

Instituto Politécnico de Santarém

Escola Superior de Desporto de Rio Maior

Treino Desportivo de Alto Rendimento

Modalidade Desportiva II - Andebol



Alguns dos apoios:



Andebol de Praia

Identificação	
<p><u>Docente</u></p> <p>Pedro Sequeira (Professor Coordenador)</p>	<p><u>Discentes</u></p> <p>Diogo Pessanha Gomes Filipe Fernando Mendonça Neto João Pedro Mendes Pascoal (2º Ano, Turma 2, Nós 120522026/28/32)</p>

Rio Maior, Julho de 2014

Índice

1. História do Andebol de Praia.....	4
1.1. A História do Andebol de Praia em Portugal	7
1.1.1. A evolução do Andebol de Praia em Portugal	8
2. As leis do jogo	9
2.1. Regras/Regulamentos do jogo	9
2.1.1. Filosofia - “Fair-Play”	9
2.1.2. Terreno de jogo	10
2.1.2.3. Baliza	12
2.1.2.4. Área de golo	13
2.1.2.5. A mesa	13
2.1.2.6. Áreas de substituição	14
2.1.3. O jogo	15
2.1.3.1. O início do jogo.....	15
2.1.3.2. O decorrer do jogo.....	15
2.1.3.3. O apito final.....	16
2.1.3.4. “Time-out”	17
2.1.3.5. “Time-out” de equipa	18
2.1.4. A bola	20
2.1.5. A equipa	21
2.1.6. O equipamento	22
2.1.7. Substituição de jogadores	24
2.1.8. O guarda-redes.....	25
2.1.8.1. Substituição do guarda-redes	25
2.1.9. Área de golo	26
2.1.10. Jogar a bola.....	27
2.1.11. Jogo passivo.....	28
2.1.12. Faltas e condutas antidesportivas	29
2.1.13. Golos e decisão do resultado	31
2.1.14. O lançamento do árbitro	33
2.1.15. O lançamento de linha lateral	33
2.1.16. O lançamento de guarda-redes	34
2.1.17. O lançamento livre.....	35

2.1.18. O lançamento de 6 metros	37
2.1.19. Instruções gerais para a execução dos lançamentos	38
2.1.20. Os castigos	39
2.1.21. Os árbitros	43
2.1.22. O cronometrista e o registador de golos	45
2.2. Apêndices	46
2.2.1. Sinais gestuais dos árbitros	46
2.2.2. Clarificação das regras/regulamentos do jogo	53
2.2.3. Regulamento da área de substituição	59
2.2.4. Regulamentos dos equipamentos dos atletas	61
2.2.5. Regulamentações da areia e da iluminação	65
2.2.6. Glossário de termos específicos	66
3. O regulamento nacional em 2014	67
4. “European Beach Tour”	69
5. As técnicas do Andebol de Praia	74
5.1. Defensivas	74
5.2. Ofensivas	76
6. Referências bibliográficas	81

1. História do Andebol de Praia

Todas as informações seguintes foram retiradas da apresentação de Mário Bernardes (Regulamentos do Andebol de Praia - Nacionais e Internacionais - *EBT* - 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria) - 2014) e do website da Associação de Andebol de Praia da Ucrânia.

→ Tudo começou por volta da década de 80 no Brasil, local repleto de praias, onde muitos locais praticavam o Andebol “de pavilhão” em contexto de praia (dimensões do campo e regras iguais/semelhantes).

→ Surgiu pela primeira vez oficialmente há 24 anos em Itália (1990), ideia do Comité Olímpico Italiano. Localização assinalada a **laranja** na figura/mapa 3.

→ Foi também em Itália, mais concretamente em *Ponza*, que se realizou o 1º Torneio da modalidade (1992). Localização assinalada a **verde** na figura/mapa 3.

→ Um ano mais tarde (1993) realizou-se o 1º Torneio a nível Internacional em Roma (Itália) na praia de Giulianova. Para além de participarem equipas locais, também participaram equipas da cidade Teramo. Localização assinalada a **azul** na figura/mapa 3.

→ Em conjunto com a Itália, a Holanda teve um papel importante na transformação e desenvolvimento da modalidade. Após algumas sugestões e trocas de experiências/informações, foram elaboradas novas regras, que no ano de 1994 levou a *IHF* (“*International Handball Federation*” ou Federação Internacional de Andebol) a reconhecer e oficializar a modalidade. Localização assinalada a **laranja** na figura/mapa 4.

→ Em Setembro desse mesmo ano, o professor Manoel Luiz Oliveira participou no XXV Congresso da *IHF*, na cidade de Amesterdão (Holanda). Ao acompanhar alguns jogos nas praias holandesas e vídeos, este teve o seu primeiro contato com as novas regras da modalidade. Já no Brasil entrou em contato com o COB (Comité Olímpico Brasileiro) com o intuito de divulgar a nova modalidade, sugerindo que esta fosse incluída no Festival Olímpico de Verão em 1995.

→ Meia década após o seu nascimento (1995), o Andebol de Praia passou para o panorama internacional a nível de seleções. A sugestão anterior foi aceite, iniciando-se então os preparativos para o primeiro encontro. Os 1ºs jogos decorreram no Rio de Janeiro (Brasil), tendo como países participantes o Brasil, Portugal, Argentina e Itália. Localização assinalada a **roxo** na figura/mapa 5.

→ Em Julho de 2000, sob a supervisão da *EHF* (“European Handball Federation” ou Federação Europeia de Andebol), foi realizado o 1º Campeonato da Europa em Gaeta (Itália). Localização assinalada a **laranja** na figura/mapa 3. Neste Campeonato participaram 8 equipas masculinas (Espanha, Bielorrússia (Campeão), Ucrânia, Rússia, Itália, Alemanha, Grécia e Turquia) e 8 equipas femininas (Ucrânia (Campeão), Alemanha, Rússia, Iugoslávia, Holanda, Itália, Turquia e Espanha). Após essa primeira edição realizaram-se mais 7 (2002/04/06/07/09/11/13).



Figura 1 - Alguns dos atletas que participaram na 1ª edição do Campeonato da Europa

→ Um ano mais tarde (Agosto de 2001) decorreram os 1^{os} Jogos Mundiais em Akita (Japão) (competição estruturada e diferente do encontro de 1995), também conhecida como o 1º Campeonato do Mundo não oficial. Localização assinalada a **vermelho** na figura/mapa 6. Participaram equipas de todos os continentes, onde curiosamente os vencedores do Campeonato foram os vencedores do ano anterior (no Campeonato Europeu). Os Jogos Mundiais ocorrem de 4 em 4 anos. Até ao momento decorreram 4 edições (2001/05/09/13), sendo que apenas a última na Columbia em 2013 foi considerada oficial (as 3 edições anteriores eram meramente demonstrativas).



Figura 2 - Ucrânia (equipa feminina, vencedora da 1ª edição dos Jogos Mundiais)

→ Em 2003, com o intuito de desenvolver e promover o Andebol de Praia, a *EHF* fundou a *EBT* (“European Beach Tour” ou Circuito Europeu de Praia). Isto levou a

Andebol de Praia

Diogo Gomes, Filipe Neto e João Pascoal

que muitos países europeus criassem as suas próprias competições, de forma a entrarem no Circuito Europeu.

→ No ano seguinte (2004) surge o 1º Campeonato do Mundo no Egito (edição oficial, consequente da prova de 2001). Localização assinalada a **verde** na figura/mapa 7. Após a 1ª edição oficial decorreram mais outras 5 (2006/08/10/12/14), duas delas em solo Europeu.

→ Em Junho de 2008 surgiu na Hungria o primeiro Campeonato da Europa de Escalões Jovens ou YACBHC (“*Younger Aged Category Beach Handball European Championship*”). Foi disputado por 8 equipas masculinas e 8 femininas. Desde então ocorreram mais edições, como por exemplo em 2011 na Croácia e na Espanha em 2014.



Figura 3 - Itália



Figura 4 - Suíça



Figura 5 - Brasil



Figura 6 - Japão



Figura 7 - Egito

1.1. A História do Andebol de Praia em Portugal

- Portugal participou no primeiro encontro internacional que se realizou nas praias do Rio de Janeiro (Brasil) em 1995.
- O nosso país “pegou” na iniciativa anterior e realizou o 1º Torneio Internacional no Pedrógão em Julho de 1995.
- Portugal preencheu ainda o ano de 1995 com uma série de torneios, que decorreram nas praias da Batata (Lagos), Costa da Caparica, Pedrógão (Leiria), Matosinhos e Espinho.
- Um ano mais tarde (1996) realizou-se o 1º Circuito Nacional com 4 etapas: Pedrogão, Buarcos, Praia da Batata e Figueirinha, com a Final em Espinho.
- Já em 2010 e 2012, Portugal foi responsável pela organização de duas finais do *EBT*. Uma em Espinho e outra em Lagoa respetivamente.
- Em 2014, Portugal participou pela primeira vez, por direito desportivo, no *EBT Finals* realizado em Salónica (Grécia).
- Em Junho desse mesmo ano (2014), realizou-se o 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria). Este Congresso contou com a presença de nomes tais como: o húngaro *Tamás Neukum* (preleitor da *EHF*), Mário Bernardes e Eurico Nicolau (especialistas nas regras, regulamentos e gestos técnicos da modalidade). Seguidamente encontram-se dois mapas que sinalizam as diferentes localizações anteriormente mencionadas.

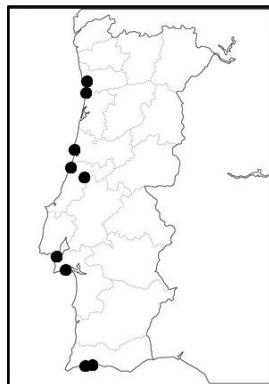


Figura 6 - Portugal

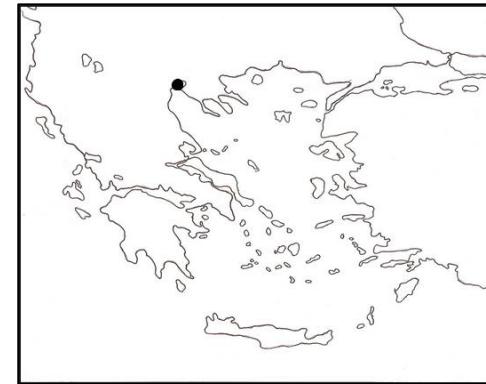
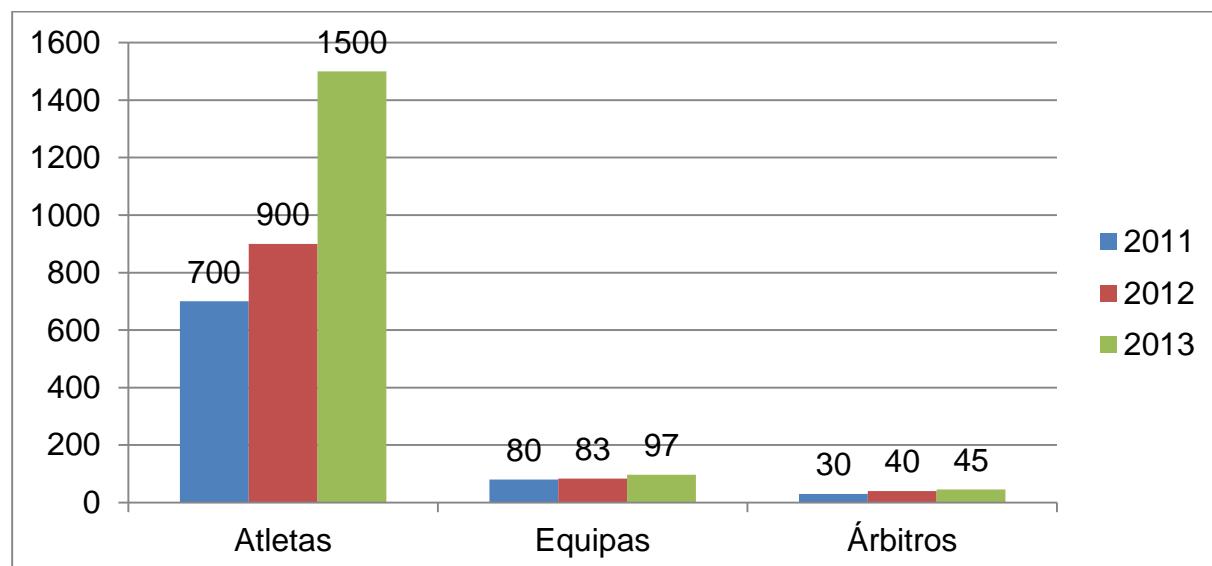


Figura 7 - Grécia

- No ano de 2014 ocorreram ainda mais uns quantos marcos importantes para a modalidade a nível nacional, destaque para a integração do Andebol de Praia na F. A. D. U. (Federação Académica do Desporto Universitário), realização do 1º Torneio de Desporto Escolar em Sesimbra e a participação da seleção masculina Sub-18 no YAC em Lorca (Espanha).

1.1.1. A evolução do Andebol de Praia em Portugal

Como foi referido anteriormente, o Andebol de Praia tem apresentado uma constante e considerável evolução no nosso país. Para uma melhor visualização e compreensão desse mesmo crescimento será apresentado seguidamente um gráfico de barras apresentado pelo preleitor Mário Bernardes no 1º Congresso de Andebol de Praia (Junho de 2014 em Leiria).



Apesar de não constar no gráfico, no ano de 2014, o Andebol de Praia nacional contou com 2000 atletas, 130 equipas e 32 torneios espalhados por regiões como a Guarda, Viseu, Aveiro, Leiria, Porto, Lisboa, Santarém, Algarve, Setúbal e Madeira. Por outras palavras, num período de 3 anos o número de equipas aumentou aproximadamente 163% e o de atletas quase 286%. Números que claramente devem orgulhar os todos os evolvidos no processo, assim como os adeptos da cultura desportiva de Portugal. No que diz respeito à variável do número total de árbitros nacionais de Andebol de Praia, o aumento não foi tão significativo, no entanto não deixa de ser um indicador da evolução, desenvolvimento e crescimento da modalidade.

2. As leis do jogo

Todas as informações seguintes foram retiradas da apresentação de Eurico Nicolau (Regras de Andebol de Praia - 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria) - 2014) e do documento oficial da IHF referente às leis/regras do jogo (disponível no website da Federação de Andebol de Portugal - secção de Andebol de Praia - Circuito Nacional - Regras de Jogo - Regras do Jogo IHF). Algumas das imagens presentes encontram-se em inglês, devido ao fato de a sua alteração as tornar imperceptíveis e/ou não existirem de melhor qualidade em português. O grupo de trabalho aconselha que caso algum ponto esteja menos perceptível, a consulta do documento oficial deverá ser a medida a tomar.

2.1. Regras/Regulamentos do jogo

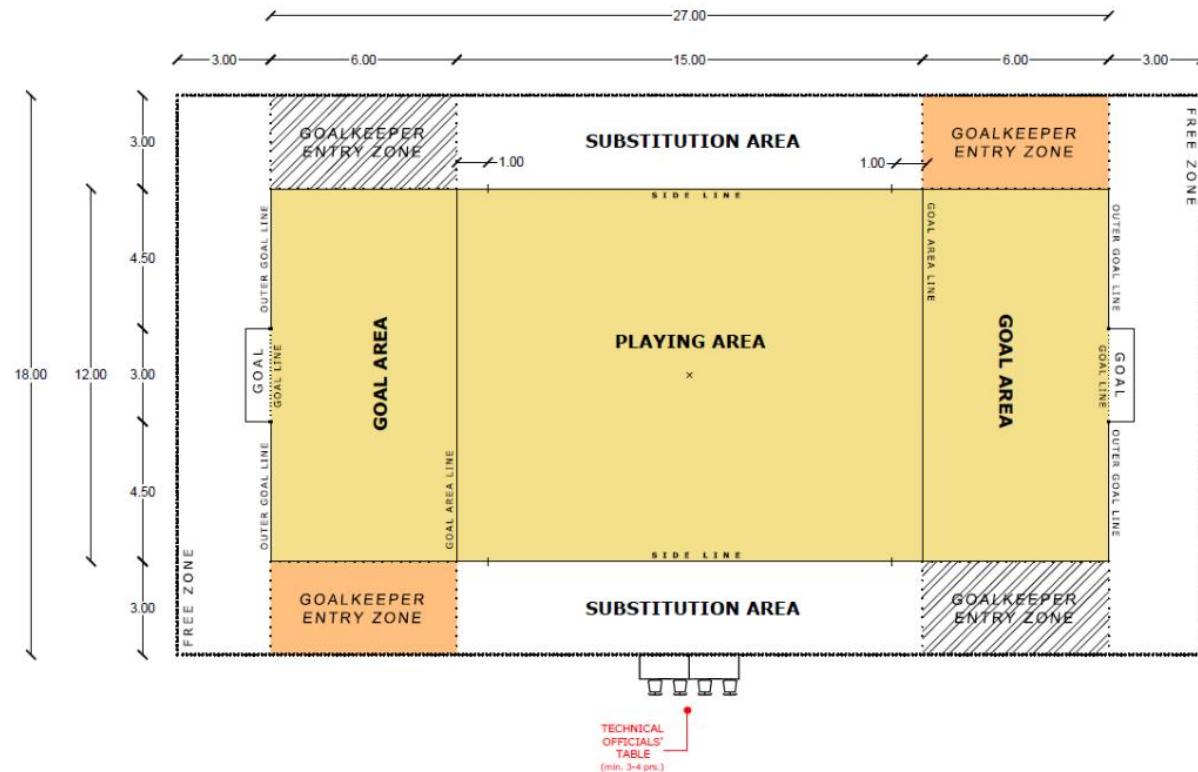
2.1.1. Filosofia - “Fair-Play”

Independentemente da decisão, esta deverá respeitar:

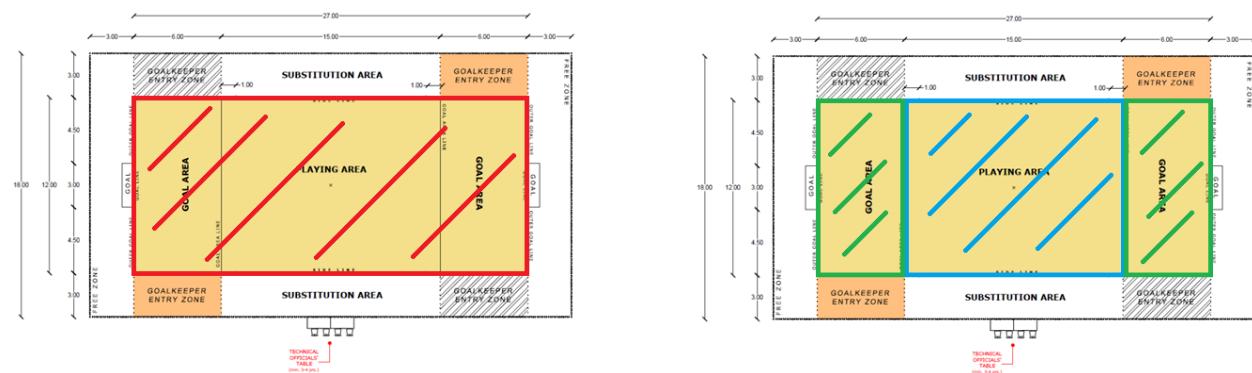
- A saúde, integridade física e o corpo dos atletas envolvidos;
- O espírito do jogo (dimensões desportivas, técnicas, espetáculo);
- O sentido do jogo (jamais se deverá dar vantagem perante uma violação das leis/regras do jogo);
- A atratividade do jogo (duas equipas jogarem tanto quanto possível, com toda a força e dedicação, resultando num espetáculo para quem assiste);
- As sanções serão contra os jogadores, como indivíduos e não contra a equipa;
- A posse de bola muda rápida e constantemente, uma posição fixa na defesa raramente acontece, fato que deverá resultar num jogo sem contato.
- Diversão, ações e cenas espetaculares, como mergulhos para a areia, piruetas ou aéreos são mais valiosos do que ganhar a qualquer custo;
- Devido à permanente situação de 4 contra 3 os golos podem ser marcados de forma relativamente simples através de uma abordagem técnico-tática eficiente;
- Após o golo, o jogo recomeça automaticamente na área de baliza sem ser necessário apitar para reiniciar o mesmo.

