



# REGLAMENT



## HANDBOL



ASPECTE TÈCNIC	PREBENJAMÍ, BENJAMÍ I ALEVÍ	INFANTIL	CADET I JUVENIL
<b>Jugadors/es necessaris per inscriure equip</b>	Mínim: 7 jugadors/es.	Mínim: 9 jugadors/es	
<b>Jugadors/es inscrits a l'acta</b>	Màxim: 12 jugadors/es. Mínim: 5 jugadors/es.	Màxim: 14 jugadors/es. Mínim: 7 jugadors/es.	
<b>Jugadors/es en pista</b>	El nombre de jugadors/es per començar un partit i a pista <b>serà de 5</b> . Es <b>suspèn timer el partit</b> en el moment que algun dels dos equips es quedi a pista amb 2 jugadors/es de pista. Es respectarà el resultat de les parts jugades fins a la suspensió del partit i després partit perdut.	El nombre de jugadors/es per començar un partit i a pista <b>serà de 7</b> . Es <b>suspèn timer el partit</b> en el moment que algun dels dos equips es quedi a pista amb 2 jugadors/es de pista . Aquesta circumstància es resoldrà amb partit perdut per l'equip infractor.	
<b>Terreny de joc</b>	Llargada: de 20 a 28 metres. Amplada: de 13 a 15 metres.	40 metres x 20 metres.	



ASPECTE TÈCNIC	PREBENJAMÍ, BENJAMÍ I ALEVÍ	INFANTIL	CADET I JUVENIL
<b>Porteria</b>	3 x 1,80 metres, amb un sistema perquè no tombi (subjecta a terra) en categoria aleví. 3 x 1,60 metres, amb un sistema perquè no tombi (subjecta a terra) en categories prebenjamí i benjamí.	3 x 2 metres, amb un sistema perquè no tombi (subjecta a terra).	
<b>Pilota</b>	Prebenjamí i benjamí: diàmetre de 44 cm. Pes de 200 a 290grs (talla 00). Aleví: diàmetre de 48 a 50 cm. Pes de 300 a 315grs (talla 0).	Diàmetre: de 50 cm a 52 cm Pes de 300 a 315grs (talla 1).	Cadet femení. Diàmetre de 50 cm a 52 cm. Pes de 300 a 315grs (talla 1). Cadet masculí i juvenil femení. Diàmetre de 54 a 56 cm. Pes de 325 a 400grs. Juvenil masculí. Diàmetre de 58 a 60cm. Pes de 425 a 475grs.
<b>Durada del partit</b>	4 períodes de 10 minuts.	4 períodes de 12 minuts.	4 períodes de 15 minuts.
<b>Durada dels descansos</b>	2' + 5' + 2'		
<b>Inici del període</b>	Es realitzarà un sorteig i l'equip que guanyi el sorteig decidirà la direcció en la que atacarà durant el primer temps del partit o la elecció d'iniciar el partit. A partir del sorteig serà de forma alternativa en els altres 3 períodes.		
<b>Canvi de camp</b>	Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període.		
<b>Alineació</b>	Abans d'iniciar el 4t període, tots els/les jugadors/es inscrits/es a l'acta hauran d'haver jugat com a mínim 1 període complert i seguit de joc. Sense màxim.		



ASPECTE TÈCNIC	PREBENJAMÍ, BENJAMÍ I ALEVÍ	INFANTIL	CADET I JUVENIL
<b>Substitucions</b>	No es concediran substitucions en els 3 primers períodes, excepte per lesió o desqualificació. En el 4t període i període extra, en el cas que n'hi hagi, es podran concedir substitucions, però en cap cas defensa-atac.		
<b>Temps morts</b>	1 minut per part (un pel primer i segon període i l'altre pel tercer i quart període) i equip no acumulables.		
<b>Substàncies adhesives</b>	No estan permeses.		
<b>Represa del joc després d'un gol</b>	L'efectuarà el porter des de dins de la seva pròpia àrea, trepitjant la <b>línia de 3 metres</b> i sense necessitat que el/la Tut@r de Joc assenyali l'inici.	S'efectuarà a mig camp.	
<b>Penal</b>	El llançament el farà efectiu el/la jugador/a que ha rebut la falta. En casos de lesió d'aquest jugador/a, l'efectuarà el/la seu/va substitut/a.	El llançament el farà efectiu qualsevol jugador/a en pista	
<b>Exclusions</b>	Les exclusions seran d'1 minut. La tercera exclusió d'un/a jugador/a durant el partit, suposarà la seva desqualificació del partit.	Les exclusions seran de 2 minuts. La tercera exclusió d'un/a jugador/a durant el partit, suposarà la seva desqualificació del partit.	



