

CONDIÇÃO FÍSICO-MORFOLÓGICA DE ATLETAS DE FUTSAL FEMININO DO MUNICÍPIO DE SÃO MIGUEL DO OESTE, SC, EM FASES DE TREINAMENTO DE PRÉ-COMPETIÇÃO, COMPETIÇÃO E PÓS-COMPETIÇÃO

Orientadores: FRIGERI, Elis Regina

PEDROZO, Sandro Claro

Pesquisadoras: EBERHARD, Tatiani Sueli

BERTÉ, Jéssica

Curso: Educação Física

Área de conhecimento: Área das Ciências Biológicas e da Saúde

A busca pela vitória desportiva sempre foi um dos principais fatores de motivação na busca de métodos e processos mais efetivos no futsal. Em virtude disso, busca-se até hoje a melhor forma de como se organizar o treinamento, por meio de um processo conhecido como periodização (fases de treinamento). O presente estudo objetivou analisar as condições físico-morfológicas de atletas de futsal feminino do Município de São Miguel do Oeste, SC em fases de treinamento de pré-competição, competição e pós-competição. A amostra foi constituída por 15 atletas do gênero feminino com idades de 15 a 22 anos. Para avaliar as capacidades físicas das atletas de futsal foram realizados os seguintes testes: sentar e alcançar com Banco de Wells, Impulsão Horizontal e Impulsão vertical, Teste *ShuttleRun*, Teste de velocidade de 20 m e Teste de vai e vem de 20 metros. Para avaliar as características morfológicas, foi realizada uma avaliação antropométrica, incluindo aferições de peso, estatura, perímetros (cintura e quadril) e dobras cutâneas. No decorrer das fases de treinamento foram entregues laudos individuais e por equipes, a fim de possibilitar o monitoramento da condição físico-morfológica das atletas e auxiliar a comissão técnica e/ou o responsável pela preparação física da equipe nas estratégias a serem adotadas no que diz respeito às variáveis analisadas. Para o tratamento dos dados foi utilizado o pacote estatístico SPSS, versão 13.0. Os procedimentos estatísticos compreenderam em estatística descritiva (média e desvio-padrão) e análise de variância (ANOVA One Way), seguida de *post hoc*. O nível de significância foi de $P < 0,05$. Os resultados mostraram diferenças estatisticamente significativas ao se comparar os resultados da fase de pré-competição com a fase de competição (flexibilidade: $P = 0,011$; força explosiva horizontal: $P = 0,000$ e vertical: $P = 0,004$; agilidade: $P = 0,000$; velocidade: $P = 0,000$; capacidade cardiorrespiratória: $P = 0,000$ e %G: $P = 0,027$) e ao comparar os resultados da fase de pré-competição com a fase de pós-competição (flexibilidade: $P = 0,022$; força explosiva horizontal: $P = 0,001$ e vertical: $P = 0,014$; agilidade: $P = 0,000$; velocidade: $P = 0,022$ e capacidade cardiorrespiratória: $P = 0,000$ e %G $P = 0,000$). Entre as fases de competição e pós-competição, os resultados não diferiram significativamente ($P < 0,05$). Assim, pode-se concluir que existem diferenças estatisticamente significativas na condição físico-morfológica das atletas de futsal feminino do Município de São Miguel do Oeste, SC, da fase pré-competitiva para as fases de competição e de pós-competição, e estas provavelmente estão associadas à eficiência do treinamento periodizado realizado pela comissão técnica com auxílio dos pesquisadores.

Palavras-chave: Futsal feminino. Pré-competição. Competição. Pós-competição. Condição físico-morfológica.

elis.frigeri@unoesc.edu.br

sandro.pedrozo@unoesc.edu.br

taty_futsal@hotmail.com