Todos os termos específicos aqui mencionados serão explicados ao longo do documento, para que qualquer interessado, mesmo que “fora” do contexto da modalidade, possa compreender.

2.1.2. Terreno de jogo



O terreno de jogo (zona praticável a **vermelho**) apresenta uma forma retangular com 27 metros de comprimento por 12 de largura. Este por sua vez engloba uma área de jogo com 15 metros por 12 (azul) e duas áreas de baliza com 6 metros por 12 cada (verde).



A superfície do terreno deve ser composta por areia nivelada (o mais uniforme possível, livre de pedras, conchas ou qualquer outro tipo de lixo, que ponha em causa a segurança dos atletas). A areia tem de ter pelo menos 40 centímetros de profundidade (também não deve ser profunda ao ponto de impossibilitar o deslocamento dos intervenientes) e deve ser constituída por grãos finos e compactos. As características do terreno não podem ser alteradas durante o jogo, de forma a evitar que uma das equipas saia com vantagem dessa situação.

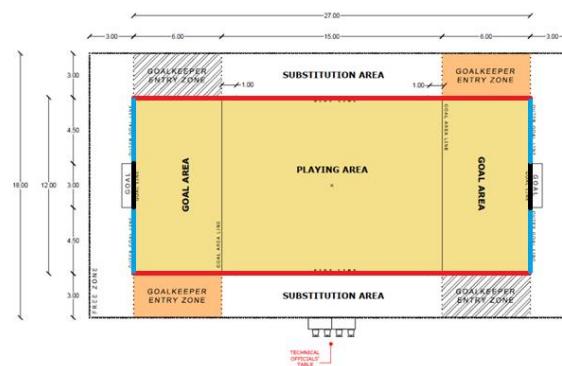
Deverá existir uma “zona segura/livre” com uma distância de 3 metros em relação à zona praticável (verde).



As condições meteorológicas nunca poderão ser um fator de risco.

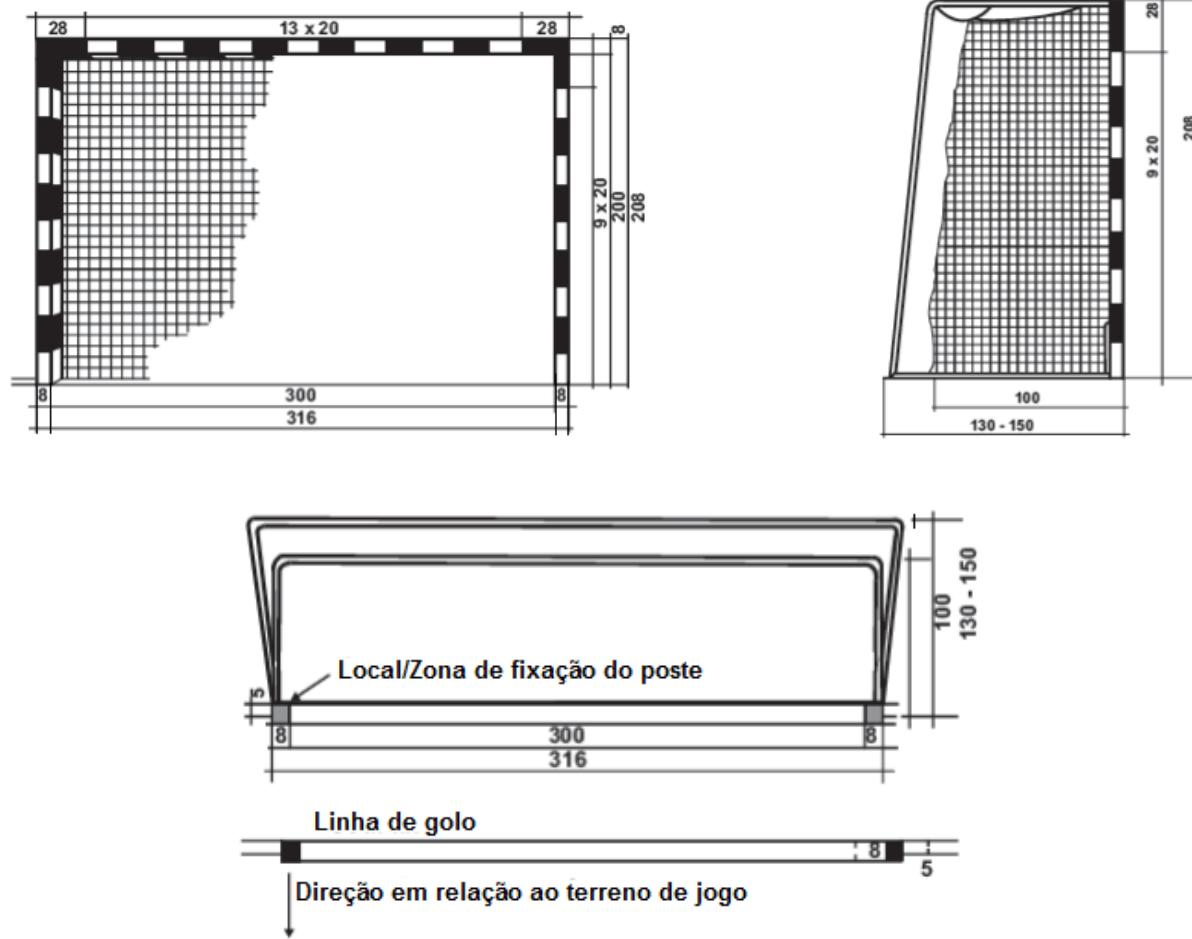
Caso as competições se desenrolem durante o período da noite, a iluminação presente no recinto deverá variar entre os 1000 e os 1500 lux, sendo que as fontes luminosas deverão ter esta potência e ser medidas a 1 metro do solo.

As linhas delimitadoras têm de ser marcadas com uma banda ou corda elástica e colorida, com uma largura máxima de 8 centímetros. Todas as linhas fazem parte da área que delimitam. As linhas mais compridas são denominadas por linhas laterais (vermelho), as mais curtas por linhas de fundo (azul). A linha entre os postes da baliza tem o nome de linha de golo e é desenhada na areia (preto) com o intuito de evitar quedas perigosas resultantes em lesões, por parte especialmente do guarda-redes.



2.1.2.3. Baliza

A baliza é colocada no centro de cada linha de fundo com a sua abertura orientada para o centro do terreno de jogo. Cada baliza tem 3 metros de comprimento (da face interior de um dos postes até à outra) e 2 metros de altura (da face inferior da barra até ao nível do solo). As balizas têm de ser fixas firmemente na areia por âncoras, que não devem constituir um perigo para qualquer atleta. Ambos os postes encontram-se ligados por um outro poste horizontal (barra). A parte de trás de cada poste deve estar alinhada com o lado posterior da respetiva linha de golo. Os postes e a barra devem ter uma espessura de 8 centímetros. Nos três lados dos postes e da barra, visíveis a partir do terreno de jogo, devem encontrar-se pintadas duas bandas coloridas com contraste entre estas e também com o solo e o plano à retaguarda das balizas. As balizas devem ter uma rede instalada de tal forma que qualquer bola, uma vez dentro da baliza, não saia (facilitando a validação ou não de um golo, e garantindo também a segurança dos atletas (ressaltos potencialmente perigosos)).



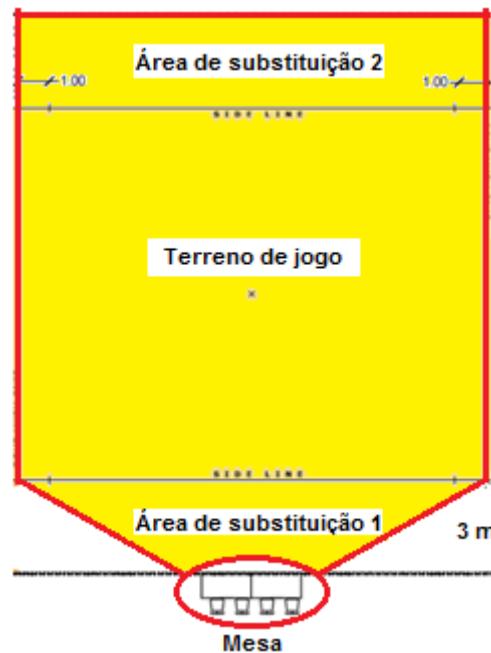
2.1.2.4. Área de golo

Em frente a cada baliza existe uma área de golo. A área de golo é delimitada pela linha de funda, linha lateral e linha de área de golo. Esta zona deve respeitar as seguintes normas: a banda ou corda deve encontrar-se em paralelo com a linha de funda e a 6 metros da mesma.



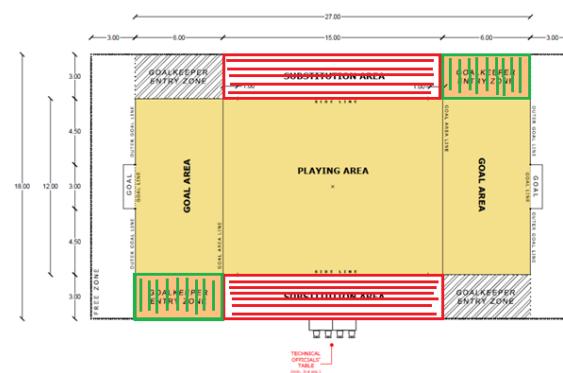
2.1.2.5. A mesa

A mesa do cronometrista e do registador de golos deve ter espaço/lugares suficiente(s) para 3 ou 4 pessoas e tem de estar posicionada no meio de uma das linhas laterais, a pelo menos 3 metros do terreno de jogo (fora). A mesa também terá de estar posicionada de tal forma que os seus elementos consigam visualizar corretamente as áreas de substituição das duas equipas em disputa.



2.1.2.6. Áreas de substituição

A área de substituição dos jogadores de campo tem 15 metros de comprimento e aproximadamente 3 metros de largura. As áreas de substituição estão situadas após as linhas laterais, no lado oposto da zona praticável. Os jogadores de campo apenas podem entrar no campo através desta área. É permitido aos jogadores de campo e ao guarda-redes entrar e sair em qualquer parte da sua área de substituição, apesar de existir de uma área diferente para cada posição (área de substituição do guarda-redes a **verde** e área de substituição dos restantes jogadores a **vermelho**). As áreas de substituição de cada equipa encontram-se posicionadas opostamente no terreno de jogo. Os guarda-redes apenas podem entrar e sair na sua área de substituição específica (entra a linha de fundo e a linha da área de golo da sua baliza). O guarda-redes suplente pode estar sentado ou ajoelhado enquanto espera para entrar em jogo, dentro da sua área específica (mais nenhum jogador pode estar nessa área).

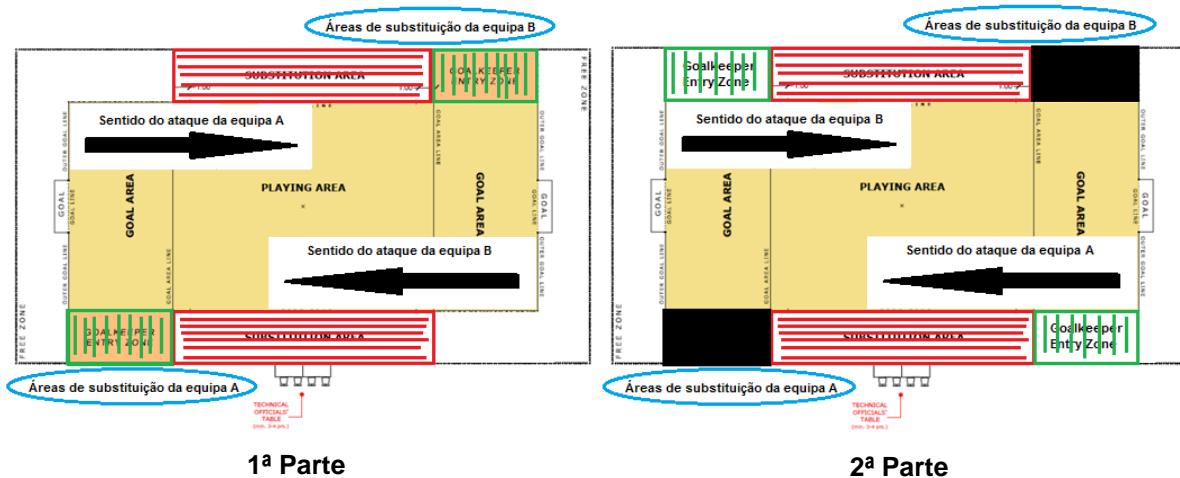


2.1.3. O jogo

2.1.3.1. O início do jogo

Antes de o jogo ter início, os árbitros lançam uma moeda ao ar com intuito de determinar qual a equipa que tem o direito de escolher primeiro o campo ou as áreas de substituição. A equipa vencedora (moeda ao ar) poderá escolher ou o campo que pretende defender durante a 1^a parte ou o lado das suas áreas de substituição. A outra equipa dependerá sempre da escolha da anterior. Após o período de intervalos as equipas trocam de campo, mas nunca de áreas de substituição (apenas a área de guarda-redes, devido à troca de baliza).

Exemplo:



Como se pode constatar, de uma parte para a outra o sentido do ataque foi invertido (baliza defendida), no entanto as áreas de substituição mantiveram-se, exceto a área de substituição do guarda-redes, que tem de acompanhar a mudança de baliza.

Cada parte do jogo e o “golo de ouro” (caso ocorra) iniciam-se através de um lançamento de bola ao ar (feito pelo árbitro), após o apito inicial. Os jogadores de campo posicionam-se onde pretendem na zona praticável.

2.1.3.2. O decorrer do jogo

O jogo consiste em duas partes de 10 minutos cada (com resultados em separado). O intervalo entre as duas partes tem a duração de 5 minutos. O tempo de jogo entra em vigor assim que o árbitro lançar a bola e der o apito inicial. Se no final de uma das partes, o resultado exibir um empate, será realizado o “golo de ouro”. Esta forma de desempate tem o mesmo início que uma parte regulamentar (lançamento ao ar e apito). Tal como o nome sugere, a primeira equipa a marcar

vencerá a parte, sendo atribuído 1 ponto à mesma. Se ambas as partes forem vencidas pela mesma equipa, essa vencerá o jogo por 2 - 0. Por outras palavras, o resultado em termos de golos apenas interessa para vencer a parte, pois se uma equipa vencer por 40 - 5 na 1^a parte, não significa que o jogo esteja ganho (podendo a outra vencer a 2^a parte por um resultado inferior e sair vencedora do desempate final).

Caso cada equipa vença uma parte o resultado será 1 - 1. No Andebol de Praia não existem empates, por isso neste tipo de situações a forma de desempate é conhecida por “*Shootout*” (um contra o guarda-redes).

2.1.3.3. O apito final

O jogo/parte termina com o apito/sinal automático do relógio do recinto ou do cronometrista. Se nenhum destes soar, o árbitro terá de assinalar o momento.

Se não existir um relógio no recinto com um apito/sinal automático, o cronometrista terá de utilizar um relógio de mesa ou de pulso para assinalar o final do(a) jogo/parte. Se existir, o tempo terá, de preferência, ser estabelecido em contagem decrescente (dos 10 minutos até ao 0) com o intuito de facilitar a sua consulta por parte dos espetadores.

Infrações e condutas antidesportivas que ocorram antes ou em simultâneo com o apito/sinal final (parte ou jogo) deverão ser sancionadas. Os árbitros só devem terminar o(a) jogo/parte após os lançamentos livres/lançamentos de 6 metros necessários (não podem terminar um jogo, por exemplo, quando um lançamento de 6 metros decisivo ocorre em cima do apito, mesmo que a marcação deste seja “fora de tempo”). O lançamento terá de ser repetido, se o apito/sinal final soar precisamente quando o lançamento livre/lançamento de 6 metros estiver a ser executado ou quando a bola já estiver no ar. O resultado que ocorra imediatamente após um lançamento repetido deverá ser estabelecido antes de os árbitros terminarem o/a jogo/parte. Os jogadores e os oficiais de equipa permanecem sujeitos a punição devido a infrações ou condutas antidesportivas durante a execução de um lançamento livre ou lançamento de 6 metros. Uma infração durante a execução deste tipo de lançamentos não pode resultar num lançamento livre na direção oposta.

Se os árbitros determinarem que o cronometrista assinalou o final do(a) jogo/parte cedo demais, estes deverão manter os jogadores no terreno e jogar o tempo

restante. A equipa que estava em posse de bola no momento do final prematuro do(a) jogo/parte deverá mantê-la no “recomeçar” do jogo. Se a bola estava fora do terreno, o jogo será recomeçado com um lançamento correspondente à situação antecedente. Se a bola estava em jogo (dentro do terreno), o jogo será recomeçado com um lançamento livre.

2.1.3.4. “Time-out”

Os árbitros decidem quando e quanto tempo é que o jogo deve estar interrompido. O “Time-out” é obrigatório nas situações seguintes: suspensão, desqualificação ou exclusão, lançamento de 6 metros, “Time-out” de equipa, sinal (apito) do cronometrista ou do delegado técnico, consultas entre árbitros e suspensão de um oficial. Tirando as situações anteriores, onde o “Time-out” é obrigatório, os árbitros devem utilizar o seu bom senso e julgamento para decidir/selecionar outras situações requerentes de “Time-out”. Em caso de “Time-out” obrigatório, o jogo é interrompido pelo sinal (apito) do cronometrista ou do delegado. Este primeiro tem de parar imediatamente o relógio oficial, sem ter de esperar pela confirmação dos árbitros.

