

Martin VAN HOYE & Marc CLOES, Département des Sciences de la motricité, Université de Liège, Belgique

Introduction et objectifs

- Les capacités physiques des arbitres = une des clés d'un bon arbitrage
Borin & al. (2013) ; Weston, Castagna, Impellizzeri, Rampinini, & Abt (2007)
- Un seul test physique = test Léger (PMA)



Que pensent les arbitres européens du test physique ?

- Effort physique d'un arbitre au cours d'une rencontre ?
 - $\pm 4,02$ km *Borin & al. (2013)*
 - ± 70 arrêts
 - $\pm 65\%$ du temps entre 70 et 89% FCmax *Rupcic, Matkovic, Knjaz, Nedic, & Popek (2012)*
 - ± 14 Kcal/min *Forthomme, Marique, & Gerard (2010)*
 - ± 701 actions
 - ± 98 démarrages
 - ± 43 courses à vitesse élevée $\approx 4,5$ sec

Méthodologie

Quoi ?

- Renseignements généraux (taille, poids, ancienneté, etc.)
- Intérêt du test Léger ?
- Qualités importantes pour arbitrer ?

Qui ?

- 1523 arbitres (36% nationaux)
- 43% des arbitres belges ont répondu
- 7 pays européens (figure 1)

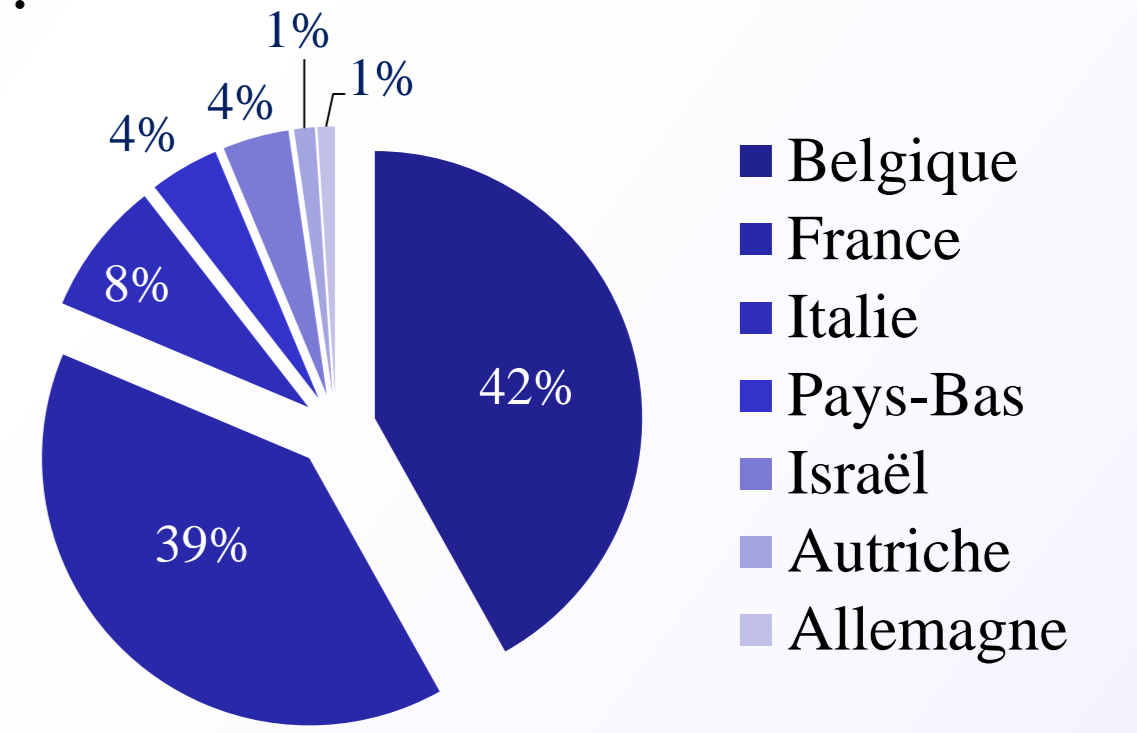


Figure 1. Répartition des arbitres en fonction de leur pays d'origine (n=1523, en %)

