



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**



Comitè Tècnic d'Àrbitres de Lleida

C/ Ramón Castejón, 2 Altell - 25007 Lleida - Tel. 973244358

TEMPORADA 2018/2019

CIRCULAR Nº 10

PROVES VOLUNTÀRIES 3a CATALANA

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de proves físiques i tècniques voluntàries, les mateixes són de caràcter **VOLUNTÀRI I EXCLUSIVAMENT** per àrbitres que no hagin complert als 27 anys a 1 de juliol del 2019 e inclosos en programa de ascens a 2a catalana de aquesta temporada.

Cal confirmar l'assistència abans del 23 de Novembre mitjançant correu electrònic a capacitaciolleida@cta.cat

PROVA TÈCNICA

Lloc: Instal·lacions CTA Lleida.

Dia: Divendres 30 Novembre 2018

Horari: 20:45h Presentació a les Instal·lacions CTA Lleida.
21:00h Inici Control Tècnic

Puntuació màxima prova tècnica: 0,40

Prova Regles de Joc i Reglament General

- 25 preguntes tipus test. (70%)
 - ✓ Quatre possibles solucions, sent només una d'elles correcta.
 - ✓ No hi haurà penalització per resposta fallida.
 - ✓ Temps: 30'
 - ✓ Puntuació màxima: 0,28 segons barem

BAREM PUNTUACIÓ	
RESPOSTES ACERTADES	PUNTUACIÓ
25	0,28
24	0,26
23	0,22
22	0,16
21	0,12
20	0,08
19	0,04
18	0,02

- 2 preguntes obertes. (30%)
 - ✓ Temps: 20'
 - ✓ Puntuació màxima: 0,12

Puntuació mínima per puntuar: 80%.



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**



Comitè Tècnic d'Àrbitres de Lleida

C/ Ramón Castejón, 2 Altell - 25007 Lleida - Tel. 973244358

PROVA FÍSICA

Lloc: Pistes Municipals d'atletisme de les Basses d'Alpicat.

Dia: Dijous 29 de Novembre 2018

Horari: 19:30h Presentació a les instal·lacions
19:45h Distribució de dorsals, indicacions i inici escalfament
20:00h Inici Control Físic

Puntuació màxima proves físiques: 0,35

Les proves físiques es qualificaran sobre un total de 0,35 punts y estaran compostes per les següents proves:

- Prova velocitat (0,20 punts).
- Prova resistència (0,15 punts)

Prova velocitat: (6x40 metres).

Màxim: 5.80"

BAREM PUNTUACIÓ PROVA VELOCITAT	
Trams	Punts Homes
+ 5.81"	0,00
5.71" a 5.80"	0,01
5.61" a 5.70"	0,02
5.51" a 5.60"	0,04
5.41" a 5.50"	0,06
5.31" a 5.40"	0,08
5.21" a 5.30"	0,12
5.11" a 5.20"	0,16
5.10" o -	0,20

Prova resistència: (2.000 metres).

Màxim: 8'00"

BAREM PUNTUACIÓ PROVA RESISTÈNCIA	
Trams	Punts Homes
+ 8'00"	0,00
7'46" a 8'00"	0,01
7'31" a 7'45"	0,03
7'16" a 7'30"	0,05
7'06" a 7'15"	0,07
7'01" a 7'05"	0,09
6'56" a 7'00"	0,11
6'51" a 6'55"	0,13
6'50" o -	0,15



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**



Comitè Tècnic d'Àrbitres de Lleida

C/ Ramón Castejón, 2 Altell - 25007 Lleida - Tel. 973244358

NORMES GENERALS APLICABLES A LES PROVES TÈCNIQUES

- S'haurà d'anar a les proves tècniques proveït de bolígraf, no és permetrà realitzar els exercicis a llapis. No es permet l'utilització de cap material de consulta de, així com la de qualsevol aparell electrònic (calculadores, mòbils, etc...). Els telèfons mòbils hauran d'estar apagats tots durant el temps de durada dels exàmens.
- Des de l'inici de cada exercici fins al final del mateix estan terminantment prohibits els comentaris, resolent-se les possibles dubtes abans del començament de cada exercici. Una vegada començant el mateix, no és permetran preguntes.
- Les proves començaran a l'hora assenyalada en el calendari fixat, no permetent-se l'accés a la sala un cop començades les mateixes, excepte causa justificada i comunicada amb antelació.
- Qualsevol irregularitat detectada donarà lloc a l'expulsió de la sala, qualificant al participant amb "0 punts" al total de les proves tècniques, independentment de les responsabilitats disciplinàries que puguin derivar al respecte.
- Quan un àrbitre no superi els mínims establerts, serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves tècniques.

NORMES GENERALS APLICABLES A LES PROVES FÍSQUES

Prova Velocitat:

- Si un àrbitre cau o s'ensopega, repetirà la sèrie.
- Si un àrbitre falla en una de les sis series, intentarà solament una sèrie més, immediatament després d'acabar la sèrie de sis. Si falla en dos intents, no superarà la prova.

Altres instruccions:

- S'haurà d'acudir a les proves físiques proveït de la indumentària adequada per a tal fi (samarreta, pantalons curts, sabatilles esportives, ...). No es permet la utilització de sabatilles de claus.
- Cada participant haurà de portar durant tota la prova el dorsal que li serà lliurat a l'inici de les mateixes.
- Les proves tindran lloc d'acord a l'horari programat amb antelació, no es permetrà la incorporació de participants un cop començades les mateixes, excepte causa justificada i comunicada amb antelació.
- Quan un àrbitre no superi els mínims establerts en alguna de les dues proves, serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves físiques.
- Si un àrbitres es lesiona durant les proves físiques es considerarà serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves físiques.
- Un àrbitre en situació de baixa no pot fer les proves físiques, sota cap concepte sense document d'alta mèdica. En cas de fer-les estan de baixa, incorrerà amb una irregularitat greu, i serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves físiques.
- No està permès situar-se al costat de les pistes quan no s'està participant en les corresponents proves, i menys posar-se a córrer paral·lelament als participants.
- No està permesa la utilització d'aparells electrònics (reproductors de música, ...) excepte rellotges o pulsòmetres, ni arracades, anells, penjolls, etc



**FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL**



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**



Comitè Tècnic d'Àrbitres de Lleida

C/ Ramón Castejón, 2 Altell - 25007 Lleida - Tel. 973244358

NORMES GENERALS APLICABLES A LES PROVES VOLUNTÀRIES

La no superació dels mínims del control físic i/o tècnic no suposarà la suspensió de designacions.

Les dos proves són independents entre elles (Físiques i Tècniques) la no superació d'una prova no implica que pugui sumar en l'altra

No hi ha possibilitat de 2ª convocatòria, ni canvi de dia i hora.

Uniformitat oficial

Proves físiques: Vestimenta Oficial CTA. Samarreta Blanca i Pantaló Vermell.

Proves tècniques: Vestimenta Oficial CTA. Polo Pistatxo.

L' incompliment d'aquest precepte comportarà l'exclusió del control físic y/o tècnic i serà qualificat amb 0 punts en el mateix.

Lleida, 07 de Novembre de 2018

Xavier Pérez
Delegat Provincial CTA de Lleida

Raúl Campos Hierro
Cap de Capacitació CTA de Lleida