



Minibásquete » regras

Câmara Municipal Lisboa - Desporto » Federação Portuguesa Basquetebol



Minibásquete » regras

» Preâmbulo às regras do minibásquete

O minibásquete é um jogo desportivo colectivo para crianças, e como tal deve corresponder às exigências do seu crescimento psicológico e fisiológico, respeitando e promovendo a sua necessidade de socialização.

Na realidade o minibásquete só tem verdadeiramente sentido, face às idades em causa, se for uma actividade que proporcione satisfação e prazer às crianças. Quando falamos em minibásquete consideramos que os objectivos desta actividade devem estar ordenados do seguinte modo:

- Primeiro, e claramente o mais importante, proporcionar prazer e satisfação às crianças, o minibásquete é uma actividade para todas as crianças.
- Segundo proporcionar às crianças, a par duma iniciação a um jogo desportivo colectivo um desenvolvimento pessoal e social harmonioso.
- Terceiro, encaminhar e acompanhar as crianças com potencialidades para a prática de uma actividade desportiva, nomeadamente o basquetebol.

Como todos os jogos desportivos o minibásquete necessita de um regulamento que uniformize e codifique os comportamentos e as acções dos seus praticantes. As regras são exigidas espontaneamente pelas crianças, a partir do momento em que lentamente tomam consciência que isso não representa um facto restritivo e autoritário dos adultos, para limitar os seus comportamentos, mas são uma condição indispensável para jogarem melhor e terem a possibilidade de se divertirem mais.

As regras que apresentamos representam uma aquisição, e a sua justificação pedagógica, resulta da gradual necessidade de adaptação psicológica e motora ao jogo.

Os professores, treinadores e monitores de minibásquete e os "amigos" que se dispõem a arbitrar devem ser pessoas com sensibilidade e inteligentes de forma a utilizar o "instrumento regras" como um meio de ajuizar cada situação particular de desenvolvimento do jogo e nunca como um meio abstracto e teórico.

Como todos os instrumentos estas regras não são boas nem más em si, o que as torna boas ou más é o uso; que depende da capacidade de análise da progressão das crianças, tendo em conta a sua idade e o seu ritmo de aprendizagem.

O presente regulamento só será um precioso instrumento de desenvolvimento da personalidade, se levar em consideração o principal protagonista do minibásquete: a criança.

» Regras do minibásquete

» Regra 1.

O JOGO

Artº 1. Minibásquete

O minibásquete é um jogo baseado no basquetebol, para meninos ou meninas que tenham menos de doze anos no ano em que se inicia a época desportiva (Sub-12).

Artº 2. Definição

O objectivo de cada equipa é o de introduzir a bola no cesto da equipa adversária e evitar que a outra equipa obtenha a posse da bola e encestes de acordo com as Regras do Jogo.

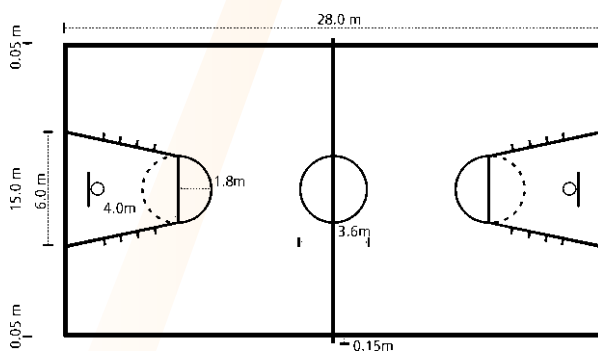
» Regra 2.

DIMENSÕES DO CAMPO E EQUIPA

Artº 3. Dimensões do campo

O campo é uma superfície rectangular, plana e dura sem obstáculos. As dimensões do campo devem ser: 28 metros de comprimento e 15 de largura. São permitidas outras dimensões, desde que sejam proporcionais, por exemplo:

26x14m, 24x13m, 22x12m, e 20x11m



Artº3. Dimensões do campo

Artº 4. Linhas de marcação

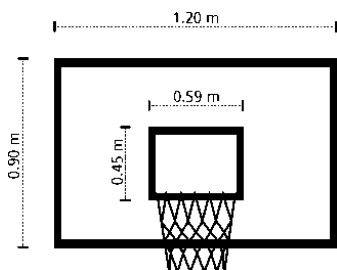
As linhas de marcação do campo de minibásquete são traçadas de acordo com as ilustrações contidas neste livro.

