**REGULAMENTUL DE ORGANIZARE ȘI DESFĂȘURARE A**

**COMPETIŢIEI DE HANDBAL DIN CADRUL PROIECTULUI**

**“FESTIVALUL SPORTULUI 2018”**

**PROEDUS**

**BUCUREȘTI 2018**

**CUPRINS**

**Punctul 1................. Participarea la competiţie**

**Punctul 2..................Regulamentul oficial**

**REGULAMENTUL OFICIAL AL COMPETIȚIEI**

**11. Participarea la competiţie**

* Dreptul de înscriere şi participare la competiţiile cuprinse în proiectul “Festivalul Sportului 2018” organizate de Centrul de Proiecte Educaţionale şi Sportive, îl au toţi elevii unităților de învățământ liceal de stat și particular din clasele IX - XII , din mediul şcolar bucureştean.
* Pentru proiectul “Festivalul Sportului 2018” se admit elevii claselor IX - XII, nascuţi dupa 1 ianuarie 1999.
* Pentru înscrierea şi participarea echipelor la proiectul ”Festivalul Sportului”, persoana desemnată de unităţile de învăţământ pentru efectuarea înscrierilor şi coordonarea echipelor în competiţii vor urma procedura înscrisă în Regulamentul de organizare şi desfăşurare a proiectului “Festivalului Sportului” art. 10, punct. a;b. şi art. 11 punct. a.
* Documentele necesare participării la competiţie:

1)formularul de înscriere(tabelul nominal completat cu toate cerinţele);

2)copia cărţii de identitate;

3)carnetul de elev vizat pe anul şcolar 2017-2018;

4)adeverinţă medicală de la medicul de familie sau al şcolii, din care să rezulte că elevul este apt clinic sănătos pentru efort fizic.

* Fiecare unitate de învăţământ are dreptul să se înscrie cu o singură echipă în competiţie.
* Înscrierea echipelor se va face până cel târziu la data de 16. martie 2018 ora 20.00 pe adresa de e-mail: [sportpmb@yahoo.com](mailto:sportpmb@yahoo.com) şi vor fi considerate înscrise echipele care au minim 7 şi maxim 12 jucători (7 titulari şi 5 rezerve) plus profesorul/antrenorul echipei de handbal, care au trimis pe e-mail fişa de înscriere cu datele cerute.
* **La fiecare joc vor putea fi înscriși în raportul de joc maxim 12 jucători indiferent daca aceştia figureaza sau nu cu legitimati la vreun club sportiv.**
* Fiecare liceu are dreptul să se înscrie cu o singură echipă pe disciplină în competiţie.
* **Minimum necesar de echipe înscrise pentru a putea începe competiţia este de 8.**
* Definitivarea şi comunicarea de către unităţile de învăţământ a componenţei echipelor de handbal, în vederea validării acestora de către organizatorii competiţiei, se va face până cel târziu la data de 16 martie 2018. ora 20.00
* Tragerea la sorţi se va efectua pe data de 21.03. 2018 ora 13.00 în prezența organizatorilor, profesorilor/antrenorilor și căpitanilor de echipă; **locaţia se va comunica ulterior;**
* La startul competiţiei participă toate echipele înscrise pe adresa de mail [sportpmb@yahoo.com](mailto:sportpmb@yahoo.com) şi meciurile au caracter eliminatoriu, fiecare echipă participantă jucând mai multe meciuri, în funcţie de repartizarea pe tabloul iniţial, potrivit numărului de echipe înscrise în competiţie.
* Competiţia de handbal – din cadrul proiectului “Festivalul Sportului 2018” se desfăşoară în sistem eliminatoriu până la faza grupelor; 8 echipe vor accede în faza grupelor;
* In cazul în care unul dintre jucatori nu prezinta documentele solicitate, automat nu va avea drept de joc la meciul respectiv.
* Echipele ale caror galerii de suporteri vor provoca incidente în locaţiile de desfăşurare a meciurilor, vor fi suspendate pe o perioada de 2 ani de zile din respectiva întrecere sportivă.

Pentru simplificare, prezentul regulament foloseste forma masculina a cuvintelor atunci cand face referire la jucatori, oficiali, arbitrii si alte persoane. Regulile se aplica totusi in mod egal, atat barbatilor cat si femeilor care participa la jocul de handbal, exceptie facand regula pentru marimea mingii de joc (vezi Regula 3).

**CUPRINS**

**Regulamentul de joc, Semnalizarile, Explicatiile si Regulamentul spatiului de schimb**

**Regulile jocului**1 Terenul de joc  
2 Timpul de joc, Semnalul de sfarsit si Time-out  
3 Mingea  
4 Echipa, Inlocuirile, Echipamentul  
5 Portarul  
6 Spatiul de poarta  
7Jucarea mingii, Jocul pasiv  
8 Faulturile si comportarea nesportiva  
9 Marcarea unui gol  
10 Aruncarea de incepere  
11 Aruncarea de la margine  
12 Aruncarea de la poarta  
13 Aruncarea libera  
14 Aruncarea de la 7-metri  
15 Instructiuni generale pentru executarea Aruncarilor (Aruncarea de incepere, Aruncarea de la margine, Aruncarea de la poarta, Aruncarea libera, si Aruncarea de la 7 metri)  
16 Sanctiunile disciplinare  
17 Arbitri  
18 Cronometrorul si scorerul Codul semnalizarilor Explicatii la regulile de joc Regulamentul spatiului de schimb Ghid pentru Terenul de joc si Porti

**REGULAMENTUL DE JOC**

**Regula 1.  Terenul de joc**

**1:1**Terenul de joc (vezi Figura 1) este un dreptunghi cu lungimea de 40 metri si latimea de 20 metri, si se compune din 2 spatii de poarta (vezi Regula1:4 si Regula 6) si o zona de joc. Liniile laturilor lungi sunt numite linii de margine iar liniile laturilor scurte sunt numite linii de poarta (intre barele portii) sau liniile exterioare portii (de ambele parti ale portii).  
In jurul terenului de joc trebuie sa existe o zona de siguranta, cu o latime de cel putin 1 metru de-a lungul liniilor de margine si 2 metri in spatele liniilor exterioare portii.  
Caracteristicile terenului de joc nu trebuiesc modificate in timpul jocului astfel incat una dintre echipe sa fie avantajata.

**1:2**In centrul fiecarei linii exterioare a portii se gaseste o poarta (vezi Figurile 2a si 2b). Portile trebuie sa fie solid ancorate de podea sau de peretii din spatele lor. Portile au la interior o inaltime de 2 metri si o latime de 3 metri.  
Barele verticale ale portii sunt unite de o bara orizontala. Partea posterioara a barelor portii trebuie sa fie aliniata cu muchia posterioara a liniei de poarta. Barele verticale si bara transversala trebuie sa fie patrate in sectiune, cu laturile de 8 cm. Pe cele 3 laturi care sunt vizibile dinspre terenul de joc, barele trebuie vopsite in 2 culori contrastante, care sa fie diferite si de culorile din jurul portii.  
Portile trebuie sa aiba o plasa, atasata in asa fel incat o minge o data intrata in poarta sa ramana acolo.

**1:3**Toate liniile terenului fac parte integranta din spatiile pe care le delimiteaza.  
Liniile de poarta vor avea 8 cm latime intre barele portilor (vezi Figura 2a), in timp ce toate celelalte linii vor avea 5 cm latime.  
Liniile dintre doua suprafete adiacente pot fi inlocuite cu culori diferite intre suprafete adiacente ale podelei.

**1:4**In fata fiecarei porti este un spatiu de poarta (vezi Regula 6). Spatiul de poarta este delimitat de o linie a spatiului de poarta (linia de 6 metri), care este trasata astfel:  
a) o linie de 3 metri lungime direct in fata portii; aceasta linie este paralela cu linia de poarta si la 6 metri distanta de aceasta (masurata de la muchia posteriora a liniei de poarta la muchia anterioara a liniei spatiului de poarta);  
b) doua sferturi de cerc, fiecare cu o raza de 6 metri (masurata de la coltul interior posterior al stalpilor portii), care fac legatura intre linia de 3 metri lungime si linia exterioara a portii (vezi Figura 1 si 2a).

**1:5**Linia de aruncare libera (linia de 9 metri) este o linie intrerupta, trasata la 3 metri in afara liniei spatiului de poarta. Atat segmentele de linie cat si spatiile dintre ele masoara 15 cm (vezi Figura 1).

**1:6**Linia de 7 metri este o linie lunga de 1 metru, marcata in fata portii. Este paralela cu linia de poarta si aflata la 7 metri de aceasta (distanta) masurata de la muchia posterioara a liniei de poarta la muchia anterioara a liniei de 7 metri);(vezi Figura 1).  
**1:7**Linia de restrictie (limitare) a portarului (linia de 4 metri) este o linie cu lungimea de 15 cm, marcata in fata portii. Este paralela cu linia de poarta si la 4 metri distanta de aceasta (masurata de la muchia posterioara a liniei de poarta la muchia anterioara a liniei de 4 metri); (vezi Figura 1).

**1:8**Linia de centru uneste mijlocul liniilor de margine (vezi Figurile 1 si 3).

**1:9**Linia de schimb (un segment din linia de margine) pentru fiecare echipa, se intinde de la linia de centru pana la un punct aflat la o distanta de 4.5 metri de aceasta. Acest punct al liniei de schimb este marcat de o linie paralela cu linia de centru si care se intinde pe o distanta de 15 cm inauntru liniei de margine si 15 cm in afara liniei de margine (inauntrul si in afara terenului de joc); (vezi Figurile 1 si 3).  
**Nota:**Cerinte tehnice mai detaliate pentru terenul de joc si porti pot fi gasite in Ghidul pentru

**Terenul de Joc si Porti**

**Figura 1**: **Terenul de joc**

**Figura 2°a**

**Figura 2 b**

**Figura 3:**Linia si spatiul de schimb  
Masa pentru cronometror si scorer si bancile pentru rezerve trebuie amplasate in asa fel incat scorerul / cronometrorul sa poata vedea linia de schimb. Masa trebuie amplasata mai aproape de linia de schimb decat sunt bancile dar la cel putin 50 cm in afara liniei de schimb.

**Regula 2.  Timpul de joc, Semnalul de sfarsit al jocului si Time-Out**

**Timpul de joc**  
**2:1** **Timpul normal de joc pentru toate echipele cu jucatori de peste 16 ani este de 2 reprize a 30 minute.** **Pauza dintre reprize este in mod normal de 10 minute.**  
**Timpul normal de joc pentru echipe de tineret este de 2 x 25 minute pentru grupa de varsta 12 – 16 ani si 2 x 20 minute pentru grupa de varsta 8-12 ani. In ambele cazuri pauza este, in mod normal, de 10 minute.**

**2:2**Daca rezultatul este egal la sfarsitul timpului regulamentar de joc si daca trebuie desemnat un castigator, echipele vor juca prelungiri, dupa o pauza de 5 minute. Timpul prelungirilor este de 2 reprize a 5 minute cu o pauza de 1 minut intre cele 2 reprize.  
Daca rezultatul este din nou egal la sfarsitul primei prelungiri se va juca inca o prelungire, dupa o pauza de 5 minute.  
Aceasta prelungire este tot de 2 reprize a 5 minute fiecare, cu o pauza de 1 minut intre cele 2 reprize.  
Daca rezultatul este tot nedecis, castigatorul trebuie stabilit in conformitate cu regulile stipulate in regulamentul competitiei respective. In cazul in care decizia este de a folosi departajarea prin aruncari de la 7m, ca modalitate de tie-break (stabilire rapida a invingatorului), vor fi respectate procedurile de mai jos.

