Manual miniandebol

2026/2027



Federação Andebol Portugal

Manual miniandebol

Este manual tem como objetivo uniformizar orientações pedagógicas, organizativas e competitivas para os escalões de Mini Andebol (Sub 8, Sub 10 e Sub 12), assegurando que todos trabalham com base em critérios comuns, alinhados com as recomendações nacionais da Federação de Andebol de Portugal garantindo que a primeira experiência competitiva das crianças é positiva, segura, lúdica e adequada ao seu nível de desenvolvimento.

Índice

1 Mini Andebol no Percurso Formativo 4
2 Princípios pedagógicos - Valores 6
3 Captação e Retenção 9
4 Estruturação do Mini Andebol 11
4.1 Evolução Modelo de Jogo 12
4.1.1 Modelo de Jogo 4x4 12
4.1.2 Modelo de Jogo 5x5 13
4.1.3 Modelo de Jogo 6x6 13
4.2 Evolução dimensão do campo de jogo 14
4.3 Evolução tamanho das balizas 14
4.4 Evolução das áreas de baliza 15
4.5 Evolução da bola 15
4.6 Evolução do Tempo de Jogo 17
5 Gestão de Resultados 18
6 Definição de Níveis no Mini Andebol 20
7 Interpretação Pedagógica ao Regulamento Específico do Mini Andebol 22
8 Orientador/a de Jogo 28
8.1 As sete regras centrais do Mini Andebol 29
9 Reunião Técnica 31
10 Organização do Mini Andebol 33
10.1 Organização das Equipas 34
10.2 Organização da Competição Regional 35
10.3 Organização dos Festands e Encontros 36
10.4 Calendarização da Competição Regional 38
10.5 Competências e Responsabilidades 39
10.6 Boas Práticas Organizativas 42
10.7 Indicadores de um Festand/Encontro Bem-Sucedido 43
11 Recomendações para Treinadores/as 44

01

Mini Andebol no Percurso Formativo

O Mini Andebol integra as primeiras etapas do percurso formativo no andebol e constitui uma fase essencial para o desenvolvimento global das crianças, tanto do ponto de vista motor como cognitivo, social e emocional. Este modelo enquadra os escalões de Sub 8, Sub 10 e Sub 12, respeitando as diferentes fases de crescimento e aprendizagem, através de um jogo adaptado, progressivo e centrado na criança.

Antes do Mini Andebol, existe o escalão de Baby's, que corresponde ao primeiro contacto com a modalidade, mas sem competição formal, sendo a atividade orientada exclusivamente para a exploração motora, o prazer do movimento e o contacto lúdico com a bola e colegas.

O Mini Andebol deve ser entendido como uma versão adaptada do andebol formal, em que regras, espaço, materiais e organização do jogo são ajustados às capacidades das crianças. Ao longo dos escalões o jogo evolui progressivamente, promovendo:

- A curiosidade e o gosto pelo jogo;
- A participação ativa de todas as crianças;
- O desenvolvimento das competências técnicas básicas;
- A compreensão inicial do jogo coletivo;
- A aquisição de valores como cooperação, respeito e espírito de equipa.

O foco do Mini Andebol não é o rendimento, mas sim a criação de experiências positivas e significativas, que incentivem a continuidade da prática desportiva e preparem as crianças para etapas futuras.

O escalão Sub-14 representa uma fase de transição entre o Mini Andebol e o jogo adulto, marcada por um aumento gradual das exigências táticas, físicas e regulamentares.

		Mini Andebol						Transição	
Fase EHF	Ativação e Exploração Ativa	Fundamentos e Envolvimento no Jogo				Aquisições e Aprendizagem no Jogo			
Lema EHF	Ser curioso	Ser ativo				Ser inteligente			
Escalões FAP	Baby's	Sub 8		Sub 10		Sub 12		Sub 14	
Ano Escolar	Pré-Escolar	1.º Ano	2.º Ano	3.º Ano	4.º Ano	5.º Ano	6.º Ano	7.º Ano	8.º Ano

02

Princípios pedagógicos - Valores

A intervenção no Mini Andebol deve assentar num conjunto de princípios pedagógicos, definidos como valores, que colocam a criança no centro do processo de aprendizagem e valorizam o jogo como ferramenta fundamental de desenvolvimento.

1. Participação ativa de todas as crianças

Todas as crianças devem participar ativamente no jogo. O tempo de utilização deve ser equilibrado, garantindo que cada criança se sente envolvida, valorizada e parte integrante da equipa. A participação regular é essencial para a motivação, o desenvolvimento e a retenção na modalidade.

2. Inclusão

A prática do Mini Andebol deve assumir-se como um espaço plenamente inclusivo, promovendo a participação conjunta de crianças sem restrições de género. Não existe exclusão de equipas/crianças, existe adaptação das equipas ao seu nível de desenvolvimento. As equipas podem ser organizadas como mistas, masculinas ou femininas. Sendo que todas podem jogar entre todas respeitando o nível da competição.

3. Foco no processo formativo

No Mini Andebol não existem classificações, resultados oficiais ou hierarquização de equipas. O foco está na experiência vivida, no prazer de jogar, no processo de aprendizagem, e não no resultado final. O sucesso mede-se pela alegria, pelo envolvimento e pela vontade da criança querer continuar a jogar.

4. Aprender a jogar, jogando

As crianças aprendem a jogar jogando, explorando situações, experimentando soluções e descobrindo o jogo de forma natural. São promovidos contextos ricos em estímulos, onde a aprendizagem acontece de forma espontânea e divertida, através do jogo.

5. Simplicidade e clareza

A organização do jogo deve ser simples e clara, com regras adaptadas, poucas interrupções e explicações curtas, adequadas à idade das crianças. A simplicidade favorece a compreensão do jogo, a fluidez da ação e a autonomia progressiva das crianças.

6. Ambiente positivo e motivante

O ambiente deve ser seguro, positivo e motivador. O erro faz parte do processo de aprendizagem e deve ser aceite e valorizado como oportunidade de evolução. Treinadores, orientadores de jogo e adultos envolvidos devem reforçar comportamentos positivos, o esforço e a cooperação entre as crianças.

7. Respeito pelos ritmos de desenvolvimento

Cada criança desenvolve-se a um ritmo próprio. O jogo, as regras e as exigências devem ser ajustados ao nível de maturação motora, cognitiva e emocional de cada uma. O objetivo é desafiar sem excluir, permitindo que todas as crianças tenham experiências de sucesso ao longo do percurso.

8. Cooperação e espírito de equipa

O Mini Andebol deve promover a cooperação, a partilha e a ajuda entre colegas. Jogar em equipa significa aprender a passar a bola, apoiar o colega e celebrar sucessos coletivos, reforçando o sentimento de pertença e o espírito de equipa desde cedo.

9. Diversidade de Experiências

Nesta fase, é essencial evitar especialização precoce. As crianças devem experimentar diferentes posições, funções e situações de jogo, bem como experiências diversificadas no treino, tornando a aprendizagem motora o mais ampla possível. A diversidade de experiências contribui para uma formação mais completa e equilibrada.

10. Equilíbrio Competitivo

O equilíbrio competitivo nesta fase não tem como objetivo selecionar ou classificar, mas sim garantir contextos de aprendizagem ajustados ao nível de desenvolvimento das crianças, promovendo experiências positivas e significativas no jogo.

