

## Guía para la aptitud física de los Árbitros

*Efectivo desde el 1 de Enero de 2021*

### **Antecedentes**

El CO de la FIH recibió una presentación de los MAs de Tokio 2020 y Hockey Pro League que describe una variedad de problemas y preocupaciones con respecto a la guía para la aptitud física actual.

A partir de esto, el CO de la FIH decidió revisar y actualizar las guías actuales que brindan recomendaciones para el futuro de la aptitud física de los árbitros que abordan las preocupaciones planteadas por las MAs de Tokio 2020 y HPL, así como otras cuestiones.

Descubrimos que, si bien todos estamos de acuerdo con respecto a la importancia y el fundamento detrás de los niveles de condición física que se introdujeron en 2018, hay una serie de problemas e inquietudes válidos respecto al programa de pruebas actual y el proceso general que deben mejorarse para mejorar el hockey a nivel internacional.

### **Métodos y Objetivos de las pruebas de aptitud física**

La FIH ha elegido dos pruebas para los árbitros internacionales para reflejar las condiciones durante los partidos tanto como sea posible:

#### **1. La prueba YO-YO de Recuperación Intermitente**

- a. Los árbitros deben alinearse a lo largo de la línea de "salida". Empiezan con un pie detrás de la línea de salida y comienzan a correr cuando se lo indica la grabación del audio.
- b. Los árbitros giran cuando se los indica el pitido del audio grabado en la línea a 20 metros de distancia y regresan al punto de partida.
- c. Después de completar los 40 metros de carrera, caminan o trotan hasta la siguiente línea y regresan para detenerse por completo en la línea de "salida" nuevamente, antes de comenzar con la señal indicada.
- d. Los árbitros deben continuar todo el tiempo que puedan. Algunos de ellos optarán por detenerse cuando hayan alcanzado su límite físico. Para otros, se le deberá dar una advertencia a medida que se retrasan en el ritmo requerido o cometen uno de los errores que se enumeran a continuación. En la segunda infracción, se los debe sacar de la prueba.
- e. Da una advertencia cuando el árbitro:
  - i. Inicia la carrera antes de la señal de audio
  - ii. No llega a ninguna línea antes de la señal de audio
  - iii. Gira sin tocar ni pasar la línea
  - iv. No se detiene por completo antes de comenzar la siguiente carrera de 40 m

- f. La puntuación del árbitro es el nivel o la distancia total recorrida en la última carrera completada exitosamente. La carrera en la que se produce la segunda advertencia o una retirada no se cuenta, p. Ej. Si la segunda advertencia o el retiro ocurre en el nivel 16.4, la puntuación del árbitro es 16.3.
- g. Utilice la versión adjunta de YouTube de la prueba YoYo de recuperación intermitente: <https://www.youtube.com/watch?v=xoRUOmm6XZY&t=260s>