**Comentariu:**  
In cazul in care aruncarea de la 7 metri este folosita ca modalitate de tie-break (stabilire rapida a unui castigator), atunci la aceste aruncari pot participa jucatorii care nu sunt eliminati, descalificati sau eliminati definitiv, la sfarsitul timpului de joc. Fiecare echipa nominalizeaza 5 jucatori. Acesti jucatori executa cate o aruncare alternativ cu jucatorii echipei adverse. Echipele nu sunt obligate sa anunte ordinea in care jucatorii desemnati executa aruncarile. Portarii pot fi nominalizati printre executanti. Jucatorii pot participa atat ca aruncatori, cat si ca portari.  
Arbitrii decid poarta la care se vor executa aruncarile. Prin tragere la sorti se va stabili echipa care va arunca prima sau ultima. Ordinea se inverseaza la seria a doua de aruncari, daca rezultatul este tot nedecis, dupa prima serie de cinci aruncari si aruncarile trebuie sa continue.  
Pentru a doua serie de aruncari, fiecare echipa va nominaliza din nou 5 jucatori. Toti sau doar cativa dintre  jucatorii nominalizati pot fi  aceiasi cu cei din prima serie. Nominalizarea a 5 jucatori va continua atata timp cat este necesar. Castigatoare va fi declarata  echipa care realizeaza o diferenta de un gol, dupa acelasi numar de aruncari cu echipa adversa.  
Jucatorii pot fi descalificati, si nu mai pot executa alte aruncari de la 7 metri, in caz de comportare nesportiva repetata sau comportare nesportiva grosolana (16:13). In cazul in care aceasta descalificare priveste un jucator care a fost nominalizat dar nu a executat inca aruncarea, echipa in cauza trebuie sa nominalizeze un alt jucator pentru a executa aruncarea.

**Semnalul de sfarsit de joc**  
**2:3**Timpul de joc incepe o data cu fluierul arbitrului pentru aruncarea de incepere. Timpul de joc se sfarseste o data cu semnalul automat, dat de cronometrul tabelei de marcaj sau de cronometror. Daca un astfel de semnal nu este dat, arbitrul fluiera pentru a arata ca timpul de joc s-a terminat (17:9).  
**Comentariu:**  
Daca nu exista tabela de marcaj cu cronometru cu semnal automat de final, cronometrorul va folosi un ceas de masa, sau un cronometru, si va semnaliza sfarsitul jocului cu un semnal de final (18:2, paragraful 2).  
  
**2:4** Abaterile si comportarile nesportive petrecute inainte sau simultan cu semnalul de sfarsit (al primei reprize sau al jocului, deasemenea in prelungiri) trebuiesc sanctionate chiar daca aruncarea libera rezultata (conform regulii 13 :1) sau aruncarea de la 7 m nu poate fi executata pana la semnalul de sfarsit de joc.  
Similar, aruncarea trebuie repetata, daca semnalul de final (de repriza sau de joc, deasemenea in prelungiri) se aude exact in momentul in care aruncarea libera sau de la 7m este in curs de executare sau mingea este deja in aer.  
In ambele cazuri, arbitrii vor semnaliza sfarsitul jocului, numai dupa ce aruncarea libera sau de la 7m a fost executata (sau reexecutata) si rezultatul a fost stabilit.

**2:5**Pentru aruncarile libere executate (sau reexecutate) conform Regulii 2:4, se vor aplica restrictii speciale, in ceea ce priveste pozitia jucatorilor si inlocuirea lor. Ca o exceptie de la schimbarea normala de jucatori din Regula 4:4, numai echipa care va executa aruncarea  are dreptul sa inlocuiasca un singur jucator. Nerespectarea acestei prevederi, va fi penalizata conform Regulii 4:5, paragraful 1.  
In plus, toti jucatorii echipei care executa aruncarea trebuie sa fie pozitionati la cel putin 3 metri de locul de executie al aruncarii si in afara liniei de aruncare libera a adversarilor (13:7, 15:6; vezi deasemenea Explicatia 1).  
Pozitionarea jucatorilor din aparare este stabilita de Regula 13:8.  
  
**2:6**Jucatorii si oficialii echipelor trebuie sanctionati personal pentru abaterile sau comportarile nesportive comise in timpul executarii unei aruncari libere sau de la 7 metri, in circumstantele descrise la Regula 2:4-5. O abatere comisa in timpul unei astfel de executari nu poate determina totusi o aruncare libera in directia opusa.

**2:7**Daca arbitrii constata ca, cronometrorul a semnalizat prea devreme sfarsitul jocului (al primei reprize sau al jocului, si in prelungiri), ei trebuie sa retina jucatorii pe teren pentru a se juca timpul de joc ramas.  
Echipa care a fost in posesia mingii cand s-a auzit semnalul prematur de sfarsit al jocului va ramane in posesia mingii, atunci cand jocul va fi reluat. Daca mingea nu a fost in joc, jocul se va relua cu o aruncare corespunzatoare acelei situatii. Daca mingea a fost in joc, jocul se reia cu o aruncare libera conform Regulii 13:4a-b. Daca prima repriza a jocului (sau a prelungirilor) se incheie prea tarziu, a doua repriza a jocului (sau a prelungirilor) trebuie scurtata corespunzator. Daca a doua repriza a jocului (sau a prelungirilor) se termina prea tarziu, atunci arbitrii nu mai pot schimba nimic.

**Time-Out**  
**2:8**Se acorda obligatoriu Time-out cand:  
a) se dicteaza o eliminare de 2 minute, o descalificare sau o eliminare  
definitiva;  
b) se acorda un time-out de echipa;  
c) se aude fluierul cronometrorului sau al Delegatului Tehnic;  
d) sunt consultari intre arbitrii in conformitate cu Regula 17:7.  
Time-out se acorda in mod normal si in alte situatii, in functie de circumstante (vezi Explicatia Nr. 2).  
Abaterile comise in timpul unui time-out au aceleasi consecinte ca cele comise in timpul de joc (16:13, paragraful 1).

**2:9**In principiu, arbitrii decid momentul intreruperii jocului si reluarea lui, in raport cu time-out-ul. Intreruperea timpului de joc trebuie indicata cronometrorului prin trei sunete scurte ale fluierului si prin Semnalizarea Nr. 16.  
In cazul unei intreruperi obligatorii a jocului prin time-out dictat de catre cronometror sau delegat (2:8b-c), cronometrorul este obligat sa opreasca imediat cronometrul, fara a astepta confirmarea arbitrilor.  
Dupa time-out jocul se reia intotdeauna cu fluierul arbitrului (15:5b).

***Comentariu:***  
*Un semnal sonor dat de cronometror-delegat opreste efectiv jocul. Chiar daca arbitrii (sau jucatorii) nu realizeaza imediat ca jocul este intrerupt, orice actiune desfasurata dupa semnalul de intrerupere dat de la masa, este anulata. Aceasta inseamna ca marcarea unui gol, dupa semnalul de la masa va fi anulat. La fel, daca se acorda o aruncare (7m, aruncare libera, aruncare de incepere, aruncare de repunere sau o aruncare de la poarta), aceasta va fi anulata. Jocul va fi reluat din situatia in care se afla la momentul intreruperii lui, de catre decizia cronometrorului sau delegatului. (Trebuie sa se retina ca decizia tipica pentru o astfel de interventie este in cazul  time-out-ului de echipa sau a schimbarii gresite).*  
*Totusi, orice sanctiune disciplinara data de catre arbitri, in timpul scurs intre fluierul de la masa si momentul opririi jocului de catre arbitri, va fi valabila. Aceasta se va aplica indiferent de modul de incalcare al regulamentului si de severitatea sanctiunii.*

**2:10**Fiecare echipa are dreptul sa beneficieze de un time-out de echipa de 1 minut in fiecare repriza a timpului normal de joc, dar nu in prelungiri (Explicatia Nr. 3).

**Regula 3.  Mingea**

**3:1**Mingea este confectionata din piele sau material sintetic. Mingea trebuie sa fie sferica. Suprafata mingii nu trebuie sa fie stralucitoare sau alunecoasa (17:3).

**3:2**Dimensiunile (circumferinta si greutatea) mingilor folosite la diferitele categorii de echipe sunt urmatoarele:  
-     58-60 cm si 425-475 g (Marimea IHF 3) pentru echipele masculine si tineret masculin (peste 16 ani);  
-     54-56 cm si 325-375 g (Marimea IHF 2) pentru echipele feminine, tineret feminin (peste 14 ani) si tineret masculin (12 – 16 ani);  
-     50-52 cm si 290-330 g (Marimea IHF 1) pentru tineret feminin (8 – 14 ani) si tineret masculin (8 – 12 ani).

**Comentariu:**  
Cerintele tehnice pentru mingile ce trebuie folosite in toate jocurile internationale oficiale sunt cuprinse in IHF Ball Regulations (Regulile IHF pentru minge).  
Marimea si greutatea mingilor folosite pentru Mini-Handball nu sunt reglementate de regulamentul de joc.

**3:3**La fiecare joc, trebuie sa fie disponibile minimum 2 mingii. Mingea de rezerva trebuie sa fie disponibila la masa cronometrorului in timpul jocului. Mingile trebuie sa indeplineasca cerintele mentionate la Regulile 3:1-2.

**3:4**Arbitrii decid cand sa foloseasca mingea de rezerva. In astfel de cazuri, arbitrii trebuie sa puna in joc, imediat, mingea de rezerva pentru a reduce intreruperile si a evita time-out.

**Regula 4.  Echipa, Schimbarile de jucatori, Echipamentul**

**Echipa**  
**4:1**O echipa este formata din pana la 14 jucatori.  
Pe terenul de joc nu este permis sa se gaseasca mai mult de 7 jucatori dintr-o echipa in acelasi timp. Ceilalti jucatori (jucatorii ramasi) sunt jucatori de rezerva.  
In orice moment al jocului, echipa trebuie sa aiba unul dintre jucatorii de pe teren desemnat ca portar. Un jucator care este recunoscut ca portar poate deveni jucator de camp in orice moment. In mod similar, un jucator de camp poate deveni portar in orice moment (vezi, totusi, Regulile 4:4 si 4:7).  
La inceputul jocului o echipa trebuie sa aiba pe terenul de joc cel putin 5 jucatori. Numarul jucatorilor unei echipe poate creste pana la 14 oricand in timpul jocului, inclusiv al prelungirilor.  
Jocul poate continua, chiar daca o echipa isi reduce efectivul la mai putin de 5 jucatori pe teren. Arbitrii trebuie sa hotarasca cand jocul trebuie intrerupt definitiv (17:12).

**4:2**Intimpul jocului o echipa poate avea maximum 4 oficiali de echipa. Acesti oficiali de echipa nu pot fi inlocuiti in timpul jocului. Unul dintre oficiali trebuie desemnat ca “responsabil oficial de echipa.” Numai acest oficial are permisiunea sa se adreseze cronometrorului / scorerului si posibil arbitrilor (vezi, totusi, Explicatia nr. 3: “Time-out de echipa”).  
In general unui oficial de echipa nu i se permite sa intre pe teren in timpul jocului. Incalcarea acestei reguli trebuie sanctionata ca o comportare nesportiva (vezi Regulile 8:4, 16:1c, 16:3d si16:6a). Jocul este reluat cu aruncare libera pentru adversari (13:1a-b; vezi, totusi, Explicatia Nr. 9).  
Responsabilul oficial de echipa trebuie sa se asigure ca, odata inceput jocul, nici o alta persoana, in afara oficialilor inregistrati (maximum 4) si a jucatorilor cu drept de participare la joc (vezi 4;3) nu este prezenta in spatiul de schimb. Nerespectarea acestei reguli va duce la sanctionarea progresiva a responasabilului oficial de echipa (16:1c, 16:3d, si 16:6a).

**4 :3** Un jucator sau un oficial de echipa are drept de participare la joc daca este prezent la inceputul jocului si este inscris in raportul de joc. Jucatorii si oficialii care ajung la teren dupa inceperea jocului trebuie sa obtina dreptul de participare la joc de la cronometror / scorer si trebuie inscrisi in raportul de joc.  
Un jucator cu drept de participare la joc poate, in principiu, sa intre pe teren, peste propria linie de schimb, in orice moment (vezi, totusi, Regulile 4 :4 si 4 :6).  
Responsabilul oficial de echipa, trebuie sa se asigure ca doar jucatorii cu drept de participare la joc intra in teren. Nerespectarea acestei reguli va fi sanctionata cu comportare nesportiva a Responsabilului oficial de echipa (13 :1a-b, 16 :1c, 16 :3d si 16:6a; vezi Explicatia nr. 9).

