TECHNIQUES et RAPPELS UTILES de la CRA

Numéro 108 / Jeudi 18 Octobre 2018

ALERTE CRA - ENFREINDRE AVEC PERSISTANCE

Plusieurs observateurs signalent des oublis disciplinaires lors d'infractions répétées aux lois commises par un même joueur.

Un match ne se réduit pas à une succession de situations indépendantes. La comptabilité des duels, infractions, conflits mérite d'être tenue, car elle permet d'être juste, de contenir les récidivistes et d'anticiper les problèmes.

Un joueur « pollueur », qui commet des fautes, provoque, conteste, doit être identifié, maîtrisé et sanctionné à temps.

S'il reste impuni, cela constitue non seulement une injustice mais aussi un risque pour le match.

CONNAISSANCE DE SOI - L'EFT

La technique de libération émotionnelle (Emotionnal Freedom Technique) apparaît intéressante pour gérer seul(e) le stress d'avant et d'après compétition, et la fatigue.

Elle consiste à tapoter du bout des doigts les points d'entrée des méridiens d'acupuncture en écoutant ses émotions et ses ressentis et en répétant une phrase positive en lien avec le problème traité.

Des manuels et des vidéos explicatives se trouvent facilement.

La simplicité de la méthode la rend accessible à tous dans le cadre de son développement personnel.

Sa version thérapeutique nécessite par contre de consulter un médecin ou un psychologue.

CONNAISSANCE DES LOIS - REBUS

Solution : Le carton blanc ne s'applique pas en Coupe de France à partir du 3ème tour.

CONNAISSANCE DU JEU - APRES UN BUT MARQUE

Immédiatement après qu'une équipe a marqué un but, l'attention de l'arbitre doit se porter sur les zones problématiques, à savoir :

- les buts, où une querelle gardien

– attaquant pour la récupération du ballon est à prévoir quand le temps est compté à l'équipe qui vient de marquer

- l'assistant, si la défense lui a réclamé en vain une infraction de hors-jeu.

Par conséquent, l'arbitre restera quelques instants face aux buts, prêt à intervenir, avant d'indiquer le point central et de prendre note.

PROCES VERBAUX CRA

En cliquant sur le bouton vert ci dessous, vous retrouverez le dernier PV de la CRA;

PV CRA

AVOIR RAISON AVEC ... William Shakespeare

S'il était aussi facile de faire que de savoir ce qu'il faut faire, les chapelles seraient des églises et les chaumières des palais.

Le marchand de Venise