



REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



ANNEXE 2 LES TESTS PHYSIQUES

1 – Organisation

Les Arbitres doivent effectuer les tests physiques retenus et réaliser les performances exigées en distance et en temps pour pouvoir officier au niveau du District. Les tests sont réalisés dans le cadre des stages et/ou des rassemblements d'arbitres spécifiques sur convocation de la CDA. Ces tests se déroulent sous le contrôle de la CDA.

ARBITRES ET ARBITRES ASSISTANTS

Principe :

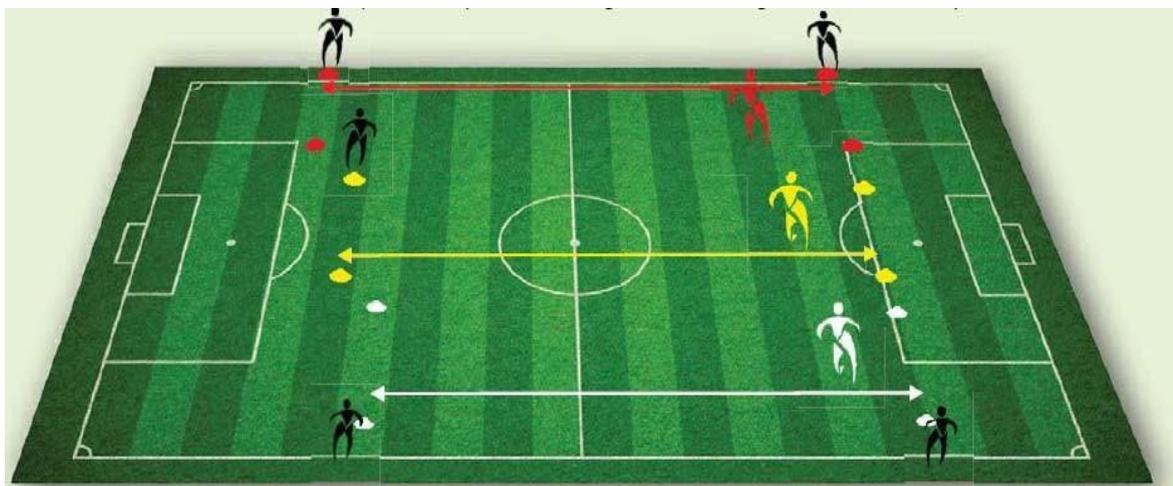
- Des observateurs sont positionnés à proximité des zones de départ et pour s'assurer de la régularité du test
- Les arbitres doivent prendre le départ debout et partir après le coup de sifflet
- A la fin de chaque séquence, chaque arbitre doit franchir avant le coup de sifflet la ligne matérialisée par les plots
- Après décélération, l'arbitre fait demi-tour et se replace au niveau de la ligne avant de repartir au bip indiquant une nouvelle séquence
- Si, au bip, un arbitre ne pose pas le pied sur la ligne, il reçoit un avertissement
- S'il ne réussit pas à poser un pied à temps sur la ligne pour la 2ème fois, il est arrêté et son test n'est pas validé

Equipement de chronométrage :

L'équipement prioritaire est l'utilisation de la bande son type. A défaut d'utilisation d'une bande son, seuls un chronomètre et un sifflet sont nécessaires pour ce test, ainsi que des zones démarquées de course et de marche.

Nota Bene :

Possibilité pour les organisateurs de délimiter des couloirs de course individualisés d'une largeur minimale d'1m50. Possibilité de faire passer plusieurs catégories en même temps (voir schéma ci-dessous). Sur un terrain aux normes officielles (105m/68m), la distance "ligne de la surface de réparation à ligne de l'autre surface de réparation" équivaut à 72 mètres.





REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



Le temps de référence pour les arbitres de la « Filière Arbitrage Régional » est celui fixé par la CRA pour les arbitres stagiaires Ligue.

Le temps de référence pour les Arbitres et Arbitres Assistants Départementaux est le suivant :

NIVEAU DEPARTEMENTAL		
Hommes		
Temps 15 secondes de course et 20 secondes de repos après chaque course		Répétitions
Départemental 1 - AAD1	61 m de course	30 courses
Départemental 2 - AA D2	58 m de course	
Départemental 3 JAD	55 m de course	
Diversifié	49 m de course	15 courses

NIVEAU DEPARTEMENTAL		
Femmes		
Temps 17 secondes de course et 22 secondes de repos après chaque course		Répétitions
Départementale 1	55 m de course	30 courses
Départementale 2 - AA D1		
Départementale 3 - AA D2 - JAD		
Départementale 4 et 5		
Diversifié		



REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



TESTS PHYSIQUES FIFA POUR LES ARBITRES FUTSAL

Le test de condition physique officiel pour les arbitres de futsal est composé de trois épreuves.