Algumas situações não requerem obrigatoriamente “Time-out”, no entanto devem ser levadas em consideração no que diz respeito ao respeito pela Filosofia do jogo. Exemplos: um jogador parecer lesionado, uma equipa estar claramente a perder tempo (demorar a executar um lançamento, lançar a bola para longe ou não libertá-la, um jogador abandonar o terreno lentamente após uma suspensão), uma substituição faltosa ou quando um jogador “entra a mais” no terreno (superioridade numérica ilegal), influências externas (as bandas ou as cordas necessitarem de ser recolocadas).

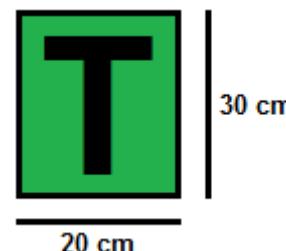
Um sinal (apito) por parte do cronometrista ou do delegado interrompe efetivamente o jogo. Se os árbitros e os jogadores não se aperceberem imediatamente que o jogo parou, qualquer ação após esse mesmo sinal é inválida. Isto significa que se um golo for marcado depois do sinal (apito) da mesa, esse golo terá de ser anulado. Em concordância com a regra anterior, qualquer lançamento assinalado durante esse período “inválido” deverá ser anulado. O jogo terá início no local/situação exato(a) em que o cronometrista/delegado sinalizou através de um apito.

Qualquer castigo pessoal dado pelos árbitros entre o sinal (apito) da mesa e o tempo em que os árbitros param a ação, mantém-se válido independentemente do tipo de violação e castigo. As infrações durante o “*Time-out*” têm as mesmas consequências que as infrações no decorrer do jogo.

Os árbitros têm de dar um sinal ao cronometrista para parar o relógio no momento inicial do “*Time-out*”. O sinal é dado através de 3 curtos apitos e um gesto (demonstrado no tópico dos sinais gestuais dos árbitros). O apito tem de ser utilizado para indicar o recomeço do jogo após o “*Time-out*” (o apito é o sinal para o cronometrista iniciar a contagem do tempo, no momento em que parou).

2.1.3.5. “*Time-out*” de equipa

Cada equipa tem o direito de pedir um “*Time-out*” (com a duração de 1 minuto) por parte. O oficial de equipa que deseja pedir um “*Time-out*” de equipa deve exibir com clareza um cartão verde (imagem seguinte). Este deve dirigir-se para a parte intermédia da linha lateral e exibir o cartão verde, para que o cronometrista se aperceba da sua intenção. O cartão verde deve ter aproximadamente 30 X 20 centímetros e ter um “T” de dimensões elevadas em cada lado.



Uma equipa apenas pode requerer um “*Time-out*” quando tiver a bola na sua posse (em situação de jogo ou durante uma interrupção). Se a equipa perder a posse de bola antes de o cronometrista interromper o jogo, o “*Time-out*” não será permitido (apenas quando a recuperar). O cronometrista interrompe o jogo com um sinal (apito), faz o sinal específico do “*Time-out*” e aponta para a equipa que o requereu. O cartão verde é colocado pelo oficial da equipa na areia a meio da linha lateral e a 1 metro desta (para fora da zona praticável). Tem de permanecer nesse local até ao final da parte em que foi utilizado.

Os árbitros dão/reconhecem o “*Time-out*” e o cronometrista pára o relógio (controla o tempo do “*Time-out*” num relógio à parte). O registaor de golos aponta o tempo de “*Time-out*” e a parte do jogo em que este ocorreu na folha de registo da equipa que o solicitou.

Durante o “*Time-out*” de equipa, os jogadores e os oficiais devem permanecer dentro da área de substituição ou dentro do terreno de jogo (zona praticável). Os árbitros devem, por sua vez, permanecer no centro do terreno de jogo (zona praticável), ou se necessário ir à mesa para efetuar uma breve consulta (apenas um dos árbitros pode ir). As infrações durante este período de tempo têm as mesmas consequências que as infrações durante o tempo de jogo/regulamentar. Neste contexto é irrelevante se os jogadores envolvidos estão dentro ou fora do terreno de jogo. A suspensão pode ser atribuída devido a uma conduta antidesportiva. Após 50 segundos, o cronometrista dá um sinal (apito) com o intuito de informar ambas as equipas, que o jogo continuará dentro de 10 segundos.

As equipas são obrigadas a estar prontas para retomar o jogo assim que o “*Time-out*” terminar. O jogo é recomeçado com um lançamento que corresponda à situação em que o jogo se encontrava no momento do “*Time-out*”, ou se a bola estava em jogo, com um lançamento livre para a equipa que pediu o “*Time-out*” (relembrando que o “*Time-out*” só é válido se a equipa que o requerer estiver com a bola na sua posse). Quando o árbitro faz soar o apito, o cronometrista inicia a contagem do tempo.

A posse de bola inclui situações tais como: lançamento de guarda-redes, lançamento de linha lateral (ou só lançamento), lançamento livre ou lançamento de 6 metros. A “bola em jogo” significa que um jogador está em contato com a bola (segurar, rematar, apanhar e passar a um colega) ou que a equipa está em posse de bola.

2.1.4. A bola

O jogo desenrola-se com uma bola redonda de borracha não escorregadia. A bola para o género masculino (bola **vermelha**) pesa entre 350 e 370 gramas, com uma circunferência de 54 a 56 centímetros. A bola para o género feminino (bola **azul**) pesa entre 280 e 300 gramas, com uma circunferência de 50 a 52 centímetros. Para os escalões mais jovens (bola **amarela**) poderá ser utilizada uma bola de peso e dimensões mais reduzidas.

Devem existir pelo menos 4 bolas regulamentares disponíveis por jogo. As 2 bolas de reserva devem ser colocadas numa área designada atrás de cada baliza. As outras duas devem ter as seguintes funções: uma para o jogo e outra para a mesa.

Com o intuito de reduzir ao máximo as perdas de tempo e os “*Time-out*”, os árbitros podem autorizar os guarda-redes a utilizar as bolas de reserva, caso a de jogo tenha ido para fora da arena ou do terreno de jogo, sendo impossível a sua rápida recuperação.



2.1.5. A equipa

Os jogos e os torneios de Andebol de Praia podem ser organizados para homens, mulheres e equipas mistas. Uma equipa deve ter até 8 jogadores, sendo que pelo menos 6 têm de estar presentes no início do jogo. Se o número de jogadores ilegíveis for menor que 4 o jogo termina e a outra equipa vence a partida.

Devem estar no máximo 4 jogadores dentro da zona praticável (3 jogadores de campo e 1 guarda-redes). Os restantes jogadores são suplentes e devem permanecer nas suas respetivas áreas de substituição.

Um jogador ou um oficial de equipa podem participar no jogo se estiverem presentes no início do mesmo e se os seus nomes estiverem incluídos na folha de registo da equipa. Os jogadores e/ou oficiais de equipa que chegarem após o início do jogo devem obter uma autorização junto da mesa e os seus nomes têm de ser colocados na folha de registo. Um jogador quando está intitulado para participar no jogo, deve fazê-lo pela área de substituição da sua equipa. O oficial de equipa responsável deve certificar-se de que apenas os jogadores inscritos podem participar no jogo, caso contrário será considerada uma violação penalizada como uma conduta antidesportiva. Por outras palavras, o oficial será sancionado por este tipo de violações às regras do jogo.

Durante todo o jogo, um dos jogadores presentes na zona praticável, de cada equipa, deverá ter a função de guarda-redes. Um jogador designado para a função de guarda-redes também poderá a qualquer momento desempenhar o papel de jogador de campo (vice-versa).

Uma equipa pode ter no máximo 4 oficiais durante um jogo, mas apenas 2 podem permanecer na área de substituição. Os outros 2 têm de permanecer atrás da área de substituição, fora da “zona segura/livre”. No entanto, podem prestar assistência a um jogador lesionado, após a autorização dos árbitros. Os oficiais de equipa não podem ser substituídos no decorrer do jogo. Um deles deve ser designado por “oficial de equipa responsável”. Apenas este pode dirigir-se à mesa e/ou aos árbitros (caso haja possibilidade e de forma educada). Não é permitido que um oficial de equipa entre na zona praticável durante o jogo. A violação desta regra é penalizada como uma conduta antidesportiva. O jogo é recomeçado através da marcação de um lançamento livre para a equipa adversária.

Em caso de lesão, os árbitros podem dar autorização, através de um sinal gestual, a 2 dos elementos que estão intitulados para participar no jogo, a entrar no terreno e

prestar a devida assistência ao jogador lesionado. Se entrarem mais elementos do que aqueles que foram autorizados, a sua entrada será considerada ilegal e de possível punição. No caso de um elemento entrar no terreno, não prestar a assistência necessária, dando indicações a outros jogadores ou abordando adversários e/ou árbitros, estes últimos deverão considerar esta atitude como uma conduta antidesportiva.

2.1.6. O equipamento

Todos os jogadores de campo devem vestir uniformes idênticos. As combinações das cores e o *design* das duas equipas devem ser claramente distintos uma da outra.

O uniforme/equipamento dos jogadores de Andebol de Praia (género masculino) consiste: numa *t-shirt* sem mangas, calções e eventuais assessórios. Por outro lado, o uniforme/equipamento das jogadoras de Andebol de Praia (género feminino) consiste: na parte de cima um *top*, na parte de baixo um *bikini* e eventuais assessórios. A parte cima de ambos os géneros deve ser constituída por cores claras ou fluorescentes (vermelho, azul, amarelo, verde, laranja e branco) com o intuito de refletir as fortes radiações solares, a que estes atletas estão sujeitos na modalidade.

Um jogador que entre no terreno como guarda-redes deve usar um uniforme/equipamento idêntico (*design* e número de jogador) ao dos seus colegas, mas com cor distinta dos uniformes destes, e dos adversários. Os detalhes adicionais em relação a este tema serão especificados posteriormente.

Os oficiais de equipa devem utilizar *t-shirts* idênticas entre si, mas diferentes dos seus próprios jogadores.

O número dos atletas (12 X 10 centímetros para as *t-shirts* sem mangas dos homens e 8 X 6 centímetros para os *tops* das mulheres) deve ser colocado na parte da frente e na retaguarda de ambos os géneros. Esta informação deve ser impressa de forma a contrastar com a cor em que vai ser inserida. Exemplo: Número preto em *t-shirt/top* branca(o).

Todos os jogadores jogam descalços. É permitido usar meias desportivas ou ligaduras de suporte. Qualquer outro tipo de calçado não é permitido. Não é permitido o uso de objetos que possam ser perigosos para os jogadores intervenientes. Isto inclui proteções para a cabeça, máscaras faciais, braceletes,

relógios, anéis, fios ou correntes, brincos, óculos sem bandas protetoras (com armações sólidas) ou qualquer outro objetivo potencialmente perigoso.

Os atletas estão autorizados a utilizar os seguintes acessórios: boné (com visor mole ou caso seja rijo deve estar virado para a retaguarda do atleta, evitando lesões), bandas para a cabeça, óculos de sol (de plásticos, com armações protegidas), ligaduras de suporte do cariz terapêutico (para joelhos, ombros, pés). Os atletas são responsáveis pelos seus próprios acessórios. Os jogadores que não cumprirem com os parâmetros anteriores, não poderão participar no jogo até que os corrijam/resolvam.

Proteções para o nariz: as regras ditam que não é permitido usar uma proteção para a cabeça ou uma máscara facial. Esta regra deve ser interpretada da seguinte maneira: uma máscara tapa a cara na íntegra, uma proteção para o nariz tapa uma área menor, logo tem um tamanho mais reduzido em relação à máscara. Por isso, é permitido a utilização de proteções para o nariz.

Se um jogador estiver a sangrar ou tiver sangue no seu corpo e/ou uniforme/equipamento, este deve abandonar imediatamente e voluntariamente (através de uma substituição “normal”) o terreno de jogo, com o objetivo de parar a hemorragia, proteger devidamente a ferida e limpar o seu uniforme/equipamento. O jogador não pode regressar ao jogo enquanto não resolver esta situação. Um jogador que não siga as instruções dos árbitros pode ser sancionado por conduta antidesportiva.

2.1.7. Substituição de jogadores

Os jogadores suplentes podem entrar no jogo a qualquer altura e repetidamente, sem terem de notificar a mesa. No entanto, só o podem fazer se o jogador que vão substituir já tiver abandonado o terreno de jogo. Os jogadores devem sempre entrar no terreno de jogo através da linha de substituição da sua equipa. Isto também se aplica à substituição de guarda-redes e às substituições durante um “*Time-out*” (exceto “*Time-out*” de equipa). Caso ocorra uma substituição faltosa e o jogo seja interrompido, este é recomeçado com a marcação de um lançamento livre ou um lançamento de 6 metros para a equipa adversária. O jogo poderá também recomeçar com um lançamento que corresponda à situação ocorrida.

O jogador culpado deverá ser penalizado com uma suspensão. Se estiverem envolvidos mais jogadores da mesma equipa, numa substituição mal efetuada e/ou faltosa, apenas o primeiro jogador que cometeu a infração é que deve ser penalizado.

Se um jogador adicional entrar no terreno de jogo, sem ter ocorrido uma substituição, ou se este interferir ilegalmente com o jogo a partir da área de substituição, deverá ocorrer uma suspensão. Essa equipa deverá ser reduzida em 1 jogador de campo (ficando a jogar com 2 jogadores de campo e 1 guarda-redes, por exemplo). Se um jogador que ainda estiver a cumprir suspensão entrar dentro do jogo, este deverá sofrer outra suspensão (a contar imediatamente) e consequente desqualificação. A equipa é novamente reduzida em 1 jogador. Em ambos os casos, o jogo é retomado com um lançamento livre para os adversários.

2.1.8. O guarda-redes

É permitido ao guarda-redes: tocar na bola com qualquer parte do corpo desde que esteja dentro da sua área e a efetuar uma ação defensiva, mover-se livremente dentro da sua área com a bola (sem estar sujeito às restrições que os jogadores de campo têm), no entanto não pode retardar a execução de um lançamento de guarda-redes, abandonar a área de golo (sem a bola nas mãos) e participar no jogo como outro jogador qualquer (ficando sujeito às mesmas regras dos restantes), o guarda-redes é considerado fora da área de golo assim que qualquer parte do seu corpo tocar no solo fora da mesma e abandonar a área de golo com a bola e jogá-la seguidamente, caso não a tenha conseguido controlar.

Não é permitido ao guarda-redes: colocar um adversário em perigo durante uma ação defensiva, sair da área de golo com a bola controlada (caso os árbitros tenham assinalado um lançamento de guarda-redes, é a marcado um lançamento livre, caso contrário o guarda-redes terá de repetir o lançamento), tocar na bola fora da área de golo quando esta antevém de um lançamento de guarda-redes, sem ter passado primeiro por outro jogador, tocar numa bola parada ou a rolar no solo fora da área de golo, enquanto o guarda-redes está dentro da sua área, levar a bola para dentro da área de golo quando a bola está parada ou a rolar no solo fora da área, reentrar na área de golo com a bola na sua posse e tocar na bola com qualquer parte da perna abaixo do joelho quando a bola está parada no solo dentro da área de golo ou a mover-se na direção da saída desta.

2.1.8.1. Substituição do guarda-redes

O guarda-redes apenas pode entrar no terreno de jogo após a linha lateral da sua própria área de substituição (área de substituição específica do seu lado, definida antes do início do jogo). Por outro lado, pode sair tanto pela sua área de substituição específica como pela área de substituição dos seus restantes companheiros, sendo que a única regra imposta é de esta ser feita unicamente pelo lado da sua equipa.

2.1.9. Área de golo

Apenas o guarda-redes tem autorização para entrar na área de golo. A área de golo, que inclui também a linha de área de golo, é considerada violada quando um jogador de campo lhe toca com qualquer parte do corpo. Quando um jogador de campo entra na área de golo deverão ser tomadas as seguintes decisões: lançamento de guarda-redes (quando um jogador de campo entra na área de golo com a bola em sua posse), lançamento livre (quando um jogador de campo entra na área de golo sem bola, mas que ganha vantagem ao fazê-lo) e lançamento de 6 metros (quando um defesa entra na área de golo e é destruída uma situação clara de golo (devido a essa ação do defesa)).

A entrada na área de golo não é penalizada quando: um jogador entra na área de golo depois de jogar a bola (desde que não resulte numa situação desvantajosa para os adversários), um jogador entra na área de golo sem a bola (mais uma vez, desde que não prejudique a equipa adversária) e quando um defesa entra na área de golo durante ou depois de tentar uma manobra defensiva (sem causar desvantagem aos adversários).

A bola pertence ao guarda-redes quando esta está dentro da área de golo. A bola deve ser sempre jogada, parada ou a rolar no solo, mesmo quando se encontra dentro da área de golo. No entanto, os jogadores de campo não estão autorizados a entrar na área de golo para o fazer (penalização com lançamento livre). É permitido jogar a bola no ar, por cima da área de golo, exceto em caso de um lançamento de guarda-redes. O guarda-redes deve colocar a bola em jogo através de um lançamento de guarda-redes (quando a bola acaba dentro da área de golo). O jogo deve continuar (através de um lançamento de guarda-redes) se o jogador da equipa que defende tocar na bola em ato defensivo e esta acabar nas mãos do guarda-redes ou no solo da área de golo.

Se um jogador colocar a bola na sua própria área de golo, as decisões que os árbitros deverão tomar são: golo (caso a bola entre na baliza), lançamento livre (se a bola parar no solo da área de golo ou se o guarda-redes tocar ou impedir que a bola entre na baliza), lançamento de linha lateral (se a bola sair pela linha de fundo) e continuar o jogo (a entra na área e volta a sair sem ter sido tocada pelo guarda-redes, isto é quando a bola volta da área de golo sem ter sofrido um toque, esta mantém-se em jogo).