As linhas são iguais às de um campo de basquetebol com as excepções seguintes:

- A linha de lance livre está a 4 metros da tabela
- Não há nem linha nem zona de 3 pontos

Artº 5. Tabelas

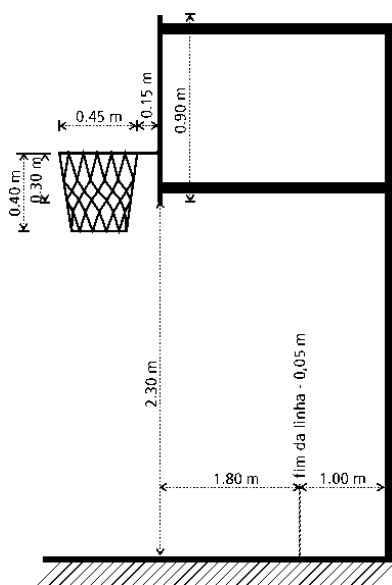
As tabelas serão de superfície lisa, feitas de madeira macia ou material transparente adequado, com as dimensões de 1,20 m de largura e 0,90 m de altura. A tabela será montada conforme indicado na figura.



Artº 6. Cestos

Os cestos são compostos pelos aros e pelas reses.

Os cestos ficam a uma altura de 2,60 m do solo, de acordo com as ilustrações.



Artº5 e 6. Tabelas e cestos

Artº 7. Bola

A bola será esférica com uma superfície de couro, borracha ou material sintético; terá uma circunferência de 68 a 73 centímetros e o seu peso oscilará entre as 450 e 500 gramas. (bola nº 5).

Artº 8. Equipamento técnico

O equipamento técnico é o seguinte:

- cronômetro de jogo
- boletim de jogo
- placas numeradas de 1 a 5 para indicar o número de faltas cometidas pelos jogadores
- um mecanismo sonoro de aviso

» *Regra 3.*

ÁRBITROS E O SEU REGULAMENTO

Artº 9. Os árbitros

Dois árbitros dirigem o jogo de acordo com as regras. São responsáveis por assinalar as faltas e as violações, confirmar ou anular os cestos de campo e os lances livres e administrar as penalizações de acordo com as presentes regras.

Artº 10. O marcador

- O marcador é responsável pelo boletim do jogo.
- O marcador registrará os pontos obtidos, anotando os cestos e os lances livres convertidos.
- Também anotarás as faltas cometidas assinaladas pelo árbitro e levantará as placas para mostrar o número de faltas cometidas por cada jogador.

Artº 11. O Cronometrista

O cronometrista é responsável por controlar o tempo do jogo e indicar o final de cada período.

» *Regra 4.*

JOGADORES, SUBSTITUTOS E TREINADORES

Artº 12. As equipas

Cada equipa é constituída por 10 jogadores:

- 5 jogadores de campo e 5 substitutos

Um membro da equipa é considerado jogador quando está no campo e autorizado a jogar. De contrário é um substituto.

Artº 13. Os treinadores

O treinador é quem dirige e orienta a equipa. Aconselha os jogadores de forma pausada e afável para ajudar da linha lateral e



Artº13. Os treinadores

é responsável das substituições dos jogadores. O treinador é assistido pelo capitão da equipa que será um dos jogadores.

Artº 14. O equipamento

Todos os jogadores de uma equipa devem levar equipamento com a mesma cor e numerados na parte da frente e detrás do camisa. A numeração é de 4 a 15.



Artº14. O equipamento

» Regra 5.

