



ÀREA TÈCNICA D'ACTIVITATS I COMPETICIONS

ADAPTACIONS REGLAMENTÀRIES PER A LA PRÀCTICA DEL MiniHandbol

Regles del joc

Versió d'abril de 2012

Amb el suport de



**Generalitat
de Catalunya**



esportcat

ÍNDEX

INTRODUCCIÓ: EL JOC DEL MiniHandbol.....	4
L'ENTRENADOR: QUI ÉS I COM HA D'ACTUAR?	6
L'ÀRBITRE: EDUCADOR MÉS QUE NO PAS JUTGE	7
REGLA 1: EL TERRENY DE JOC. COM ÉS?.....	9
REGLA 2: LA PORTERIA	10
REGLA 3: LA DURADA DEL PARTIT. QUAN ES JUGA?.....	10
REGLA 4: TEMPS MORT, UNA ATURADA PER REFLEXIONAR	10
REGLA 5: LA PILOTA, UN TRESOR A OBTENIR	11
REGLA 6: ELS JUGADORS I JUGADORES. INFANTS QUE APRENEN.....	11
REGLA 7: L'ÀREA DE PORTERIA. ESPAI EXCLUSSIU PER ALS PORTERS.....	12
REGLA 8: ELS GOLS, QUI GUANYA?	13
REGLA 9: LA SACADA DE CENTRE. COM ES COMENÇA A JUGAR?.....	13
REGLA 10: EL LLANÇAMENT DE PENAL	14
REGLA 11: EL QUE ES PERMET. COM ES POT JUGAR?.....	14
REGLA 12: EL QUE CAL NO FER. QUÈ ES PROHIBEIX?	14
REGLA 13: COMPORTAMENT AMB EL CONTRARI. COM POTS JUGAR?.....	15
REGLA 14: ÉS OBLIGATORI. EL QUE SEMPRE CAL FER	16
REGLA 15: SANCIONS DISCIPLINÀRIES	16

INTRODUCCIÓ: EL JOC DEL MiniHandbol

Després d'un llarg període d'implantació del MiniHandbol, des de l'any 1990, com un joc adaptat de l'handbol que permeti la seva promoció i la seva iniciació, creiem que cal una revisió de les seves normes per adaptar-les als diferents nivells de competició i a l'evolució de la seva pràctica.

*El darrer reglament amb les adaptacions del reglament de l'handbol per a la pràctica del **MiniHandbol** data del 2001. Onze anys després, la consolidació del joc i la seva pròpia evolució ens han suggerit fer algunes modificacions. Poques en el cas del joc per als més menuts però una mica més profundes en els més grans. L'evolució física dels infants fa que en molts casos les mides del camp, el tamany de la pilota i la composició dels equips no sigui l'apropiada per afavorir l'evolució en l'aprenentatge del joc de l'handbol.*

*Aquesta modificació de les adaptacions reglamentàries que s'apliquen a l'handbol per a la pràctica del **MiniHandbol** pretén donar solució a aquests reptes tot i mantenint el seu esperit inicial: que el joc serveixi per a la iniciació esportiva a l'handbol, que sigui un mitja educatiu per a l'esport, que permeti jugar i passar-s'ho bé i, sobre tot, que tots els practicants siguin capaços d'entendre que **PER SOBRE DEL RESULTAT DEL JOC HI HA L'APRENTATGE EN VALORS DELS INFANTS, LA MILLORA DEL PROPIS JUGADORS I LA PARTICIPACIÓ DE TOTS.***

El joc ha de permetre, per damunt de tot, una millora en el desenvolupament metodològic del procés d'entrenament del jugador/a. És la recerca d'un tractament diferenciat de la iniciació a l'esport fonamentat en un nou esperit i una nova filosofia de joc. Es tracta d'adaptar-se plenament a les característiques físiques, psicològiques i emocionals del nen/a, trobant així la seva plena motivació i integració del joc.

