

PRONTUARIO PARA XUÍCES

ADSCRITOS AO CGAT

XUÍZ ÁRBITRO

Antes do Torneo:

A designación será través do Comité Galego de Árbitros de Tenis (CGAT), ademais os árbitros deberán cumprir a folla de dispoñibilidade (aplicar) que lles será remitida polo CGAT.

Unha vez feita a designación polo CGAT, como xa saberemos as datas e a localización, debemos contactar co director do torneo para coñecer n.º de pistas, estado e equipación, horarios, presenza de luz, cafetaría, vestiarios, bólas e unha serie de datos importantes que están reflectidos no MANUAL DE DEBERES Y PROCEDEMENTOS PARA XUÍCES DA ITF e O MANUAL DE DEBERES Y PROCEDEMENTOS PARA XUÍCES ADSCRITOS AO CGAT.

Unha vez aberta a inscrición, debemos revisar a diario estas: fixándonos en idades, licenzas, ranking, incidencias, disponibilidades horarias, inscrición completa, etc.

Cando se produza o peche de inscrición, NINGUNHA causa xustificará que entre un xogador agás os WC (xogadores invitados ao torneo por non se inscribir ou porque houbera un corte de ranking). Unha vez revisado que todas as inscricións son correctas é recomendable publicar a lista de aceptados e deixar polo menos unha marxe de 24 horas para corrixir posibles erros.

O sorteo debe ser realizado nunca antes da data e hora indicada e no lugar sinalado para facilitar a presenza de calquera implicado que xogue o torneo, aínda que tamén pode ser interesante gravalo en video.

Preferiblemente o sorteo deber ser realizado manualmente tendo a man o Regulamento Técnico da RFET en vigor ou/ o propio do circuito específico.

Actualmente moitos sorteos estase realizando en plataformas informáticas que levan consigo un sistema de xestión de torneos, onde o sorteo se realiza dando a un botón un n.º determinado veces e o sistema de forma aleatoria coloca os xogadores no cadro.

Respecto á orde de xogo debemos dedicarlle gran parte do noso tempo a confeccionalo, xa que é unha das claves dun bo torneo. É importante ter en conta as disponibilidades horarias e analizar as incidencias e ir cadrándoas segundo dispoñibilidade de pistas e incompatibilidade de horarios entre xogadores. Temos de axudar aos xogadores para o bo desenvolvemento do torneo e a atención ao club, aínda que non se debe aceptar calquera petición (hai cousas que son imposibles ou dificultan o noso traballo e o que é máis grave é que por favorecer un xogador poidamos prexudicar a outro) pero se ter man esquerda na programación deste.

Durante o Torneo:

Antes de nada temos de mentalizarnos para o traballo que debemos realizar, e recordar que aínda sendo a máxima autoridade, imos tratar con persoas.

Debemos preparar o torneo antes de chegar:

- imprimir 3 copias de cadros e orde de xogo (entrega ao director do torneo, taboleiro e para traballar).
- levar bo estoxo con bridas, metro, rotuladores fluorescentes, bolígrafos, lapis, goma, clips, celo, chatolas, grapadora...muchas veces o club non o proporciona. Non esquecer o noso ordenador portátil.

- confirmar co director do torneo que hai bólas abondo para todo o torneo.
- supervisar as pistas, luces.
- tener en conta a previsión do tempo.
- coñecer a persoa responsable de mantemento de pistas e club.
- contactar cos xuíces de cadeira e liña se os houber e avalialos.

A puntualidade é moi importante para ter todo feito e dar boa imaxe a director do torneo e xogadores. Como norma xeral é conveniente chegar unha hora antes de que empecen os partidos ás instalacións. Unha vez que se iniciaron os partidos é moi importante o control dos tempos de quentamento (máximo 5 min) e dos seguinte partidos combinándoo co traballo de oficina, pero estando accesible polas pistas, axudando nos problemas que se formulan ou aplicando o código de conduta para evitar que se produzan situacións que a tempo poden evitarse.

Sempre que sexa necesario falar con algún xogador, adestrador ou pai, habemos de ter a devandita conversación sempre de xeito privado na nosa oficina.

