



FEDERAÇÃO DE
ANDEBOL DE PORTUGAL

www.fpa.pt

IX. REGRAS DO JOGO

ANDEBOL DE PRAIA

Em vigor desde 03 Outubro 2021

Tradução PT 20 Maio 2022



LISTA DE CONTEÚDOS

I. REGRAS DE JOGO

PREFÁCIO

As regras dos uniformes femininos entram em vigor a 1 de janeiro de 2022.

O texto das regras, os comentários, os sinais manuais dos árbitros da IHF, os esclarecimentos às regras do jogo, e o regulamento da zona de substituições são parte integrante das regras gerais.

De forma a simplificar, este livro de regras usa geralmente a forma masculina das palavras respeitante a jogadores, oficiais, árbitros e outros intervenientes. Contudo, estas regras aplicam-se de igual forma a participantes masculinos e femininos, exceto no que concerne às regras sobre o tamanho das bolas ([Regra 3](#)).

A Filosofia do Andebol de Praia é baseada nos princípios do “Fair Play”. Todas as decisões devem ser tomadas de acordo com esses princípios.

Fair Play significa:

- Respeitar a saúde, a integridade e o corpo dos jogadores.
- Respeitar o espírito e a filosofia do jogo.
- Respeitar o fluxo do jogo, mas nunca permitir uma vantagem obtida através da violação das regras.
- Promover o verdadeiro espírito do desportivismo e respeitar a missão atlética e cultural do evento.

De acordo com a Filosofia do Andebol de Praia (atratividade do jogo - duas equipas jogam com a máxima capacidade), para qualquer infração cometida durante o jogo devem ser os jogadores penalizados como indivíduos e não como infração da equipa.



REGRA 1 – TERRENO DE JOGO

1. O terreno de jogo (**Diagrama nº 1**) é um retângulo de 27 metros de comprimento e 12 metros de largura, consistindo numa área de jogo e em duas áreas de baliza. As dimensões do terreno de jogo são medidas a partir da borda externa das linhas de limite.

A superfície do terreno de jogo deve ser composta de areia nivelada, o mais plana e uniforme possível, livre de pedras, conchas e outros constituintes que possam representar risco de corte ou ferimento para os jogadores.

A areia deve ter pelo menos 40 centímetros de profundidade e ser composta por grãos finos e pouco compactos.

O terreno de jogo deve ser longitudinalmente no sentido norte-sul.

As características do terreno de jogo não devem ser alteradas durante o jogo de forma que uma equipa obtenha vantagem.

Deve haver uma zona de segurança com uma largura de 3 metros ao redor do terreno de jogo.

O ambiente não deve apresentar perigo de ferimentos para os jogadores.

Para competições disputadas durante a noite, a iluminação na área de jogo deve ser de 400 lux (mínimo).
2. O terreno de jogo é marcado com linhas (**Diagrama nº 1**). Essas linhas pertencem às áreas das quais são os limites.

As duas linhas de limite mais longas são chamadas linhas laterais. As duas linhas de limite mais curtas são chamadas linhas de baliza, embora não exista uma linha entre os postes da baliza. As linhas de área de baliza estão a 6 metros e paralelamente à linha de baliza.

O terreno de jogo é dividido em duas metades por uma linha de meio-campo imaginária.

O meio desta linha imaginária é a posição exata para o lançamento do árbitro.
3. Todas as linhas têm entre 5 e 8 centímetros de largura e são feitas de fita sólida de cor contrastante com a areia (azul, amarelo ou vermelho).

A fita deve ser flexível e resistente, mas não deve prejudicar os pés dos jogadores, oficiais e árbitros.

As fitas devem ser firmemente ancoradas na areia com espigões enterrados em cada canto e no cruzamento de cada linha de área de baliza com a linha lateral.

Uma corda elástica deve ser anexada a cada canto e presa a um espigão de madeira ou de plástico enterrado (sem bordas afiadas). A corda fornecerá a tensão necessária para manter os limites no lugar e, ao mesmo tempo, oferecerá flexibilidade de modo a reduzir as hipóteses de lesão caso um jogador ou oficial coloque o pé por baixo da linha.

As linhas são afixadas às balizas com anéis de borracha presos aos postes. Os espigões não devem criar perigo para os jogadores e oficiais.



Baliza

4.

- a) Uma baliza retangular deve ser posicionada no centro de cada linha de baliza. Deve consistir em dois postes verticais equidistantes de cada canto e unidos no topo por uma barra transversal horizontal ([Diagrama nº2](#)).
- b) Os postes da baliza devem estender-se verticalmente e a altura deve estar a 2 metros da superfície da areia até à parte inferior da barra horizontal, e a distância vertical interna entre os postes deve ser de 3 metros
- c) Os postes da baliza e a barra horizontal que formam uma estrutura tubular de alumínio devem possuir um design específico com um diâmetro externo de 8 centímetros e devem ser pintados numa cor sólida, contrastando claramente com a areia e o fundo (amarelo, azul ou vermelho). A cor de ambas as balizas deve ser a mesma.
- d) Os postes da baliza e a barra transversal horizontal devem ser completados por uma estrutura que suporta a rede, cujo ponto mais profundo deve ser de 80 centímetros na parte superior e 1 metro na parte inferior.
- e) Cada baliza deve incluir uma rede, feita de nylon resistente (ou outro material sintético semelhante, sem nós, malha 80 mm x 80 mm ou menor, espessura 6 mm) presa à parte traseira dos postes da baliza e da barra transversal. Deve ser fixada de forma que uma bola que toque na parte lateral pelo lado de fora da baliza não passe a rede entre o poste e seja confundido com um golo e de forma que uma bola que entre na baliza não saia ou passe entre a rede e os postes levando assim a um erro na avaliação do golo, considerando que a fixação e o suporte da rede nunca interfiram com o guarda-redes.
A parte inferior da rede deve ser fixa a um tubo curvo ou outro meio de suporte adequado, de modo que uma bola que entre na baliza não possa passar além da rede. A cor da rede tem que contrastar com a areia e o fundo e deve ser da mesma cor da baliza.
- f) Para a segurança dos jogadores e oficiais, a parte inferior de cada baliza deve ser afixada por debaixo da areia. Os espigões não devem criar perigo para os jogadores.
- g) A 3 metros de cada baliza, uma rede de proteção (bloqueio da bola) deve ser suspensa levemente ao longo de toda a extensão do terreno de jogo (12 m x 7 m de altura). As redes de proteção devem alcançar a areia.

Mesa do secretário e cronometrista

5. A mesa do secretário e do cronometrista deve ter capacidade para 3 a 4 pessoas e ser colocada no meio da linha lateral a pelo menos 3 metros de distância da mesma.
A mesa deve ser colocada de forma que o secretário e o cronometrista possam ver as áreas de substituição.



Áreas de substituição

6. A área de substituição dos jogadores de campo tem 15 metros de comprimento e cerca de 3 metros de largura.
As áreas de substituição estão situadas em cada um dos lados da área de jogo fora da linha lateral. Os jogadores devem entrar no terreno de jogo somente a partir desta área.

7.
 - a) É permitido ao guarda-redes e aos jogadores de campo deixar a área de jogo no mais curto espaço possível do lado da área de substituição da sua própria equipa. Significa praticamente que os jogadores podem deixar o terreno de jogo por toda a linha lateral da área de jogo das áreas de baliza no lado da área de substituição da sua própria equipa.
 - b) O guarda-redes deve entrar no terreno de jogo pela linha lateral da área de baliza no lado da área de substituição da sua própria equipa ([Regras 4:13](#), [5:12](#)).
 - c) É permitido ao guarda-redes aguardar a sua vez de entrar no terreno de jogo sentado (ou ajoelhado) na linha lateral entre a linha de baliza da sua equipa e a linha da área de baliza.

Diagrama nº 1: Terreno de jogo

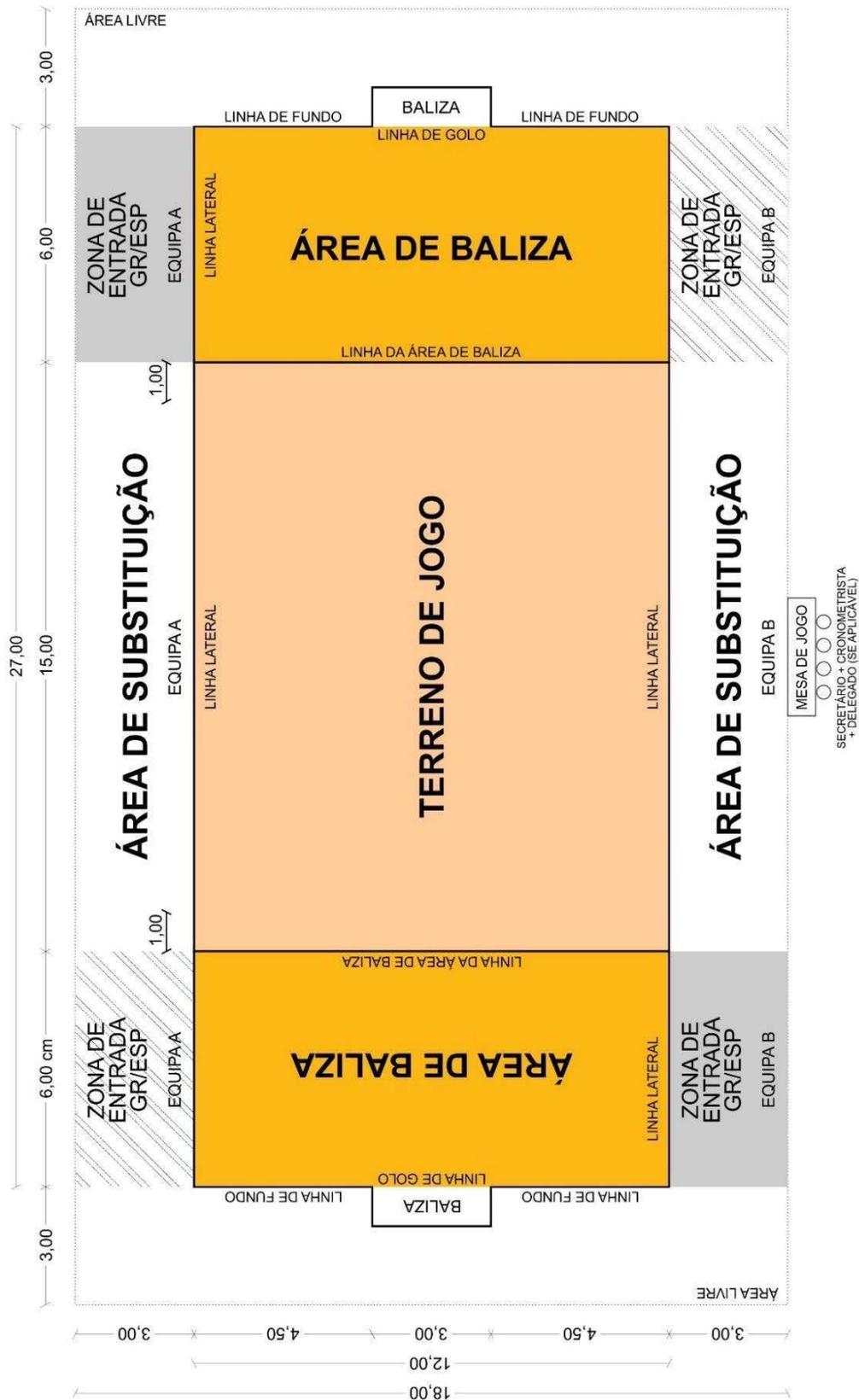


Diagrama nº 1: Terreno de jogo

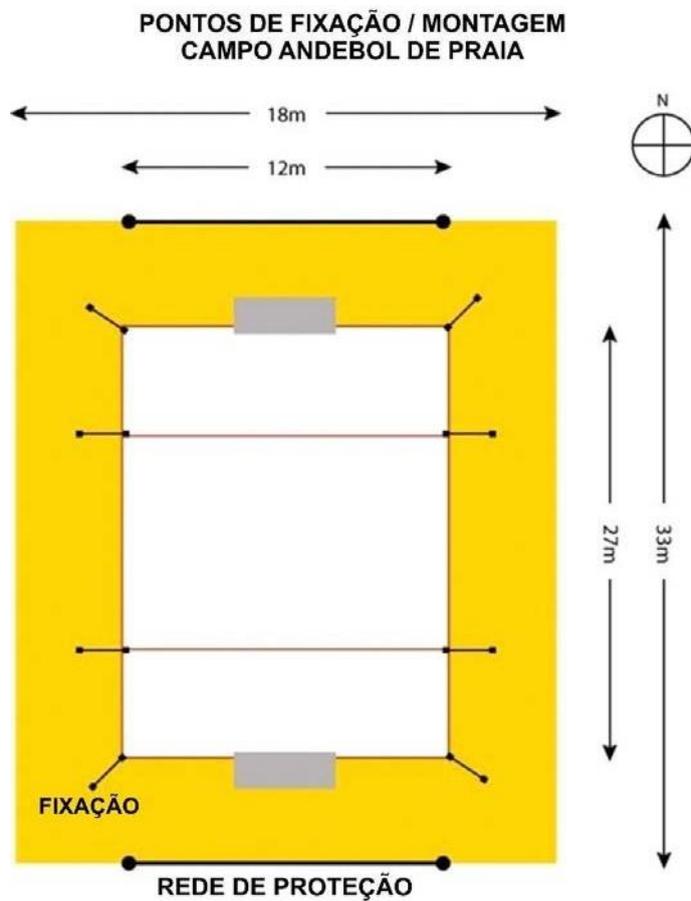
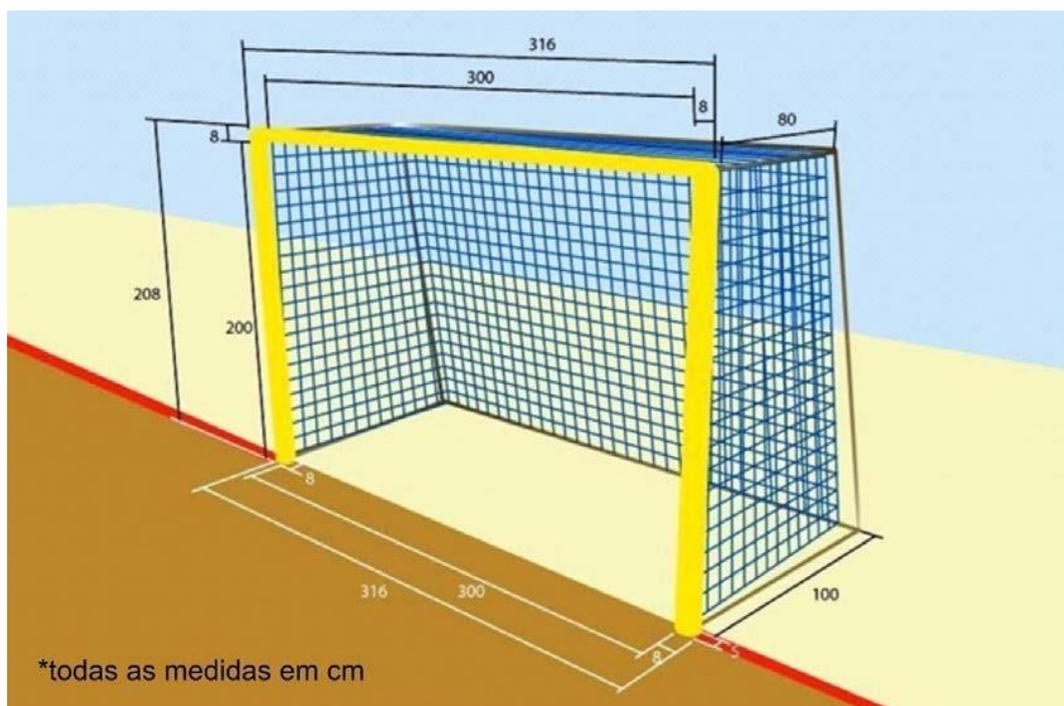


Diagrama nº 2: Baliza





REGRA 2 – COMEÇO DO JOGO, TEMPO DE JOGO, SINAL FINAL, TIME-OUT E TIME-OUT DE EQUIPA

Começo do jogo

1. Antes do começo do jogo, os árbitros realizam um sorteio para determinar a escolha das áreas de baliza e das áreas de substituição.
A equipa vencedora escolhe uma das áreas de baliza do terreno de jogo ou a respetiva área de substituição. A outra equipa faz sua escolha de acordo com a decisão da primeira equipa.
Após o intervalo, as equipas trocam de áreas de baliza, mas não alteram as áreas de substituição.
2. Cada período do jogo, e também o “Golo de Ouro”, começa com um lançamento de árbitro ([Regra 10:1-2](#)), após o apito dos árbitros ([Regra 2:5](#)).
3. Os jogadores posicionam-se em qualquer lugar do terreno de jogo.

