

PERFIL DE FORÇA EXPLOSIVA EM SALTO VERTICAL DE ATLETAS DA CATEGORIA SUB 15

Orientadores: ZAWADZKI, Patrick

CEZAR, Marcos A.

ZANINI, Daniela

ALMEIDA, Carlos M. P.

PAGLIARI, Paulo

Pesquisadores: COLOSSI, Iully A. L.

SIRINO, Natali

FIGUEIRA, Suani M.

SILVA, Vinicius L.

GAZOLA, Cleisa

BARP, Dirceu J.

SOUZA, Fernanda

RECH, Maicon

Curso: Educação Física

Área do conhecimento: Área das Ciências da Vida

Em razão da diversidade de manifestações, a força é estudada na área da Educação Física por diferentes perspectivas, o que multiplica os métodos que a avaliam. Um exemplo é o caso do salto vertical, comumente utilizado para avaliar força explosiva nos mais variados esportes. Com o presente estudo, objetivou-se determinar o perfil de força explosiva de membros inferiores dos atletas da categoria de base Sub 15 da Associação Chapecoense de Futebol. Participaram do estudo 26 atletas, cuja média de idade foi de 14,9 anos ($dp=0,37$). Como instrumento, foi utilizada uma plataforma de contatos (Hidrofit, Brasil), conectada ao *software* Multisprint (Califórnia, USA), instalado em um computador com licença oficial no Laboratório de Antropometria do Curso de Educação Física da Unoesc de Chapecó. O protocolo adotado consistiu em registrar 15 saltos consecutivos no menor tempo possível. A técnica executada foi a de saltos múltiplos (MJ) com as mãos na cintura, com ambas as pernas, primeiramente com a perna esquerda e depois, com a direita. Os participantes realizaram um aquecimento orientado logo após receberem as instruções sobre o teste. Para a análise de dados descritiva foram utilizadas as variáveis de medidas altura do salto e potência máxima produzida em razão do peso corporal de cada participante. Os resultados principais mostraram uma média do membro inferior esquerdo de 15,84 cm ($dp=2,99$) para a altura do salto e de 264 W ($dp=35,56$) para a potência do salto; para o membro inferior direito, a média foi de 16,65 cm ($dp=3,81$) para a altura e de 270,46 W ($dp=43,41$) para a potência; para ambas as pernas, foi registrada a média de 29,49 cm ($dp=3,84$) para a altura e de 359,75 W ($dp=43,97$) para a potência. Apesar de haver diferença entre as médias do salto com apoio na perna direita e esquerda, não foram encontradas diferenças significativas. Conclui-se que este estudo mostra um perfil de referência para futuros atletas estabelecerem seus objetivos durante a periodização da sua formação esportiva. Palavras-chave: Força explosiva. Salto vertical. Futebol. Adolescentes. Valores de referência.

patrick.zawadzki@unoesc.edu.br

daniela.zanini@unoesc.edu.br