En concret, aquesta modificació té quatre propòsits per al joc:

- 1. **És handbol:** Què el joc final no perdi l'essència de l'handbol i s'assembli el màxim possible al joc original.*
- 2. **Senzillesa:** Que el joc es pugui practicar amb el mínim de normes possibles i que siguin d'una comprensió ben fàcil per a tots els nens i nenes.*
- 3. **Divertit:** Que la pràctica generi una estona lúdica a tots els seus practicants per sobre del seu caràcter competitiu.*
- 4. **Flexible:** Que contingui diferents adaptacions de la normativa que tingui en compte tres nivells de joc:
 - La iniciació.
 - La millora de l'habilitat
 - El joc plenament competitiu.*

Aquests tres nivells de flexibilitat es centren en els següents nivells de competició:

Federació Catalana d'Handbol

- 1. Iniciació:** Per a les trobades de promoció i competicions de minibenjamis/benjamins (6-9 anys). No hi ha guanyadors ni perdedors. Les regles són orientatives i poden adaptar-se a l'espai, nivell dels participants i als seus interessos.
- 2. Pràctica:** Per a les competicions escolars en categoria aleví (10-11 anys) i com a eina de difusió de l'handbol en trobades i competicions locals
- 3. Competició:** Orientades a la competició d'equips de nivell i pràctica continuada. Sobre tot per a equip en transició cap a la pràctica de l'handbol a 7 (infantils) i competicions d'alevins de 2n any i del campionat de Catalunya d'alevins.

Tot i els tres nivells, cada entrenador, monitor, gestor de la competició haurà d'adaptar la normativa a les característiques físiques i de nivell d'aprenentatge dels jugadors i jugadores.

Aquesta introducció forma part de les adaptacions reglamentàries per a la pràctica del MiniHandbol i ha d'impregnar totes les accions de tots els participants en el joc.

Cal tenir en compte sempre els següents p

EN TOTS ELS CASOS L'OBJECTIU DEL JOC ÉS AFAVORIR LA PARTICIPACIÓ DE TOTS I L'APRENTATGE DEL JOC DE L'HANADBOL.

PER SOBRE DE GUANYAR I PERDRE HI HA LA DIVERSIÓ, L'APRENTATGE I L'ESPORTIVITAT DE TOTS

jugadors i jugadores
tècnics, entrenadors i monitors
clubs
pares, mares, familiars
àrbitres
espectadors

L'ENTRENADOR: QUI ÉS I COM HA D'ACTUAR?

L'entrenador/a és la persona que dia darrere dia treballa i es relaciona amb el/la nen/a. De la seva feina depèn el futur esportiu dels *infants* que aprenen qualsevol esport.

L'actitud i els coneixements de l'entrenador/a es converteixen en l'element central en el moment d'elaborar un nou procés metodològic per a la iniciació a l'handbol.

La conducta de fair-play que l'entrenador/a demostra es transmetrà, per mimetisme i imitació, als jugadors/es com també al públic que assisteix al camp. Cap nen/a jugarà amb desmesurada agressivitat si el seu entrenador/a no li ho permet. Cap jugador/a tindrà una conducta de menyspreu cap als altres si el seu entrenador/a l'educa sota els principis del fair-play.

*L'entrenador ha d'inculcar als nens/es que competir, divertir-se i perdre no són termes antagònics. La duresa d'un esport de contacte no es contradiu, tot al contrari, *sinó que passa per millorar en la qualitat dels recursos tècnics i tàctics. Fem oblidar al nen/a la necessitat de la victòria a qualsevol preu. La victòria en el joc es participar-hi de forma honesta, divertida i ànim de superació i esforç continu.**

La preparació de les sessions i partits, la seva implicació des de la banqueta (sempre dret, atent a totes les accions del joc), sense actitud indolents ni passives, la seva capacitat per ser exemple per a jugadors, familiars, la seva interacció positiva amb els altres entrenadors, l'atenció cap a les necessitats de tots els infants són els elements claus per exercir la seva tasca de forma correcta.