***Schimbarile (Inlocuirea) jucatorilor***  
**4:4** Jucatorii de rezerva pot intra in joc, in orice moment si repetat, (vezi totusi Regula 4:5), fara a anunta cronometrorul / scorerul, imediat ce jucatorii pe care ii inlocuiesc au parasit terenul (4;5).  
Jucatorii vor parasi terenul de joc si vor intra pe terenul de joc peste propria linie de schimb (4:5). Aceste cerinte se aplica si la inlocuirea portarilor (vezi deasemenea 4:7 si 14:10).  
Regulile de schimbare a jucatorilor se aplica si in timpul unui “time-out” (exceptie in timpul unui “time-out de echipa”).  
**Comentariu:**  
Scopul conceptului de “linie de schimb” este de a asigura o schimbare de jucatori corecta si ordonata. Conceptul nu este folosit ca motiv de sanctionare in alte situatii, in care jucatorul face un pas in afara liniei laterale sau de poarta, fara intentia de a-si crea un avantaj prin aceasta (ex.: sa ia apa sau un prosop de pe banca, chiar dincolo de linia de schimb, sau sa paraseasca terenul intr-o maniera sportiva, cand a primit o eliminare si traverseaza linia de margine spre propria banca chiar dincolo de linia de 15 cm). Folosirea neregulamentara si tactica a zonei din afara terenului este  este stipulata separat in Regula 7:10.

**4:5**O schimbare gresita trebuie penalizata cu o eliminare de 2minute pentru jucatorul vinovat. Daca pentru schimbarea gresita sunt vinovati mai multi jucatori ai aceleiasi echipe in aceeasi situatie, numai primul jucator care a comis abaterea trebuie penalizat.  
Jocul se reia cu o aruncare libera pentru echipa adversa (13:1a-b; vezi, totusi, Explicatia Nr. 9).

**4:6**Daca un jucator suplimentar intra pe teren, fara a face o schimbare, sau daca un jucator de rezerva intervine neregulamentar in joc din spatiul de schimb, acesta trebuie eliminat pe timp de 2 minute. De aceea efectivul echipei trebuie redus cu un jucator din teren pentru urmatoarele 2 minute (in afara de faptul ca jucatorul suplimentar trebuie sa paraseasca terenul de joc).  
Daca un jucator eliminat pe 2 minute intra pe teren, in timpul celor 2 minute de eliminare, trebuie sanctionat cu o noua eliminare de 2 minute. Aceasta eliminare trebuie sa inceapa imediat, astfel ca efectivul echipei trebuie redus cu inca un jucator pentru diferenta de timp, ramasa neefectuata, de la prima eliminare.  
In ambele cazuri jocul se reia cu aruncare libera pentru echipa adversa (13:1a-b; vezi, totusi, Explicatia Nr. 9).

**Echipamentul**  
**4:7** Toti jucatorii de camp ai unei echipe trebuie sa poarte echipament uniform. Combinatiile de culori si designul echipamentului celor 2 echipe trebuie sa fie clar diferit.  
Toti jucatorii folositi de o echipa ca portari vor avea obligatoriu aceiasi culoare a echipamentului, dar diferita de a jucatorilor de camp ai ambelor echipe si a portarilor echipei adverse (17:3).

**4:8**Jucatorii trebuie sa poarte pe echipament numere de minimum 20 cm inaltime pe spatele tricoului si de minimum 10 cm pe fata tricoului. Numerele folosite trebuie sa fie de la 1 la 20. Un jucator care este folosit ca portar si jucator de camp va avea obligatoriu acelasi numar in ambele situatii.

Culoarea numerelor trebuie sa contrasteze clar cu culoarea si designul tricoului.

**4:9**Jucatorii trebuie sa poarte pantofi de sport.  
Nu se permite purtarea obiectelor care pot fi periculoase pentru jucatori. Acestea includ, de exemplu, casti de protectie pentru cap, masti pentru fata, bratari, ceasuri, inele, piercing-uri vizibile, medalioane sau lantisoare, cercei, ochelari fara banda de siguranta sau cu rama solida, sau orice alte obiecte care pot fi periculoase (17:3). Inelele plate, cerceii mici si piercieng-uri vizibile, sunt permise numai acoperite si numai in conditiile in care nu creaza pericol pentru ceilalti jucatori. Benzile pentru cap se permit atata timp cat sunt confectionate din materiale elastice moi.  
Jucatorii care nu respecta aceste cerinte nu vor putea lua parte la joc pana cand nu au corectat neregularitatile.

**4:10**Daca un jucator sangereaza sau are sange pe corp sau echipament, acesta trebuie sa paraseasca voluntar si imediat terenul (printr-o inlocuire normala de jucator), pentru a i se opri sangerarea, a i se acoperi rana si a i se curata corpul si echipamentul. Jucatorul nu trebuie sa revina pe teren pana nu a rezolvat problemele de mai sus.  
Un jucator care nu urmeaza instructiunile arbitrilor in legatura cu acest aspect este considerat vinovat de comportare nesportiva (8:4, 16:1c si 16:3c).

**4:11** In cazul unei accidentari, arbitrii pot permite (prin Semnalizarile Nr.16 si 17), pentru 2 dintre persoanele care au drept de participare la joc (vezi 4:3) sa intre pe teren in timpul “time-out”-ului, cu scopul strict de a ajuta jucatorul accidentat din propria echipa.  
Daca dupa intrarea in teren a celor 2 persoane, mai intra altele, acestea vor fi sanctionate ca intrate neregulamentar in teren, in cazul unui jucator conform Regulilor 4:6 si 16:3a, si in cazul unui oficial, conform  Regulilor 4:2, 16:1c, 16:3d si 16:6a. O persoana careia I s-a permis sa  intre pe teren, si care in loc sa ajute jucatorul accidentat, da indicatii propriilor jucatori, se apropie de jucatorii adversi sau arbitri, etc., va fi considerata vinovata de comportare nesportiva (16:1c, 16:3c-d si 16:6a).

**Regula 5.  Portarul**

Portarul ***are dreptul***:  
**5:1**Sa atinga mingea cu orice parte a corpului, in timpul actiunii de aparare, in interiorul spatiului de poarta;

**5:2**Sa se deplaseze cu mingea, in spatiul de poarta, fara sa se supuna restrictiilor aplicate jucatorilor de camp (Regulile 7:2-4, 7:7); portarul nu are totusi dreptul sa intarzie executarea aruncarii de la poarta (Regulile 6:4-5, 12:2 si 15:5b);

**5:3**Sa paraseasca spatiul de poarta, fara minge si sa participe la joc in campul de joc; cand procedeaza astfel, portarul trebuie sa respecte regulile care se aplica jucatorilor de camp, in campul de joc**.**  
Se considera ca portarul a parasit spatiul de poarta, imediat ce orice parte a corpului sau atinge podeaua, in afara spatiului de poarta;

**5:4**Sa paraseasca spatiul de poarta cu mingea si sa o joace in continuare in campul de joc, daca nu a avut mingea sub control.

Portarul ***nu are dreptul***:  
**5:5**Sa puna in pericol adversarul in timpul actiunii de aparare (8:2, 8:5);

**5:6**Sa paraseasca spatiul de poarta avand mingea sub control; aceasta conduce la aruncare libera (conform 6:1,13:1a si 15:7, paragraful 3) daca arbitrul a fluierat executarea aruncarii de la poarta; in celelalte situatii se acorda simpla repetare a aruncarii de la poarta (15:7, paragraful 2); vezi  totusi, interpretarea avantajului la Regula 15:7, daca portarul a pierdut mingea in afara suprafetei de poarta, dupa ce a depasit linia de poarta cu mingea sub control.

**5:7**Sa atinga mingea care sta sau se rostogoleste pe sol, in afara spatiului de poarta, atunci cand el se gaseste in spatiul de poarta (6:1, 13:1a);

**5:8**Sa aduca mingea in spatiu de poarta, cand aceasta sta sau se rostogoleste pe sol, in campul de joc (6:1, 13:1a);  
**5:9**Sa revina in spatiul de poarta, cu mingea sub control (6:1, 13:1a);

**5:10**Sa atinga, cu laba piciorului sau cu orice parte a piciorului de la genunchi in jos, in spatiul de poarta, mingea care sta sau se rostogoleste pe sol in directia campului de joc (13:1a);

**5:11**Sa depaseasca linia de limitare a portarului (linia de la 4 metri) sau  
prelungirea ei imaginara, in ambele parti, inainte ca mingea sa paraseasca mana adversarului care executa aruncarea de la 7 metri (14:9).

**Comentariu:**  
Atata timp cat portarul tine un picior pe sol, pe sau in spatele liniei de limitare (linia de 4 metri), are voie sa depaseasca, in aer, linia, cu celalalt picior sau cu orice parte a corpului.

**Regula 6.  Spatiul de poarta**

**6:1**In spatiul de poarta are dreptul sa intre numai portarul (vezi, totusi, 6:3).  
Se considera ca un jucator a patruns in spatiul de poarta, atunci cand atinge spatiul de poarta, inclusiv linia spatiului de poarta, cu orice parte a corpului.

**6:2**Daca un jucator de camp patrunde in spatiul de poarta, deciziile vor fi:  
a)   aruncare de la poarta, cand un jucator al echipei aflate in atac, intra in spatiul de poarta cu mingea sub control sau intra fara minge, dar isi creaza prin aceasta un avantaj (12:1);  
b)   aruncare libera, cand un jucator al echipei aflate in aparare intra in spatiul de poarta si isi creaza un avantaj prin aceasta, dar nu impiedica o sansa clara de gol (13:1b; vezi, totusi, 5:1);  
c)   aruncare de la 7 metri, cand un jucator al echipei aflate in aparare, intra in spatiul de poarta si astfel impiedica o sansa clara de gol (14:1a).  
  
**6:3**Patrunderea in spatiul de poarta nu se sanctioneaza cand:  
a)   un jucator intra in spatiul de poarta dupa ce a jucat mingea atata timp cat acest lucru nu creaza un dezavantaj pentru adversari;  
b)   un jucator intra in spatiul de poarta  fara minge si nu castiga un avantaj din aceasta;

**6:4**Mingea este considerata “afara din joc” cand portarul o are sub control, in spatiul de poarta (12:1). Mingea trebuie repusa in joc printr-o aruncare de la poarta (12:2).

**6:5***Daca mingea sta sau se rostogoleste pe sol, in spatiul de poarta, se considera a fi in posesia echipei portarului (vezi, totusi,  situatiile speciale de la 6:7b-d). Portarul executa o aruncare de la poarta, conform Regulilor 6:4 si 12:1. Inainte de a fi ridicata de catre portar, mingea se considera “in joc” dar nu trebuie sa fie atinsa de nici un jucator de camp al ambelor echipe. O incalcare a acestei reguli de catre un coechipier al portarului, determina o aruncare libera pentru adversari (13:1a). Incalcarea acestei reguli de catre un jucator al echipei adverse portarului, determina o aruncare de la poarta (12:1). Este permisa atingerea mingii aflate in aer in spatiul de poarta.*  
  
**6:6**Jocul continua (prin aruncare de la poarta, conform regulii 6:4-5) daca un jucator al echipei aflate in aparare atinge mingea in timpul actiunii de aparare si mingea este prinsa de portar sau se opreste in spatiul de poarta.

**6:7**Daca un jucator joaca mingea spre propriul spatiu de poarta, deciziile vor fi dupa cum urmeaza:  
a)   gol, daca mingea intra in poarta;  
b)   aruncare libera, daca mingea se opreste in spatiul de poarta, sau daca portarul atinge mingea si aceasta nu intra in poarta (13:1a-b);  
c)   aruncare de la margine, daca mingea trece peste linia de poarta, in afara portii (11:1);  
d)   jocul continua, daca mingea traverseaza spatiul de poarta si ajunge inapoi in campul de joc, fara a fi atinsa de portar.

