

## TEMPO DE ESFORÇO E PAUSA NO FUTEVÔLEI

Ângelo Manoel Rodrigues<sup>1</sup>

Renato Camerano Barbosa da Costa<sup>2</sup>

Paulo Henrique Fernandes de Freitas<sup>3</sup>

Cláudio Luís Toledo Fonseca<sup>4</sup>

### Resumo

Este estudo teve como objetivo observar o tempo de esforço e o tempo de pausa das partidas de futevôlei (T AFC 34, Outubro 2022) e (OPEN CTBTC, Novembro 2022). As variáveis analisadas foram o tempo de esforço (TE) e o tempo de pausa (TP), estes foram coletados com auxílio de cronômetros e transcritos para planilhas específicas. Foram utilizadas técnicas da estatística descritiva. Foi verificado para o tempo de esforço 6 segundos e 10 segundos no alto rendimento e baixo rendimento respectivamente e para o tempo de pausa 27 segundos para o alto rendimento e 14 segundos no baixo rendimento. Na distribuição de frequência para os tempos de esforço foi possível observar um percentual maior no intervalo de 0 a 10 segundos em ambos os níveis de qualificação, já os tempos de pausa no alto rendimento se concentrou nos intervalos maiores, acima de 20 segundos e no baixo rendimento teve um percentual maior no menor intervalo até 10 segundos. Estes resultados demonstram que no futevôlei prevalecem os esforços intervalados de curta duração evidenciando a predominância do metabolismo anaeróbico durante as ações do jogo.

**Palavras-chaves:** Esforço. Pausa. Futevôlei.

---

<sup>1</sup> Graduando em Educação Física (UGB-FERP)

<sup>2</sup> Graduando em Educação Física (UGB-FERP)

<sup>3</sup> Mestre em Ciências do Movimento Humano (UAA), Docente do UGB-FERP

<sup>4</sup> Doutor em Ciências do Movimento (UAA), Docente do UGB-FERP