03

Captação e Retenção

O Mini Andebol representa um momento estratégico na base da pirâmide formativa do andebol. Coincide, com o 1.º e 2º ciclo do ensino básico, uma fase determinante para a criação de hábitos de prática desportiva e para o desenvolvimento da literacia motora das crianças.

Uma captação alargada neste momento é fundamental para garantir diversidade, inclusão e sustentabilidade da modalidade a médio e longo prazo.

Quanto maior for a base de entrada, maior será a capacidade do sistema em assegurar continuidade, qualidade formativa e crescimento estruturado. O objetivo não é apenas recrutar, mas proporcionar um primeiro contacto positivo, ajustado à idade e centrado na experiência da criança.

Neste contexto, o trabalho articulado com as escolas assume um papel central. A escola constitui um espaço privilegiado de contacto inicial com o movimento, o jogo e o desporto, devendo ser encarada como parceiro estratégico dos clubes e das associações regionais.

A Federação de Andebol de Portugal, através dos projetos **Andebol4Kids**, disponibiliza um enquadramento estruturado para a implementação do andebol em contexto escolar, promovendo protocolos entre Federação, Associações, Agrupamentos de Escolas Municípios e Clubes. Os clubes interessados devem articular-se com a respetiva associação regional, potenciando eventos/atividades no meio escolar e assegurando uma transição natural das crianças para a prática federada.

A retenção começa na qualidade da experiência inicial. A participação ativa, a diversão e o espírito de equipa constituem pilares fundamentais para que as crianças desenvolvam uma relação positiva e duradoura com a modalidade. O papel dos adultos (treinadores, orientadores de jogo, dirigentes e famílias) é determinante na construção deste ambiente.

04

Estruturação do Mini Andebol

4.1 Evolução Modelo de Jogo

O Mini Andebol organiza-se segundo um modelo de progressão pedagógica do jogo, adaptado ao desenvolvimento das crianças ao longo das diferentes etapas de formação.

Esta progressão permite que o jogo evolua de forma gradual em complexidade, garantindo sempre o equilíbrio entre aprendizagem, participação e diversão.

O objetivo não é antecipar o jogo formal, mas sim preparar progressivamente as crianças para compreenderem o jogo e poderem ir madurando as suas capacidades técnicas para conseguirem responder às progressões técnicas que vão sendo propostas.

Cada etapa deve respeitar o ritmo de desenvolvimento das crianças, garantindo que o jogo evolui de acordo com as suas capacidades motoras, cognitivas e sociais.

Em nenhuma etapa do Mini Andebol é promovido o contacto físico, este terá a sua etapa de introdução que será no escalão de Sub 14, onde já temos consolidadas as competências básicas e a compreensão de jogo para poder incluir o contacto físico como um fator positivo no jogo.

A evolução do Mini Andebol desenvolve-se através de três modelos de jogo:

- Modelo de Jogo 4x4 – Sub 8 e Sub 10
- Modelo de Jogo 5x5 – Sub 12
- Modelo de Jogo 6x6 – Sub 12

4.1.1 Modelo de Jogo 4x4

Modelo ideal para crianças em iniciação do escalão de Sub 8 e de Sub 10.

Fase centrada na adaptação ao jogo e na aquisição das competências técnicas básicas, garantindo elevada participação e sucesso.

- Elevado número de contactos com a bola
- Foco no passe, receção e remate
- Compreensão básica do jogo

Partimos do pressuposto que a introdução do Andebol é realizada através da facilitação do processo ofensivo para permitir a aprendizagem dos recursos técnicos essenciais para a participação da criança no jogo, focando a aprendizagem nas 3 componentes básicas passe, receção e remate. Queremos garantir sucesso nesta fase e que a criança desfrute de jogar, que termine o jogo com um sorriso e que queira voltar a jogar.

Numa fase inicial, recomenda-se o modelo de 4x4 de vantagem ofensiva, com a participação do guarda-redes no ataque, criando vantagem ofensiva. Esta configuração facilita a continuidade do jogo no processo ofensivo que nesta etapa de adaptação é essencial para a aquisição das competências básicas (passe/receção/remate).

À medida que as crianças evoluem (onde já existe o domínio técnico necessário para fluidez e continuidade de jogo), começamos a preocuparmo-nos com o processo defensivo e passa-se para o modelo de 4x4 em igualdade. Neste momento já queremos promover a defesa em igualdade.

Nesta fase inicial do jogo 4x4 devemos explorar a coordenação e diversidade do drible em exercícios variados, mas não utilizar o drible excessivamente em jogo.

4.1.2 Modelo de Jogo 5x5

Modelo ideal para equipas de Sub 12. Pressupõe a introdução progressiva de novos desafios de leitura do jogo, cooperação entre colegas e tomada de decisão em contextos de maior ocupação do espaço.

Após a aquisição das competências técnicas básicas, o passe, a receção e o remate, que garantem a fluidez no jogo, podemos explorar o drible e aumentar o envolvimento da criança no jogo. Em oposição introduzimos também a técnica de desarme de drible.

4.1.3 Modelo de Jogo 6x6

Modelo a utilizar por equipas Sub 12 já com elevada experiência de jogo, devendo apenas ser utilizado na fase final da época desportiva, depois de consolidado o 5x5.

Este modelo destinado às crianças que já acumulam alguns anos de prática do Mini Andebol e que faz sentido permitir uma aproximação gradual destas à estrutura do jogo formal, aumentando o grau de exigência técnica, a compreensão tática e a organização coletiva do jogo.

O recurso a este modelo de jogo pressupõe a garantia de fluidez e continuidade de jogo, diversidade e exploração de vários recursos técnicos diferenciados. Prestar especial atenção nesta fase à adaptação ao tamanho do campo, que pressupõe mais exigência em relação à capacidade física de resistência por parte das crianças e mais exigência na qualidade de passe e receção especialmente nas transições.

4.2 Evolução dimensão do campo de jogo

O aumento das dimensões do campo deve ser feito de forma progressiva e ajustada ao desenvolvimento das crianças, permitindo maior exploração do espaço sem comprometer a participação. À medida que o jogo evolui, o aumento do campo promove uma melhor ocupação espacial, estimula a circulação de bola, aumenta a complexidade da tomada de decisão e introduz, de forma gradual, os conceitos de largura e profundidade. No entanto, esta evolução deve ser sempre funcional, garantindo que o espaço não reduz a frequência de ações individuais nem afasta as crianças do jogo.

Escalão	Modelo de Jogo	Balizas
Sub 8 e Sub 10	Modelo de jogo 4x4	20m de comprimento (recomendado aumentar até aos 22m de comprimento sempre que possível) x 13m de largura (recomendado aumentar até aos 15m de largura sempre que possível)
Sub 12	Modelo de jogo 5x5	20m de comprimento mínimo, (recomendado aumentar até aos 28m sempre que possível) x 15m de largura
Sub 12	Modelo de jogo 6x6	28m de comprimento x 20m de largura

4.3 Evolução tamanho das balizas

A dimensão das balizas deve acompanhar a evolução das capacidades físicas e técnicas das crianças, garantindo equilíbrio entre ataque e defesa. Balizas ajustadas permitem aumentar a probabilidade de sucesso no remate nas fases iniciais, reforçando a motivação e a confiança dos jogadores. À medida que o nível de jogo aumenta, a progressiva adaptação das balizas contribui para uma maior exigência técnica no remate e uma evolução do papel do guarda-redes, sem criar contextos de frustração ou desajuste.

