

# PCAP

Programa del  
Curs d'iniciació  
a l'Arbitratge.  
Part Pràctica.





El guió de la part pràctica del curs d'iniciació a l'arbitratge (PCAP) simplement vol ser un recull de tots els apartats que cal treballar durant la part pràctica del curs d'iniciació a l'arbitratge.

La senyalització i la ubicació a la pista són la part troncal d'aquest curs, entenent que en aquest curs únicament es treballa l'arbitratge senzill. Però no es pot oblidar que el control de les situacions i el maneig del partit són vitals per superar-lo.

Per tal de poder dirigir partits, tant de reglaments FIBA com dels reglaments propis de l'FCBQ, és necessari dominar tots els aspectes recollits en aquest reglament.

Són complements molt importants d'aquest guió els Manuals de tècnica d'arbitratge de la FIBA i de l'FCBQ.



**Darrera revisió:  
Abril 2011**

## 01.PCAT

## 02.PCAP

a) **Estructura del curs.**

b) **Temari del curs:**

**Part I** Introducció a la tècnica d'arbitratge.

**Part II** La mecànica

**Part III** Ubicació

**Part IV** Col·laboració

## 03.PCAX

## 04.PCAN

## 05.PSEC

## 06.PCEN 0

## 07.PCEN 1

## 08.PCEN 2

## 09.PCEN 3



## **Programa del curs d'iniciació a l'arbitratge.** **Part pràctica (PCAP)**

### **Duració:**

15 HORES

### **Objectius:**

1. Utilitzar les diferents habilitats motrius per aplicar-les posteriorment en l'aprenentatge de tècniques i destreses de l'arbitratge.
2. Executar els gestos tècnics del arbitratge en l'esport del basquetbol.
3. Aplicar les normes i reglament del bàsquet, amb i sense.
4. Conèixer tècniques d'expressió corporal amb mobilitat i coordinacions diverses, aplicades a l'arbitratge.
5. Cooperar amb els altres arbitres per aconseguir fites comuns.

### **Recursos didàctics:**

1. Guió del curs
2. Transparències de les sessions
3. Manual tècnica de l'arbitratge FIBA.
4. Annex tècnica de l'arbitratge FCBQ.

### **Metodologia:**

1. A les classes pràctiques la metodologia aplicada hauria de ser el sistema mixt.

### **Avaluació:**

1. Avaluació inicial; utilització d'un qüestionari, xerrada inicial per conèixer coneixements previs, realització d'un exercici aplicat a l'arbitratge.
2. Avaluació formativa; utilització de un quadern diari on anotar evolució de cada alumne, utilitzar simbologia.
3. Avaluació final;

## Continguts (temari)

### **Part I**            **Introducció a la Tècnica de l'Arbitratge**

Tema 1:            Principis de la tècnica de l'arbitratge.

### **Part II**            **La mecànica**

Tema 3:            Ús del xiulet.  
Tema 4:            Senyals de violacions i la seva cronologia.  
Tema 5:            Senyals administratives.  
Tema 6:            Senyals de faltes i la seva cronologia.  
Tema 7:            Tipus de faltes personals  
Tema 8:            Cronologia de la senyalització.

### **Part III**           **Ubicació**

Tema 9:            Posicions i responsabilitat  
Tema 10:           Salt entre dos  
Tema 11:           Administració dels tirs lliures  
Tema 12:           Situacions especials de la Ubicació  
Tema 13:           T.I.A. (Tècnica Individual Arbitral)

### **Part IV**           **Col·laboració**

Tema 14:           Abans del partit  
Tema 15:           Durant el partit  
Tema 16:           Després del partit.  
Tema 12:           Situacions especials de la Ubicació  
Tema 13:           T.I.A. (Tècnica Individual Arbitral)

## Part I. Introducció a la tècnica de l'arbitratge.

### Tema 1: Principis de la tècnica d'arbitratge

- 1.1. Filosofia de la tècnica d'arbitratge
- 1.2. La tècnica de l'arbitratge com a sistema de treball
  - 1.2.1. S'ha de conèixer
  - 1.2.2. S'ha de practicar
  - 1.2.3. Augmentar la seguretat
  - 1.2.4. Augmentar l'eficàcia
  - 1.2.5. Augmentar la concentració
- 1.3. Parts de la tècnica de l'arbitratge
  - 1.3.1. Principis generals
    - 1.3.1.1. Boxing
    - 1.3.1.2. Constant moviment diferent a córrer constant
    - 1.3.1.3. Buscar espais
      - 1.3.1.3.1. Penetrar
      - 1.3.1.3.2. Trencar
  - 1.3.2. Mecànica
  - 1.3.3. Ubicació
  - 1.3.4. Col·laboració

