



PROCÉDURES DE SUIVI DES TESTS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DES ENTRAÎNEMENTS

OFFICIELS DE LA LISTE NATIONALE

Test de conditionnement physique initial d'avant-saison

- Conformément à l'invitation à se joindre à la liste nationale des arbitres ou des arbitres-adjoints, le test de conditionnement physique requis pour la liste nationale des officiels est le test de conditionnement physique de la FIFA à la catégorie appropriée pour homme ou pour femme, aux normes internationales pour les arbitres ou arbitres-adjoints, telles que déterminées par la FIFA de temps à autre. Ce test est composé des éléments suivants :

Arbitres

Partie 1 : Capacité de sprint répété ; sprints répétés sur 40 mètres.

Partie 2 : Test d'intervalles ; une série de courses rapides sur 75 mètres entrecoupées d'intervalles de marche de 25 mètres.

Arbitres-adjoints

Partie 1 : CODA (Capacité de changer de direction)

Partie 2 : Capacité de sprint répété ; sprints répétés sur 30 mètres.

Partie 3 : Test d'intervalles ; une série de courses rapides sur 75 mètres entrecoupées d'intervalles de marche de 25 mètres.

- Les officiels de la liste nationale devront prendre part à ce test trois fois par année dans leur association provinciale respective. Le premier test (Test 1) doit être pris entre le 15 janvier et le 15 mars.
- Lorsqu'un officiel de match échoue au test initial, il devra participer à un autre test de conditionnement physique à ses frais, au cours duquel il sera tenu d'atteindre les normes minimales. S'il ne les atteint pas, l'officiel sera retiré de la liste nationale. Les associations provinciales seront responsables d'organiser une reprise du test, à être pris après que 28 jours se soient écoulés depuis la date du test initial. Les coûts liés à l'administration de la reprise du test seront de la responsabilité de l'officiel de match. Les officiels doivent participer aux tests de conditionnement physique organisés selon les conseils de leur association respective.
- Des dispenses peuvent être accordées par le Gestionnaire des arbitres de Canada Soccer. Des dispenses pour blessure ou maladie seront seulement accordées si un officiel de match fournit le certificat médical confirmant la blessure ou la maladie, accompagné d'un pronostic de rétablissement. Dans de telles circonstances, Canada Soccer se réserve le droit d'obtenir un avis médical indépendant en tout temps.
- Lorsqu'un officiel de match reçoit une dispense pour le premier test de conditionnement physique, il devra participer à un test de conditionnement physique à ses propres frais. Les officiels de match doivent avoir passé avec succès le test pas plus tard qu'en août après le camp d'avant-saison. Si ce n'est pas atteint, la position d'un officiel sera revue au cas par cas et peut entraîner le retrait de la liste nationale.

Test de la mi-saison:

- Les officiels de la liste nationale devront prendre deux autres tests à la mi-saison : le Test 2 au cours du mois de mai et le test 3 au cours du mois d'août. Le test de la FIFA pour arbitre ou arbitre-adjoint, aux normes internationales telles que déterminées par la FIFA de temps à autre, sera effectué dans l'association provinciale ou à un emplacement régional selon les directives du Comité des arbitres de Canada Soccer (le Comité) et les officiels de match seront avisés.

