



PRAVILNIK O PREIZKUSIH FIZIČNE, TEORETIČNE PRIPRAVLJENOSTI TER ZDRAVSTVENIH PREGLEDIH SODNIKOV

I. SPLOŠNE DOLOČBE

1. člen

Ta pravilnik ureja načine, vrste, prage uspešnosti ter morebitne posledice neuspešnega oziroma neuspešnih opravljanj preizkusov telesne pripravljenosti, preizkusov iz poznavanja pravil nogometne igre (v nadaljevanju besedila »PNI«) ter zdravstvenih pregledih sodnikov.

V skladu z 28. členom Statuta pravilnik sprejema UO Zveze nogometnih sodnikov Slovenije (v nadaljevanju besedila »ZNSS«).

2. člen

Pravilnik se nanaša na vse sodnike, ki so istočasno uvrščeni na A listo in listo Video pomočnikov sodnika (VAR), pomočnike sodnika, ki so istočasno uvrščeni na A-1 listo in listo Pomočnikov video pomočnika sodnika (AVAR), sodnike, ki se nahajajo v programu mentorjev in talentov ter kandidate za vključitev v program, sodnice, ki so uvrščene na SŽNL A listo in pomočnice sodnice, ki so uvrščene na SŽNL A-1 listo oziroma na vse preostale, ki so v danem trenutku vključeni v strokovno izobraževanje pod okriljem Zveze nogometnih sodnikov Slovenije (v nadaljevanju besedila »Sodnik/-i«).

Za sodnike, ki niso uvrščeni na A in A1 listo sodnikov, so pa uvrščeni na listo Video pomočnikov sodnika (VAR) ali na listo Pomočnikov video pomočnikov sodnika (AVAR), se pravilnik nanaša le v delu opravljanja preizkusa teoretične pripravljenosti, ne pa tudi v delu preizkusov fizične pripravljenosti in zdravstvenih pregledov.

II. PREIZKUS FIZIČNE PRIPRAVLJENOSTI

3. člen

(številčnost preizkusov)

ZNSS praviloma za vse omenjene sodnike v 2. členu najmanj trikrat letno organizira preizkus fizične pripravljenosti.

Za sodnike, ki niso uvrščeni na A in A1 listo sodnikov, so pa uvrščeni na listo Video pomočnikov sodnika (VAR) ali na listo Pomočnikov video pomočnikov sodnika (AVAR) se preizkus fizične pripravljenosti ne organizira.

4. člen

(odsotnost na preizkusu)

Za sodnika, ki se iz opravičljivih razlogov ni udeležil opravljanja preizkusa iz fizične pripravljenosti oziroma za sodnika, ki v svojem prvem preizkusu ni uspešno opravil preizkusa fizične pripravljenosti v celoti, ZNSS praviloma upošteva priporočilo UEFA, da se ponoven preizkus fizične pripravljenosti izvede ne prej, kot po štirih tednih in ne kasneje, kot po šestih tednih.

Za sodnika, ki se opravljanja preizkusa ni udeležil iz neopravičljivih razlogov, se domneva, da na preizkusu telesne pripravljenosti ni bil uspešen.

Sodnik mora svojo odsotnost pisno opravičiti takoj, ko je to, glede na razlog odsotnosti, mogoče. Odsotnost mora opravičiti s kvalificiranim potrdilom, ko je razlogu odsotnosti to primerno (npr. bolezen, poškodba, službena pot, izpit na fakulteti in v drugih podobnih primerih).

5. člen

(posledice odsotnosti oziroma neuspešnosti na preizkusu)

Sodnika, ki je pri opravljanju preizkusa iz fizične pripravljenosti odsoten ali neuspešen, ZNSS ne delegira več na tekme v okviru tekmovanj Nogometne zveze Slovenije, dokler preizkusa fizične pripravljenosti ne opravi v celoti.

V kolikor je posamezen sodnik neuspešen (ne pa upravičeno odsoten) pri dveh zaporednih preizkusih fizične pripravljenosti, ga ZNSS v tekočem letu ne delegira več na tekme sodnikovega najvišjega nivoja, četudi preizkus kasneje v letu opravi, lahko pa je delegiran na tekme nižjih nivojev.