Tempo de Jogo

4. O jogo consiste em dois períodos, que são pontuados separadamente. Cada período tem a duração 10 minutos ([Regras 2:6, 2:8 e 4:2](#)).
O intervalo tem a duração de 5 minutos.
5. O tempo de jogo (execução do lançamento de árbitro e início do tempo de jogo) começa com o apito do árbitro ([Regra 2:2](#)).
6. Se um período acaba empatado, então o “Golo de Ouro” será usado para encontrar o vencedor ([Regra 9:7](#)). A partida é reiniciada com um lançamento de árbitro ([Regra 10](#)).
O vencedor de cada período recebe um ponto.
7. Se ambos os períodos forem vencidos pela mesma equipa, o resultado do jogo será 2-0.
8. Se cada equipa vencer um período, o resultado será um empate. Como tem que existir sempre um vencedor, utiliza-se o “Shoot-out” ([Regra 9](#)).

Sinal Final

9. O tempo de jogo termina com o sinal final automático do cronómetro público ou do cronometrista.
Se não houver sinal, o árbitro apita para indicar que o tempo de jogo terminou ([Regras 17:10, 18:1, 18:2](#)).

Comentário:

Se não houver um cronómetro público com sinal final automático, o cronometrista deve usar um relógio de mesa ou um cronómetro e terminar o jogo com um sinal final. (Regra 18:2).

Se um cronómetro público for usado, este deverá ser configurado para começar o tempo de jogo de 0 para 10.



10. Infrações e condutas antidesportivas que ocorrem antes ou simultaneamente ao sinal final (no intervalo ou final do jogo) devem ser sancionadas, também se isso não puder ser feito até depois do sinal. Os árbitros terminam o jogo apenas após o resultado estabelecido do lançamento livre ou lançamento de 6 metros (**Esclarecimento nº3**).
11. O lançamento será repetido, se o sinal final (no intervalo ou no final do jogo) soar precisamente quando o lançamento livre ou lançamento de 6 metros estiver a ser executado ou quando a bola estiver no ar. Após o resultado imediato dos lançamentos, os árbitros terminam o jogo com sinal final do apito.
12. Jogadores e oficiais de equipa estão sujeitos a sanção pessoal por infrações ou conduta antidesportiva que ocorram durante a execução de um lançamento livre ou lançamento de 6 metros nas circunstâncias descritas (**Regra 2:10-11**). Uma infração durante tais lançamentos não pode originar um lançamento livre na direção oposta.
13. Se os árbitros observarem que o cronometrista deu o sinal final (no intervalo ou no final do jogo) muito cedo, eles devem manter os jogadores no terreno de jogo e jogar o tempo restante. A equipa que estava na posse da bola no momento do sinal prematuro permanecerá na posse da bola quando o jogo recomeçar. Se a bola estava fora de jogo, o jogo é reiniciado com um lançamento que corresponde à situação. Se a bola estava em jogo, o jogo é reiniciado com um lançamento livre (**Regra 13:4a-b**).
Se o primeiro período de um jogo terminar muito tarde, o segundo período deverá durar 10 minutos, pois cada período é pontuado separadamente.
Se o segundo período de um jogo terminar muito tarde, os árbitros não estão mais em posição de mudar nada.

Time-out

14. Os árbitros decidem quando e por quanto tempo o tempo de jogo deve ser interrompido (“time-out”). O “time-out” é obrigatório nas seguintes situações:
 - a) Suspensão ou desqualificação de um jogador
 - b) Lançamento de 6 metros
 - c) Time-out de equipa
 - d) Apito do cronometrista ou do delegado
 - e) Consultas entre árbitros (**Regra 17:9**)
 - f) Suspensão ou desqualificação de um oficial de equipa

Além das situações indicadas acima nas quais uma paragem do tempo de jogo é obrigatória, os árbitros podem fazer uma paragem do tempo de jogo em situações que entendam haver necessidade.

No entanto, no caso das paragens obrigatórias quando o jogo é interrompido por um apito do cronometrista ou do delegado, o cronometrista é obrigado a parar o cronómetro oficial imediatamente, sem esperar pela confirmação dos árbitros.



Algumas situações típicas onde o “time-out” não é obrigatório, mas que em circunstâncias normais tende a ser dado são:

- a) Um jogador parece estar lesionado
- b) Uma equipa está claramente a perder tempo, ex. quando uma equipa está a atrasar a execução de um lançamento livre, quando um jogador atira a bola fora ou não a coloca em jogo
- c) Influências externas ao jogo, ex. linhas do campo necessitam de ser fixas novamente

Comentário:

Um apito ou sinal sonoro do cronometrista ou delegado pára efetivamente o jogo.

Mesmo que os árbitros (e os jogadores) não tenham notado imediatamente que o jogo foi interrompido, qualquer ação no terreno de jogo depois do apito ou sinal sonoro é anulada e não é válida.

Isso significa que se um golo foi marcado após o sinal do apito da mesa, o “golo” não pode ser validado. De forma semelhante, uma decisão de atribuir um lançamento (qualquer lançamento) a uma equipa também é inválida. O jogo reiniciar-se-á da forma que corresponda à situação existente aquando do apito ou sinal sonoro do cronometrista/delegado.

No entanto, qualquer sanção pessoal atribuída pelos árbitros entre o momento do apito da mesa e o momento em que os árbitros efetivamente interrompem o jogo mantém-se válida. Isto aplica-se independentemente do tipo da infração e da gravidade da sanção.

15. As infrações que ocorram durante uma paragem de tempo têm as mesmas consequências que as infrações que ocorram durante o tempo de jogo ([Regra 16:12](#), Comentário 1).
16. Os árbitros comunicam com o cronometrista quando uma paragem do tempo de jogo se justifica. A interrupção do tempo de jogo será indicada ao cronometrista através de três apitos curtos e do sinal de manual nº 14. Após a interrupção do tempo de jogo, o jogo é sempre reiniciado através de um apito dos árbitros ([Regra 15: 3b](#)). Com este apito o cronometrista inicia o relógio.

Time-out de equipa

17. Cada equipa tem o direito a solicitar um “time-out” de equipa de um minuto em cada uma das partes de 10 minutos.
Um oficial da equipa que deseja solicitar um “time-out” de equipa deve de o fazer mostrando claramente o cartão verde. Desloca-se para o meio da linha lateral e segura o “cartão verde” de forma clara e visível para que seja reconhecido pelo cronometrista. *(O cartão verde deve medir cerca de 30x20 centímetros e deve ter um grande “T” em cada lado)*
Uma equipa só pode solicitar o “time-out” de equipa quando tiver posse da bola (quando a bola estiver em jogo ou durante uma interrupção). Considerando que a equipa não perca a posse da bola antes que o cronometrista tenha tempo para apitar (nesse caso, o “time-out” de equipa não será permitido), a equipa receberá o “time-out” de equipa imediatamente.
O cronometrista interrompe o jogo com sinal do apito, dá o sinal manual para o “time-out” (nº 14) e aponta com um braço esticado para a equipa que solicitou o “time-out” de equipa. O Cartão Verde



é colocado na areia a cerca de 1 metro do meio da linha lateral da sua área de substituições pelo oficial da equipa. Permanece no mesmo local o resto do tempo de jogo do período em questão.

Os árbitros indicam o “time-out” de equipa e o cronometrista pára o tempo de jogo. Os árbitros reconhecem o “time-out” de equipa e o cronometrista controla a duração do tempo do “time-out” através de um cronómetro.

O secretário anota o tempo (minuto e segundos) em que foi concedido o “time-out” de equipa no boletim de jogo e qual a equipa que o solicitou.

Durante o “time-out” de equipa, os jogadores e oficiais permanecem na sua área de substituição ou no terreno de jogo. Os árbitros ficam no centro do terreno de jogo, mas um deles pode ir à mesa dos oficiais de mesa para uma breve consulta.

As infrações e comportamentos antidesportivos cometidos durante o “time-out” de equipa são sancionados de igual modo que os cometidos durante o tempo de jogo. É irrelevante neste contexto se os jogadores envolvidos estão dentro ou fora do terreno de jogo. De acordo com as [Regras 8:4, 16:1d e 16:2c.](#), uma suspensão pode ser dada por conduta antidesportiva.

Após 50 segundos, o cronometrista faz um sinal sonoro que indica que o jogo deverá ser reiniciado dentro de 10 segundos.

As equipas são obrigadas a estar prontas para retomar o jogo quando o “time-out” de equipa termina. O jogo é reiniciado com o lançamento que corresponde à situação que existia antes de ser concedido o “time-out” de equipa, ou se a bola estava em jogo, com um lançamento livre para a equipa que solicitou o “time-out” de equipa no local onde a bola estava no momento da interrupção.

Quando o árbitro apita, o cronometrista reinicia o relógio.

Comentário:

“Posse da bola” também inclui situações em que o jogo tem que ser retomado com um lançamento de guarda-redes, uma reposição em jogo, um lançamento livre ou um lançamento de 6 metros.

“Bola em jogo” significa que o jogador tem contato com a bola (segurando a bola com as mãos, num remate, agarrando-a ou num passe para um companheiro de equipa) ou que a equipa está na posse da bola.



REGRA 3 – BOLA

1. O jogo é jogado com uma bola redonda de borracha não-eskorregadia.
A bola do género masculino pesa 350 a 370 gramas e tem uma circunferência de 54 a 56 centímetros; a bola do género feminino pesa 280 a 300 gramas e tem uma circunferência de 50 a 52 centímetros.
Uma bola de menor dimensão pode ser usada para jogos de escalões inferiores.
2. Antes de cada jogo, devem estar disponíveis 4 bolas regulamentáveis.
Duas bolas de reserva devem estar a meio e atrás de cada baliza numa área designada e a terceira bola de reserva deve estar na mesa de jogo.
3. A fim de minimizar as interrupções no tempo de jogo e evitar paragens, um guarda-redes indicado pelos árbitros deve substituir a bola em jogo o mais rápido possível, quando esta abandona o terreno de jogo.

REGRA 4 - EQUIPA, SUBSTITUIÇÕES, EQUIPAMENTOS

Equipa

1. Jogos e torneios de Andebol de Praia podem ser organizados para equipas masculinas, femininas e mistas.
2. Em princípio uma equipa é composta até 10 jogadores. No mínimo 6 jogadores têm que estar presentes no início do jogo. Se o número de jogadores elegíveis para jogar for menor que 4 o jogo termina e a outra equipa é considerada vencedora do jogo.
3. No máximo 4 jogadores por equipa (3 jogadores de campo e 1 guarda-redes) podem estar no terreno de jogo. Os restantes jogadores permanecem na sua área de substituição.
4. Um jogador ou oficial de cada equipa é elegível para participar no jogo quando está presente no início de jogo e inscrito no boletim de jogo. Os jogadores e oficiais da equipa que chegam depois do início do jogo têm de obter autorização para participar junto do oficial de mesa e têm de ser inscritos no boletim de jogo.
O jogador que esteja autorizado a participar pode, em princípio, entrar em qualquer momento no terreno de jogo pela linha da área de substituição da sua equipa ([Regra 4:13](#)).
O “oficial responsável de equipa” deverá assegurar-se que somente os jogadores autorizados a participar no jogo entram no terreno de jogo. Uma violação desta regra será sancionada como conduta antidesportiva por parte do “oficial responsável de equipa”.
5. No decorrer do jogo, cada equipa deve ter em campo um jogador designado guarda-redes. O jogador designado guarda-redes pode a qualquer momento assumir a função de jogador de campo. Da mesma forma, um jogador de campo pode a qualquer momento assumir a função de guarda-



redes ([Regra 4:8](#)).

6. A uma equipa é permitida a inscrição máxima de 4 oficiais de equipa durante o jogo, mas apenas 2 deles podem permanecer na área de substituição. Os outros 2 devem permanecer atrás da área de substituição fora da zona de segurança, podendo entrar no terreno de jogo no caso de lesão de um jogador, após a permissão do árbitro, para o assistir de acordo com a [Regra 4:7](#).
Os oficiais de equipa não podem ser substituídos durante o decorrer do jogo. Um dos oficiais de equipa deve ser designado como o "oficial responsável de equipa". Somente esse oficial pode dirigir-se ao secretário/cronometrista e aos árbitros (contudo ver [Regra 2:17](#)).
Um oficial de equipa não pode entrar no terreno de jogo durante o jogo. Uma violação desta regra é sancionada como conduta antidesportiva ([Regras 8:4, 16:1d, 16:2d e 16:6b](#)). O jogo é reiniciado com um lançamento livre para os adversários ([Regra 13:1a-b, Esclarecimento nº8](#)).
7. No caso de uma lesão os árbitros podem dar permissão (sinais manuais 14 e 15) para que duas das pessoas elegíveis possam entrar para assistência ao jogador lesionado durante a paragem de tempo de jogo. ([Regras 4:4; 16:2d](#)).
Se pessoas adicionais entrarem no terreno de jogo depois das duas pessoas terem entrado, a situação será sancionada como uma entrada ilegal, no caso de um jogador de acordo com as [Regras 4:14 e 16:2a](#) e no caso de um oficial de equipa de acordo com a [Regra 4, 16:2h e 16:6a](#).
Uma pessoa que tenha sido autorizada a entrar no terreno de jogo, mas que em vez de assistir o jogador lesionado dê instruções aos jogadores, aborde adversários ou árbitros, deve ser sancionada como conduta antidesportiva.

Equipamento

8. Todos os jogadores de campo têm de usar equipamento igual. As combinações de cores e design dos equipamentos das equipas devem ser claramente distintas uma da outra.
O equipamento masculino de Andebol de Praia consiste num "tank top", calções e eventuais acessórios. O equipamento feminino de Andebol de Praia consiste num "tank top" ajustado ao corpo, calções curtos e justos e eventuais acessórios.
As partes de cima ("tank tops") terão cores brilhantes e claras (pelo menos 80% sólidas) (ou seja, vermelho, azul, amarelo, verde, laranja e branco) na tentativa de refletir as cores usadas na praia.
O jogador que é designado como guarda-redes usa equipamento idêntico aos seus companheiros de equipa (em design e número de jogador), mas com cores diferentes dos jogadores de campo de ambas as equipas e dos guarda-redes da equipa adversária ([Regra 17:3](#)).