REGULAMENTAÇÃO DO TEMPO

Artº 15. Tempo de jogo

O jogo terá duas partes de vinte minutos cada com um intervalo e dez minutos. Cada parte divide-se em dois períodos de 10 minutos cada um, com um intervalo obrigatórios de dois minutos. O cronometrista controlará o tempo de jogo sem parar o relógio, salvo nos casos seguintes:

- uma falta
- bola presa
- no fim de um período
- quando um jogador comete falta o é desclassificado
- quando um jogador está lesionado
- quando o árbitro manda o cronometrista parar o tempo

Quando o relógio do jogo para, o cronometrista põe o crómetro a funcionar quando a bola toca o primeiro jogador dentro de campo:

- durante a bola ao ar quando for tocada por um dos saltadores
- depois de uma reposição pela linha lateral ou linha de fundo
- depois de um lance livre não convertido

1 10'		
p2		
2 10'		
P 10'		
3 10'		
p2		
4 10'		

Artº15. Tempo de jogo

Artº 16. O começo do jogo

Todos os períodos começam com bola ao ar no círculo central. O árbitro lançará a bola entre dois jogadores oponentes. No começo da segunda parte as equipas tem de trocar de campo. A contagem do tempo começa quando um dos saltadores toca na bola.

Artº 17. Bola ao ar

A bola ao ar tem lugar quando o árbitro lança a bola verticalmente entre dois oponentes num dos círculos.



Artº16. O começo do jogo

A bola deve ser tocada por um dos saltadores depois de ter alcançado a altura máxima.

Entretanto os outros jogadores devem permanecer fora do círculo até que a bola seja tocada por um dos saltadores

Se há uma violação a bola pertence aos adversários para que seja repostada em jogo pela linha lateral. Se a violação é cometida pelos jogadores das duas equipas, repete-se a bola ao ar.

O árbitro assinalará a bola ao ar quando:

- um ou mais jogadores de equipas oponentes tem uma ou ambas as mãos prendendo a bola.
- a bola vai para fora e foi simultaneamente tocada por jogadores oponentes
- o árbitro tem dúvidas sobre quem foi o último jogador a tocar na bola antes de ir para fora
- o árbitro não sabe quem foi o último jogador a tocar a bola
- a bola fica presa no suporte do cesto
- a bola entra acidentalmente no cesto de baixo para cima
- é assinalada uma falta dupla

Quando se assinala uma bola presa esta é efectuada no círculo mais próximo onde ocorreu a violação. O árbitro lançará a bola verticalmente entre dois oponentes.



Artº17. Violação da bola ao ar no círculo

Artº 18. Cesto - quando se obtém e o seu valor

Obtém-se um cesto quando uma bola viva entre pela parte superior do cesto e permanece o atravessa o cesto.

Um cesto de campo vale 2 pontos e 1 lance livre vale 1 ponto. Depois de cesto de campo ou do último lance livre convertido a bola é reposta em jogo em qualquer parte da linha de fundo. O jogador tem cinco segundos para repor a bola em jogo.

Artº 19. Empate

Se o jogo está empatado no fim do quarto período, será este o resultado final. Não haverá nenhum prolongamento.

Artº 20. Final do jogo

O jogo termina quando o cronometrista faz soar o sinal indicando o fim do tempo de jogo.

» Regra 6

REGULAMENTAÇÃO DO JOGO

Artº 21. Substituições

Cada jogador deverá jogar sempre dois períodos, excepto nos casos em que foi substituído por lesão, desclassificação o tiver



Artº21. Substituições

cometido cinco faltas pessoais.

Cada jogador deverá permanecer sentado no banco como suplente durante os outros períodos, excepto quando substituir um outro jogador por lesão, desqualificação ou cinco faltas pessoais.

Nestas circunstâncias especiais o jogador deverá ser necessariamente suplente durante um período completo.

Artº 22. Como se joga a bola

No minibásquete a bola joga-se com as mãos.

A bola pode ser passada, lançada ou driblada em qualquer direcção dentro do limite das Regras do Jogo. Tocar acidentalmente a bola com o pé ou com a perna não é violação.

» Regra 7.

VIOLAÇÕES

Artº 23. Violações

Uma violação é uma infracção das Regras de Jogo pela qual o árbitro parará imediatamente o jogo e concederá a bola aos adversários para repor pelas linhas laterais ou finais.

Artº 24. Reposição pelas linhas

O jogador deverá repor a bola em jogo no lugar indicado pelo árbitro, que será o mais próximo do lugar da infracção (falta ou violação). Desde o momento em que a bola está à sua disposição o jogador tem cinco segundos para passar a bola a um jogador no campo.