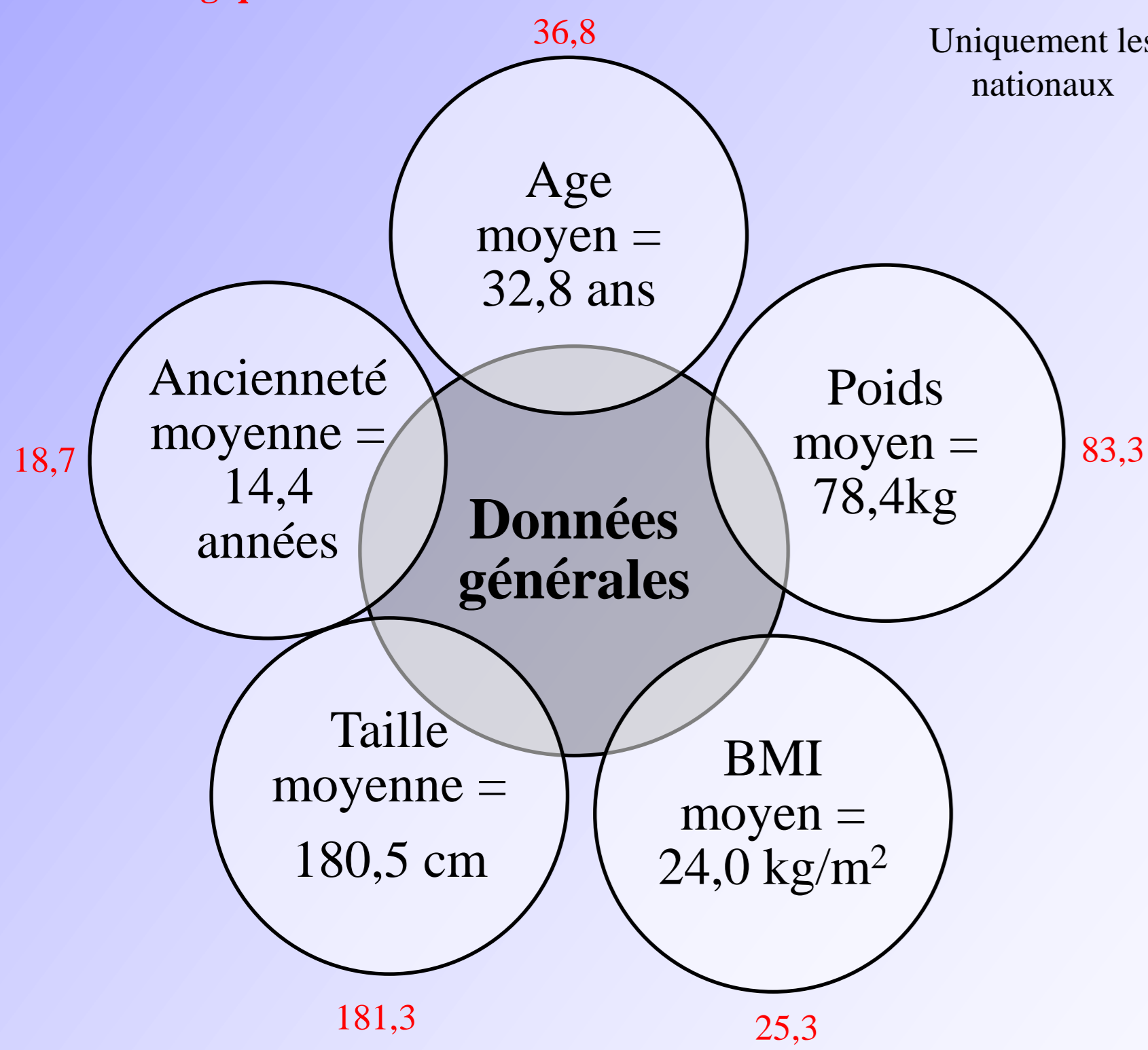
Comment ?