- Les frais de déplacement pour participer à ce test seront défrayés par Canada Soccer pour les officiels qui ont complété avec succès les tests de conditionnement physique de mi-saison.
- Lorsqu'un officiel de match échoue à un test de mi-saison, il devra participer à un autre test de conditionnement physique à ses propres frais, après que 28 jours se soient écoulés depuis la date de l'échec, et devra atteindre les normes appropriées à ce moment. Si celles-ci ne sont pas atteintes, l'officiel sera retiré de la liste nationale. Les associations provinciales seront responsables d'organiser une reprise du test, à être pris après que 28 jours se soient écoulés depuis la date du test initial, et avant le 15 juillet pour le Test 2, et le 10 octobre pour le Test 3. Les coûts liés à l'administration de la reprise du test seront de la responsabilité de l'officiel de match. Les officiels doivent participer aux tests de conditionnement physique organisés selon les conseils de leur association respective.
- Les officiels de matchs seront retirés de toutes assignations de Canada Soccer après tout échec lors des tests de mi-saison et ne seront pas considérés pour d'autres assignations jusqu'à ce qu'une reprise du test ait été effectuée avec succès.
- Des dispenses seront accordées par le Gestionnaire des arbitres de Canada Soccer pour les tests de mi-saison pour cause de blessure ou maladie seulement. Des dispenses pour blessure ou maladie seront seulement accordées si un officiel de match fournit le certificat médical confirmant la blessure ou la maladie, accompagné d'un pronostic de rétablissement. Dans de telles circonstances, Canada Soccer se réserve le droit d'obtenir un avis médical indépendant en tout temps.
- Lorsqu'un officiel de match est dispensé d'un test de conditionnement physique de mi-saison, il devra participer à un test à ses propres frais. Les officiels de match ont trois (3) mois pour atteindre les normes minimales. Si ça n'a pas été complété, ce sera pris en compte par le Comité lors de la révision annuelle.

Rappels:

Voici les lignes directrices concernant la procédure pour des rappels d'évaluation physique :

Les officiels de matchs peuvent être rappelés en tout temps pour démontrer au Comité qu'ils peuvent toujours atteindre les normes de condition physique requises par un officiel de la liste nationale.

Le rappel peut être invoqué en raison, entre autres, des raisons suivantes :

1. Commentaires négatifs des évaluateurs concernant la condition physique
2. Blessure ou maladie qui empêche l'officiel de match de pouvoir officier pour une période de 28 jours ou plus.

Les frais de déplacement seront défrayés par Canada Soccer pour les officiels de match qui ont complété avec succès leur premier test de rappel.

Tout officiel de match qui ne répond pas aux normes minimales lors d'un rappel seront retirés de tous matchs assignés et ne seront pas considérés pour d'autres assignations jusqu'à ce qu'une reprise du test ait été effectuée avec succès.

Lorsqu'un officiel de match échoue au test de rappel, il devra participer à une autre évaluation de condition physique à ses propres frais, après que 28 jours se soient écoulés depuis la date de l'échec, et devra atteindre les normes appropriées à ce moment. Si celles-ci ne sont pas atteintes, l'officiel sera retiré de la liste nationale. Lorsque la période de 28 jours chevauche la fin d'octobre et que les normes n'ont pas été atteintes, ce sera pris en compte par le Comité lors de la révision annuelle.

Exigence médicale:

En plus de l'examen annuel médical, les officiels du match doivent faire vérifier leur tension artérielle dans les 14 jours précédents un test de condition physique et doivent fournir un certificat, signé par un médecin ou une infirmière compétent. Si aucun certificat de tension artérielle n'est fourni ce jour-



là, ou si un certificat non-authentifié est fourni, ou si le niveau est au-dessus de la limite spécifiée, l'officiel de match ne sera pas autorisé, en aucune circonstance, à passer le test. Il n'y a aucune concession sur cette règle pour des raisons évidentes de santé et de sécurité. La tension artérielle doit être sous 160/95.

Supervision du test:

Le test de conditionnement physique pour les officiels de la liste nationale peut seulement être supervisé par un instructeur de la liste nationale, un membre du Comité des arbitres de Canada Soccer, un membre du personnel de Canada Soccer ou une autre personne assignée/approuvée par Canada Soccer. Les tests de conditionnement physique conduits sous les auspices de la FIFA, de la CONCACAF ou d'autres organisations reconnues (p.ex. PRO) sont acceptés comme tests officiels par Canada Soccer. Les associations provinciales doivent contacter Canada Soccer au moins six (6) semaines avant la date proposée du test pour assurer qu'un superviseur approprié est assigné et pour donner un avis adéquat aux officiels et à tous ceux impliqués dans l'organisation du test.