Quando um jogador efectua uma reposição de bola nenhum jogador deverá ter uma parte do corpo encima ou para além

das linhas laterais ou de fundo. Caso isso aconteça a reposição de bola será repetida..

O árbitro deverá entregar a bola à mão quando há reposição de bola pelas linhas laterais ou de fundo, excepto após cesto.

Artº 25. Posição do jogador

A posição de um jogador é determinada pelo lugar onde ele toca no solo. Quando está no ar, considera-se como se estivesse no lugar de onde saiu ao efectuar o salto, no que se refere às linhas.

Artº 26. Jogador fora de campo

Um jogador está fora de campo quando pisa o solo ou as linhas que o limitam. A bola está fora de campo quando toca um jogador que está fora, ou o solo ou qualquer objecto for a dos limite do campo. Fazer com que a bola vá fora é uma violação que é sancionada dando a bola aos adversários para a reposição em jogo. Se o árbitro tem dúvidas quanto ao jogador que fez sair a bola recomeçará o jogo com bola ao ar.

Artº 27. Rotação

Um jogador que recebe a bola estando parado ou para legalmente estando em posse da bola está autorizado a rodar sobre um pé.



Artº27. Rotação

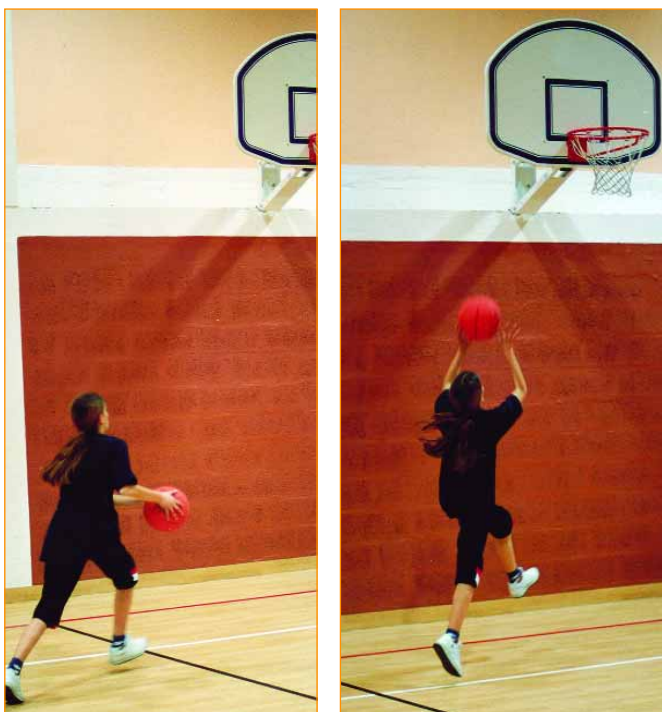
Uma rotação tem lugar quando um jogador de posse da bola desloca um pé em uma ou várias direcções mantendo o outro, chamado pé eixo, sobre o seu ponto de contacto com o solo.

Artº 28. Progredir com a bola

Um jogador na posse da bola pode progredir com a bola em qualquer direcção com as seguintes limitações:

- Um jogador que está para receber a bola e pode rodar utilizando qualquer dos seus pés como pé eixo
- Um jogador que recebe a bola em movimento pode utilizar a paragem em dois tempos para parar ou passar a bola.
- Um jogador que recebe a bola quando está ou para de forma legal com a bola nas mãos:
 - a) Pode levantar o pé eixo ou saltar para lançar ao cesto ou executar um passe, mas a bola tem de sair das suas mãos antes que um dos seus pés volte a tocar no solo.
 - b) Não pode levantar o seu pé eixo para sair em drible antes que a bola tenha saído das suas mãos.

Avançar com a bola fora dos limites do campo é uma infracção às regras de jogo. Nesse caso a bola é entregue à equipa adversária para ser reposta em jogo.



Artº28. Progredir com a bola

Artº 29. Driblar

Se um jogador quer avançar com a bola pode driblar, isto é lançar a bola com uma mão para o solo.