## Part II. La Mecànica

### Tema 2: Senyalització

- 2.1. Importància dels senyals
  - 2.1.1. Senyals oficials
  - 2.1.2. Venda d'imatge
  - 2.1.3. Canal de comunicació
- 2.2. Característiques de la senyalització
  - 2.2.1. Volum (Amplitud)
  - 2.2.2. Swing
  - 2.2.3. Ritme

### Tema 3: Ús del xiulet

- 3.1. Modulació (Violacions - Faltes)
  - 3.1.1. Nítid
  - 3.1.2. Fort
  - 3.1.3. Sec

## **Tema 4: Senyals de violacions i la seva cronologia.**

- 4.1. Violació**
  - 4.1.1. Aturada del rellotge
  - 4.1.2. Tipus de violació
  - 4.1.3. Direcció de la pilota
- 4.2. Avançar amb la pilota**
- 4.3. Doble regat**
- 4.4. Camp enrera**
- 4.5. Fora de banda**
- 4.6. Violacions de 3"**
- 4.7. Violacions de 5"**
- 4.8. Violacions de 8"**
- 4.9. Violacions de 24"**
- 4.10. Nou compte de 24"**
- 4.11. Salt entre dos**
- 4.12. Interposició ofensiva i defensiva**
- 4.13. Violacions en els tirs lliures**

## **Tema 5: Senyals administratives.**

- 5.1. Posada en marxa del rellotge**
- 5.2. Temps mort enregistrat**
- 5.3. Substitucions**
- 5.4. Cistella: 1 punt, 2 punts**
- 5.5. Intent de 3 punts**
- 5.6. Cistella de 3 punts**
- 5.7. Anul·lar puntuació**
- 5.8. Cistella no aconseguida en un tir lliure**
- 5.9. Indicació per a fer entrar un jugador a la pista**
- 5.10. Final del partit**

## **Tema 6: Senyals de faltes i la seva cronologia.**

- 6.1. Falta personal**
  - 6.1.1. Aturada del rellotge
  - 6.1.2. Banda o fons
  - 6.1.3. Tirs lliures
- 6.2. Falta antiesportiva**
- 6.3. Falta doble**
- 6.4. Falta desqualificant**
- 6.5. Falta tècnica**



## Tema 7: Tipus de faltes personals.

- 7.1. **Concepte avantatge - desavantatge (No senyal)**
- 7.2. **Empentar**
- 7.3. **Bloquejar**
- 7.4. **Agafar**
- 7.5. **Carregar**
- 7.6. **Falta d'un equip amb control de la pilota**
- 7.7. **Ús il·legal de les mans**
- 7.8. **Cop de colze**

## Tema 8: Cronologia de senyalització

- 8.1. **Falta**
  - 8.1.1. Aturada del rellotge (puny amunt)
  - 8.1.2. Contacte visual amb el jugador
  - 8.1.3. Si no indicar-ho al jugador
  - 8.1.4. Si és falta personal indicar amb la mà
  - 8.1.5. Contacte visual amb el company
  - 8.1.6. Anar cap a la taula ("Trote cochiner")
  - 8.1.7. Aturar-se i senyalar
    - 8.1.7.1. Validesa o no de la cistella
    - 8.1.7.2. Número del jugador infractor
    - 8.1.7.3. Tipus de falta
    - 8.1.7.4. Penalització
- 8.2. **Falta de l'equip amb control de la pilota:**
  - 8.2.1. Aturada del rellotge (puny)
  - 8.2.2. Tipus de falta. Contacte visual amb el jugador
    - 8.2.2.1. Càrrega
    - 8.2.2.2. Bloqueig
  - 8.2.3. Senyal de control de la pilota
  - 8.2.4. Contacte visual amb el company
  - 8.2.5. Anar cap a la taula ("Trote cochiner")
  - 8.2.6. Aturar-se i senyalar
    - 8.2.6.1. Número del jugador infractor
    - 8.2.6.2. Tipus de falta
    - 8.2.6.3. Senyal de falta d'equip amb control de pilota indicant la direcció de la jugada
- 8.3. **Falta doble**
  - 8.3.1. Aturada del rellotge (puny)
  - 8.3.2. Senyal de falta doble (Contacte visual amb el jugadors)
  - 8.3.3. Anar cap a la taula ("Trote cochiner")
  - 8.3.4. Si no indicar-ho al jugador

