



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

TEMPORADA 2025-2026

CIRCULAR 15

Per coneixement general, us comuniquem la convocatòria de les següents proves pels **ÀRBITRES I ÀRBITRES ASSISTENTS DE PRIMERA 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, que per poder participar-hi no s'han d'haver complert 39 anys o menys a 1 de juliol del 2026.

Dia: **24 de gener del 2026 (dissabte)**

PROVES FÍSiques

Lloc: Camp de Fútbol Municipal d'El Masnou
c/. Rosa Sensat, 2 – (El Masnou)

Google maps: <https://share.google/5XxgyvdNwZM75Znla>

ÀRBITRES

Hora: 8:30 (Delegacions Baix Llobregat, Barcelonès, Maresme, Vallès Occidental i Vallès Oriental)

9:00 (Delegacions Anoia, Bages, L'Empordà, Girona, Lleida, Penedès/Garraf, 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.) 6,00" (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.)

FEDERACIÓ CATALANA DE FUTBOL



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

ÀRBITRES ASSISTENTS

Hora: 9:30

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.)

PONDERACIÓ PROVES FÍSQUES

- Curs d'ascens a la Lliga Elit

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>
+ 6'00"	No apte
5,90" a 6,00"	0,0100
5,85" a 5,89"	0,0200
5,80" a 5,84"	0,0300
5,75" a 5,79"	0,0400
5,70" a 5,74"	0,0500
- 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	0,0300
18,4	0,0500
18,5	0,0700
18,6	0,0900

Femení:

<u>Trams / Nivell</u>	<u>Punts</u>
- 17,6	No apte
17,6	0,0300
17,7	0,0400
17,8	0,0500
18,1	0,0600
18,2	0,0700
18,3	0,0800
18,4	0,0900



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

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/a àrbitre cau o s'ensopega, repetirà la sèrie.
- Si un/a àrbitre falla en una de les sis sèries en el cas dels/les àrbitres o en una de les cinc sèries en el cas dels/les àrbitres assistents, intentarà solament una sèrie més, immediatament després d'acabar la sèrie de sis. Si falla en dos intents, no superarà la prova.



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

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.
- **Quedaran exclosos de la prova els/les àrbitres que voluntàriament no realitzin el tram complet i els/les que surtin abans del senyal per iniciar la carrera de la línia B.**

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.
- **Quedaran exclosos de la prova els/les àrbitres que voluntàriament no realitzin el tram complet i els/les que surtin abans del senyal per iniciar la carrera de la línia B.**

Altres instruccions:

- Si un/a àrbitre es lesiona durant les proves físiques es considerarà convocatòria no superada.
- Un/a 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.



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

- 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 del CTA al Maresme
c/ Alcalde Josep Abril, 9, 1er. – 1a. (Mataró)
google maps: <https://goo.gl/maps/cEJ9RDqpwpTfFGt58>

ÀRBITRES

Hora: **11:30** aproximadament

Prova Regles de Joc i Reglaments Federatius:

- 25 preguntes tipus test
- Puntuació màxima curs d'ascens: 0,1400
- Apte mínim pel curs d'ascens: 75% del total del primer i segon control.

Prova Anàlisi de situacions de Joc:

- Projectió de 20 jugades de vídeo
- Puntuació màxima pel curs d'ascens: 0,0600

ÀRBITRES ASSISTENTS

Hora: **12:15** aproximadament

Prova Regles de Joc i Reglaments Federatius:

- 25 preguntes tipus test de preguntes temporalitzades
- Puntuació màxima classificació curs d'ascens: 0,1400
- Apte mínim pel curs d'ascens: 75% del total del primer i segon control.

Prova Anàlisi de situacions de Joc:

- Projectió de 20 jugades de vídeos
- Puntuació màxima: classificació curs d'ascens: 0,0600



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

TEMARIS

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 .

REGLAMENTS FEDERATIUS F.C.F.

Reglament General de la FCF (Edició Juliol 2025):

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

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

ALTRES OBSERVACIONS

- La uniformitat serà l'oficial del comitè tècnic. El no portar-la implicarà la no participació a les proves.
- El NO APTE en les proves físiques i/o tècniques suposarà la suspensió de designacions de la pròpia categoria, inclòs del mateix cap de setmana. Només podrà rebre designacions de la categoria aleví o inferiors. En el cas de no superar les proves físiques en 2a convocatòria suposarà la suspensió total de designacions, i en el cas dels/les àrbitres i àrbitres assistents participants en el "Programa de Talentos y Mentores en Tercera Federación" i en el "Curs d'ascens", respectivament, significarà la seva exclusió.
- En 2a convocatòria de proves físiques s'aplicarà, en tots els casos, una penalització del 30% sobre la puntuació obtinguda segons barem, i en el cas del tècnic es mantindrà la mateixa puntuació de la 1a convocatòria excepte els no presentats, que s'aplicarà el 30% de penalització, excepte que sigui a conseqüència d'una baixa mèdica superior a 3 mesos, certificada per un metge col·legiat o per la Mutualitat Catalana de Futbolistes, o designació oficial que els hagi impossibilitat realitzar-les.
- En el cas que la no presentació a la convocatòria estigui motivada per una lesió o malaltia superior a 3 mesos, certificada per un/a metge col·legiat/da o per la Mutualitat Catalana de Futbolistes, o designació oficial, que els impossibilita realitzar-les, seran convocats/des el més aviat possible després d'una total recuperació i de tenir l'alta mèdica.



COMITÉ TÈCNIC D'ÀRBITRES

- Les àrbitres i àrbitres assistents de 1a Federació (RFEF) femenina, tindran convalidades aquestes proves d'aptitud per designacions si han superat les proves corresponents de l'esmentada categoria, i hauran d'aportar un document de l'àrea física del CTA de la RFEF on figurin els detalls dels temps realitzats en el cas en que siguin puntuables a efectes classificatoris.
- En el cas de ser proves físiques de característiques diferents, i només en el cas que aquestes proves es realitzin dues setmanes anteriors o posteriors a la convocatòria de proves físiques del CTA de la RFEF, seran convocades el més aviat possible per realitzar-les si no han estat realitzades el dia de la convocatòria.

Barcelona, 22 de desembre del 2025

Jaume Reverté
Cap de l'Àrea Tècnica