Modelo de Jogo	Balizas
Modelo de jogo 4x4	1,70m de altura x 2,40m de largura
Modelo de jogo 5x5	1,70m de altura x 2,40m de largura
Modelo de jogo 6x6	1,70m de altura x 2,40m de largura ou 2m de altura x 3m de largura

4.4 Evolução das áreas de baliza

A adaptação das áreas de baliza deve acompanhar, de forma coerente, a evolução do espaço de jogo. Garantindo um equilíbrio de espaço adequado entre as diferentes fases do jogo (ataque, defesa e transição) e ao mesmo tempo garantindo um equilíbrio do duelo entre guarda-redes e rematadores.

Nas fases iniciais, áreas mais reduzidas facilitam a aproximação ao alvo e aumentam a frequência de situações de finalização, promovendo o sucesso e a confiança das crianças. À medida que o jogo evolui, o aumento progressivo da área permite criar melhores condições para a intervenção dos guarda-redes e exige maior qualidade técnica no remate, contribuindo para o desenvolvimento equilibrado do jogo.

Esta evolução deve respeitar sempre um princípio de coerência: o aumento das áreas de baliza deve ser acompanhado pelo aumento do espaço total de jogo, garantindo que as relações espaciais se mantêm ajustadas e que o jogo continua funcional, dinâmico e adequado às capacidades das crianças.

Modelo de Jogo	Áreas
Modelo de jogo 4x4	Entre 4 a 5m (curvilíneas, retas ou em trapézio)
Modelo de jogo 5x5	5m (curvilíneas, retas ou em trapézio)
Modelo de jogo 6x6	Entre 5 a 6m (curvilíneas)

4.5 Evolução da bola

A escolha da bola no Mini Andebol deve ser entendida como um elemento pedagógico fundamental, acompanhando o desenvolvimento das crianças e ajustando-se às suas capacidades motoras, técnicas e ao tipo de relação que se pretende estabelecer com o jogo em cada fase.

A bola deve permitir que a maioria das crianças consiga agarrar, passar e receber com segurança e sucesso, garantir uma boa pega de bola e consequentemente um bom gesto técnico, favorecendo desde cedo a confiança no jogo e a continuidade das ações ofensivas. Deve também contribui para uma experiência positiva dos guarda-redes, uma vez que os remates são efetuados a distâncias curtas e com menor impacto, aumentando a segurança e reduzindo o medo da bola.

Sub-8

Numa fase inicial, recomenda-se a utilização de bola de espuma tamanho 00, de forma a garantir a melhor relação possível entre a criança e a bola.

Este tipo de bola facilita o controlo, a manipulação e a confiança, criando condições ideais para o desenvolvimento do passe e da receção, que são as competências prioritárias nesta etapa.

Nesta fase, não se pretende dar destaque ao drible, pelo que o facto de a bola não ter características de ressalto não constitui uma limitação, mas sim uma opção pedagógica intencional.

A utilização de bolas de couro não é recomendada nesta fase, por razões de segurança e adequação ao nível de desenvolvimento das crianças.

Sub-10

No escalão de Sub 10, a bola evolui para o tamanho 0 (46–48 cm), em material convencional (couro ou similar).

Nesta fase, parte-se do pressuposto de que a criança já adquiriu uma relação consistente com a bola ao nível do passe e da receção, permitindo introduzir novas exigências técnicas.

A utilização de uma bola com ressalto possibilita começar a desenvolver a relação com o drible, integrando-o progressivamente no jogo, sem perder a qualidade das ações de passe e receção. Pressão de bola adaptada privilegiando a pega de bola e não o batimento.

Sub-12

No escalão de Sub-12, pode existir uma grande diferença maturacional e experiência entre os atletas, o que a evolução da bola deve respeitar o desenvolvimento físico dos atletas.

O sucesso numa boa pega de bola é essencial, portanto neste escalão deve ser utilizada a bola tamanho 0 (46-48cm) ou 1 (50-52cm), conforme o desenvolvimento.

Esta progressão permite ajustar o jogo às capacidades físicas dos jogadores, garantindo qualidade técnica e continuidade no processo de formação.

Escalão	Tamanho de Bola
Sub 8	Tamanho 00 – Não recomendadas bolas de couro
Sub 10	Tamanho 0
Sub 12	Tamanho 0 ou Tamanho 1

Princípio orientador transversal a todos os escalões:

A escolha adequada da bola é um fator determinante para garantir fluidez no jogo, sucesso nas ações técnicas básicas e prazer das crianças pelo jogo. Os treinadores têm a responsabilidade e liberdade para decidir jogo a jogo qual a bola que melhor se adapta.

4.6 Evolução do Tempo de Jogo

O tempo de jogo deve ser adaptado ao número de jogos realizados, tendo por princípio as seguintes orientações:

Escalão	Modelo de Jogo	Tempo de Jogo Recomendado
Sub 8	Modelo de Jogo 4x4	10' a 12' por jogo em modelo Festand
Sub 10	Modelo de Jogo 4x4	10' a 12' por jogo em modelo Festand
Sub 12	Modelo de Jogo 5x5	3 períodos de 10' para modelo de concentração de 3 ou mais equipas
Sub 12	Modelo de Jogo 6x6	3 períodos de 10' para modelo de concentração com 3 ou mais equipas ou 3 períodos de 15' para apenas 1 jogo

05

Gestão de Resultados

No Mini Andebol, os resultados dos jogos não devem ser visíveis nem publicados publicamente, assumindo-se uma opção pedagógica clara nesta fase, a prioridade é a experiência, a aprendizagem e o envolvimento das crianças, e não a classificação ou a comparação formal entre equipas.

O jogo deve ser entendido como um espaço de aprendizagem, onde o sucesso se mede pela participação, pela evolução e pelo prazer de jogar.

A vertente competitiva não deve ser ignorada, mas sim trabalhada de forma controlada e intencional no contexto de treino, permitindo que as crianças compreendam progressivamente conceitos como ganhar e perder, num ambiente seguro e educativo. Esta abordagem garante uma evolução sustentada e prepara, que de forma adequada, permite que a transição para contextos competitivos mais formais seja feita de uma forma mais madura. O resultado irá aparecer na próxima etapa, nomeadamente no escalão de Sub-14, considerado o escalão de transição para o jogo formal.

06

Definição de Níveis no Mini Andebol

A definição adequada do nível competitivo é uma condição essencial para garantir equilíbrio, qualidade de aprendizagem e experiências positivas no Mini Andebol.

A inscrição inicial das equipas deve ser realizada pelos treinadores responsáveis, uma vez que são os agentes que conhecem diretamente o estágio de desenvolvimento técnico, motor e comportamental dos seus atletas.