Nestes momentos o noso traballo fundamental é "ver partidos" e se por calquera motivo teñamos que ausentarnos debemos deixar a un xuíz adxunto titulado ao cargo e avisar o director do torneo.

É moi importante reflectir rapidamente os resultados xa que os xogadores o agradecen e tamén de cara a planificar posteriores ordes de xogo. Para poder xustificar un w.o. o xogador deberá presentar un certificado médico de lesión ou enfermidade ou algo que acredite non se presentou por unha causa de forza maior. Ser moi estritos coa petición e recepción destes documentos aínda sendo unha loita conseguilos moitas veces.

Despois do Torneo:

Unha vez concluídas as finais, é importante asistir á entrega de trofeos, onde normalmente o director do torneo agradece o noso labor.

Ocuparémonos de que os xuíces de cadeira cobren os seus honorarios xa sexa a través do club ou da FGTennis a través dunha folla de liquidación.

Imprimiremos os cadros, e a relación de wo e elaboraremos un informe do torneo para achegalo a estes e presentalos á maior brevidade posible á FGTennis ben por correo ordinario ou por correo electrónico ao correo fgtenis@gmail.com con copia ao comité de arbitraje (comite.arbitraje@fgtenis.net) que se encargará de remitilos á RFET.

Recordade que a liquidación de cadros debe ser realizada polo director do torneo, quen a debe facer chegar á FGTennis.



XUÍZ DE CADEIRA

As técnicas e procedementos das seguintes páxinas están baseados nas experiencias de xuíces de cadeira profesionais. Estas páxinas están feitas para servir como guía xeral, non para que incorpores todos os procedementos e técnicas exactamente como aquí se presentan. Non hai un patrón á hora de arbitrar, os mellores árbitros teñen as súas propias maneiras e estilos.

Unha das mellores maneiras de formar o teu propio estilo é sentarte preto da pista onde estea a traballar un xuíz de cadeira profesional e poñer moita atención a este, non ao partido (ser un xuíz de cadeira é un reto constante, e estes árbitros experimentados continúan aprendendo de cada partido que arbitran).

Fíxate onde mira, observa a súa técnica, e escoita o canto do marcador. Fíxate nos procedementos que son automáticos. Destas observacións formarás o teu propio estilo.

Nada do que fagas na cadeira debe fixar a atención en ti. Os mellores xuíces de cadeira controlan o partido de forma tranquila e sen facer notar a súa presenza.

Nunca teñas medo dos erros. Cando saibas que cometiches un erro, esqueceo. Pensar nos erros durante o partido te distraerá e levará a máis erros. Despois do partido, revisa os procedementos e aprende dos teus erros. Se tes algunha dúbida, non dubidades en preguntalas.

ANTES DO TORNEO:

Revisa as regras do tenis, o código e calquera regulamento que se vaia aplicar no torneo no que vaías traballar. Discute situacións inusuais e interpretacións de código con outros árbitros. Estas discusións axudaránche a entrar mentalmente no torneo.

Debes coñecer as regras, procedementos en pista e técnicas moi ben. Se non estás a expoñerte a un risco de cometer erros en pista que poden "danar" o partido e causarche desconfianza en ti mesmo/a.

Preparación mental:

Os xogadores prepáranse mentalmente para os partidos, e os xuíces tamén deberían. Pensar no próximo partido e nas decisións de pista axudaránche a tomar as decisións correctas rapidamente e previr problemas.

Para centrarte nos xogadores e o tenis, prepara a túa folla de arbitraje (anota os cambios de bólas, número de bólas...) e pensa rapidamente en posibles problemas que poidan xurdir. Mira o tempo (meteorolóxico) e condicións da pista. Haberá que controlar o público?

Podería axudarche pensar nos xogadores do teu partido. Son xogadores de saque e volea ou xogan máis de fondo? Trata de non te anticipar en quen gañará o partido, isto pode dar lugar a distraccións e pode influír nas túas decisións.