TESTS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE PROVINCIAUX PAR LES ASSOCIATIONS PROVINCIALES

- Le test de conditionnement physique de la FIFA est le test de conditionnement physique requis pour les officiels provinciaux :
 - Partie 1 : Capacité de sprint répété; sprints répétés sur 40 mètres.
 - Partie 2 : Test d'intervalle ; une série de courses rapides sur 75 mètres entrecoupées d'intervalles de marche de 25 mètres.
- Les officiels de match doivent passer ce test pendant les mois de janvier et de mai et doivent avoir complété avec succès ce test aux normes requises afin de pouvoir officier comme officiel provincial.
- Les officielles de match provinciales doivent passer le test de conditionnement physique aux normes provinciales masculines afin de pouvoir officier lors des compétitions provinciales masculines seniors.
- Lorsqu'un officiel de match échoue au test initial, il doit avoir atteint les normes minimales dans un délai de 28 jours après le test initial. Si ceci n'est pas atteint, l'officiel sera retiré de la liste des officiels provinciaux.
- Des dispenses peuvent être accordées par l'association provinciale pour cause de blessure ou maladie seulement. Des dispenses pour blessure ou maladie seront seulement accordées si un officiel de match fournit le certificat médical confirmant la blessure ou la maladie, accompagné d'un pronostic de rétablissement. Dans de telles circonstances, l'association provinciale se réserve le droit d'obtenir un avis médical indépendant en tout temps.
- Lorsqu'un officiel de match est dispensé d'un test de conditionnement physique initial, il devra avoir atteint les normes minimales du test de la FIFA dans un délai de 5 mois après sa première évaluation de conditionnement physique. Si ceci n'est pas atteint, la position de l'officiel sera revue au cas par cas par l'association provinciale et peut entraîner le retrait de la liste provinciale des officiels.

RECOMMANDATIONS POUR TESTS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE RÉGIONAUX PAR LES ASSOCIATION PROVINCIALES

Les tests de conditionnement physique pour les arbitres régionaux ou d'un niveau plus bas sont à la discrétion des associations provinciales et territoriales. Canada Soccer s'attend que les arbitres régionaux et de district qui souhaitent obtenir une promotion et ceux assignés aux compétitions nationales (Clubs nationaux, Vitrine, etc.) auront complété avec succès le test de conditionnement physique de la FIFA aux normes minimales décrites dans le tableau ci-dessous.



Le test de la FIFA, à la catégorie appropriée pour homme ou femme, est le test de conditionnement physique recommandé pour les officiels régionaux. Les officiels doivent atteindre les normes minimales pour passer le test pour officiels de match.

Les arbitres qui souhaitent obtenir une promotion doivent avoir atteint les normes du test de conditionnement physique de la FIFA au niveau de promotion souhaité.

Le Beep Test (le test de conditionnement physique à plusieurs étapes de Luc Léger) peut être utilisé pour accréditer les officiels au niveau régional ou district.

Normes des tests de conditionnement physique par catégorie 2017 Choisissez le test FIFA ou le Beep Test tel qu'applicable.			
Catégorie d'arbitre	Test FIFA		Beep Test
	Sprints : 6 x 40 m (60 sec récupération)	Test d'intervalles x40 (4000 m)	Courses continues Laps 20 mètres
Femme FIFA/National	6.40 sec	17/20 sec	n/a
Femme Provincial	6.60 sec	17/22 sec	n/a
Femme Régional	6.80 sec	17/24 sec	Stage 7
Femme District/Juvenile	n/a	n/a	Stage 6
Homme FIFA/National	6.00 sec	15/18 sec	n/a
Homme Provincial	6.40 sec	15/20 sec	n/a
Homme Régional	6.60 sec	17/22 sec	Stage 8
Homme District/Juvenile	n/a	n/a	Stage 6
FIFA & National Arbitre-adjoint seulement			
	CODA	Sprints : 5 x 30 m (30 sec récupération)	Test d'intervalles x40 (4000 m)
Femme	11.00 sec	5.10 sec	17/22 sec
Homme	10.00 sec	4.70 sec	15/20 sec

