



TEMPORADA 2024-25

## CIRCULAR NUM. 14

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de les següents proves, pels **àrbitres i àrbitres assistents de 1a. Catalana**. Les proves físiques seran obligatòries per tota la plantilla i puntuables solament pels participants en el curs d'ascens. Les proves tècniques son solament pels participants en el curs d'ascens. Per poder participar-hi s'han d'haver complert 39 anys o menys a 1 de juliol del 2025.

**Dia:** **1 de febrer del 2025 (dissabte)**

### PROVES FÍSQUES

**Lloc:** Estadi Municipal d'Atletisme Les Grasses  
c/ Mataró, 6  
SANT FELIU DE LLOBREGAT (Barcelona)  
Enllaç google maps: <https://goo.gl/maps/sVDGM21xfr5Er8S27>

**ÀRBITRES** (obligatòries i només puntuables pels participants en el curs d'ascens)

**Hora:** **8:30** (Delegacions Anoia, Bages, Baix Ll., Barcelonès, Maresme, Penedès/Garraf, Vallès Occidental i Vallès Oriental)  
**9:00** (Delegacions Girona, l'Empordà, Lleida, Tarragona i Terres de l'Ebre)

**Proves:**

Velocitat (6 sèries de 40 metres)

APTE per rebre designacions: màxim per sèrie 5.80" (masc.) 6,20" (fem.)

APTE pel curs d'ascens: màxim per sèrie 5.80" (masc.) 6,20" (fem.)

Resistència (test yo-yo complet)

APTE per rebre designacions: mínim tram complet: 17.7 (masc.) 16.4 (fem.)

APTE pel curs d'ascens: mínim tram complet: 18.2 (masc.) i 17.6 (fem.)

**ÀRBITRES ASSISTENTS** (obligatòries i només puntuables pels participants en el curs d'ascens)

**Hora:** **8:00**

**Proves:**

Velocitat (5 sèries de 30 metres)

APTE per rebre designacions: màxim per sèrie: 4.70" (masc.) 5,00" (fem.)

APTE pel curs d'ascens: màxim per sèrie 4.70" (masc.) 4.90" (fem.)

Resistència (test ariet)

APTE per rebre designacions mínim tram complet: 15,5.6 (masc.) 14,5.3 (fem.)

APTE pel curs d'ascens: mínim tram complet: 16.4(masc.) 15,5.6. (fem.)

FEDERACIÓ CATALANA DE FUTBOL - COMITÈ TÈCNIC D'ÀRBITRES



## **PONDERACIÓ** (Curs d'ascens)

### **ÀRBITRES**

Prova velocitat:

Masculí:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 5.80"	No apte
5.70" a 5.80"	0,0100
5.60" a 5.69"	0,0200
5.50" a 5.59"	0,0300
5.40" a 5.49"	0,0400
5.30" a 5.39"	0,0500
- 5,30"	0,0600

Femení:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 6'20"	No apte
6,10" a 6,20"	0,0225
6,00" a 6,09"	0,0300
5,90" a 5,99"	0,0375
5,80" a 5,89"	0,0450
5,70" a 5,79"	0,0525
- 5'70"	0,0600

Prova Yo-Yo intermitent (trams complets):

Masculí:

<u>Trams / Nivell</u>	<u>Punts</u>
- 18,2	No apte
18,2	0,0100
18,3	0,0200
18,4	0,0300
18,5	0,0400
18,6	0,0500
18,7	0,0600
18,8	0,0700
19,1	0,0800
19,2	0,0900

Femení:

<u>Trams / Nivell</u>	<u>Punts</u>
- 17,6	No apte
17,6	0,0300
17,7	0,0375
17,8	0,0450
18,1	0,0525
18,2	0,0600
18,3	0,0675
18,4	0,0750
18,5	0,0825
18,6	0,0900

### **ÀRBITRES ASSISTENTS**

Prova velocitat :

Masculí:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 4.70"	No apte
4.60" a 4.70"	0,0100
4.50" a 4.59"	0,0200
4.40" a 4.49"	0,0300
4.30" a 4.39"	0,0400
4.20" a 4.29"	0,0500
- 4,20"	0,0600

Femení:

<u>Trams</u>	<u>Punts</u>
+ 4'90"	No apte
4,85" a 4,90"	0,0100
4,80" a 4,84"	0,0200
4,75" a 4,79"	0,0300
4,70" a 4,74"	0,0400
4,65" a 4,69"	0,0500
- 4.65"	0,0600



Prova Ariet (trams complets):

Masculí:

<u>Trams / Nivell</u>	<u>Punts</u>
- 16,4	No apte
16,4	0,0100
16,5	0,0200
16,6	0,0300
16,5.1	0,0400
16,5.2	0,0500
16,5.3	0,0600
16,5.4	0,0700
16,5.5	0,0800
16,5.6	0,0900

Femení:

<u>Trams / Nivell</u>	<u>Punts</u>
- 15,5.6	No apte
15,5.6	0,0100
16,1	0,0200
16,2	0,0300
16,3	0,0400
16,4	0,0500
16,5	0,0600
16,6	0,0700
16.5.1	0,0800
16,5.2	0,0900

## **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.

### Prova resistència per àrbitres ( test yo-yo)

- Els/les àrbitres han de completar la següent seqüència al ritme marcat per l'arxiu d'àudio:
  - o carrera de 20 m (B-C), mitja volta i carrera de 20 m (C-B)
  - o recorregut caminant de 5 m (B-A), mitja volta i recorregut caminant de 5 m (A-B).
- Els/les àrbitres han de començar des d'una posició de peu, amb el peu davanter sobre la línia B. Els/les àrbitres han de trepitjar la línia de canvi de direcció C. Si un/a àrbitre no trepitja la línia C o no torna a la línia B a temps, haurà de rebre un avís clar del responsable de la prova. Si un/a àrbitre no trepitja la línia C o no torna a la línia B a temps per segona vegada, el responsable de la prova li indicarà que ha d'abandonar la prova.

