

## PERFIL FÍSICO DE UMA EQUIPE DE FUTSAL AMADOR DA CIDADE DE SANTA MARIA - RS

MILENA DE CÁSSIA PACHECO LOPES<sup>1</sup>  
LEANDRO LIMA BORGES<sup>2</sup>

O Brasil é o maior campeão mundial de futsal, além desse fato, há diversos atletas brasileiros jogando em equipes do exterior, demonstrando a potência que o Brasil é na modalidade. O futsal é uma modalidade a qual prevalecem algumas qualidades físicas, dentre elas a velocidade, agilidade e resistência cardiorrespiratória. Tais qualidades físicas podem ser devidamente treinadas se orientadas por um profissional qualificado para tal função, pois havendo possibilidades deve-se realizar uma avaliação prévia do grupo de atletas para verificar em qual situação encontram-se os atletas em início de treinamentos. Nesse sentido, com este estudo realizou-se uma avaliação física inicial a fim de verificar a condição cardiorrespiratória, a velocidade e agilidades dos atletas de uma equipe amadora de futsal da cidade de Santa Maria -RS. A equipe é formada por 12 atletas, mas somente 7 atletas realizaram todos os testes. Foram realizadas avaliações de agilidade através do teste “Shuttle run”, velocidade através da corrida de 30 metros e da resistência cardiorrespiratória através do teste de Cooper realizado em quadra. Foi realizada uma estatística descritiva a fim de verificar média e desvio padrão. Os atletas da equipe obtiveram os seguintes resultados: percorreram uma média de 2500 metros para o teste de Cooper em 12 minutos, a média da agilidade foi de 10,19 segundos e 4,41 segundos para a corrida de 30 metros. Segundo normas de classificação do teste de Cooper, os atletas desta equipe amadora de futsal encontram-se com um índice “bom”, para o teste de agilidade e velocidade não existem normas de classificação específicas, mas segundo estudos encontrados, os resultados são semelhantes, comprovando boas condições de velocidade e agilidade. Acredita-se que todas as equipes deveriam avaliar seus atletas para verificar seu estado físico inicial e que apesar desse estudo ser realizado com atletas amadores, demonstrou que as variáveis analisadas condizem com a modalidade e os resultados são semelhantes com outros estudos.

<sup>1</sup> Autora, acadêmica do curso de Educação Física Bacharelado – FAMES

<sup>2</sup> Co-autor e orientador do estudo, Esp. Em Atividade Física, Desempenho motor e Saúde pela UFSM, Líder do Núcleo de Estudos em Medidas e Avaliação da Educação Física Escolar – NEMAEFE e pesquisador do Núcleo de Estudos em Medidas e Avaliação dos Exercícios Físicos e Saúde – NEMAEFS