Preparación física:

Un partido pode durar moito tempo. Vai ao baño antes de entrar na pista. Asegúrate de que tes todo o que vas necesitar (lapis, cronómetro, moeda...). É recomendable que teñas o teu "kit" de arbitraje (ver lista), nel podes ter todo aquilo que a experiencia che diga que podes chegar a necesitar:

- ✓ Lapis (2 al menos)
- ✓ Goma de borrar
- ✓ Bolígrafo (2)
- ✓ Cronómetro (2)
- ✓ Metro
- ✓ Moeda

- ✓ Folla de Arbitraxe
- ✓ Regras do Tenis
- ✓ Gorra.
- ✓ Crema para o sol.
- ✓ Panos.
- ✓ Texoiras.
- ✓ Rotulador.
- ✓ Bidas.
- ✓ Bólas usadas (pedírlas ao JA).

Preparación da pista:

Chega sempre á pista antes que os xogadores e fai unha revisión previa:

- ✓ Asegúrate de que os paus de individuais están correctamente colocados (non te fíes das marcas pintadas na pista para poñer os paus. Moitas veces están incorrectamente colocados).
- ✓ Mide a rede.
- ✓ Move a cadeira do árbitro tan preto da pista como poidas. Deixa suficiente espazo para que os xogadores e recollebólas poidan pasar por diante.
- ✓ Coloca as cadeiras dos xuíces de liña en posición tal que o sol non os dea de fronte.
- ✓ Abre as bólas para o quentamento e para o primeiro cambio. (Asegúrate de que hai suficientes bólas para todo o partido). Dispón dalgunha bóla usada para calquera remplazamento.
- ✓ Comproba se hai toallas, bebidas, ...
- ✓ Asegúrate de que o sistema de son funciona e fíxate na posición de todos os micrófonos na pista (se é un partido nocturno, se as luces funcionan).

Todos estes preparativos pode que non sexan da túa responsabilidade, pero se hai algún problema os xogadores pedirán a ti explicacións. Dá unha volta rápida arredor da pista para ver que todo está en orde. Está a pista en condicións ou necesita ser varrida ou calquera outra cousa? Hai algunha bóla perdida dos adestramentos, toallas usadas, follas, lixo ou vasos arredor da pista? Se o hai quítaos do medio. Chequea as condicións

xerais da pista sobre todo se é pista de terra batida. Asegúrate de que non hai nada colgado dos postes ou da rede. Se o teu partido é en terra asegúrate de que non hai zonas encharcadas, se un xogador as descobre unha vez empece o quentamento, perderás credibilidade e control.

Cando os xogadores cheguen á pista leva te á rede para o breve mitin. Asegúrate de que ambos os dous xogadores (ou polo menos un de cada equipo de dobres) están aí para o mitin e o sorteo. Elixo o xogador que elixirá "cara ou cruz". Nunca preguntes quen quere elixir!

Cada decisión que tomes - cada situación á que te anticipes - axudarache a manter o control. Pola contra cada vez que os xogadores se decaten de algo no que ti non te fixases, perderás algo de control. Non fai falta que sexas un ditador ou abuses de autoridade, tal comportamento prexudicarache mesmo máis que o ser ou parecer inseguro durante o mitin.

Se hai algunha condición especial (tempo extra no quentamento, procedementos en pista de terra, cámaras...) cóntallelo tamén aos xogadores/ás e despois pregunta: " algunha dúbida? " Se hai algunha trata de responder seguro de ti mesmo/a.

Se se te ve seguro/a sen ser arrogante ou autoritario, terás conseguido o marco perfecto para empezar o partido.

Quentamento:

Podes ben dar as bólas aos recollebólas (se houbese) antes de falar cos xogadores ou lles dar a eles despois.

Pon en funcionamento o teu cronómetro no momento en que ambos os dous empezasen a contar (ás veces a primeira bóla non se pode xogar ou é ignorada por algún dos dous xogadores, non empeces a contar ata que ambos os dous xogadores golpeasen polo menos unha vez a pelota).

Mentres os xogadores quantan, completa o que che quede por encher da folla de arbitraje: quen gañou o sorteo, hora de comezo, quen serve,...

Podes facer isto ben sentado na cadeira ou de pé.

Unha vez estás na cadeira e tes a folla preparada, empeza a contar como os xogadores. Concéntrate e acostuma a vista. Segue a bóla e fai algúns cantos mentalmente. Toma contacto cos xuíces de liña (se os houbese) mediante unha mirada e failles un xesto de asentimento (estás a establecer un sentimento de equipo). Reláxate e pensa o que nun momento vas dicir.

