

**AVALIAÇÃO DAS CAPACIDADES FÍSICAS DE ATLETAS DE UMA EQUIPE DE  
VOLEIBOL MASCULINO DE CHAPECÓ/SC EM DIFERENTES PERÍODOS DE  
TREINAMENTO**

Pesquisador(es): BIM, Mateus Augusto; PEDROZO, Sandro Claro;

Curso: Educação Física

Área: Ciências da vida

Resumo: O presente estudo teve como objetivo verificar se existem diferenças nas capacidades físicas entre os períodos preparatório e competitivo de atletas de uma equipe adulta masculina de voleibol. Participaram do estudo 12 atletas do sexo masculino com idades entre 18 e 30 anos. Para avaliar as capacidades físicas dos atletas foram utilizados os testes de impulsão vertical com auxílio dos membros superiores, arremesso de medicineball de 3kg e teste de shuttle run. Os testes foram realizados em dois períodos distintos de treinamento da equipe de voleibol (preparatório e competitivo). Os procedimentos estatísticos utilizados foram a estatística descritiva (média, desvio-padrão e frequência) e o teste t de student pareado utilizando um nível de significância de  $p \leq 0,05$ . Os resultados demonstraram diferenças estatisticamente significativas entre os períodos em todas as capacidades físicas avaliadas: Força explosiva de membros inferiores ( $p=0,002$ ), força explosiva de membros superiores ( $p=0,050$ ) e agilidade ( $p=0,047$ ). Com base nos resultados deste estudo pode-se afirmar que o desempenho nas capacidades físicas da equipe de voleibol no período competitivo é significativamente maior do que no período preparatório, principalmente na força explosiva de membros inferiores, o que provavelmente está relacionado de forma direta com o treinamento realizado pelos mesmos entre os dois períodos.

Palavras-chave: Voleibol. Periodização. Capacidades físicas.

E-mails: mateusbim7@gmail.com; sandro.pedrozo@unoesc.edu.br