- SurveyMonkey.com
- Encodage immédiat
- Contact des responsables nationaux des arbitres
- Questionnaire en ligne (français et anglais)
- Août 2013 → Janvier 2014

Résultats et discussion

En Belgique

N = 543
Uniquement les nationaux



Condition physique

- Résistance au stress +++ (figure 2)
- Aspect émotionnel qui expliquerait, en partie, la FC moy élevée

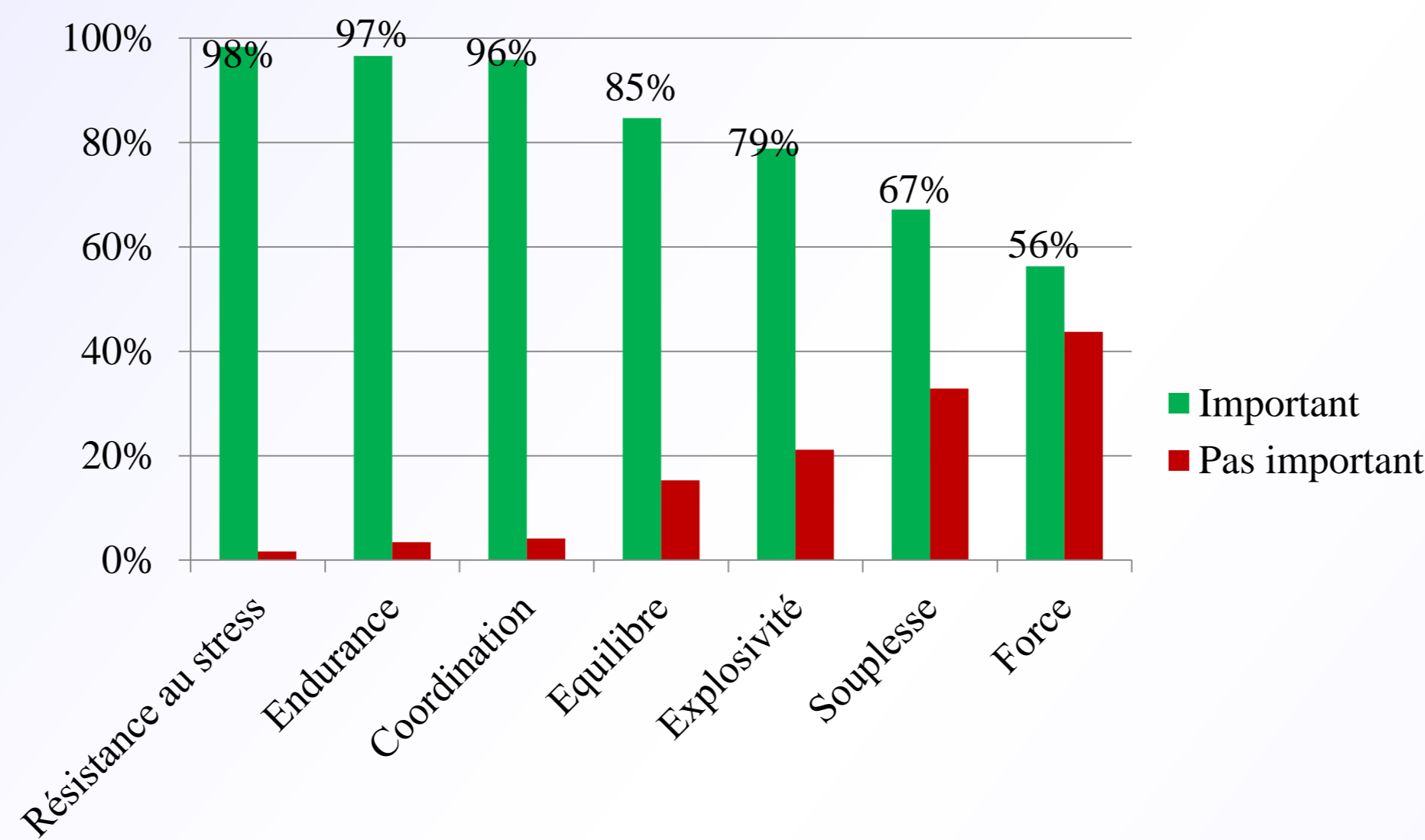


Figure 2. Importance des qualités physiques d'après les arbitres (n=1489, en %)

