

## TEMPORADA 2016/2017

### CIRCULAR Nº 15

### PROVES MITJA TEMPORADA 3a CATALANA

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de proves físiques i tècniques de mitja temporada, les mateixes són de caràcter OBLIGATORI.

#### PROVA TÈCNICA

**Lloc:** Instal·lacions CTA Lleida.

**Dia:** Divendres 03 Febrer 2017

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

**Puntuació mínima per aptitud: 70%.**

**Puntuació mínima per puntuar: 80%.**

**Puntuació màxima prova tècnica: 0,50**

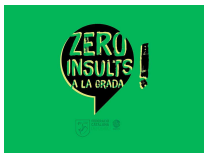
#### **Prova Regles de Joc i Reglament General**

- 30 preguntes tipus test. (70%)  
(quatre possibles solucions, sent només una d'elles correcta) No hi haurà penalització per resposta fallida.  
Puntuació màxima: 0,35 segons barem  
Temps: 30'
- 3 preguntes obertes. (30%)  
Puntuació màxima: 0,15  
Temps: 20'

| BAREM PUNTUACIÓ     |           |
|---------------------|-----------|
| RESPOSTES ACERTEDES | PUNTUACIÓ |
| 30                  | 0,35      |
| 29                  | 0,31      |
| 28                  | 0,27      |
| 27                  | 0,23      |
| 26                  | 0,19      |
| 25                  | 0,15      |
| 24                  | 0,11      |
| 23                  | 0,07      |
| 22                  | 0,03      |

#### Temari:

- Regles de Joc
- Reglament General de la Federació Catalana de Fútbol
  - ✓ Títol IX. Capítols 1er, 2ón, 3er, 4rt y 5è
- Reglament del Comitè d'Àrbitres de la Federació Catalana de Fútbol



### PROVA FÍSICA

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

**Dia:** Dimarts 7 de Febrer 2017

**Horari:** 19:00h Presentació a les instal·lacions  
19:15h Distribució de dorsals, indicacions i inici escalfament  
19:30h Inici Control Físic

**Prova velocitat:** (6x40 metres).  
APTE: Màxim: 5.90"

**Prova resistència:** (2.000 metres).  
APTE: Màxim: 8'30"

#### **Puntuació màxima proves físiques: 0,50**

Les proves físiques és qualificaran sobre un total de 0,50 punts y estaran compostes per les següents proves:

- Prova velocitat (0,26 punts).
- Prova resistència (0,24 punts)

**Prova velocitat:** (6x40 metres).

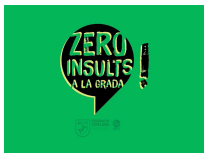
APTE: Màxim: 5.90"

| BAREM PUNTUACIÓ PROVA VELOCITAT |             |
|---------------------------------|-------------|
| Trams                           | Punts Homes |
| + 5.90"                         | No Apte     |
| 5.81" a 5.90"                   | 0,00        |
| 5.71" a 5.80"                   | 0,02        |
| 5.61" a 5.70"                   | 0,04        |
| 5.51" a 5.60"                   | 0,06        |
| 5.41" a 5.50"                   | 0,10        |
| 5.31" a 5.40"                   | 0,14        |
| 5.21" a 5.30"                   | 0,18        |
| 5.11" a 5.20"                   | 0,22        |
| 5.10" o -                       | 0,26        |

**Prova resistència:** (2.000 metres).

APTE: Màxim: 8'30"

| BAREM PUNTUACIÓ PROVA RESISTÈNCIA |             |
|-----------------------------------|-------------|
| Trams                             | Punts Homes |
| + 8'30"                           | No Apte     |
| 8'21" a 8'30"                     | 0,00        |
| 8'11" a 8'20"                     | 0,02        |
| 8'01" a 8'10"                     | 0,04        |
| 7'51" a 8'00"                     | 0,06        |
| 7'41" a 7'50"                     | 0,08        |
| 7'31" a 7'40"                     | 0,10        |
| 7'21" a 7'30"                     | 0,12        |
| 7'11" a 7'20"                     | 0,14        |
| 7'01" a 7'10"                     | 0,18        |
| 6'51" a 7'00"                     | 0,22        |
| 6'50" o -                         | 0,24        |



### **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 començat 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 "NO APTE" i "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 i / o considerat "NO APTE", serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves tècniques.

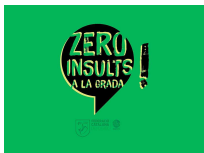
### **NORMES GENERALS APLICABLES A LES PROVES FÍSQUES**

#### **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 sigui declarat "NO APTE" en alguna de les dues proves, serà qualificat amb 0 punts en el total de les proves físiques, si escau.
- Si un àrbitre es lesiona durant les proves físiques es considerarà convocatòria no superada.
- 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 es considerarà com "NO APTE".
- 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



## NORMES GENERALS APLICABLES A LES PROVES MITJA TEMPORADA 3a CATALANA

Els àrbitres que no superin els controls físics i / o tècnics (obligatoris) d'acord amb els mínims establerts per a la seva categoria, seran convocats en un termini aproximat de trenta dies per a realitzar-les novament. Aquest fet implicarà la suspensió de designacions, únicament es podran rebre designacions de categoria aleví i inferiors si el NO APTE és en primera convocatòria, sempre que hagués resultat APTE el darrera fase de Controls Físic-Tècnics realitzats, en la mateixa o anterior temporada; en cas de resultar novament NO APTE en segona convocatòria suposarà la suspensió total de designacions. L'absència no justificada a alguna de les convocatòries implicarà la suspensió total de designacions.

La segona convocatòria de les proves de mitja temporada es comunicarà amb suficient antelació.

No hi ha possibilitat de 2ª convocatòria, havent resultat APTE en la primera, per millorar temps; llevat de casos de lesió durant el transcurs d'aquesta 1ª convocatòria, acreditada per la Mutualitat de Futbolistes.

La superació dels controls físics (obligatoris) en 2a convocatòria comportarà una penalització del 10% sobre la puntuació obtinguda segons els barems establerts, excepte aquelles absències que hagin estat comunicades i estiguin plenament justificades i autoritzades per la subcomissió executiva, a més dels àrbitres que s'haguessin trobat lesionats i sota supervisió de la mutualitat de futbolistes en la data de la primera convocatòria.

La superació dels controls tècnics (obligatoris) en 2a convocatòria tindrà únicament la qualificació d'APTE / NO APTE sense puntuació (0,00 punts), excepte aquelles absències que hagin estat comunicades i estiguin plenament justificades i autoritzades per la subcomissió executiva.

### Uniformitat oficial

**Proves físiques: Vestimenta PROU VIOLENCIA. Samarreta Taronja i Bermudes Blanques.**

**Proves tècniques: Polo Blanc PROU VIOLENCIA i Xandall Negre Temporada 2016-2017.**

**L'incompliment d'aquest precepte comportarà l'exclusió del control físic y/o tècnic i la consideració de NO APTE en el mateix.**

Lleida, 04 de Gener de 2017

Xavier Pérez  
Delegat Provincial CTA de Lleida

Raúl Campos Hierro  
Cap de Capacitació CTA de Lleida