**6:8**O minge care revine din spatiul de poarta in campul de joc, ramane in joc.

**Regula 7.  Jucarea mingii, Jocul pasiv**

Jucarea mingii

***Se permite***:  
**7:1**aruncarea, prinderea, oprirea, impingerea sau lovirea mingii, prin folosirea mainilor (deschise sau inchise), bratelor, capului, toracelui, coapselor si genunchilor;

**7:2**tinerea mingii pentru maximum 3 secunde, chiar cand jucatorul este intins pe sol (13:1a);

**7:3**sa se faca maximum 3 pasi cu mingea (13:1a); un pas se considera facut cand:  
a)   un jucator care sta cu ambele picioare pe sol, ridica un picior si-l pune inapoi pe sol, sau misca un picior dintr-un loc in altul;  
b)   un jucator atinge solul numai cu un picior, prinde mingea si atinge solul cu celalalt picior;  
c)   un jucator, dupa o saritura, atinge solul numai cu un picior, apoi sare pe acelasi picior sau atinge solul cu celalalt picior;  
d)   un jucator, dupa un salt, atinge solul simultan cu ambele picioare, si apoi ridica un picior si-l pune inapoi pe sol sau misca un picior dintr-un loc in altul.

**Comentariu:**  
Se considera ca s-a facut un singur pas, daca un picior este mutat dintr-un loc in altul, iar celalalt picior este tarat langa primul picior.

**7:4**in timp ce se sta pe loc sau se alearga:  
a)   sa  bata mingea o data si sa se prinda din nou cu o mana sau cu amandoua;  
b)   sa bata mingea repetat cu o mana (dribling), si apoi sa o prinda sau sa o ridice cu o mana sau cu amandoua;  
c) sa rostogoleasca mingea pe podea, in mod repetat, cu o mana, si apoi sa o prinda sau sa o ridice cu o mana sau cu ambele.  
Imediat ce mingea a fost jucata astfel si este tinuta intr-o mana sau cu amandoua aceasta trebuie jucata in timp de maximum 3 secunde sau dupa nu mai mult de 3 pasi (13:1a).  
Driblingul se considera inceput cand jucatorul atinge mingea cu orice parte a corpului si o dirijeaza spre podea.  
Dupa ce mingea atinge un alt jucator sau poarta, jucatorul are voie s-o atinga sau s-o dribleze si s-o prinda din nou (vezi totusi 14:6).

**7:5**sa se treaca mingea dintr-o mana in cealalta**.**

**7:6**sa joace mingea in genunchi, sezand sau intins pe podea; aceasta inseamna ca se poate executa o aruncare (de ex. o aruncare libera) dintr-o astfel de pozitie, daca se respecta Regula 15:1, incluzand cerinta ca jucatorul sa aiba o parte a unui picior (a labei piciorului) in contact cu suprafata de joc.

***Nu se permite***sa:  
**7:7**se atinga mingea mai mult decat o singura data, daca aceasta nu a atins intre timp podeaua, alt jucator, sau poarta (13:1a), dupa ce mingea a fost sub control; totusi, atingerea mingii de mai multe ori nu se penalizeaza, daca jucatorul o “balbaie” sau o scapa de sub control in incercarea de a o prinde sau a o opri.  
**7:8**se atinga mingea cu orice parte a piciorului de la genunchi in jos, cu exceptia cazului cand mingea a fost aruncata in jucator de catre un adversar (13:1a-b);

**7:9** Jocul continua daca mingea atinge arbitrul pe terenul de joc.

**7:10**Daca un jucator aflat in posesia mingii, paraseste cu unul sau cu ambele picioare terenul de joc (chiar daca mingea este in suprafata de joc), cu intentia de a ocoli un adversar, se va acorda aruncare libera pentru echipa adversa (13:1a).  
Daca un jucator al echipei aflate in posesia mingii se pozitioneaza in afara terenului de joc fara minge, arbitrii vor indica jucatorului ca trebuie sa intre in teren. Daca jucatorul nu se conformeaza sau actiunea se repeta de aceeasi echipa se va acorda aruncare libera pentru echipa adversa (13:1a), fara alta avertizare. Aceste actiuni nu vor fi insotite de sanctiuni disciplinare conform Regulilor 8 si 16.

**Jocul pasiv**  
**7:11**Nu este permis sa se tina mingea in posesia echipei fara a efectua o actiune evidenta de a ataca sau a arunca la poarta .  
Similar, nu este permis sa se intarzie repetat executarea aruncarilor de incepere, libere, de la margine, sau de la poarta, pentru propria echipa (vezi Explicatia 4) Acest lucru este privit ca joc pasiv care trebuie penalizat cu aruncare libera impotriva echipei care se afla in posesia mingii, daca aceasta tendinta nu dispare (13:1a).  
Aruncarea libera se executa din locul in care se afla mingea, cand jocul a fost intrerupt.

**7:12**Cand se recunoaste o tendinta de joc pasiv, trebuie aratat semnalul de preavertizare (Semnalizarea Nr. 18). Acest lucru da posibilitatea echipei aflata in posesia mingii sa schimbe modul de atac, pentru a evita pierderea posesiei mingii. Daca modul de atac nu se schimba dupa semnalul de preavertizare, sau nu se arunca la poarta, atunci se dicteaza aruncare libera impotriva echipei aflate in posesia mingii (vezi Explicatia Nr. 4).  
In anumite situatii arbitrul poate acorda aruncare libera impotriva echipei aflate in posesia mingii fara nici o presemnalizare, de exemplu cand un jucator intentionat nu foloseste o sansa clara de gol.

**Regula 8.  Faulturile si Comportarea nesportiva**

***Se permite***:  
**8:1**a)    sa se foloseasca bratele sau mainile pentru a bloca sau a castiga posesia mingii;  
b)    sa se foloseasca mana (palma) deschisa, din orice directie, pentru a indeparta mingea de adversar;  
c)    sa se foloseasca corpul pentru a bloca un adversar, chiar daca acesta nu este in posesia mingii;  
d)    sa aiba contact corporal cu un adversar, cand il intampina, cu bratele indoite, si sa mentina acest contact pentru a controla si urmari adversarul.

***Nu se permite***:  
**8:2**a)    sa se smulga sau sa se loveasca mingea care se gaseste in mainile unui adversar;  
b)    sa se blocheze sau se sa impinga un adversar cu bratele, mainile sau picioarele;  
c)    sa se impiedice sau sa tina (de corp sau echipament), sa se impinga, sa fuga sau sa sara intr-un adversar;  
d)    sa se puna in pericol un adversar (cu sau fara minge).

**8:3**Nerespectarea regulii 8.2, poate sa apara in timpul luptei pentru minge; totusi, nerespectarea acestei reguli, trebuie sanctionata progresiv, atunci cand actiunea este in principal sau exclusiv **indreptata impotriva adversarului si nu a mingii. Aceasta inseama ca pe linga o aruncare libera** sau o aruncare de la 7 metri este deasemenea nevoie si de o sanctiune disciplinara, incepand cu avertisment (16:1b), urmata decresterea severitatii sanctiunilor,cum ar fi eliminarile (16:3b) si descalificarile (16:6f).  
(Comportarile nesportive trebuie deasemenea sanctionate progresiv, conform 16:1c, 16:3c si 16:6f).  
Cum s-a aratat la regula 16:3 Comentariu, arbitrii au dreptul sa determine ca o anumita nerespectare a regulamentului impune o eliminare directa de 2 minute, chiar daca jucatorul nu a fost avertizat in prealabil.

**8:4**Manifestarile fizice sau verbale care sunt incompatibile cu spiritul sportiv sunt considerate ca fiind comportari nesportive. (De exemplu, vezi Explicatia Nr.5). Aceasta se aplica atat jucatorilor cat si oficialilor de echipa, pe sau in afara terenului de joc.  
Sanctionarea progresiva se aplica deasemenea in caz de comportare nesportiva (16:1c, 16:3c-d si 16:6a).

**8:5**Un jucator care pune in pericol sanatatea unui adversar atunci cand il ataca**,** va fi descalificat (16:6b), in special daca:  
a)   loveste sau trage inapoi, din lateral sau din spate, bratul de aruncare al jucatorului care este in curs de a arunca sau a pasa mingea;  
b)   face orice actiune din care rezulta lovirea adversarului la cap sau la gat;  
c)   intentionat loveste corpul unui adversar cu piciorul sau genunchiul sau in orice alt mod; aceasta include si piedica;  
d)   impinge un adversar care alearga sau sare, sau il ataca in asa fel incat adversarul isi pierde controlul corporal; aceasta se aplica si cand portarul isi paraseste spatiul de poarta in timpul unui contraatac al adversarilor;  
e)   loveste un aparator in cap executand o aruncare libera direct la poarta, daca aparatorul nu s-a miscat; sau similar, loveste portarul in cap la o aruncare de la 7 metri, daca portarul nu s-a miscat.

**Comentariu:**  
Chiar un fault cu un foarte mic impact fizic, poate fi foarte periculos si sa aiba potential consecinte foarte grave, daca momentul faultului este cand adversarul este lipsit de aparare sau luat pe nepregatite. Riscul jucatorului atacat trebuie sa conduca spre apropierea de o decizie de descalificare si nu aprecierea contactului corporal ca minor.

**8:6**Comportarea nesportiva grosolana a unui jucator sau oficial de echipa, pe sau in afara terenului de joc, (vezi Explicatia Nr. 6), va fi sanctionata cu descalificare (16:6c).

**8:7**Un jucator vinovat de violenta in timpul de joc va fi eliminat definitiv (16:9-11). Violenta in afara timpului de joc (vezi 16:13) determina descalificarea (16:6d; 16:14b). Un oficial vinovat de violenta va fi descalificat (16:6e).

***Comentariu*:**  
Violenta este, in spiritul acestei reguli, definita ca un atac in forta si deliberat impotriva corpului unei alte persoane (jucator, arbitru, cronometror / scorer, oficiali de echipa, delegat, spectator etc.)  
Cu alte cuvinte, nu este o actiune simpla, reflexa sau un rezultat al unor procedee neglijente si excesive. Scuiparea unei alte persoane este in mod specific considerata ca violenta.

**8:8**Incalcarea regulilor 8:2-7 determina o aruncare de la 7 metri pentru adversari (14:1), daca incalcarea a produs, direct sau indirect, intreruperea unei sanse clare de gol pentru adversari.  
In celelalte cazuri incalcarea determina o aruncare libera pentru adversari (vezi Regulile 13:1a-b, dar vezi si 13:2 si 13:3).

**Regula 9.  Marcarea unui gol**

**9:1**Un gol este marcat cand intreaga circumferinta a mingii a trecut intreaga latime a liniei de poarta (vezi Figura 4), daca nu s-a produs nici o abatere de catre aruncator sau coechipieri inainte sau in timpul aruncarii. Arbitrul de poarta confirma cu 2 semnale scurte din fluier si cu Semnalizarea Nr. 12 ca golul a fost marcat.  
Un gol trebuie acordat chiar daca s-a produs o abatere de la regulament de catre aparatori, dar totusi mingea intra in poarta.  
Un gol nu poate fi acordat, daca unul dintre arbitrii sau cronometrorul a intrerupt jocul inainte ca mingea sa intre in poarta.  
Un gol trebuie acordat adversarilor daca un jucator inscrie un gol in proprie poarta, in afara cazului in care un portar executa aruncarea de la poarta (12:2, paragraful 2).

**Comentariu:**  
Un gol va fi acordat, daca mingea este impiedicata sa intre in poarta de cineva sau ceva care nu participa la joc (spectatori etc.), si arbitrii sunt convinsi ca mingea, fara interventia respectiva, ar fi intrat in poarta.

**9:2**Un gol acordat nu mai poate fi anulat dupa fluierul pentru executarea aruncarii de incepere, dupa gol (vezi totusi Regula 2:9 Comentariu).  
Arbitrii trebuie sa arate clar (fara aruncare de incepere) ca ei au acordat golul, daca semnalul de sfarsit al unei reprize suna imediat ce golul a fost inscris si inainte ca aruncarea de incepere sa poata fi executata.

**Comentariu:**  
Un gol trebuie trecut pe tabela de marcaj imediat ce a fost acordat de arbitrii.

**9:3**Echipa care a marcat mai multe goluri decat adversarul este castigatoare. Un joc este egal daca amandoua echipele au marcat acelasi numar de goluri sau nu s-au marcat goluri deloc (vezi Regula 2:2).

