

ABORDAGENS SOBRE O TREINO DESPORTIVO



ABORDAGENS SOBRE O TREINO DESPORTIVO

Rui Paulo
Pedro Mendes
Marco Batista
João Petrica



REVISÃO CIENTÍFICA

João Petrica

João Serrano

António Faustino

Rui Paulo

Pedro Mendes

Marco Batista

Helena Mesquita

EDIÇÃO

Câmara Municipal de Idanha-a-Nova

COPYRIGHT

A reprodução só é permitida com autorização escrita dos autores

DESIGN DE CAPAS DA COLEÇÃO

Adriana Vieira

Mestrado Design Gráfico da Escola Superior de Artes Aplicadas do IPCB em associação com a Faculdade de Arquitetura da UL.

ISBN

978-989-8936-05-9

1ª Edição, 2018

- 07** **Nota Editorial**
- 09** ***Avaliação da intensidade e dos aspetos tático-técnicos do treino de futebol: exercícios sob forma jogada versus exercícios convencionais específicos de preparação***
Evaluation of intensity and tactical -technical aspects of football training: exercises under way move specific versus conventional preparation exercises
Henriques, J.; Petrica, J.; Marinho, D.; Paulo, R.
- 33** ***Treino de Força Explosiva em Contexto Escolar: Efeitos da Sequência do Treino Concorrente de Força e Aeróbio em Rapazes Pré-Púberes***
Explosive Strength Training in School Context: Effects of Concurrent Training Sequence in Prepubescent Boys
Alves, A.; Marta, C.; Marques, M.
- 43** ***A avaliação da Agilidade em alunos do Ensino Superior***
The Evaluation of Agility in Higher Education Students
Mendes, P.; Silveira, P.; Agostinho, J.; Cruz, C.; Galvão, J.; Silva, F.
- 55** ***Proposte di Allenamento Multilaterale con Palla in due Discipline Sportive: La Ginnastica Ritmica e la Pallacanestro***
Proposals for Multilateral Training With the Ball in two Sports: Rhythmic Gymnastics and Basketball
Caire, M.; Scursatone, I.
- 67** ***Kimartop: Sistema de Entrenamiento de Gimnasia Acrobática Innovador***
Kimartop: Innovate System of Acrobatic Training
Gordillo Casimiro, F.; León Guzmán, K.; Bortoleto, M.
- 77** ***Atividade Física e Desportiva das Atletas de Futebol-7 das Seleções Distritais Sub-16***
Physical Activity and Sport of Soccer-7 Athletes of District Selections Sub-16
Afonso, J.; Serrano, J.; Paulo, R.

- 93** ***Dinâmica Comparada de Jogo entre Regras Antigas e Atuais na Modalidade de Hóquei em Patins***
Comparative Dynamic of Game Between the Old and Present Rules in Hockey Sport
Honório, S.; Batista, M.; Martins, J.
- 103** ***L'influenza Dell' Esperienza Competitiva Sull'equilibrio Posturale Statico in un Gruppo di Ginnaste di Alto Livello di Ginnastica Ritmica***
Influence of Competitive Experience on Static Postural Balance in a Group of Rhythmic Gymnastics of High Level
Caire, M.; Scursatone, I.
- 115** ***Biomecânica e Economia de Corrida em Alunos Universitários***
Biomechanics and Running Economy in College Students
Arede, J.; Santos, R.; Sarmento, H.
- 127** ***A 1ª Preleção do Microciclo do Treinador de Futebol***
The 1st Lecture of Micro Cycle by Football Coach
Ferreira, V.; Peixoto, C.; Romão, B.
- 137** ***Análise dos Esquemas Táticos do Mundial 2014 – Padrões Coletivos***
Set Pieces Analysis of World Cup 2014 – Collective Patterns
Santos, V.; Soares, I.; Silva, A.; Gonçalves, T.; Sarmento, H.
- 147** ***Aproximações e Dissonâncias entre o Futebol não Profissional em Florianópolis/Brasil e Aficionado em Palencia/Espanha***
Approaches and Dissonances Between Non-Professional Soccer In Florianopolis / Brazil and in Palencia/Spain
Invernizzi, L.; Fernandez Vaz, A.; Bores Calle, N.; Bassani, J.
- 157** ***A Utilização de Testes Específicos no Controlo do Treino em Jovens Futebolistas***
The Use of Specific Tests in Training Control in Youth Soccer Players
Gomes, P.; Fernandes, G.; Carvalho, I.; Nora, D.; Palinhos, C.; Pereira, A.; Nunes, P.; Figueiredo, T.; Espada, M.