

# QUAIS VARIÁVEIS SÃO MAIS ESTUDADAS NOS JOGOS REDUZIDOS NO FUTEBOL

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Felipe Lima Jerônimo, Francisco Bruno Forte Rocha, Alexandre Igor Araripe Medeiros

**Introdução:** Os Jogos Reduzidos (JR) são amplamente utilizados como uma estratégia de treinamento no futebol por replicarem as demandas específicas do jogo e apresentarem uma solução eficaz na melhoria de componentes técnicos, táticos, físicos e fisiológicos. Nos últimos anos, a investigação com o intuito de identificar a eficácia de diversas variáveis que podem ser manipuladas por meio dos JR para melhoria da performance no futebol tem aumentado de maneira exponencial. **Objetivo:** Identificar quais as variáveis mais estudadas nos JR entre os anos de 2010 e 2019. **Metodologia:** Foi realizado uma busca na base de dados Web of Science utilizando as seguintes palavras-chave: small sided games, conditioned games e soccer. Foram analisados os artigos publicados entre os anos de 2010 e 2019, sendo adotados os seguintes critérios de inclusão: artigos escritos em Português, Inglês, Espanhol; e com livre acesso na íntegra. **Resultados:** Um total de 99 artigos foram utilizados. As variáveis de cada artigo foram subdivididas em: tático-técnica, física, fisiológica, psicológica e biomecânica. No âmbito técnico foram constatadas, principalmente, as demandas de qualidade no passe e no remate à baliza, já no aspecto tático, a disposição em campo foi a mais estudada. Na psicologia, o nível de contentamento dos praticantes com a atividade proposta foi a variável mais investigada. A Percepção Subjetiva do Esforço (PSE), frequência cardíaca e o limiar de lactato sanguíneo foram as mais variáveis fisiológicas mais estudadas. No contexto físico, medidas antropométricas e distância percorrida foram os mais considerados. Não foi possível identificar nenhuma variável específica relacionada à biomecânica. **Conclusão:** As variáveis utilizadas nos estudos acerca dos JR no futebol perpassam por diversos âmbitos, porém estudos que englobem variáveis biomecânicas se mostram necessários para uma melhor compreensão dessa área.

**Palavras-chave:** jogos reduzidos. small sided games. conditioned games. futebol.