

## COMPORTAMENTO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA, GASTO CALÓRICO E DISTÂNCIA PERCORRIDA DE UM ARBITRO DE FUTEBOL AMADOR COMPARANDO-SE OS DOIS TEMPOS DA PARTIDA.

Raphael de Carvalho PEREIRA<sup>1</sup>, Yvan Fernandes Vilas BOAS<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Estudante de Educação Física Bacharelado/UNINCOR-e-mail: raapha-el@hotmail.com

<sup>2</sup>Orientador e Professor do Curso de Educação Física Bacharelado/UNINCOR- e-mail: yvanvilasboas@yahoo.com.br

**Palavras-Chave:** Comportamento da Frequência Cardíaca, Distância Percorrida, Árbitro de Futebol

### RESUMO:

Um bom árbitro de futebol, além de possuir boas qualidades técnicas em relação a interpretações dos acontecimentos no jogo, deve sempre estar próximo ao lance para que possa tomar suas decisões com maior precisão e sucesso, para isso, é preciso que esteja bem condicionado fisicamente, Añes e Silva (2001) citam que a melhora da performance física do árbitro evita decisões equivocadas, provocadas por esgotamento físico durante uma partida, fazendo com que o jogo tenha um bom desenvolvimento, os árbitros junto com os jogadores e treinadores são imprescindíveis em competições esportivas. A atuação deles em muitos esportes é o ponto chave para o espetáculo, mas para que tenham boa atuação necessitam não só de preparo técnico, como também de boa preparação psicológica. A presente proposta se dará sob a forma de pesquisa de campo, de caráter qualitativo e será desenvolvida tendo como espaço amostral 6 árbitros amadores, todos do sexo masculino, da cidade de Carmo da Cachoeira, Minas Gerais, com idades compreendidas entre 20 e 40 anos ( $\pm 30$  anos). A participação de cada um deles ficará sujeita a entrega do termo de consentimento livre e esclarecido, devidamente assinado. As coletas acontecerão durante o campeonato realizado pela Liga Sul Mineira de Futebol, onde serão coletados dados referentes a Frequência cardíaca, gasto calórico e distancia percorrida em cada um dos avaliados. Para o aferimento das tais medidas citadas acima, será usado um monitor cardíaco da marca Garmin 210®, onde o arbitro ficará a partida de dois tempos de quarenta e cinco minutos, com intervalos de cinco minutos de um tempo para o outro, com o monitor cardíaco. O descarregamento dos dados será realizado em um computador com a utilização do software do garmin®, poucos minutos antes da partida o monitor cardíaco vai ser colocado no árbitro e só era retirado no final do jogo, estando o árbitro com o monitor cardíaco durante o intervalo. Após as coletas, os dados serão analisados comparando-se os dois tempos da partida e em seguida, representados sob a forma de gráficos explicativos. 1- Avaliar a Frequência cardíaca de árbitros, nos dois tempos de 45 minutos de um jogo; repetir nos outros modificando a valência. 2- Avaliar o gasto calórico nos dois tempos de 45 minutos durante o jogo. 3- Avaliar distância percorrida pelo árbitro nos dois tempos de 45 minutos durante o jogo. 4- Correlacionar os dois tempos de 45 minutos de jogo, em todas as valências.