Le test 1, Vitesse, mesure la vitesse maximale de l'arbitre sur 20 mètres.

Le test 2, CODA, évalue la capacité de l'arbitre à changer de direction sur 36 mètres.

Le test 3, ARIET, mesure la capacité de l'arbitre à réaliser des répétitions de courses vers l'avant et en pas chassés sur une période prolongée.

TEST 1 – VITESSE (2 sprints de 20 mètres par arbitre à réaliser) :

- Catégorie Futsal Départemental 1 : maximum 3,60 secondes par sprint
- Autres catégories : maximum 3,60 secondes par essai

Modalité du TEST 1 – VITESSE :

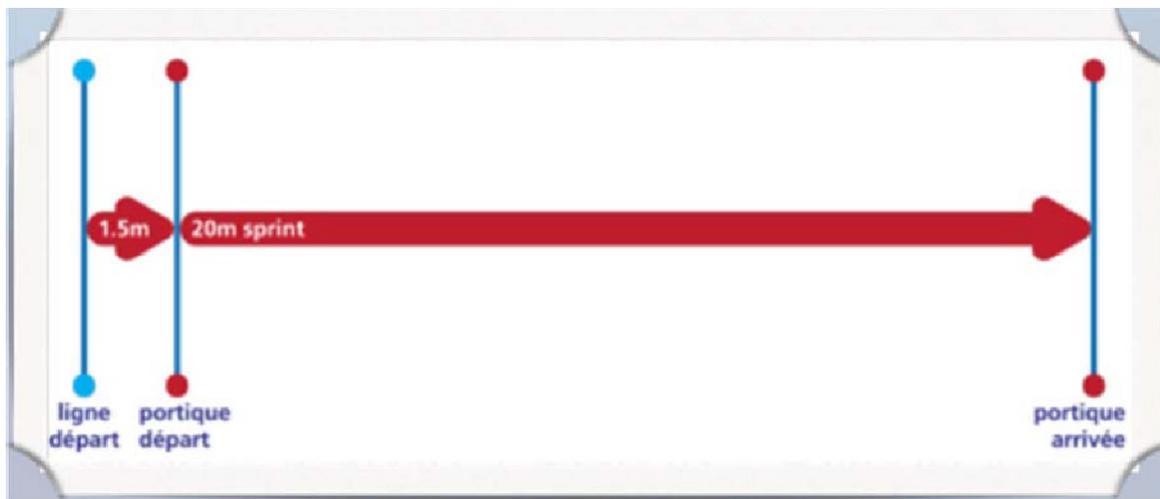
Les arbitres doivent s'aligner au départ avec le pied avant sur la ligne de départ. Lorsque le responsable de test indique que les chronomètres/chronométreurs sont prêts, l'arbitre est autorisé à partir.

Les arbitres ont droit à 90 secondes de récupération maximum entre chacun de leurs deux sprints de 20m. Pendant la phase de récupération, les arbitres doivent regagner le départ en marchant.

Règlementation :

- Si un arbitre chute ou trébuche, il se voit accorder un essai supplémentaire.
- Si un arbitre échoue sur l'essai, il se voit accorder un essai supplémentaire. Si un arbitre échoue sur deux de ses essais, il n'a pas réussi le test.

Schéma du test :



TEST 2 - CODA (1 passage par arbitre - capacité à changer de direction sur 36 m) :

- Catégorie Futsal Départemental 1 : maximum 11,50 secondes
- Autres catégories : maximum 11,50 secondes