A organização por níveis responde a uma lógica pedagógica clara:

Sub 8/Sub 10/Sub 12

Níveis B's – Crianças em iniciação:

- Equipas com crianças maioritariamente de 1º ano
- Equipas escolares com pouca experiência
- Equipas com crianças sem experiência prévia, ou que revelam dificuldades em garantir continuidade de jogo:
    - Sub 8: Crianças com insegurança a passar, receber e rematar
    - Sub 10 e Sub 12: Crianças com insegurança a passar, receber, rematar e driblar

Nível A's – Crianças experientes:

- Equipas com crianças maioritariamente de 2º Ano, que garantam continu dade de jogo, que conseguem passar, receber e rematar em segurança
- Equipas com crianças já com experiência na modalidade (que já tenham competido no nível B) ou que apresentem um desenvolvimento motor mais avançado
-

A correta definição de nível não deve ser entendida como um mecanismo de classificação ou hierarquização precoce, mas sim como uma ferramenta pedagógica de adequação do desafio ao desenvolvimento real das crianças.

Princípio Orientador:

Os níveis não são fixos nem definitivos, devem ser dinâmicos e ajustados ao longo da época, em função da evolução das crianças e das equipas.

07

Interpretação Pedagógica ao Regulamento Específico do Mini Andebol

O regulamento específico do Mini Andebol pode ser consultado no documento oficial da prova.

O presente capítulo não substitui esse regulamento, mas tem como objetivo apresentar a sua fundamentação e interpretação pedagógica, clarificando as opções adotadas e o seu enquadramento no processo de desenvolvimento das crianças.

Para consulta da versão normativa e simplificada, deverá ser utilizado o regulamento específico da prova.

1. Equipamento igual para todos os atletas, podendo qualquer um ser guarda-redes (apenas um de cada vez);

No Mini Andebol, não se prevê a utilização de camisola específica para o guarda-redes, assumindo-se esta opção como uma decisão pedagógica intencional.

Nesta fase da formação, o objetivo não é especializar posições, mas proporcionar experiências diversificadas de jogo a todas as crianças. A ausência de identificação formal do guarda-redes facilita a rotatividade e permite que todos os atletas tenham oportunidade de assumir essa função ao longo do jogo.

A posição de guarda-redes constitui uma experiência motora e preceptiva extremamente rica, contribuindo para o desenvolvimento da coordenação óculo-manual, da perceção espacial, da coragem motora e da leitura do jogo. Limitar esta vivência a uma única criança nesta etapa comprometeria a diversidade formativa que o Mini Andebol pretende promover.

Recomenda-se, por isso, que todos os atletas joguem e treinem na posição de guarda-redes durante o seu percurso no Mini Andebol, garantindo uma formação global e evitando processos de especialização precoce.

2. Obrigatória a utilização de todos os atletas no Jogo/Festand/Encontro, proporcionando tempos aproximadamente iguais de utilização a todos;

A utilização de todas as crianças constitui um princípio pedagógico do Mini Andebol.

Todas as crianças devem participar ativamente nos jogos. O tempo de utilização deve ser equilibrado, garantindo que cada criança se sente envolvida, valorizada e parte integrante da equipa. A participação regular é essencial para a motivação, o desenvolvimento e a retenção na modalidade.

3. Substituições livres durante todo o jogo;

4. Substituições pedagógicas promovidas pelo próprio treinador, principalmente em situações onde exista agressividade no contacto corporal, sendo que qualquer contacto corporal deve ser corrigido por parte do treinador;

Modelo de Substituições

A possibilidade de substituições livres permite ao treinador gerir pedagogicamente o tempo de participação, garantindo equidade na utilização dos atletas e ajustando o esforço físico às características da faixa etária.

No Mini Andebol, o jogo deve decorrer num ambiente seguro e educativo. Sempre que se verifiquem comportamentos de agressividade ou contacto corporal inadequado, o/a treinador/a deve intervir prontamente através de substituição pedagógica. Esta substituição não assume carácter punitivo, mas sim formativo. Constitui um momento de aprendizagem individual, permitindo:

- explicar o comportamento inadequado;
- reforçar regras de respeito e segurança;
- promover autocontrolo e responsabilidade;
- prevenir escaladas de conflito.

A correção imediata por parte do treinador reforça a ideia de que o Mini Andebol é um espaço de aprendizagem de valores, onde o respeito pelo adversário e pela integridade física é inegociável.

Este modelo de substituição enquadra-se numa lógica educativa global, onde os adultos assumem o papel de mediadores e formadores, garantindo que o jogo se mantém seguro, positivo e coerente com os princípios do Mini Andebol.

5. O jogo é disputado sem posições fixas, os atletas devem passar por várias posições em campo;

No Mini Andebol, o jogo deve ser disputado sem posições fixas, promovendo a rotatividade dos atletas por diferentes zonas e funções em campo.

Nesta etapa, a prioridade é o desenvolvimento global da criança e não a especialização precoce. A fixação antecipada de posições limita a diversidade de experiências motoras e reduz a compreensão abrangente do jogo.

A rotatividade funcional favorece ainda a empatia tática, ao experimentar diferentes papéis, a criança compreende melhor as dificuldades e responsabilidades dos colegas, reforçando o espírito de equipa.

6. Após golo, o jogo é retomado com reposição de guarda-redes dentro da área de baliza;

Esta opção visa simplificar a organização do reinício do jogo, tornando-o mais claro, estruturado e facilmente compreensível para as crianças. Nesta etapa, também privilegiamos o maior contacto com a bola possível, portanto reiniciar o jogo a partir de reposição de guarda-redes garante mais transições, um transporte de bola mais ativo e consequentemente mais contactos com a bola. Por outro lado, garante também a participação ativa do guarda-redes no jogo.

7. "Bolha íntima": o defensor deve manter uma distância correspondente a cerca de 1 metro em relação ao jogador com bola. Isto significa que não é permitido agarrar ou abraçar o portador da bola, sendo permitido ocupar a linha de passe / colocar-se à frente;

8. Em situações de jogo próximas da área adversária, durante uma tentativa clara de finalização, é aceitável que o defensor procure contacto corporal (sem colocar integridade física do adversário em causa);

Princípios Defensivos

Nesta fase queremos privilegiar a aprendizagem dos recursos técnicos básicos para a fluidez do jogo. Garantir que a equipa atacante consegue progredir em campo e que o jogo seja fluido. Para que isso aconteça não pode existir contacto físico nesta fase inicial. Não quer isto dizer que não se treine aspetos defensivos, muito pelo contrário.

A defesa deve assentar prioritariamente na ocupação inteligente do espaço, na leitura do jogo, na capacidade de antecipação, na interceção e recuperação de bola. Nesta fase, as crianças encontram-se ainda em desenvolvimento das suas capacidades coordenativas e de controlo corporal, pelo que o excesso de contacto físico tende a gerar desorganização, insegurança e comportamentos desadequados. Nesta fase inicial queremos que as crianças adquiram os recursos técnicos básicos para garantir fluidez do jogo.

O objetivo é ensinar a defender com inteligência antes de defender com contacto.

A regra da "bolha íntima" introduz um conceito simples e facilmente compreensível pelas crianças, permitindo regular o contacto físico de forma pedagógica.

Manter aproximadamente 1 metro de distância evita ações como agarrar, empurrar ou abraçar o adversário, que nesta idade surgem frequentemente

por falta de controlo corporal e não por intencionalidade tática.