L'ÀRBITRE: EDUCADOR MÉS QUE NO PAS JUTGE

L'àrbitre, com a figura moderadora de l'activitat esportiva, està necessàriament implicat en aquesta proposta d'aquesta adaptació normativa.

La seva missió és deixar de ser un simple jutge imparcial per ser la d'un/a educador/a que col·labora perquè el joc i la competició *es desenvolupin* de la millor manera possible *perquè permetin a tots els infants participants* la màxima assimilació dels continguts esportius i *no esportius (valors)*.

L'àrbitre aplicarà les normes amb justícia procurant que el joc sigui dinàmic, amb els màxim respecte cap a les regles del joc i dels seus participants, sempre preservant la integritat física de tots els participants.

La seva tasca educativa demana la màxima implicació en el joc: movent-se al voltant de l'espai (sense quedar-se estàtic en una posició), sense actituds passives i indolents, observant sempre amb la màxima atenció les accions del joc, dialogant quant calgui amb els infants (per informar-los més que per renyar-los) i amb els tècnics de cada equips (perquè tots els participants s'impliquin al màxim en els objectius del joc).

Cal que la seva ACTITUD ARBITRAL s'adapti a l'edat i desenvolupament físic dels infants. Adaptarà el seu llenguatge perquè sigui comprés pels participants, intervindrà en els moments de confusió del joc (aturant-lo i aclarint conceptes), fomentarà l'acció dinàmica i positiva de tots els jugadors.

En concret procurarà sempre que el seu xiulet sigui un senyal inequívoc de parada del joc. Ha de saber fer-se escoltar sense ser estrident i, en molt casos explicar clarament que ha xiulat, sempre parlant cara a cara amb els infants que han intervingut en l'acció. Abans d'aplicar les sancions disciplinàries previstes en aquestes regles procurarà la correcció verbal i quan sigui necessari, la xerrada seriosa (amb el temps aturat) amb els participants que no respectin de forma contiuada les normes.

En concret, la seva acció de xiular tindrà en compte quatre aspectes: senyal auditiva, senyalització amb els braços, actitud facial i explicació verbal.

- *Senyal auditiva: amb el xiulet, signe d'aturada immediata en el joc, quan observi alguna acció a penalitzar segons les normes. El to serà l'adequat a l'ambient i a l'edat dels participants, sempre amb la intenció que sigui escoltat.*
- *Senyalització amb els braços: de forma immediata a la senyal acústica, senyalarà clarament amb els braços el camp de l'equip sancionat i el lloc exacte des d'on cal posar de nou en joc la pilota. En cas de confusió, reclamarà per a si la pilota per fer les explicacions oportunes.*
- *Actitud facial: Procurarà ser empàtic amb la seva expressió facial. Transmetrà sensacions d'enuig, emoció, sorpresa, alegria, tristesa... en funció de les accions dels participants, creant un ambient de cooperació entre tots.*

Federació Catalana d'Handbol

- *Explicació verbal: sempre que calgui dirà en veu alta la sanció senyalitzada.*

Aquests quatre aspectes seran essencials en la funció arbitral en les primeres edats i, a mesura que el desenvolupament del coneixement del joc millori, s'anirà simplificant en benefici d'un joc més dinàmic.

REGLA 1: EL TERRENY DE JOC. COM ÉS?

1.1.- El MiniHandbol es juga en una pista rectangular. *Les mides recomanades són:*

- ***Prebenjamins i benjamins***
20 x 15 m
- ***Alevins***
20 a 26 x 15 m
- ***Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius***
28 – 30 x 20 m

1.2.- En el centre del terreny de joc, dividint aquest en dues parts iguals, es troba la línia central. En la meitat d'aquesta s'inicia el joc en cada període del partit.