Comentário:

Os oficiais de equipa devem usar camisas idênticas de cor diferente das camisas dos jogadores da sua própria equipa e dos jogadores da equipa adversária.

Os 4 oficiais de equipa presentes no terreno de jogo durante o jogo devem usar exatamente o mesmo equipamento.

9. O número de cada jogador deve ser colocado à frente e atrás nos seus tank tops (aprox. 12x10 cm). Esta informação deve ser de cor contrastante com a cor base do equipamento (ver imagem



equipamentos).

10. Todos os jogadores jogam descalços.

São permitidas meias desportivas (feitas de tecido) ou ligaduras de proteção. Todos os outros tipos de sapatos (sintéticos, borracha, etc.) não são permitidos.

11. Não é permitido usar objetos que possam colocar em perigo os jogadores. Inclui, por exemplo, proteção para a cabeça, máscaras faciais, pulseiras, relógios, anéis, colares ou correntes, brincos, óculos sem faixa de proteção ou com armação sólida, aparelhos ortopédicos com peças de plástico ou metal duro ou quaisquer outros objetos que possam ser perigosos ([Regra 17:3](#)).

Os jogadores estão autorizados a usar os seguintes acessórios:

- Boné ou chapéu (com viseira macia ou viseira rígida virada para trás para evitar ferimentos), faixa na cabeça ou bandana
- Óculos de sol (plásticos com faixa de proteção)
- Proteção terapêutica (ou curativa) para joelho/cotovelo/pé

Comentário 1:

Bonés, chapéus ou bandana usados pelos jogadores de uma equipa devem ser da mesma cor. O mesmo se aplica para os oficiais de equipa.

Os jogadores são responsáveis pelos seus próprios acessórios. Os jogadores que não cumpram aos requisitos anteriores, não poderão participar do jogo até que retirem os acessórios.

Comentário 2:

Protetor nasal: a regra indica que não é permitido o uso de proteção para a cabeça ou máscara facial. Esta regra deve ser interpretada da seguinte forma: uma máscara cobre a maior parte do rosto. Um protetor de nariz é muito menor em tamanho e cobre apenas a área do nariz. Portanto, é permitido usar uma proteção nasal.

12. Se um jogador está a sangrar ou tem sangue no corpo ou no equipamento deve deixar o terreno de jogo imediata e voluntariamente (através de uma substituição normal) para estancar o sangue, cobrir a ferida e limpar o corpo e o equipamento. O jogador não pode regressar ao terreno de jogo até que todos os preceitos tenham sido retificados.

Um jogador que não cumpra as instruções dos árbitros em relação a esta regra é considerado culpado de conduta antidesportiva ([Regras 8:4](#), [16:1d](#) e [16:2c](#)).

Substituições de jogadores

13. Uma substituição pode ser feita a qualquer momento e repetidamente, sem informar o secretário/cronometrista, desde que o jogador a ser substituído já tenha saído do terreno de jogo ([Regra 16:2a](#)).

Os jogadores só podem entrar no terreno de jogo pela linha da área de substituição da sua própria equipa ([Regra 16:2a](#)).

A regra também se aplica à substituição dos guarda-redes ([Regra 5:12](#)).



As regras de substituição também se aplicam durante o “time-out” (exceção no “time-out” de equipa). No caso de uma substituição irregular, o jogo é reiniciado com um lançamento livre (Regra 13); com lançamento de 6 metros (Regra 14) para os adversários, se o jogo tiver que ser interrompido. Caso contrário, o jogo é reiniciado com um lançamento correspondente à situação de jogo. O jogador que cometeu a substituição irregular será sancionado com uma suspensão (Regra 16). Se mais que um jogador da mesma equipa cometer uma substituição irregular na mesma situação, somente o primeiro jogador que cometer a infração será sancionado.

14. Se um jogador adicional entrar no terreno de jogo ou se um jogador interferir ilegalmente no jogo a partir da sua área de substituição, haverá uma suspensão para o jogador que cometeu a infração. A equipa é reduzida em um jogador no terreno de jogo. Se um jogador entrar no terreno de jogo enquanto estiver a cumprir uma suspensão, receberá uma suspensão adicional que causa a sua desqualificação. Se a equipa adversária estava com posse da bola no momento da infração (substituição irregular), a equipa é reduzida em um jogador no terreno de jogo. Se a equipa do jogador suspenso estava com a posse de bola no momento da infração, a equipa é reduzida em um jogador no terreno de jogo. Nos dois casos, o jogo é reiniciado com um lançamento livre para os adversários (Regra 13:1a-b; e o **Esclarecimento nº8**).

REGRA 5 - GUARDA REDES

Ao guarda-redes é permitido:

1. Tocar a bola com qualquer parte do corpo, enquanto em ato de defesa, dentro da sua área de baliza.
2. Mover-se com a bola dentro da área de baliza sem estar sujeito às restrições que se aplicam aos jogadores de campo (Regras 7:2-4, 7:7).
Porém, não é permitido atrasar a execução de um lançamento de baliza (Regras 6: 5, 12: 2 e 15: 3b).
3. Abandonar a área de baliza sem ter a posse da bola e participar no jogo dentro da área de jogo; ao proceder deste modo fica sujeito às regras que se aplicam aos jogadores de campo.
Considera-se que o guarda-redes abandonou a sua área de baliza quando qualquer parte do seu corpo toca a areia fora da linha da área de baliza.
4. Deixar a área de baliza com a bola, no caso de não a ter conseguido controlar, e jogá-la novamente na área de jogo.

Ao guarda-redes não é permitido:

5. Colocar em perigo o adversário durante um ato de defesa (Regras 8:2, 8:5).



6. Abandonar a área de baliza com a bola controlada (lançamento livre segundo a [Regra 13:1a](#) caso os árbitros tenham apitado para a execução do lançamento de baliza; caso contrário, repete-se o lançamento de baliza).
7. Tocar a bola novamente fora da área de baliza após um lançamento de baliza sem que outro jogador a tenha tocado ([Regra 13:1a](#)).
8. Tocar na bola parada ou a rolar no chão fora da área de baliza e enquanto está dentro da área de baliza ([Regra 13:1a](#));
9. Levar a bola para a área de baliza quando esta está parada ou a rolar no chão fora da área de baliza ([Regra 13:1a](#));
10. Reentrar na área de baliza a partir da área de jogo com a posse da bola ([Regra 13:1a](#));
11. Tocar a bola com o pé ou perna (abaixo do joelho), quando parada na areia ou a ir em direção da área de jogo ([Regra 13:1a](#))

Substituição do guarda-redes

12. É permitido ao guarda-redes entrar no terreno de jogo pela linha lateral da sua área de baliza, mas apenas pelo lado da área de substituição da sua equipa ([Regras 1:8, 4:13](#)).
Ao guarda-redes é permitido deixar a área de jogo por toda a linha lateral da área de substituição da sua própria equipa, incluindo as áreas de baliza, ([Regras 1:8, 4:13](#)), mas apenas pelo lado da área de substituição da sua equipa.

REGRA 6 - ÁREA DE BALIZA

1. Só ao guarda-redes é permitido entrar na área de baliza ([Regra 6:3](#)). A área de baliza que inclui a linha de área de baliza é considerada violada quando um jogador de campo a toca com qualquer parte do corpo.
2. Quando um jogador de campo entrar na área de baliza, as decisões são as seguintes:
 - a) Lançamento de baliza, quando um jogador de campo da equipa em posse de bola entra na área de baliza com a bola ou sem a bola, mas obtendo vantagem ao fazê-lo ([Regra 12:1a](#));
 - b) Lançamento Livre, quando um jogador de campo da equipa defensora entra na área de baliza conseguindo desta forma obter alguma vantagem, mas sem impedir uma clara oportunidade de golo ([Regra 13:1a-b](#));
 - c) Lançamento de 6 metros, quando um jogador da equipa que defende entra na área de baliza e com isso destrói uma clara oportunidade de golo ([Regra 14:1a](#)). Para efeitos desta regra, não se entende o conceito “entrar na área de baliza” como um simples toque na linha de área de baliza, mas sim entrar claramente na área de baliza e destruir uma clara oportunidade de golo.



3. A entrada na área de baliza não é penalizada quando:
 - a) Um jogador entrar na área de baliza depois de passar a bola, desde que isto não crie uma desvantagem para os adversários;
 - b) Um jogador entrar na área de baliza sem a posse da bola e não obter nenhuma vantagem dessa situação;
 - c) Um jogador defensor entrar na área de baliza numa tentativa de defesa e que não cause nenhuma desvantagem para os adversários.
4. Quando está na área de baliza a bola pertence ao guarda-redes (contudo, ver [Regra 6:5](#)).
5. A bola pode ser jogada por qualquer jogador quando está parada ou a rolar mesmo dentro da área de baliza.
No entanto, os jogadores de campo não podem entrar na área de baliza para jogar a bola (lançamento livre).
É permitido jogar a bola que está no ar sobre a área de baliza, exceto no caso de um lançamento de baliza ([Regra 12:2](#)).
6. O guarda-redes coloca a bola novamente em jogo através de um lançamento de baliza, quando a bola permanece parada na área de baliza.
7. O jogo continuará (através de um lançamento de baliza segundo a [Regra 6:6](#)), quando um jogador da equipa defensora, num ato defensivo, tocar a bola e esta for agarrada pelo guarda-redes ou ficar na área de baliza ([Regra 6:6](#)).
8. Se um jogador jogar a bola para a sua própria área de baliza as decisões serão as seguintes:
 - a) Golo, se a bola entrar na baliza;
 - b) Lançamento livre, se a bola ficar parada na área de baliza ou se o guarda-redes tocar a bola e esta não entrar na baliza ([Regra 13:1a-b](#));
 - c) Lançamento de reposição em jogo, se a bola sai pela linha de saída de baliza ([Regra 12:1](#));
 - d) O jogo continua se a bola atravessar a área de baliza e voltar para a área de jogo sem que tenha sido tocada pelo guarda-redes.
9. Uma bola que retorna da área de baliza para a área de jogo permanece em jogo.

REGRA 7 - MANEJO DA BOLA, JOGO PASSIVO

Manejo da bola

É permitido:

1. Lançar, agarrar, empurrar ou bater a bola usando as mãos (abertas ou fechadas), braços, cabeça,



tronco, coxas e joelhos.

Também é permitido mergulhar para a bola quando está parada ou a rolar na areia.

2. Segurar a bola no máximo de 3 segundos, mesmo quando a bola está em contacto com a areia ([Regra 13:1a](#)).

A bola não pode permanecer na areia por mais de 3 segundos e ser novamente jogada pelo jogador que a tocou pela última vez (lançamento livre).

3. Dar o máximo de 3 passos com a bola na mão ([Regra 13:1a](#)). Considera-se um passo é quando:
 - a) Um jogador está com ambos os pés na areia, levanta um pé e baixa-o novamente ou move um pé de um lado para o outro;
 - b) Um jogador só tem um pé assente na areia, agarra a bola e pousa na areia o outro pé;
 - c) Um jogador, após saltar para agarrar a bola, toca na areia com um só pé, salta sobre o mesmo pé ou toca na areia com o outro pé;
 - d) Um jogador, após saltar para agarrar a bola, toca simultaneamente com ambos os pés na areia, levanta um dos pés e volta a pousá-lo ou move um dos pés de um lado para o outro.

Comentário:

Se um pé é movido de um lado para o outro e o outro pé é arrastado para junto do primeiro apenas é considerado um passo.

4. Parado ou em movimento:

- a) Lançar a bola na areia uma vez e agarrá-la novamente com uma ou ambas as mãos;
- b) Lançar a bola na areia repetidamente com uma mão (driblar), ou fazê-la rolar na areia de forma continuada com uma mão e depois agarrá-la novamente com uma ou ambas as mãos.

Assim que o jogador agarre a bola com uma ou ambas as mãos, deve jogá-la após dar no máximo 3 passos ou dentro de 3 segundos ([Regra 13:1a](#)).

Considera-se existir “drible” quando um jogador tocar na bola com qualquer parte do seu corpo e dirigir a bola para a areia.

Depois da bola tocar noutro jogador ou na baliza, volta a ser permitido ao jogador bater a bola ou driblar e agarrá-la novamente.

5. Passar a bola de uma mão para a outra.
6. Jogar a bola estando de joelhos, sentado ou deitado na areia.

Não é permitido:

7. Depois da bola ter sido controlada, tocar a bola mais de uma vez, a menos que tenha, entretanto, tocado o solo, outro jogador ou a baliza ([Regra 13:1a](#)). Uma tentativa atrapalhada de controlo de bola não deve ser penalizada.



8. Tocar na bola com o pé ou perna abaixo do joelho, exceto quando a bola foi lançada contra um jogador por um adversário (Regra 13:1a-b).
9. O jogo continua se a bola tocar no árbitro dentro do terreno de jogo.

Jogo Passivo

10. Não é permitido a uma equipa manter a posse da bola sem que seja efetuada qualquer tentativa reconhecível para atacar ou rematar à baliza. Similarmente, não é permitido retardar, repetidamente, a execução de um lançamento livre, uma reposição em jogo ou um lançamento de baliza a favor da própria equipa (**Esclarecimento nº4**). Isto é considerado como jogo passivo que será sancionado com um lançamento livre contra a equipa que está com a posse da bola salvo se cessar tendência de jogo passivo (Regra 13:1a).
O lançamento livre é executado no local onde a bola se encontrava quando o jogo foi interrompido.
11. Quando for reconhecida uma tendência de jogo passivo, o sinal de advertência de jogo passivo (Sinal manual nº 16) é indicado pelos árbitros. Este sinal dá à equipa que tem a posse da bola a oportunidade para mudar o seu modo de atacar e assim evitar a perda da bola. Se o modo de atacar não se alterar depois de efetuado o sinal de advertência de jogo passivo ou se não for efetuado um remate, será assinalado um lançamento livre a favor da equipa adversária (**Esclarecimento nº4**). Em algumas situações, os árbitros podem assinalar um lançamento livre contra a equipa que tem a posse da bola, mesmo sem ter efetuado anteriormente qualquer sinal de advertência de jogo passivo (por exemplo, quando um jogador se abstém intencionalmente de tentar concretizar uma clara oportunidade de golo).

REGRA 8 - FALTAS E CONDUTA ANTIDESPORATIVA

1. É permitido:

- a) Usar os braços e as mãos para bloquear ou ganhar a posse da bola;
- b) Usar a mão aberta para tirar a bola do seu adversário em qualquer direção para longe;
- c) Utilizar o tronco para bloquear o adversário na luta de uma posição, mesmo quando ele não tem a bola;
- d) Usar os braços fletidos para estabelecer contacto corporal com o adversário e manter este contacto com o intuito de controlar e seguir o adversário.

2. Não é permitido:

- a) Arrancar ou bater na bola que se encontra nas mãos de um adversário;
- b) Bloquear um adversário com braços, mãos ou pernas;
- c) Rasteirar, agarrar, empurrar, correr ou saltar contra um adversário;
- d) Interferir, impedir ou colocar em perigo um adversário (com ou sem bola) contra as regras.