Em situações próximas da área de baliza, durante uma tentativa clara de finalização, é aceitável que o defensor procure contacto corporal, desde que não coloque em causa a integridade física do adversário.

Esta exceção permite introduzir progressivamente a noção real de oposição ao remate, preparando as crianças para etapas futuras do jogo formal, mas sempre dentro de limites seguros e controlados.

Desta forma evita-se uma defesa excessivamente passiva, mantém-se realismo na situação de finalização e preserva-se a segurança e o carácter educativo do jogo.

9. Não é permitida a utilização de defesas mistas, nem marcação individual campo inteiro;

Esta regra tem uma intenção pedagógica clara, estruturar a transição defensiva e evitar pressão imediata sobre a equipa que recuperou a bola.

O objetivo central nesta etapa é promover a evolução e consolidação dos recursos técnicos fundamentais (passe, receção, remate e drible), que se encontram ainda em fase inicial de desenvolvimento. Modelos defensivos de elevada pressão, como a marcação individual campo inteiro, tendem a provocar perdas constantes de bola, interrupções frequentes e excesso de contacto físico, comprometendo a qualidade da aprendizagem técnica.

Nesta fase, pretende-se consolidar princípios básicos de organização ofensiva e defensiva, garantindo transições claras, estruturadas e facilmente compreensíveis pelas crianças.

Ao reduzir a pressão excessiva e estruturar as transições, cria-se um ambiente onde as crianças dispõem de tempo e espaço para executar corretamente os gestos técnicos, tomar decisões mais ajustadas e compreender as relações básicas do jogo.

O foco, nesta etapa, não é condicionar através da pressão constante, mas permitir que o jogo flua com qualidade técnica, promovendo aprendizagens sólidas que servirão de base aos escalões seguintes.

As orientações podem ser bastante claras, recuar para a sua área de baliza e após a recuperação, avançar defensivamente da forma como o treinador indicar.

10. Não devem ser assinalados 7 metros nos escalões de Sub 8 e Sub 10;

Esta opção visa evitar a aplicação de uma sanção excessivamente gravosa nestes escalões, privilegiando uma abordagem pedagógica que favoreça a aprendizagem e a compreensão progressiva do jogo. Nesta fase do desen-

volvimento, pretende-se que as crianças aprendam através da experimentação, do erro e da orientação dos adultos, promovendo uma evolução gradual na interpretação das regras e na tomada de decisão, sem penalizações que possam condicionar o processo de aprendizagem.

11. Não existem time-outs;

Esta opção visa apenas facilitar a organização dos Festands e Encontros.

12. Cumprimento entre equipas obrigatório APÓS o jogo.

O Mini Andebol não é apenas um espaço de aprendizagem técnica, mas também um contexto privilegiado para o desenvolvimento de valores sociais e desportivos. O gesto de cumprimento reforça princípios fundamentais como o respeito pelo adversário, o reconhecimento do esforço coletivo e a valorização da participação acima do resultado.

O cumprimento final funciona como momento simbólico de encerramento, ajudando as crianças a compreender que competir não significa rivalizar negativamente, mas partilhar uma experiência comum de aprendizagem.

08

Orientador/a de Jogo

No Mini Andebol, não se pretende a presença de um árbitro formal no sentido tradicional e sancionatório da função. Nesta fase, o jogo deve ser conduzido por um/a orientador/a de jogo, alguém capaz de mediar, explicar e enquadrar as situações de forma pedagógica.

O objetivo principal não é penalizar, mas ensinar. O/A orientador/a de jogo deve saber conduzir o encontro com sensibilidade educativa, promovendo a compreensão das regras, incentivando comportamentos positivos e garantindo que o jogo decorre com fluidez e segurança.

Pode e devem ser também colocados jovens atletas na função de orientadores/as de jogo, no sentido de aprender e começar a vivenciar situações de arbitragem. Esta solução implica que os/as treinadores/as envolvidos/as no jogo sejam também educadores/as do/a jovem orientador/a, assumindo a responsabilidade de garantir um bom momento de aprendizagem para este/a jovem. Recomendado que no final de cada jogo os/as treinadores/as se dirijam ao/à jovem orientador/a, ajudando com orientações e feedbacks para poder melhorar e crescer.

Cada clube deverá assegurar a presença de Orientadores/as de Jogo, sendo que a equipa mencionada em primeiro lugar assume, por regra, a presença de orientador/a de jogo, salvo decisão acordada na Reunião Técnica.

Princípio Orientador:

Todos os adultos são agentes educativos. O jogo é um espaço de aprendizagem, e quem o orienta deve assumir-se como facilitador de jogo, garantindo um ambiente seguro, justo e coerente com os valores da modalidade.

8.1 As sete regras centrais do Mini Andebol

A aplicação das regras deve ser diferenciada e intencional. Não se pretende um rigor uniforme em todas as situações, mas sim uma intervenção pedagógica ajustada à natureza da regra e aos objetivos técnicos prioritários da etapa, preservando a fluidez do jogo.

Regras com maior exigência (Sub 8 / Sub 10 / Sub 12)

1. Pé na bola

Deve ser exigente na marcação do pé na bola, reforçando um princípio básico da utilização predominante das mãos.

2. Drible

Adotar flexibilidade na forma de batimento (coordenação ainda em desenvolvimento), mas ser rigoroso na regra fundamental, não é permitido driblar, agarrar a bola e voltar a driblar. Em Sub 8 permitir apenas um batimento e não drible.

3. Guarda-redes sai fora da área com bola

Quando o guarda-redes dribla ou corre para fora da área com bola, a situação deve ser sempre corrigida com explicação, mas sem penalização (volta a realizar a reposição de bola corretamente dentro da área).

4. Marcação lançamento lateral (pisar a linha na reposição)

Não relevante em Sub 8, aplicação flexível em Sub 10 e correção com mais exigência em Sub 12. O objetivo é evitar interrupções frequentes, mantendo o jogo fluido.

5. Bola fora

Aplicação flexível, intervindo apenas em situações claras e inequívocas de que a bola sai fora.

6. Defensor dentro da área de baliza

Aplicação flexível. Não assinalar situações marginais (ex.: pisar ligeiramente a linha), intervindo apenas quando o defensor está claramente dentro da área.

7. Lançamento de 7 metros

No Mini Andebol recomenda-se que não sejam assinalados lançamentos de 7 metros (nos escalões sub-8 e sub-10).
Sempre que exista uma infração que, no jogo formal, originaria 7 metros, deve optar-se por lançamento livre, acompanhado de explicação clara sobre a irregularidade. Caso essa irregularidade tenha sido realizada através de contacto físico excessivo, deve ser sempre acompanhada por substituição pedagógica (da responsabilidade do treinador) e esclarecimento sobre a infração cometida.

Podem ser marcados 7 metros em jogos de Sub 12 com equipas de nível A, onde a interpretação de jogo já permite a introdução de lançamento de 7 metros, sempre acompanhado da respetiva explicação e intervenção pedagógica por parte do/a orientador/a de jogo e treinadores responsáveis.

Princípio Orientador

O foco está na formação e não na punição.

