

DESEMPENHO DO SALTO VERTICAL EM INÍCIO DE TEMPORADA DA EQUIPE ADULTA DE VOLEIBOL MASCULINO DE CHAPECÓ, SC

Orientador: ZAWADZKI, Patrick

Pesquisadores: CAPELETTO, Eduardo

SABBI, Ilezam Keila

GAZOLA, Cleisa

Curso: Educação Física

Área de conhecimento: Área das Ciências Biológicas e da Saúde

Quanto maior for a capacidade de saltar de um atleta de voleibol, em teoria, maiores serão suas possibilidades de efetuar um ataque ou um bloqueio eficiente. Não obstante, os treinadores e preparadores físicos devem contemplar essa necessidade dentro do seu macrociclo de treinamento para conseguir o máximo da forma física de seus jogadores. Para isso, uma avaliação inicial que ajuste os objetivos de curto, médio e longo prazo faz-se necessária. Este estudo teve como objetivo traçar um perfil de força explosiva durante a realização de um teste de salto vertical de uma equipe de voleibol ao início da pré-temporada. Entende-se a evidente importância do salto vertical, nesse caso, o que justifica a existência de estudos que relatem o desempenho em diferentes etapas do treinamento. Participaram atletas masculinos da equipe de voleibol de Chapecó, SC ($n=8$), com estatura média de 1,87 m ($s=0,13$) e peso corporal médio de 88,75 kg ($s= 11,83$), divididos nas posições de ponteiro ($n=3$), líbero ($n=2$), central ($n=1$) e levantador ($n=2$). Para a coleta de dados foi utilizada uma plataforma de contatos (Hidrofit, Brasil) conectada ao *software Multisprint* (Califórnia, USA). O procedimento consistiu em um aquecimento normal de treino, seguido de três saltos máximos com intervalo aproximado de cinco segundos, a técnica de salto utilizada foi similar ao Salto com Contra Movimento, porém, adaptada ao voleibol, os jogadores realizaram um bloqueio parado ofensivo. Durante a análise de dados descritiva, foram utilizados como variáveis os valores antropométricos de estatura e peso, de posição e função em quadra e de altura e potência geradas no teste. Foi considerado como valor somente o melhor resultado das três tentativas. O resultado principal traçou um perfil da equipe em que sua média de altura de salto atingida foi de 51,13 cm ($s=7,20$) e média de potência de 683,38 W ($s=63,03$). Valores de referência foram encontrados na literatura, entretanto, as condições nas quais foram gerados diferem da situação aplicada neste estudo. Por essa razão, conclui-se que mais estudos como este devem ser feitos para criar parâmetros de treinamento para treinadores, tanto das equipes de competição quanto das escolas de base que necessitam estabelecer os objetivos de longo prazo para seus atletas.

Palavras-chave: Voleibol. Salto vertical. Avaliação. Perfil.

patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

ef.eduardo@hotmail.com

ilezam-keila@hotmail.com

cleisagazola@ig.com.br