Ta sodnik je lahko v naslednjem letu uvrščen na ustrezno listo sodnikov oziroma skupino sodnikov, vendar lahko vsaj v prvem delu leta kot najvišji rang sodi tekme, ki so rang nižje od tistega, ki jih je sodil v predhodnem letu.

6. člen

(nadzor nad izvedbo testiranj)

Za nadzor nad izvedbo preizkusa telesne pripravljenosti je zadolžen vodja za fizično pripravo v sodelovanju s strani ZNSS imenovane komisije.

V imenu komisije njen predsednik po vsakem posameznem preizkusu fizične pripravljenosti sestavi zapisnik v roku osmih dni od opravljenega preizkusa in ga pošlje sodniškemu oddelku.

7. člen

(vrste preizkusov)

Posamezen preizkus fizične pripravljenosti je lahko glede na odločitev imenovanega strokovnjaka za fizično pripravo izveden v obliki fizičnega testa, ki ga na smernice ustrezne fiz. pripravljenosti predlaga UEFA, ali v obliki »uradnega FIFA fitnes testa«.

Strokovnjak za fizično pripravo v sodelovanju s komisijo za sodniške zadeve lahko spreminja prag uspešnosti posameznega preizkusa telesne pripravljenosti in v sodelovanju s sodniškim oddelkom o vsaki spremembi praga uspešnosti pisno obvesti sodnike.

Velja, da je sodnik uspešno opravil preizkus fizične pripravljenosti, če je pri vseh posameznih delih testa (test hitrosti, test vzdržljivosti) zadostil spodaj navedenim zahtevam oziroma tistim, ki jih pred posameznim preizkusom določi strokovnjak za fizično pripravo.

V kolikor je sodnik že pri enem izmed posameznih delov preizkusa neuspešen velja, da preizkusa fizične pripravljenosti ni uspešno opravil.

8. člen

(preverjanje deleža telesne maščobe ter zunanji videz sodnika)

Strokovnjak za fizično pripravo, upoštevajoč rezultate preizkusa fizične pripravljenosti, meritev telesne sestave v povezavi z zunanjim videzom sodnika, poda končno oceno o ustreznosti sodnikove telesne pripravljenosti, ki je lahko odlična, zelo dobra, dobra, zadostna, nezadostna.

Če se ugotovi višji delež telesne maščobe od dovoljene (sodniki 15%, pomočniki sodnika 17%), se sodnika ne glede na rezultate preizkusa fizične pripravljenosti, do odprave viška telesne maščobe ne sme odrejati na tekme pod okriljem NZS.

Sodnike se pozove na ponovno merjenje v roku šestih tednov, a ne prej kot po štirih tednih.

V kolikor telesna sestava sodnika tudi na ponovnem merjenju ni v skladu z določili tega pravilnika, ga ZNSS do dogovorjenega nivoja ne delegira več na tekme pod okriljem NZS.

Enak postopek ugotavljanja telesne sestave in morebitne posledice veljajo tudi za sodnike, ki jih ZNSS pokliče na merjenje telesne sestave izven terminov, ki so določeni za opravljanje fizične pripravljenosti in ob katerih se vzporedno preveri sodnikova telesna sestava.

9.a člen

(sprinti, SDS za sodnike)

Sprinti

- 6x 40m; sodniki **6,0"** / sodnice **6,4"**;

Single – Double – Single (SDS)

SDS prekinitveni test (natančnejši prikaz z opisom in skico je priloga tega pravilnika)

- testiranci tečejo ob zvokovni spremljavi;
- test poteka v izmenjavi intenzivnega teka in počitka
- test poteka v treh serijah, vsaka serija je sestavljena iz petih ponovitev
- vsak start se izvede tako, da je stopalo prednje noge na startni črti, ob spremembi smeri teka na polovici drugega intervala mora testiranec teči okrog stožca oz. vertikalne palice;

9. b člen

(FIFA fitnes test za sodnike)

Sprinti

- 6x 40m; sodniki **6,0"** / sodnice **6,4"**,

V kolikor sodnik pade oziroma mu spodrsne lahko sprint ponovi.