Modalité du TEST 2 – CODA

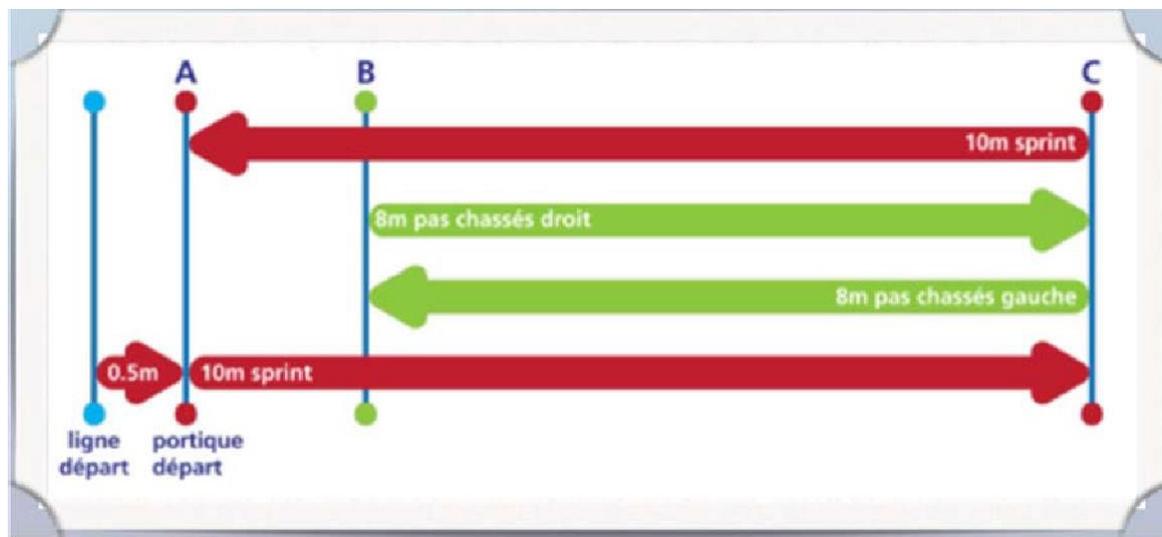
Les arbitres doivent s'aligner au départ avec le pied avant sur la ligne de départ. Lorsque le responsable de test indique que les chronomètres/chronométrateurs sont prêts, l'arbitre est autorisé à partir.

Les arbitres doivent sprinter 10m vers l'avant (A à C), puis faire 8m en pas chassés gauche (C à B) et 8m en pas chassés droit (B à C), avant de finir une course avant de 10m (C à A).

Règlementation :

- Si un arbitre chute ou trébuche, il se voit accorder un essai supplémentaire
- Si un arbitre échoue sur l'un de ses deux essais, il se voit accorder un troisième essai immédiatement après le deuxième. Si un arbitre échoue sur deux de ses trois essais, il n'a pas réussi le test.

Schéma du test :





REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



TEST 3 – ARIET (Test de fractionné pour l'endurance des arbitres)

- Catégorie Futsal Départemental 1 : palier 13,5-8
- Autres catégories : palier 13,0-8

Modalités du TEST 3 – ARIET

Les arbitres doivent prendre le départ debout. Ils doivent réaliser la séquence suivante au rythme dicté par le fichier audio.

Courir 20m (B-D), faire demi-tour et courir 20m (D-B) ;

Marcher 2,5m (B-A), faire demi-tour et marcher 2,5m (A-B) ;

Pas chassés sur 12,5m (B-C) et pas chassés sans se retourner sur 12,5m (C-B) ;

Marcher 2,5m (B-A), faire demi-tour et marcher 2,5m (A-B).

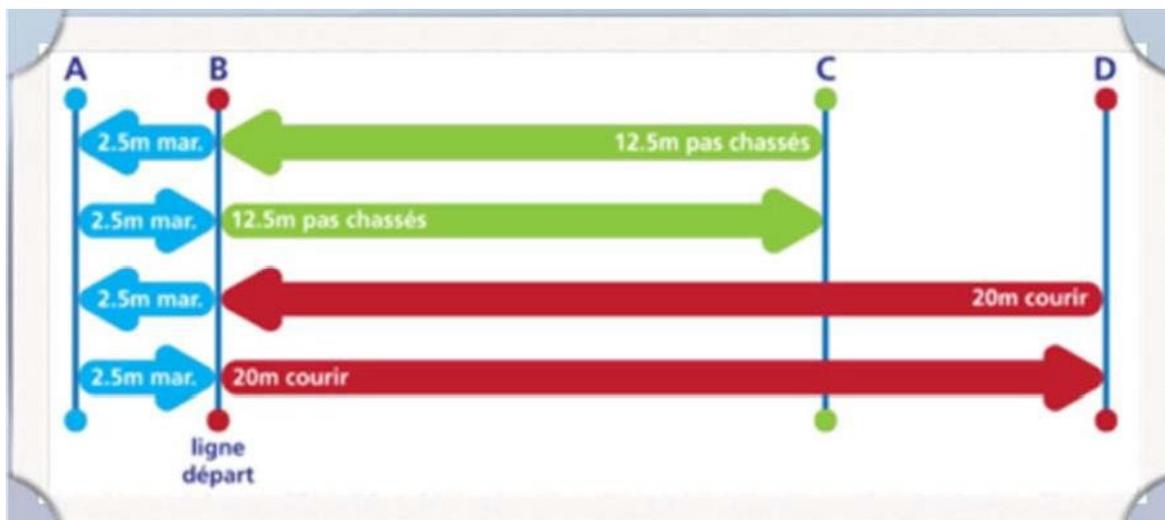
Le fichier audio dicte le rythme des courses et la durée de chaque temps de repos. Les arbitres doivent tenir le rythme imposé par le fichier audio jusqu'à atteindre le niveau requis.