2.1.10. Jogar a bola

É permitido: lançar, apanhar, parar, empurrar ou bater na bola utilizando as mãos (abertas ou fechadas), os braços, a cabeça, o torso, as coxas e/ou os joelhos. Mergulhar em direção à bola quando esta está parada ou a rolar no solo. Segurar a bola no máximo 3 segundos. A bola não pode permanecer no solo mais de 3 segundos após ter sido tocada e recuperada pelo mesmo jogador (caso aconteça deve ser assinalado um lançamento livre). Dar no máximo 3 passos com a bola na mão. É considerado 1 passo quando: um jogador estiver sobre ambos os pés (no solo), levantando um e retomando a posição inicial rapidamente ou levantando um dos pés e colocando-o noutra posição. Um jogador estiver a tocar no solo só com um pé, apanhar a bola e tocar na areia com o outro. Um jogador após um salto toca no solo com apenas um pé e de seguida executa outro salto com qualquer um dos pés. Mesma situação dada no primeiro exemplo só que antecedida de um salto. É considerado apenas 1 passo quando um pé é movido para uma nova posição e o outro acompanha o movimento. Enquanto se está de pé ou em corrida/movimento: a bola ressaltar uma vez e ser apanhada por com uma ou com as duas mãos. A bola ressaltar repetidamente com o auxílio de uma mão (drible) ou a bola rolar no solo repetidamente com o auxílio de uma mão e de seguida ser rececionada ou apanhada com uma ou duas mãos. Mal a bola esteja no controlo do jogador, este nunca se pode esquecer que só tem 3 segundos ou 3 passos autorizados (estas restrições são “renovadas” quando é golo ou quando a bola toca noutro jogador). É considerado um drible ou um ressalto quando a bola toca numa parte do corpo e é direcionada para o solo. É permitido ainda mover a bola de uma mão para a outra, jogar a bola de joelhos, sentado e/ou deitado no chão.

Não é permitido: tocar na bola mais do que uma vez, sem que esta tenha tocado no solo, noutro jogador ou que tenha sido golo entretanto/primeiro. Toques desastrados (controles de bola mal executados) não são penalizados. Um toque desastrado só é penalizado caso o jogador tenha *à priori* dominado a bola. Não é permitido também tocar na bola com qualquer parte do corpo abaixo dos joelhos, exceto quando a bola é atirada/lançada por um adversário despropositadamente. A bola continua em jogo se tiver tocado num dos árbitros dentro do terreno de jogo.

2.1.11. Jogo passivo

Não é permitido a qualquer equipa manter a posse bola sem que esta mostre claramente que tem a intenção de atacar a baliza adversária e obter golo. A este tipo de ações/comportamentos atribui-se o nome de jogo passivo, que deve ser sempre penalizado com um lançamento livre contra a equipa infratora. O lançamento livre deve ser marcado no local exato em que a bola se encontrava quando o jogo foi interrompido.

Quando é reconhecida uma tendência de jogo passivo, os árbitros devem utilizar um sinal gestual visível para todos os intervenientes, com o intuito de avisar a equipa de que se não mudar de comportamento, a perda da posse de bola será eminente. Se o comportamento passivo se mantiver (não exista um remate à baliza), mesmo após o sinal de aviso, os árbitros devem assinalar um lançamento livre. Existem situações em que os árbitros podem marcar jogo passivo, sem terem de recorrer ao sinal de aviso. Exemplo: um jogador evita rematar à baliza quando tem uma oportunidade clara e de grau de execução relativamente baixo.

2.1.12. Faltas e condutas antidesportivas

É permitido: utilizar os braços e as mãos para recuperar a posse ou para blocar a bola. Utilizar uma mão aberta para afastar a bola de um adversário de qualquer direção. Utilizar o corpo para obstruir um adversário, mesmo que este não tenha a bola na sua posse. Contato físico com adversários, em situações de 1 X 1, desde que os braços estejam ligeiramente fletidos e que o contato seja unicamente para controlar e/ou acompanhá-lo.

Não é permitido: puxar ou bater na bola quando esta está nas mãos de um adversário. Bloquear ou empurrar violentamente um adversário recorrendo às mãos, braços ou pernas. Conter, agarrar, puxar, correr ou saltar para cima de um adversário. Impedir, obstruir ou colocar em perigo um adversário (com ou sem bola), violando assim as regras do jogo.

Quando as ações são maioritariamente ou exclusivamente direcionadas para o adversário, os árbitros devem castigar progressivamente o jogador infrator. Castigar progressivamente significa que não é suficiente penalizar a falta com um lançamento livre ou um lançamento de 6 metros, isto porque a falta em questão vai para além da disputa de bola ocorrente durante um jogo de Andebol de Praia. Cada infração que esteja diretamente relacionada com um castigo progressivo requer uma punição pessoal.

Expressões físicas ou verbais que sejam incompatíveis com o espírito desportivo são consideradas condutas antidesportivas. Isto aplica-se tanto a jogadores como a oficiais de equipa, dentro e fora do terreno de jogo. As condutas antidesportivas também devem ser punidas com castigos progressivos.

Um jogador que coloque em causa a saúde de outro deve ser desqualificado, especialmente se: um jogador se encontrar a realizar a ação ofensiva individual do remate e outro bater-lhe ou puxar-lhe o braço do remate (tanto de frente como pela retaguarda). A ação defensiva resultar no bloqueio da cabeça e/ou do pescoço do adversário. Deliberadamente bater no corpo do adversário com o pé e/ou o joelho ou de outra forma qualquer (espezinhar incluído). Puxar um adversário que se encontra em corrida ou a saltar, ou se o atacar de tal forma que este perca o controlo do seu próprio corpo (também se aplica às saídas dos guarda-redes das suas áreas de golo, no momento em que os adversários vão lançar um contra-ataque). Um defesa for atingido na cabeça (partindo do pressuposto que este estava imóvel) por uma

bola na marcação de um lançamento livre. Ou se um guarda-redes for atingido na cabeça por uma bola na marcação de um lançamento de 6 metros.

Uma falta resultante até do mais ínfimo contato físico pode resultar numa lesão grave, por exemplo se o *timing* de contato for tal que a “vitima” não tenha tempo para se proteger. Por outras palavras, é o risco à íntegra dos atletas que deve ser avaliado e não a intensidade do contato, no momento de atribuir o castigo apropriado.

Qualquer conduta antidesportiva grave por parte tanto de um jogador como de um oficial de equipa deve ser punida com a desqualificação. Um jogador quando é considerado culpado de uma disputa física (briga/luta) deve ser excluído. Lutas fora do terreno de jogo resultam em desqualificações, tanto para jogadores como para oficiais. Uma disputa física é todo o tipo de “ataque” deliberado a outro interveniente (jogador, árbitro, elementos da mesa, oficial de equipa, delegado, espetador). Não é apenas um ato reflexo ou excesso de métodos descuidados e excessivos. Cuspir, por exemplo, também é considerada uma disputa física (ataque).

Todas as violações que destruam direta ou indiretamente uma oportunidade clara de golo (infrações mencionadas anteriormente) resultam na marcação de um lançamento de 6 metros. Caso contrário será marcado um lançamento livre.

2.1.13. Golos e decisão do resultado

Um golo é considerado válido quando a bola ultrapassa totalmente a linha de golo (consultar imagem da página 33), e desde que não tenha existido uma violação das regras por parte do rematador ou de um colega de equipa, antes e durante o remate. Caso um defesa cometá uma infração, mas mesmo assim a bola termine dentro da baliza, o golo é validado. Um golo não pode ser atribuído, caso o jogo tenha sido interrompido pelos árbitros ou pelo cronometrista antes de a bola ter atravessado completamente a linha de golo. O golo é atribuído à equipa adversária quando um jogador atira a bola para dentro da sua própria baliza, exceto quando o guarda-redes está a executar um lançamento de guarda-redes. Em casos excepcionais, como por exemplo um espetador ou outro elemento “extra jogo” impedir a bola de entrar na baliza e os árbitros concluírem que a trajetória da bola iria terminar no fundo das redes, o golo deverá ser validado.

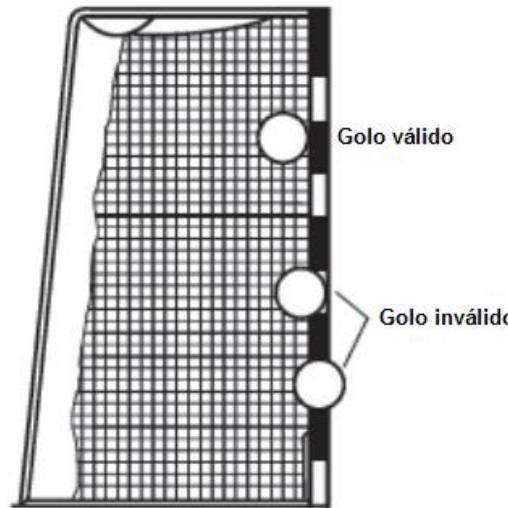
Pontuação: golos criativos ou espetaculares valem 2 golos, um golo resultante de um lançamento de 6 metros vale 2, um golo oriundo do guarda-redes também vale por 2. Qualquer outro tipo de golo ou forma de execução vale apenas por 1.

Após um golo, o jogo é recomeçado com um lançamento de guarda-redes a partir da sua área de golo. Um golo não pode ser anulado após a validação dos árbitros e a execução do lançamento de guarda-redes. Os árbitros devem ser claros neste aspeto, devem assinalar corretamente a validação do golo. Exemplo: o fato de a parte ter terminado e o golo ter sido obtido instantes antes do sinal final, a validação do golo pode ser confundida com a sinalética do final do período. Daí a importância da correta assinalação dos golos por parte dos árbitros (até mesmo para ser perceptível na mesa).

Se o resultado estiver empatado no final de uma parte, essa mesma parte terá de ser decidida por “golo de ouro”. Por outras palavras, vence quem marcar o próximo golo. Por outro lado, caso ambas as equipas tiverem vencido uma parte cada (1 - 1) o método de desempate utilizado é o “Shootout” (um contra o guarda-redes). Para este processo são nomeados 5 jogadores de cada equipa para realizar os lançamentos alternadamente com a equipa adversária. Se o guarda-redes for um dos nomeados, no momento do seu lançamento, ele será considerado como um jogador de campo. Vence a equipa que obtiver mais golos no final dos 5 lançamentos. Caso o empate persista, o “Shootout” deverá prosseguir para uma segunda ronda de lançamentos. Nesta situação os guarda-redes trocam de baliza,

mas as áreas de substituição das equipas mantém-se. São reeleitos 5 jogadores para a nova ronda. Desta vez a equipa que começou em segundo lugar na ronda anterior, tem de começar em primeiro lugar. Ao contrário da ronda anterior, esta apenas necessita que uma equipa se destaque da outra com um igual número de lançamentos/oportunidades, isto é se a equipa A marcar golo e a B falhar na primeira tentativa, a equipa A é a vencedora do jogo.

Detalhes adicionais do “Shootout”: os árbitros utilizam o jogo da moeda ao ar para decidir a baliza de cada equipa, assim como quem tem direito à primeira tentativa. Se uma equipa decidir começar a série de lançamentos, a outra terá de escolher qual a baliza que defenderá (vice-versa). Ambos os guarda-redes tem de estar erguidos, com pelo menos um dos pés a pisar a linha de golo. O jogador de campo que vai executar o lançamento tem de estar na zona praticável e ter um dos pés a pisar a zona de cruzamento entre a linha lateral e a área de golo da sua equipa. Quando o árbitro assinala e autoriza a marcação do lançamento, o jogador tem de passar a bola para o seu guarda-redes (durante o passe a bola nunca pode tocar no solo). Assim que o jogador de campo efetua esta ação, ambos os guarda-redes são livres de se moverem como pretendem (o guarda-redes com a bola tem de ficar na sua área de golo). No período de 3 segundos, o guarda-redes tem de rematar à baliza adversária ou passar a bola ao colega (que lhe passou a bola), que se desloca na direção da outra baliza (à semelhança do passe anterior, a bola não pode tocar no solo). O jogador de campo tem de apanhar a bola e marcar golo sem qualquer tipo de infração. Qualquer violação de regras cometida tanto pelo guarda-redes ofensivo como pelo seu colega é punida com a anulação do ataque. Se o guarda-redes defensivo abandonar a sua área de golo, pode reentrar a qualquer momento. Se o número de jogadores for inferior a 5 numa ronda, a equipa em causa terá menos oportunidades de lançar, uma vez que nenhum jogador pode fazê-lo duas vezes. Se o guarda-redes defensivo evitar o golo e cometer uma infração, a equipa deste será penalizada com um lançamento de 6 metros (qualquer jogador pode executá-lo). Durante o “Shootout”, todos os jogadores de campo envolvidos têm de permanecer dentro das suas respetivas áreas de substituição. Após a sua oportunidade de lançamento, o jogador é obrigado a regressar à sua área de substituição.



2.1.14. O lançamento do árbitro

Cada parte, assim como o “golo de ouro” começa com o lançamento do árbitro. O lançamento do árbitro é realizado no centro da zona praticável (centro do terreno de jogo). Após o sinal (apito) de um dos árbitros, o outro atira a bola verticalmente. O árbitro que assinala o início do jogo está posicionado fora da linha lateral oposta à mesa. Com a exceção de um jogador de campo de cada equipa, todos os outros devem permanecer a pelo menos 3 metros do árbitro, enquanto o lançamento do árbitro está a ser efetuado. No entanto, é-lhes permitido posicionarem-se em qualquer outra parte do campo.

Os dois jogadores que saltarão para a bola deverão estar próximos do árbitro, cada um do lado mais próximo da sua baliza. Só se pode jogar a bola depois de esta ter atingido o seu ponto vertical máximo.

2.1.15. O lançamento de linha lateral

O lançamento de linha lateral é assinalado após a bola ter ultrapassado completamente a linha lateral ou quando um jogador de campo da equipa defensiva toca por último na bola antes de ela ter ultrapassado a linha de fundo da sua equipa. O lançamento de linha lateral é efetuado sem sinal (apito) do árbitro, pelos adversários da equipa cujo jogador tenha sido o último a tocar na bola antes da mesma ter ultrapassado a linha. O lançamento de linha lateral é efetuado no preciso local onde a bola tenha ultrapassado a linha, mas a pelo menos 1 metro do ponto de interseção da linha da área de golo e a linha lateral (se a bola tiver ultrapassado a linha de fundo ou linha lateral da área de golo).

O executante/lançador deve estar com um pé na linha lateral até a bola deixar a sua mão. Não é permitido ao jogador deixar a bola no solo e ele próprio apanhá-la, ou bater a bola e voltar ele mesmo a apanhá-la. Os jogadores da defesa devem estar a pelo menos 1 metro do jogador que efetua o lançamento lateral.

2.1.16. O lançamento de guarda-redes

O lançamento de guarda-redes é assinalado quando: o jogador da equipa adversária entrar na área violando as regras, a equipa adversária marcar golo, o guarda-redes controlar a bola na sua área e a bola ultrapassar a linha de fundo depois de ter sido tocada, por último, pelo guarda-redes ou por um jogador da equipa adversária. Isto significa que em todas estas situações a bola é considerada fora do jogo e este é retomado com um lançamento de guarda-redes.

O lançamento de guarda-redes é efetuado pelo guarda-redes, sem sinal (apito) dos árbitros, da área golo para fora da linha da área de golo. Isto é o lançamento de guarda-redes é considerado como executado quando a bola lançada pelo guarda-redes tiver ultrapassado a linha da área de golo.

Os jogadores da outra equipa podem estar imediatamente fora da linha da área de golo, mas não podem tocar na bola antes da mesma ter ultrapassado a linha.

Lançamento de guarda-redes durante a substituição do mesmo: o lançamento de guarda-redes tem de ser sempre efetuado pelo guarda-redes a sair. Só lhe é permitido sair do campo depois de ter efetuado o lançamento de guarda-redes. O guarda-redes não pode tocar na bola novamente depois do lançamento de guarda-redes até a bola ter tocado noutro jogador.

2.1.17. O lançamento livre

Em princípio, os árbitros interrompem o jogo e reiniciam-no com lançamento livre para os adversários quando: a equipa em posse de bola comete uma violação das regras de jogo que leva à perda da mesma e quando a equipa que defende comete uma violação das regras, que resulta da perda da bola da outra equipa.

O árbitro deve dar continuidade ao jogo evitando interromper-lo prematuramente, decidindo assinalar um lançamento livre. Isto significa que, os árbitros não devem assinalar lançamento livre quando a equipa que defende ganha a posse de bola imediatamente depois da violação cometida pela equipa atacante. Em semelhança ao ponto anterior, os árbitros não devem intervir até ser evidente que a equipa atacante perdeu a posse bola ou é incapaz de continuar o seu ataque devido à violação cometida pela equipa defensora.

Se for dado castigo pessoal devido a violação de regras, então o árbitro pode interromper o jogo imediatamente, se isto não causar desvantagem para os adversários da equipa que comete a violação. Se não, o castigo tem de ser atrasado até a situação existente terminar.

Se a violação que normalmente leva a lançamento livre tomar lugar quando a bola estiver fora de jogo, então o jogo é reiniciado com o lançamento que corresponde à razão para a existente interrupção.

Em adição às situações indicadas anteriormente, o lançamento livre é também utilizado como meio de reiniciação do jogo em certas situações onde este é interrompido (Exemplo: quando a bola está em jogo), apesar de não terem ocorrido violações das regras: se uma equipa está em posse de bola no momento da interrupção, esta equipa deverá reter a posse, se nenhuma equipa estiver em posse de bola, então a equipa que teve posse por último deverá recuperá-la, quando o jogo é interrompido devido à bola ter tocado em algum imóvel por cima do campo, a equipa que não teve o último toque deverá obtê-la.

A “lei da vantagem” não se aplica nas situações anteriores.

Se for assinalado um lançamento livre contra a equipa que está em posse de bola quando o árbitro apita, então o jogador que tem a bola nesse momento deve imediatamente deixá-la ou colocá-la no chão no local onde ele se encontra.

Execução de um lançamento livre: quando um lançamento livre é assinalado, os jogadores da equipa atacante não se podem posicionar a menos de 1 metro da linha da área de golo dos adversários (da sua execução). Quando o lançamento livre

estiver a ser executado, os adversários deverão permanecer a uma distância de pelo menos um 1 do executante. O lançamento livre é normalmente executado sem recurso a sinais sonoros dos árbitros e, em princípio, do local onde a infração ocorreu. Os seguintes momentos são exceções a este princípio: nas duas primeiras situações descritas no 5º parágrafo deste tópico, o lançamento livre é executado, depois de um sinal (apito), em princípio do local onde a bola estava no momento da interrupção. No caso da situação restante, o lançamento livre é executado, também depois de um sinal (apito), em princípio sob o local onde a bola tocou e ficou imóvel.

Se os árbitros ou a mesa interromperem o jogo por causa de uma infração por parte de um jogador ou oficial de equipa da equipa defensora, e isto resultar em aviso verbal ou castigo pessoal, então o lançamento livre deverá ser executado do local onde a bola estava quando o jogo foi interrompido, se isto for a posição mais favorável que aquela onde a infração ocorreu.

A mesma exceção do parágrafo anterior aplica-se se o cronometrista interromper o jogo por causa de uma substituição defeituosa, ou entrada ilegal.

Os lançamentos livres assinalados devido a jogo passivo devem ser executados a partir do local onde a bola estava quando o jogo foi interrompido.