**Figura 4:**Marcarea unui gol

**Regula 10.  Aruncarea de incepere**

**10:1**La inceputul jocului, aruncarea de incepere a jocului se executa de catre echipa care a castigat la aruncarea monedei si a ales sa aibe mingea in posesie. Adversarii au atunci dreptul sa-si aleaga terenul.  
Alternativ, daca echipa care a castigat la aruncarea monedei alege terenul, atunci adversarii executa aruncarea de incepere.  
Echipele schimba terenurile in a doua repriza. Aruncarea de incepere in cea de-a doua repriza va fi executata de catre echipa care nu a executat aceasta aruncare in prima repriza.  
Pentru fiecare dintre prelungiri se procedeaza din nou la alegeri (aruncarea monedei) si toate cele mentionate la Regula 10:1 se aplica si pentru prelungiri.

**10:2**Dupa inscrierea unui gol, jocul se reia cu o aruncare de incepere executata de catre echipa care a primit golul (vezi, totusi, Regula 9:2, paragraful 2).

**10:3**Aruncarea de incepere se executa in orice directie, de la centrul terenului (cu o toleranta laterala de aproximativ 1,5 metri). Aruncarea este precedata de un semnal sonor dat prin fluier, si trebuie executata in timp de 3 secunde (13:1a, 15:7 paragraful 3). Jucatorul care executa aruncarea de incepere trebuie sa se pozitioneze cu cel putin un picior pe linia de centru, iar celalalt picior pe linie sau inapoia liniei (15:6), si sa ramana in aceasta pozitie pana cand mingea a parasit mana sa (13:1a, 15:7 paragraful 3) (vezi deasemenea Explicatia 7).  
Coechipierii sai nu au voie sa treaca linia de centru inaintea semnalului fluierului (15:6).

**10:4**Pentru aruncarea de incepere de la inceputul fiecarei reprize (inclusiv al prelungirilor), toti jucatorii trebuie sa se gaseasca in propria jumatate de teren.  
Totusi, pentru aruncarea de incepere de dupa marcarea unui gol, adversarii celui care executa aruncarea de incepere pot fi in ambele jumatati de teren.  
In ambele cazuri, adversarii trebuie sa fie la cel putin 3 metri de executantul aruncarii (15:4, 15:9, Explicatia 5:2b).

**Regula 11.  Aruncarea de la margine**

**11:1**O aruncare de la margine se acorda cand mingea a trecut in totalitate linia de margine, sau cand un jucator de camp al echipei in aparare a fost ultimul care a atins mingea inainte ca aceasta sa iasa in afara terenului peste linia exterioara a propriei porti. Se acorda deasemenea cand mingea atinge tavanul sau alt obiect aflat deasupra terenului de joc.

**11:2**Aruncarea de la margine se executa fara semnalul prin fluier dat de arbitrii (vezi, totusi, 15:5b), de catre adversarii echipei al carui jucator a atins ultimul mingea, inaintea iesirii acesteia din teren sau inainte ca  mingea sa atinga tavanul sau alt obiect aflat deasupra terenului de joc.

**11:3**Aruncarea de la margine se executa din locul de unde mingea a traversat linia de margine sau daca mingea a iesit peste linia exterioara a portii, de la intersectia liniei de margine cu linia exterioara a portii de aceeasi parte. Pentru aruncare de la margine dupa ce mingea a atins tavanul sau alt obiect aflat deasupra terenului de joc, aruncarea de la margine se va executa de la cel mai apropiat punct al liniei de margine fata de punctul unde mingea a atins tavanul sau un alt obiect aflat deasupra terenului de joc.

**11:4** Executantul trebuie sa tina piciorul pe linia de margine (15:6) si sa ramana in pozitie corecta pana cand mingea i-a parasit mana (15:7 paragrafele 2 si 3, 13:1a). Nu este limitata pozitionarea celuilalt picior.

**11:5**In timpul executarii aruncarii de la margine adversarii nu se pot apropia la mai putin de 3 metri de executant (15:4, 15:9, Explicatia 5:2b).  
Totusi adversarii au dreptul sa stea imediat in afara liniei propriului spatiu de poarta, chiar daca distanta dintre ei si executant este mai mica de 3 metri.

**Regula 12.  Aruncarea de la poarta**

**12:1** Aruncarea de la poarta se acorda cand:  
(i)                   un jucator al echipei adverse patrunde in suprafata de poarta nerespectand Regula 6:2a;  
(ii)                 portarul are mingea sub control in suprafata de poarta (6:4-5);  
(iii)                un jucator al echipei adverse atinge mingea care sta sau se rostogoleste pe podea in suprafata de poarta (6:5)  
sau  
(iv)                cand mingea trece peste linia exterioara a portii, dupa ce a fost atinsa ultima data de catre portar sau un jucator advers.  
Aceasta inseamna ca in toate situatiile de mai sus mingea este considerata afara din joc, si jocul se va relua cu o aruncare de la poarta (13:3) daca apare o neregularitate dupa ce aruncarea de la poarta a fost acordata si inainte de executia ei.

**12:2**Aruncarea de la poarta se executa de catre portar, fara fluierul arbitrului (vezi, totusi, 15:5b), din spatiul de poarta peste linia spatiului de poarta.  
Aruncarea de la poarta se considera executata cand mingea aruncata de catre portar traverseaza complet linia spatiului de poarta.  
Jucatorii celeilalte echipe pot sta imediat in afara liniei spatiului de poarta, dar nu au voie sa atinga mingea, pana ce aceasta nu trece complet de linia spatiului de poarta (15:4, 15:9, Explicatia 5:2b).

**Regula 13.  Aruncarea libera**

**Decizia de aruncare libera**  
**13:1**In principiu, arbitrii intrerup jocul si il reiau cu o aruncare libera pentru adversari cand:  
a)    echipa in posesia mingii a comis o abatere de la regulament, care conduce la pierderea posesiei mingii (vezi Regulile 4:2-3, 4:5-6, 5:6-10, 6:5, 6:7b, 7:2-4, 7:7-8, 7:10, 7:11, 8:8, 10:3, 11:4, 13:7, 14:4-7, 15:7 paragraful 3 si 15:8).  
b)    echipa adversa comite o abatere care determina pierderea posesiei mingii de catre echipa in posesia mingii (vezi Regulile 4:2-3, 4:5-6, 5:5, 6:2b, 6:7b, 7:8, 8:8).

**13:2**Arbitri trebuie sa permita continuarea jocului, abtinandu-se de a intrerupe jocul prematur pentru o decizie de aruncare libera.  
Aceasta inseamna ca in conformitate cu Regula 13:1a, arbitri nu trebuie sa decida o aruncare libera daca echipa in aparare castiga posesia mingii imediat dupa o abatere comisa de echipa in atac.  
Similar, conform Regulii 13:1b, arbitri nu trebuie sa intervina pana cand nu este clar ca echipa in atac a pierdut posesia mingii sau este in imposibilitate de a continua atacul datorita unei abateri comise de echipa in aparare.  
Daca trebuie acordata o sanctiune disciplinara personala datorita abaterii comise, arbitri pot decide intreruperea imediata a jocului, daca aceasta nu provoaca un dezavantaj echipei care nu a comis abaterea. In caz contrar sanctiunea disciplinara trebuie amanata pana cand situatia existenta a trecut.  
Regula 13:2 nu se aplica in caz de abateri de la regulile 4:2-3 sau 4:5-6, cand jocul va fi intrerupt imediat, in mod normal prin interventia cronometrorului.

**13:3**Daca o abatere care in mod normal se sanctioneaza cu aruncare libera, conform Regulii 13:1a-b are loc cand mingea nu este in joc, jocul se va relua cu o aruncare corespunzatoare cauzei care a dus la intreruperea sa.

**13:4**Suplimentar fata de situatiile indicate la Regula 13:1a-b, o aruncare libera se va acorda si pentru reluarea jocului in anumite situatii cand jocul este intrerupt (exemplu, cand mingea este in joc), chiar daca nu s-a petrecut nici o abatere de la regulamentul de joc:  
a)   echipa care a fost in posesia mingii atunci cand s-a produs intreruperea, va ramane in posesia mingii;  
b)   daca nici o echipa nu a fost in posesia mingii, atunci echipa care a fost ultima in posesia mingii va fi in posesia mingii;  
Legea avantajului conform 13:2 nu se aplica in situatiile mentionate la Regula 13:4.

**13:5**Daca se acorda o aruncare libera impotriva echipei aflate in posesia mingii, jucatorul care are mingea in momentul in care fluiera arbitrul, trebuie sa lase mingea sa cada sau sa o puna pe sol, in locul in care se gaseste (16:3e).

**Executarea aruncarilor libere**  
**13:6**Aruncarea libera se executa, in mod normal, fara semnalul sonor al fluierului arbitrului (vezi, totusi, 15:5b) si, in principiu, din locul in care s-a comis abaterea.  
Urmatoarele situatii sunt exceptii de la regula:  
- In situatia descrisa la regulile 13:4 a-b, aruncarea libera se executa, dupa ce arbitrul a fluierat, in principiu, din locul unde s-a gasit mingea in momentul intreruperii.  
Daca un arbitru sau delegatul tehnic (de la IHF sau al federatiei continentale / nationale) intrerupe jocul din cauza unei abateri a unui jucator sau oficial al echipei din aparare, si aceasta are ca rezultat o atentionare verbala sau o sanctiune personala, atunci aruncarea libera trebuie executata din locul in care s-a gasit mingea cand jocul a fost intrerupt, daca este mai avantajos pentru echipa care executa aruncarea decat locul in care s-a produs abaterea.  
Aceeasi exceptie, ca in paragraful anterior, se aplica si daca cronometrorul intrerupe jocul datorita unei abateri conform regulilor 4:2-3 sau 4:5-6.  
Asa cum se indica in regula 7:10, aruncarea libera generata de jocul pasiv se executa din locul in care s-a gasit mingea in momentul in care jocul a fost intrerupt.  
In contradictie cu principiile de baza si procedurile mentionate in paragrafele anterioare, o aruncare libera nu se poate executa niciodata din interiorul propriului spatiului de poarta sau din spatiul delimitat de linia spatiului de poarta si linia de aruncare libera a adversarului.  
In orice situatie in care trebuie executata o aruncare libera din locurile mentionate, locul executarii aruncarii trebuie mutat in cel mai apropiat loc aflat imediat in afara zonei interzise.

**Comentariu:**  
Daca locul exact din care trebuie executata aruncarea libera, este la linia de aruncare libera a echipei in aparare, executarea aruncarii trebuie sa se faca exact din locul comiterii abaterii. Totusi, cu cat locul abaterilor este mai departe de linia de aruncare libera a echipei in aparare, cu atat toleranta pentru locul din care se executa aruncarea libera este mai mare. Aceasta toleranta creste pana la 3 metri, in cazul aruncarii libere executate de la limita propriului spatiu de poarta.  
Toleranta explicata nu se aplica in cazul incalcarii Regulii 13:5, daca aceasta incalcare este sanctionata in conformitate cu Explicatia 5:3a. In astfel de cazuri, executia aruncarii trebuie facuta de la locul abaterii.

**13:7** Jucatorii echipei care urmeaza sa execute aruncarea  nu trebuie sa atinga sau sa depaseasca linia de aruncare libera a echipei adverse, inainte de executarea aruncarii. Vezi deasemenea restrictiile speciale din Regula 2:5.  
Arbitri trebuie sa corecteze pozitia atacantilor care se gasesc intre linia spatiului de poarta si linia de aruncare libera inaintea executarii aruncarii libere, daca pozitia incorecta are influenta asupra jocului (15:3, 15:6).  
Aruncarea libera, in acest caz, trebuie executata dupa ce arbitrul fluiera  
(15:5b). Aceeasi procedura se aplica (Regula 15:7 paragraful 2) daca jucatorii echipei in atac patrund in suprafata restrictionata in timpul executiei aruncarii libere (inainte ca mingea sa paraseasca mana aruncatorului), daca executia aruncarii nu a fost precedata de fluierul arbitrului.  
In cazul in care executia aruncarii a fost autorizata cu fluier, daca jucatorii echipei in atac ating sau depasesc linia de aruncare libera, inainte ca mingea sa paraseasca mana executantului, se va acorda o aruncare libera echipei in aparare (13:1a, 15: 7 paragraful 3).