V kolikor sodnik enkrat ne uspe s sprintom znotraj dovoljenega časa, ga po opravljenem šestem poizkusu ponavlja.

Če je sodnik dvakrat neuspešen (ne uspe s sprintom znotraj dovoljenega časa), preizkusa telesne pripravljenosti ni uspešno opravil.

Intervalni test

- sodniki morajo preteči 75 m v 15", nato imajo 18" hoje za 25 m, ob naslednjem znaku morajo zopet preteči 75 m v 15", nato spet 18" za 25 m hoje. Minimalno število pretečenih intervalov je 40;

- sodnice morajo preteči 75 m v 18", nato imajo 20" hoje za 25 m, ob naslednjem znaku morajo zopet preteči 75 m v 18", nato spet 20" za 25 m hoje. Minimalno število pretečenih intervalov je 40;

Sodnik ne sme pričeti s tekom od startne točke – črte, preden za to ne dobi znaka (zvočni signal).

Sodnik mora najkasneje ob znaku že priteči v cono hoje. V kolikor zamudi, se ga prvič opozori, naslednjič pa izključi in v tem primeru velja, da sodnik preizkusa fizične pripravljenosti ni uspešno opravil.

9. c člen

(CODA, sprinti, ARIET za pomočnike sodnika)

CODA (test agilnosti)

- start se izvede tako, da je stopalo prednje noge največ pol metra oddaljeno od startne črte;

- testiranec teče v sprintu 10m, nato v bočnem gibanju 8m, nazaj v bočnem gibanju 8m ter nato spet 10m v sprintu skozi start/cilj (natančnejši prikaz je priloga tega pravilnika);

- opravljajo dve ponovitvi (10")

- v primeru, da testiranec dvakrat preseže časovno limito, se šteje, da testa ni opravil

Sprinti

- 5x 30m; pomočniki 4,70" / pomočnice 5,10";

ARIET

ARIET prekinitveni test (natančnejši prikaz z opisom in skico je priloga tega pravilnika)

- testiranci tečejo ob zvokovni spremljavi;

- test ARIET testiranci tečejo izmenjaje tek naravnost (20m) in bočno (12,5m) s povečevanjem hitrosti. Po vsaki ponovitvi hitrega teka oz. bočnega gibanja sledi pet sekund odmora (hoja 2,5+2,5m);

- vsak start se izvede tako, da je stopalo prednje noge na startni črti, ob spremembi smeri teka na polovici intervala mora testiranec z nogo stopiti na črto;

9. d člen

(FIFA fitnes test za pomočnike sodnika)

Šprinti

- 5x 30m; pomočniki **4,7"** / pomočnice **5,10"**

V kolikor sodnik pade oziroma mu spodrsne lahko sprint ponovi.

V kolikor sodnik enkrat ne uspe s sprintom znotraj dovoljenega časa, ga po opravljenem petem poizkusu ponavlja.

Če sodnik dvakrat ne uspe s šprintom znotraj dovoljenega časa velja, da sodnik preizkusa fizične pripravljenosti ni uspešno opravil.

Intervalni test

- sodniki morajo preteči 75 m v 15", nato imajo 20" hoje za 25 m, ob naslednjem znaku morajo zopet preteči 75 m v 15", nato spet 20" za 25 m hoje. Minimalno število pretečenih intervalov je 40;

- sodnice morajo preteči 75 m v 18", nato imajo 22" hoje za 25 m, ob naslednjem znaku morajo zopet preteči 75 m v 18", nato spet 22" za 25 m hoje. Minimalno število pretečenih intervalov je 40;

Sodnik ne sme pričeti s tekom od startne točke – črte, preden za to ne dobi znaka (zvočni signal).

Sodnik mora najkasneje ob znaku že priteči v cono hoje. V kolikor zamudi, se ga prvič opozori, naslednjič pa izključi in v tem primeru velja, da sodnik preizkusa fizične pripravljenosti ni uspešno opravil.

III. PREIZKUS TEORETIČNE PRIPRAVLJENOSTI

10. člen

(način preizkusa)

Komisija najmanj enkrat letno pripravi 20 vprašanj iz PNI, v okviru katerih se preveri teoretična pripravljenost sodnikov.