Não suportando os princípios básicos e procedimentos constatados nos parágrafos precedentes, o lançamento livre nunca poderá ser executado dentro da própria área de golo da equipa que o executa. Em qualquer situação onde o local indicado encontra-se dentro da área de golo, este deverá ser alterado para o local mais próximo, fora da área.

Se a posição correta do lançamento livre estiver a menos de 1 metro da linha de fundo da equipa defensora, então a execução deverá ser a pelo menos 1m metro da linha da área de golo.

Uma vez que um jogador recebe a missão de executar o lançamento livre, está na posição correta para o marcar, com a bola na mão, este não poderá colocá-la no chão e apanhá-la novamente, ou driblá-la e apanhá-la seguidamente.

2.1.18. O lançamento de 6 metros

O lançamento de 6 metros é atribuído quando: uma clara oportunidade de golo é destruída em qualquer zona do terreno de jogo, por parte de um jogador ou oficial de equipa da equipa adversária, existe um sinal (apito) injustificado durante uma clara oportunidade de golo e uma clara oportunidade de golo é destruída através da intervenção de alguém que não participa no jogo (exceto quando a bola entra na baliza).

Se um jogador atacante reter o controlo total da bola e do corpo, não existe razão para atribuir lançamento de 6 metros, mesmo se depois o jogador falhar a oportunidade de marcar.

Sempre que existir um potencial lançamento de 6 metros, o árbitro deve evitar intervir até ter realmente determinado que a marcação do mesmo é justificada e necessária. Se o jogador atacante proceder à marcação do golo, apesar da intervenção ilegal dos defensores, então obviamente não será necessário a atribuição de lançamento de 6 metros. Por outro lado, se se tornar visível que o jogador perdeu a bola ou o controlo corporal devido à violação, e a oportunidade de marcar dissipar-se, então o lançamento de 6 metros terá de ser atribuído.

Quando o lançamento de 6 metros é atribuído, o árbitro deve dar “*Time-out*”.

Tal como foi mencionado anteriormente, o lançamento de 6 metros quando executado com sucesso vale 2 golos.

Execução de um lançamento de 6 metros: o lançamento de 6 metros terá que ser marcado como um lançamento para golo, dentro de 3 segundos após o sinal (apito) do árbitro de campo, o jogador que executar o lançamento não pode tocar ou ultrapassar a linha de 6 metros antes de a bola ter saído da sua mão, a bola não pode ser jogada novamente pelo executante ou por um colega de equipa depois da execução do lançamento (apenas se a bola tiver tocado primeiro num adversário), quando o lançamento de 6 metros estiver a ser executado, o guarda-redes e os outros adversários do executante devem permanecer a pelo menos 1 metro deste, até a bola deixar a sua mão (caso contrário o lançamento será repetido (se não resultar em golo)) e não é permitido trocar de guarda-redes quando o executante estiver pronto para realizar o lançamento (correta posição e com a bola na mão). Qualquer tentativa de realizar uma substituição nesta situação será penalizada como uma conduta antidesportiva.

2.1.19. Instruções gerais para a execução dos lançamentos

(Lançamento de linha lateral, lançamento de guarda-redes, lançamento livre, lançamento de 6 metros)

A bola deve estar na mão do atirador antes do lançamento ser executado.

Todos os jogadores devem estar nas posições prescritas para o lançamento em questão. Estes devem permanecer nas posições corretas até a bola ter deixado a mão do executante. Qualquer posição inicial incorreta deve ser corrigida. Exceto no caso do lançamento de guarda-redes, este deve ter uma parte do pé em constante contato com o solo quando o lançamento é executado. O outro pé pode ser levantado e pousado repetidamente.

O árbitro deve assinalar (apito) a reiniciação do jogo: sempre no caso do lançamento de 6 metros, no caso do lançamento de linha lateral, lançamento de guarda-redes ou lançamento livre: após um “*Time-out*”, lançamento livre (situações descritos no 5º parágrafo do tópico correspondente), atraso nas execuções e após aviso verbal.

Depois do sinal (apito), o atirador deve jogar a bola dentro de 3 segundos. O lançamento é considerado executado quando a bola deixa de estar em contato a mão do atirador. A bola não pode ser manuseada ou tocada por um colega de equipa quando o lançamento está a ser executado. O atirador não pode tocar na bola novamente até esta ter tocado noutro jogador ou ter sido golo. Pode ser marcado golo diretamente de qualquer lançamento, exceto no caso do lançamento de guarda-redes onde o “autogolo” não é possível, e do lançamento do árbitro (porque é executado pelo árbitro).

Posições incorretas da parte dos jogadores defensores em ligação com a execução do lançamento de linha lateral ou lançamento livre não devem ser corrigidos pelos árbitros, a não ser que os jogadores atacantes estejam numa situação de desvantagem, aquando da execução imediata do lançamento. No caso anterior, as posições têm de ser corrigidas. Se o árbitro assinalar (apito) para a execução do lançamento, apesar das posições incorretas da parte dos jogadores defensores, então estes estão completamente autorizados a intervir.

Um jogador é suspenso se atrasar ou interferir com a execução do lançamento dos adversários, ao estar demasiado perto ou através de outras infrações.

2.1.20. Os castigos

A suspensão pode ser administrada a: faltas e infrações semelhantes contra um adversário, que não se enquadram na categoria de castigos progressivos, faltas que devem ser punidas progressivamente (castigos progressivos), infrações quando os adversários executam um lançamento formal e condutas antidesportivas de um jogador ou oficial de equipa.

A suspensão tem de ser dada: por uma falta associada a uma substituição ou a uma entrada ilegal no terreno de jogo, por faltas repetidas que devem ser punidas progressivamente, por uma repetida conduta antidesportiva de um jogador (dentro e fora do terreno de jogo), por não soltar ou não colocar a bola no solo quando a falta é contra a equipa que está em posse de bola, por infrações repetidas quando os adversários estão a executar um lançamento formal, como consequência de uma desqualificação de um jogador ou de um oficial de equipa durante o tempo de jogo regulamentar, ao oficial responsável pela equipa quando um jogador que não está autorizado a participar entrar no terreno ou quando estão mais oficiais de equipa e/ou jogadores presentes na área de substituição do que aqueles que estão registados (após o início do jogo), se um oficial de equipa entrar em campo como uma pessoa adicional em caso de lesão de um jogador e se um elemento da equipa entrar em campo em caso de lesão de um jogador e, em vez de ajudar o jogador lesionado, dá instruções aos jogadores e/ou aproxima-se de adversários ou árbitros (comunicando ilegalmente ou desrespeitosamente).

O árbitro deve indicar claramente a suspensão para o jogador faltoso e para a mesa através do gesto prescrito.

O jogador excluído não está autorizado a participar do jogo durante a sua suspensão, e a equipa não está autorizada a substituí-lo no campo. A suspensão começa, quando o jogo é reiniciado com um apito. O jogador suspenso pode ser substituído ou entrar no campo, logo que tenha havido um *turnover* entre as duas equipas. A segunda suspensão de um jogador resulta numa desqualificação.

Em princípio, uma desqualificação resultante de duas suspensões só é eficaz para o tempo de jogo restante e tem de ser considerada como uma decisão dos árbitros com base em fatos (tais desqualificações não devem ser mencionados no relatório de jogo).

Uma desqualificação tem de ser dada: por conduta antidesportiva, para segunda (ou subsequente) ocorrência de conduta antidesportiva por qualquer um dos jogadores ou elementos de uma equipa, para faltas que possam pôr em perigo a saúde do adversário, para faltas do guarda-redes, deixando a sua área de jogo durante um lançamento (um jogador contra o guarda-redes) e pondo em perigo a integridade do adversário (ações que são claramente dirigidas para o corpo do adversário e não são destinadas a jogar a bola), por conduta antidesportiva grave de um jogador ou oficial de equipa (dentro ou fora do terreno de jogo), por uma agressão de um jogador fora do tempo de jogo, ou seja, antes do jogo ou durante o intervalo (“*Time-out*” inclusive), por uma agressão de um oficial de equipa, por causa de uma segunda suspensão direcionada para o mesmo jogador e por repetida conduta antidesportiva de um jogador ou oficial de equipa durante um intervalo (“*Time-out*” inclusive).

Depois de assinalar um “*Time-out*”, os árbitros devem claramente indicar a desqualificação para o jogador faltoso ou oficial, e para a mesa, segurando ao alto um cartão vermelho (o cartão vermelho deve medir cerca de 12 X 9 centímetros).

A desqualificação de um jogador ou oficial de equipa alarga-se ao tempo de jogo restante. O jogador ou oficial deve sair do campo e da área de substituição imediatamente. Depois de sair, o jogador ou oficial não está autorizado a ter qualquer forma de contato com a equipa.

A desqualificação de um jogador ou oficial de equipa reduz sempre o número de jogadores ou elementos que estão disponíveis para a equipa. No entanto, é permitido novamente, à equipa, aumentar o número de jogadores no campo depois de um *turnover* entre as equipas (conceito explícito seguidamente).

A desqualificação (exceto por causa de uma segunda suspensão) deve ser explicada pelos árbitros no relatório de jogo, para as autoridades competentes.

Se um guarda-redes ou jogador de campo durante o “*Shootout*” for punido por causa de uma conduta antidesportiva ou antidesportiva grave, isso leva a uma desqualificação do mesmo.

Uma expulsão deve ser dada: quando um jogador é culpado de uma agressão durante o tempo de jogo, dentro ou fora do campo, depois de assinalar um “*Time-out*”, os árbitros devem indicar claramente a exclusão para o jogador faltoso e para a mesa, através do gesto prescrito, ou seja, o árbitro cruza os braços acima da cabeça (gestos dos árbitros descritos posteriormente).

Uma expulsão é definitiva para todo o tempo restante de jogo, e a equipa deve continuar com um jogador a menos no campo. O jogador excluído não pode ser substituído e deve sair tanto do campo como da área de substituição imediatamente. Depois de sair, o jogador não está autorizado a ter qualquer forma de contato com a equipa.

Uma expulsão deve ser explicada pelos árbitros no relatório de jogo para as autoridades competentes.

Mais do que uma violação na mesma situação: se um jogador ou oficial de equipa é culpado de mais do que uma violação simultaneamente ou em sequência direta, antes do jogo ter sido reiniciado, e estas violações resultam em punições diferentes, então, em princípio, apenas lhe deve ser atribuída a mais grave dessas punições. Este é o caso quando uma das violações é uma agressão.

Infrações fora do tempo de jogo: conduta antidesportiva, conduta antidesportiva grave ou uma agressão por parte de um jogador ou oficial de equipa, a ter lugar nas instalações onde o jogo é disputado. **Antes do jogo:** uma advertência verbal deve ser dada em caso de conduta antidesportiva, uma desqualificação deve ser dada em caso de conduta antidesportiva grave ou agressão, mas a equipa tem autorização para iniciar com 8 jogadores e 4 oficiais. **Durante um intervalo:** uma advertência verbal deve ser dada em caso de conduta antidesportiva, uma desqualificação deve ser dada em caso de conduta antidesportiva grave ou repetida ou no caso de uma agressão assalto, depois de uma desqualificação durante uma interrupção a equipa está autorizada a continuar no campo com o mesmo número de jogadores, imediatamente antes do intervalo. **Após o jogo:** um relatório escrito.

Exceções e esclarecimentos: no início da 2ª parte, do "golo de ouro" ou do "Shootout", qualquer jogador suspenso pode ser substituído ou voltar a entrar no terreno de jogo. Se houver uma suspensão atrasada numa situação de vantagem: a suspensão inicia-se no momento em que a sanção é imposta, ou seja, assim que a situação de vantagem terminou e foi tomada a decisão correspondente.

O comportamento do guarda-redes fora da área de golo: o guarda-redes é totalmente responsável por qualquer contato físico com um adversário fora da sua área de golo. Isso significa que em praticamente qualquer contato em que o jogador atacante não tem oportunidade de ver (ou evitar) o guarda-redes, um lançamento (de 6 metros se houver uma clara oportunidade de marcar um golo) e uma punição progressiva serão aplicados. Se o incidente ocorreu durante o lançamento, um lançamento de 6 metros e uma desqualificação do guarda-redes deverão ser assinalados. Por outro lado, se o jogador atacante tiver tempo e espaço suficiente para ver e evitar o guarda-redes, os árbitros deverão marcar um lançamento livre a favor da equipa do guarda-redes (falta atacante).

O comportamento do guarda-redes dentro da área de golo: se um guarda-redes saltar não verticalmente contra um adversário que está a tentar marcar, com o objetivo de o assustar, tanto um lançamento de 6 metros como uma suspensão devem ser concedidos. Se o guarda-redes está a causar um contato físico contra o adversário, deverão ser concedidos um lançamento de 6 metros e uma desqualificação. O guarda-redes defensor tem sempre a responsabilidade neste tipo de ações.

2.1.21. Os árbitros

Dois árbitros com igual autoridade devem ser encarregados de cada jogo. Estes são assistidos por um cronometrista e um registador de golos.

Os árbitros monitoram a conduta dos jogadores a partir do momento que entram nas instalações até à sua saída. Os árbitros são responsáveis pela inspeção do terreno de jogo, das balizas e das bolas antes do jogo começar. Eles decidem que bolas serão usadas.

Os árbitros também conferem a presença de ambas as equipas com os equipamentos apropriados. Eles verificam a ficha de registo e o equipamento dos jogadores. Eles garantem que o número de jogadores e oficiais na área de substituição está dentro dos limites e conferem a presença e identidade do "oficial responsável pela equipa", para cada equipa. Qualquer irregularidade deve ser corrigida.

O sorteio é feito por um dos árbitros, na presença do outro árbitro e o "oficial responsável pela equipa", de cada equipa, ou pelo oficial de equipa ou jogador em nome do "oficial responsável pela equipa".

No início do jogo, um árbitro posiciona-se fora da linha lateral do lado oposto da mesa do cronometrista. O relógio oficial começa com o seu apito. O outro árbitro posiciona-se no centro do terreno de jogo. Após o apito, ele começa o jogo com um lançamento de árbitro. Os árbitros devem trocar um com o outro de vez em quando durante o jogo.

Os árbitros posicionam-se de forma a que possam ter uma visão geral das áreas de substituição de ambas as equipas.

Em princípio, todo o jogo deve ser conduzido pelos mesmos árbitros. É da sua responsabilidade garantir que o jogo é jogado de acordo com as regras, devendo eles penalizar qualquer infração. Se um dos árbitros se torna incapaz de terminar o jogo, o outro árbitro continuará o jogo sozinho. (Para a *IHF* e eventos continentais, esta situação é tratada de acordo com a regulamentação aplicável).

Se ambos os árbitros assinalam uma infração e concordam sobre qual a equipa que deve ser penalizada, mas têm opiniões diferentes quanto à severidade da punição, então, deve ser dada a mais severa das duas punições.

Se ambos os árbitros têm opiniões diferentes sobre a atribuição de pontos depois de uma equipa marcar, uma decisão conjunta será aplicada.

Se ambos os árbitros apitam uma infração, ou a bola saiu do campo e os mesmos mostram opiniões diferentes sobre qual a equipa que deverá ter a posse, em seguida, a decisão conjunta será aplicada.

Na sequência da consulta entre os árbitros, o “*Time-out*” é obrigatório, após a devida sinalética gestual, o jogo é reiniciado (depois de um apito).

Os árbitros encontram uma decisão conjunta, consultando-se um ao outro por alguns instantes. Se eles não conseguirem chegar a uma decisão conjunta, então a opinião do árbitro central prevalecerá.

Ambos os árbitros observam e controlam a pontuação, o tempo e o resultado do jogo. Eles são responsáveis por controlar o tempo de prática (tempo útil de jogo). Se houver qualquer dúvida sobre a exatidão do cronómetro, os árbitros deverão encontrar uma decisão conjunta.

Os árbitros controlam, com o apoio do regista de golo e do cronometrista, a entrada e a saída dos jogadores.

Os árbitros são responsáveis por garantir, após o jogo, que a ficha de registo está concluída de forma correta.

Algumas exclusões e desqualificações devem ser explicadas no relatório de jogo.

As decisões feitas pelos árbitros com base nas suas observações de fatos ou julgamentos são finais.

Os apelos podem ser impetrados somente contra as decisões que não estejam em conformidade com as regras.

Durante o jogo, somente os respetivos “oficiais responsáveis da equipa” estão autorizados a dirigirem-se aos árbitros.

Os árbitros têm o direito de suspender um jogo temporariamente ou permanentemente. Deve ser feito todo e qualquer esforço possível para para continuar o jogo, antes de ser tomada a decisão de suspendê-lo permanentemente.

2.1.22. O cronometrista e o registador de golos

Em princípio, o cronometrista controla o tempo de jogo e os tempos de pausa.

Geralmente, somente o cronometrista (e, quando aplicável, um delegado) deve interromper o jogo quando isso se torna necessário.

Simultaneamente, o registador de golos tem como principal responsabilidade controlar a pontuação, a lista de jogadores, a ficha de registo, a entrada de jogadores que chegaram depois do jogo ter começado e a entrada de jogadores que não estão autorizados a participar.

Outras tarefas, como o controlo do número de jogadores e oficiais da equipa nas áreas de substituição, são consideradas como responsabilidades conjuntas. Ambos apoiam os árbitros no controlo das substituições.

Durante campeonatos da *IHF*, campeonatos continentais ou nacionais, a distribuição de tarefas pode ser organizada de outra maneira.

Se não houver um relógio placar público disponível, então o cronometrista deve manter o "oficial responsável pela equipa", de cada equipa, informado sobre quanto tempo foi jogado ou quanto tempo falta, especialmente após "*Time-outs*".

Se não houver um placar com cronómetro com sinal automático disponível, o cronometrista assume a responsabilidade dando o sinal de término ao intervalo e no final do jogo.

Quando um jogador está suspenso, o registador de golos confirma isso para o jogador e os árbitros, segurando um cartão. O cartão mostra um "1" para a primeira suspensão do jogador e um "2" para a segunda suspensão do mesmo.

2.2. Apêndices

2.2.1. Sinais gestuais dos árbitros

Linhas orientadoras:

Se 1 ou 2 pontos forem atribuídos aquando da marcação de um golo, então o árbitro de campo deve indicá-lo com 1 ou 2 dedos estendidos verticalmente. Quando são atribuídos 2 pontos, o árbitro de baliza deve erguer na vertical o seu braço (em adição).

No sinal nº 12, o árbitro indica a violação cometida, assim como o jogador infrator.

O árbitro utiliza um cartão vermelho para indicar uma desqualificação “imediata”.

As desqualificações devem ser claramente confirmadas com o recurso a um cartão vermelho erguido no ar pelo registador de golos.