O jogador não está autorizado a:

- driblar a bola com as duas mãos ao mesmo tempo
- depois de driblar deixar que a bola pare na(s) mão(s) e seguir driblando



Artº29. Driblar

Artº 30. Posse da bola

Um jogador está de posse de bola se:

- tem a bola nas mãos
- está a efectuar um drible

Uma equipa tem posse de bola quando um jogador dessa equipa tem posse de bola ou se dois jogadores dessa equipa estão a passar a bola.

Artº 31. Regra dos três segundos

Um jogador não deve ficar mais de três segundos na área restritiva do adversário enquanto a sua equipa está na posse de bola.

Uma infracção a esta regra é uma violação e a bola é entregue ao adversário para ser reposta em jogo.

O árbitro não deve sancionar o jogador que acidentalmente permanece dentro da área restritiva e não toma parte directa no jogo.

Artº 32. Regra dos cinco segundos

Um jogador estritamente marcado (a uma distância de um passo normal), que mantenha a posse da bola sem a passar ou lançar ao cesto comete uma violação.

Entrega-se a bola ao adversário para que a reponha em jogo.

Artº 33. Regra de retorno ao meio campo

Um jogador cuja equipa está de posse de bola na zona de ataque não pode passá-la para a zona de defesa. Quando isto ocorre, entrega-se a bola à equipa adversária para a repor em jogo.

A linha central forma a parte traseira da zona de ataque.

Artº 34. Jogador em acto de lançamento

Um jogador considera-se em acto de lançamento a partir do momento em que, segundo o critério do árbitro, começa a acção de lançamento ou lança a bola ao cesto. A acção de lançamento continua até que os pés do lançador voltem a tocar no solo.



Artº34. Jogador em acto de lançamento

» Regra 8

FALTAS PESSOAIS

Artº 35. Faltas

Uma falta é uma infracção das regras que implica um contacto pessoal com um adversário ou um comportamento antidesportivo.

Artº 36. Lances livres

Um lançamento livre é um privilégio que se concede a um



Artº21. Substituições

jogador e que consiste em marcar um ponto por lançamento da posição detrás da linha da lance livre. O lance livre é executado por um jogador sobre o qual foi cometida a falta.

Quando se sanciona com desqualificação a um jogador por conduta antidesportiva repetida, os lances livres podem ser efectuados por qualquer adversários.

Artº 37. Falta pessoal

Uma falta pessoal é aquela que implica contacto com um adversário. Um jogador não deve bloquear, agarrar, empurrar nem carregar um adversário nem impedir a sua progressão por intermédio dos braços abertos, dos seus ombros os joelhos, bem como dobran-



Artº37. Falta pessoal



Artº37. Falta pessoal

do o corpo de forma excessiva ou inclusivamente utilizando meios brutais.

Quando se produz um contacto pessoal, mesmo que este não esteja previsto neste Regulamento e o causador obtém vantagem, deve ser assinalada uma falta pessoal ao jogador responsável pelo contacto.

Se a falta foi feita sobre um jogador que não estava a lançar ao cesto, a bola é entregue a um jogador da equipa adversária ou a um dos seus companheiros de equipa para reposição pelas linhas laterais.

Se a falta foi feita a um jogador em acção de lançamento ao cesto, este terá direito a dois lances livres se o cesto não for convertido.

Não haverá lance livre suplementar na situação de cesto convertido, o jogo recomeçará com reposição pela linha de fundo para a equipa adversária.

Artº 38. Falta antidesportiva

Uma falta antidesportiva é uma falta pessoal que segundo o árbitro foi cometida deliberadamente por um jogador. Um jogador que comete mais que uma falta antidesportiva pode ser desqualificado.

Concedem-se dois lances livres ao jogador sobre quem foi cometida a falta antidesportiva salvo se foi cometida sobre um jogador que tenha lançado ao cesto e este tenha sido convertido. Depois do cesto convertido, ou dos dois lances livres, seja cesto ou não, o jogo recomeçará com reposição pela linha lateral entre a linha de lance livre e a linha de meio campo.



Artº38. Falta antidesportiva



Artº38. Falta antidesportiva

Artº 39. Falta dupla

Um falta dupla é aquela que cometem dois oponentes em simultâneo um sobre o outro.

