

## Référent, une nécessité



### 5. Qualités développées en arbitrant

#### **Endurance**

L'arbitre court pour se placer et bien voir les actions. Il est souvent en mouvement pour suivre le jeu. Un entraînement physique régulier est nécessaire. Arbitre = Sportif.

#### **Réflexion**

Il anticipe le développement des actions et les conflits, essaye de comprendre les joueurs, gère leurs comportements. Il assure le développement du jeu et la protection des joueurs.

#### **Technicité**

Il adapte ses placements, ses gestes et ses coups de sifflet au match.

#### **Vitesse d'exécution**

Il n'a que quelques instants pour prendre ses décisions. En moyenne 300 décisions / match et seulement 4% d'erreur en moyenne.

#### **Concentration**

Il est concerné par toutes les actions, contrairement aux joueurs qui interviennent sur-tout dans leur zone d'influence (gardien, attaquant de pointe...)

Lors des situations de hors-jeu par exemple, il ne dispose que de sa perception sur l'instant, sans ralenti.

## Référent, une nécessité



#### **Sang-froid**

Il reste calme et tranquille sous la pression. Il doit garder toute sa lucidité pendant le match.

#### **Courage**

Parfois, il doit prendre une décision qui influe sur le score final du match et doit faire face aux critiques des joueurs ou spectateurs (souvent infondées).

#### **Psychologie**

Etre psychologue en arbitrage, c'est avoir la faculté [le souci] de comprendre les idées, les sentiments, les intentions, les agissements des autres afin de mieux anticiper, de mieux se faire comprendre. C'est percevoir les phénomènes afin de mieux les contrôler, c'est adapter son comportement.

#### **Qualités relationnelles**

La qualité de l'arbitrage repose sur la valeur humaine de l'arbitre, sa capacité à s'intégrer au jeu, son intérêt pour un football attrayant et un sport convivial.

#### **Communication**

Le dialogue entre l'arbitre et les capitaines, ou parfois joueurs des deux équipes, est primordial sur un terrain. La maîtrise de toutes les formes de communication (verbale, non-verbale...) confèrera à l'arbitre un sentiment de plénitude dans sa fonction.