

### **[42142] III PROGRAMA DE AVALIAÇÃO E PRESCRIÇÃO PARA TREINAMENTO EM FUTEBOL E VOLEIBOL – 2021**

Autores: Felipe de Lima Ribeiro e Giovanni Rimolo Brito.

Coordenador: Luiz Fernando Martins Kruehl.

Coautor(es): Artur Avelino Birk Preissler, Pedro Schons, Lucas Klein e Gianluca Caetano.

O programa de avaliação, iniciado em 2019, pelo Grupo de Pesquisa em Atividades Aquáticas e Terrestres (GPAT) e o Grupo de Pesquisa em Voleibol, surge como um meio de intersecção entre equipes de futebol e voleibol e a comunidade acadêmica, tendo em vista, que as avaliações e prescrições de treinamento embasadas na ciência e pesquisa, possibilitam fornecer resultados técnicos e informativos as comissões técnicas. O projeto tem como objetivo para o âmbito da universidade, promover o ganho de experiência aos extensionistas, participando das avaliações, vivenciando a realidade profissional dentro dos esportes e absorvendo conhecimentos teóricos e práticos a respeito do tema a partir de reuniões, aulas e incentivo a pesquisa em conjunto com os pós graduandos, que lideram o programa, dessa forma complementando a tríade ensino/pesquisa/extensão. Para o âmbito social, o objetivo é fornecer as comissões técnicas das equipes, laudos a partir de dados coletados durante as avaliações de maneira gratuita. Dentro do futebol e do voleibol é estabelecido o contato entre o grupo e comissões técnicas, viabilizando realizar as avaliações, essas sendo efetuadas pelos alunos de extensão juntamente com os coordenadores do programa. As valências físicas avaliadas são de saltos verticais, sprints, capacidade aeróbia e de troca de direção. Os resultados são apresentados às equipes por meio de laudos elaborados pelos membros do projeto, contribuindo para a interpretação dos resultados de cada teste, podendo otimizar os ganhos de trabalhos físicos e táticos das equipes. No ano de 2019, foram realizadas 1101 avaliações, no ano de 2020, 414 e em 2021, 385.