

O DESEMPENHO DA FORÇA E AGILIDADE EM DIFERENTES NÍVEIS DE MATURAÇÃO EM JOVENS FUTEBOLISTAS

^{1,2}Bruno Bueno, ²Rodrigo Pignataro, ²Marcelo Lima, ²Pedro Campos ¹Jefferson Eduardo Hespanhol. ¹Puc-Campinas;

²São Paulo Futebol Clube

Introdução: A treinabilidade é um dos fatores para potencializar o treinamento da força e agilidade em jovens atletas de futebol. **Objetivo:** Verificar as diferenças entre os estágios maturacionais no desempenho da força e agilidade em jovens futebolistas. **Metodologia:** Foram avaliados 47 atletas das categorias de base de um clube pertencente a 1ª divisão do campeonato brasileiro. O estudo foi realizado através dos testes de saltos verticais (squat jump e countermovement) para estimar a força, e o teste de agilidade ILLINOIS AGILITY TEST. A comparação entre os estágios foi feita através da Anova One Way, e para comparações múltiplas foram realizadas através do procedimento de Tukey. **Resultados:** Na agilidade não houve diferenças significantes, quanto para a força (SJ e CMJ) houve diferenças significantes ($p < 0,01$). Para força explosiva (SJ) as diferenças significantes foram entre as médias dos estágios G1xG4, G1xG5, G3xG4 e G3xG5; para a força explosiva elástica (CMJ) houve diferenças significantes entre G1xG4, G1xG5, G2xG5, G3xG4 e G3xG5. Na quantidade de trabalho na agilidade demonstraram diferenças significantes entre G1xG2, G1xG4, G1xG5, G2xG5, G3xG4 e G3xG5. **Conclusão:** Houve uma tendência de influência da maturação no desempenho da SJ e CMJ, quantidade de trabalho no teste de agilidade e não houve essa tendência para a agilidade e velocidade de execução deste testes.

Palavras Chaves: Futebol, agilidade e força