralidade e dispersão) e no inferencial pelo teste t de *Student* para dados pareados ($p < 0,05$). **Resultado:** A tabela 1 apresenta a distribuição percentual do conteúdo de treinamento ao longo do período analisado e a tabela 2 os principais resultados obtidos.

Tabela 1: Distribuição percentual do conteúdo de treinamento

Conteúdo de Treinamento	Neuromuscular	Funcional
	34,1%	65,9 %

Tabela 2: Média e Desvio padrão dos valores do tempo e velocidade segundo-momento avaliado e percentual de alteração entre momentos.

Variáveis Analisadas	M1	M2	% de Alteração	Teste Estatístico
T10(s)	1,85±0,07	1,77±0,08	- 4,52	p<0,05
V10(m/s)	5,41±0,19	5,65±0,23	4,25	p<0,05
T30 (s)	4,37±0,16	4,22±0,15	-3,55	p>0,05
V30 (m/s)	6,86±0,24	7,11±0,25	3,52	p>0,05

Conclusão: A partir dos dados coletados, verifica-se que com o predomínio do conteúdo funcional, os valores da velocidade diferiram nas distâncias de 10m ($p < 0,05$) com alterações de -4,52% para o tempo e 4,25% para velocidade, enquanto que em 30m ($p > 0,05$), notam-se alterações de -3,55% para o tempo e 3,52% para velocidade entre os momentos de avaliação. Tais resultados são discutidos quanto ao conteúdo de treinamento aplicado, bem como situam como importantes informações tanto na elaboração como no monitoramento e controle do treinamento.

Palavras Chaves: Futebol, Velocidade de Deslocamento, Treinamento Desportivo.