Les arbitres doivent prendre le départ debout, avec le pied avant sur la ligne (B). Les arbitres doivent poser un pied sur les lignes de demi-tour (C et D).

Réglementation :

- Si un arbitre ne pose pas le pied sur la ligne dans le temps imparti, il reçoit un avertissement clair de la part du responsable de test.
- Si un arbitre arrive en retard une deuxième fois, il est éliminé du test par le responsable.

Schéma du test :





REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



2 – Obligations / Réussites / Echecs / Non-participation

Obligations :

Les arbitres sont tenus d'effectuer, chaque saison, un test physique. La CDA fixe une date d'épreuve pour réaliser ce test. Sa réussite à cette occasion conditionne la poursuite des désignations. A compter de la date du premier test, pour être désignables, les arbitres doivent avoir réalisé avec succès les épreuves. A l'issue des deux sessions organisées, les arbitres et assistants, en situation de non-participation (hors raisons médicales), ne sont plus désignables jusqu'au terme de la saison. Les modalités de réalisation du test physique dépendent de la catégorie de l'Arbitre.

Organisation :

La CDA est chargée de l'organisation du test physique.

Modalités particulières pour toutes les catégories :

Dans le cas particulier où un Arbitre se trouverait seul au départ d'une épreuve, celui-ci peut se faire accompagner par 1 à 4 arbitres en activité (pour respecter un minimum de 2 personnes au départ de l'épreuve). Dans les autres cas, il est exclu qu'un participant se fasse accompagner par quelqu'un d'extérieur à la série en cours, y compris s'il s'agit d'un arbitre en activité.

Les Arbitres sont déclarés reçus à l'épreuve des tests physiques lorsque l'intégralité des tests est réalisée conformément aux exigences imposées par leur catégorie.

En cas d'échec partiel, l'arbitre devra effectuer la totalité de ces tests au cours de la séance de rattrapage suivante. Les Arbitres sont en revanche déclarés en échec lorsqu'un test débuté n'aboutit pas à une réussite, quelle qu'en soit la cause (abandon, non obtention des minima, blessures, etc.).

ARBITRES ET ARBITRES ASSISTANTS DE LA FILIERE ARBITRAGE REGIONAL

Ces Arbitres ont l'obligation de respecter tous les devoirs et les obligations cités dans l'Annexe 4 afin de bénéficier de cet accompagnement à une promotion régionale. Aucune exception ne peut être acceptée.

ARBITRES ET ARBITRES ASSISTANTS

La CDA fixe a minima et pour chaque saison 2 sessions d'organisation afin que les Arbitres remplissent les nécessités réglementaires. Les Arbitres et Arbitres Assistants ont l'obligation de réussir à l'une des sessions pour demeurer désignables.

En cas d'échec, l'Arbitre ou l'Arbitre Assistant peut se présenter à la session suivante. Au 15 décembre de la saison en cours, l'Arbitre ou l'Arbitre-Assistant devra réussir le test physique de sa catégorie d'affectation.



REGLEMENT INTERIEUR 2024-2025 DE LA COMMISSION DE DISTRICT DE L'ARBITRAGE DU VAL-DE-MARNE



En cas d'échec (test terminé en réalisant un minima) :

- Dans l'éventualité où un arbitre échoue au test de sa catégorie de référence mais qu'il réussit un test d'une catégorie inférieure, la CDA le désigne dans la catégorie où il a réussi le test physique, en attendant que l'arbitre ou l'assistant réussisse le test physique de sa catégorie
- Si à l'issue des deux sessions organisées, l'arbitre ou l'assistant n'a pas réussi le test de référence de sa catégorie, il sera intégré dans la catégorie où il aura réussi son test physique

En cas d'échec (test abandonné sans réaliser un minima) ou absence :

- Il est rétrogradé en division inférieure en fin de saison
- L'arbitre sera intégré temporairement à la catégorie Départemental 3, pour être désigné selon les besoins de la CDA

Pour les jeunes arbitres et les arbitres opérant sur les compétitions du Dimanche Matin, la CDA choisit le niveau où l'arbitre en situation de non présentation sera désigné.

S'il s'agit d'un Arbitre ou d'un Arbitre Assistant qui n'est pas rétrogradable du fait de sa catégorie, il a l'obligation, la saison suivante, de se présenter aux tests physiques dès la 1ère session, et il ne devient désignable qu'après réussite aux tests physiques.

Rappel :

Il résulte de l'article 34 du Statut Fédéral de l'Arbitrage qu'un Arbitre qui n'a pas, deux saisons de suite, dirigé le nombre minimum de rencontres tel qu'il est fixé par le Comité de Direction de la Ligue est considéré comme ne faisant plus partie du corps arbitral.