Quando é assinalado um lançamento ou um lançamento livre, os árbitros devem indicar imediatamente a direção do mesmo (sinal nº 7 ou 9). Seguidamente deve ser exibido o sinal apropriado para indicar um possível castigo pessoal (sinais nº 12 - 14). Se for necessário explicar a razão pela qual foi assinalado um lançamento livre ou um lançamento de 6 metros, então deverá ser aplicado um dos sinais do 1 ao 6.

Os sinais 11, 15 e 16 são obrigatórios nas situações em que são requeridos.

Os sinais 8, 10 e 17 são utilizados pelos árbitros quando estes o acharem necessário.

Sinais dos árbitros



Número 1: Vantagem (prosseguir jogo).

O árbitro não considera que existiu uma situação faltosa ou a equipa em posse de bola sofreu uma falta, que não comprometeu as suas ações ou a integridade de um dos seus atletas (lei da vantagem).

Semelhante ao gesto do Andebol convencional.



Número 2: Duplo drible (dribles).

O árbitro verificou que um jogador cometeu uma infração associada ao gesto técnico do drible (driblar, agarrar a bola e voltar a driblar, tudo de forma sequencial, por exemplo).

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 3: Transportar ou segurar a bola por mais de 3 segundos.

O árbitro verificou que um jogador transportou a bola de forma ilegal ou manteve-a na sua posse por mais de 3 segundos, sem a passar, rematar ou driblar.

Gesto semelhante ao do Andebol convencional.



Número 4: Restringir, agarrar ou empurrar.

O árbitro verificou um jogador foi restringido, agarrado ou empurrado de forma ilegal durante uma ação.

Gesto semelhante ao do Andebol convencional.



Número 5: Bater.

O árbitro verificou que um jogador sofreu contato físico ilegal (comprometedor da sua ação).

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 6: Falta atacante.

O árbitro verificou que um jogador (atacante) cometeu uma infração durante o seu processo ofensivo.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 7: Lançamento e respetiva direção.

Após o árbitro ter constado que a bola saiu pela linha lateral, sem qualquer infração antecedente, deverá assinalar o lançamento e a direção que tomará.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 8: Lançamento de guarda-redes.

Segundo as situações já descritas, aquando de um lançamento por parte do guarda-redes, este é o gesto que o árbitro deve utilizar para o assinalar.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 9: Lançamento livre e respetiva direção.

Segundo as situações já descritas, aquando de uma falta com a punição evidenciada, este é o gesto que o árbitro deve utilizar para o assinalar.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 10: Manter a distância de 1 metro.

Quando o árbitro verifica, aquando da marcação de um lançamento, que um jogador da equipa adversária ao do executante se encontra dentro do raio de 1 metro da zona do lançamento, o juiz deve utilizar este gesto para o afastar (coloca-lo a pelo menos 1 metro do local da falta).

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 11.1: Obtenção de 1 ponto.

Quando o árbitro verifica, que o golo obtido se enquadra nos parâmetros regulamentares (legais), este deverá validá-lo como 1 ponto, assinalando-o da forma presente na imagem.

Gesto sem ligação ao Andebol convencional.



Número 11.2: Obtenção de 2 pontos.

Quando o árbitro verifica, que o golo se enquadra nas situações descritas anteriormente, este deverá validá-lo como 2 pontos, assinalando-o da forma presente na imagem.

Gesto sem ligação ao Andebol convencional (no que diz respeito ao significado. No Andebol convencional este sinal significa que um interveniente foi suspenso por 2 minutos).



Número 12: Suspensão.

Quando um árbitro verifica, segundo os critérios anteriormente descritos, que um interveniente deve ser punido com uma suspensão, este é o sinal a utilizar.

Gesto sem ligação ao Andebol convencional.



Número 13: Desqualificação.

Quando um árbitro verifica, segundo os critérios anteriormente descritos, que um interveniente deve ser punido com uma desqualificação, este é o sinal a utilizar.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 14: Exclusão.

Quando um árbitro verifica, segundo os critérios anteriormente descritos, que um interveniente deve ser punido com uma exclusão, este é o sinal a utilizar.

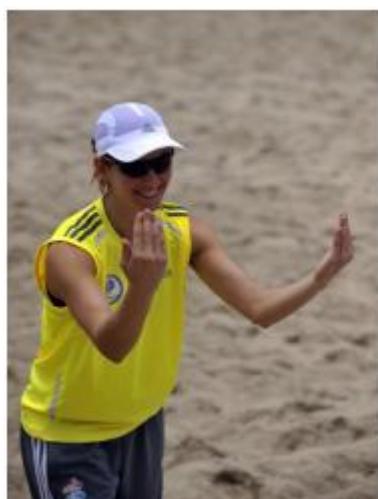
Gesto sem ligação ao Andebol convencional.



Número 15: “Time-out”.

Nos momentos anteriormente mencionados em que o tempo de jogo é interrompido, o árbitro deve utilizar este gesto para assinalar esse mesmo momento.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 16: Permissão para dois elementos autorizados entrarem em campo durante o “Time-out”.

Tal como o nome sugere, quando um jogador se encontra lesionado e necessita de assistência, o árbitro deve utilizar este sinal para o efeito.

Gesto igual ao do Andebol convencional.



Número 17: Aviso de jogo passivo.

Quando o árbitro deteta que uma equipa se encontra a atrasar o jogo de propositadamente, retirando claramente aquilo que é a essência do mesmo, então o juiz deve avisar a equipa que se encontra em jogo passivo (consultar tópico relacionado). Este sinal é um aviso à equipa infratora, que caso não altere o seu comportamento perderá a posse de bola.

Gesto igual ao do Andebol convencional.

2.2.2. Clarificação das regras/regulamentos do jogo

Esclarecimento Nº 1: a atribuição de pontos

Em acréscimo às situações anteriores, um golo marcado em "voo" também é pontuado como 2 golos.

Tanto o espírito do jogo e a sua filosofia específica têm que ser respeitadas. Tem que haver espaço para os "golos criativos ou espetaculares", que serão premiados com 2 pontos (golos). Um golo é espetacular, se é de alto padrão técnico e não é, evidentemente, um "golo de 1 ponto", que é baseado em habilidades técnicas fundamentais.

A ação final marcante e dramática pode levar a um golo criativo.

Observação: se esses golos visam claramente a "ridicularizar" os jogadores adversários, deve ser considerada como uma conduta antidesportiva e nunca deve levar a um "golo de 2 pontos" (*Fair-Play*).

Esclarecimento Nº 2: circunstâncias especiais

Quando as circunstâncias externas (vento, posição do sol, entre outros) o exigirem, os árbitros podem decidir usar apenas um dos golos para o "Shootout".

Esclarecimento Nº 3: execução de um lançamento livre após o sinal final

Em muitos casos, a equipa que tem a oportunidade de executar um lançamento livre, após o tempo de jogo ter terminado, não está realmente interessada em tentar marcar um golo, ou porque o resultado do jogo já está decidido, ou porque a posição para o lançamento livre está muito longe da baliza adversária. Embora tecnicamente as regras exijam que o lançamento livre deveria ser executado, os árbitros devem mostrar bom senso e considerar o lançamento livre, se um jogador que está na posição correta simplesmente deixa a bola cair ou entrega-a aos árbitros.

Naqueles casos em que é claro que a equipa quer tentar marcar um golo, os árbitros devem tentar encontrar um equilíbrio entre permitir esta oportunidade (embora seja muito pequena) e garantir que a situação não se deteriore em um demorado e frustrante "teatro". Isso significa que os árbitros devem manter os jogadores de ambas as equipas na posição correta e rapidamente, de modo que o lançamento livre possa ser executado sem demoras. Os jogadores da equipa de execução devem ser admoestados e monitorados de modo que apenas um jogador segure a bola. Se os jogadores quiserem sair do campo para serem substituídos,

devem fazê-lo sob o seu próprio risco. Os árbitros não têm obrigação de esperar pelo seu sinal de execução até que os substitutos estejam nas suas posições corretas. Os árbitros devem também estar muito atentos no que diz respeito a violações puníveis a ambas as equipas. A invasão persistente pelos defensores deve ser punida. Além disso, os jogadores atacantes frequentemente violam as regras durante a execução. Por outras palavras, é muito importante não permitir nenhum golo marcado ilegalmente.

Esclarecimento Nº 4: jogo passivo

A aplicação das regras relativas ao jogo passivo tem o objetivo de prevenir métodos não atrativos de jogo e atrasos intencionais no jogo. Isso exige que os árbitros durante o jogo reconheçam e julguem métodos passivos de maneira consistente.

Os métodos passivos de jogo podem acontecer em todas as fases do ataque de uma equipa, ou seja, quando a bola é direcionada para uma zona recuada do campo, durante a fase de construção, ou durante a fase de finalização.

As formas passivas de jogar podem ser utilizadas mais frequentemente nas seguintes situações: uma equipa está um pouco à frente no resultado (perto do final do jogo), uma equipa tem um jogador suspenso, superioridade numérica de uma equipa, especialmente na defesa.

A utilização do sinal de aviso

O sinal de aviso (gesto 17) deve ser exibido particularmente nas seguintes situações:

Quando as substituições são feitas de forma lenta ou quando a bola circula lentamente pelo campo.

Os indicadores típicos são: os jogadores estão parados nas imediações do meio-campo à espera que as substituições sejam efetuadas, um jogador está parado a driblar a bola, a bola é jogada para trás do próprio meio-campo da equipa, mesmo que os adversários não façam nenhuma pressão, atrasos na execução de um lançamento de guarda-redes ou qualquer outro.

Uma substituição “tardia”, após a fase de construção já ter sido iniciada.

Os indicadores típicos são: todos os jogadores já tomaram as suas posições de ataque, a equipa começa a fase de construção com um jogo de passes lentos, até esta fase a equipa não empreende uma substituição.

A equipa que tentou um contra-ataque rápido da sua própria metade do campo, mas não conseguiu chegar a uma oportunidade de marcar imediatamente, depois de atingir a metade adversária, deve ser autorizada a realizar uma substituição rápida de jogadores nessa fase.

Durante uma fase de construção excessivamente longa

Em princípio, deve ser sempre permitido à equipa que inicia a fase de construção um conjunto de passes preparatórios, antes que se possa partir para uma situação de ataque ao golo.

Indicações típicas de um tempo excessivamente longo durante esta fase são: o ataque da equipa não conduz a nenhuma ação de ataque ao golo.

A ação de ataque ao objetivo existe particularmente quando a equipa atacante usa métodos táticos para se mover de tal maneira que ganha vantagem espacial sobre os defensores, ou quando eles aumentam o ritmo do ataque em comparação com a fase de construção.

Isso não se verifica quando: os jogadores recebem repetidamente a bola enquanto estão parados ou a afastar-se da baliza, driblam a bola enquanto estão parados, quando confrontados por um adversário, os jogadores atacantes afastam-se prematuramente, esperam que os árbitros interrompam o jogo, ou não tentam ganhar vantagem espacial sobre os defensores, ações defensivas ativas: métodos defensivos ativos que previnem os atacantes de aumentar o ritmo, devido ao fato de os defensores bloquearem os movimentos da bola pretendidos e espaços livres, a equipa atacante realiza um aumento não muito claro da velocidade da fase de construção para a fase de finalização.

Depois de ser exibido o sinal de aviso (árbitros)

Depois de mostrar o sinal de aviso, os árbitros devem permitir uma fase de construção de pelo menos 5 segundos (os árbitros devem reconhecer e permitir que os jogadores mais jovens e equipas em níveis mais baixos possam fazê-lo durante mais tempo). Se após esta fase de construção não há um claro aumento da velocidade e não foi reconhecida nenhuma ação de ataque ao golo, então os árbitros devem concluir que a equipa em posse da bola é culpada de jogo passivo.

Os árbitros devem ter cuidado para não tomar medidas precisamente no momento em que a equipa atacante está realmente a tentar rematar ou realizar um movimento contra a baliza adversária.

Como deve ser exibido o sinal de aviso

Se um árbitro (o árbitro ou o árbitro da linha de golo) reconhece a atitude passiva de jogo, levanta o braço (sinal 17) e mantém-se até à próxima interrupção do jogo para indicar o julgamento de que a equipa em posse da bola não está a tentar chegar a uma oportunidade de marcar. O outro árbitro também deve dar o sinal de advertência (os árbitros devem dar o sinal com o braço que está mais próximo dos bancos das equipas).

Se a equipa em posse não faz uma reconhecida tentativa de fazer um remate à baliza, em seguida, um dos árbitros deve apitar (jogo passivo) e conceder um lançamento livre para os adversários.

Durante um ataque (que começa quando a equipa entra em posse de bola e termina quando se quer marcar um golo ou perde a posse) o sinal de aviso deve ser dado apenas uma vez.

No entanto, na primeira interrupção do jogo após o sinal de aviso ter sido exibido, os árbitros devem mostrá-lo novamente, como um “lembrete”, antes do jogo ser reiniciado.

Se a equipa atacante for pedir um “*Time-out*” após o sinal de aviso ter sido exibido, então o sinal deve ser mostrado novamente quando o jogo for reiniciado após o “*Time-out*”, a fim de enfatizar que o aviso está ainda em vigor.

Esclarecimento Nº 5: conduta antidesportiva

Exemplos de conduta antidesportiva são: gritar com o jogador que está a executar um lançamento de 6 metros, atirar a bola para longe durante uma interrupção, para que o adversário não possa executar imediatamente o lançamento que foi premiado, abusar verbalmente de um adversário ou um colega de equipa, quando um jogador ou oficial de equipa não larga a bola quando esta acabou fora da linha lateral, atrasar a execução de um lançamento formal, segurar um adversário, agarrando o equipamento, se um guarda-redes não libertar a bola quando um lançamento de 6 metros for assinalado para o adversário, se um jogador de campo está repetidamente a bloquear remates com um pé ou perna, se os jogadores defensivos

entram repetidamente na sua área de golo, se um jogador tenta criar a impressão incorreta de que o adversário cometeu uma infração.

Esclarecimento Nº 6: conduta antidesportiva grave

Os exemplos de conduta antidesportiva graves são: comportamento ofensivo (através da fala, expressões faciais, gestos ou contato corporal) dirigido a outra pessoa (árbitro, registação de golos/cronometrista, delegado, oficial de equipa, jogador, espetador, entre outros), atirar ou empurrar a bola para longe após uma decisão dos árbitros (a bola vai tão longe que a ação não pode ser vista apenas como conduta antidesportiva), se o guarda-redes demonstrar uma atitude tão passiva, quando um lançamento de 6 metros foi assinalado para o adversário, que o árbitro entendeu que ele não está a tentar parar o lance, um jogador vingar-se depois de ter recebido uma falta (batendo de volta numa ação reflexa), atirar deliberadamente a bola a um adversário durante uma interrupção do jogo, a menos que seja feito de tal forma que deva ser considerado como uma agressão.

Esclarecimento Nº 7: definição de uma "clara oportunidade de marcar um golo"

Uma "clara oportunidade de marcar um golo" existe quando: um jogador que já tem a bola e o controlo corporal na linha da área de golo dos adversários, tem a oportunidade de atirar à baliza, sem qualquer adversário ser capaz de evitar o remate com métodos legais, um jogador que tem a bola e o controlo do corpo está a correr (ou a driblar) sozinho em direção ao guarda-redes num contra-ataque, sem qualquer outro adversário ser capaz de chegar à sua frente e pará-lo, um jogador está numa situação que corresponda às anteriores, exceto quando o jogador não tem o controlo da bola, mas está pronto para o fazer, os árbitros devem estar cientes de que nenhum adversário será capaz de evitar a receção da bola com métodos legais, um guarda-redes saiu da sua área de golo e um adversário tem a bola controlada e o corpo direcionado para a baliza "aberta", tem uma clara e desimpedida oportunidade para rematar (isso aplica-se também se defesas estão entre o jogador rematador e a baliza, mas os árbitros devem então ter em consideração a possibilidade destes jogadores intervirem de forma legal).

Esclarecimento Nº 8: interrupção de jogo pelo cronometrista

Se um cronometrista interrompe o jogo devido a uma falta de substituição ou entrada ilegal, o jogo é reiniciado com um lançamento livre para os adversários, normalmente no local da infração. Se, no entanto, a bola estava numa posição mais favorável para os adversários no momento da interrupção, então o lançamento livre deverá ser feito a partir desse lugar.

No caso de tais infrações, o cronometrista deve interromper o jogo imediatamente, sem considerar a regra da vantagem, por exemplo. Se uma clara oportunidade de golo é destruída por causa de tal interrupção, quando é causada por uma infração por parte da equipa defensora, então um lançamento de 6 metros será concedido.

No caso de outros tipos de infrações que devem ser comunicadas aos árbitros, o cronometrista deve geralmente esperar até a próxima interrupção do jogo.

Se, no entanto, o cronometrista interromper o jogo, tal intervenção não poderá levar a uma perda de posse de bola. O jogo será reiniciado com um lançamento livre para a equipa que tinha a posse no momento da interrupção. Se a interrupção foi causada por uma infração por parte da equipa defensora, e os árbitros julgam que a interrupção prematura impediu uma clara oportunidade de golo para os adversários, em seguida, um lançamento de 6 metros deverá ser assinalado.

Como princípio geral, as infrações observadas e relatadas pelo regista de golos/cronometrista não conduzem a punições pessoais.

A provisão para a concessão de um lançamento de 6 metros, como indicado no segundo parágrafo acima, aplica-se também se o árbitro ou delegado técnico (da IHF ou federação continental/nacional) interrompe o jogo por uma infração levando a uma advertência verbal ou uma punição contra um jogador ou um oficial da equipa defensora, num momento em que a equipa em posse tem uma clara oportunidade de marcar um golo.

Esclarecimento Nº 9: “Shootout” e “Fast break”

Se durante um “Shootout” ou um “Fast break” o guarda-redes ou o jogador defensor obstruírem o caminho de execução do jogador atacante, causando um contato físico, tanto um lançamento de 6 metros e uma suspensão ou uma desqualificação devem ser aplicados. O guarda-redes ou o jogador defensor têm sempre a responsabilidade neste tipo de ações.

2.2.3. Regulamento da área de substituição

Cada equipa tem uma área de substituição para os jogadores de campo que é de 15 metros de comprimento e 3 metros de largura. Estas áreas estão posicionadas em ambos os lados da zona praticável, fora da linha lateral.

Nenhum objeto de qualquer tipo pode ser colocado nas áreas de substituição.

Somente os jogadores e oficiais de equipa inscritos na ficha/folha de registos estão autorizados a estar na área de substituição.

Ambas as equipas estão na área de substituição nos seus respetivos lados.

Os oficiais de equipa na área de substituição devem estar vestidos com roupas desportivas.

Se for necessário um intérprete, ele deve assumir uma posição atrás da área de substituição.