09

Reunião Técnica

A Reunião Técnica é um momento obrigatório de preparação de cada Festand/Encontro de Mini Andebol e tem como principal objetivo alinhar todos os intervenientes relativamente à organização da atividade e aos princípios que devem orientar a participação das crianças.

Mais do que um momento destinado à transmissão de informações logísticas, a Reunião Técnica deve garantir uma atuação coerente entre organização, treinadores/as, dirigentes e Orientadores de Jogo, promovendo um ambiente seguro, positivo, educativo e centrado na criança.

A reunião deverá ser realizada presencialmente, antes do início do Festand/Encontro, ou online, em momento prévio à sua realização. Orientações específicas em documento próprio.

10

Organização do Mini Andebol

10.1 Organização das Equipas

A organização das equipas no Mini Andebol deve garantir contextos de prática equilibrados, inclusivos e adequados ao nível de desenvolvimento das crianças, promovendo a participação ativa e a qualidade do jogo.

- **Sub 8 – Número Participantes**: Recomendado 5 a 8 jogadores por equipa (garantir participação ativa de todas as crianças)
- **Sub 10 – Número Participantes**: Recomendado 5 a 8 jogadores por equipa (garantir participação ativa de todas as crianças)
- **Sub 12 – Número Participantes**: Recomendado 8 a 12 jogadores por equipa (cada atleta deve jogar no mínimo 1 período obrigatoriamente)

Sabendo que plantéis demasiado extensos reduzem significativamente o tempo real de jogo por criança e plantéis demasiado curtas limitam a gestão pedagógica do esforço e da substituição. A definição de equipas com 5 a 8 atletas no escalão de Sub 8 e Sub 10 e de 8 a 12 atletas no escalão de Sub 12, resulta de uma tentativa de equilíbrio entre participação efetiva e dinâmica de jogo. A ausência de participação ou tempos de jogo reduzidos comprometem o desenvolvimento e podem conduzir à desmotivação e ao abandono precoce.

Relativamente à constituição das equipas, a possibilidade de organização em formato misto, masculino ou feminino, com competição aberta entre todas desde que respeitado o nível competitivo, reforça os princípios de inclusão, igualdade de oportunidades e flexibilidade organizativa.

Deve ser evitada a subida de escalão de equipas completas. A progressão deve ser individualizada, permitindo que apenas as crianças com capacidade e maturidade adequadas evoluam para níveis superiores, garantindo que não são ultrapassadas etapas fundamentais do desenvolvimento. Nesta fase do desenvolvimento, a integração no grupo assume um papel determinante. Essa integração é significativamente facilitada quando as equipas são organizadas por ano de nascimento, promovendo um ambiente mais equilibrado do ponto de vista do desenvolvimento, da aprendizagem e das relações entre os atletas. Assim, recomendamos a organização de grupos/equipas por ano de nascimento, por forma a potenciar uma melhor adaptação, coesão e evolução de todos os praticantes.

Deve ser incentivada a criação de mais do que uma equipa por clube, permitindo dessa forma garantir maior participação de crianças, melhor organização por níveis e por anos de nascimento. Assim dentro do próprio clube é possível criar contextos de jogo mais ajustados ao desenvolvimento das crianças.

Princípio orientador transversal a todos os escalões:

No Mini Andebol, o critério estruturante deve ser o nível de desenvolvimento e não o género, promovendo ambientes diversificados e socialmente enriquecedores. Todas as crianças devem jogar, participar e sentir-se parte do Jogo/Festand/Encontro.

10.2 Organização da Competição Regional

Quadros Competitivos

A definição dos quadros competitivos e dos organizadores de eventos é da responsabilidade das Associações Regionais, bem como a definição das equipas participantes em cada atividade.

Os clubes podem e devem organizar atividades paralelas às competições regionais definidas, mas sempre solicitando a validação da respetiva Associação Regional.

Modelo de Competição

A organização da competição no Mini Andebol resulta de um modelo progressivo de uma opção pedagógica clara: proporcionar uma experiência desportiva centrada na participação, na aprendizagem e na diversão.

O Festand combina competição estruturada com momentos lúdicos e dinâmicas complementares, criando um ambiente globalmente mais rico e ajustado à faixa etária.

A evolução da organização de Festands para Encontros resulta da própria evolução estrutural do jogo, que passa a exigir um modelo organizativo mais específico e ajustado às novas necessidades.

Na prática, esta transição traduz-se numa redução do número de equipas participantes e na substituição de momentos lúdicos e dinâmicas complementares por circuitos de Skills mais direcionados, promovendo o desenvolvimento técnico de forma mais estruturada e alinhada com a exigência crescente do jogo.

Organização da competição por níveis independentemente do género

A organização da competição deve ser realizada por níveis, independentemente do género dos participantes, permitindo adequar o contexto competitivo ao nível de experiência, às competências técnicas, à compreensão do jogo e ao estágio de desenvolvimento das crianças. Esta diferenciação

promove experiências de aprendizagem mais equilibradas, aumentando a participação, a motivação e o sucesso de todos os praticantes. Para a constituição dos diferentes níveis, devem ser seguidas as orientações específicas definidas para a diferenciação por níveis.

Organização da competição em função do número de equipas

As Associações Regionais devem procurar, em articulação com os clubes, garantir um mínimo de 4 equipas por nível, criando condições para uma competição equilibrada, variada e sustentável.

As Associações Regionais com 8 ou mais equipas de Sub 8 e Sub 10 por nível devem organizar vários Festands em simultâneo, garantindo que todas as equipas têm oportunidade de participar de forma regular.

Numa fase inicial, os Festands de Sub-8 podem ser organizados em conjunto com os Festands de Sub-10, por razões logísticas e de otimização de recursos. No entanto, deve ser sempre assegurada uma diferenciação clara entre escalões e níveis competitivos, garantindo contextos de jogo adequados a cada realidade. Progressivamente, o objetivo passa por que cada Associação Regional consiga organizar Festands específicos para Sub-8 e Sub-10.

Princípio Orientador

Uma boa organização da competição garante que cada criança joga no seu escalão e no seu nível de desenvolvimento.

10.3 Organização dos Festands e Encontros

O Festand ou Encontro deve ser entendido como um contexto competitivo protegido, onde a competição existe, mas está ao serviço da aprendizagem. O erro é aceite como parte do processo, o tempo de jogo é suficiente para experimentar e repetir, e o foco está na evolução da criança, não na classificação.

O Festand ou Encontro não é um mini-campeonato. É um espaço pedagógico estruturado, onde cada jogo é uma oportunidade de desenvolvimento técnico, social e emocional.

No Mini Andebol, a diversão e o envolvimento ativo não são elementos acessórios, são indicadores centrais de sucesso.

A promoção do prazer em jogar, do espírito de equipa e da cooperação cons-

titui um fator determinante para a retenção das crianças na modalidade. A forma como a criança se sente no Festand/Encontro influencia diretamente a sua vontade de continuar a praticar andebol.

A experiência do Festand/Encontro começa no momento da chegada ao pavilhão e termina apenas na saída. Um acolhimento positivo, uma organização clara, um ambiente tranquilo e um encerramento conjunto reforçam a perceção global da criança sobre o que é o andebol.

