

Correlação entre o desempenho no Teste de Agilidade com e sem bola em praticantes de futebol

Elvis Aaron de Souza¹, João Paulo Castilho Gonçalves Costa¹, Clayton Mendes dos Santos¹, Sérgio Luiz Carlos dos Santos^{1 3}, João Guilherme Cren Chiminazzo²

¹HWT SPORTS (Bragança Paulista, Brasil)

² GEPEN - FEF-UNICAMP (Campinas, Brasil)

³Universidade Federal do Paraná - UFPR (Curitiba, Brasil)

Introdução: O futebol é uma modalidade esportiva dinâmica e durante jogo exige-se muito da velocidade de processamento e da execução das ações. Entre essas ações estão os sprints de curta e média distância com mudança de direção. Esses estímulos podem ser realizados com condução de bola ou sem bola. Assim, a agilidade é considerada como uma capacidade muito importante para o futebolista. Este estudo se caracteriza por determinar a correlação da agilidade com e sem bola em praticantes de futebol.

Métodos: Foram avaliados 20 atletas do sexo masculino, praticantes de futebol, idade média de 17,60 anos \pm 1,85, estatura de 1,74m \pm 0,07 e massa de 65,90 Kg \pm 7,86. Para se obter os resultados da agilidade foi utilizado o protocolo do Illinois Agility Test, com a variação da execução com e sem bola. Para controlar o tempo foi utilizado um cronômetro da marca Q&Q Citizen, controlado por um avaliador. Para correlação dos dados foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson. **Resultados:** A média referente a execução do teste sem bola foi de 16,71 \pm 0,65s e com bola 22,42 \pm 1,92s. Essas médias apresentaram diferenças significativas ($p < 0,05$) e correlação forte positiva ($r = 0,79$). Referente ao déficit técnico, média do grupo foi de 74%. O atleta que apresentou maior déficit técnico obteve um resultado de 66% e o com menor déficit técnico apresentou resultado de 81%, sendo esses valores considerados satisfatórios.

Conclusão: Pode-se concluir que todos os avaliados perdem rendimento na agilidade quando se coloca o componente bola, mesmo que os valores de perda sejam moderados. Com essas informações pode-se sugerir que a realização de trabalhos de agilidade com bola devem ser incorporados ao treinamento para melhorar o aproveitamento dos atletas.

Palavras-chave: Agilidade, Illinois Agility Test, Futebol.

E-mail: elvis.treinador@gmail.com