3. As infrações cuja ação se dirige principal e exclusivamente ao corpo do adversário devem ser



sancionadas progressivamente. Sanção progressiva significa que não é suficiente penalizar uma determinada falta apenas com um lançamento livre ou lançamento de 6 metros, porque a falta vai além do tipo de infração que normalmente ocorre na luta pela bola. Cada infração que se enquadra na definição de sanção progressiva requer uma sanção pessoal.

4. Expressões físicas e verbais incompatíveis com o espírito de desportivismo são consideradas conduta antidesportiva (**Esclarecimento n^o5**). Aplica-se a jogadores e oficiais de equipa, dentro ou fora do terreno de jogo. A sanção progressiva também se aplica no caso de conduta antidesportiva (**Regras 16:1d, 16:2, 16:6**).
5. Um jogador que ataca um adversário de modo a colocar em perigo a sua integridade física deve ser desqualificado (**Regra 16:6c**), principalmente se:
 - a) De lado ou por trás, bater violentamente ou puxar o braço de remate de um jogador que está com o braço armado para rematar ou passar a bola;
 - b) Uma ação particularmente agressiva contra uma parte do corpo do adversário, em especial contra a face, garganta ou pescoço;
 - c) Deliberadamente bater no corpo de um adversário com o pé ou com o joelho, inclusivamente se tropeçar;
 - d) Empurrar um adversário que está a correr ou saltar sobre o adversário, de tal forma, que este perca o controlo do corpo; ou num contra-ataque ao deixar a sua área de baliza o guarda-redes choque com o atacante;
 - e) Quando o executante de um lançamento livre acerta na cabeça de um defensor, assumindo que este não move a cabeça na mesma direção da bola; da mesma forma quando um executante de um lançamento de 6 metros acerta na cabeça do guarda-redes e este não move a cabeça na direção da bola.

Comentário:

Mesmo as faltas com impacto físico muito pequeno podem ser muito perigosas e provocar lesões graves se forem cometidas quando o adversário está a saltar ou a correr e, portanto, impossibilitado de se proteger. Neste tipo de situações, é o perigo para o adversário e não a intensidade do contacto que serve de base para o julgamento da aplicação de uma desqualificação.

6. Dentro ou fora do terreno de jogo uma conduta antidesportiva grave de um jogador ou oficial de equipa (**Esclarecimento n^o6**), deve ser sancionada com uma desqualificação (**Regra 16: 6e**).
7. Um jogador que é culpado por uma agressão a um adversário durante o tempo de jogo deve ser desqualificado e sujeito a relatório escrito. Uma agressão fora do tempo de jogo também deve ser sancionada com desqualificação e relatório escrito (**Regra 16:6f; 16:16b-d**). Esta regra também se aplica aos oficiais de equipa (**Regra 16:6g**).

Comentário:

Uma agressão deliberada e violenta contra o corpo de qualquer pessoa (adversário, árbitro, secretário/cronometrista, oficial de equipa, delegado, espectador, etc.), é considerada extremamente



grave, como tal, tem que ser sancionada como conduta antidesportiva grave. Cuspir contra outra pessoa é uma conduta antidesportiva grave.

8. Violações contra as [Regras 8:2-7](#) levam a um lançamento de 6 metros para os adversários ([Regra 14:1](#)), se a interrupção causada pela violação direta ou indiretamente destruir uma clara oportunidade de golo para os adversários. Caso contrário, a violação leva a um lançamento livre para os adversários ([Regras 13:1a-b](#), mas também [Regras 13:2](#) e [13:3](#)). A desqualificação devido a uma ação particularmente imprudente, particularmente perigosa, premeditada ou maliciosa também deve ser relatada por escrito.
9. Se os árbitros classificam uma ação particularmente imprudente, perigosa, premeditada ou maliciosa, deverão elaborar um relatório por escrito após o término do jogo para permitir aos organismos competentes tomarem as medidas adequadas.
Indicações e características que podem servir como critério para a tomada de decisão (em complemento das elencadas na [Regra 8:5](#)):
 - a) Uma ação especialmente perigosa ou imprudente;
 - b) Uma ação premeditada ou mal-intencionada, que não está de forma nenhuma relacionada com a situação de jogo.

Uma desqualificação por conduta antidesportiva extremamente grave deve ser relatada.

10. Se os árbitros classificam uma conduta antidesportiva como extremamente grave, têm que elaborar um relatório escrito após o término do jogo para permitir aos organismos competentes tomarem as medidas adequadas.
As situações abaixo são descritas como exemplo:
 - a) Insultos ou ameaças dirigidas a outras pessoas, por exemplo, árbitros, oficiais de mesa, delegados, oficiais de equipa, jogadores ou espetadores. Os mesmos podem ser feitos de forma verbal ou não verbal (por exemplo: expressões faciais; gestos, linguagem corporal ou contacto físico).
 - b) (I) A interferência no jogo de um oficial de equipa, no terreno de jogo ou a partir das zonas de substituições, ou (II) o jogador que impedir uma clara oportunidade de golo através de uma entrada ilegal no terreno de jogo ([Regra 4:14](#)) ou da sua área de substituição;
 - c) Se durante o último minuto de jogo a bola não está em jogo e um jogador ou oficial de equipa impede ou atrasa a execução de um lançamento livre a favor do adversário, com o objetivo de impedir que eles sejam capazes de efetuar um remate à baliza ou obter uma clara oportunidade de golo, o infrator deve ser desqualificado por conduta antidesportiva grave. Este caso aplica-se a qualquer tipo de interferência (por exemplo, através de um subtil contacto físico, interferir na execução de um lançamento como intercetar um passe, interferir na receção da bola ou não a largar);
 - d) Se durante o último minuto de jogo e a bola estiver em jogo e o adversário através de uma infração cometida ao abrigo das [Regras 8:5](#) ou [8:6](#), impedem a equipa em posse de bola de efetuar um remate à baliza ou obter uma clara oportunidade de golo, não será sancionado apenas ao abrigo das [Regras 8:5](#) ou [8:6](#); um relatório escrito é imposto.



REGRA 9 - GOLOS E DECISÃO DO RESULTADO FINAL DO JOGO

Golo

1. Um golo é válido quando a bola ultrapassa na sua totalidade a linha de baliza ([Diagrama nº 3](#)), desde que nenhuma violação às regras tenha sido cometida pelo rematador, companheiro de equipa ou oficial de equipa antes ou durante o remate.

Um golo é válido quando, apesar de existir uma violação das regras por parte de um defensor, a bola ainda assim entra na baliza.

Um golo não pode ser validado caso um dos árbitros, secretário/cronometrista ou o delegado interrompa o jogo antes da bola ultrapassar completamente a linha de baliza.

Um golo será atribuído aos adversários no caso de um jogador lançar a bola para a sua própria baliza, exceto se o guarda-redes está a executar um lançamento de baliza (2º parágrafo [Regra 12:2](#)).

Um ponto será atribuído ao último jogador da equipa adversária que tocou na bola.

Comentário:

Um golo é válido se a bola é impedida de entrar na baliza por alguém ou algo que não participe no jogo (espectadores, etc.), e os árbitros estão convencidos de que a bola teria ultrapassado a linha de baliza e entrado na baliza caso tal ação não tivesse tido lugar.

2. Golo criativo ou espetacular são atribuídos 2 pontos ([Esclarecimento nº1](#)).
3. Golo marcado através de um lançamento de 6 metros são atribuídos 2 pontos.
4. Depois de um golo ser validado, o jogo recomeça com um lançamento de baliza ([Regra 12:1](#)).
5. Um golo que tenha sido validado já não pode ser anulado após o lançamento de baliza.
Se o sinal final de um período soar imediatamente após o golo, mas antes da execução do lançamento de baliza, os árbitros devem assinalar de uma forma clara que o golo é válido.

Golo do guarda-redes

6. São atribuídos 2 pontos quando o guarda-redes marca golo.

Decidir o Resultado Final do jogo

7. Se um período acabar empatado utiliza-se o método “Golo de Ouro”, o que significa que quem marcar primeiro é o vencedor do período ([Regra 2:6](#)).
8. Se ambas as equipas ganharem um período, recorre-se ao método do “Shoot-out”;
Cinco jogadores elegíveis de cada equipa fazem “contra-ataques” alternados com o adversário. Se o guarda-redes é um dos cinco jogadores então é considerado um jogador de campo quando vai rematar ([Regra 4:8](#)).
O vencedor é a equipa que marcar mais pontos após cinco lançamentos. Se o resultado não for decidido após a primeira ronda, o “Shoot-out” continua. Para este efeito, os lados devem ser



trocados primeiro (sem alterar a área de substituição - ver Comentário). Novamente, cinco jogadores que são elegíveis para jogar jogam alternadamente com a equipa adversária. Agora a outra equipa começa primeiro.

Nesta ronda e em qualquer ronda subsequente, o jogo é decidido assim que uma equipa assumir a liderança, uma vez que tenha havido um número igual de tentativas de cada equipa.

Comentário:

Decidir o resultado final do jogo pelo método "Shoot-out":

No "Shoot-out" os árbitros usam um sorteio para determinar a escolha dos lados e qual equipa começa (**Esclarecimento Nº 2**).

Se uma equipa ganha o sorteio e decide começar o "Shoot-out", então os adversários têm o direito de escolher os lados. Alternativamente, se a equipa vencedora do sorteio preferir escolher os lados, os oponentes têm o direito de iniciar o "Shoot-out".

Ambos os guarda-redes começam com pelo menos com um pé na linha de baliza. O jogador de campo deve ficar na área de jogo com um pé na interseção da linha da área de baliza e da linha lateral. Quando o árbitro apita, o jogador de campo joga a bola de volta para seu guarda-redes na linha de baliza. Durante o passe a bola não pode tocar a areia. Uma vez que a bola tenha saído da mão do jogador, ambos os guarda-redes podem avançar. O guarda-redes que recebe a bola deve permanecer na sua área de baliza.

Dentro de 3 segundos, ele deve rematar para a baliza adversária ou passar a bola para seu companheiro de equipa, que está correndo em direção à baliza adversária. Também durante este passe, a bola não pode tocar a areia.

O jogador deve pegar a bola e tentar marcar um golo, sem nenhuma violação da regra.

Se o guarda-redes e o jogador de campo violarem as regras do jogo o lançamento terminará sem direito a pontuação.

Se o guarda-redes da equipa que defende sair da sua área de baliza, fica autorizado a voltar para dentro da sua área de baliza.

Se no começo ou durante o "shot-out" uma equipa tiver menos de cinco jogadores elegíveis para jogar então terá menos um lançamento que a equipa adversária, isto, porque não é permitido mais que um lançamento a cada jogador numa ronda de 5 lançamentos.

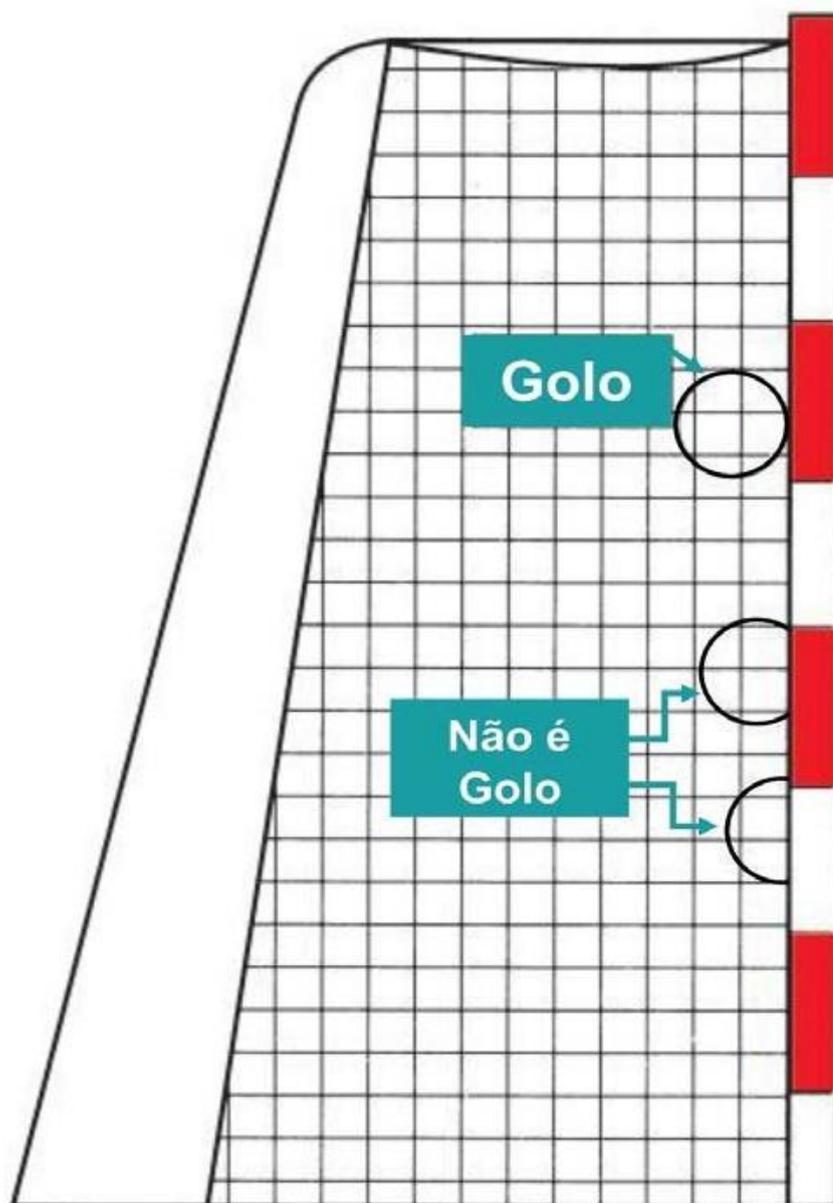
9. Se o guarda-redes defensor salvar um golo no "Shoot-out" por violar uma regra, um lançamento de 6 metros deve ser concedido (**Esclarecimento nº9**).

Comentário:

Todos os jogadores elegíveis para jogar estão autorizados a executar o lançamento de 6 metros.

10. Durante o "Shoot-out", todos os jogadores elegíveis para jogar devem permanecer na sua área de substituição. Após execução do lançamento devem voltar para a sua área de substituição.

Diagrama nº 3: Golo





REGRA 10 - LANÇAMENTO DE ÁRBITRO

1. Cada período e o “Golo de Ouro” iniciam-se com o lançamento de árbitro ([Regra 2:2](#)).
2. O lançamento de árbitro é executado no centro do campo. Um árbitro lança a bola verticalmente após um sinal de apito do segundo árbitro.
3. O segundo árbitro está posicionado fora da linha lateral em frente à mesa dos oficiais de mesa.
4. Com exceção de um jogador de cada equipa, todos os jogadores devem permanecer a pelo menos três metros de distância do árbitro enquanto o lançamento do árbitro está sendo executado, mas podem se posicionar em qualquer outro lugar do terreno de jogo.
Os dois jogadores que saltam para a bola durante o lançamento de árbitro devem ficar ao lado do árbitro, cada um no lado mais próximo da sua área de baliza.
5. A bola somente pode ser jogada depois de atingir o seu ponto mais alto.

