



A LOS MIEMBROS DE LA FIFA

Circular n° 1013

Zürich, 10 de enero de 2006

SG/ft

Nuevas pruebas físicas para árbitros y árbitros asistentes de la FIFA

Señoras y Señores:

La Comisión de Árbitros de la FIFA, en su reunión del 25 de octubre de 2005, y la Comisión de Medicina Deportiva de la FIFA, en su reunión del 28 de octubre de 2005, aprobaron las nuevas pruebas físicas para árbitros y árbitros asistentes de la FIFA.

En el documento adjunto pueden encontrar el protocolo de dichas pruebas, así como los límites mínimos establecidos para las diversas categorías arbitrales.

Queremos informarles que las pruebas físicas entrarán en vigor con carácter obligatorio el 1° de enero de 2007; no obstante, la FIFA aplicará las nuevas pruebas físicas en sus competiciones de 2006. Las asociaciones miembro pueden aplicarlas oficialmente a partir del 1° de enero de 2006 si así lo desean.

También queremos recordarles que la FIFA ha establecido unos límites mínimos a superar con carácter general, pero tanto la FIFA en sus competiciones como las asociaciones miembro en las propias pueden establecer límites superiores para sus árbitros en función de las características de la competición y el nivel de preparación y competencia de sus árbitros.

La FIFA va a editar un CD multimedia para el mejor entendimiento del protocolo y desarrollo de las nuevas pruebas físicas.

En caso de que deseen aclarar cualquier duda sobre la realización o el control de las nuevas pruebas físicas, les rogamos ponerse en contacto con el instructor físico de la FIFA en su confederación:

AFC	Sr. Toshio UTSUMI	JPN	toshio_utsumi@hotmail.com
CAF	Sr. Abdelmajid AZAIEZ	TUN	amazaiez@voila.fr
CONCACAF	Sr. Merere GONZALES	TRI	merere@tstt.net.tt
CONMEBOL	Sr. Venancio ZARATE	PAR	profzarate@hotmail.com
OFC	Sr. Alejo PEREZ	NZL	alejo@xtra.co.nz
UEFA	Sr. Werner HELSEN	BEL	werner.helsen@flok.kuleuven.ac.be



Muchas gracias por su colaboración.

Atentamente,

FIFA
DE FOOTBALL ASSOCIATION

Urs Linsi
Secretario General

Adj.: - Nuevas pruebas físicas para árbitros y árbitros asistentes de la FIFA

- cc. - Comité Ejecutivo de la FIFA
- Comisión de Árbitros de la FIFA
- Confederaciones

1ª PRUEBA

Objeto:

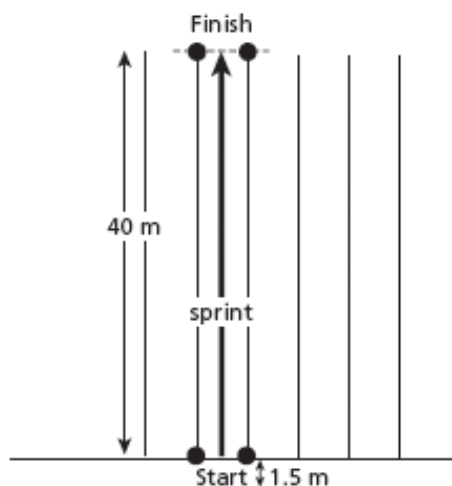
- Velocidad media de carrera durante las jugadas rápidas y repetidas a lo largo de un partido (distancia en km/h).

Prueba:

- Aceleración de 6 veces 40 m, con 1 minuto 30 segundos como máximo de recuperación después de cada aceleración (mientras se camina hacia el punto de partida).
- Salida dinámica con un pie sobre una línea que está a 1.5 m de distancia de los puntos de cronometraje en el punto de partida.

NB: En caso de que no sea posible un cronometraje electrónico, un observador señalará el momento en que el árbitro atraviesa la primera puerta, utilizando para ello una señal exacta con un banderín. El segundo observador se coloca en línea con la segunda puerta y detiene el cronómetro cuando el árbitro la atraviesa.

- Para lograr uniformidad, la prueba debe realizarse en una pista de atletismo.



Procedimiento:

- El árbitro se sitúa sobre una línea. Una vez que el jefe de la prueba señala que las puertas de cronometraje están listas, el árbitro decide el momento en que arranca.

Equipo de cronometraje:



- Puertas electrónicas al comienzo y al final.

Tiempo de referencia:

- 6.2 segundos para los **árbitros internacionales**, 6.0 segundos para los **árbitros asistentes internacionales**, en cada una de las carreras rápidas.
- 6.4 segundos para los **árbitros nacionales**, 6.2 segundos para los **árbitros asistentes nacionales**, en cada una de las carreras rápidas.
- 6.6 segundos para las **árbitras internacionales**, 6.4 segundos para las **árbitras asistentes internacionales**, en cada una de las carreras rápidas.
- 6.8 segundos para las **árbitras nacionales**, 6.6 segundos para las **árbitras asistentes nacionales**, en cada una de las carreras rápidas.