Možni so štirje odgovori v obliki a ,b, c, d, od katerih je le eden v celoti pravilen.

Praviloma se preizkus opravlja elektronsko z uporabo prenosnih računalnikov oziroma v drugi primerni obliki (npr. tablica,...).

Sodniki imajo za odgovor na vsako posamezno vprašanje na voljo praviloma minuto časa. Komisija lahko največji dovoljeni čas za reševanje posameznega dogovora tudi podaljša.

Popravki odgovorov niso dovoljeni. Komisija posamezen odgovor oceni z:

- 1 točko za povsem pravilen odgovor.

- 0 točk za nepravilen odgovor.

11. člen

(merila uspešnosti)

Kandidatovo znanje iz pravil igre se oceni kot:

- uspešno, kolikor je pravilno odgovoril na najmanj 15 vprašanj;

- neuspešno, če je pravilno odgovoril na največ 14 vprašanj;

Šteje se, da je sodnik opravil test iz poznavanja pravil nogometne igre in je lahko delegiran na tekme pod okriljem NZS, kolikor je dosegel najmanj 15 točk oz pravilno odgovoril na najmanj 75% vprašanj. Komisija lahko prag za uspešno opravljen preizkus tudi poostri ter zahteva višji delež in število pravih odgovorov.

Število doseženih točk posameznikov se vzporedno z drugimi rezultati ustrezno upoštevajo pri rangiranju in delegiranju sodnikov.

Kolikor se posameznikovo znanje oceni kot neuspešno glede na merilo uspešnosti ga ZNSS na njegove stroške pozove na ponovni preizkus teoretične pripravljenosti.

Ponovnega preizkusa se lahko udeleži tudi sodnik, ki s svojim rezultatom na prvotnem preizkusu ni bil zadovoljen, čeprav ga je uspešno opravil.

12. člen

(posledice neuspešnosti)

Sodniki, ki so bili v svojem prvem preizkusu znanja iz PNI neuspešni, do uspešne oprave testa ne smejo biti odrejeni na tekme pod okriljem NZS.

IV. ZDRAVSTVENI PREGLEDI IN EVIDENCA

13. člen

ZNSS preko zdravstvenega pregleda preventivno ugotavlja posameznikovo zmožnost za opravljanje sodniškega dela glede na dejavnike tveganja. Usmerjeni zdravstveni pregled vsebuje preiskave glede ocenjenih tveganj posameznika ter zajema vrsto preiskav v skladu z vsakokratnimi priporočili medicinske stroke.

O vsakem posameznem sodniku se mora voditi zdravstvena evidenca z vsemi podatki o zdravstvenih pregledih, oceni sposobnosti in drugimi podatki.

Vpogled v te podatke je dovoljen le članom komisije za sodniške zadeve.

Za sodnika, ki mu iz zdravstvenih razlogov ni dovoljeno opravljati funkcije sodnika, člani komisije ne smejo navajati razlogov še zlasti, če bi njihovo razkritje lahko prizadelo sodnikovo osebno nedotakljivost.

Za sodnike, ki niso uvrščeni na A in A1 listo sodnikov, so pa uvrščeni na listo Video pomočnikov sodnika (VAR) ali na listo Pomočnikov video pomočnikov sodnika (AVAR) se zdravstveni pregled ne zahteva.

14. člen

Naloge komisije so:

- da zahteva od sodnikov ustrezna zdravniška spričevala v vsakem posameznem koledarskem letu;
- da oceni sposobnosti posameznih sodnikov za sojenje;
- da po potrebi nudi ustrezno zdravstveno pomoč sodnikom;
- da nudi sodnikom potrebne zdravstvene nasvete;
- da po potrebi organizira predavanja s področja športne medicine;
- da opravlja druga dela za ohranitev zdravja in povečanje psihofizične pripravljenosti sodnikov;

15. člen

KONČNE DOLOČBE

Ta pravilnik, skupaj z opisi preizkusov in skicama preizkusov za telesno pripravljenost sodnikov velja od dne 06.09.2021, ko ga je sprejel UO ZNSS.

Predsednik ZNSS

David Mcdowell Zor l.r.