- Importance de la condition physique pour être un bon arbitre (figure 3), ce qui confirme la littérature
- Le placement est une priorité dans l'arbitrage

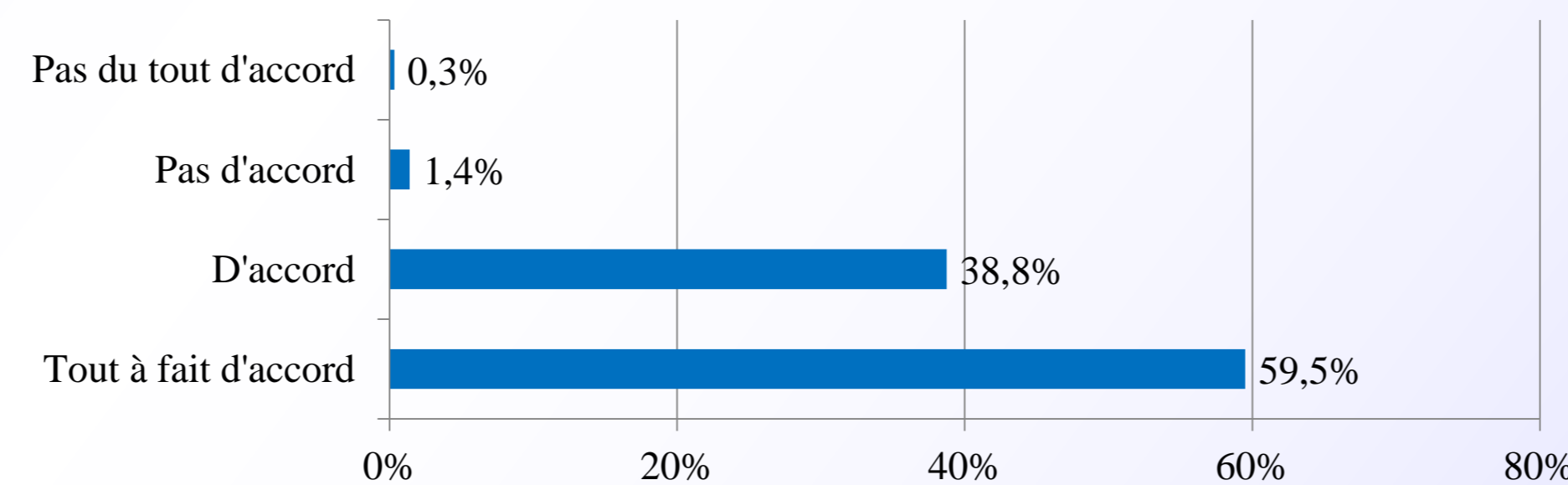


Figure 3. Il faut avoir une bonne condition physique générale pour être un bon arbitre (n=1489, en %)

- Les arbitres se sentent en bonne condition physique (figure 4)