REGRA 11 - LANÇAMENTO DE REPOSIÇÃO EM JOGO

1. Um lançamento de reposição em jogo é assinalado quando a bola cruzar completamente a linha lateral ou quando um jogador de campo da equipa que defende for o último a tocar a bola antes de esta cruzar a sua linha de baliza.
2. O lançamento de reposição em jogo é executado sem apito pelos adversários da equipa cujo jogador tocou na bola por último antes de esta cruzar a linha ([Regra 15:3b](#)).
3. O lançamento de reposição em jogo é executado onde a bola cruzou a linha lateral, mas será executado a 1 metro do ponto de interseção da linha da área de baliza e a linha lateral, ou se a bola cruzou a linha de baliza ou a linha lateral da área de baliza.
4. O jogador que faz o lançamento de reposição em jogo fica com pelo menos um pé na linha lateral até que a bola saia da sua mão. O jogador não está autorizado a largar e em seguida pegar a bola, bem como entregar a bola na mão de um colega ([Regra 13:1a](#)).
5. Enquanto o lançamento de reposição em jogo estiver a ser executado, os adversários devem estar no mínimo a 1 metro do executante

REGRA 12 - LANÇAMENTO DE BALIZA

1. Um lançamento de baliza é concedido quando:



- a) Um jogador da equipa adversária viola a área de baliza, cometendo uma infração ([Regra 6:2a](#));
- b) A equipa adversária marca golo;
- c) O guarda-redes controla a bola na área de baliza ([Regra 6:6](#));
- d) Quando a bola cruza a linha de saída de baliza, depois de ter sido tocada em último pelo guarda-redes ou um jogador da equipa adversária.

Isso significa que em todas essas situações a bola é considerada fora de jogo e o jogo é reiniciado com um lançamento de baliza ([Regra 13:3](#)) se houver uma violação após um lançamento de baliza ter sido concedido e antes de ser executado.

A [Regra 13:3](#) aplica-se se houver uma violação das regras por parte da equipa do guarda-redes após um lançamento de baliza ter sido concedido e antes de ser executado.

2. O lançamento de baliza é executado pelo guarda-redes sem o apito do árbitro ([Regra 15:3b](#)), a partir da área de baliza para o exterior da linha de área de baliza.
Considera-se que o lançamento de baliza foi executado quando a bola lançada pelo guarda-redes ultrapassou completamente a linha de área de baliza.
É permitido aos jogadores da equipa adversária estarem imediatamente fora da linha de área de baliza, mas não lhes é permitido tocar a bola até que esta tenha ultrapassado completamente a linha de área de baliza ([Regra 15:7](#), 3º parágrafo).

Comentário:

Lançamento de baliza durante uma substituição de guarda-redes: o lançamento de baliza deve ser sempre executado pelo guarda-redes a ser substituído.

Ele só pode deixar a área de baliza depois de executar o lançamento.

3. Após a execução do lançamento de baliza o guarda-redes só pode jogar a bola depois desta ter tocado num outro jogador ([Regras 5:7, 13:1a](#)).

REGRA 13 - LANÇAMENTO LIVRE

Decisão de lançamento livre

1. Em princípio, os árbitros interrompem o jogo e reiniciam-no com um lançamento livre a favor da equipa adversária quando:
 - a) A equipa em posse de bola comete uma infração às regras que conduz a uma perda da sua posse ([Regras 4:4, 4:6, 4:13, 4:14, 5:6-11, 6:2b, 6:4, 6:8b, 7:2-4, 7:7-8, 7:10, 8:8, 11:4, 12:3, 13:9, 14:5-7 e 15:2-5](#)).
 - b) A equipa que defende comete uma infração às regras que leva a equipa com posse de bola à perda da mesma ([Regras 4:4, 4:6, 4:13, 4:14, 6:2b, 6:4, 6:8b, 7:8, 8:8, 13:7](#)).



2. Os árbitros devem permitir a continuidade do jogo evitando interromper o jogo prematuramente com uma decisão de lançamento livre.
Isto significa que, de acordo com a [Regra 13:1a](#), os árbitros não devem assinalar um lançamento livre se a equipa que defende ganha a posse da bola imediatamente após a infração cometida pela equipa atacante.
De forma semelhante, no âmbito da [Regra 13:1b](#), os árbitros não devem intervir até e a menos que esteja claro que a equipa atacante perdeu a posse da bola ou não pode continuar o seu ataque devido à infração cometida pela equipa que defende.
Caso seja atribuída uma sanção disciplinar devido a uma infração das regras, os árbitros podem decidir interromper o jogo imediatamente, caso isto não cause uma desvantagem para os adversários da equipa que comete a infração. Caso contrário, a sanção deverá ser retardada até que a situação existente termine.
A [Regra 13:2](#) não se aplica no caso de infrações contra as [Regras 4:3, 4:4, 4:6, 4:13, 4:14](#), onde o jogo será imediatamente interrompido, normalmente através da intervenção dos oficiais de mesa, delegado e árbitros.
3. Se uma violação que, normalmente conduziria a um lançamento livre conforme [Regra 13:1](#), ocorre quando a bola não está em jogo, então o jogo é reiniciado com o lançamento que corresponde à situação para a interrupção existente.
4. Além das situações indicadas, na [Regra 13:1a-b](#), um lançamento livre também é usado para reiniciar o jogo em certas situações onde o jogo é interrompido, (isto é, onde a bola está em jogo), mesmo sem que nenhuma infração das regras tenha ocorrido:
 - a) Se uma equipa está em posse de bola no momento da interrupção, esta equipa manterá a posse de bola;
 - b) Se nenhuma equipa está em posse da bola, então a equipa que teve a última posse da bola antes da interrupção deverá mantê-la;
 - c) Quando o jogo é interrompido porque a bola tocou num objeto que está por cima do terreno de jogo, o jogo reiniciará com um lançamento para a equipa que não estava na posse da bola.

A “Lei da Vantagem” de acordo com a [Regra 13:2](#) não pode ser aplicada nas situações descritas na [Regra 13:4](#).

5. Se há uma decisão de lançamento livre contra a equipa que está com a posse de bola quando o árbitro apita, então o jogador que tem a bola naquele momento tem de deixá-la cair ou pousá-la imediatamente no local onde está, de modo que possa ser jogada ([Regra 16:2d](#)).

Execução do Lançamento Livre

6. Quando um lançamento livre é executado, os jogadores da equipa atacante têm que estar a 1 metro de distância da linha de área de baliza dos adversários ([Regra 15:1](#)).
7. Quando um lançamento livre é executado, os jogadores da equipa adversária têm que respeitar 1 (um) metro de distância do local onde o lançamento livre está a ser executado.



8. O lançamento livre é, normalmente, executado sem qualquer apito do árbitro ([Regra 15:3b](#)) e, em princípio, no lugar onde a infração ocorreu.

São exceções a este princípio:

Nas situações descritas na [Regra 13:4 a-b](#), o lançamento livre é executado, após apito, em princípio no lugar onde a bola estava no momento da interrupção. No caso da [Regra 13:4c](#), o lançamento livre é executado com sinal do apito no local onde a bola tocou no objeto.

Se um árbitro ou delegado (da IHF ou Continental/Federação Nacional) interrompe o jogo devido a uma infração por parte de um jogador ou oficial da equipa defensora, dando origem a uma advertência verbal ou a uma sanção disciplinar, então o lançamento livre deve ser executado no lugar onde a bola estava quando o jogo foi interrompido, se este local for mais favorável do que a posição onde a infração ocorreu.

A mesma exceção à do parágrafo anterior aplica-se se um oficial de mesa interrompe o jogo devido a infrações às [Regras 4:3-4, 4:6, 4:13-14](#).

Como se indica na [Regra 7:10](#), os lançamentos livres atribuídos devido a jogo passivo são executados no local onde a bola estava no momento da interrupção.

Apesar dos princípios básicos e dos procedimentos estabelecidos nos parágrafos anteriores, um lançamento livre nunca pode ser executado dentro da área de baliza da equipa executante. Em qualquer situação referida nos parágrafos anteriores, em que a bola se encontra numa destas duas zonas, então a execução do lançamento livre terá de ser efetuada no local mais próximo fora da área de baliza.

Se a posição correta do lançamento livre ocorrer a menos de 1 metro da área de baliza da equipa que defende, então o lançamento livre é executado a 1 metro de distância da linha de área de baliza.

9. Quando o jogador executante do lançamento livre está na posição correta e com a bola na mão, este não pode colocar a bola na areia e pegá-la novamente ou entregá-la na mão de um colega ([Regra 13:1a](#)).

REGRA 14 - LANÇAMENTO DE 6 METROS

Decisão de lançamento de 6 metros

1. Um lançamento de 6 metros é assinalado quando:
 - a) Uma clara oportunidade de golo é impedida irregularmente por um jogador ou oficial da equipa adversária em qualquer parte do terreno de jogo;
 - b) Existe um apito injustificado aquando de uma clara oportunidade de golo;
 - c) Uma clara oportunidade de golo é impedida pela interferência de pessoa não participante no jogo (exceto quando se aplica o comentário da [Regra 9:1](#)).

Ver a definição de clara oportunidade de golo no [Esclarecimento nº7](#).

2. Se um jogador atacante mantiver o controlo total da bola e do corpo apesar de uma violação como



na [Regra 14:1a](#), não há razão para assinalar um lançamento de 6 metros, mesmo se depois disso o jogador não concretizar a clara oportunidade de golo.

Sempre que houver uma potencial decisão de 6 metros, os árbitros devem sempre adiar a intervenção até que possam determinar claramente se uma decisão de 6 metros é realmente justificada e necessária. Se o jogador atacante marcar um golo apesar da interferência ilegal dos defensores, então obviamente não há razão para dar um lançamento de 6 metros. Por outro lado, se ficar aparente que o jogador realmente perdeu o controlo da bola ou do corpo por causa da violação, de modo que uma clara oportunidade seja impedida, então um lançamento de 6 metros deve ser dado.

3. Quando assinalam um lançamento de 6 metros os árbitros têm que parar o tempo de jogo ([Regra 2:14b](#)).
4. Quando os árbitros validam um golo por lançamento de 6 metros, serão atribuídos 2 pontos à equipa do executante ([Regra 9:3](#)).

Execução do lançamento de 6 metros

5. O lançamento de 6 metros será executado com um remate direto à baliza, dentro de 3 segundos após o apito do árbitro ([Regra 13:1a](#)).
6. O jogador que está a executar o lançamento de 6 metros, situa-se atrás da linha de 6 metros. Depois do apito do árbitro, o executante não pode tocar ou atravessar a linha de 6 metros antes de a bola deixar a sua mão ([Regra 6:2a](#)).
7. Após a execução do lançamento de 6 metros, a bola não pode ser tocada novamente pelo executante ou por um colega de equipa, até que a mesma tenha tocado num adversário ou nos postes da baliza ([Regra 13:1a](#)).
8. Aquando da execução de um lançamento de 6 metros, os adversários do executante têm que estar a 1 metro de distância, incluindo o guarda-redes. O lançamento de 6 metros será repetido, se o golo não for marcado, no caso de os adversários não estarem a uma distância de 1 metro antes da bola sair da mão do executante.
9. Não é permitido a substituição do guarda-redes quando o jogador está pronto para a executar o lançamento de 6 metros, estando na posição correta com a bola na mão. Qualquer tentativa para fazer uma substituição do guarda-redes nestas circunstâncias será penalizada como conduta antidesportiva ([Regras 8:4](#), [16:1d](#) e [16:2c](#)).
10. No âmbito do Fair Play, não será permitido aos adversários que estão próximo do executante nenhuma tentativa de lhe causar uma distração, como por exemplo (movimentos com os braços, sons estranhos, etc.).

REGRA 15 - INSTRUÇÕES GERAIS PARA A EXECUÇÃO DOS LANÇAMENTOS



Lançamento de reposição em jogo, lançamento de baliza, lançamento livre e lançamento de 6 metros

1. Antes da execução, o executante tem de estar na posição indicada como correta para o lançamento em questão. A bola deve estar na mão do executante.
Todos os jogadores têm de ocupar as posições indicadas para o lançamento em questão. Os jogadores têm de permanecer nas posições corretas até que a bola tenha deixado a mão do executante.
O executante tem de permanecer na posição correta até que o lançamento tenha sido executado. Uma posição incorreta por parte do executante será corrigida (Ver, no entanto, [Regra 15:7](#)).
2. Durante a execução, exceto para um lançamento de baliza, o executante tem de ter uma parte do pé em contacto permanente com a areia até que a bola tenha saído da sua mão. O outro pé pode ser levantado e apoiado na areia repetidamente ([Regra 13:1a](#)).
3. O árbitro deverá apitar para o recomeço do jogo:
 - a) Sempre no caso de um lançamento de 6 metros;
 - b) No caso de em lançamento de reposição em jogo, lançamento de baliza, ou lançamento livre:
 - Para o reinício após uma interrupção do tempo de jogo (“time-out”);
 - Para o reinício com um lançamento livre assinalado nos termos da [Regra 13:4](#);
 - Quando existe uma demora na execução do lançamento;
 - Depois de uma correção das posições dos jogadores;
 - Depois de uma chamada de atenção verbal ou uma advertência.
 - Depois do apito dos árbitros o executante deve jogar a bola nos 3 segundos seguintes ([Regra 13:1a](#)).
4. O lançamento considera-se executado quando a bola deixa a mão do executante ([Regra 12:2](#)). Durante a execução do lançamento a bola não pode ser tocada por um companheiro de equipa nem entregue na mão deste ([Regra 13:1a](#)).
5. O executante não pode voltar a tocar na bola até que tenha tocado em outro jogador ou na baliza ([Regra 13:1a](#)); com exceção ao lançamento de baliza ([Regra 12:3](#)).
6. Um golo pode ser obtido diretamente através de qualquer lançamento, exceto um “autogolo” do guarda-redes durante um lançamento de baliza ([Regra 12:2](#) e [Regra 6:2](#)), e no lançamento do árbitro (porque este é executado pelo árbitro).
7. As posições incorretas por parte dos jogadores defensores aquando da execução de um lançamento de reposição em jogo ou um lançamento livre não devem ser corrigidas pelos árbitros se os jogadores atacantes não estão em desvantagem ao executar imediatamente o lançamento. Se houver uma desvantagem, então as posições incorretas dos defensores devem ser corrigidas ([Regra 15:3b](#)).
Em princípio, os árbitros não apitarão para reiniciar o jogo enquanto os jogadores não tomarem as posições corretas. Contudo, se apesar da situação irregular por parte dos jogadores, os árbitros



tiverem apitado para ordenar a execução de um lançamento, estes jogadores estão plenamente autorizados a intervir no jogo.

Um jogador deve ser suspenso se atrasar ou interferir com a execução de um lançamento por parte dos adversários, por estar perto demais ou por outras infrações ([Regra 16:2e](#)).

REGRA 16 - SANÇÕES DISCIPLINARES

Suspensão

1. Uma suspensão **pode ser** atribuída a:

- a) Faltas e ações similares contra o adversário ([Regras 5:5 e 8:2](#)), as quais não entram na categoria “Sanção Progressiva” de acordo com a [Regra 8:3](#);
- b) Faltas que são sancionáveis de forma progressiva ([Regra 8:3](#));
- c) Infrações quando os adversários estão a executar um lançamento ([Regra 15:7](#));
- d) Uma conduta antidesportiva de um jogador ou oficial de equipa ([Regra 8:4](#)).

