

## A INFLUÊNCIA DO FUTSAL NO DESENVOLVIMENTO DA VELOCIDADE DE ALUNOS DA ESCOLINHA MUNICIPAL DE TREINAMENTO DO MUNICÍPIO DE CRUZ MACHADO-PR

EVERTON ZWIERZYKOWSKI

Professora Orientadora: Carina Carolini N. da Rocha Heil

### INTRODUÇÃO

Velocidade é a capacidade que um atleta tem para realizar ações motoras, no mínimo intervalo de tempo. O futsal é um jogo muito dinâmico, por isso exige de seus participantes uma boa velocidade, para realizar as jogadas tanto de ataque como de defesa. Portanto o presente estudo busca saber se a velocidade pode ser aperfeiçoada, somente com o treinamento de futsal aplicado de maneira correta.

Tubino (2003) diz que o treinamento desportivo é um conjunto de atividades que busca desenvolver e aperfeiçoar qualidades físicas e mentais de uma pessoa ou de um atleta, desenvolvendo exercícios de acordo com a característica de cada um.

Para Bompa (2005), a velocidade é uma capacidade inata do ser humano, ou seja, é a capacidade de o ser humano realizar qualquer atividade, em um curto espaço de tempo. Grande parte dessa capacidade é determinada pela genética, isso não significa que a relação velocidade e genética seja um fator limitante, pois os atletas podem melhorar a sua capacidade de velocidade mediante de treinamentos.

O presente estudo teve como tema A influência do futsal no desenvolvimento da velocidade de alunos da Escolinha Municipal de Treinamento, do município de Cruz Machado - PR.

O objetivo principal da pesquisa foi verificar se o treinamento de futsal aplicado de maneira correta influencia no desenvolvimento da velocidade de alunos das escolinhas municipais de treinamento de Cruz Machado - PR.

Para o presente estudo foram apresentadas duas hipóteses: a) o treinamento de futsal contribui para o desenvolvimento da velocidade, e, b) o treinamento de futsal não contribui para o desenvolvimento da velocidade.

O estudo também procurou responder o seguinte questionamento: de que maneira os treinamentos de futsal, executados de maneira correta, influenciam no desenvolvimento da velocidade dos alunos das escolinhas municipais de treinamento de Cruz Machado - PR?

### OBJETIVOS

#### OBJETIVO GERAL

Verificar se o treinamento de futsal aplicado de maneira correta influencia no desenvolvimento da velocidade de alunos das escolinhas municipais de treinamento de Cruz Machado - PR.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) mostrar aos alunos a importância da velocidade em um jogo de futsal;
- b) verificar se a velocidade dos alunos terá apresentado uma melhora ao final da pesquisa;
- c) comparar a evolução da velocidade entre alunos iniciantes e alunos que já frequentam os treinamentos.

## **METODOLOGIA**

Foi realizada uma pesquisa de campo exploratória, com análise de variáveis quantitativas descritivas.

A pesquisa foi realizada na escolinha municipal de treinamento, que fica situada no Ginásio de Esportes do Distrito de Santana, município de Cruz Machado - PR, e contou com a participação de 20 alunos do gênero masculino, divididos em duas turmas. Uma com alunos iniciantes, com idade entre 7 e 9 anos, e outra com alunos que já frequentavam a escolinha, com idades entre 10 e 13 anos. Para o método avaliativo, os dados obtidos após o pré e o pós-teste foram confrontados. Para a avaliação do desempenho da velocidade foi aplicado o teste dos 50 metros.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO (OU RESULTADOS ESPERADOS, SE A PESQUISA ESTIVER EM DESENVOLVIMENTO)**

Foi aplicado o teste dos 50 metros como pré-teste. Como pós-teste ainda não foi aplicado, no momento, não será colocado nenhum resultado.

## **REFERÊNCIAS**

BOMPA, T. O. **Treinamento total para jovens campeões**. Barueri: Manole, 2002.

TUBINO, M. J. **Metodologia do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.