**13:8**In timpul executarii unei aruncari libere, adversarii trebuie sa ramana la o distanta de cel putin 3 metri de executantul aruncarii. Ei au voie, totusi, sa stea la limita exterioara a liniei propriului spatiu de poarta daca aruncarea libera se executa de la linia de aruncare libera. Incercarea de impiedicare a executiei aruncarii libere se penalizeaza conform Regulii 15:9 si Explicatiei 5:2b.

**Regula 14.  Aruncarea de la 7 metri**

**Acordarea aruncarii de la 7 metri**  
**14:1**O aruncare de la 7 metri se acorda cand:  
a)   se intrerupe neregulamentar o sansa clara de gol, in orice loc pe terenul de joc, de catre un jucator sau oficial al echipei adverse;  
b)   se aude un fluierat neautorizat in momentul unei sanse clare de gol;  
c)   o sansa clara de gol a fost intrerupta de catre cineva care nu participa la joc, de ex. un spectator care intra in teren, sau oprirea jucatorului printr-un fluier (exceptie cand se aplica Comentariul de la Regula 9 :1) Prin analogie aceasta regula se aplica si in caz de forta majora, cum ar fi intreruperea curentului electric, jocul fiind intrerupt exact intr-o situatie clara de a marca .  
Pentru definitia unei “sanse clare de gol” vezi Explicatia Nr.8.

**14:2**Daca jucatorul in atac ramane in deplin control al corpului si al mingii, chiar daca s-a produs o abatere mentionata la 14:1a, nu exista nici un motiv sa se acorde o aruncare de la 7 metri, chiar daca jucatorul nu fructifica sansa clara de gol.  
Oridecateori o decizie de aruncare de la 7 metri apare ca posibila, arbitri  trebuie sa se abtina sa intervina pana cand pot aprecia clar, daca aruncarea de la 7 metri este cu adevarat necesara si justificata. Daca atacantul reuseste sa marcheze un gol, cu toata abaterea savarsita de catre aparator, este clar ca nu mai este  necesar sa se acorde o aruncare de la 7 metri. Daca insa devine evident ca jucatorul a pierdut cu adevarat controlul mingii sau al corpului, din cauza abaterii savarsite de catre aparator, si sansa clara de gol nu mai exista, atunci trebuie acordata aruncarea de la 7 metri.

**14:3**In momentul acordarii unei aruncari de la 7 metri, arbitri pot acorda time-out, dar numai daca este o intarziere importanta a jocului, de ex. datorita inlocuirii portarului sau aruncatorului si decizia de time-out va fi luata in acord cu principiile si criteriile Explicatiei 2.

**Executarea aruncarii de la 7 metri**  
**14:4**Aruncarea de la 7 metri trebuie executata ca o aruncare spre poarta, in timp de 3 secunde dupa semnalul prin fluier al arbitrului (13:1a, 15:7 paragraful 3).

**14:5**Jucatorul care executa aruncarea de la 7 metri trebuie sa se pozitioneze in spatele liniei de 7 metri dar nu mai departe de un metru de aceasta (15:1, 15:6). Dupa fluierul arbitrului, aruncatorul trebuie sa nu   atinga sau sa depaseasca linia de 7 metri, inainte ca mingea sa paraseasca mana sa (13.1a, 15:7 paragraful 3).

**14:6**Dupa executarea aruncarii, mingea nu poate fi atinsa din nou de catre executant sau coechipierii acestuia decat daca a atins adversarii sau barele portii (13.1a, 15:7 paragraful 3).

**14:7**In timpul executarii aruncarii de la 7 metri, coechipierii executantului trebuie sa ramana in afara liniei de aruncare libera, pana cand mingea a parasit mana executantului (15:3, 15:6). Daca nu procedeaza in acest fel se va acorda o aruncare libera impotriva echipei care trebuia sa execute aruncarea de la 7 metri (13.1a, 15:7 paragraful 3).

**14:8**In timpul executarii aruncarii de la 7 metri, adversarii executantului trebuie sa ramana in afara liniei de aruncare libera, si la cel putin 3 metri de linia de 7 metri, pana cand mingea a parasit mana executantului. Daca nu procedeaza in acest fel se va repeta aruncarea de la 7 metri, daca nu a fost marcat un gol, dar nu se va acorda nici un fel de sanctiune disciplinara.

**14:9**Aruncarea de la 7 metri, va fi repetata, daca portarul a depasit linia de limitare de la 4 metri (1:7, 5:11), inainte ca mingea sa paraseasca mana executantului aruncarii si daca nu s-a marcat un gol. Deasemeni, nu se va acorda nici un fel de sanctiune disciplinara impotriva portarului.

**14:10**Nu este permisa schimbarea portarului cand executantul aruncarii de la 7 metri este pregatit si se afla in pozitie corecta, cu mingea in mana. Orice incercare de efectuare a schimbarii, in aceasta situatie trebuie sanctionata ca o comportare nesportiva (8:4, 16:1c si 16:3c).

**Regula 15.  Instructiuni generale pentru executarea aruncarilor**  
**(Aruncarea de incepere, Aruncarea de la margine, Aruncarea de la poarta, Aruncarea libera, si Aruncarea de la 7 metri)**

**Executantul**  
**15:1**Inaintea executarii unei aruncari, jucatorul trebuie sa se pozitioneze corect pentru efectuarea acesteia. Mingea trebuie sa fie in mana jucatorului (15:6).  
In timpul executiei, cu exceptia aruncarii de la poarta, jucatorul trebuie sa aiba o parte a piciorului in contact cu solul, pana cand mingea paraseste mana acestuia. Celalalt picior poate fi ridicat si asezat pe sol in mod repetat. (Vezi Regula 7:6). Jucatorul trebuie sa mentina pozitia corecta pana cand aruncarea a fost executata (15:7 paragrafele 2 si 3).

**15:2**O aruncare este considerata executata cand mingea paraseste mana jucatorului (vezi 12:2).  
Jucatorul care a executat aruncarea nu are voie sa atinga mingea, daca aceasta nu a fost atinsa de un alt jucator sau de barele portii (15:7, 15:8) Vezi deasemenea restrictiile suplimentare de la regula 14:6.  
Un gol poate fi inscris direct din orice fel de aruncare, exceptie facand golul marcat dintr-o aruncare de la poarta in propria poarta (ex. daca portarul scapa mingea aflata sub control in propria poarta).

**Coechipierii executantului**  
**15:3**Coechipierii executantului aruncarii trebuie sa ocupe pozitiile regulamentare pentru respectiva aruncare (15:6).  
Jucatorii trebuie sa ramana in pozitia corecta pana cand mingea a parasit mana executantului, exceptie fiind Regula 10:3 paragraful 2. Mingea nu trebuie sa fie atinsa de un coechipier sau inmanata unui coechipier in timpul executiei (15:7 paragraful 2 si 3).

**Jucatorii echipei in aparare**  
**15:4**Jucatorii echipei din aparare, trebuie sa ocupe, pozitiile corecte si sa le mentina pana cand mingea paraseste mana executantului (15:9).  
Pozitia incorecta a aparatorilor, la executarea aruncarii de incepere, de la margine sau libere, nu trebuie sa fie neaparat corectata de catre arbitri, daca atacantii nu sunt dezavantajati executand aruncarea imediat. Daca exista un dezavantaj, atunci pozitia trebuie corectata.

**Semnalul cu fluier de reluare a jocului**  
**15:5**Arbitrul trebuie sa foloseasca fluierul pentru reluarea jocului:  
a) intodeauna in cazul aruncarii de incepere (10:3) si la aruncarile de la 7m (14:4);  
b) in cazul aruncarii de la margine, aruncarii de la poarta sau a  
aruncarii libere:  
- pentru reluarea jocului dupa time-out;  
- pentru reluarea jocului cu aruncare libera conform Regulii  
13:4;  
- cand se intarzie executarea aruncarii;  
- dupa corectarea pozitiei jucatorilor;  
- dupa o avertizare verbala sau avertisment.

Arbitrul trebuie sa judece si sa simta jocul, iar pentru o mai buna clarificare, sa foloseasca fluierul, pentru reluarea jocului, si in alte situatii.  
In principiu, arbitri nu vor da semnalul prin fluier de reluare a jocului, pana cand nu sunt respectate cerintele de pozitionare a jucatorilor, conform 15:1, 15:3, si 15:4. (Vezi totusi si 13:7 paragraful 2 si 15:4 paragraful 2). In situatia in care un arbitru da semnalul prin fluier de reluare a jocului, chiar daca unul sau mai multi jucatori nu sunt corect pozitionati, atunci acestia au libertatea de a interveni in joc.  
Dupa semnalul prin fluier de reluare  a jocului, executantul aruncarii, trebuie sa joace mingea in maximum 3 secunde.

**Sanctiuni**  
**15:6**Abaterile de la regulament, comise de catre executant sau de catre coechipierii acestuia, inainte de executarea aruncarii, determina corectarea situatiei (vezi totusi 13:7 paragraful 2) (de ex. a pozitionarii sau a atingerii mingiei de catre coechipieri).

**15:7**Consecintele nerespectarii de catre executant sau coechipieri a prevederilor regulamentare (15:1-3),  in timpul executarii unei aruncari, depind in principal daca executarea aruncarii  a fost precedata de fluierul arbitrului pentru reluarea jocului.  
In principiu, orice incalcare a regulilor in timpul executarii aruncarii, care n-a fost precedata de fluierul de reluare, presupune corectarea si executarea aruncarii dupa fluier. Totusi, conceptul de avantaj, conform 13:2 se va aplica si in aceste situatii. Daca echipa executantului aruncarii pierde imediat posesia mingii, dupa o executie in conditii neregulamentare, aruncarea se considera efectuata si jocul continua.  
In principiu, orice nerespectare a regulamentului in timpul executarii unei aruncari dupa fluier, trebuie sanctionata. Aceasta se aplica, de exemplu, daca executantul efectueaza aruncarea din saritura, tine mingea mai mult de 3 secunde, sau isi modifica pozitia inainte ca mingea sa paraseasca mana sa. Se aplica si daca coechipierii executantului se deplaseaza in pozitii neregulamentare dupa fluier, dar inainte ca mingea sa paraseasca mana executantului (10:3 paragraful 2). In asemenea cazuri, aruncarea initiala se anuleaza si adversarii vor beneficia de o aruncare libera (13:1a) din locul in care a avut loc abaterea (vezi, totusi, Regula 2:6). Avantajul sub Regula 13:2 trebuie aplicat, de ex. si in cazul in care echipa executantului aruncarii, pierde imediat mingea inainte ca arbitri sa aiba ocazia de a interveni iar jocul poate continua.

**15:8**In principiu, orice incalcare a regulamentului, legata de executarea aruncarii  si urmand imediat acesteia trebuie sanctionata. Acest lucru se refera la nerespectarea Regulii 15:2 paragraful 2, de ex. executantul aruncarii atinge mingea a doua oara, inainte ca aceasta sa atinga un alt jucator sau barele portii. Este situatia care ia forma driblingului, a reprinderii mingiei aflate in aer, sau ridicarea ei de pe sol, dupa ce a fost pusa sau scapata pe sol. Aceasta situatie se va sanctiona cu aruncare libera pentru adversari. Ca si in cazul 15:7 paragraful 3, se va aplica legea avantajului.

**15.9**Cu exceptia Regulilor 14:8, 14:9, 15:4 paragraful 2 si 15:5 paragraful 3, aparatorii care intervin la executarea unei aruncari de catre adversari, spre exemplu nu ocupa pozitii regulamentare sau ulterior se muta in pozitii neregulamentare, vor fi sanctionati. Aceasta se aplica indiferent daca abaterea de la regulament se petrece inainte sau in timpul executarii aruncarii (inainte ca mingea sa fi parasit mana executantului). Se aplica fie daca aruncarea a fost precedata de fluierul de reluare a jocului sau nu. Explicatia 5:2b se aplica impreuna cu Regulile 16:1c si 16:3c. O aruncare ce a fost influentata negativ de catre aparatori, in principiu va fi repetata.

**Regula 16.  Sanctiunile disciplinare**

**Avertismentul**  
**16:1**Un *avertismen*t **poate** fi acordat pentru:  
a)   faulturi si abateri similare impotriva unui adversar (5:5 si 8:2), care nu intra sub incidenta “sanctionarii progresive” in Regula 8:3;

Un *avertismen*t **trebuie** acordat pentru:  
b)   faulturi care trebuie sanctionate progresiv (8:3);  
c)   comportare nesportiva a unui jucator sau oficial de echipa (8:4, Explicatia 5:1-2).