2. Uma suspensão **tem que ser** atribuída:

- a) Por uma substituição irregular ou um jogador adicional entrar no terreno de jogo ([Regras 4:13; 4:14](#));
- b) Por faltas repetidas que são consideradas faltas para serem sancionadas com sanção progressiva ([Regra 8:4](#));
- c) Por repetida conduta antidesportiva de um jogador, dentro ou fora do terreno de jogo ([Regra 8:4](#));
- d) Por não deixar cair ou pousar a bola na areia no local da falta quando uma falta é assinalada contra a equipa que está na posse da bola ([Regra 13:5](#));
- e) Por repetidas infrações quando os adversários estão a executar o lançamento ([Regra 15:7](#));
- f) Como consequência de uma desqualificação de um jogador ou oficial de equipa durante o tempo de jogo ([Regra 16:8](#), 2º paragrafo);
- g) Ao oficial responsável da equipa, se um jogador adicional entrar no terreno de jogo ou quando os árbitros reparam que após o início do jogo estão na área de substituição jogadores ou oficiais que não estão inscritos;
- h) Para um oficial de equipa que entre no terreno de jogo, “sem autorização dos árbitros”, como pessoa adicional para assistir um jogador lesionado;
- i) Para um oficial de equipa que entre no terreno de jogo para assistir um jogador lesionado, e em vez de assistir o jogador lesionado, dá instruções a outros jogadores, ou aborda os adversários ou os árbitros.

Comentário:

Não é possível dar aos oficiais de uma equipa mais de uma suspensão no total. Quando uma suspensão é assinalada contra um oficial de equipa, ele pode permanecer na área de substituição e desempenhar as suas funções. No entanto a equipa em campo é reduzida em um jogador até à próxima troca de posse de bola.



3. Após ter efetuado uma interrupção do tempo de jogo (“time-out”), os árbitros indicam claramente a suspensão ao jogador ou oficial de equipa infrator, bem como ao oficial de mesa (sinal manual Nº 12).
4. O jogador sancionado com uma suspensão não pode participar no jogo até ao próximo “turnover” - troca de posse de bola. Nem a sua equipa o pode substituir no terreno de jogo.
A suspensão começa quando o árbitro apita para reiniciar o jogo.
O jogador sancionado pode ser substituído ou entrar no terreno de jogo no próximo “turnover” ([Regra 16](#), 2º comentário).
5. A segunda suspensão de um jogador resulta numa desqualificação.
Em princípio, a desqualificação resultante de duas suspensões só é efetiva pelo restante do tempo de jogo ([Regra 16](#), Comentário 3) e deve ser considerada uma decisão do árbitro baseada em fatos (tais desqualificações não devem ser mencionadas no boletim de jogo).

Desqualificação

6. Uma desqualificação **tem que ser** atribuída:
 - a) Por conduta antidesportiva grave
 - b) A segunda (ou subsequente) ocasião de conduta antidesportiva por qualquer um dos jogadores ou oficiais de uma equipa ([Regra 8:4](#));
 - c) Por faltas que coloquem em perigo a integridade física do adversário ([Regra 8:5](#));
 - d) Faltas do guarda-redes, deixando a sua área de baliza durante um “Shoot-out” e colocando em risco a integridade física do adversário ([Regra 8:5](#): Ações que são claramente direcionadas ao corpo do adversário e não visam jogar a bola);
 - e) Por conduta antidesportiva grave de um jogador ou oficial de equipa, dentro ou fora do terreno de jogo ([Regra 8:6](#));
 - f) Por uma agressão a um jogador antes ou durante o intervalo ([Regras 8:7, 16:12b, d](#));
 - g) Por uma agressão a um oficial de equipa ([Regra 8:7](#));
 - h) Pela segunda suspensão ao mesmo jogador ([Regra 16:5](#));
 - i) Por repetida conduta antidesportiva por parte de um jogador ou oficial de equipa durante o intervalo ([Regra 16:12d](#)).
7. Após terem efetuado uma interrupção do tempo de jogo (“time-out”), os árbitros indicam claramente a desqualificação ao jogador ou oficial de equipa infrator, bem como ao oficial de mesa, levantando o cartão vermelho (sinal manual nº13).
8. A desqualificação de um jogador ou oficial de equipa é sempre por todo o restante tempo de jogo. O jogador ou oficial deve deixar o terreno de jogo e a área de substituição imediatamente. Depois de sair, não é permitido ao jogador ou oficial ter qualquer forma de contato com a equipa.
A desqualificação de um jogador ou oficial de equipa sempre reduz o número de jogadores ou oficiais disponíveis para a equipa (exceto conforme mencionado na [Regra 16.12 b](#)).
A equipa, no entanto, pode aumentar o número de jogadores em campo novamente após uma troca de posse de bola entre as equipas ([Regra 16](#), Comentário 2).



9. Uma desqualificação (com exceção se for motivada por uma segunda suspensão: [Regra 16:6h](#)) obriga a um relatório escrito que será enviado para as autoridades competentes e implica um jogo de castigo (no mínimo).
10. Se durante o “Shoot-out” um guarda-redes ou um jogador de campo for culpado por conduta antidesportiva ou conduta antidesportiva grave, será desqualificado.

Mais de uma infração na mesma situação

11. Se um jogador ou oficial de equipa comete mais de uma infração simultaneamente ou sucessivamente, antes do jogo ter sido reiniciado, e estas infrações requerem diferentes sanções, então, em princípio, somente se aplicará a sanção mais severa. Isso acontece quando uma das infrações é uma agressão.

Infrações fora do tempo de jogo

12. Uma conduta antidesportiva, conduta antidesportiva grave ou uma agressão por parte de um jogador ou oficial de equipa cometida no local onde se realiza o jogo, mas fora do tempo de jogo, será sancionada da maneira seguinte:

Antes do jogo:

- a) Aviso verbal no caso de comportamento antidesportivo ([Regra 16:1d](#));
- b) Desqualificação do jogador ou oficial de equipa culpados por condutas antidesportivas graves ou agressões ([Regra 16:6](#)), contudo, é permitido à equipa começar com 10 Jogadores e 4 oficiais.

Durante o intervalo:

- c) Aviso verbal no caso de comportamento antidesportivo ([Regra 16:1d](#));
- d) Uma desqualificação será dada em caso de conduta repetida ou antidesportiva grave ou em caso de agressão ([Regra 16:6](#)). A [Regra 16:2c-d](#) aplicável durante o tempo de jogo não se aplicará no caso de conduta antidesportiva repetida. Após uma desqualificação durante um intervalo, a equipa pode continuar o jogo com a capacidade máxima.

Depois do jogo:

- e) Relatório escrito.

Comentário 1: O tempo de jogo

As situações descritas nas Regras 16:1, 16:2 e 16:6 geralmente incluem as infrações durante o tempo de jogo.

Incluem-se no conceito de tempo de jogo os “time-out”, o “Golo de Ouro” e o “Shoot-out”, com exceção para o intervalo.

Comentário 2: O turnover “mudança de posse de bola”



Utilizamos o termo “turnover” para dizer que a posse da bola mudou para a outra equipa.

Exceções e clarificações:

- a) *No início do segundo período, no “Golo de Ouro” e no “Shoot-out” o jogador suspenso pode reentrar ou ser substituído no terreno de jogo por um colega de equipa, mesmo que não tenha acontecido um “turnover” depois da sua suspensão.*
- b) *Numa situação de lei da vantagem os árbitros devem esperar pelo resultado da situação de jogo e depois sancionar o jogador infrator:*

Assim que uma situação de vantagem termine a sanção é imposta e a suspensão ao jogador é atribuída.

Comentário 3:

A regra 16:5 aplica-se até final do tempo de jogo, o que inclui “o Golo de Ouro” e o “Shoot-out”.

Comentário 4:

O comportamento do guarda-redes fora da área de baliza

O guarda-redes é totalmente responsável por qualquer contato com um adversário fora de sua área de baliza. Isso significa praticamente que durante qualquer contato em que o atacante não tenha oportunidade de ver (ou evitar) o guarda-redes, será assinalado o respetivo lançamento (lançamento de 6 metros se for impedida uma clara oportunidade de golo) e sanção progressiva. Se o incidente ocorre durante o “Shoot-out”, um lançamento de 6 metros e uma desqualificação do guarda-redes serão assinalados.

Pelo contrário, se o atacante tiver tempo e espaço suficientes para ver e evitar o guarda-redes, será concedido um lançamento livre (falta ofensiva) a favor da equipa do guarda-redes.

Comentário 5:

O comportamento do guarda-redes dentro da área de baliza

Se o guarda-redes saltar contra um adversário que está a tentar rematar à baliza, mesmo que a intenção seja só assustá-lo, um lançamento de 6 metros e uma suspensão são adequados. Ao guarda-redes somente é permitido saltar na vertical.

Se os árbitros interpretam que o salto do guarda-redes foi com intenção de atingir o corpo do adversário colocando a sua integridade física em perigo, então um lançamento de 6 metros e uma desqualificação são as sanções adequadas. O guarda-redes será sempre culpado por estas ações.

REGRA 17 - OS ÁRBITROS

1. Cada jogo é dirigido por dois árbitros com igual autoridade. São assistidos por dois oficiais de mesa (secretário/cronometrista)
2. Os árbitros controlam a conduta dos jogadores e dos oficiais de equipa desde o momento em que entram no recinto de jogo até que o abandonam.
3. Os árbitros são responsáveis por inspecionar o terreno de jogo, as balizas e as bolas antes do início do jogo. São eles que decidem as bolas a ser utilizadas ([Regras 1,3:1](#)).



Os árbitros também observam a presença de ambas as equipas com os equipamentos apropriados. Conferem a lista de participantes e os números dos jogadores. Asseguram-se que o número de jogadores e oficiais de equipa presentes na área de substituição está dentro dos limites regulamentares e confirmam a presença e identificação do “oficial responsável” de cada equipa. Qualquer discrepância deve ser corrigida ([Regras 4:2-3, 4:8-10](#)).

4. O sorteio é realizado por um dos árbitros na presença do segundo árbitro e do “oficial responsável” de cada equipa, ou um oficial de equipa ou um jogador em nome do “oficial responsável de equipa”.
5. No início do jogo, um árbitro posiciona-se fora da linha lateral no lado oposto da mesa do cronometrista. O relógio oficial começa ao seu apito ([Regra 2:5](#)).
O segundo árbitro posiciona-se no centro da área de jogo. Após o apito, ele inicia o jogo com um lançamento do árbitro ([Regras 2:2, 10:1-2](#)).
Os árbitros devem trocar de lado entre si dependendo dos momentos durante o jogo.
6. Os árbitros devem posicionar-se no terreno de jogo de forma a poderem controlar as áreas de substituição de ambas as equipas ([Regras 17:11, 18:1](#)).
7. Em princípio, todo o jogo será dirigido pelos mesmos árbitros. É sua responsabilidade assegurar que o jogo é jogado de acordo com as regras do jogo e têm o dever de sancionar quaisquer infrações (ver, no entanto, [Regras 13:2, 14:2](#)).
Se um dos árbitros ficar incapacitado para terminar o jogo, o outro árbitro continuará a arbitrar o jogo sozinho. A IHF, as Federações Continentais e Nacionais podem aplicar regras especiais no âmbito das competições da sua responsabilidade, de acordo com os regulamentos.
8. Se ambos os árbitros apitam por causa de uma infração às regras contra a mesma equipa, mas têm opiniões diferentes sobre a gravidade da sanção a aplicar, então será sempre aplicada a sanção mais grave.
9.
 - a) Se ambos os árbitros têm opiniões diferentes na validação ou pontuação de um golo, então aplica-se a decisão conjunta que resultar entre si (Ver Comentário).
 - b) Se ambos os árbitros apitam por causa de uma infração às regras ou a bola saiu do terreno de jogo e os dois árbitros mostram opiniões diferentes sobre qual equipa deveria ter posse de bola, então aplica-se a decisão conjunta que resultar da consulta entre si. (Ver Comentário).

Nestas situações é obrigatório fazer uma interrupção do tempo de jogo (“time-out”). Após consulta entre os árbitros, estes indicam de forma clara, por meio de sinalética, a sua decisão e o jogo é reiniciado após apito ([Regras 2:8f, 15:3b](#)).

Comentário:

Se os dois árbitros mostram opiniões diferentes, então aplica-se decisão conjunta que resultar da consulta entre si. Se não conseguem alcançar uma decisão comum e conjunta, então prevalecerá a opinião do árbitro central.



10. Ambos os árbitros são responsáveis pela contagem dos golos, por controlar o tempo de jogo. Em caso de dúvida sobre a exatidão da cronometragem, os árbitros tomam uma decisão conjunta ([Regra 17:9](#), comentário).
11. A entrada e saída de jogadores no terreno de jogo é uma tarefa partilhada entre os árbitros e o secretário/cronometrista ([Regras 17:6, 18:1](#)).
12. Os árbitros são responsáveis por assegurar que após o jogo o boletim de jogo é corretamente preenchido.
As desqualificações, conforme estabelece a [Regra 16:8](#), têm de ser explicadas no relatório de jogo.
13. As decisões tomadas pelos árbitros ou delegado com base nas suas observações dos factos são incontestáveis.
Só podem ser apresentados protestos contra as decisões que não estão em conformidade com as regras de jogo.
Durante o jogo, somente os “oficiais responsáveis de equipa” estão autorizados a dirigirem-se aos árbitros.
14. Os árbitros têm o direito de suspender o jogo temporária ou permanentemente.
Deverão fazer todos os possíveis para que o jogo continue, antes de tomar a decisão de o suspender permanentemente.



REGRA 18 - OFICIAIS DE MESA (SECRETÁRIO/CRONOMETRISTA)

1. Em princípio, o oficial de mesa que desempenha as funções de cronometrista tem a responsabilidade de controlar o tempo de jogo. Quando aplicável, somente o cronometrista ou o delegado podem interromper o tempo de jogo.

O oficial de mesa que desempenha as funções de secretário tem a responsabilidade principal de controlar as listas de jogadores, o boletim de jogo, a entrada de jogadores que chegam depois do jogo começar e a entrada de jogadores que não estão autorizados a participar.

Outras tarefas como o controlo de número de jogadores e oficiais de equipa na área de substituições são consideradas responsabilidades comuns.

Auxiliam os árbitros na entrada e saída de jogadores substitutos ([Regras 17:6, 17:11](#)).

Ver também Esclarecimento nº 8 em relação aos procedimentos corretos para as intervenções do oficial de mesa quando observa algumas das responsabilidades mencionadas.

Comentário:

Nas competições da IHF, Federações Continentais ou Nacionais podem ser distribuídas as tarefas de outra forma.

2. Caso não exista marcador eletrónico público disponível, então o oficial de mesa tem de manter informados os “oficiais responsáveis de equipa” sobre quanto tempo de jogo passou ou quanto tempo resta, especialmente durante as interrupções do tempo de jogo (time-out).

Caso não exista marcador eletrónico com sinal automático disponível, o oficial de mesa cronometrista assumirá a responsabilidade por dar o apito final do primeiro período e o apito final do segundo período ([Regra 2:9](#), Comentário).

Quando um jogador é suspenso o secretário confirma de uma forma clara a suspensão com a amostragem de um cartão que contém o número “1” para a primeira suspensão e um cartão com o número “2” para a segunda suspensão.