1.3.- A cada extrem del camp es troba l'àrea de porteria delimitada *de las forma següent:*

- ***Prebenjamins i benjamins / Alevins***
Semicircular de 5 m, centrada al punt mig de la porteria
- ***Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius***
Reglamentària (sempre a 6 m del punt més pròxim de la porteria)

1.4.- Línia de cop franc, de la forma següent:

- ***Prebenjamins i benjamins / Alevins***
No hi ha àrea de cop franc. Els cops francs que es decreten a prop de l'àrea de porteria s'han d'executar a 2 m de la línia de l'àrea de porteria, La sacada és lliure: es pot llançar directament a porteria o fer una passada a un company. Aquesta passada no es pot interceptar.
- ***Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius***
Reglamentària (discontinua a 3 m de la línia de l'àrea de porteria)

1.5.- El punt de penal està format per una línia de 70 cm de longitud, traçada a:

- ***Prebenjamins i benjamins / Alevins***
A 6 m de línia de fons, paral·lela a aquesta i centrada respecte a la porteria.

Federació Catalana d'Handbol

- *Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius
Reglamentària (a 7 m)*

1.6.- Totes les línies traçades en el terreny de joc han de mesurar 5 cm d'ample i han de ser molt visibles.

REGLA 2: LA PORTERIA

2.1.- La porteria, col·locada en cadascuna de les línies de fons del camp i centrada respecte a l'àrea, té unes mesures de:

- *Prebenjamins i benjamins / Alevins
De 3 x 1.80 m d'alçada, recomanable de PVC per al seu transport*
- *Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius
Reglamentària (3 x 2 m)*

2.2.- *Es podrà senyalitzar l'alçada de la porteria amb un travesser transportable amb mecanisme de fixació senzill que permet treure'l o posar-lo en poc temps.*

2.3.- Tota pilota que impacti en la porteria per sobre del travesser (segons les mides reglamentàries en cada categoria) es considerarà com servei de porteria.

REGLA 3: LA DURADA DEL PARTIT. QUAN ES JUGA?

3.1.- El partit es divideix en períodes:

- *Prebenjamins i benjamins / Alevins
4 períodes de 10', amb dos minuts de descans entre els període 1-2 i 3-4 i de 5' entre el 2-3. En aquest darrer cas, a més es farà canvi de camp entre els equips.*
- *Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius
3 períodes de 15' cadascun, descans de 5' entre ells amb canvi de camp.*

REGLA 4: TEMPS MORT, UNA ATURADA PER REFLEXIONAR

4.1.- Els entrenadors/es podran sol·licitar *dos* temps mort d'un minut *durant tot el partit, però mai en un mateix període.*

4.2.- Cal recordar que tampoc podran produir-se canvis de jugadors/es després del temps mort.

REGLA 5: LA PILOTA, UN TRESOR A OBTENIR

5.1.- La pilota té, sense cap distinció per motius de sexe, *tindrà una mesura de:*

- *Prebenjamins i benjamins*
Tamany I: diàmetre de 44-46 cm. A ser possible en material tou.
- *Alevins*
Tamany II: diàmetre de 46-48 cm
- *Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius*
Tamany III: diàmetre de 48 – 50 cm

REGLA 6: ELS JUGADORS I JUGADORES. INFANTS QUE APRENEN

6.1.- Cada equip està format per *el número de jugadors següent:*

- *Prebenjamins i benjamins / Alevins*
des de 5 a 12 (4 + 1 porter de forma simultània)
- *Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius*
des de 8 a 12 (5 + 1 porter de forma simultània)

6.2.- Qualsevol jugador/a inscrit en acta pot fer de jugador o porter indistintament, sempre i quan la seva vestimenta sigui diferent respecte els altres jugadors/es. *Cal valorar la possibilitat que el màxim de jugadors facin de porters.*

6.3.- Normativa d'alineació:

- **Prebenjamins i benjamins / Alevins**
Atès que es busca la màxima participació en aquestes categories i que es permetrà alinear fins un màxim de 12 jugadors, es determina que cada jugador participarà sempre almenys en dos períodes sencers (en cas de 10 jugadors o menys) i sempre almenys en un període sencer (en el cas d'alinejar més de 10 jugadors). No hi ha canvis excepte lesió o canvi per sanció disciplinària..
- **Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius**
Cada jugador participarà almenys en un període sencer. No hi ha canvis excepte lesió o canvi per sanció disciplinària en els períodes 1 i 2. En el tercer període els canvis són lliures.

