



Curso de treinador de Grau I

Regras do jogo



Conteúdos de formação específica



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 1 – índice (da subunidade)

O Jogo ao longo dos tempos

- Evolução das regras do jogo desde a sua criação até a atualidade
- Porquê da frequente alteração das regras do jogo
- O espírito do Jogo e a aplicabilidade das regras de acordo com o mesmo

Estrutura do livro de regras

- As regras de Corfebol
- As notas explicativas
- Os sinais dos árbitros

Regras do jogo e infrações

Análise de casos práticos



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 2 – Objetivos de aprendizagem (competências de saída)

O Jogo ao longo dos tempos

- Compreender a relação entre a natural evolução do jogo e a alteração das regras do mesmo
- Entender o espírito do jogo e o porquê da criação de algumas das regras e alteração de outras

Estrutura do livro de regras

- Identificar e descrever a estrutura do livro de regras
- Identificar as exceções e condicionalismos de aplicabilidade de cada regra - notas explicativas

Regras do jogo e infrações

- Identificar e descrever as infrações às regras do ponto 3.6 das regras do jogo, discriminadas nos conteúdos
- Identificar, em situação de jogo, as infrações às regras do ponto 3.6 das regras do jogo
- Explicar e demonstrar, em situação de treino, as infrações às regras do ponto 3.6 das regras do jogo
- Identificar, em situação de jogo, a diferença entre contacto físico controlado e descontrolado
- Identificar e descrever os critérios que permitem distinguir uma infração ligeira de uma infração grave
- Distinguir, em situação de jogo, uma infração ligeira de uma infração grave



- Identificar e explicar, em situação de treino, a diferença entre infração ligeira e infração grave



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 3 – O desenvolvimento dos conteúdos

O Jogo ao longo dos tempos

À semelhança de outras modalidades desportivas, nos mais de cem anos de história do Corfebol, foram por diversas vezes alteradas regras e acrescentadas novas alíneas as já existentes, muitas vezes apenas criando pequenas exceções ou condicionalismos nas notas explicativas de uma determinada alínea e/ou regra. Essas alterações decorrem sempre da necessidade da evolução do jogo em duas vertentes que, apesar de distintas, concorrem para o mesmo objetivo: a evolução do jogo enquanto modalidade desportiva de massas: tornar o jogo mais aliciante e combater a obtenção de vantagem à margem do espírito do jogo.

Para tornar o jogo mais aliciante para todos os intervenientes, desde o praticante até ao espectador, temos como alguns exemplos recentes, o facto de o Corfebol ter passado de um desporto sem contacto físico para ser de contacto físico controlado, a divisão das faltas em graves e ligeiras, a alteração do modo de marcação das mesmas e os novos critérios de aplicação da lei da vantagem, que no seu conjunto tornam o jogo mais rápido, sem tantas paragens e mais espetacular. Associando assim à vertente da prática desportiva como fator motivador para a participação (quer como praticante quer como espectador) o fator espetáculo.

Fazer face e combater a obtenção de vantagem, injusta e contra o espírito de Jogo, por parte de um interveniente ou equipa em situação de jogo, é a segunda vertente. Com a evolução da técnica individual e tática coletiva vão sendo criados por jogadores e treinadores em todo o mundo alguns apontamentos técnicos e táticos, “pequenos truques”, que treinados e depois utilizados em jogo desvirtuam completamente o jogo e os seus princípios, e em última instância, influenciam os resultados da competição e a verdade desportiva.

Estrutura do Livro de Regras

A estrutura escolhida para a apresentação do livro de regras de Corfebol tem por base a que foi definida pela International Korfball Federation para a mesma publicação. O livro organiza-se então em três partes distintas:

- Regras;
- Notas explicativas;



- Sinais dos árbitros.

Na versão portuguesa, foram feitas algumas alterações e adaptações na ordem em que são apresentadas, por se julgar mais adequado e de forma a facilitar a sua consulta, nomeadamente a colocação da nota explicativa referente a cada regra, imediatamente por baixo da apresentação da respetiva regra, contrariamente ao original da IKF.

Assim, a primeira e segunda parte do livro vêm em conjunto e é onde são descritas todas as “Regras” - regulamentações, regras e as infrações inerentes a um jogo de corfebol bem como as “Notas Explicativas” - todas as exceções às regras e condicionalismos na sua aplicação. Esta parte do livro organiza-se em termos de informação da seguinte forma:

- O campo e equipamentos;
- As pessoas;
- O jogo.