### Prova resistència per àrbitres assistents (test ariet)

- Els/les àrbitres han de completar la següent seqüència al ritme marcat per l'arxiu d'àudio:
  - o cursa de 20 m cap endavant (B-D), mitja volta i cursa de 20 m cap endavant (DB)
  - o recorregut caminant de 2.5 m (B-A), mitja volta i recorregut caminant de 2.5 m (A-B)
  - o carrera lateral de 12.5 m (B-C) y carrera lateral mirant cap al mateix costat de 12.5 m (C-B)
  - o recorregut caminant de 2.5 m (B-A), mitja volta i recorregut caminant de 2.5 m (A-B)



- Els/les àrbitres assistents hauran de començar des d'una posició de peu. Amb seu peu davanter sobre la línia (B), els quals tindran que trepitjar les línies de canvi de direcció (C y D). Si un/a àrbitre assistent no trepitja les línies B, C o D a temps, haurà de rebre un avís clar del responsable de la prova. Si un/a àrbitre assistent no torna a la línia a temps per segona vegada, el responsable de la prova li indicarà que ha d'abandonar la prova.

#### Altres instruccions:

- 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 el document d'alta mèdica. En cas de fer-les estan de baixa, incorrerà amb una irregularitat greu, i 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.
- No està permès la utilització d'arracades, anells, penjolls, etc.; només pot portar-se un rellotge. Els auriculars tampoc estan permesos.
- La mitja dels barems a la prova de velocitat es calcula arrodonida a dos decimals.
- S'han de portar botes de futbol o multi taco. Les proves seran en camp de gespa artificial.

## **PROVES TÈCNIQUES**

**Lloc:** Delegació de la FCF al Baix Llobregat  
c/ Gironès, 7-9  
CORNELLÀ DE LLOBREGAT (Barcelona)  
Enllaç google maps: <https://goo.gl/maps/s6ZuJ3wKBiDaW2sdA>

**ÀRBITRES** (només pels participants en el curs d'ascens)

**Hora:** **11:15** (Delegacions Anoia, Bages, Baix Ll., Barcelonès, Maresme, Penedès/Garraf, Vallès Occidental i Vallès Oriental)  
**12:00** (Delegacions Girona, L'Empordà, Lleida, Tarragona i Terres de l'Ebre)

#### **Prova Regles de Joc i Reglaments Federatius:**

- Prova preguntes tipus test
  - 25 preguntes tipus test temporalitzat per pregunta
  - Puntuació màxima: 0,1500
  - Apte : mínim 75% de la suma del 1er i 2ón control de la temporada.

#### **Prova Anàlisi de situacions de Joc:**

- Projectió de jugades de vídeo
  - 5 jugades
  - Puntuació màxima: 0,0500



## **ÀRBITRES ASSISTENTS** (només pels participants en el curs d'ascens)

**Hora: 10:30**

### **Prova Regles de Joc i Reglaments Federatius:**

- Prova preguntes tipus test
  - 25 preguntes tipus test temporalitzat per pregunta
  - Puntuació màxima: 0,1500
  - Apte: mínim: 75% de la suma del 1er i 2ón control de la temporada.

### **Prova Anàlisi de situacions de Joc:**

- Projectió de jugades de vídeo
  - 20 jugades
  - Puntuació màxima: 0,0500

## **TEMARI REGLES DE JOC**

Totes les publicacions i/o instruccions procedents d'un canal de divulgació per part d'IFAB i/o del CTA de la R.F.E.F. en referència a les Regles de Joc .

## **TEMARI REGLAMENTS FEDERATIUS:**

Reglament General de la FCF (Edició Juliol 2024):

- Títol IX – De les competicions.
  - o Capítols 1er, 2ón, 3er, 4rt i 5è.

El text dels temes abans relacionats figuren en la pàgina web de la FCF (apartat Federació – Normativa - Estatuts/Reglament General)

Serà necessari el ús d'ORDINADOR PORTATIL, TELEFÒN MÒBIL O TABLET.

## **UNIFORMITAT**

L'oficial del comitè tècnic.

El no portar la uniformitat oficial, implicarà la no participació a les proves.

El NO APTE en les proves físiques i/o tècniques dels participants en el curs d'ascens, significarà la seva exclusió.

Barcelona, 18 de desembre del 2024

Jaume Reverté  
Cap de l'Àrea Tècnica

FEDERACIÓ CATALANA DE FUTBOL - COMITÈ TÈCNIC D'ÀRBITRES