

ASSOCIAÇÃO ENTRE CARACTERÍSTICAS DE TREINO, CARACTERÍSTICAS DE JOGO E DESEMPENHO ESPORTIVO DE JOVENS FUTEBOLISTAS AO LONGO DE UMA TEMPORADA

Pedro Henrique Ferreira Torres (PIBIC/CNPq/FA/UEM), Norton Felipe de Souza Roque, Matheus de Oliveira Jaime, Vanessa Menezes, Leandro Rechenchosky, Wilson Rinaldi (Orientador).

E-mail: ra126367@uem.br.

Universidade Estadual de Maringá, Departamento de Educação Física, Maringá, PR.

Área e subárea do conhecimento: Ciências da Saúde, Educação Física.

Palavras-chave: Esporte Coletivo; Avaliação; Desempenho Esportivo.

RESUMO

O objetivo deste trabalho é verificar a associação entre as características do treino, de jogo e desempenho esportivo de jovens futebolistas ao longo de uma temporada esportiva. Os métodos utilizados foram baseados em pesquisas de características descritivas e associativas com delineamento longitudinal. A amostra foi composta por 27 jogadores do sub-15 e analisados 12 jogos do sub-15. A estatística descritiva das variáveis com distribuição paramétrica foi representada pela média e desvio padrão. Os resultados dos gols feitos do estudo foram que sub-15 teve 29 gols em 12 jogos, nos gols sofridos o sub-15 sofreu 15 gols em 12 jogos mostrando que o ataque teve bons números nas duas categorias e a defesa do sub-15 não foi tão efetiva. Enquanto os resultados dos testes físicos como Yo Yo Test, o teste de sprints repetidos e o de velocidade foram utilizados para prescrever com mais exatidão as cargas de treino.

INTRODUÇÃO

No futebol, os componentes físicos, táticos e técnicos podem variar na temporada de acordo com o estímulo aplicado. Por exemplo, Dragijsky et al. (2017) observaram alterações na velocidade em corrida linear, na agilidade e na resistência aeróbia de futebolistas durante uma temporada com seis meses de duração.

O monitoramento integrativo dos componentes do futebol ao longo de uma temporada é escasso na literatura. A análise integrativa desses componentes em toda a temporada esportiva faz-se necessário para que se possa compreender e ajustar o programa de treinamento (Maughan et al., 2021). Não é de conhecimento atualmente a integração a longo prazo dos componentes físicos, técnicos e táticos ao longo da temporada. Considerando a importância em monitorar todos os componentes do futebol no treino, o que é executado no jogo, com a integralização para análises de suas respostas e a sua relação com desempenho esportivo, este trabalho pode contribuir com o avanço da ciência do esporte, especificamente na modalidade futebol. Observa-se que os diferentes componentes podem evoluir ao longo da temporada esportiva e essa evolução pode ser o diferencial entre o ótimo e o baixo desempenho. O objetivo do estudo foi verificar as características físicas e características do jogo no desempenho esportivo ao longo da temporada.

MATERIAIS E MÉTODOS

Tipo de pesquisa e amostra

Essa pesquisa é caracterizada como descritiva e associativa com delineamento longitudinal (Thomas et al., 2009). Os participantes da pesquisa são atletas da categoria sub-15 integrantes do clube Maringá Futebol Clube em parceria com a Universidade Estadual de Maringá (UEM). A seleção da amostra foi feita por conveniência. Como critério de inclusão, o atleta deveria: estar inscrito em competições estaduais, nacionais ou internacionais de futebol; participar de pelo menos três sessões semanais de treino.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na pesquisa, as duas equipes que foram selecionadas para a análise participaram do Campeonato Paranaense de base organizado pela Federação Paranaense de Futebol na categoria sub-15. Foram feitos os testes de agilidade, velocidade, YO-YO Test, para avaliar o VO_{2max} . O quadro 01 mostra os resultados dos testes de aptidão física e percentual de gordura dos jogadores da categoria sub-15.

QUADRO 01- Resultados dos testes físicos e percentual de gordura de jogadores de futebol da categoria sub-15.

Testes	Velocidade(m/s)	Agilidade (m/s)	Yo-YoTest (m)	%gord	VO _{2max} (ml/kg/min)
Média	3,72	8,84	642	11,8	33,71

QUADRO 2- Gols marcados e gols sofridos de jogadores de futebol da categoria sub-15 ao longo de uma competição.

Categorias (n)	Gols Feitos na primeira fase	Gols Feitos na segunda fase	Gols sofridos na primeira fase	Gols sofridos na segunda fase
Sub-15 (n)	17	12	8	7

Os resultados da categoria sub-15 evidenciou que esses parâmetros podem auxiliar no processo de planejamento e controle de cargas internas e externas nos treinamentos. Os resultados individuais no teste de Sprints repetidos podem ser utilizados para monitorar o perfil dos atletas quanto à capacidade de aceleração e de velocidade e adequar as cargas de treino ao longo da temporada (REILLY, 2013). Os valores de normalidade do percentual de gordura para atletas nessa faixa etária variam entre 8 e 10%, que é considerado bom, de 4 a 6% como valores excelentes, e valores alto acima de 10% de gordura corporal são considerados altos para essa população (POLLOCK; WILMORE, 1993). Observando os números de gols feitos e sofridos no sub-15 podemos ver que os gols feitos diminuíram da primeira para a segunda fase e os gols sofridos como os gols feitos do sub-15 diminuíram, mostrando que o ataque teve bons números, no entanto, a defesa do sub-15 não foi tão efetiva, a partir do controle dessa variável, podemos ainda que de maneira limitada, inferir que a equipe conseguiu manter o padrão de atuação ao longo da competição que as equipes participaram

CONCLUSÕES

Observando os resultados dos atletas da categoria sub-15 e de acordo com os testes do Yo-Yo e o VO_{2max}, podemos conhecer melhor o perfil físico dos atletas auxiliando no processo de planejamento e controle de cargas internas e externas nos treinamentos. O monitoramento dos gols marcados e gols sofridos podem contribuir para entender o comportamento tático da equipe em sua organização defensiva e ofensivo ao longo de uma competição.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao meu orientador Wilson Rinaldi e ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica PIBIC/CNPq-FA-UEM pela oportunidade de realizar essa pesquisa científica.

REFERÊNCIAS

BARREIRA, D. et al. SoccerEye: A software solution to observe and record behaviours in sport settings. **The Open Sports Sciences Journal**, v. 6, n. 1, 2013.

DRAGIJSKY, M. et al. Seasonal Variation of Agility, Speed and Endurance Performance in Young Elite Soccer Players. **Sports (Basel, Switzerland)**, v. 5, n. 1, p

FORD, P. R.; WILLIAMS, A. M. The acquisition of skill and expertise: The role of practice and other activities. In: (Ed.). **Science and Soccer**: Routledge, 2013. p.134-150. ISBN 020313186X.

HILL-HAAS, S. V. et al. Generic versus small-sided game training in soccer. **International Journal of Sports Medicine**, v. 30, n. 09, p. 636-642, 2009. ISSN 0172-4622.

RIN, V. B. New horizons for the methodology and physiology of training periodization. **Sports Medicine**, v. 40, n. 3, p. 189-206, 2010. ISSN 1179-2035.