(a sancionar amb dos punts menys en la classificació general per als equips que incompleixin aquesta norma).

6.4.- En categoria **benjamí** és obligatori posar un porter/a diferent en cada període del partit. En categoria **aleví** caldrà, com a mínim, utilitzar DOS PORTERS/ES diferents durant el transcurs del partit (a sancionar amb dos punts menys de la classificació general als equips en cas d'incompliment de la norma).

6.5.- *Els canvis per sanció disciplinària, per lesió o en el tercer període de les competicions que així ho contemplin, s'efectuaran per la zona de canvis, entre la línia de mig camp i una senyal a 4,5 m davant cada banqueta. En cas de que un jugador/a alineat en pista no pogués continuar en joc a causa d'una lesió greu, serà l'àrbitre el que haurà d'autoritzar el canvi.*

6.7.- Tampoc es podran fer canvis de porter/a-jugador/a dins del mateix període de temps, excepte en el *tercer període de les competicions que així ho contemplin.*

6.8.- L'entrenador/a haurà de lliurar a l'àrbitre, a l'inici de cada període, l'alineació que presentarà.

REGLA 7: L'ÀREA DE PORTERIA. ESPAI EXCLUSSIU PER ALS PORTERS

7.1.- L'àrea de porteria és d'ús exclusiu del porter/a. A més:

- **Prebenjamins i benjamins / Alevins**
Podran jugar com un jugador fins a la línia de mig camp, sense poder fer gol. Així els participants com a porters podran participar més en el joc i poden de suport del joc d'atac del seu equip sense crear un desequilibri decisiu davant les defenses individual a tot el camp.
- **Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius**
El porter/a no podrà sortir de l'àrea per cap raó (es sancionarà amb cop franc) per evitar desequilibris en les defenses individuals a tot el camp.

7.2.- Es prohibeix als jugadors/es de camp passar la pilota al seu porter/a quan aquest/a estigui dins l'àrea de porteria (es sancionarà amb cop franc).

7.3.- Es prohibeix als jugadors/es de camp tocar o agafar la pilota mentre aquesta es troba parada o rodolant per la superfície de l'àrea de porteria (es sancionarà amb cop franc).

7.4.- Es produeix invasió d'àrea quan qualsevol jugador/a de camp toca aquesta o la línia que la delimita amb qualsevol part del seu cos i amb la finalitat d'obtenir avantatge sobre el seu oponent (a sancionar amb cop franc). La sacada per invasió d'àrea d'un jugador atacant la podrà realitzar el porter/a des de qualsevol punt de l'àrea de porteria donant així al joc una major fluïdesa.

7.5.- Si la invasió d'àrea es produeix per un jugador/a defensor/a quan aquest es troba amb un oponent directe amb pilota, obtenint així avantatges defensives sobre l'atacant en una clara situació de gol, la sanció serà penal.

REGLA 8: ELS GOLS, QUI GUANYA?

8.1.- Només es considera gol quan la pilota supera totalment la línia de porteria.

8.2.- Qualsevol jugador/a de camp podrà marcar gol.

8.3.- *Com en tots els partits d'handbol, el valor dels gols és igual a un.*

8.4.- Cada partit es divideix en períodes (regla 3) que són com parts independents. A cada període guanyat li corresponen TRES punts, en cas d'empat DOS punts, i en cas de derrota UN punt. Els punts obtinguts al final de cada partit per ambdós equips contrincants són acumulables per a la classificació general per equips. En cas d'empat a punts guanyarà l'equip que hagi marcat més gols. En cas d'empat a punts i a gols, el partit es donarà per empatat.

8.5.- La represa del joc després de la consecució d'un gol, s'efectuarà:

- ***Prebenjamins i benjamins / Alevins***
Per part del porter, des de qualsevol punt de l'àrea de porteria.
- ***Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius***
Per part de qualsevol jugador de camp, des del centre de la línia de mig camp, quan l'àrbitre xiuli la seva execució.

