

Educação Física

### **Potência de membros inferiores e velocidade em jogadores de futebol**

Leonardo Augusto Rodrigues - 4o módulo de Educação Física, UFLA, iniciação científica voluntária.

Dionízio Júnior Fernandes - Graduado em Educação Física, UFLA.

Sandro Fernandes da Silva - Docente DEF, UFLA. - Orientador(a)

#### **Resumo**

O futebol é o esporte coletivo mais praticado no Brasil e no mundo, por homens e mulheres com diferentes idades e níveis de experiência. Para aumentar a chance de sucesso na modalidade, é necessário se levar em conta aspectos táticos, físicos, psicológicos e técnicos, nessa perspectiva, tem-se notado uma atenção especial com a parte física por ela influenciar em todos os outros aspectos citados anteriormente. Devido a isso, o presente estudo objetivou verificar a velocidade em jogadores de futebol sub-20 em três momentos distintos de um planejamento de 10 semanas de competição. Foram analisados 15 atletas do sexo masculino ( $18 \pm 0,86$  anos;  $1,78 \pm 0,09$  m) participantes do campeonato mineiro de futebol sub-20. As avaliações foram efetuadas em três momentos distintos, sendo na primeira, quinta e décima semana da competição. Os atletas foram submetidos ao Teste de Velocidade de 30 metros, cada avaliado teve três tentativas, sendo o melhor desempenho das três tentativas equivalente ao resultado dos testes. Para análise das variáveis utilizou-se a estatística descritiva com determinação da média e desvio padrão, como medidas de tendências centrais e dispersão de dados. Em todas as análises o nível de significância foi de  $P < 0,05$ . Foram encontrados valores significativos ( $p < 0,05$ ) ( $p = 0,004$ ) na velocidade quando comparados o primeiro momento (M1) com o terceiro momento (M3). Pode-se concluir que durante todo campeonato, a velocidade mostrou ser uma variável sensível aos treinamentos e a competição.

Palavras-Chave: Velocidade , Futebol, Competição.

Instituição de Fomento: UFLA

Link do pitch: <https://www.youtube.com/watch?v=8aytVejGhNU&t=1s>