Cando pasen 2 minutos anuncia "tres minutos" (como regra xeral cántase 3 minutos cando comezan a bater). Cando pase un minuto máis, anúnciase "dous minutos" (coincide normalmente co inicio do quentamento do saque). Podes facer a presentación do partido en calquera momento durante estes dous últimos minutos. Os xuíces de cadeira con experiencia tratan de rematar a presentación xusto antes de dicir "tempo", cando o quentamento rematou.

Normalmente, empezar a presentación despois de anunciar "un minuto" é suficiente tempo.

Trata de facer unha presentación simple e breve. Hai que tratar de dicir o máximo coas menos palabras posibles. Ex:

"Bos días, señoras e señores, este é un partido de terceira rolda do Open Cidade de Vigo ao mellor de 3 tie-break sets. Á dereita da cadeira de España, Marta Marrero (se hai espectadores, dálles un tempo para que aplaudan cada xogador). Á esquerda da cadeira de Alemaña, Steffi Graf (aplausos) Graf gañou o sorteo e elixiu servir. Tempo. Preparados para xogar".

A menos que así se indique non fai falta dicir o tipo de partido (partido individual masculino). Todo o mundo debe sabelo xa (Nalgúns países prefírese unha presentación moito máis detallada).

A maioría dos xogadores seguirán facendo algúns servizos despois de que ti cantes "tempo". Déixao facer uns saques e se o tempo empeza a ser demasiado, di "bólas á derecha(o esquerda) da cadeira". Se continúa dei "xoguedes". Esta é un recordatorio firme pero educado de dicir que hai que empezar a xogar. Non é o momento de insistir ou dar violacións de código.

Unha vez estean preparados para xogar anuncia (por exemplo) "Primeiro set, ao servizo Steffi Graf, listas, xoguen".



DURANTE O PARTIDO:

Non hai unha cousa na que debas concentrarte durante o partido. O máis importante de todo é non deixar de poñer atención a este. Cando un xogador perde a concentración perde o punto, de forma similar, cando a túa perdes a concentración empezas a perder o control do partido.

Intenta aparentar sempre seguridade. Se se che ve nervioso perderás o control... mesmo se estás facendo todo o demais ben.

Sempre pensa antes de dicir algo. Has de saber o que vas dicir antes de dicilo. Practica antes de saír á pista, como un actor, así as palabras te saíran soas. É particularmente bo practicar dando violacións de código para que cando chegue a ocasión poidas amoestar calmada e uniformemente. Ex:

"Violación do Código, abuso de raqueta, advertencia Marrero" non che pares mentres o dis, se fas unha pausa parecerá que non estás seguro do que estás a facer.

O xogo comezou, cales son as túas responsabilidades? Todas. Se a luz se apaga será a túa culpa, se empeza a chover os xogadores enfadaranse contigo (ben porque o parases pronto ou porque o parases tarde - ou ambos os dous-), a lista é interminable.

Agora es completamente responsable de dirixir o partido, e non hai dous partidos iguais. Para axudarche a levar o partido, imos trazar un partido típico dende o primeiro punto ata o último.

Conciencia da pista:

Cando o xogador se prepare para servir mira o seu opoñente para asegurarte de que estaba listo para restar. Mantén o teu campo de visión aberto, fíxate en se o servidor fai falta de pé, pero cando este se lance a bóla concéntrache na súa traxectoria. Dende agora e ata o final do punto (se o servizo é bo), estarás concentrado na bóla seguíndoa dun lado a outro da rede. Ao mesmo tempo debes estar atento de todo o que pase en torno á pista, pero sempre concentrado na bóla.

(Se estas en indoor ou outdoor nun día moi soleado ten coidado con seguir a bóla demasiado alto xa que podes cegarte con algún foco ou co sol. Deberás seguir a bóla sen mirar fixamente a ela e volver fixarte nela cando volva baixar)

Cando unha bóla se aproxima a unha liña, a túa visión debe fixarse tanto na bóla coma na liña. Estarás entón preparado para facer calquera canto ou mesmo corrixir un canto erróneo dun xuíz de liña.