Anota-se uma falta a cada jogador e recomeça-se o jogo com bola ao ar entre os dois jogadores implicados, no círculo mais próximo.

» Regra 9

FALTAS TÉCNICAS

Artº 40. Conduta antidesportiva

No minibásquete todos os jogadores devem mostrar um espírito cooperativo e desportivo.



Artº40. Conduta anti-desportiva

O jogador será advertido se desobedece às advertências do árbitro ou usa meios antidesportivos.

Uma vez advertido será desqualificado se continua com a sua conduta.

Sanção: Será inscrita uma falta e concedem-se dois lances livres e posse de bola aos adversário.

» Regra 10

DISPOSIÇÕES GERAIS

Artº 41. Como se executa um lance livre

O lance livre deve ser tentado num espaço de 5 segundos.

Entretanto o jogador que está a executar os lances livres, não pode pisar a linha de lance livre nem a área restritiva.

Quando um jogador executa um lance livre há um máximo de cinco jogadores ocupando a zona junto à área restritiva da seguinte forma:

- dois jogadores da equipa defensora nos dois lugares mais próximos da tabela os outros dever ir alternando os seus lugares.

Os jogadores nos seus lugares junto à área restritiva:

- não devem ocupar o lugar que não lhes corresponde
- não devem entrar na área restritiva nem sair do seu lugar até que a bola tenha saído das mãos do jogador que executa o lance livre
- não podem tocar na bola quando vai na direção do cesto até que esta toque no aro.

Durante os lances livres, todos os jogadores que não estão junto à área restritiva tem que estar atrás da linha de lance livre até que a bola toque no aro ou termine o lance livre

Se o último lance livre não entra e não toca no aro, a bola é entregue à equipa adversária para reposição pela linha lateral.

Nenhum jogador pode tocar na bola até que toque no aro.

Artº 42. Cinco faltas por jogador

Um jogador que cometeu cinco faltas pessoais tem de abandonar automaticamente o jogo.

O jogador excluído pode ser substituído por um companheiro de equipa.



Artº41. Como se executa um lance livre



Artº41. Como se executa um lance livre

» Boletim de Jogo

Federação Portuguesa de Basquetebol
Comité Nacional de Minibásquete

Boletim de jogo

JOGO

Equipa A Os Corintos

Equipa B Os Alpacintos

PROVA

Encardo nº _____

Data 12 de Maio de 2000

Hora 09:00

Campo Esq. Casa de Visitas

ÁRBITROS

Árbitro Manuel Pimenta

Árbitro auxiliar José Soares

Equipa A: Os Corintos

Cor: Verde

Entradas	Nome do jogador	Nº	Faltas					MARCHA DO RESULTADO				
			1	2	3	4	5	A	B	A	B	
1	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	37	37	73	73
2	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	38	38	74	74
3	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	39	39	75	75
4	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	40	40	76	76
5	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	41	41	77	77
6	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	42	42	78	78
7	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	43	43	79	79
8	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	44	44	80	80
9	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	45	45	81	81
10	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	46	46	82	82
11	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	47	47	83	83
12	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	48	48	84	84
13	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	49	49	85	85
14	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	50	50	86	86
Treinador <u>João Pereira</u>									51	51	87	87
Treinador adj. <u>Luís Mendes</u>									52	52	88	88
									53	53	89	89
									54	54	90	90
									55	55	91	91

Equipa B: Os Alpacintos

Cor: Verde

Entradas	Nome do jogador	Nº	Faltas					MARCHA DO RESULTADO				
			1	2	3	4	5	A	B	A	B	
1	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	56	56	92	92
2	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	57	57	93	93
3	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	58	58	94	94
4	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	59	59	95	95
5	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	60	60	96	96
6	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	61	61	97	97
7	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	62	62	98	98
8	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	63	63	99	99
9	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	64	64	100	100
10	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	65	65	101	101
11	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	66	66	102	102
12	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	67	67	103	103
13	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	68	68	104	104
14	André Figueira	4	0	0	0	0	0	0	69	69	105	105
Treinador <u>Luís Mendes</u>									70	70	106	106
Treinador adj. <u>Luís Mendes</u>									71	71	107	107
									72	72	108	108