O cronometrista e o registador de golos devem dar apoio aos árbitros monitorizando a ocupação da área de substituição antes e durante o jogo. Se antes do jogo houver alguma infração das regras no que diz respeito à área de substituição, o jogo não se pode iniciar até que as infrações tenham sido corrigidas. Se essas regras não forem cumpridas durante o jogo, o jogo não pode ser continuado depois da próxima interrupção até que o assunto esteja resolvido.

Os oficiais de equipa têm o direito e o dever de orientar e gerir a sua equipa também durante o jogo, dentro de um espírito justo e desportivo no âmbito das regras. Em princípio, devem sentar-se ou ajoelhar-se na sua área de substituição. No entanto, a um dos elementos é permitido que se desloque dentro da área de substituição, especificamente, a fim de: gerenciar a substituição de jogadores, dar conselhos táticos aos jogadores no campo e na área de substituição, dar assistência médica, solicitar um “*Time-out*”, comunicar com a mesa (isso aplica-se apenas ao “oficial responsável pela equipa”, e apenas em situações incomuns).

Independentemente do momento, a permissão para se mover dentro da área aplica-se apenas a um elemento por equipa. Além disso, o oficial de equipa que está a mover-se deve respeitar os limites da área de substituição, tal como definido no ponto acima.

Da mesma forma, o oficial de equipa também deve respeitar a capacidade/necessidade de visão, sem restrições, por parte da mesa.

Em princípio, os jogadores na área de substituição devem sentar-se ou ajoelhar-se. Aos jogadores suplentes é, no entanto, permitido mover-se na área de

substituição, quando eles estão prestes a entrar em campo, desde que não seja feito de uma forma perturbadora.

Não é permitido aos oficiais de equipa ou jogadores: interferir com ou insultar os árbitros, delegados, registador de golos/cronometrista, jogadores, oficiais de equipa ou espetadores, comportando-se de forma provocadora, protestando, ou de outra maneira antidesportiva (fala, expressão facial ou gestos), deixar a área de substituição de modo a influenciar o jogo, permanecer ou mover-se ao longo da linha lateral durante o aquecimento.

Se os regulamentos da área de substituição forem violados, os árbitros são obrigados a agir com uma advertência verbal, suspensão ou desqualificação.

Se os árbitros não conseguirem perceber uma violação dos regulamentos da área de substituição, devem ser informados pela mesa durante a próxima interrupção do jogo.

Os delegados técnicos da *IHF* (ou Federação Continental ou Nacional) que estão de plantão no jogo estão autorizados a chamar a atenção dos árbitros (na próxima interrupção do jogo) para uma possível violação das regras ou incapacidade de cumprir com os regulamentos da área de substituição (exceto no caso de decisões feitas pelos árbitros com base nas suas observações de fatos). Nesses casos, o jogo deve ser reiniciado com o lançamento apropriado, dependendo da situação do jogo. No entanto, se o delegado técnico achou necessário interromper o jogo imediatamente por causa de uma infração de uma equipa, então o jogo é reiniciado com a posse de bola para os adversários (lançamento livre ou, no caso de um clara oportunidade de golo, lançamento de 6 metros).

O jogador ou oficial que cometeu uma infração será punido pelos árbitros. Os detalhes devem ser registrados na ficha de registo.

Se os árbitros não tomarem medidas contra a violação dos regulamentos da área de substituição, mesmo depois de terem sido informados da mesma, em seguida, o delegado técnico da *IHF* (ou Federação Continental ou Nacional), deve apresentar um relatório à autoridade competente (por exemplo, Comissão Disciplinar). Esta autoridade deve decidir sobre os acontecimentos na área de substituição e a atitude dos árbitros.

2.2.4. Regulamentos dos equipamentos dos atletas

A direção da competição deve verificar os equipamentos de cada equipa participante durante a reunião técnica e durante o evento. Todos os equipamentos masculinos e femininos devem corresponder às normas a seguir indicadas. De acordo com a Carta Olímpica, mensagens religiosas, políticas e raciais são estritamente proibidas nos equipamentos do atleta.

A parte de cima: T-shirt sem mangas (género masculino) e top (género feminino):

O estilo deve estar de acordo com os gráficos apresentados seguidamente. O estilo masculino deve ser sem mangas, o corte ajustado e respeitar o espaço para os *brandings* (anúncios) necessários. Os “tops” femininos devem ser também ajustados, com cavas profundas na parte de trás, respeitando sempre o espaço para os *brandings* necessários. Não é permitido o uso de t-shirts por baixo do equipamento oficial da equipa.

Cor

A parte de cima do equipamento será de cores brilhantes e claras (ou seja, vermelho, azul, amarelo, verde, laranja e branco), com o intuito de refletir as cores normalmente usadas na praia (e também evitar a absorção de radiações solares).

Brandings (Anúncios)

Logotipos dos promotores/patrocinadores: os logotipos dos promotores/patrocinadores podem ser impressos na parte da frente e de trás, tanto nos equipamentos masculinos como nos femininos. Logotipos do Fabricante: o logotipo do fabricante é impresso na parte da frente dos equipamentos e não deve exceder 20 cm².

Número do atleta

O número do atleta (aproximadamente 12 X 10 centímetros, na parte superior do equipamento masculino e 8 X 6 centímetros para o feminino) deve ser colocado na parte da frente e de trás de ambos os equipamentos. Esta informação deverá ser impressa numa cor contrastante com a da base em que está inserida.

A parte de baixo: Calções (género masculino) e *bikini* (género feminino):

Os membros da equipa devem usar calções/*bikini* idênticos. Os calções dos jogadores, se não forem muito largos, podem ser mais compridos, mas devem permanecer 10 centímetros acima do joelho. As atletas devem usar *bikini* que estão em conformidade com o gráfico, com um bom ajuste e corte num ângulo para cima em direção ao topo da perna. A largura lateral deve ser no máximo 10 centímetros.

As equipas podem ter os logotipos dos patrocinadores (incluindo o fabricante) nos seus calções (ou trajes de banho de uma só peça), localizado em qualquer posição e de qualquer tamanho.

Não há nenhuma limitação no número de patrocinadores a ser exibido nos calções/*bikini*. Os atletas devem imprimir o seu nome ou apelido nos seus calções.

Os respetivos oficiais da equipa devem apresentar os seus equipamentos (tops, calções/calças ou roupas de banho de uma só peça) para aprovação durante a pré-competição.

Não é permitido o uso de *t-shirts* por baixo do equipamento do oficial de equipa.

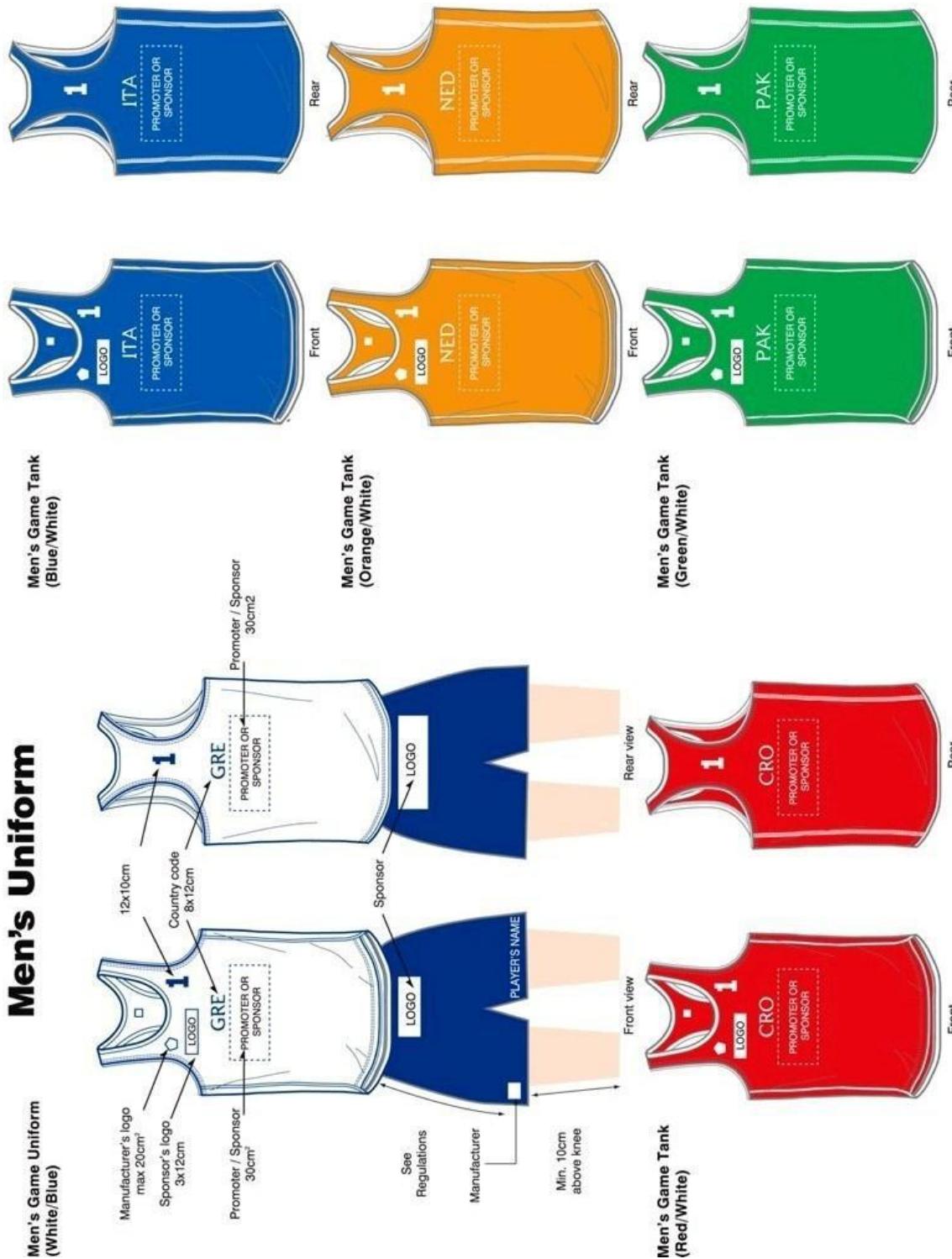
Baixa temperatura

Durante condições meteorológicas severas é permitido aos jogadores usar equipamentos compostos por camisola apertada, calças compridas apertadas (até ao tornozelo e não pelos joelhos). Estes devem ser consistentes em estilo e cor seguindo as mesmas regras de comercialização como para os calções e *bikini* dos jogadores, independentemente do tamanho e posição. A direção da competição será, em última análise, responsável por permitir que os jogadores usem tal equipamento, sempre que necessário, e após consulta com a equipa médica oficial.

O equipamento para condições adversas deve ser composto por uma camisola apertada, com manga longa ou curta e ou calças compridas apertadas. Este equipamento deve ser ajustado ao corpo e compatível/consistente no estilo, comprimento e cor para todos os atletas da mesma equipa.

Os logotipos dos patrocinadores são igualmente permitidos nestes equipamentos, na parte superior ou inferior dos mesmos, tanto para os homens como para as mulheres, de acordo com as regulamentações gerais, como indicado acima.

O equipamento masculino



Women's Uniform



2.2.5. Regulamentações da areia e da iluminação

Requisitos de qualidade da areia no Andebol de Praia:

A escolha da areia é provavelmente o fator mais importante na construção do campo. A areia deve encontrar-se num tamanho aceitável, isto é não muito grossa, livre de pedras e partículas perigosas (lixo) e não deve ser demasiado fina para não causar poeira e não se agarrar à pele.

Qualquer areia utilizada deve incorporar as seguintes especificações:

Limpa: a areia deve ser limpa duas vezes e livre de sedimentos e de argila, a fim de evitar a sua compactação.

Tamanho das partículas: o tamanho das partículas da areia deve ser entre 0,5 e 1 milímetros de forma a permitir a drenagem apropriada e uma segurança máxima.

Forma das partículas: Uma forma “sub” angular vai resistir à compactação e auxiliar a drenagem.

Cor: A areia “bronzeada/menos clara” absorve menos calor e oferece um brilho mínimo.

Fonte: A areia com base de granito (não calcária - sem cálcio ou calcário) permanece estável em todas as condições meteorológicas e não é afetada pela chuva ácida.

Requisitos da iluminação no Andebol de Praia:

Em caso de competição noturna, a iluminação artificial entre os 1000 e os 1500 lux (no mínimo), deve estar disponível e medida a 1 metro acima da superfície de jogo. A luz artificial também pode estar a funcionar durante o dia, após solicitação de uma estação televisiva, de modo a reduzir o impacto da sombra.

2.2.6. Glossário de termos específicos

Atirador = Executante.

Autogolo: quando um jogador marca um golo legal na sua própria baliza.

Contra-ataque: ataque rápido, após uma perda de bola legal por parte da equipa adversária.

Golo de ouro: regra que permite que a equipa que marcar o primeiro golo seja declarada a vencedora (forma de desempate no final de uma parte regulamentar).

Golo em “voo” (*inflight*): quando um golo surge de um remate em que o jogador o executou durante a fase aérea (desde a receção ao remate).

Jogador criativo: caracterizado pela originalidade e expressividade das suas ações/gestos técnicos.

Jogo limpo: jogo em conformidade com as regras, o espírito e a etiqueta do desporto.

“Passos”: violação das regras que ocorre quando um jogador executa mais de 3 passos sem driblar a bola.

“Shootout”: forma de resolver um empate no final do período regulamentar, em que um número igual de jogadores de cada lado alternadamente procura o golo na baliza adversária defendida pelo guarda-redes.

Tempo de jogo: inclui o golo de ouro, lançamentos, “*Time-outs*” (exceto intervalos).

Terreno de jogo = Campo.

“Turnover”: ocorre quando uma equipa dá a posse de bola à equipa adversária, por qualquer meio legal (passe intercetado, lançamento/remate falhado, infração das regras, entre outros).

Especialista: ou guarda-redes avançado é um jogador qualquer que uma equipa identifica, de acordo com o regulamento, através de uma camisola de cor diferente. É-lhe permitido aguardar pela sua entrada em campo ajoelhado ou sentado na área de substituição do guarda-redes.

(Alguns gestos técnicos serão explicados nos tópicos seguintes, com o recurso a imagens sequenciais).

3. O regulamento nacional em 2014

Todas as informações dos dois tópicos (3 e 4) seguintes foram retiradas da apresentação de Mário Bernardes (Regulamentos do Andebol de Praia - Nacionais e Internacionais - *EBT* - 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria) - 2014).

Segundo o Comunicado Oficial da Federação de Andebol de Portugal nº 65 (06 de Março de 2014) a competição (Círculo Nacional de Andebol de Praia) encontra-se dividido em duas fases distintas e respetivas formas de disputa:

- Fase de Qualificação (01 de Junho a 27 de Julho): Circuitos Regionais.
- Fase Final Nacional (de 01 a 03 de Agosto em Esmoriz): regime de concentração.

Escalões etários

O Regulamento Nacional aplica-se aos escalões de *Masters* (Séniores) e *Rookies* (Juvenis):

- *Masters* (nascidos em 1996 e anos anteriores).
- *Rookies* (nascidos de 1997 a 1999).

Clubes/Equipes participantes

- Inscrição nas Associações Regionais do respetivo Círculo em que participam.
- Mínimo 6 atletas e máximo 16, com limite de 10 por jogo.
- O clube/equipa terá de ter treinador credenciado com pelo menos o grau 1.

Classificação nas etapas/EBT

Classificação	Pontos
1º	10
2º	8
3º	6
4º	5
5º	4
6º	3
7º	2
8º e seguintes	1
Vitória = 2 Pontos	
Derrota = 1 Ponto	
Falta de comparência = 0 Pontos	

Fase Final Nacional

Masters Masculinos

- Será disputada em 2 grupos (A e B).
- Grupo A - 11 equipas apuradas diretamente da Fase de Qualificação (Circuitos Regionais Regulares).
- Grupo B - máximo 8 equipas indicadas pelas Associações Regionais que não possuíram uma fase de qualificação regular, equipas com classificações secundárias de Circuitos regulares e/ou “*Wild Cards*”.
- Os quartos-de-final da prova serão disputados por 7 equipas do Grupo A e o 1º classificado do Grupo B.

Fase Final Nacional

Masters Femininos

- Serão apuradas de 8 a 12 equipas da Fase de Qualificação.

Rookies

- Será disputada por 6 equipas de cada escalão (masculino e feminino).
- Os apuramentos serão sempre feitos com base em “cotas” relacionadas com o número de equipas participantes nos respetivos Circuitos Regionais.

4. “European Beach Tour”

As equipas participantes pontuam para um *ranking* europeu, e os 10 primeiros participam no “*EBT Finals*”.

A pontuação difere de torneio para torneio, dependendo das características de cada um (pontuação e descrição explicadas seguidamente).

Só são pontuadas equipas de *Masters* (seniores).

Para participar no “European Beach Tour” os passos a seguir são:

- Visitar o website: <http://www.eurohandball-beachtour.com/>.
- Estruturar um torneio aberto.
- Registar no website como organizador (seguir todas as etapas tal como as imagens seguintes sugerem).



2013/14 European Beach Handball Tour

Registration for the EBT

Register as Team-Manager
If you want to register your team, please use this link.
[Register as Team-Manager](#)

Register as Organiser
If you want to organise a tournament, please use this link.
[Register as Organiser](#)

2013/14 European Beach Handball Tour

Register as Organiser

Name (and/or given name):

Loginname:

E-Mail Address:

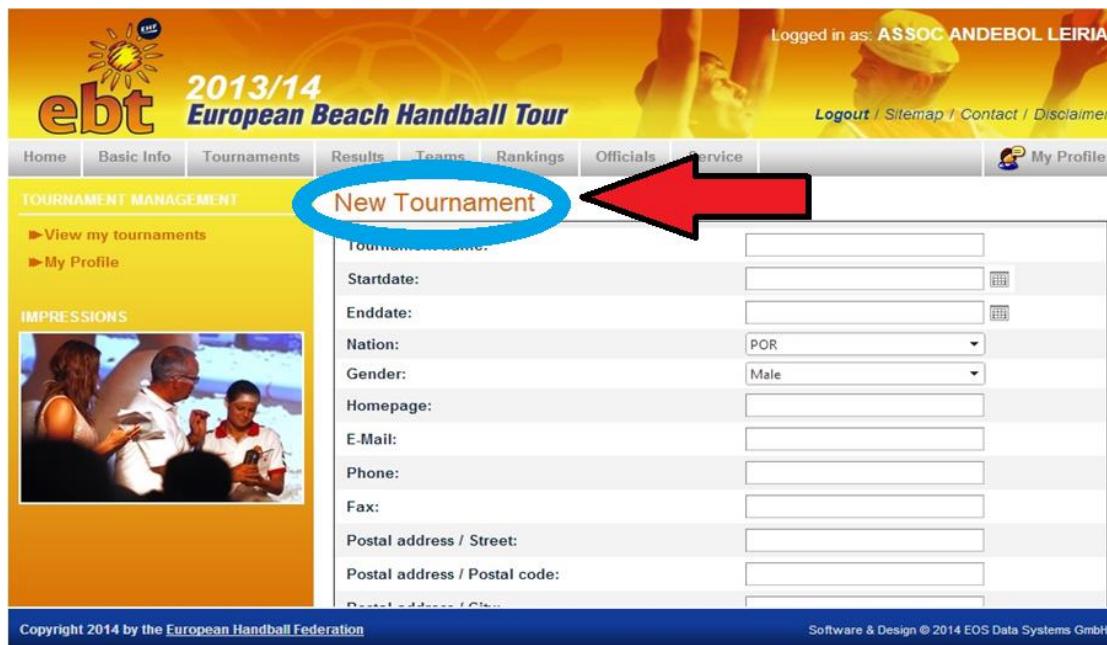
Password:

Password confirmation:

I accept the terms and conditions of the European Beach Handball Tour

Submit

- Inscrever o torneio (30 dias antes do seu começo).
- Mencionar as características e aguardar aprovação.



