

Comparação de testes de velocidade em atletas que disputam 100 e 400 metros rasos no atletismo

Silvério Netto, J.E.;

*UNESP - Faculdade de Ciência e Tecnologia,
Presidente Prudente*

Testes de velocidade, no atletismo, são muito utilizados, pois predizem de maneira direta a situação dos atletas analisados. No esporte de alto nível, onde milésimos de segundos definem o primeiro de segundo colocado, torna-se cada vez mais importante estabelecer padrões dentre as diferentes modalidades esportivas, a fim de se ter um parâmetro fidedigno de performance a ser considerado nos treinos e competições, com o objetivo de fazer um trabalho para atingir máximo rendimento. O objetivo deste trabalho foi analisar o desempenho de atletas de duas provas distintas, 100 (grupo 1 de atletas) e 400 metros rasos (grupo 2 de atletas), verificando variações entre a performance atlética destas duas populações em testes de 30, 60 e 300m de corrida. Para tanto, 12 atletas ($24,1 \pm 4,5$ anos, $78,5 \pm 12,4$ kg, $177,8 \pm 13,2$ cm, $7 \pm 3,8$ % de gordura) realizaram três testes de velocidade, de 30 (12 atletas), 60 (8 atletas) e 300m (8 atletas) respectivamente. Os testes foram separados por um período de 2 horas e os atletas foram orientados a despender o máximo de força durante o teste. Os dados foram coletados por um equipamento que consiste em uma série de células fotoelétricas acopladas a um computador com software específico (Speed Test - Cefise), que determina as velocidades máxima, média e mínima, a cada intervalo de 10m. Foram encontradas diferenças estatisticamente significantes ($p < 0,05$) entre a primeira e a segunda parciais de tempo, assim como nos tempos totais das corridas entre o grupo 1 e 2 de atletas para o teste de 30 m. Neste mesmo teste, alta correlação foi verificada apenas nos tempos de reação do bloco (0,92). No teste de 60m, foram encontradas diferenças estatisticamente significantes ($p < 0,05$) na primeira e quinta parciais de tempo, assim como nas velocidades mínima e média e acelerações máxima e média. Altas correlações foram verificadas na quinta e sexta parciais de tempo, assim como na aceleração mínima (0,81; 0,65 e 0,73). Por fim, no teste de 300m foram encontradas diferenças significantes ($p < 0,05$) apenas na primeira e segunda parciais de tempo e alta correlação no tempo total das corridas, assim como na primeira, segunda e terceira parciais (0,72; 0,79; 0,80 e 0,64 respectivamente). Portanto, os testes de 30, 60 e 300m de corrida não foram eficientes em demonstrar uma efetiva variação que traduzissem em padrões de performance nos grupos de atletas analisado.

cefise