Os clubes que não disponham de instalações desportivas para organizar uma atividade deverão procurar o apoio de outros clubes com disponibilidade de pavilhão. Nestes casos, o clube que disponibiliza a instalação assegura apenas o espaço, cabendo ao clube organizador toda a logística, os recursos humanos e a coordenação da atividade.

Em todas as provas, o clube organizador deverá designar um Responsável de Atividade, ao qual competem as seguintes funções:

- Confirmar a lista de participantes de todas as equipas, desempenhando as funções de Oficial de Mesa;
- Promover uma reunião técnica antes do início da atividade com os/as treinadores/as e demais intervenientes;
- Acompanhar o decorrer do evento, recolhendo sugestões junto dos/as treinadores/as e identificando oportunidades de melhoria, nomeadamente ao nível da organização, das atividades complementares e dos aspetos técnicos;
- Garantir, durante toda a atividade, um ambiente positivo, seguro e educativo, promovendo comportamentos adequados por parte de atletas, treinadores, dirigentes e famílias;
- Elaborar, no final da atividade, um breve relatório a enviar à respetiva Associação Regional, contendo, sempre que aplicável:
    - Em caso de evento aberto – lista de atletas que participaram sem estarem federados e cobertos por seguro de atividade;
    - A indicação de equipas que, pela sua evolução ou nível competitivo, possam justificar uma adaptação de nível por parte da Associação Regional;
    - O registo de situações de comportamento desadequado por parte de atletas, treinadores, dirigentes ou famílias, descrevendo de forma objetiva os factos ocorridos.

Princípio Orientador

O verdadeiro sucesso de um Festand/Encontro mede-se pelo sorriso das crianças e pela vontade de querer voltar a jogar.

10.4 Calendarização da Competição Regional

A calendarização da competição regional é da responsabilidade de cada associação regional, devendo garantir regularidade e equilíbrio competitivo. Deve ser valorizado que as crianças tenham contacto frequente com o jogo sem sobrecarga competitiva, conciliando a prática desportiva com a organização familiar.

Na organização dos Festands e Encontros deve ser promovida a integração de equipas provenientes de projetos escolares, alargando a base de participação, facilitando a transição para a prática federada e reforçando a ligação entre o contexto escolar e o desportivo.

- Periodicidade dos Festands Sub 8: Recomenda-se a realização de um Festand mensal (mínimo)
- Periodicidade dos Festands Sub 10: Recomenda-se a realização de um Festand's a cada 3 semanas (mínimo)
- Periodicidade dos Encontros Sub 12: Recomenda-se a realização de Encontros de a cada 2 semanas (mínimo)

Calendarização Mega Festand's/Encontro:

- **DEZEMBRO** - Sub 8, Sub 10 e Sub 12 + Projetos de Escolas 1º Ciclo

- **ABRIL** - Sub 8, Sub 10 e Sub 12 + Projetos de Escolas 1º Ciclo

- **JUNHO** - MEGA FESTAND/ENCONTRO INTER REGIONAL – Sub 8, Sub 10 e Sub 12

Inicialmente os Mega Festands Regionais podem ser organizados em conjunto Sub 8, Sub 10 e Sub 12 (desde que a competição seja apenas entre cada escalão), mas o objetivo é crescer em número de praticantes e equipas suficientes para que as Associações Regionais consigam organizar dois Mega Festands e um Mega Encontro separados.

- Mega Festand Regional Sub 8
- Mega Festand Regional Sub 10
- Mega Encontro Regional Sub 12

Em Junho, deve ser promovido um Mega Festand Inter-regional, em parceria entre Associações, proporcionando novas experiências de jogo e contacto entre diferentes realidades. As equipas de Sub 10 e de Sub 12 devem ser encaminhadas para o Encontro Nacional de Mini Andebol.

10.5 Competências e Responsabilidades

O sucesso dos Festands e Encontros Regionais depende da colaboração entre Associações Regionais, clubes e famílias, assumindo cada um destes intervenientes um papel específico na concretização dos objetivos do Mini Andebol. A definição clara de competências e responsabilidades permite garantir uma organização consistente, um ambiente seguro e positivo para todas as crianças e uma monitorização contínua da qualidade das atividades e do equilíbrio competitivo ao longo da época.

Compete às Associações Regionais

- Definir, planear e divulgar o calendário anual dos Festands e Encontros Regionais;
- Garantir que todos os clubes e equipas têm oportunidade de participar nas atividades, promovendo uma oferta equilibrada ao longo da época;
- Receber e gerir as inscrições dos clubes organizadores dos Festands e Encontros
- Receber e gerir as inscrições dos clubes participantes;
- Validar a organização das atividades, nomeadamente a distribuição dos níveis competitivos, assegurando o equilíbrio entre as equipas;
- Proceder à abertura e gestão das provas no Sistema de Informação (SI) e inserir Oficial de Mesa;
- Analisar os relatórios enviados pelos clubes organizadores e utilizar essa informação para monitorizar o desenvolvimento das equipas, ajustar os níveis competitivos e planear as atividades seguintes;
- Acompanhar os Festands e Encontros numa perspetiva de apoio pedagógico, formação e melhoria contínua, privilegiando uma função de acompanhamento em detrimento de uma lógica fiscalizadora.
- Promover e assegurar a aplicação do princípio de tolerância zero relativamente a comportamentos desadequados por parte de atletas, treinadores, dirigentes, famílias e demais intervenientes, apoiando os clubes na prevenção, intervenção pedagógica e adoção das medidas consideradas necessárias.

Compete aos Clubes Organizadores

- Assegurar o cumprimento dos princípios pedagógicos e organizativos do Mini Andebol;
- Nomear um responsável da prova, que garanta a boa gestão e organização da atividade;
- Organizar integralmente a atividade, garantindo a preparação dos espaços de jogo, do programa, das atividades complementares e dos recursos humanos necessários;
- Garantir a presença de orientadores de jogo em todos os campos;
- Comunicar atempadamente com os clubes participantes, promovendo uma reunião técnica prévia para apresentação do programa, esclarecimento das questões organizativas e alinhamento dos objetivos da atividade;
- Promover momentos de partilha entre treinadores, recolhendo informação sobre o equilíbrio competitivo, o desenvolvimento das equipas e eventuais necessidades de adaptação, remetendo posteriormente essa informação à respetiva Associação Regional;
- Promover um ambiente positivo, seguro e inclusivo para atletas, treinadores, dirigentes e famílias;
- Garantir a aplicação do princípio de **tolerância zero** perante comportamentos desadequados de qualquer interveniente, intervindo de forma imediata e pedagógica. Comunicando à Associação Regional todas as situações relevantes.