ASPECTE TÈCNIC	PREBENJAMÍ, BENJAMÍ I ALEVÍ	INFANTIL	CADET I JUVENIL
<b>Defensa</b>	Només està permesa la defensa individual a tot el camp, excepte en situacions d'inferioritat per exclusions on no hi ha companys/es per substituir l'exclusió.	<p>No estan permeses les defenses mixtes.</p> <p>Al 4rt període no es podran realitzar canvis: defensa – atac.</p> <p>La defensa ha d'efectuar-se, com a mínim, en dues línies.</p>	Està permesa qualsevol defensa zonal.
<b>Marcador</b>	<p>Cada període comença de 0. <b>Puntuació per períodes:</b></p> <p>3 punts per període guanyat.</p> <p>2 punts per període empatat.</p> <p>1 punt per període perdut.</p> <p>Els possibles resultats sempre sumaran entre els dos equips, 16 punts en total. Per exemple: 10-6, 8-8, 12-4 o 9-7.</p> <p>El resultat final del <b>marcador</b> dependrà de la suma dels punts obtinguts a cada període atorgant 5 punts de marcador si guanya, 3,25 punts de marcador si empata i 1,75 punts de marcador si perd.</p>	<p>L'equip que hagi anotat el major nombre de gols durant un partit serà el guanyador. Si tots dos equips anoten el mateix nombre de gols o no en marquen cap, el partit finalitzarà amb empat. Cada equip obtindrà 5 punts de marcador si guanya, 3,25 punts de marcador si empata i 1,75 punts de marcador si perd.</p>	
<b>Puntuació Juga Verd Play (classificació integrada)</b>	Cada equip podrà sumar fins a 10 punts per partit. Obtindran un màxim de 5 punts en funció del marcador i un màxim de 5 punts més en funció de les valoracions del Tut@r de Joc i el Tutor/a de grada.		



## DOCUMENTACIÓ

Els dies de competició serà **obligatori presentar les fitxes de tots als participants**, en format digital (a través d'un smartphone o tablet) o impreses amb el format del carnet establert.

En cas de ser necessari, hauran de disposar de l'**autorització per a participar en categoria superior**.

## EQUIPS

Un equip es compon de 14 jugadors/es, i no hi ha distinció entre jugadors/es de camp i porters, encara que en tot moment ha d'actuar un jugador/a com a porter/a amb vestimenta diferent a la de la resta dels seus companys/es i de l'equip contrari.

***En categories Prebenjamí, Benjamí i Aleví pot ser porter qualsevol jugador/a, sempre que porti la indumentària esportiva que el distingeixi reglamentàriament.***

El canvis s'efectuaran per les zones delimitades per fer-los i sortirà primer el jugador/a que estava a dins del terreny de joc. Si un jugador/a entra al terreny de joc abans que el seu company/a, el Tut@r de Joc li explicarà el reglament per tal de corregir l'error. Si continués infringint la norma, se sancionarà progressivament amb amonestació i posteriorment amb exclusió.

Qualsevol jugador amb ferida sagnant haurà de ser retirat del terreny de joc perquè pugui ser atès.



## NORMES DE JOC GENERALS – FALTES

### Es permet:

1. Jugar la pilota amb qualsevol part del cos per damunt dels genolls i des de qualsevol posició.
2. Retenir la pilota a les mans un temps màxim de 5 segons.
3. Fer un màxim de tres passes amb la pilota a la mà.
4. Fer tres passes, botar i fer novament tres passes abans de passar o tirar.
5. Progressar botant o rodant la pilota sense límit de temps, posteriorment agafar-la o recollir-la amb dues mans abans de passar o tirar.
6. Canviar-se la pilota de mà sense perdre el contacte amb ella.

### No es permet:

1. Utilitzar el puny per jugar.
2. Botar la pilota amb dues mans alhora.
3. Passar-se la pilota de mà a mà.
4. Botar, agafar la pilota amb una o dues mans, i tornar a botar.
5. Realitzar la sacada sense trepitjar la línia corresponent.

### Faltes:

1. Contacte agressiu amb l'equip atacant.
2. Empènyer, agafar, donar cops o realitzar qualsevol acció que posi en perill la integritat física dels companys/es o adversaris.
3. Per als adversaris, col·locar-se a menys de 2 metres de la pilota en un penal, cop franc o sacada de banda.
4. Insultar o realitzar accions o gestos de menyspreu o protesta cap als companys/es, adversaris, tècnics/ques, Tut@r de Joc o públic.