

## KRYTERIA OCENY DLA SĘDZIÓW KOLEGIUM SĘDZIÓW OPOLSKIEGO ZWIĄZKU PIŁKI NOŻNEJ OBOWIĄZUJĄCE NA EGZAMINACH TEORETYCZNO - SPRAWNOŚCIOWYCH

### I. Część sprawnościowa

Sprawdzian szybkościowo – kondycyjny składa się z dwóch testów:

- Test 1 (sprinty) – mierzą zdolność sędziego do wykonania powtarzalnych sprintów na dystansie 40m;
- Test 2 (interwałowy) – ocenia zdolność sędziego do wykonania serii biegów o wysokiej intensywności na odległości 75m, przeplatane chodem na odległości 25m

Przerwa między końcem Testu 1, a początkiem Testu 2 powinna wynosić 6-8 minut.

Warunkiem zaliczenia tego sprawdzianu jest uzyskanie minimum zaliczeniowego z Testu 1 i Testu 2.

#### Test 1 Sprinty:

1. Do pomiaru czasu sprintów powinny być użyte fotokomórki.
2. Bramka „startowa” powinna być ustawiona na punkcie 0 m, a bramka końcowa na punkcie 40 m. Linia „startowa” powinna zostać zaznaczona 1,5 m przed bramką „startową”.
3. Sędziowie powinni się ustawić tak, aby stopa, którą stawiają z przodu dotykała „linii startowej”.
4. Sędzia powinien otrzymać max. 60 sek. Odpoczynku pomiędzy każdym krótkim biegiem 6 x 40m . W tym czasie sędziowie muszą maszerować z powrotem na „linię startową”.
5. Jeżeli sędzia upada lub potyka się, powinien otrzymać jeden dodatkowy krótki bieg (jeden bieg = 1 x 40m).
6. Jeżeli sędzia nie zaliczy jednego z sześciu biegów, musi otrzymać siódmą próbę, natychmiast po szóstym biegu. Jeżeli sędzia nie zaliczy dwóch z siedmiu biegów, to taki test jest niezaliczony.
7. Maksymalny dopuszczalny czas dla biegu krótkiego wynosi **6,6 sek.**

#### Test 2 Test Interwałowy:

1. Sędziowie muszą ukończyć 40 biegów x 75m oraz czterdzieści 25-cio metrowych chodów – interwałowo. Tempo jest regulowane przez pliki dźwiękowe audio. Jeżeli pliki audio nie są dostępne egzamin powinno się przeprowadzić używając gwizdka i stopera.
2. Sędziowie muszą startować z pozycji stojącej. Sędziom nie wolno startować przed sygnałem gwizdka. W celu upewnienia się, że sędziowie nie wystartują przed sygnałem gwizdka, przy każdym stanowisku powinien znajdować się jeden członek komisji egzaminacyjnej, który kontroluje start sędziów.
3. Na końcu każdej strefy biegu, każdy sędzia musi wbiec w „strefę chodu” przed dźwiękiem sygnału gwizdka. Strefa chodu zaznaczona jest pachołkiem znajdującym się 1,5 m przed i 1,5 m za linią 75m.

4. Jeżeli sędzia nie zdąży postawić stopy w strefie chodu przed sygnałem, otrzyma ostrzeżenie od egzaminatora. Jeżeli sędzia po raz drugi nie zdąży postawić stopy w strefie chodu przed sygnałem gwizdka, egzaminator wyklucza takiego sędziego z dalszego biegu i informuje go o niezaliczeniu testu.
5. Czasy dla sędziów:
  - **17 sek./ 75 m biegu i 24 sek. / 25 m chodu.**

## II. Test teoretyczny

1. Test składa się z 30 pytań.
2. Czas trwania egzaminu – 30 minut.
3. Punktacja:

| Lp. | Liczba punktów            | Ocena | Uwagi  |
|-----|---------------------------|-------|--|
| 1   | 30,0                      | 5,0   | <b>80% prawidłowych odpowiedzi – norma do awansu</b> |
| 2   | 29,5                      | 4,95  |  |
| 3   | 29,0                      | 4,90  |  |
| 4   | 28,5                      | 4,85  |  |
| 5   | 28,0                      | 4,80  |  |
| 6   | 27,5                      | 4,75  |  |
| 7   | 27,0                      | 4,70  |  |
| 8   | 26,5                      | 4,65  |  |
| 9   | 26,0                      | 4,60  |  |
| 10  | 25,5                      | 4,55  |  |
| 11  | 25,0                      | 4,50  |  |
| 12  | 24,5                      | 4,45  |  |
| 13  | 24,0                      | 4,40  |  |
| 14  | 23,5                      | 4,35  |  |
| 15  | 23,0                      | 4,30  |  |
| 16  | 22,5                      | 4,25  |  |
| 17  | 22,0                      | 4,20  |  |
| 18  | 21,5                      | 4,15  |  |
| 19  | 21,0                      | 4,10  | <b>0 – egzamin niezaliczony</b>                      |
| 20  | <b>Poniżej 21 punktów</b> |       |  |

Niniejszy załącznik jest integralną częścią „Zasad awansu i spadku sędziów piłki nożnej KS OZPN”.