COMO PREENCHER O BOLETIM DE JOGO

- Escrever o nome, primeiro o nome do família e depois o nome próprio jogador. Em seguida escrever o nº do equipamento.
- No início de cada período escrever um "X" na coluna. Entradas correspondente ao jogador que vai entrar.
- As faltas pessoais registam-se primeiro um "F" (falta pessoal) e um "U" (falta antidesportiva).
- Existem 4 colunas para a Marcha do resultado. 1 e 2 para a equipa A e 3 para a B. Segundo o resultado primeiro conta-se a coluna dos pontos, no local marcado, correspondendo à marcha do resultado com um traço diagonal / para um cesto e um ponto - para cada 1. Ite convertido. Depois escreve o nº do jogador que converteu o cesto na casa adjacente.
- Quando termina cada período faz um círculo à volta do número total dos pontos marcados por cada equipa e escreve na parte inferior o resultado de cada período.
- No final os árbitros, o marcador e o cronometrista assinam.

RESULTADO POR PERÍODOS

1º Período A 4 B 0

2º Período A 9 B 2

3º Período A 11 B 6

4º Período A 3 B 8

RESULTADO FINAL

A 27 B 29

Equipa vencedora
Os Corintos

ASSINATURAS

Marcedor Luís Mendes

Cronometrista Luís Mendes

Árbitro auxiliar Luís Mendes

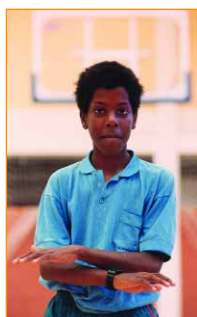
Árbitro Manuel Pimenta

» Sinais Oficiais



Dois pontos

Flexão do punho para baixo (um dedo um ponto)



Cesto anulado

Movimento dos braços em tesoura



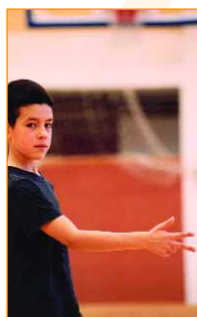
Parar cronómetro

Mão aberta dedos juntos



Drible ilegal

Movimento alternado



Violação dos 3s

Braço estendido mostrando 3 dedos



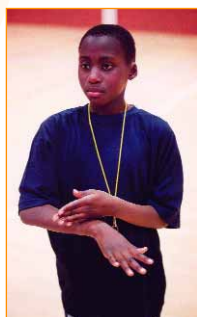
Falta pessoal

Punho fechado



Empurrar

Imitação de empurrar



Uso ilegal das mãos

Bater no punho



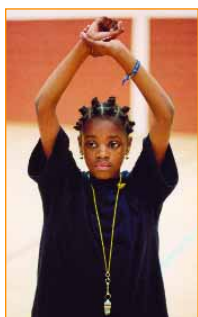
Agarrar

Agarrar o punho



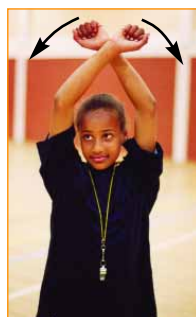
Obstrução

Duas mãos nas ancas



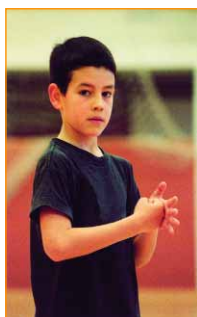
Falta anti-desportiva

Agarrar o punho



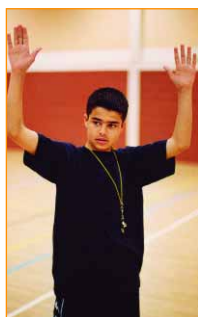
Falta dupla

Tesoura dos braços com os punhos fechados



Carregar

Punho fechado contra a palma da mão



Dois lances livres

Dedos unidos



Um lance livre

Indicador para cima



Passagem da bola

Dedo estendido



Bola fora

A. Sinal de violação
B. Direcção do jogo

**Bola ao ar**

Polegares para cima

**Designação jogador**

Mostrar o número do jogador

**Caminhar**

Movimento rotativo dos punhos