De igual importância é a terceira parte do Livro de Regras que contempla toda a sinalética dos árbitros. O conhecimento destes sinais por parte de todos os agentes desportivos traduz-se num melhor entendimento e acompanhamento do jogo não só dos intervenientes como aqueles que estão a assistir. Estes sinais são de uso obrigatório e ainda hoje muitas vezes desconhecidos pela maior parte dos jogadores. Pelo que os treinadores têm um papel importante na transmissão e difusão deste conhecimento.

Funções, direitos e deveres do treinador

Cada equipa deve fazer-se acompanhar de um, e só um, treinador. Este, além de ter algumas condições para o desempenho das suas funções, tem também alguns direitos e deveres que estão regulamentados através do livro de regras.

O treinador, durante o jogo, tem as funções a baixo descritas, podendo para executa-las abandonar o seu banco temporariamente:

- Pedir e/ou usar um desconto de tempo;
- Para pedir e executar uma substituição;
- Quando é necessária uma alteração na formação de acordo com;
- Para informar o árbitro e o treinador da equipa adversária qual dos seus atacantes não lançará.



Deveres:

- A equipa só pode ser acompanhada por um treinador que deverá apresentar-se como tal e dar-se a conhecer ao árbitro antes do início do jogo;
- Deve sentar-se no banco designado para a sua equipa e não está autorizado a entrar no terreno de jogo sem o consentimento do árbitro.
- Durante o desconto de tempo, o treinador e a sua equipa devem ficar no banco destinado à equipa, ou na sua proximidade.

Direitos:

- Pode dar instruções à sua equipa a partir do banco de forma a que não perturbe outros;
- Pode abandonar temporariamente o seu lugar no banco, por um curto período de tempo, com o objetivo de dar instruções aos jogadores da sua equipa. Estas instruções devem ser dadas permanecendo fora do campo de jogo e do mesmo lado do meio campo onde se encontra o seu banco.

Se, em algum momento, não estiver presente nenhum treinador as tarefas mencionadas serão atribuídas ao capitão da equipa.

Se o treinador tomar parte no jogo como jogador, não poderá ser considerado como sendo treinador, perdendo assim os seus direitos de treinador.

No caso de comportamento incorreto por parte do treinador, o árbitro tem o poder de proibi-lo de se levantar do banco sem permissão durante o resto do jogo.

Regras do Jogo e Infrações

Um perfeito conhecimento das regras, e uma interpretação adequada das mesmas por parte dos treinadores, revela-se de grande importância pela responsabilidade que têm na transmissão de conhecimentos aos jogadores e consequentemente na qualidade do corfebol português.

As infrações às regras do jogo, dependendo do tipo de infração e se a mesma é cometida por um defesa ou um atacante, podem ser classificadas da seguinte forma:

- Faltas ligeiras;
- Faltas graves;



- Faltas muito graves;
- Faltas repetidas que perturbem o ataque.

Neste contexto as punições dividem-se em:

- Bola fora;
- Recomeço de jogo;
- Livre;
- Penalidade.

No que diz respeito às infrações cometidas pelos defesas classificam-se em:

- Infrações ligeiras – punidas por um recomeço de jogo;
- Infrações graves – punidas por um livre;
- Infrações que repetidamente perturbem o ataque – punidas por uma penalidade;
- Infrações muito graves que resultem na perda de uma hipótese de marcar – punidas por uma penalidade.

As infrações às regras cometidas pelos atacantes podem ser:

- Infrações ligeiras – punidas por um recomeço de jogo;
- Infrações muito graves que resultem na perda de uma hipótese de marcar pela equipa que ataca na outra zona - punidas por uma penalidade.

Para avaliar qualquer possível infração às regras, deve-se ter em conta dois fatores associados à recomendação de, sempre que possível, aplicar a lei da vantagem:

- Quando a possível infração ocorre com a existência de contato físico, avaliar se o mesmo é feito de uma forma controlada ou descontrolada;
- Avaliar se existe intencionalidade em cometer a infração.