The screenshot shows the 'New Tournament' form on the ebt website. The form fields include: Tournament name, Startdate, Enddate, Nation (set to POR), Gender (set to Male), Homepage, E-Mail, Phone, Fax, Postal address / Street, Postal address / Postal code, and Postal address / City. The 'New Tournament' button is highlighted with a blue circle and a red arrow pointing to it.

Forma de pontuar um torneio:

- **X Pontos:** prémio final (1€ a 999€ = 0 pontos, 1000€ a 1999€ = 5 pontos, 2000€ a 2999€ = 10 pontos, mais de 3000€ = 15 pontos (só é válido dinheiro “vivo”, não são aceites cheques ou talões)).
- **X Pontos:** número de dias com jogos (1 ponto por dia, com início no primeiro dia, os torneios juvenis não estão incluídos, num máximo de 5 pontos).
- **X Pontos:** número de equipas estrangeiras (2 pontos por equipa estrangeira, equipas juvenis não estão incluídas, num máximo de 10 pontos).
- **5 Pontos:** torneios jovens a decorrer ao mesmo tempo sob a mesma organização (4 equipas no mínimo).
- **15 Pontos:** torneio com transmissão ao vivo na *Internet* (endereço encaminhado para a *EHF* pelo menos duas semanas antes do torneio).
- **X Pontos:** torneio com transmissão televisiva (televisão regional = 10 pontos, televisão nacional = 20 pontos).
- **10 Pontos:** produção de um DVD da competição (com todas as finais, a ser enviado para a *EHF*, no máximo duas semanas após o fim do torneio).
- **5 Pontos:** 2 locais de acesso à *Internet* gratuito para os competidores.
- **5 Pontos:** bancadas no mínimo com 300 lugares para espetadores.
- **X Pontos:** 1 quadro eletrónico por campo (5 pontos por cada).

- **5 Pontos:** iluminação artificial para jogos noturnos (mínimo 500 lux).
- **5 Pontos:** megafones eletrónicos e música durante o torneio.
- **5 Pontos:** torneio masculino e feminino jogado ao mesmo tempo.
- **10 Pontos:** 2 árbitros por jogo.
- **5 Pontos:** Redes isoladoras à retaguarda das balizas.
- **20 Pontos:** um par de árbitros de Andebol de Praia da EHF é nomeado (10 pontos por árbitro), por cada par adicional são atribuídos mais 10 pontos.
- **20 Pontos:** um delegado de Andebol de Praia da EHF é nomeado, por cada delegado adicional são atribuídos mais 5 pontos.
- **0 Pontos:** observador nacional.

Ao selecionar a opção “Officials” no website da “European Beach Tour” é possível consultar tanto as listas nacionais (observadores) como as internacionais (árbitros, delegados).

EBT National Observers

Country	Name	E-Mail
POR	Antonio Canelas	A.CANELAS@HOTMAIL.COM
POR	Fernando Humberto	F.HUMBERTO@IOL.PT
POR	Heider Sobral	SOBRALHEIDER@GMAIL.COM
POR	Hugo Pereira	HUGO.PEREIRA@FPA.PT
POR	Joao Moreira	JASM53@LIVE.COM
POR	Luis Canelas	LUISCANELAS@HOTMAIL.COM
POR	Mário Bernardes	MBERNARDES.WORK@GMAIL.COM
POR	Pedro Vieira	GABTECNICO@ANDEBOLPORTO.PT
SRB	Branislav Radisic	BRANISLAV_RADISIC@YAHOO.COM
SRB	Ivan Drenovac	DRENOVACIVAN@YAHOO.COM
SRB	Jelena Jakovljevic	JELENA.JAKOV@YAHOO.COM

Para pontuarem as equipas têm que estar também inscritas no “European Beach Tour”.

Tal como o procedimento da inscrição de um torneio, também é necessário:

→ Visitar o website: <http://www.eurohandball-beachtour.com/>.

→ Registar como equipa e aguardar aprovação.



The screenshot shows the homepage of the 2013/14 European Beach Handball Tour. The main navigation bar includes Home, Basic Info, Tournaments, Results, Teams, Rankings, Officials, Service, Login, Sitemap, Contact, and Disclaimer. A large blue oval highlights the 'Register as Team-Manager' link under the 'REGISTER' section. A large red arrow points upwards from the bottom of the page towards this link. The page content includes a banner for the European Beach Handball Tour, a section for 'IMPRESSIONS' with a photo of spectators, and a 'Register as Team-Manager' form with fields for Name, Loginname, E-Mail Address, Password, and Password confirmation, along with a checkbox for accepting terms and conditions and a 'Submit' button.



This screenshot shows the 'Register as Team-Manager' form from the previous page. It includes fields for Team-Manager Name, Loginname, E-Mail Address, Password, and Password confirmation. A large red arrow points to the 'Submit' button at the bottom of the form. The page layout is identical to the previous screenshot, with the same header, navigation bar, and footer.

Ao selecionar a opção “Teams” no website da “European Beach Tour” é possível consultar tanto as listas das equipas nacionais como as internacionais (por épocas desportivas).



The screenshot shows the 'Teams' section of the European Beach Handball Tour website. The 'Teams' tab is highlighted with a yellow circle and a red arrow points to the 'All Teams' link. The table lists the following teams:

NATION	TEAMNAME	GENDER
	Os Repetidos	
	Raccoons D'Areia	
	THIS IS TEAM	
	Tiky-Taka	
	SC-Ekaterinodar	
	Backa Palanka	
	BHC 2AREG	
	BHC ADUT	
	BHC ADUT	
	Nopal	

Não esquecer que é obrigatório:

- Jogar de acordo com as regras da IHF - “IHF Rules of the game for Beach Handball”.
- Água para todas as equipas (1 litro por jogo e por atleta).
- Nomeação de pelo menos um observador nacional (como foi referido anteriormente é possível consultar/procurar por um no website da “European Beach Tour”.

5. As técnicas do Andebol de Praia

Todas as informações seguintes foram retiradas da apresentação de *Tamás Neukum* (preleitor da *EHF*) (*Standards of the technical part of the game (goals, skills)* - 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria) - 2014).

Seguidamente serão abordadas as técnicas associadas ao processo defensivo e ofensivo. O “*Fast break/Quick retreat*” não será mencionado.

5.1. Defensivas

Em termos defensivos existem diferenças em relação ao Andebol convencional, tais como: nos movimentos, no contato físico, na recuperação da posse de bola e no bloco.

Movimentos: semelhantes ao Andebol convencional, são utilizados para preparar a antecipação e para criar possibilidades de simulação.

Contato físico: basicamente o contato físico é proibido, nomeadamente o corpo-a-corpo. No entanto, é permitido utilizar o contato físico frente-a-frente com o adversário (dentro do estritamente necessário). Contatos físicos violentos, efetuados lateralmente e/ou pelas costas, durante um remate em “voo” (*inflight shot*) e/ou em pírula (*spin shot*) são punidos imediatamente.

Recuperação da posse de bola: o bloco pode ser um meio para recuperar a posse da bola, apesar de ser mais difícil de o fazer, impede o adversário de driblar. Tentar intercetar a bola é considerada uma manobra de risco, mas que pode resultar em excelentes situações de finalização (contra-ataque). Outra forma de recuperar a bola é ficar em cima ou um pouco à frente da linha dos 6 metros, isto porque evita remates em “voo” (aumenta a possibilidade de se recuperar uma bola que ressalte a partir da baliza defensiva).

Bloco: é a última oportunidade dos defesas evitarem um remate à sua baliza. Bloco contra o especialista é uma tarefa de cariz individual. O bloco em “mergulho” (*diving block*) é uma das técnicas defensivas mais espetaculares e importantes (novidade em relação ao Andebol convencional). Neste tipo de ação os aspetos a ter em conta são: a direção do movimento, ritmo e distância dos atacantes.

Na página seguinte vão ser sequenciadas um conjunto de imagens com a finalidade de descrever e ilustrar o bloco em “mergulho” (*diving block*), exclusividade do Andebol de Praia, comparando-o com o bloco “comum” (em apoio).

Bloco em apoio (mais comum)	Bloco em “mergulho” (<i>Diving block</i>)
<p>1</p> 	<p>1</p> 
<p>A 1^a fase que o defesa deve observar deve ser baseada na: direção do movimento, ritmo e distância do atacante. Normalmente neste tipo de situações o atacante encontra-se distante da linha de 6 metros.</p>	<p>Tal como no bloco em apoio, o defesa deve seguir os mesmos passos analíticos. Pelo contrário, neste tipo de situações o atacante encontra-se praticamente a “pisar” a linha dos 6 metros.</p>
<p>2</p> 	<p>2</p> 
<p>Após a análise que o defesa efetuou, este deve adaptar-se ao comportamento do atacante com o intuito de evitar o sucesso ofensivo do mesmo.</p>	<p>Já nesta fase, o defesa deve adaptar-se ao comportamento do atacante, lembrando-se sempre dos limites legais do contato físico.</p>
<p>3</p> 	<p>3</p> 
<p>Na 3^a e última fase o defesa ergue os braços e coloca as mãos à frente da bola, de forma a evitar o remate na direção da sua baliza.</p>	<p>Na última fase, o defesa, sem pisar a linha dos 6 metros, salta para a frente do atacante, tentando colocar as mãos à frente da bola, efetuando o dito “mergulho”.</p>

Ensinar o bloco em “mergulho” através das seguintes etapas: estar de pé e blocar um remate “normal”, estar de pé e blocar um remate em “pirueta” (*spin shot*), executar um bloco em “mergulho” contra um remate “normal”, executar o bloco em “mergulho” sobre um pequeno objeto, executar um bloco em “mergulho” contra um remate em “pirueta” e ensinar o defesa a procurar o local e *timing* de movimento correto.

5.2. Ofensivas

Em termos ofensivos existem diferenças em relação ao Andebol convencional, tais como: nos movimentos, nas técnicas gerais com bola, nas simulações e nos remates (em “voo” (*inflight shot*) e em “pirueta” (*spin shot*)).

Movimentos: especialista (horizontais e verticais), alas (horizontais) e *pivot* (basicamente fixo num local, mas pode realizar movimentos horizontais e verticais dependendo da tática utilizada). A eficácia de uma equipa depende fortemente dos seus movimentos sem bola, porque estes causam uma pressão permanente sobre os defesas adversários. Os treinadores devem, durante qualquer unidade de treino, ensinar os diferentes parâmetros dos movimentos que pretendem ver replicados (direção e distância). Os movimentos no Andebol de Praia requerem um nível físico considerável, uma vez que a superfície de jogo é instável (ao contrário do Andebol convencional). Em suma, os movimentos básicos de uma equipa são muito importantes, porque definem o número de oportunidades de golo, assim como a qualidade dos remates efetuados.

Técnicas gerais com bola: receção de bola, controlo/manutenção da bola, passe (passe “picado” (*pivot*), ou para um remate em “voo” ou em “pirueta”) e drible.

Simulações: especialista (completamente semelhante ao do Andebol convencional (central) (sem movimentos “extra” para marcar golos)), alas (simulação de passes (confundir os defesas, ganhar espaço, uma vez que se pode tratar de uma situação de 3 contra 4, fazendo com os movimentos rápidos sejam imprescindíveis), pivot (simulador de passes) e “*Shootout*” (a simulação de remates é uma estratégia muito utilizada com o objetivo de induzir o guarda-redes adversário em erro)).

Remates: especialista (completamente semelhante ao do Andebol convencional (central)), alas (remate em “voo” (*inflight shot*) ou em “pirueta” (*spin shot*), a partir de um ou dois apoios), *pivot* (remate em “voo” (*inflight shot*) ou em “pirueta” (*spin shot*),

a partir de um, dois apoios ou movimentações concordantes com a ação pretendida) e guarda-redes (golo direto (tática utilizada para efetuar substituições)).

Remate em “voo” (*Inflight shot*)

Técnica individual que requer no mínimo 2 jogadores, o salto deve ser efetuado a partir de um apoio e tem algumas vantagens em relação ao remate em “pirueta” (*spin shot*): o guarda-redes é visível durante todo o processo e os defesas têm poucas hipóteses de o blocar/parar.



Na 1^a fase desta técnica ofensiva, o jogador atacante deve procurar um espaço vazio na linha defensiva adversária. Este deve aguardar pelo momento exato para efetuar um salto (sem bola) na direção da baliza contrária. Neste tipo de situações deve evitar o contato ocular com os colegas, de forma a aumentar o grau de imprevisibilidade da ação.



Se seguida o jogador já após ter recebido a bola (em “voo” - fase aérea), deve controlá-la e direcionar o seu corpo para a baliza adversária. Nunca é tarde para relembrar, que qualquer contato com o solo ou um defesa, pode resultar (existindo exceções em conformidade com os movimentos dos defesas) numa violação da área ou falta atacante.



Na 3^a e última fase o atleta coloca a bola na direção da baliza e fora do alcance do guarda-redes, de forma a obter um golo validado como 2 (devido à espetacularidade do mesmo). Já na fase descendente o jogador prepara uma queda/receção ao solo segura.

Ensinar o remate em “voo” (*inflight shot*) através das seguintes etapas: remate após passe curto, remate após passe longo, remate por cima de um defesa, combinação direta (passe devolvido (jogador A passa ao B e este devolve-lhe a bola) seguida de um remate por cima do defesa, remate por baixo da axila do defesa após simulações e defesa (número de elementos ao critério do treinador) contra um remate. Todas as situações apresentadas não requerem obrigatoriamente que o atacante receba a bola na fase aérea.

Remate em “pirueta” (*Spin shot*)

Técnica individual (sem um número *standard* de jogadores), o salto pode ser efetuado a partir de um ou dois apoios, deve-se prestar atenção aos movimentos dos defesas e é também uma forma eficaz de sair da zona defensiva (quando de uma pressão adversária elevada). A “pirueta” tem na maioria das vezes dois tipos de graus (rotação do corpo no ar).

180º



360º



Na 1ª fase o atacante tanto pode receber a bola parado (um ou dois apoios no solo) como em movimento. Neste tipo de remate o jogador encontra-se à frente de um defesa e de costas para a baliza adversária (evitar contato ilegal). O jogador também se pode encontrar em zona defensiva (utilizando este remate como “escapatória” ou forma de passe para um colega melhor posicionado).

Na 1ª fase o atacante tanto pode receber a bola parado (um ou dois apoios no solo) como em movimento. Neste tipo de remate o jogador pode encontrar-se à frente de um defesa, mas nunca de costas para a baliza adversária. O jogador também se pode encontrar em zona defensiva (utilizando este remate como “escapatória” ou forma de passe para um colega melhor posicionado).

(Continua na página seguinte).



Após ter controlado a bola, o atacante salta e roda no sentido oposto ao do defesa (evitando assim o contato) orientando o seu corpo e olhar na direção da baliza adversária (rotação de 180º). Nestas situações os defesas pouco podem fazer, pois qualquer contato ilegal terá consequências disciplinares.

Após ter controlado a bola, o atacante salta e roda no sentido que for mais conveniente à sua trajetória (efetuando uma volta completa sobre um eixo imaginário, perpendicular ao nível do solo), orientando o seu corpo e olhar na direção da baliza adversária (rotação de 360º). Nestas situações os defesas pouco podem fazer, pois qualquer contato ilegal terá consequências disciplinares.



Na 3ª e última fase o atacante coloca a bola na direção da baliza e fora do alcance do guarda-redes, de forma a obter um golo validado como 2 (devido à espetacularidade do mesmo). Já na fase descendente o jogador prepara uma queda/receção ao solo segura.

Na 3ª e última fase o atacante coloca a bola na direção da baliza e fora do alcance do guarda-redes, de forma a obter um golo validado como 2 (devido à espetacularidade do mesmo). Já na fase descendente o jogador prepara uma queda/receção ao solo segura.

Ensinar o remate em “pirueta” (*spin shot*) através das seguintes etapas: remate a meia volta (ambas as direções), remate com a volta pretendida sem passos, remate com a volta pretendida a partir de dois apoios fixos no solo (terminando em dois apoios também), remate com a volta pretendida após um passo e dois apoios fixos no solo, remate com a volta pretendida após uma pequena corrida e dois apoios fixos no solo, ligeiro recuo em relação à linha de 6 metros - novo ataque à mesma - dois apoios fixos no solo e remate com a volta pretendida, remate com a volta pretendida após diferentes mudanças de direção, remate com a volta pretendida após soluções táticas individuais, remate com a volta pretendida após um passe longo, remate com a volta pretendida após uma combinação direta, o especialista recebe a bola - simula e devolve a bola aos alas que efetuarão um remate com a volta pretendida, realizar as movimentações básicas da equipa - apito - passar a bola para um jogador que efetuará um remate com a volta pretendida, remate com a volta pretendida após “queda” para um dos lados e remate com a volta pretendida com um defesa a blocar.

Remate com a volta pretendida = Remate em “pirueta” (*spin shot*) de 180º ou 360º.

6. Referências bibliográficas

- Associação de Andebol de Praia da Ucrânia (autor específico e ano de edição não disponíveis) - *“History of Beach Handball”. About Beach Handball - History.*
- Bernardes, M. (2014) - “Regulamentos do Andebol de Praia - Nacionais e Internacionais - EBT”. 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria).
- International Handball Federation (2010) - “Rules of the game (Beach Handball)”. (Disponível no website da Federação de Andebol de Portugal - secção de Andebol de Praia - Circuito Nacional - Regras de Jogo - Regras do Jogo IHF).
- Nicolau, E. (2014) - “Regras de Andebol de Praia”. 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria).
- Neukum, T. (2014) - “Standards of the technical part of the game (goals, skills)”. 1º Congresso de Andebol de Praia na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (Instituto Politécnico de Leiria).