

## **CORRELAÇÃO ENTRE DESEMPENHO FÍSICO E A INTENSIDADE DO JOGO DE FUTEBOL**

Dagnou PESSOA DE MOURA, Matheus LUIZ PENAFIEL, Alexandre SANTOS DA SILVA, Beatriz GONÇALVES, Osvaldo TADEU DA SILVA JUNIOR, Júlio WILSON DOS SANTOS

Faculdade de Educação Física – UNESP, Bauru, São Paulo, Brasil

e-mail: dagnou@hotmail.com

**Introdução** A avaliação do desempenho em testes físicos assim como a intensidade do jogo são importantes indicadores do nível dos jogadores de futebol. **Objetivos** verificar a correlação entre o desempenho em testes físicos com a intensidade do jogo de futebol. **Metodologia** Onze jogadores de futebol Sub-20 da primeira divisão foram avaliados em 2 jogos oficiais, dos quais 18 observações foram utilizadas para análise. Os testes físicos foram: teste aeróbio intermitente Yo-yo nível 1 (YYIR1), velocidade de 10-m e 30-m, corridas repetidas anaeróbias (RSA, 6 x 20-20 m) e os testes de saltos agachado (SJ) e contramovimento (CMV). A frequência cardíaca (FC) do jogo foi subdividida em cinco zonas de intensidade (50-60, 60-70, 70-80, 80-90, 90-100% da  $FC_{max}$ ) e utilizada para determinar a carga do jogo, pelo impulso de treinamento (J-TRIMP) e a zona de alta intensidade, acima de 90% da  $FC_{max}$  ( $FC_{>90\%}$ ). A correlação de Pearson foi aplicada para a análise dos dados, considerando o nível de significância de  $p < 0,05$ . **Resultados:** O desempenho no YYIR1 apresentou correlação muito forte com o J-TRIMP ( $r = 0,72$ ) e forte correlação com a zona de alta intensidade,  $FC_{>90\%}$  ( $r = 0,51$ ), enquanto que  $RSA_{melhor}$  correlacionou-se negativamente com o tempo da  $FC_{>90\%}$  ( $r = -0,50$ ). **Conclusões:** O teste YYIR1 apresentou melhor correlação com a intensidade do jogo, assim como o teste  $RSA_{melhor}$  também foi um bom indicadores da intensidade do jogo de futebol. No entanto, o desempenho nos testes de curta duração, SJ, CMV, 10-m e 30-m não foram bons indicadores de desempenho da carga da intensidade do jogo.

Palavras chaves: Yo-yo teste; corridas repetidas anaeróbias; TRIMP.