**Comentariu:**  
Un jucator nu poate primi decat un avertisment, iar o echipa nu trebuie sa primeasca mai mult de 3 avertismente; ulterior, sanctiunea trebuie sa fie cel putin eliminare de 2 minute;  
Un jucator care a fost deja sanctionat cu eliminare de 2 minute nu poate primi apoi un avertisment.  
Oficialii unei echipe nu pot primi mai mult de un avertisment.

**16:2**Arbitrul va indica avertismentul jucatorului sau oficialului sanctionat si cronometrorului / scorerului prin ridicarea cartonasului galben. (Semnalizarea Nr. 13).

**Eliminarea**  
**16:3**O eliminare (2 minute) ***trebuie***acordata pentru:  
a)   o schimbare gresita, daca un jucator suplimentar intra in teren sau daca un jucator intervine neregulamentar in joc din spatiul de schimb (4:5-6);  
b)   faulturi repetate din categoria celor care trebuie sanctionate progresiv (vezi 8:3; 16:1 Comentariu);  
c)   comportari nesportive repetate ale unui jucator pe sau in afara terenului de joc (vezi 8:4; 16:1 comentariu);  
d)   comportare nesportiva a oricarui oficial al unei echipe, dupa ce oricare oficial al aceleiasi echipe a primit un avertisment conform Regulii 8:4 si 16:1c; vezi Regula 16:1 comentariu;  
e)   comportare nesportiva de asa maniera incat se acorda eliminare de 2 minute la fiecare ocazie (8:4, Explicatia 5:3); vezi Regula 16:3 comentariu;  
f)    ca o consecinta a descalificarii unui jucator sau oficial de echipa (16:8 paragraful 2; vezi totusi 16:14b);  
g)   comportare nesportiva a unui jucator, inainte ca jocul sa fie reluat, dupa ce tocmai a fost sanctionat cu o eliminare de 2 minute (16:12a).

**Comentariu:**  
Este indicat in punctele b), c) si d), ca eliminarea in aceste cazuri  sa fie acordata, in general, pentru faulturi repetate sau comportari nesportive. Totusi, arbitri au dreptul sa stabileasca daca o anumita abatere necesita o eliminare imediata, chiar daca anterior jucatorul respectiv nu a fost avertizat, iar echipa nu primise inca 3 avertismente.  
In mod similar, un oficial de echipa poate primi o eliminare chiar daca nici un oficial al echipei respective nu primise un avertisment. Nu este posibil ca oficialii unei echipe sa primeasca mai mult de o eliminare de 2 minute in total .  
Cand s-a acordat o eliminare de 2 minute unui oficial de echipa conform regulii 16:3d, oficialului ii este permis sa ramana in zona de schimb a echipei sale si sa-si indeplineasca sarcinile in continuare; totusi, numarul jucatorilor din teren al echipei sale se va reduce cu unul pentru 2 minute.

**16:4**Dupa ce a acordat time-out, arbitrul va indica clar eliminarea jucatorului sau oficialului vinovat si cronometrorului / scorerului prin semnalizarea cu mana ridicata si cu doua degete intinse (Semnalizarea Nr. 14).

**16:5**O eliminare se acorda totdeauna pentru 2 minute de joc; a treia eliminare pentru acelasi jucator conduce totdeauna la  
descalificare (16:6f).  
Jucatorul eliminat nu are dreptul sa participe la joc in timpul eliminarii sale iar echipa nu are dreptul sa-l inlocuiasca pe teren.  
Timpul de eliminare incepe cu semnalul prin fluier de reluare a jocului.  
Daca o eliminare de 2 minute nu se efectueaza complet in prima repriza, diferenta de timp ramasa neefectuata se va efectua in repriza a doua. Aceeasi regula se aplica si in cazul timpului regulamentar de joc si al prelungirilor. O eliminare ramasa incomplet efectuata la sfarsitul prelungirilor determina ca jucatorul in cauza sa nu poata participa la tie-break, cum ar fi executarea aruncarilor de departajare, de la 7 metri, conform Comentariului de la Regula 2:2.

**Descalificarea**  
**16:6**O descalificare **trebuie** acordata pentru:  
a)   comportare nesportiva a unui oficial de echipa dupa ce in prealabil au fost sanctionati cu avertisment si o eliminare de 2 minute conform Regulilor 8:4, 16:1c si 16:3d;  
b)   faulturi care pun in pericol sanatatea adversarilor (8:5);  
c)   comportari nesportive grosolane ale unui jucator sau oficial de echipa pe sau in afara terenului de joc (8:6, explicatia nr.6), si in cazuri de comportare nesportiva semnificativa sau repetata, in timpul aruncarilor de departajare de la 7 metri (2:2 comentariu si 16:13,);  
d)   o violenta a unui jucator inainte de joc sau in timpul procedurii de tie-break (al aruncarilor de departajare de la 7 metri) (2:2 comentariu, 8:7 si 16:14b);  
e)   o violenta a unui oficial de echipa (8:7);  
f)    a treia eliminare a aceluiasi jucator (16:5).

**16:7**Dupa ce a acordat time-out, arbitrul va indica clar descalificarea jucatorului sau oficialului vinovat si cronometrorului / scorerului prin ridicarea cartonasului rosu (Semnalizarea Nr. 13).

**16:8**O descalificare a unui jucator sau oficial de echipa se face intotdeauna pentru timpul de joc ramas de jucat. Jucatorul sau oficialul trebuie sa paraseasca imediat terenul si spatiul de schimb. Dupa plecare jucatorul sau oficialul nu are voie sa aibe nici un fel de contact cu echipa.  
Descalificarea unui jucator sau a unui oficial de echipa, pe sau in afara terenului, in timpul de joc, atrage totdeauna o eliminare de 2 minute pentru echipa sa. Aceasta inseamna ca numarul jucatorilor de pe teren se va reduce cu unul (16:3f). Reducerea numarului de jucatori pe terenul de joc va dura 4 minute, daca jucatorul a fost descalificat in conditiile mentionate la Regula 16:12b-d.  
O descalificare reduce numarul jucatorilor sau oficialilor, care sunt disponibili la echipa (exceptie ca la 16:14b). Echipa are totusi dreptul sa creasca numarul de jucatori pe teren dupa expirarea timpului de eliminare de 2 minute.  
O descalificare se acorda, in principiu, numai pentru timpul ramas de jucat in jocul in care este acordata. Este privita ca o decizie a arbitrilor bazata pe observarea de catre ei a faptelor. Nu va exista nici o consecinta ulterioara jocului a descalificarii, cu exceptia cazului unei descalificari generata de o violenta (16:6d-e), sau a unei comportari nesportive grosolana a unui jucator sau oficial de echipa (16:6c) intrat in categoria a) d) sau g) in Explicatia Nr. 6. Aceste descalificari vor fi explicate in raportul de joc (17:10).

**Eliminarea definitiva**  
**16:9**O eliminare definitiva **trebuie**acordata:  
cand un jucator este vinovat de o violenta (asa cum este definita in Regula 8:7) in timpul jocului (vezi Regula 16:13, paragraful 1 si Regula 2:6), pe, sau in afara terenului de joc.

**16:10**Dupa ce a acordat time-out, arbitrul va indica clar eliminarea definitiva jucatorului vinovat si cronometrorului / scorerului prin incrucisarea bratelor deasupra capului (Semnalizarea Nr. 15).

**16:11**O eliminare definitiva se dicteaza intotdeauna pentru tot timpul ramas de jucat si echipa trebuie sa continue sa joace cu un jucator mai putin pe teren. Daca un jucator care a fost eliminat definitiv, a fost eliminat pentru 2 minute (sau abia a primit eliminarea) sau a produs o reducere cu 2 min. a echipei, conform Regulii 16:12, atunci o astfel de eliminare sau reducere se va cumula in eliminarea definitiva. Aceasta inseamna ca singura reducere numerica a echipei va fi data doar de eliminarea definitiva.  
Jucatorul eliminat definitiv nu trebuie inlocuit si trebuie imediat sa paraseasca terenul si zona de schimb. Dupa plecare, jucatorul nu are voie sa aibe nici un contact cu echipa. O eliminare definitiva trebuie explicata de catre arbitrii in raportul de joc, autoritatilor interesate (17:10).

**Mai multe abateri in aceeasi situatie**  
**16:12**Daca un jucator sau un oficial al unei echipe se face vinovat de mai multe abateri comise simultan sau imediat consecutive, inainte ca jocul sa fie  reluat, si aceste abateri necesita sanctiuni diferite, atunci, in principiu, se va dicta numai sanctiunea cea mai severa. Acesta este intotdeaunacazul in care una dintre abateri este violenta.  
Sunt, totusi, urmatoarele exceptii specifice, cand in toate cazurile, echipa trebuie sa-si reduca efectivul de pe teren pentru 4 minute:

**Eliminare**:  
a)   daca un jucator care a fost sanctionat cu o eliminare de 2 minute se face vinovat de o comportare nesportiva inainte ca jocul sa fie reluat, atunci jucatorul este sanctionat cu o eliminare suplimentara de 2 minute (16:3g); “Daca eliminarea aditionala (suplimentara)  este a treia pentru jucatorul respectiv, atunci acesta va fi descalificat”;  
b)   daca un jucator care tocmai a fost descalificat (direct sau pentru a treia eliminare temporara) se face vinovat de o comportare nesportiva, inainte de reluarea jocului, atunci echipa este sanctionata cu o pedeapsa suplimentara, astfel ca reducerea efectivului va fi pentru 4 minute (16:8, paragraful 2);  
c)   daca un jucator care tocmai a fost sanctionat cu eliminare pe timp de 2 minute se face vinovat de o comportare nesportiva grosolana, inainte de reluarea jocului, acesta va fi descalificat (16:6c); aceste sanctiuni combinate conduc la o reducere a efectivului pe timp de 4 minute (16:8, paragraful 2);  
d)   daca un jucator care tocmai a fost descalificat (direct sau datorita celei de-a treia eliminari temporare) se face vinovat de o comportare nesportiva grosolana, inainte de reluarea jocului, echipa sa va primi o noua sanctiune, astfel incat reducerea va fi pentru 4 minute (16:8, paragraful 2).

**16:13**Situatiile descrise in Regulile 16:1, 16:3, 16:6 si 16:9 se refera, in general la abateri savarsite in timpul de joc. In spiritul acestor reguli “timpul de joc” include si prelungirile si “time-out”, toate pauzele si intreruperile si, in cazul regulii 16:6, deasemenea orice modalitati de “tie-break” (cum ar fi departajarea prin aruncari de la 7m).  
In timpul acestor proceduri de “tie-break”, arbitrii pot decide, ca sanctiunile legate de timp sunt lipsite de importanta, iar orice caz de comportare nesportiva semnificativa sau repetata trebuie sa conduca la descalificarea de la participarea la astfel de proceduri (2:2 Comentariu)

**Abateri in afara timpului de joc**  
**16:14**Comportarile nesportive, comportarile nesportive grosolane sau violenta din partea unui jucator sau oficial in locul unde se joaca un meci, dar in afara terenului de joc, se sanctioneaza astfel:

**Inainte de joc:**  
a)   avertisment in caz de comportare nesportiva (16:1c);  
b)   descalificarea sportivului sau oficialului vinovat in caz de comportari nesportive  repetate sau grosolane sau violenta, dar echipa are dreptul sa inceapa jocul cu 14 jucatori si 4 oficiali; Regula 16:8 paragraful 2 se aplica numai pentru abateri de la regulament in timpul jocului; respectiv, descalificarea nu va atrage si o eliminare de 2 min.  
Aceste sanctiuni pentru abateri inainte de joc, pot fi acordate in orice moment al jocului, oricand o persoana vinovata este identificata ca participand la joc iar acest lucru nu a putut fi stabilit la momentul incidentului.  
  
**Dupa joc:**  
c) raport scris.

**Regula 17.  Arbitrii**

**17:1**Doi arbitrii, cu drepturi egale, vor fi responsabili pentru fiecare meci. Ei vor fi asistati de un cronometror si un scorer.

