

ANÁLISE DA INTENSIDADE DE ESFORÇO DA SELEÇÃO BRASILEIRA DE FUTEBOL DE 7

¹SANTOS R.M., ¹ROSCH F., ¹BORGES M., ¹NUNES N., ²NOGUEIRA C. D.,
³VIEIRA I. B., ¹GORLA J. I

¹Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas-SP, Brasil.

² Universidade Castelo Branco, Rio de Janeiro- RJ, Brasil

³ Comitê Paralímpico Brasileiro

Introdução: O futebol de 7 é um esporte paralímpico desenvolvido para paralisados cerebrais. O desempenho dos atletas depende de componentes físicos, técnicos, táticos e psicológicos, havendo poucos estudos a respeito de tal modalidade. Para um melhor desempenho dos atletas, é necessária uma especificidade em seu treinamento, levando em conta suas reais solicitações durante um jogo. **Objetivo:** O objetivo do presente estudo foi de promover uma caracterização do esporte futebol de 7 em relação a sua intensidade de esforço durante o jogos oficiais. **Metodologia:** A presente amostra trata de 8 atletas de Futebol de 7 pertencentes a seleção brasileira, os dados foram coletados durante 3 jogo da seleção realizado nos jogos ParaPanamericano de 2015, realizados em Toronto, Canadá, o aparelho utilizado para durante a coleta foi o monitor da marca FIRTSBEAT modelo SPORTS Team 4.6®, pelo qual coletados dados acerca da intensidade do jogo. **Resultados:** Os atletas apresentaram em média, frequência cardíaca (FC) acima de 50% de seu máximo durante 58,65% do jogo, sendo tal frequência subdividida em, *Recovery training* 26,45%, *Aerobic zone 1* 16,95%, *Aerobic zone 2*, *Anaerobic threshold zone* 23,68%, *High intensity training* 16,16%. **Considerações finais:** Os atletas apresentaram na maior parte do tempo de jogo uma FC acima de 50% de seu máximo, sendo na maior parte do tempo desta classificada como *Recovery training*, tal valor pode ser explicado pela alta treinabilidade dos atletas, que por suas adaptações aos treinos tendem a ter um aumento menos significativos de sua FC, levando a tal classificação de intensidade.

Palavras-chaves: Futebol de 7, intensidade de jogo, monitoramento de jogo.