II. APÊNDICES

ORIENTAÇÕES

1. Se 1 ou 2 pontos são atribuídos quando um golo é marcado (**Regras 9, 14:4, Esclarecimento nº1**), então o árbitro central deve indicar isso mostrando 1 ou 2 dedos. Quando 2 pontos são concedidos, o árbitro de baliza faz uma rotação vertical completa do braço adicionalmente.
2. Sinal manual 12: O árbitro indica a violação da regra e aponta para o jogador infrator. Um braço dobrado, agarrado no pulso pelo outro braço, indica uma suspensão.
3. O árbitro usa um cartão vermelho para indicar uma desqualificação “imediate”.
4. As desqualificações devem ser claramente confirmadas por um cartão vermelho levantado no ar pelo secretário.
5. Quando um lançamento livre ou reposição é assinalado, os árbitros devem mostrar imediatamente a direção que o lançamento que deve seguir (sinal manual 7 ou 9).
A partir daí, conforme aplicável, os sinais manuais obrigatórios apropriados devem ser dados para indicar qualquer punição pessoal (sinais manuais 12-13).
Se parecer que também seria útil explicar o motivo de uma decisão de lançamento livre ou de 6 metros, então os Sinais Manuais 1-6 podem ser dados a título de informação.
6. Os sinais manuais 11, 14 e 15 são obrigatórios nas situações em que se aplicam.
7. Os sinais manuais 8, 10 e 16 são usados conforme necessário pelos árbitros.
8. Os sinais manuais 11, 14 e 15 são sempre obrigatórios nas situações que se aplicam.
9. Os sinais manuais 8, 10 e 16 utilizam-se quando os árbitros os julguem necessários.

SINAIS MANUAIS DOS ÁRBITROS



1. Vantagem; deixar jogar (“play on”)



2. Drible irregular



3. Passos ou manter a bola mais de 3 seg.



4. Cinturar, agarrar e empurrar



5. Bater



6. Falta atacante



7. Lançamento de reposição



8. Lançamento de guarda-redes



9. Lançamento livre



10. Respeitar distância de 1 metro



11. 1. Atribuir 1 ponto



11. 2. Atribuir 2 pontos



12. Suspensão



13. Desqualificação



14. Time-out



15. Autorização assistência



16. Advertência de jogo passivo



ESCLARECIMENTOS SOBRE AS REGRAS DE JOGO

Esclarecimento nº 1 - Atribuição de pontos (Regra 9)

Deverão também ser atribuídos 2 pontos nas seguintes situações:

- Um golo marcado numa jogada aérea, “em voo” (Regra 9:2).
- Dois pontos são atribuídos quando o jogador está no ar, agarra a bola e consegue controlá-la com uma ou as duas mãos, e ainda no ar remata à baliza (será atribuído um ponto se empurrar a bola ou simplesmente tocá-la para a baliza).

Comentário:

Tanto o espírito do jogo de Andebol de Praia quanto sua filosofia específica de fair-play devem ser respeitados.

Tem que haver espaço para "golos criativos ou espetaculares" que valem 2 pontos.

Um golo é espetacular se for de alto padrão técnico e evidentemente se não for um "golo de 1 ponto" que se baseia em habilidades técnicas fundamentais.

Uma ação final notável e dramática pode levar a um objetivo criativo.

Observação: Se tais golos visam claramente "ridicularizar" os jogadores adversários, isso será considerado uma conduta antidesportiva e nunca levará a um "golo de 2 pontos" (Fair Play).

Esclarecimento nº 2 - Situações Atípicas

Na existência de situações especiais caso o exijam, os árbitros podem decidir realizar o “Shoot-out” para uma só baliza (vento, posição do sol, declive do campo, etc.).

Esclarecimento nº 3 - Execução de Lançamento Livre após Sinal de Fim de Jogo (Regra 2:10-12)

Em muitos casos a equipa que tem a oportunidade de executar um lançamento livre depois do tempo de jogo ter terminado não está realmente interessada em tentar marcar um golo, seja porque o resultado do jogo já está definido ou porque o lançamento livre é muito longe da baliza dos adversários.

Embora tecnicamente as regras requeiram que o lançamento livre seja executado, os árbitros devem ter o bom senso e considerar o lançamento livre efetuado se um jogador que está aproximadamente na posição correta simplesmente deixa cair a bola das mãos ou a entregar aos árbitros.

Nos casos onde seja claro que a equipa quer tentar marcar um golo, devem os árbitros encontrar um equilíbrio entre permitir esta oportunidade (por muito pequena que seja) e assegurar-se de que a situação não se deteriora ou se prolongue no tempo ou numa “situação teatral”. Isto significa que os árbitros devem conseguir colocar os jogadores de ambas as equipas nas posições corretas o mais rápido

possível, para que o lançamento livre se execute sem demora.

Os jogadores da equipa executante devem ser advertidos para que apenas um jogador segure a bola. Se os jogadores quiserem deixar o terreno de jogo para serem substituídos, devem fazê-lo por sua conta e risco.

Os árbitros não têm obrigação de esperar pelo sinal de execução até que os substitutos estejam nas suas posições corretas.

Os árbitros devem estar muito atentos às outras infrações em que podem incorrer ambas as equipas. Qualquer infração dos defensores deve ser sancionada de acordo com as ([Regras 15:7, 16:1c, 16:2f](#)). Além disso, os jogadores atacantes podem violar as regras durante a execução da falta. É muito importante que não se valide nenhum golo que tenha sido marcado irregularmente.

Esclarecimento nº 4 - Jogo Passivo (Regra 7:10-11)

Orientações Gerais

A aplicação das regras que se referem ao jogo passivo tem o objetivo de prevenir métodos de jogo pouco atrativos e demoras intencionais no jogo. Para isso os árbitros devem reconhecer e julgar com coerência os métodos de passividade de uma maneira consistente durante todo o jogo.

As situações de jogo passivos podem surgir em todas as fases de ataque de uma equipa, isto é, quando uma bola é movimentada na transição da defesa para o ataque, durante a fase de construção do ataque ou durante a fase de finalização.

O jogo passivo é frequentemente utilizado nas situações seguintes:

- Uma equipa está a ganhar por uma diferença reduzida perto do fim do jogo;
- Uma equipa tem um ou vários jogadores suspensos;
- Quando uma equipa é tecnicamente superior, especialmente na defesa.

A utilização do sinal de aviso de advertência de jogo passivo

O sinal de advertência deve ser mostrado particularmente nas seguintes situações:

- 1. Quando as substituições são feitas lentamente ou quando a bola é movimentada lentamente na transição da defesa para o ataque:**
 - Os jogadores estão no centro do terreno de jogo à espera de que sejam realizadas as substituições;
 - Um jogador que se encontra parado a efetuar batimentos com a bola;
 - Um jogador joga a bola de volta para o seu meio-campo não estando a ser pressionado por nenhum adversário;
 - Um guarda-redes, por qualquer motivo, atrasa um lançamento de baliza, ou um jogador, por qualquer motivo, atrasa um lançamento livre ou uma reposição em jogo.
- 2. No seguimento de uma substituição lenta depois de uma fase de construção de ataque:**



- Todos os jogadores já ocuparam as suas posições de ataque;
- A equipa inicia a fase de construção com um jogo de passes preparatórios;
- Uma equipa não realiza uma substituição até que tenha começado a fase de construção.

Comentário:

Uma equipa que tentou um contra-ataque rápido desde o seu próprio meio-campo, mas que fracassou não conseguindo uma oportunidade imediata de golo deve ser autorizada a fazer uma substituição rápida de jogadores nesse momento após ter chegado ao meio campo dos adversários.

3. Durante uma fase de construção excessivamente longa:

Em princípio, deve ser sempre permitido a uma equipa realizar uma fase de construção com uma fase de passes preparatória antes que a mesma inicie uma situação de ataque objetivo.

Principais indicações de um ataque excessivamente longo:

- A equipa atacante não realiza nenhuma ação objetiva de ataque à baliza adversária.

Comentário:

Uma ação de ataque existe particularmente quando a equipa atacante usa métodos táticos para se movimentar de modo a ganhar vantagem sobre os defesas ou quando aumenta claramente o ritmo do ataque em comparação com a fase de construção do mesmo.

- Os jogadores recebem repetidamente a bola parados, quase parados ou movimentam-se demasiado longe da baliza:
- Batem repetidamente a bola enquanto estão parados;
- Quando ao enfrentar um adversário o jogador atacante, volta-se prematuramente e espera que os árbitros interrompam o jogo, ou não tenta ganhar uma vantagem espacial sobre o defensor;
- Ações defensivas ativas: os métodos defensivos ativos que impedem os atacantes de aumentar o ritmo de jogo; porque os defesas bloqueiam os movimentos da bola ou impedem os movimentos tentados pelos jogadores atacantes;
- Quando a equipa atacante não consegue um claro aumento de velocidade desde a fase de construção de ataque até à fase final de finalização do mesmo.

4. Após ter mostrado o sinal de advertência de jogo passivo:

Após ter mostrado o sinal de aviso, os árbitros devem permitir à equipa em posse da bola algum tempo para mudar a sua maneira de jogar. Os árbitros devem ter em consideração o nível de habilidade e desempenho dos jogadores, isto é, nos escalões mais jovens onde o nível dos jogadores é mais baixo os árbitros devem permitir mais tempo de jogo na fase de construção da equipa.

Avisada a equipa, deve ser permitida a possibilidade de preparar uma ação orientada para obtenção de um remate à baliza. No entanto, se a equipa em posse de bola não faz qualquer tentativa reconhecível de remate à baliza, então os árbitros sancionam a equipa com jogo passivo.



Comentário:

Os árbitros devem ter especial atenção se uma equipa está a fazer uma tentativa de remate à baliza, para que deste modo não penalizem uma equipa quando está numa situação de remate à baliza, ou a realizar uma ação que lhe vai permitir um remate á baliza da equipa adversária.

Como se deve mostrar o sinal de advertência de jogo passivo

Se um árbitro (seja o árbitro de campo ou o árbitro de baliza) reconhece uma situação de jogo passivo, deve levantar o braço (sinal manual nº16) para indicar que a equipa que está na posse da bola não está a tentar chegar a uma posição de remate à baliza. O outro árbitro deve também efetuar o mesmo sinal.

O sinal manual de advertência de jogo passivo indica que a equipa em posse de bola não está a realizar nenhuma tentativa para criar uma oportunidade de golo ou está a atrasar repetidamente o reinício do jogo.

O sinal manual mantém-se até que:

- O ataque tenha finalizado;
- O sinal de advertência tenha terminado (ver mais abaixo).

Um ataque que começa quando a equipa toma posse da bola, termina quando a dita equipa marca golo ou perde a posse da bola.

O gesto de advertência normalmente tem validade para o restante ataque. No entanto, durante o desenrolar de um ataque existem duas situações onde o julgamento de jogo passivo deixa de ser valido e o gesto de advertência de jogo passivo deve acabar imediatamente:

- a) A equipa em posse de bola realiza um remate à baliza e a bola volta diretamente para a sua posse depois de ressaltar da baliza ou do guarda-redes, ou quando desta ação resulte num lançamento de reposição em jogo para a sua equipa;
- b) Um jogador ou oficial da equipa defensora recebe uma sanção disciplinar, em conformidade com a [Regra 16](#), devido a uma infração às regras ou conduta antidesportiva.

Nestas duas situações deve ser permitido uma nova fase de construção de ataque à equipa em posse de bola.

Se após ter sido levantado o sinal manual de advertência de jogo passivo (sinal manual nº16), a equipa que está na posse da bola solicitar uma paragem de tempo de equipa ("time-out" de equipa), então quando o jogo recomeçar o sinal de advertência para jogo passivo mantém-se.



Esclarecimento nº 5 - Conduta Antidesportiva (Regras 8:4, 16:1d, 16:6b)

Exemplos de conduta antidesportiva:

- a) Gritar contra um adversário ou (tentar distrair com qualquer gesto ou atitude) quando está a executar um Lançamento de 6 metros;
- b) Pontapear a bola para longe com a intenção de atrasar um lançamento ou reposição da equipa adversária;
- c) Agressões verbais dirigidas aos adversários ou colegas de equipa;
- d) Quando uma bola sai pela linha lateral e um jogador ou oficial de equipa não entrega a bola aos adversários, com a intenção de atrasar o jogo;
- e) Intencionalmente atrasar uma reposição em jogo ou um lançamento;
- f) Agarrar um adversário ou puxá-lo pelo equipamento;
- g) Quando o guarda-redes não entrega a bola aos adversários quando um lançamento de 6 metros é assinalado contra a sua equipa;
- h) Quando no terreno de jogo um jogador repetidamente bloqueia os remates dos adversários com as pernas ou os pés;
- i) Quando os defensores por razões táticas entram repetidamente na sua área de baliza;
- j) Quando com “ações teatrais” um jogador simula uma falta ou agressão de um adversário tentando enganar os árbitros.

Esclarecimento nº 6 - Conduta Antidesportiva Grave (Regras 8:6, 16:6e)

Exemplos de Conduta Antidesportiva Grave:

- a) Comportamento agressivo (agressões verbais, expressões faciais agressivas, gesticulando ou com contacto corporal) dirigidos a outros intervenientes do jogo, são considerados intervenientes no jogo, (árbitros, oficiais de mesa, delegado, oficiais de equipa, jogadores, espetadores, etc.);
- b) Atirar ou bater ostensivamente a bola para longe, depois de uma decisão dos árbitros;
- c) O guarda-redes demonstra uma atitude de abster-se de tentar defender um lançamento de 6 metros;
- d) Responder num ato de vingança após ter sofrido uma falta;
- e) Atirar deliberadamente a bola contra um adversário durante uma interrupção do jogo. Se esta ação for efetuada com muita força e a curta distância, é mais apropriado ser considerado como uma agressão (conduta antidesportiva grave).

Esclarecimento nº 7 - Definição de uma clara oportunidade de golo (Regra 14:1)

No que se refere à [Regra 14:1](#) uma “clara oportunidade de golo” existe quando:

- a) Um jogador que já tem a bola e o controle do seu corpo na linha contrária tem a oportunidade de marcar golo, sem que nenhum oponente possa impedir o remate com métodos legais;
- b) Um jogador que já tem a posse da bola e o controle do seu corpo, está a correr isolado perante o guarda-redes num contra-ataque, sem que nenhum outro adversário seja capaz de se colocar à sua frente e de parar o contra-ataque;
- c) De acordo com as alíneas (a e b), um jogador não tem a posse de bola, mas está pronto para uma imediata receção da bola, e os árbitros consideram que mais nenhum outro adversário seja capaz de se colocar à sua frente e de parar o ataque com métodos legais;
- d) O guarda-redes que deixou a sua área de baliza e um adversário com controlo da bola e do corpo é impedido de lançar a bola para a baliza vazia. (Esta regra aplica-se quando existe um defensor entre o rematador e a baliza, no entanto, os árbitros devem reparar se os defensores intervêm sem nenhuma infração às regras).

Esclarecimento nº 8 - Interrupção do jogo por parte do oficial de mesa ou delegado (Regra 18:1)

Se os oficiais de mesa interrompem o jogo devido a uma substituição ou entrada no terreno de jogo irregular de acordo com as [Regras 4:4, 4:6, 4:13, 4:14](#) o jogo reinicia-se com um lançamento livre para os adversários no local da infração. No entanto, se a bola estava num local mais próximo da baliza dos adversários no momento da interrupção do jogo, o lançamento pode ser realizado no local onde a bola estava ([Regra 13:8](#), 3º e 4º paragrafo).

O oficial de mesa ou o delegado deve interromper o jogo imediatamente, sem ter em consideração a “lei da vantagem” segundo o conceito vertido nas [Regras 13:2 e 14:2](#). Se uma clara oportunidade de golo for destruída por esta interrupção, em consequência de uma irregularidade da equipa defensora, será assinalado um lançamento de 6 metros de acordo com a [Regra 14:1a](#).