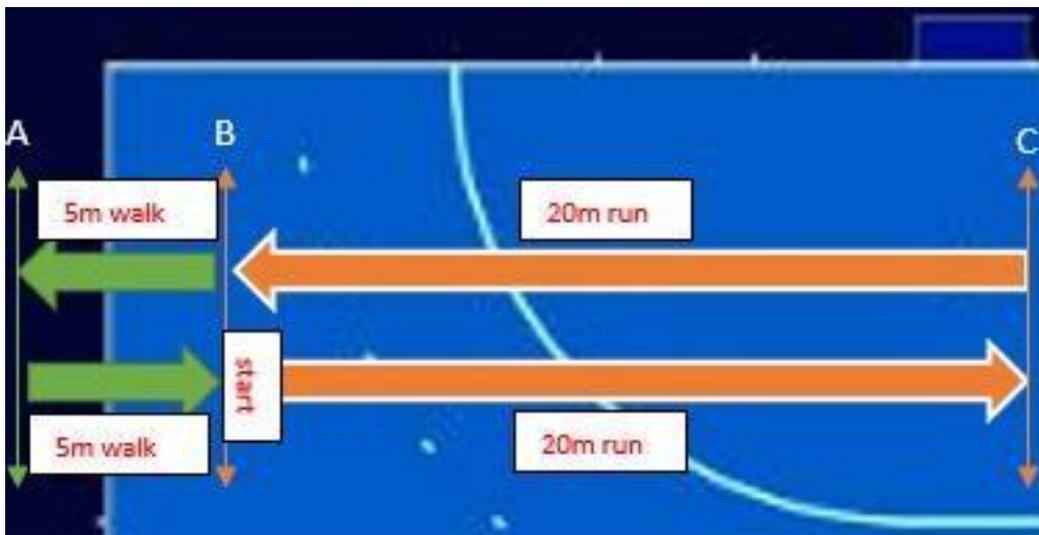


Figura 1 – La preparación para la prueba YoYo de recuperación intermitente

## 2. Prueba de habilidad de sprint repetido (RSA)

- a. El "punto de salida" debe colocarse a 0m y el "punto de llegada" a 40 m. La "línea de salida" debe estar marcada 1,5 m antes del "punto de salida".
- b. Los árbitros deben alinearse al inicio con el pie delantero tocando la "línea de salida". Una vez que el líder de la prueba señala que esta todo programado electrónicamente con el cronometraje, el árbitro puede comenzar.
- c. Los árbitros deben recibir un máximo de 60 segundos de recuperación entre cada uno de los sprints de 6 x 40 m. Durante su recuperación, los árbitros deben caminar de regreso al inicio.
- d. Si un árbitro falla en un intento de los seis, se le debe dar un séptimo intento inmediatamente después del sexto intento. Si fallan dos de las siete pruebas, el oficial no ha pasado la prueba.

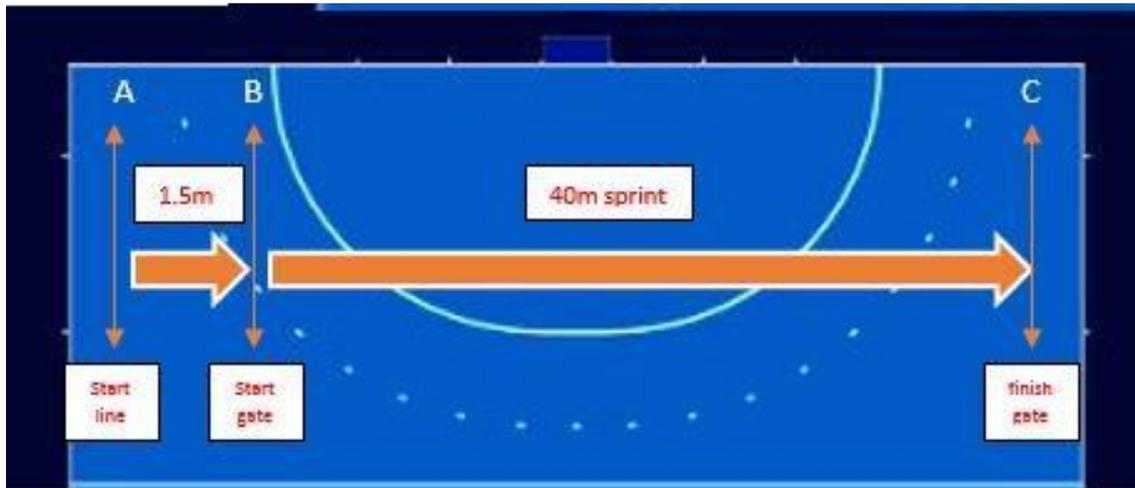


Figura 2 – La preparación para la prueba de habilidad de sprint repetido

### 3. Niveles de expectativas por género y panel

Los niveles requeridos para los árbitros internacionales se establecen con respecto a la estructura actual del panel y son los siguientes:

Género y Panel	Prueba Yoyo de Recuperación Intermitente	Prueba RSA
Women World Cup and Olympic Games Panel	1440m (17.1)	6.6 sec
Women Pro League Panel	1320m (16.6)	6.6 sec
Women International Elite Panel	1320m (16.6)	6.6. sec
Women Advancement Panel	1320m (16.6)	6.6 sec
Women International Panel	1120m (16.1)	6.8 sec
Men World Cup and Olympic Games Panel	2200m (19.4)	6.2 sec
Men Pro League Panel	2000m (18.7)	6.2 sec
Men International Elite Panel	2000m (18.7)	6.2 sec
Men Advancement Panel	2000m (18.7)	6.2 sec
Men International Panel	1640m (17.6)	6.4 sec

### 4. Árbitros Indoor

Los árbitros que están registrados exclusivamente como árbitros indoor activos de la FIH y no outdoor ([https://tms.fih.ch/officials/reports/active?role\\_id=3](https://tms.fih.ch/officials/reports/active?role_id=3)) deben alcanzar las expectativas del Panel Internacional para su género e informarlo una vez al año a su respectiva Asociación Nacional para que la presentación sea completada y enviada a la FIH entre el 1 y el 30 de noviembre.

## Proceso de inscripción

Las Asociaciones Nacionales son las únicas entidades responsables de informar a la FIH sobre la aptitud física de sus árbitros. La prueba de aptitud debe ser supervisada por un Oficial de la FIH o un representante de la Asociación Nacional. El formulario de resultados de la prueba debe ser firmado por el árbitro y su testigo y enviado a la Asociación Nacional para que la presentación se realice durante el mes de vencimiento hasta la medianoche del último día de la fecha de vencimiento (hora de Lausana). El formulario de inscripción está disponible en el sitio web de la FIH para los árbitros / asociaciones nacionales, en caso de que deseen usarlo (<http://www.fih.ch/inside-fih/our-official-documents/fih-oficiales-and-citas/>). La Asociación Nacional luego completará el formulario para todos sus árbitros de acuerdo con las fechas límite de presentación de informes y lo enviará a la FIH ([https://fih.formstack.com/forms/fih\\_umpire\\_fitness\\_test\\_results\\_form\\_2021](https://fih.formstack.com/forms/fih_umpire_fitness_test_results_form_2021)).

### 1. Fechas de vencimiento para enviar el reporte

Panel	IP	AP	IEP	PLP	WCP/OGP
Fecha	1 - 30 Noviembre	1-31 Marzo  1-31 Julio  1-30 Noviembre	1-30 Noviembre	1-31 Marzo  1-31 Julio  1-30 Noviembre	1-31 Marzo  1-31 Julio  1-30 Noviembre

*Como ya se mencionó anteriormente, los resultados de las pruebas de aptitud física exclusivas para árbitros indoor de la FIH deben enviarse una vez al año (del 1 al 30 de noviembre).*

### 2. Incumplimiento de envío de resultados de aptitud física

Si no se presentan los resultados requeridos de la prueba de aptitud física sin una justificación aceptable, se puede suspender el estado activo del árbitro internacional.

### 3. Incumplimiento de los requisitos de aptitud física

No cumplir con los niveles de prueba de aptitud requeridos esperados según el género y el panel puede resultar en la pérdida de consideración para las próximas designaciones y ser recalificado.

Cualquier designación para un árbitro que posteriormente caiga por debajo del estándar requerido puede ser suspendido. Si el árbitro no vuelve a alcanzar el nivel de condición física requerido antes del evento para el que ha sido designado, puede ser reemplazado y recalificado.

### 4. Incapacidad para reportar los resultados de aptitud física

Si un árbitro no puede realizar la prueba al momento que se va a enviar (lesión, embarazo, pandemia, etc.), la Asociación Nacional debe enviar un correo electrónico a [cedric.ribeiro@fih.ch](mailto:cedric.ribeiro@fih.ch), adjuntando un certificado (si es posible) y la fecha de recuperación prevista.

Cuando el árbitro vuelva a estar en condiciones de realizar la prueba, se puede informar una nueva prueba de aptitud física fuera de lo estipulado en las fechas de presentación.