Estate atento sempre ao que está a pasar en e arredor da pista. Se unha bóla entra doutra pista ou voa un anaco de papel durante o punto, canta un let inmediatamente. Non esperes que o obxecto se vaia sen molestar aos xogadores e non esperes que se remate o punto antes que ninguén o vexa. 9 de cada 10 veces causará máis problemas se intentas pasar diso. Se un xogador non viu o problema, indícallo. A comunicación sempre axuda a establecer o control do partido.

Corrixindo un xuíz de liña:

A menos que esteas 100% seguro de que o canto é erróneo, non fagas a corrección. Non hai nada peor que unha mala corrección. Unha corrección debe facerse inmediatamente, se tes que pensar no canto, xa é tarde. Para ter credibilidade, a corrección debe ser instantánea. Debes entender que se dubidas perdiches a opción de corrixir. Se corrixes tarde tes moitas posibilidades de ter problemas co canto.

Os mellores Xuíces de Cadeira rara vez corrixen, pero cando o fan é unha decisión instantánea e segura. Se unha bóla bota fóra e non se canta, abundará con dicir "out" para corrixir. Se cambias de "out" a boa, debes dicir "corrección a bóla é boa".

En última instancia debes tomar outra decisión: molestou o canto de "out" do xuíz de liña ao xogador e interferiu na súa oportunidade de devolver a bóla, ou era un claro punto gañador ou un "ACE"? Se era un claro gañador, o punto será para o xogador que golpeou a bóla gañadora. Se tes algunha dúbida de se o xogador foi molestado ou non deberás repetir o punto.

Anunciando o marcador:

Ao concluír cada punto permanece atento ao perdedor deste. Non o mires fixamente pero non desvíes a vista de onde el está e anuncia o marcador. Na maioría dos casos as queixas ou mesmo violación de código virán por parte deste.

Debes ter en todo momento o marcador na cabeza. Nun punto particularmente longo vén ben recordar mentalmente (15 iguais, 15-30, etc.) o marcador para saber que dicir no momento que remata o punto.

Anuncia o marcador nun ton normal. Faino pronto porque pode afectar ao ritmo do partido. Se tomas moito tempo tras os puntos vos xogadores subconscientemente irán máis devagar.

Comunicación cos xogadores:

Comunícate cos xogadores, pero sen charlar. Como no mitin do principio faino simple e ao gran e mantén informado a ambos os dous xogadores. Se un xogador che pide ir ao servizo dígallo ao outro. Cando un xogador che pregunta algo, contéstao, pero ten coidado en responder á pregunta, non á emoción que hai detrás dela.

Deixa o xogador facer a pregunta completa e se un bo escoitador. Podes coñecer a pregunta antes de que cha faga, aínda así déixao que cha expoña. Isto darache tempo para pensar sobre a resposta. Cando respondas, estate calmado e sen manifestar emocións, isto axudará a calmar as emocións do xogador.

Nada molesta máis a un xogador que un xuíz de cadeira que non responde á súa pregunta. Se o xogador pregunta: " Viches a bóla? ", non respondas anunciando o marcador, dei: "Si, e estou de acordo co canto" ou unha resposta similar. Non intentes ser sarcástico ou facer algunha broma, isto irá contra ti.

Responde de modo conversacional, co micrófono apagado, se é posible. A conversación é entre o xogador e ti.

Estate preparado para utilizar comunicación non verbal. Por exemplo, despois dun canto moi xusto confírmao cun xesto cando o xogador que perdeu o punto che mira. Pódelo facer asentindo ou facendo un sinal coa man. Non mires á túa folla de arbitrase, é momento de mirar directamente o perdedor do punto anticipándote á pregunta.

Despois dun cambio de bólas que se fai nun cambio de lado, moitos xogadores mirante para confirmar que se xoga con bólas novas. Un simple asentimento responderá a pregunta. Se o xogador que saca non notifica ao seu opoñente que saca con bólas novas, anuncia: "bólas novas". Non hai necesidade de anunciar bólas novas se o xogador que saca llas ensinou ao seu opoñente.