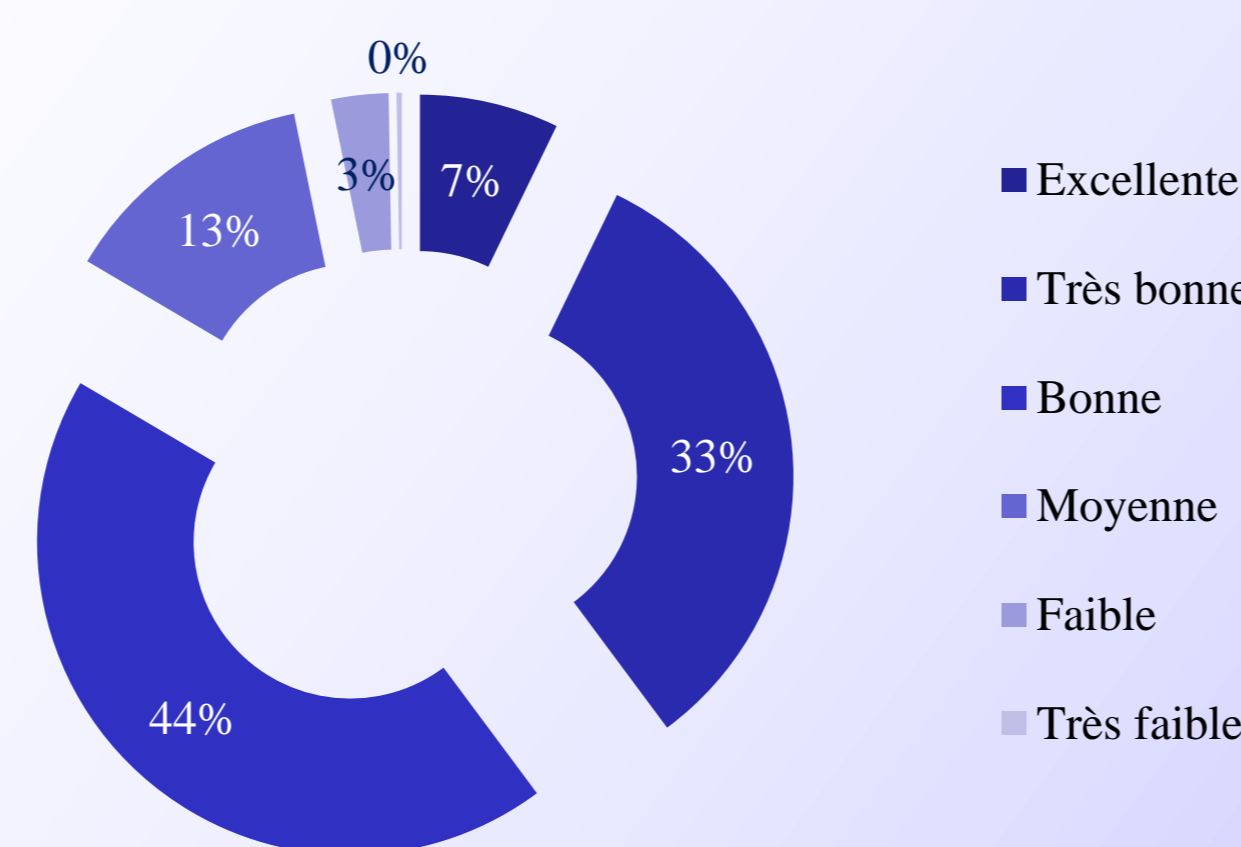


Figure 4. Ressenti des arbitres sur leur condition physique (n=1489, en %)

- Le test oblige les arbitres à s'entraîner physiquement et donc, à rester en forme physique (figure 5)
- Il serait un bon indicateur de forme, ce qui est logique étant donné qu'il permet de fournir la VO₂max d'un individu *Léger, Mercier, Gadoury, & Lambert. (1987)*

- Le test ne serait pas spécialement adéquat bien que les avis semblent relativement mitigés à ce sujet. Toutefois, un test physique est indispensable (90%)