Otras instrucciones:

- Si un árbitro se cae o tropieza, repetirá la prueba (1 prueba = 1 vez 40 m).
- Si un árbitro o un árbitro asistente falla en una de las seis carreras, intentará sólo una carrera más, inmediatamente tras concluir la serie de seis. - Si falla en dos intentos, el oficial de control no aprueba el examen general.
- No podrán utilizarse zapatillas con clavos durante las carreras rápidas repetidas.

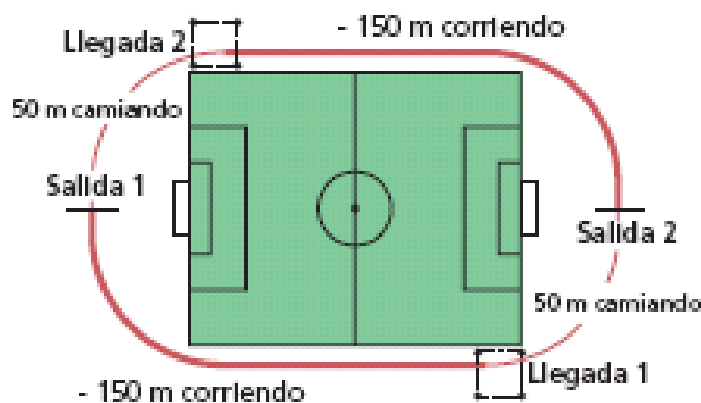
2ª PRUEBA

Objeto:

- Medición de la capacidad de rendimiento aeróbico en carreras de intensidad repetidas.

Prueba:

- Carrera activa intermitente al ritmo de un solo silbato.
- Para lograr uniformidad, la prueba debe realizarse en una pista de atletismo.



Procedimiento:

- Cada uno de los árbitros debe llegar antes del silbato al "área de caminata", marcada por 4 conos (3 m delante y 3 m detrás de la marca de 150 m). Si un árbitro falla ostensiblemente en poner un pie en el área de caminata, el observador hará una señal y el árbitro deberá detenerse.
- Los árbitros no podrán salir del área de caminata antes del siguiente silbato. Por consiguiente, los asistentes de la prueba se colocan en las posiciones de partida con un banderín en la mano. Hasta el siguiente silbato, bloquearán la línea de la pista con el banderín en una posición horizontal. Después del silbato, descenderán rápidamente el banderín para que los árbitros puedan iniciar la carrera. Los asistentes de la prueba harán una cuenta regresiva (p. ej., 15 segundos, 10 segundos, 5 segundos) para informar a los árbitros sobre el tiempo exacto. No obstante, el banderín descenderá con el silbato.
- Los árbitros corren en grupos pequeños de un máximo de 6 árbitros (preferentemente).
NB: Si es aplicable, se pueden señalar cuatro puntos de salida. Cada subgrupo es supervisado por un solo observador durante toda la prueba.



Equipo de cronometraje:

- Sólo se necesita 1 cronómetro y 1 silbato para esta prueba, así como áreas bien definidas de carrera y caminata.

Otras instrucciones:

- Cada asistente de la prueba deberá estar equipado con un cronómetro para medir la parte de recuperación, es decir, la caminata de la prueba.

Tiempo de referencia para los hombres:

- Al primer silbato del jefe de la prueba, los **árbitros internacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 30 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 35 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, los árbitros deben correr nuevamente 150 m en 30 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 35 segundos (4). Esto equivale a una vuelta. El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, los **árbitros asistentes internacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 30 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 40 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, los árbitros deben correr nuevamente 150 m en 30 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 40 segundos (4). El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, los **árbitros nacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 30 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 40 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, los árbitros deben correr nuevamente 150 m en 30 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 40 segundos (4). Esto equivale a una vuelta. El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, los **árbitros asistentes nacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 30 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 45 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, los árbitros deben correr nuevamente 150 m en 30 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 45 segundos (4). El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.



Tiempo de referencia para las mujeres:

- Al primer silbato del jefe de la prueba, las **árbitras internacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 35 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 40 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, las árbitras deben correr nuevamente 150 m en 35 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 40 segundos (4). Esto equivale a una vuelta. El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, las **árbitras asistentes internacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 35 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 45 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, las árbitras deben correr nuevamente 150 m en 35 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 45 segundos (4). El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, las **árbitras nacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 35 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 45 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, las árbitras deben correr nuevamente 150 m en 35 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 45 segundos (4). Esto equivale a una vuelta. El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.
- Al primer silbato del jefe de la prueba, las **árbitras asistentes nacionales** deben cubrir una distancia de 150 m en 35 segundos desde el punto de partida (1). Luego disponen de 50 segundos para cubrir una distancia de 50 m caminando (2). Al siguiente silbato, las árbitras deben correr nuevamente 150 m en 35 segundos (3), seguidos de 50 m caminando en 50 segundos (4). El número mínimo de vueltas por cubrir es de 10.