REGLE 9: LA SACADA DE CENTRE. COM ES COMENÇA A JUGAR?

9.1.- L'inici de cada part o període del partit s'efectuarà:

- **Prebenjamins i benjamins**
Mitjançant una sacada d'àrbitre entre dos des del centre del camp.
- **Alevins**
La sacada inicial de cada període es farà de forma alternativa per part de cadascun dels equips a partir d'un sorteig inicial.
- **Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius**
La sacada inicial de cada període es farà de forma alternativa per part de cadascun dels equips a partir d'un sorteig inicial. En la tercera part farà la sacada l'equip que vagi perdent el partit (en punts o en gols). En cas d'empat s'efectuarà un sorteig.

9.2.- És obligatori que cada equip presenti per a la sacada d'inici de període a un jugador/a diferent cada vegada en la categoria prebenjamí i benjamí.

9.3.- La designació de camp, abans de la sacada de centre que inicia el partit, s'efectuarà per sorteig.

REGLE 10: EL LLANÇAMENT DE PENAL

10.1.- *El llançament de penal es realitza des de darrera la línia de 6 m (prebenjamins, benjamins i alevins) o des de la línia de 7 m (Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius).*

REGLA 11: EL QUE ES PERMET. COM ES POT JUGAR?

11.1.- Jugat la pilota amb qualsevol part del cos (excepte el puny) per damunt dels genolls i des de qualsevol posició (dret, assegut, de genolls, estirat).

11.2.- Retenir la pilota a les mans un temps màxim de 5 segons.

11.3.- Fer un màxim de tres passes amb la pilota a la mà.

11.4.- Fer tres passes, botar i fer novament tres passes abans de passar o tirar.

11.5.- Progressar botant o rodant la pilota sense límit de temps (evitant el joc passiu), posteriorment agafar-la o recollir-la amb dues mans abans de passar o tirar.

11.6.- Canviar-se la pilota de mà sense perdre el contacte amb ella.

**L'INCOMPLIMENT D'ALGUNA D'AQUESTES NORMES ES
SANCIONARÀ AMB COP FRANC**

11.7.- Treure el cop franc sense necessitat que l'àrbitre efectuï cap indicació.

11.8.- Fer la sacada de banda des de la intersecció de les línies de banda i de cop franc sempre i quan la pilota surti per la línia de fons i abans l'hagi tocat un/a defensor/a.

REGLA 12: EL QUE CAL NO FER. QUÈ ES PROHIBEIX?

12.1.- Utilitzar el puny per jugar.

12.2.- Botar la pilota amb les dues mans alhora.

12.3.- Passar-se la pilota de mà a mà. (No es sancionen les faltes de recepció).

12.4.- Botar, agafar la pilota amb una o dues mans, i tornar botar.

12.5.- Realitzar la sacada de banda sense trepitjar la línia corresponent.

12.6.- Als equips, conservar la possessió de la pilota en un temps excessiu o realitzar altres accions que demostrin que aquell equip renuncia clarament a intentar marcar gol. (Joc passiu).

**TOTES AQUESTES ACCIONS ES SANCIONARAN AMB UN COP
FRANC.**

12.7.- Realitzar defenses mixtes o en zona.

- ***Prebenjamins i benjamins / Alevins***
El sistema defensiu serà en individual a tot el camp i es permeten les ajudes.
- ***Competicions d'alevins de 2n any / Campionats de Catalunya federatius***
El sistema defensiu serà en individual a tot el camp o a mig camp, es permeten les ajudes i els canvis d'oponent.

En el cas que l'equip faci ús d'aquestes defenses serà l'àrbitre qui, a la primera ocasió i mitjançant una gestoforma específica donarà un AVÍS a l'equip i a l'entrenador/a.