Infrações às regras do ponto 3.6 das regras do jogo:

Durante um jogo é proibido:

- a) Tocar a bola com a perna ou o pé
- b) Bater a bola com o punho
- d) Correr com a bola



- e) Jogar sozinho
- h) Bater ou tirar a bola das mãos de um adversário
- i) Empurrar, agarrar ou obstruir um adversário
- j) Defender excessivamente um adversário
- k) Defender um adversário do sexo oposto no ato de lançamento ou de passe
- m) Jogar fora da sua zona
- n) Lançar de uma posição defendida
- r) Influenciar um lançamento deslocando o poste
- t) Violar as condições impostas para um livre ou uma penalidade
- v) Violar as condições impostas para um recomeço de jogo

Sinais dos Árbitros

- Substituição de um jogador
- Paragem do tempo de jogo
- Desconto de tempo
- Mudança de zonas após dois golos
- Tocar a bola com a perna ou o pé
- Bater a bola com o punho
- Correr com a bola
- Jogar sozinho
- Bater ou tirar a bola das mãos de um adversário
- Empurrar, agarrar ou obstruir um adversário
- Defender excessivamente um adversário
- Bola Fora
- Lançar de uma posição defendida
- Influenciar um lançamento deslocando o poste



- Usar o poste para saltar, correr ou para se afastar rapidamente
- Lançamento de bola ao ar
- Recomeço de jogo
- Falta Grave
- Violação da regra dos 4 segundos na marcação de um recomeço de jogo ou falta grave
- Violar os 2.50 m após o apito do árbitro para a reposição de bola em jogo na marcação de uma falta grave
- Penalidade
- Repetição da penalidade
- Direção
- Vantagem

Análise de casos práticos

A análise de casos práticos será feita através da observação de diversas situações recorrendo à utilização de vídeos.

Os casos a analisar e demonstrar serão:

- Passos
- Defendido no lançamento na passada
- Defendido em lançamentos de fora
- Contacto físico admissível
- Defender o passe
- Colocação dos jogadores na zona do poste durante a marcação de um livre
- Defender um jogador do sexo oposto
- Recomeço de jogo após paragem técnica (4 segundos)
- Marcar da zona de defesa



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 4 – Conclusões

Sendo este bloco inserido num curso de treinadores e por se entender que, o conhecimento das regras do jogo é absolutamente fundamental para o sucesso de um ensino adequado da modalidade, especialmente nos escalões de formação a que este curso é destinado, interessa enquadrar todos os temas a abordar sob a perspetiva de dar aos formandos as ferramentas necessárias ao desempenho das suas funções de uma forma eficaz.

Por isso, toda esta formação está direcionada e tem como objetivo aprofundar o conhecimento das regras do jogo, não de uma forma isolada, mas como parte de um todo, sob a perspetiva da criação e alteração das regras sempre com a intenção de fazer cumprir o “Espírito do Jogo”. Esta compreensão do jogo é fundamental para que os treinadores possam transmitir valores determinantes no processo de formação dos praticantes.

Assim, foi tida como primeira preocupação, desenvolver um breve enquadramento da evolução do jogo e das regras do mesmo ao longo dos tempos, para um melhor entendimento e compreensão do porquê das quase constantes alterações das regras do Corfebol e quais os objetivos dessas alterações, que normalmente vão ao encontro do “espírito do jogo” que muitas vezes é incompreendido ou ignorado, dificultando o processo de ensino aprendizagem logo nos escalões jovens, ficando irremediavelmente perdida uma parte importante da formação dos praticantes.

Numa segunda parte é abordada de forma sucinta a estrutura do Livro de Regras do jogo com o objetivo de promover a sua utilização e explicar quais as partes de leitura, que se considera como obrigatória para o desenvolvimento e atuação do treinador.

É descrito de uma forma sucinta, todas as funções, direitos e deveres de um treinador que estão regulamentadas através do livro de regras.

Contempla ainda, uma listagem e abordagem e explicação das infrações às Regras do Jogo, alguns conceitos que nelas estão mencionados e de grande importância para o entendimento das regras e do jogo.

É apresentada a sinalética dos árbitros, aquando da marcação das faltas abordadas, na condução de um jogo. O conhecimento destes sinais é de grande importância para um bom entendimento do que se está a passar no jogo e tornar o mesmo mais fluente e rápido, por parte dos intervenientes.

Por fim, são ainda analisados alguns casos práticos para melhor compreensão das regras abordadas.



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 5 – Autoavaliação (perguntas para orientação do estudo)

O Jogo ao longo dos tempos

- As regras do jogo têm sofrido frequentes alterações ao longo do tempo. Diga quais são os dois principais objetivos dessas alterações?

Estrutura do livro de regras

- Em quantas partes está dividido o Livro de Regras de Corfebol? Quais são?

