



CONSELHO DE  
**ARBITRAGEM**

ÉPOCA 2019/2020



# *PLANO de ATIVIDADES*

*Futebol, Futsal e Futebol Praia*



# FUTEBOL



setembro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
6 Oeiras	Formação e Avaliação	Receção e Abertura da ARA	21h30	Árbitros C3A, CF e AA's
7 e 8 Oeiras		Formação Teste Físico Teste Leis Jogo Teste Inglês	8h30 às 19h	
14		Testes Escritos e Teste Físico	08h30 às 12h30	Árbitros C3B1 e C4A
			14h às 18h	Árbitros C3B2 e C4F
		Testes Escritos	11h	Árbitros C3C, C4B e C4C
			14h	Árbitros C5A, C5B e CJ's
Formação - Futebol de Sete		15h30	Árbitros C5 e CJ's	
15		Formação	9h	Observadores
		Teste escrito	11h30	
		Observação de Jogo e Relatório	15h	
17	Avaliação	Teste Físico	19h	Árbitros C3C, C4B e C4C
19				Árbitros C5A e C5B
24				Árbitros CJ's
25		Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores

outubro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
8	Curso	Abertura do Curso Candidatos a Árbitros	21h	Candidatos
16	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
18	Formação	Sessão do CA	21h30	
30	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	



**novembro 2019**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
5	Curso	Abertura do Curso Candidatos Observadores	21h	Candidatos
6	Avaliação	Técnicas de Observação	20h30	Observadores
		Teste Escrito		
11		Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
13		Testes Escritos	21h	Árbitros C3A, C3B1, CF, C4A e AA's
18		Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
20		Testes Escritos	21h	Árbitros C3B2, C3C, C4B, C4C, C5 e CJ's

**dezembro 2019**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
4	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
18				
28		Testes Escritos	09h	Árbitros C3A, C3B1, CF, C4A e AA's
			15h	Árbitros C3B2, C3C, C4B, C4C, C5 e CJ's

**janeiro 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
8	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
11		Teste Escrito	11h	Observadores
		Observação de Jogo e Relatório	15h	
17	Formação	Sessão do CA	21h30	Árbitros, AA's e Observadores
22	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	
25		Teste Físico	08h30	Árbitros C3A, C3B1, CF, C4A e AA's
		Testes Escritos	11h	
		Testes Escritos	14h30	Árbitros C3B2, C3C, C4B, C4C, C5 e CJ's
Teste Físico	17h			

**fevereiro 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
5	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
19				



março 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
4	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
18				

abril 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
1	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
4		Técnicas de Observação	10h	Observadores
8		Teste Escrito		
11		Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
		Teste Físico	08h30	Árbitros C3A, CF e AA's
		Testes Escritos	11h	

maio 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
6	Avaliação	Teste Online	21h às 22h	Árbitros, AA's e Observadores
9		Teste Físico	08h30	Árbitros C3B1, C3C, C4B e C4A
		Testes Escritos	11h	
		Testes Escritos	14h30	Árbitros C3B2, C5 e CJ's
Teste Físico	17h			

junho 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
21	Encerramento	Festa de Encerramento Atividades	12h	Agentes de Arbitragem



# FUTSAL



# Plano de Atividades

## Futebol, Futsal e Futebol Praia



### setembro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
6	Oeiras	Receção e Abertura da ARA	21h30	Árbitros C3A
7 e 8		Formação Teste Físico – Completo Teste Leis Jogo Teste Inglês Video Teste	8h30 às 19h	
14		Formação Video Teste Teste Leis Jogo Teste Inglês	14h30 às 18h	
17	Avaliação	Teste Físico – Resistência	22h	Árbitros C3B, C4, C5 e CJ
24	Formação CAV	Diretrizes Observadores / Alterações	20h	Árbitros, Cronometristas e Observadores
27	Avaliação	Teste Prático - Observação via TV	20h45	Observadores

### outubro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
6	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores
12	Curso	Abertura do Curso Candidatos a Árbitros, Cronometristas e Observadores	10h	Candidatos
15	Formação CAV	Análise Teste Prático	22h	Observadores
19	Avaliação	Teste Prático - Observação em Pavilhão	15h	
20		Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores
22		Teste Físico – Completo Teste Físico – Resistência	22h	Árbitros C3B Árbitros C3A
29		Teste Físico – Completo		Árbitros C4, C5 e CJ
	Formação CAV	Análise Teste Prático		Observadores



# Plano de Atividades

## Futebol, Futsal e Futebol Praia



### novembro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
5	Formação CAT	Sessão CAT	20h	Árbitros, Cronometristas e Observadores
10	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	
19	Formação CAT	Sessão CAT	20h	
24	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	

### dezembro 2019

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
10	Avaliação	Teste Leis Jogo e Video Teste	20h	Cronometristas e Árbitros C4, C5 e CJ
			21h	Árbitros C3A, C3B e Observadores
		Teste Físico – Resistência	22h	Árbitros C3A, C3B, C4, C5 e CJ
21	Exame Final	Curso de Candidatos a Árbitros, Cronometristas e Observadores	10h	Candidatos

### janeiro 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
12	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores
14	Formação CAV	Análise Relatórios Técnicos	22h	Observadores
21	Formação CAT	Sessão CAT	20h	Árbitros, Cronometristas e Observadores
26	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	

### fevereiro 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
9	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores
16				
18	Formação CAT	Sessão CAT	20h	



# Plano de Atividades

## Futebol, Futsal e Futebol Praia



### março 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
10	Avaliação	Teste Leis Jogo e Video Teste	20h	Árbitros C4, C5, CJ e Cronometristas
			21h	Árbitros C3A, C3B e Observadores
		Teste Físico – Resistência	22h	Árbitros C3A, C3B, C4, C5 e CJ
29		Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores

### abril 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
14	Avaliação	Teste Físico – Completo	22h	Árbitros C3A e C3B
19		Teste Online	21h às 21h15	Árbitros, Cronometristas e Observadores
21		Teste Físico – Completo	22h	Árbitros C4, C5 e CJ

### junho 2020

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
21	Encerramento	Festa de Encerramento Atividades	12h	Agentes de Arbitragem



# FUTEBOL PRAIA



**outubro 2019**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
12	Curso	Abertura do Curso de Candidatos Árbitros e Cronometristas	10h	Candidatos

**dezembro 2019**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
21	Exame Final	Curso de Candidatos a Árbitros e Cronometristas	10h	Candidatos

**janeiro 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
19	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	Árbitros C3A
28		Teste Leis Jogo	22h	

**março 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
1	Avaliação	Teste Online	21h às 21h15	Árbitros C3A
22				

**abril 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
2	Formação CAT	Reciclagem	20h	Árbitros C3A, C3B e Cronometristas
	Avaliação	Teste Leis Jogo	22h	
18		Provas Físicas	10h30	Árbitros C3A

**junho 2020**

Dia	Ação	Atividade	Horário	Destinatários
21	Encerramento	Festa de Encerramento Atividades	12h	Agentes de Arbitragem