



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES

C. Sicília 93-97, Entresòl
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 457 77 04
F. 93 459 12 44

arbitres@fcf.cat

TEMPORADA 2016-2017

CIRCULAR NUM. 20

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de les següents proves físiques i tècniques, per participar en el curs d'ascens a ÀRBITRE I ÀRBITRE ASSISTENT DE PRIMERA DIVISIÓ NACIONAL FEMENINA.

Dia: 28 de gener de 2017

PROVES FÍSQUES

Lloc: Centre d'Alt Rendiment (C.A.R.)
Sant Cugat del Vallés

Hora: 8:00

Proves: Prova Velocitat (6x40 metres) Apte: màxim: 6.20"
Prova Resistència (2.000 metres) Apte: màxim: 8.15"
Prova d'Agilitat (quadre de 50 mts.) Apte: màxim: 1'05"

(*) El resultats obtinguts s'adaptaran al barem de la categoria de cada àrbitre.

- BAREMS PROVES

Prova de velocitat

Ponderació mitjana 6 sèries:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 6.20"	0,0000
6.11" a 6.20"	0,0150
6.01" a 6.10"	0,0300
5.91" a 6.00"	0,0450
5.81" a 5.64"	0,0600
5.71" a 5.59"	0,0750
5.61" a 5.54"	0,0900
5.45" a 5.49"	0,1050
5.40" a 5.44"	0,1200
5.35" a 5.39"	0,1350
- 5.35"	0,1500

Prova de resistència

Ponderació

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 8'15"	0,0000
8'11" a 8'15"	0,0150
8'06" a 8'10"	0,0300
8'01" a 8'05"	0,0450
7'56" a 8'00"	0,0600
7'51" a 7'55"	0,0750
7'46" a 7'50"	0,0900
7'41" a 7'45"	0,1050
7'36" a 7'45"	0,1200
7'30" a 7'45"	0,1350
-7'30"	0,1500



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Sicília 93-97, Entresòl
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 457 77 04
F. 93 459 12 44

arbitres@fcf.cat

Ponderació prova de camp:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 1'05.00"	0,0000
1'04.01" a 1'05.00"	0,0100
1'03.01" a 1'04.00"	0,0200
1'02.01" a 1'03.00"	0,0300
1'01.01" a 1'02.00"	0,0400
1'00.01" a 1'01.00"	0,0500
59.01" a 1'00.00"	0,0600
58.01" a 59.00"	0,0700
57.01" a 58.00"	0,0800
56.01" a 57.00"	0,0900
55.01" a 56.00"	0,1000
54.01" a 55.00"	0,1100
53.00" a 54.00"	0,1200
- 53.00"	0,1300

OBSERVACIONS:

Prova Velocitat:

- Si un àrbitre cau o s'ensopega, repetirà la sèrie.
- Si un àrbitre falla en una de les sis sèries, intentarà solament una sèrie més, immediatament després d'acabar la sèrie de sis. Si falla en dos intents, no superarà la prova.
- No es podran utilitzar sabatilles amb claus en aquesta prova.

Altres instruccions:

- Si un àrbitre es lesiona durant les proves físiques es considerarà convocatòria no superada.
- Si un àrbitre estant de baixa es presenta a fer les proves físiques es considerarà com si ja tingués l'alta mèdica, i en cas de no superar-les, es considerarà convocatòria no superada a efectes classificatoris.
- 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.
- Uniformitat oficial del CTAFC per les proves físiques: Equipació PROU VIOLÈNCIA (samarreta taronja i pantaló blanc) i xandall negre/taronja. Samarreta posada obligatòria en totes les proves.
- No està permès la utilització d'arracades, anells, penjolls, etc.; només pot portar-se un rellotge. Els auriculars tampoc estan permesos.
- S'ha de portar calçat apropiat per efectuar la prova de camp (botes).



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



**COMITÈ
TÈCNIC
D'ÀRBITRES**

C. Sicília 93-97, Entresòl
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 457 77 04
F. 93 459 12 44

arbitres@fcf.cat

PROVES TÈCNIQUES

Hora: 11:00 aproximadament

Prova Regles de Joc i Reglament General, Codi Disciplinari i Circular nº 4 2016/17 de la RFEF:

- Prova preguntes tipus test i obertes
 - o 25 preguntes tipus test i 2 obertes
 - o Temps: 30 minuts tipus test i 15 minuts obertes
 - o Puntuació màxima: 0,2900 (test: 0,2500 obertes: 0,0400)

Prova Anàlisi de situacions de Joc:

- Projectió de jugades de vídeo
 - o 20 jugades
 - o Temps: 15 minuts
 - o Puntuació màxima: 0,100

Prova d'Anglès:

- Prova nivell bàsic
 - o Temps: 20 minuts
 - o Puntuació màxima: 0,100

Prova Redacció d'actes:

- Supòsit d'actes nacionals
 - o Temps: 30 minuts
 - o Puntuació màxima: 0,100

Per realitzar la prova tipus test cal portar un telèfon o una "tablet" amb connexió a internet.

Uniformitat oficial del CTA per les proves físiques: Equipació polo blanc "prou violència i pantaló negre "joc net").

Barcelona, 15 de desembre de 2016

Jaume Reverté
Vocal de Capacitació del CTAFC