Noutras situações de jogo os oficiais de mesa devem esperar até à próxima interrupção do jogo e então informar os árbitros.

Se o oficial de mesa interrompe o jogo quando a bola está em jogo, o mesmo é reiniciado com um lançamento livre a favor da equipa em posse da bola no momento da interrupção. Se, no entanto, a interrupção for causada por uma infração cometida pela equipa defensora e, em consequência é anulada uma clara oportunidade de golo, será marcado um lançamento de 6 metros de acordo com a [Regra 14:1b](#). Geralmente as infrações relatadas pelos oficiais de mesa com exceção à relatadas nas [Regras 4:4, 4:6, 4:13, 4:14](#) não serão sancionadas progressivamente.

De acordo com a [Regra 14:1](#) conforme indicado acima também se aplica se um árbitro ou delegado, (IHF, Federação Continental ou Nacional), interrompe o jogo devido a uma infração cometida por um jogador ou oficial da equipa defensora no momento em que a equipa atacante tem uma clara oportunidade de golo, deve ser assinalado lançamento de 6 metros, terá lugar uma sanção disciplinar de acordo com a infração.



Esclarecimento nº 9 – “Shoot-out” e contra-ataque

Se durante o “Shoot-out” ou um contra-ataque, o guarda-redes ou jogador defensor obstruir o trajeto do jogador atacante, provocando um contacto físico será adequada uma sanção (suspensão ou desqualificação) e o jogo reiniciará com o lançamento de 6 metros a favor da equipa atacante.

Nestas situações de jogo, o guarda-redes ou o jogador da equipa defensora são sempre os responsáveis por estes contactos.



REGULAMENTO DA ÁREA DE SUBSTITUIÇÃO

1. Cada equipa tem uma zona de substituição para os jogadores que tem 15 metros de comprimento e 3 metros de largura.
Esta área está situada em ambos os lados do terreno de jogo, fora das linhas laterais ([Regra 1:7](#)).
2. Nenhum objeto está autorizado a permanecer na zona de substituição das equipas. Garrafas de água e tolhas terão que estar dentro de uma caixa, fornecida pelo organizador do torneio.
3. Só os jogadores e oficiais de equipa inscritos no boletim de jogo estão autorizados a estar na zona de substituição ([Regras 4:2, 4:6](#)).
4. Ambas as equipas estão na sua zona de substituição ([Regras 1:7, 2:1](#)).
5. Os oficiais de cada equipa devem estar vestidos com roupas desportivas na sua área de substituição ([Regra 4:8, Comentário](#)).
6. Se for necessário um intérprete, deve permanecer atrás da área de substituição da equipa.
7. Os oficiais de mesa (secretário/cronometrista) tanto como o delegado apoiarão os árbitros na observação dos elementos na zona de substituição antes e durante o jogo.
Se antes do jogo começar, existir alguma infração das regras no que concerne a zona de substituição, o jogo não deverá começar até que as mesmas tenham sido resolvidas.
Se esta infração acontecer no decurso do jogo, o mesmo não poderá continuar, depois da próxima interrupção até que o problema esteja resolvido.
8.
 - a) Os oficiais de equipa têm o direito e o dever de controlar e dirigir a sua equipa também durante o jogo, mas sempre num espírito do desportivismo e lealdade e com o respeito pelo fair play e pelas regras do jogo. Em princípio, devem estar sentados ou com pelo menos um joelho na areia na zona de substituição da sua equipa.
No entanto **é permitido** a um oficial de equipa movimentar-se na sua área de substituição, especificamente para:
 - Gerir a substituição de jogadores;
 - Dar conselhos técnicos aos jogadores, para dentro de campo como para a zona de substituição
 - Proporcionar cuidado médicos;
 - Solicitar um time-out de equipa;
 - Em casos excecionais, quando se torna necessário pode estabelecer um contacto com os oficiais de mesa ([Regra 4:6](#)).A permissão para manter contacto com os oficiais de mesa aplica-se apenas a um oficial de equipa. No entanto, a sua posição deve respeitar os limites da sua área de substituição e o comportamento não deve interferir com as ações dos jogadores que estão dentro de campo, conforme definido em cima.



Simultaneamente, enquanto se movimenta o oficial de equipa deve respeitar o ângulo de visão dos oficiais de mesa e do delegado.

- b) Os jogadores que estão na área de substituição têm que estar sentados ou pelo menos com um joelho em contacto com a areia, no entanto, desde que não perturbem o jogo é-lhes permitido deslocarem-se ao longo da área de substituição imediatamente a seguir à sua substituição.
- c) Os oficiais de equipa e os jogadores **não estão autorizados** a:
 - Interferir ou insultar os árbitros, delegados e oficiais de mesa, jogadores, oficiais de equipa ou espectadores, tendo uma atitude provocatória, protestando ou adotando conduta antidesportiva (seja verbal, gestual ou com expressões faciais);
 - Abandonar a área de substituição com a finalidade de influenciar o normal decorrer do jogo;
 - Estar de pé ou em movimento para realizar o aquecimento.

É suposto que os oficiais de equipa e os jogadores permaneçam dentro da área de substituição da sua equipa. No entanto, se um oficial de equipa abandona a área de substituição da sua equipa e se coloca noutra local, perde o direito de dirigir a sua equipa e só quando retornar à sua zona de substituições é que recupera esse seu direito

De modo geral, os jogadores e oficiais de equipa permanecem sob a jurisdição dos árbitros e delegados durante todo o jogo, e as regras de jogo relativas às sanções disciplinares também se aplicam se o jogador ou oficial de equipa decidem ocupar uma posição fora do terreno de jogo e fora da zona de substituições. Como tal, condutas antidesportivas, condutas antidesportivas graves e as condutas antidesportivas extremamente graves serão sancionadas da mesma forma mesmo que cometidas no terreno de jogo ou na zona de substituições.

9. Em caso de infração dos regulamentos da zona de substituição, os árbitros ou o delegado devem atuar de acordo com as [Regras 16:1d](#), [16:2c-d](#) ou [16:6b,e,h](#) (aviso verbal, suspensão, desqualificação).
10. Se os árbitros não se aperceberam de uma violação ao regulamento da zona de substituição, então os oficiais de mesa e o delegado deverão informar os árbitros na próxima interrupção do jogo.
11. Intervenção do(s) delegado(s):

Delegados da IHF, Federação Continental ou Nacional que exercem funções num jogo devem informar os árbitros sobre uma decisão que contrarie as regras (com exceção das decisões que têm por base a observação das situações de jogo), ou sobre infrações aos regulamentos nas áreas de substituição.

O delegado pode interromper o jogo imediatamente. Nessa situação o jogo reinicia com um lançamento livre para a equipa que não cometeu a infração

Se a interrupção for causada por uma infração da equipa defensora no momento em que os adversários têm uma clara oportunidade de golo, então, de acordo com a [Regra 14:1a](#) um lançamento de 6 metros será atribuído à equipa atacante.

Os árbitros estão obrigados a sancionar de acordo com as indicações do delegado.

Os factos de uma desqualificação devem ser relatados por escrito ([Regra16:9](#)).

REGULAMENTO DOS EQUIPAMENTOS

Regulamento dos uniformes

Os uniformes e acessórios dos atletas contribuem para ajudar a aumentar seu desempenho, bem como manter a coerência com a imagem desportiva e atrativa do desporto.

Esta parte das regras fornece todos os detalhes relativos às especificações de uniformes e acessórios no que diz respeito à cor, estilo, quantidade, tecido e marcas que todas as equipas e organizadores devem utilizar.

A Organização da Competição (CM) deve verificar os uniformes desportivos de cada equipa participante durante a Reunião Técnica (TM) e durante o evento. Todos os uniformes desportivos masculinos e femininos devem corresponder com as normas indicadas abaixo ([Diagrama nº4](#) e [nº5](#)). De acordo com a Carta Olímpica, os direitos religiosos, políticos e raciais mensagens são estritamente proibidas em uniformes desportivos.

1. Parte de cima masculina e feminina – “tank top”

O estilo dos “tank top” deve estar de acordo com o [Diagrama nº4](#) e [nº5](#).

O “tank top” masculino ([Diagrama nº4](#)) e o “tank top” justo feminino ([Diagrama nº5](#)) devem ser sem mangas e ajustados ao corpo, e respeitar o espaço para as marcas necessárias. Camisolas ou t-shirts usadas sob o “tank top” oficial da equipa não são permitidas.

Cor

- O “tank top” masculino e o “tank top” justo feminino serão de cores brilhantes e claras (ou seja, vermelho, azul, amarelo, verde, laranja e branco) na tentativa de refletir as cores normalmente usadas na praia.

Marcas

- Logotipos do promotor/patrocinador:
Os logotipos do promotor/patrocinador podem ser impressos na frente e nas costas do “tank top” masculino e do “tank top” justo feminino
- Logo do fabricante:
O logotipo do fabricante está impresso na frente do “tank top” e deve não exceder 20 cm².

Número do atleta

- O número do atleta (aprox. 12x10 centímetros) deve ser colocado na frente e atrás do “tank top” masculino e do “tank top” justo feminino ([Diagrama nº4](#) e [nº5](#)). Essas informações devem ser impressas em cor contrastante com a cor do “tank top” masculino e do “tank top” justo feminino (isto é, cor clara num “tank top” de cor escura e vice-versa).



2. Parte de baixo masculina e feminina – calção

Os membros da equipa devem usar calções idênticos. Atletas do sexo masculino devem usar calções (Diagrama nº4).

Os calções dos jogadores, se não muito largos, podem ser mais compridos, mas devem ficar 10 centímetros acima do joelho.

Atletas do sexo feminino devem usar calções curtos e justos (Diagrama nº5).

As equipas estão autorizadas a ter logotipos de patrocinadores (incluindo o fabricante) nos seus calções, localizados em qualquer posição e de qualquer tamanho.

Não há limitação no número de patrocinadores a serem exibidos nos calções. Os atletas podem imprimir o seu nome e apelido nos seus calções.

Os respetivos oficiais de equipa devem enviar os uniformes de sua própria equipa para aprovação durante a Reunião Técnica (TM).

3. Uniforme para o frio

Durante condições climáticas severas, os jogadores poderão usar uniformes compostos por camisola justa, calças compridas e justas (até o tornozelo e não até aos joelhos). Estes devem ser consistentes em estilo e cor seguindo as mesmas regras de marketing dos calções dos jogadores, independentemente do tamanho e posição.

A Organização da Competição (CM) será o responsável final por permitir que os jogadores usem uma roupa especial sempre que necessário, após consulta ao corpo médico oficial.

Para os “tank top”, os logotipos de patrocinadores são permitidos para homens e mulheres. Para calças compridas e justas de clima frio, logotipos de patrocinadores são permitidos para homens e mulheres conforme indicado acima.

Diagrama nº 4: Uniforme masculino



FRENTE



TRÁS



FRENTE



TRÁS



FRENTE



TRÁS



FRENTE



TRÁS

Diagrama nº 5: Uniforme feminino



REGULAMENTO DA QUALIDADE DA AREIA E DA ILUMINAÇÃO

Areia

A qualidade da areia é provavelmente o fator mais importante na construção do terreno de jogo.

Na construção de um campo de Andebol de Praia consideramos que a areia deve ter pelo menos 40 centímetros de profundidade, ser fina e sem pedras. No entanto, devemos ter em atenção que não deve ser tão fina de forma a não causar poeiras e colar na pele.

Qualquer areia deve considerar as seguintes especificações:

- **Lavagem:** a areia deve ser lavada duas vezes ao dia e não conter lodo e argila para evitar compactação;
- **Tamanho das partículas:** o tamanho da areia deve estar entre 0.5 e 1 milímetro para permitir uma drenagem adequada e a máxima segurança;
- **Formato das partículas:** um formato sub-angular da partícula resistirá à compactação e auxiliará a drenagem;
- **Cor:** a areia colorida absorve menos calor com o mínimo de brilho;
- **Base:** uma areia à base de granito (não calcária – sem cálcio ou calcário) permanece estável em todas as condições climáticas e não é afetada por chuva ácida.

Uma areia de qualidade para a prática do Andebol de Praia deve seguir a seguinte fórmula:

| Designação | Diâmetro de Partículas | Especificações (% retenção de partículas) |
|--------------------|------------------------|--|
| Cascalho fino | 2.0 mm | 0% |
| Areia muito grossa | 1.0 mm - 2.0 mm | 0% - 6% |
| Areia grossa | 0.5 mm - 1.0 mm | min. 80% |
| Areia normal | 0.25 mm - 0.5 mm | max. 92% |
| Areia fina | 0.15 mm - 0.25 mm | 7% - 18% |
| Areia muito fina | 0.05 mm - 0.15 mm | não superior a 2.0% |
| Lodo de argila | abaixo 0.05 mm | não superior a 0.15% |



Iluminação

Se um jogo se realiza durante a noite, o terreno de jogo deve ser iluminado de forma a que jogadores, árbitros, oficiais de equipa e espetadores possam ver as ações com clareza. Isso significa que os níveis de contraste e brilho devem ser projetados corretamente em toda a área do terreno de jogo.

Os níveis de iluminação dependem do tamanho do local.

Nas competições internacionais, deve haver uma iluminação artificial de 1000 a 1500 Lux (mínimos) medida a 1 metro acima da superfície do terreno de jogo. Para reduzir o impacto da sombra e mediante solicitação da televisão, a luz artificial pode estar a funcionar durante o dia.

Níveis mínimos indicados de iluminação (amperes):

- Treino: 120 Lux;
- Competição local: até 400 Lux;
- Competição Internacional: de 1 000 a 1 500 Lux.

GLOSSÁRIO

| | |
|---|--|
| Ação criativa | Ação caracterizada pela imaginação e criatividade |
| Aéreo (“in-flight”) | Jogada aérea – receção e passe/remate no ar |
| Autogolo | Jogador marca golo contra a sua própria equipa |
| Contra-ataque | Uma saída rápida para o ataque após ganho de posse de bola |
| Espetacular (golo) | Da natureza de um espetáculo; impressionante ou sensacional; emocionante em efeito; uma performance ricamente produzida (um golo espetacular é premiado com 2 pontos). |
| “Fair Play” | Conformidade com as regras, espírito e etiqueta do desporto; o <i>ethos</i> do desporto |
| Falha na receção (“fumbling”) | Quando um jogador falha a receção de uma bola ou a deixa cair no chão. |
| Golo de Ouro | Regra que permite que a primeira equipa a marcar golo seja declarada a vencedora do período |
| Interceção | Tirar a bola de um adversário que está em posse da bola ou interceptar um passe |
| Lei da vantagem | Uma cláusula nas Regras do Jogo que dá aos árbitros a discricção para permitir que o jogo continue mesmo após uma falta ter sido cometida, caso a interrupção do jogo causa-se desvantagem à equipa que sofreu a falta |
| Passos | Violação das regras que ocorre quando um jogador executa demasiados passos sem driblar a bola |
| Pirueta (“spin shot”) | Ação que contempla uma volta completa do corpo no ar |
| “Shoot-out” | Um meio de resolver um empate, no qual um número igual de jogadores de cada equipa remata alternadamente (método “contra-ataques”) na baliza defendida pelo guarda-redes |
| “Turnover” | Ocorre quando uma equipa perde a posse de bola para a equipa adversária por qualquer meio (passe interceptado, remate/passe perdido, infração das regras) |