

**Candidato: Luiz Henrique Dunder**

**Titulo: Métodos de treinamento para o desenvolvimento da força especial na natação de alto rendimento.**

**Orientador: Prof. Dr. Orival Andries Júnior**

**Resumo:** A natação é um dos esportes mais populares e desenvolvidos atualmente em nosso meio esportivo. Novas pesquisas no campo da morfologia, fisiologia, biomecânica, psicologia vêm nos auxiliando a assegurar melhores resultados para os nadadores de alto rendimento. Dentro da natação competitiva todas as capacidades físicas são de suma importância para um melhor rendimento do atleta, e a capacidade de força é apontada de forma positiva por pesquisas como parte fundamental na otimização da velocidade e conseqüentemente um melhor resultado. Sendo assim o presente estudo teve como objetivo geral identificar as diferentes formas adotadas por técnicos brasileiros no desenvolvimento da capacidade de força de maneira geral em nadadores de alto rendimento, e como objetivo específico verificar a utilização do trabalho de força especial, com e sem implementos e feitos fora e dentro da água, em nadadores de alto rendimento. A amostra da pesquisa foi composta por 16 técnicos de equipes de natação filiadas na confederação Brasileira de Desportos Aquáticos. Os dados foram colhidos na Copa do Mundo temporada 2002/2003, Campeonato Paulista 2003 e Troféu Brasil 2004 através de um questionário composto de nove questões, algumas das quais direcionadas para duas respostas na mesma pergunta, pertinentes ao trabalho de força. Podemos dizer que a pesquisa conseguiu atingir seus objetivos mostrando-nos que os técnicos brasileiros desenvolvem o trabalho de força de maneira geral e especial com seus atletas de alto rendimento, existindo assim uma coerência entre a revisão de literatura e a pesquisa campo.

**Palavras-Chave:** Natação; Natação-Treinamento; Força (Esporte); Aptidão Física-Avaliação; Periodização do treinamento físico.