Compete aos Clubes Participantes

- Assegurar o cumprimento dos princípios e orientações pedagógicas do Mini Andebol por parte de atletas, treinadores, dirigentes e acompanhantes;
- Confirmar a participação na atividade dentro dos prazos estabelecidos e comunicar atempadamente qualquer alteração;
- Fazer-se acompanhar por, pelo menos, um Orientador de Jogo, que ficará disponível para colaborar na arbitragem/orientação dos jogos sempre que solicitado pela organização;
- Participar na reunião técnica promovida pelo clube organizador, colaborando na preparação da atividade;
- Garantir a correta inscrição e identificação de todos os participantes;
- Promover a participação equilibrada de todas as crianças, privilegiando o desenvolvimento, a aprendizagem e a diversão em detrimento do resultado;

- Respeitar as decisões dos orientadores de jogo, da organização e dos restantes agentes envolvidos;
- Colaborar com o clube organizador na manutenção de um ambiente positivo, seguro e educativo;
- Sensibilizar atletas e famílias para os valores do Mini Andebol, incentivando comportamentos de respeito, cooperação e fair play;
- Participar nos momentos de partilha e avaliação promovidos pela organização, contribuindo para a monitorização do equilíbrio competitivo e para a melhoria contínua das atividades;
- Zelar pela preservação das instalações e dos materiais disponibilizados pela entidade organizadora;
- Sensibilizar atletas, treinadores, dirigentes e famílias para o princípio de tolerância zero relativamente a comportamentos desadequados, intervindo sempre que necessário para garantir um ambiente de respeito, segurança e aprendizagem, colaborando com a organização na resolução de qualquer ocorrência.

Papel das Famílias

As famílias desempenham um papel essencial no desenvolvimento das crianças e são parceiros educativos fundamentais dos clubes. O seu comportamento deve refletir os valores do Mini Andebol, contribuindo para um ambiente de respeito, incentivo e aprendizagem, onde todas as crianças possam desfrutar da prática desportiva independentemente do resultado.

Espera-se que as famílias incentivem todas as crianças, respeitem treinadores, orientadores de jogo, dirigentes e equipas contrárias, contribuindo para um clima positivo dentro e fora do campo.

O Mini Andebol adota uma política de **tolerância zero** relativamente a comportamentos desadequados, ofensivos ou que coloquem em causa o ambiente educativo da atividade. As famílias devem conhecer este princípio e assumir uma responsabilidade ativa na sua promoção e cumprimento.

A experiência demonstra que, quando as famílias se sentem acolhidas, envolvidas e identificadas com os valores do clube, aumenta significativamente a probabilidade de permanência das crianças na modalidade, reforçando igualmente o compromisso familiar com o projeto desportivo.

Princípio Orientador

A transmissão dos valores do Mini Andebol às famílias constitui uma responsabilidade de cada clube. Cabe aos clubes informar, sensibilizar e envolver as famílias desde o primeiro contacto com a modalidade, promovendo

uma cultura desportiva assente no respeito, na cooperação, na inclusão e no desenvolvimento integral da criança.

10.6 Boas Práticas Organizativas

Para além do cumprimento dos requisitos organizativos, recomenda-se a adoção de um conjunto de boas práticas que contribuam para uma experiência mais positiva, acolhedora e memorável para todas as crianças, treinadores/as, orientadores/as de jogo, famílias e restantes participantes.

São consideradas boas práticas organizativas:

- Disponibilizar um serviço de bar/cafetaria, promovendo o convívio entre os participantes e contribuindo para a sustentabilidade financeira do clube organizador;
- Realizar um momento simples de acolhimento no início da atividade, apresentando no programa do evento, reforçando os princípios e valores do Mini Andebol;
- Promover um momento de encerramento coletivo, valorizando a participação de todas as equipas e reforçando o carácter educativo e festivo da atividade;
- Fomentar uma cooperação ativa entre treinadores, orientadores de jogo, dirigentes e responsáveis pela organização, privilegiando a comunicação e a resolução colaborativa de eventuais situações;
- Dinamizar os tempos de pausa através de música ambiente, jogos, desafios ou outras atividades lúdicas que mantenham as crianças envolvidas;
- Utilizar um speaker para apoiar a organização da atividade, anunciar jogos e rotações, transmitir informações relevantes como reforçar mensagens de fair play, respeito e valores do Mini Andebol;
- Criar espaços de interação entre crianças de diferentes clubes, promovendo novas amizades e reforçando o espírito de convívio que caracteriza o Mini Andebol;
- Valorizar e reconhecer atitudes de cooperação, respeito, entreajuda e fair play ao longo da atividade, dando destaque aos comportamentos que representam os valores da modalidade – utilização do Cartão Branco.

10.7 Indicadores de um Festand/Encontro Bem-Sucedido

Um Festand ou Encontro é considerado bem-sucedido quando se verificam os seguintes indicadores de qualidade pedagógica e organizativa:

- Treinadores/as, orientadores/as de jogo e responsáveis pelo evento trabalham de forma articulada, comunicando de forma clara e colaborando para enriquecer a experiência das crianças;
- a organização é fluida, com cumprimento dos horários e transições claras entre jogos e atividades;
- existem múltiplos desafios ajustados à idade e ao nível dos participantes;
- todos os atletas participam ativamente, com tempo de jogo equilibrado e envolvimento constante;
- os jogos são competitivamente equilibrados, sem pressão associada ao resultado;
- existe fluidez nas ações de jogo, com poucas interrupções desnecessárias;
- o ambiente é positivo, seguro e tranquilo;
- observa-se entusiasmo antes, durante e após os jogos;
- as famílias contribuem com comportamento adequado, encorajador e alinhado com os valores do Mini Andebol;
- as equipas manifestam vontade clara de regressar a futuros Festands/Encontros.

11

Recomendações para Treinadores/as

O/a treinador/a no Mini Andebol assume um papel determinante no percurso formativo das crianças. Mais do que um transmissor de conteúdos técnicos, é um educador através do jogo, responsável por criar experiências positivas, seguras e significativas que despertem o gosto pelo andebol e pela prática desportiva.

Nesta etapa, a forma como o jogo é apresentado, vivido e orientado influencia profundamente a relação futura da criança com a modalidade. O impacto do/a treinador/a nesta fase ultrapassa o domínio técnico: molda atitudes, valores, confiança e motivação.

1. Ajudar as famílias a aplaudir as crianças de ambas as equipas e a evitar gritar Ajudar as famílias a compreender o espírito do Mini Andebol, incentivando-os a aplaudir todas as crianças e a evitar gritar nomes ou instruções para dentro do campo. Quando o nome da criança é gritado, esta tende a desviar o olhar do jogo, perdendo foco e autonomia na decisão.
2. Manter o foco no desenvolvimento, na participação e na alegria de jogar, colocando o resultado competitivo em segundo plano. O sucesso mede-se pela vontade da criança em continuar a jogar.
3. Apoiar positivamente todas as crianças, incluindo as crianças da equipa adversária, assumindo uma responsabilidade educativa alargada.
4. Assumir papel de educador do orientador de jogo caso seja um jovem praticante.
5. Quando existe desequilíbrio evidente entre equipas, a equipa mais forte deve ajustar o seu comportamento, promovendo maior equilíbrio competitivo e evitando frustração.

Esses ajustes podem incluir:

- Procurar vantagem ofensiva através da utilização do guarda-redes no ataque;
- Gerir o tempo de jogo dos atletas mais experientes;
- Trocar jogadores de equipa.

6. Explicar às crianças o porquê das decisões e reforçando valores como respeito, cooperação e espírito de equipa.
7. Manter um comportamento sempre coerente com os valores do Mini Andebol e em conjunto com o/a treinador/a contrário e o orientador de jogo, conseguir promover um ambiente positivo para crianças e famílias.



FEDERAÇÃO DE
ANDEBOL DE PORTUGAL