- 8.3.5. **Aturar-se i senyalar:**
  - 8.3.5.1. Indicar la banqueta local
  - 8.3.5.2. Número del jugador infractor
  - 8.3.5.3. Tipus de falta
  - 8.3.5.4. Indicar la banqueta visitant
  - 8.3.5.5. Número del jugador infractor
  - 8.3.5.6. Tipus de falta
  - 8.3.5.7. Senyal de salt entre dos

## **Part III. Ubicació**

### **Tema 9: Posicions i responsabilitats**

- 9.1. **Divisió de responsabilitats (6 rectangles)**
- 9.2. **Àrbitre de cua**
  - 9.2.1. Posició, responsabilitat i zones d'influència
  - 9.2.2. Principis generals
  - 9.2.3. Consells: Peus mirant la cistella
- 9.3. **Àrbitre de cap**
  - 9.3.1. Posició, responsabilitats i zones d'influència
  - 9.3.2. Principis generals
  - 9.3.3. Consell: peus mirant la cistella
- 9.4. **Posició d'ambdós àrbitres. Agafar profunditat**
- 9.5. **Competència arbitral**

### **Tema 10: Salt entre dos**

- 10.1. **Situació d'àrbitres i jugadors**
- 10.2. **Àrbitre lliure: Palmell obert, direcció de la pilota**
- 10.3. **Àrbitre actiu:**
  - 10.3.1. Contacte visual amb el company
  - 10.3.2. Xiulet fora de la boca
  - 10.3.3. Pilota amunt i entrada dins el cercle
  - 10.3.4. Un o dos bots davant del jugadors
  - 10.3.5. Llançament cap a l'aire

### **Tema 11: Administració dels tirs lliures.**

- 11.1. **Àrbitre actiu:**
  - 11.1.1. Entrar per la línia de fons
  - 11.1.2. Donar dos bots, indicar el número de tirs lliures sota l'anella
  - 11.1.3. Indicar el número de tirs lliures a la taula
  - 11.1.4. Lliurar i passar la pilota al jugador
  - 11.1.5. Indicar a la taula la validesa o no de la cistella
- 11.2. **Àrbitre lliure:**
  - 11.2.1. Senyals de tirs

## **Tema 12: Situacions especials de la ubicació.**

- 12.1. Defensa pressionant (saltar línia imaginària)
- 12.2. Pressió en una sacada de banda
- 12.3. Pressió en una sacada de banda del mig camp: pilota a la banda oposada a la taula d'oficials
- 12.4. Durant els temps morts enregistrats
- 12.5. Sacada de banda o de fons

## **Tema 13: T.I.A. (Tècnica individual arbitral)**

- 13.1. Crear hàbit, mecanitzar la tècnica
- 13.2. Necessitat de veure
- 13.3. Lluitar per una millor posició
- 13.4. Posició bàsica: semi-flexió, finestra arbitral i visualitzant l'anella.
- 13.5. Àrbitre de cua: 3-4 metres darrera l'últim jugador
- 13.6. Desplaçaments
  - 13.6.1. Àrbitre de cap
  - 13.6.2. Àrbitre de cua
  - 13.6.3. Contraatac (no córrer d'esquena)
  - 13.6.4. Pressió

## **Part IV. Col·laboració**

### **Tema 14: Abans del partit**

- 14.1. Concentració pre-partit
- 14.2. Arribada al camp - vestidor
- 14.3. Xerrada pre-partit.
  - 14.3.1. Repartiment de competències
  - 14.3.2. Normes particulars
  - 14.3.3. Recordar regles
  - 14.3.4. Comunicació inter-personal
- 14.4. Xerrada. Escalfament
- 14.5. Els auxiliars de taula.

### **Tema 15: Durant el partit**

- 15.1. Contacte visual entre els àrbitres.
- 15.2. Constant moviment.

### **Tema 16: Després del partit**

- 16.1. Xerrada post-partit. Anàlisi individual del partit.
- 16.2. Correcció d'errors.