Advertindo aos xogadores:

Os xogadores odian as sorpresas e gústalles saber o que pasa. Se un xogador toma un pouco máis de tempo do permitido entre puntos, non lle cantes violación de tempo de entrada, se é posible, espera ata o seguinte

cambio de lado e dio: "Intenta xogar un pouco máis á présa entre punto e punto". Deste modo non se sorprenderá tras unha penalización de tempo. O mesmo razoamento o aplicaremos ás violacións de código. A "comunicación preventiva" axuda en boa medida a evitar problemas. Un calmado "por favor, mantén a raqueta na man" ou similar precaución nun cambio de lado, permite que o xogador saiba que a próxima vez que tire a raqueta se lle pode penalizar.

En calquera caso, unha violación de código ou de tempo moi obvia, debe penalizarse inmediatamente sen aviso previo.

Cantos de violacions do código:

O código de conduta é unha ferramenta de control do partido. Cando un xogador chega a ser abusivo ou exhibe unha conduta antideportiva seria, debe ser penalizado, así que non dubides en cantar unha violación de código. Pero non aparentes nin felicidade nin ameaza ao dar a amoestación. Deixa uns poucos segundos antes de anunciar a violación.

Por exemplo, se un xogador golpea a bóla fóra da pista ou ao público, espera a que a bóla bote, esta breve espera permite que o xogador enfadado se calme algo e tamén que diminúa un pouco a presión. Isto axuda tamén a que penses no que estás a punto de dicir. Logo, nun ton de conversación dei (por exemplo) "Violación de código, abuso de bóla, advertencia, Corretja" En todos os casos anuncia a violación (tempo ou código), cal foi a violación (abuso de bola...), a penalización (advertencia, punto de penalización...) e a quen vai dirixido.

Recorda pensar no que vas dicir antes de dicilo. Se dis "violación de código" e se che esquece a razón da violación, sempre podes dicir "conduta antideportiva". A maioría das penalizacións débense a unha conduta antideportiva dalgún modo. Fai unha marca na folla cando todo estea en calma outra vez.

Debes marcar unha C no punto en que se producise a violación, así como calquera comentario na marxe da folla de arbitraje, para que ao finalizar o partido poidas encher o apartado de violacións de código sen problemas.

Procedementos en pistas de terra batida:

Antes de anunciar o marcador en terra, deberemos esperar por se algún xogador nos reclama inspeccionar a marca. Se estás seguro de que a bóla foi fóra e ves a marca dende a cadeira claramente fóra, entón podes

cantar o marcador, pero se tes algunha dúbida ou non ves claramente a marca dende a cadeira, espera antes de dicir o resultado.

Se acontece isto debes ti persoalmente chequear a marca, nin os xogadores nin un xuíz de liña (se os houber). Baixa da cadeira, le a marca, dá a túa decisión e volve subir á cadeira. Se hai xuíces de liña e non estás seguro de onde está a marca do bote indícalle que cha marque e lea ti. Se houbo unha corrección non chames ao xuíz de liña para dicirte cual é o bote, suponse que o viste claro e que sabes onde está o bote.

A continuación faremos un breve esquema dos procedementos en terra:

1. á hora de facer unha revisión dunha marca, o xuíz de cadeira debe facelo só se non está seguro do canto (cunha pequena dúbida é mellor baixar), ou se o xogador para o punto. Se a ves clara dende a cadeira indícalle o xogador onde está. Isto non quere dicir que, se o partido está calmado e che piden que baixes, te negues en rotundo (creases tensión así), pero como norma xeral con indicar dende a cadeira vale se tes a marca e vela clara. Si el juez de silla ve un claro error debe parar el juego y corregir.
2. Se o xuíz de cadeira ou liña perde a marca ou se a marca é ilexible, o canto orixinal prevalecerá.
3. En pistas de terra non debes apresurarte a dicir o resultado nada máis rematar o punto de non ser que o teñas moi claro. En caso de dubidar o máis mínimo espera antes de cantalo para ver se é necesaria unha inspección. As inspeccións de marca feitas despois de cantar o resultado ou entre primeiro e segundo servizo deben facerse o máis rápido posible para non interromper o servizo.
4. En dobres o xogador que apela debe facelo de modo que ambos os dous xogadores paren o punto ou que o faga o xuíz de cadeira. Se se apele ao xuíz de cadeira, este debe determinar se se seguiron estes procedementos e se non ou se se fixo tarde, determinar que o opoñente foi deliberadamente molestado.
5. Os xogadores non poden cruzar a rede para verificar unha bóla, agás despois dun cambio de lado. Se o fai será amonestado. Un xogador non pode tampouco borrar unha marca dunha bóla de non ser que conceda o punto ou que o xuíz de cadeira dese unha decisión final da lectura da marca.