Si es torna a repetir la mateixa situació, es sancionarà amb un llançament lliure *contra l'equip infractor* (el jugador/a que tregui aquest cop franc sortirà botant la pilota des de mig camp i llançarà des de la línia de *l'àrea de porteria directament* a porteria. Tota la resta de jugadors/es estaran situats dins el camp de l'equip beneficiat pel cop de càstig i no podran entrar en camp contrari fins que no s'hagi produït el llançament. En cas contrari caldrà la repetició de l'esmentat cop franc. A més, s'ensenyarà targeta GROGA a l'entrenador/a.

Federació Catalana d'Handbol

Si es torna a repetir l'acció, l'àrbitre donarà per perdedor d'aquest període a l'equip infractor encara que permetrà acabar el temps de joc.

TOTES AQUESTES ACCIONS ES SANCIONARAN AMB UN COP FRANC.

12.8.- Efectuar el llançament de penal sense que l'àrbitre ho autoritzi prèviament mitjançant l'oportú toc de xiulet. *Es repetirà el llançament.*

REGLA 13: COMPORTAMENT AMB EL CONTRARI. COM POTS JUGAR?

A) És permès:

13.A.1.- Treure la pilota a l'adversari/a quan està botant-la o la té a la mà o mans, sempre i quan el defensor/a no realitzi, durant l'acció, cap tipus de contacte físic, utilitzi el puny o demostrï un excés d'agressivitat o duresa. La utilització d'algun d'aquests recursos es sancionarà amb cop franc excepte quan el defensor/a eviti, gràcies a una infracció, una clara ocasió de gol essent l'esmentada acció castigada amb penal.

13.A.2.- Bloquejar la trajectòria de desplaçament del jugador adversari amb el tronc sempre i quan el bloquejador no es trobi en moviment o utilitzi els braços o cames en la seva acció (es sancionarà amb cop franc).

B) És prohibit.

13.B.1.- No es permet cap contacte amb l'adversari sense pilota i amb pilota, excepte els que permet els apartats 13.A.1 i 13.A.2 i sempre amb la clara intenció de desposseir de la pilota l'equip adversari.

13.B.2.- Empènyer, agafar, donar cops o realitzar qualsevol acció que posi en perill la integritat física dels companys o adversaris (es sancionarà amb cop franc i amb sanció disciplinària).

13.B.3.- Per als adversaris, col·locar-se a menys de 2m de la pilota en un penal, cop franc o sacada de banda (es sancionarà de forma disciplinària).

13.B.4.- Insultar o realitzar accions o gestos de menyspreu o protesta cap els companys, adversaris, tècnics, àrbitres o públic. La sanció per a aquestes accions serà la de penal en contra i posterior possessió de pilota per l'equip contrari (el porter/a s'encarregarà d'efectuar la represa del joc com si es tractés d'una sacada de gol) a més de la sanció disciplinària corresponent. Es sancionarà d'igual manera les accions incloses en aquest apartat realitzades pels entrenadors/es i que vagin dirigides a l'àrbitre, públic o adversaris (tècnics/es o jugadors/es).

REGLA 14: ÉS OBLIGATORI. EL QUE SEMPRE CAL FER

14.1.- Llançarà el penal el mateix jugador/a que ha estat obstaculitzat o perjudicat.

14.2.- En començar cada partit i a la seva finalització hi ha haurà una salutació protocol·lària entre tots entre tots els participants: jugadors/res, entrenadors/es i àrbitres. Serà l'àrbitre l'encarregat que aquesta circumstància es produeixi.

REGLA 15: SANCIONS DISCIPLINÀRIES

15.1.- *Amonestacions i exclusions:* Les amonestacions seran verbals i les exclusions (en cas de conducta excessivament agressiva) representaran la substitució del jugador per la resta del període.

15.2- Es sancionarà amb **desqualificació (targeta vermella)**:

- 1) La 3a exclusió d'un/a jugador/a.
- 2) Tota conducta antireglamentària o antiesportiva de caràcter molt greu que vagi en contra del reglament i que es faci tant dins com fora del terreny de joc.

Av. Guiera, 6-8 · 08290 CERDANYOLA DEL VALLÈS
Tel. 93 601 01 01
www.fchandbol.com · secretaria@fchandbol.com