Regras do jogo e infrações

- Como são classificados os quatro tipos de infrações que devem ser punidas no Corfebol?
- À exceção de atuação disciplinar, que tipos de punições pode o árbitro aplicar para punir as infrações cometidas por um jogador atacante?
- Quais são os dois principais critérios a ter em conta para distinguir uma infração ligeira de uma infração grave?
- Durante o jogo de corfebol é proibido correr com a bola. Quais são as três situações diferentes que se tem de ter em conta para avaliar se um jogador infringe ou não esta regra?
- Que deve o árbitro fazer se um jogador defensor lançar a bola ao cesto colocado na zona de ataque da sua equipa?
- Um defensor está dentro dos 2.50 m de distância do local de marcação do livre e dois atacantes estão a menos de 2.50 m um do outro sem tentarem tirar vantagem dessa situação. Como deve o árbitro proceder?
- Um jogador de cada equipa está à mesma distância incorreta do local de marcação do livre. Como deve o árbitro proceder?
- Quais são as condições obrigatórias a ser cumpridas para se considerar que um lançamento está defendido?
- Qual a sanção a aplicar quando um jogador que está a marcar uma falta grave lança a bola ao cesto diretamente?



- Segundo as leis do jogo, não é permitido defender um jogador do sexo oposto. A partir de que distância entre o jogador com bola e o jogador que está a tentar defendê-lo, não se pode considerar que esteja a haver uma infração?



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 6 – Recomendações de leitura

Recomendamos as seguintes leituras:

ALVES, Jorge; FARIA, Joana (tradução) *As Regras do Jogo*, 2011. Disponível em: <http://www.fpcorfebol.pt/files/RegrasCorfebol.pdf>, original disponível em: <http://www.korfball.org/ikf/images/stories/documents/complete%20rules%20of%20korfball%202011.pdf>

INTERNATIONAL KORFBALL FEDERATION – *IKF Playing rules Bulletin 2011*, 2011. Disponível em: <http://www.korfball.org/ikf/images/stories/bulletins/prcbulletin2011.pdf>



Conteúdos da componente de formação específica (Grau I)

Regras do jogo

Secção 7 - Glossário de conceitos chave

Contacto físico controlado - forma admissível de contacto entre oponentes em que nenhum dos jogadores ganha vantagem sobre o outro.

Contacto físico descontrolado - forma inadmissível de contacto entre oponentes que leve a que um dos jogadores ganhe vantagem sobre o outro.

Defender - forma admissível de impedir um oponente de passar ou receber a bola.

- Para defender num bloqueio ver também “bloqueio”.
- Para defender usando um espaço livre, ver obstruir um adversário na manutenção ou ocupação da sua posição.

Defender um adversário do sexo oposto no ato de lançamento ou de passe - forma inadmissível de defender em que o oponente do sexo oposto está a tentar passar a bola e a distância entre os dois jogadores é inferior à distância combinada dos braços dos dois jogadores.

Distância de um braço - distância do braço (do defensor), medida em cada posição (vertical, inclinada, no chão ou em salto) para o seu oponente.

Esta distância é (medida desde o defensor na sua posição até ao peito do atacante), uma das quatro condições para decidir se um lançamento é defendido.

Infração - ação fora da lei que, de acordo com as regras do jogo, deve ser punida.

Infração física - infração feita por contacto físico.

Infração grave - infração física com contacto físico descontrolado ou uma infração que é realizada com o propósito de perturbar o ataque ou que resulte na perturbação do ataque.

Infração ligeira - infração técnica ou física que não é realizada com o propósito de perturbar o ataque e onde não existe contacto físico descontrolado.

Infração muito grave - infração ligeira ou grave que resulta na perda de uma oportunidade de marcar.

Infração técnica - infração que não é feita por contacto físico.

Oportunidades de lançamento - hipóteses de lançamento de uma posição livre.

Oportunidades de marcar - hipóteses de lançamento com razoável ou grande possibilidade de êxito.



Pé eixo - o pé fixo que um jogador deve manter no sítio enquanto move a outra perna ou roda sobre si.

Tentar ativamente bloquear a bola – o uso consciente dos braços e/ou mãos de forma admissível para prevenir que a bola seja passada ou lançada.

Zona livre de obstáculos – a zona que pertence à área de jogo chamada “zona limite” (indoor – pelo menos 1m; outdoor – pelo menos 2 m) em que não é permitido qualquer obstáculo (algo que atrapalhe, obstrua, afaste ou cause problemas), exceto os bancos e as pessoas que estão autorizadas a sentarem-se neles.