Marcando a folla de arbitraje:

As follas de arbitraje son unha das ferramentas máis importantes á hora de arbitrar un partido. A maioría teñen espazos para xogos longos, tie-break longos, violacións de código, de tempo, cambio de bólas... todo isto está deseñado para axudarte a non estar coa vista pegado na folla todo o partido canto menor tempo pases mirando a folla, máis atención poñerás na pista, aos xogadores e ao partido. Os seguintes símbolos son os estándares nunha folla de arbitraje:

- / - punto gañado
- . - falta de primeiro servizo
- A - ACE
- D - dobre falta
- C - violación do código
- T - violación do tempo
- X - Punto de penalización

Á dereita encontrámonos unhas casas nas que poñeremos as iniciais dos xogadores, situándoos tamén á dereita ou esquerda en relación coa cadeira do xuíz de cadeira.

As marxes da tarxeta están dispoñibles para calquera comentario que creas conveniente e de axuda (palabras que dixo un xogador nunha violación de código, como viste un xogador para identificalo, marca de raqueta). A folla de arbitraje é a túa ferramenta para controlar o partido, úsaa de forma que che sexa útil.

Outros aspectos xenerais:

O contacto visual cos xuíces de liña que fixeron cantos xustos é bo para reforzar o sentimento de equipo. Tamén é bo mirar cada compoñente do equipo durante os cambios de lado. Pero non esteas como un can na ventá traseira dun coche, o contacto visual é unha cousa e o estar continuamente a facer xestos e asentindo é outra.

Se houbo unha discusión nun canto xusto espera a que o xogador que perdeu o punto non estea a mirar antes de establecer o contacto visual.

Se un xogador está a correr cara á rede, fixa a túa atención nel mentres abres o campo visual para ver cara a onde vai a bóla. Recorda que aínda que deberías seguir a bóla, tes xuíces de liña que canten a bóla (en caso de

haber xuíces de liña). Debes estar atento a se o xogador toca a rede ou invade o campo contrario.

Ao finalizar o partido baixa da cadeira e sal da pista. Nunca esperes para falar cun xogador sobre unha decisión ou canto. Anuncia o resultado (por exemplo, "xogo, set e partido Ferrero por 2 sets a 1, 6/3 2/6 7/6"), dá a man aos xogadores se cho ofrecen (ou/e asente coa cabeza se hai contacto visual), fai un xesto de recoñecemento aos xuíces de liña, etc. se os hai e deixa a pista. Completa a túa folla de arbitrase fóra da pista, non na cadeira. Se quedas na cadeira ao finalizar o partido os xogadores poden empezar a reprocharche cantos ou entrar en calquera discusión.

Recorda o seguinte:

- Mantén a cabeza o máis alta que poidas. Non necesitas sentarte perfectamente ergueito, con que te inclines cara a diante, cara á pista, axudarache a manter a concentración.
- Non cruzamentos das pernas, vese moi pouco profesional
- Permanece relaxado pero seguro do que estás a facer.
- Mantén a voz clara (e alta se non tes micrófono), utilizando un ton e modo de conversación.
- Controla ao público educadamente
- Permanece atento a todo o que pase na pista e ao seu arredor. Este é un dos puntos onde se ve a experiencia dun árbitro.

Os árbitros deben continuamente estudar os casos e responsabilidades que teñen. A práctica e a experiencia axudarache a aprender e a estar ávido en calquera situación. A atención á pista é un punto importante na arbitrase, e co tempo irás mellorando neste aspecto.

Todos os árbitros cometen erros. Ningún árbitro en ningún deporte é perfecto. A chave é aprender dos teus propios erros e minimizar erros futuros. Arbitrar é unha experiencia na que se debe mostrar humildade, así que mantén o respecto pola responsabilidade de ser xuíz de cadeira