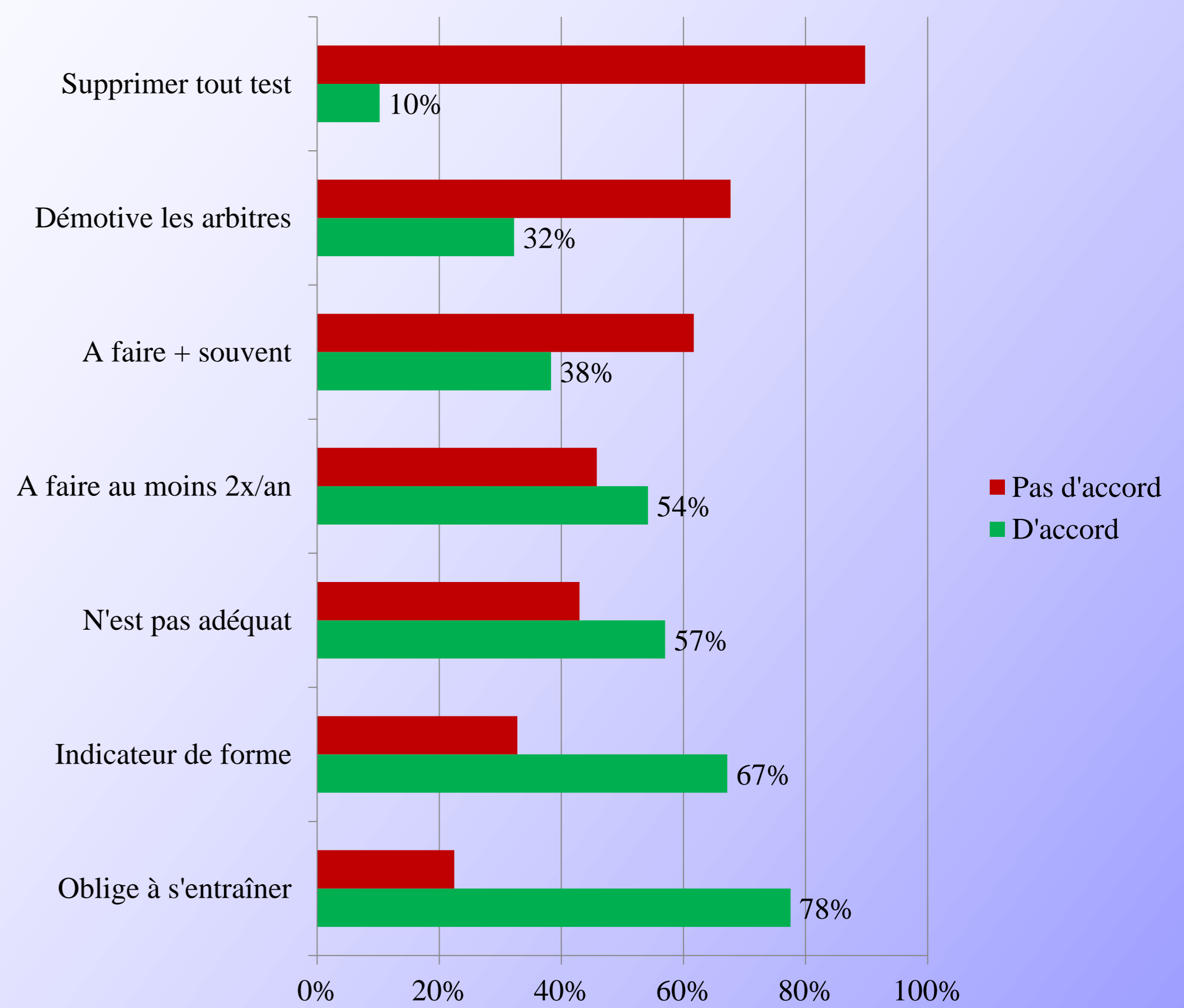
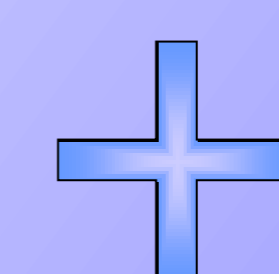


Figure 5. Avis des arbitres quant au test Léger (n=1447 sauf pour l'item « A faire plus souvent », n=1446 et l'item « Indicateur de forme », n=1445 ; en %)

Quel(s) autre(s) test(s) ?

- Le 30-15 Intermittent Fitness Test de Buchheit (2x40m et 15" de repos) *Buchheit (2008)*
- Le Yo-Yo Intermittent Recovery Test (2x20m et 5 ou 10" de repos) *Bangsbo, Iaia, & Krstrup (2008)*

~~TEST LÉGER~~ → INTERMITTENT



- Un test de résistance au stress ?
- Un test de sprint (de $\pm 4''$) ?

Conclusions et implications pratiques

- Le test Léger n'est pas mauvais mais n'est peut-être pas le plus approprié pour des arbitres de basket-ball au vu des efforts qui sont fournis au cours d'une rencontre
- Un test physique est indispensable, d'autant plus que les capacités physiques des arbitres influenceraient directement la qualité de l'arbitrage
- Il pourrait être intéressant d'expérimenter d'autres tests qui ont un caractère plus intermittent