**17:2**Arbitrii supravegheaza comportamentul jucatorilor si a oficialilor de echipa, din momentul intrarii acestora in incinta de desfasurare a jocului si pana la parasirea ei.

**17:3**Inaintea jocului, arbitrii sunt responsabili de inspectia terenului de joc, a portilor si a mingilor de joc; arbitrii decid mingea de joc (Regulile 1 si 3.1).  
Arbitrii supravegheaza ca cele doua echipe sa fie in echipament de joc corespunzator. Ei verifica raportul de joc si echipamentul jucatorilor. Ei se asigura ca in spatiul de schimb numarul jucatorilor si al oficialilor este in limitele regulamentului si stabilesc prezenta si identitatea “responsabilului oficial al echipei”, pentru fiecare echipa. Orice neconcordante trebuie corectate (4.1-2 si 4.7-9).

**17:4**Efectuarea alegerii cu moneda (10:1) se face de catre unul dintre arbitrii, in prezenta celuilalt si a responsabilului oficial al echipei, pentru fiecare echipa, sau a unui oficial de echipa sau jucator care participa in numele responsabilului oficial al echipei.

**17:5**In principiu, tot jocul va fi arbitrat de aceeasi arbitri. Este responsabilitatea lor sa se asigure ca jocul se desfasoara in conformitate cu regulamentul de joc si ei trebuie sa sanctioneze orice abatere de la regulament (vezi, totusi, Regulile 13:2 si 14:2).  
Daca unul dintre arbitrii nu poate termina jocul, celalalt arbitru va continua sa arbitreze singur. (Pentru competitiile IHF si Continentale, aceasta situatie se trateaza in conformitate cu regulamentele competitiilor respective).

**17:6**Daca amandoi arbitrii fluiera o abatere si sunt de acord cu echipa care trebuie sanctionata, dar au opinii diferite in legatura cu severitatea sanctiunii, se va aplica sanctiunea cea mai severa.

**17:7**Daca amandoi arbitrii fluiera pentru a sanctiona o abatere, sau mingea a parasit terenul, si cei doi arbitrii au pareri diferite in ceea  ce priveste echipa care trebuie sa se afle in posesia mingii, atunci trebuie sa se aplice decizia comuna a arbitrilor, la care ajung dupa consultari.  
Daca nu pot ajunge la o decizie comuna, va prevala opinia arbitrului de centru.  
Un time-out este obligatoriu in acest caz.  
Dupa consultari intre arbitrii, ei semnalizeaza clar ce au hotarat si jocul se reia cu fluierul arbitrului (2:8d, 15:5).

**17:8**Amandoi arbitrii sunt responsabili pentru notarea scorului. Arbitrii noteaza deasemenea avertismentele, eliminarile, descalificarile si eliminarile definitive.

**17:9**Amandoi arbitrii sunt responsabili pentru controlul timpului de joc. Daca exista indoieli asupra corectitudinii timpului de joc, arbitrii vor ajunge la o decizie comuna (vezi deasemenea Regula 2:3).

**17:10**Arbitrii sunt responsabili pentru completarea corecta a raportului de joc, dupa joc. Eliminarile (16.11) si descalificarile de felul celor indicate la regula 16:8, paragraful 4, trebuie explicate in raportul de joc.

**17:11**Deciziile luate de arbitrii pe baza observarii faptelor de catre ei sau a judecatii lor **sunt finale**.  
Se poate face apel numai impotriva deciziilor care nu sunt in conformitate cu regulamentul.  
In timpul jocului, numai “responsabilul oficial de echipa“ are dreptul sa se adreseze arbitrilor.

**17:12**Arbitrii au dreptul sa suspende temporar sau permanent un joc.  
Trebuie facute toate eforturile pentru continuarea jocului, inainte de a lua decizia de a suspenda permanent un joc.

**17:13**Echipamentul negru este destinat initial arbitrilor.

**Regula 18.  Cronometrorul si Scorerul**

**18:1**In principiu, cronometrorul are ca responsabilitate principala timpul de joc, “time-out”-urile si timpul de eliminare al jucatorilor eliminati.  
Scorerul are ca responsabilitate principala listele echipelor, raportul de joc, intrarea jucatorilor care ajung dupa inceperea jocului si intrarea jucatorilor fara drept de participare la joc.  
Alte sarcini, cum ar fi controlul numarului de jucatori si oficiali de echipa in spatiul de schimb, intrarea si iesirea jucatorilor de schimb sunt considerateresponsabilitati comune.  
In principiu numai cronometrorul (si atunci cand este aplicabil, un delegat tehnic al federatiei responsabile) trebuie sa intrerupa jocul, atunci cand este necesar.  
Vezi deasemenea Explicatia Nr. 9 cu privire la procedurile corecte pentru interventia cronometrorului / scorerului cand isi indeplinesc responsabilitatile mentionate.

**18:2**Daca nu exista tabela de marcaj cu cronometru, atunci cronometrorul trebuie sa informeze “responsabilul oficial de echipa” al fiecarei echipe despre cat timp s-a jucat sau cat timp a mai ramas de jucat, in special dupa “time-out”-uri.  
Daca nu exista tabela de marcaj cu cronometru cu semnal automat de sfarsit de joc, cronometrorul isi asuma responsabilitatea pentru a da semnalul de sfarsit la fiecare repriza (vezi Regula 2.3).  
Daca tabela de marcaj nu poate afisa si timpii de eliminare (cel putin trei pentru fiecare echipa, in timpul jocurilor IHF), cronometrorul va afisa la masa cronometrorului timpul de expirare pentru fiecare eliminare, impreuna cu numarul jucatorului eliminat.

Prezentul regulament a fost tradus, adaptat si paginat dupa versiunea in limba engleza

Codul semnalizarilor

Atunci cand se acorda o aruncare o aruncare libera sau o aruncare de la margine, atunci arbitrii trebuie sa indice **imediat**directia in care trebuie sase execute aruncarea (semnalizarile 7 sau 9). Ulterior, atunci cand este aplicabil, se vor indica celelalte semnalizari necesare obligatorii, pentru a indica sanctiuni disciplinare (semnalizarile 13-15). Daca apare necesar sa se explice motivul pentru care a fost acordata o aruncare libera sau de la 7 metri, atunci unul dintre semnalizarile 1-6 si 11 pot fi aratate pentru informare. (Semnalizarea 11 trebuie totusi intotdeauna aratata in acele situatii in care o aruncare libera acordata pentru joc pasiv nu a fost precedata de semnalizarea 18.) Semnalizarile 12, 16 si 17 sunt obligatorii in acele situatii in care se aplica. Semnalizarile 8, 10 si 18 sunt folosite atunci cand se considera necesar de catre arbitrii.

**Lista semnalizarilor**

**1. Depasirea spatiului de poarta**

**2. Dublu dribling**

**3. Pasi sau 3 secunde**

**4. Agatari, imbratisari sau impingeri**

**5. Lovire**

**6. Fault in atac**

**7. Aruncare de la margine – directia**

**8. Aruncare de la poarta**

**9. Aruncare libera – directia**

**10 .Pastrati distanta de 3 metri**

**11. Joc pasiv**

**12. Gol**

**13. Avertisment (galben); descalificare (rosu)**

**14. Eliminare (2 minute)**

**15. Eliminare defintiva**

**16. Time-out**

**17. Permisiune pentru 2 pesoane (cu drept de participare la joc) sa intre pe teren in timpul time-out – ului**

**18. Semnal de preavertizare pentru joc pasiv**

Explicatii la Regulile de joc

**Cuprins**  
1. Executarea aruncarii libere dupa semnalul de final (2:4-6)  
2. Time-out (2:8)  
3. Time-out de echipa (2:10)  
4. Jocul pasiv (7:10-11)  
5. Comportarea nesportiva (8:4, 16:1d)  
6. Comportarea nesportiva grosolana (serioasa) (8:6, 16:6d)  
7. Aruncarea de incepere (10:3)  
8. Definitia “sansei clare de gol” (14:1)  
9. Intreruperea jocului de catre cronometror (18:1)

**1.              Executarea aruncãrilor libere dupã semnalul de final al jocului (2:4 – 6)**  
În multe situatii, echipa care are posibilitatea de a executa o aruncare libera dupa expirarea timpului de joc, nu este cu adevarat interesata sa marcheze un gol, fie pentru cã rezultatul jocului este deja stabilit, fie cã locul aruncãrii este situat prea departe fatã de poarta echipei adverse. Cu toate cã, tehnic, regulamentul prevede ca aruncarea libera sa fie executatã, arbitrii trebuie sã judece corect si sa considere aruncarea liberã ca executatã, dacã un jucãtor, care se aflã în pozitia aproximativ corectã, lasã mingea sã cadã, sau o înmâneazã arbitrului.  
În acele cazuri în care este evident cã echipa va încerca sã marcheze un gol, arbitrii trebuie sã încerce sã stabileascã un echilibru între acordarea acestei posibilitãti (chiar dacã este foarte redusã) si asigurarea ca aceasta situatie nu se va transforma într-un “teatru“ frustrant si cu pierdere de timp. Aceasta însemnã cã arbitrii vor aranja jucãtorii ambelor echipe în pozitii corecte, cât mai repede si ferm, pentru ca aruncarea liberã sã poatã fi executatã fãrã întârziere.  (Noile restrictii la Regula 2:5 privind pozitia jucatorilor si inlocuirile trebuie aplicate (4:5 si 13:7).  
Arbitri trebuie sã fie, în plus, foarte atenti la neregularitãtile sanctionabile comise de ambele echipe. Neregularitãtile repetate din partea echipei în apãrare trebuiesc sanctionate (15:4, 15:9, 16:1.c, 16:3c). În plus, jucãtorii echipei în atac gresesc deseori în timpul executiei, de exemplu dacã unul sau mai multi jucãtori depãsesc linia de aruncare liberã dupã fluierul arbitrului, dar înainte ca mingea sã fi pãrãsit mâna atacantului(13:7, paragraful 3), sau dacã executantul aruncãrii se miscã, sau sare, în timp ce executã aruncarea (15:1, 15:3). Este foarte important ca astfel de goluri, marcate în conditii neregulamentare, sã nu fie acordate.

**2.              Time – out (2:8)**  
Exceptând situatiile descrise în regula 2:8, in care acordarea unui  
time – out este obligatorie, este de asteptat ca arbotrii sã-si foloseascã capacitatea de decizie referitoare la necesitatea dictãrii  
time – out-ului si în alte situatii. Câteva situatii tipice la care nu este obligatorie acordarea unui time – out, dar la care, în conditii normale, se acordã, sunt:

a)                   influente exterioare, de exemplu suprafata de joc trebuie stearsã;  
b)                   un jucãtor pare a fi accidentat;  
c)                   o echipã joacã intentionat pentru a trece timpul, de exemplu echipa  întârzie executarea unor aruncãri, sau un jucãtor indeparteaza mingea sau nu o elibereazã la timp;  
d)         mingea atinge tavanul sãlii sau o instalatie fixã de deasupra suprafetei de joc (11:1) si ricoseazã departe de locul de unde ar fi trebuit sã se execute aruncarea de la margine, ceea ce ar duce la întârzieri neobisnuite.

La stabilirea necesitãtii acordãrii unui time – out în aceste situatii sau in altele, arbitrii trebuie sã aibã în vedere, înainte de toate, dacã o întrerupere de joc fãrã time – out ar crea un dezavantaj pentru una dintre echipe. Dacã, de exemplu, o echipã conduce spre finalul jocului la o diferentã clarã de goluri, nu este necesar sã se acorde un time- out pentru stergerea podelei. Similar daca echipa care ar fi dezavantajatã prin neacordarea unui time–out este acea echipã care, dintr-un motiv oarecare, întârzie jocul sau încearcã sã tragã de timp, atunci este clar ca nu este motiv pentru a se acorda time – out.

Un alt factor important este durata probabila a întreruperii. Durata unei întreruperi cauzate de o accidentare este, adesea, greu de apreciat, motiv pentru care este mai sigur sã se acorde time –out. In schimb, arbitrii, nu trebuie sã acorde prea repede un time – out, numai pentru faptul cã mingea a pãrãsit suprafata de joc. În asemenea cazuri, de cele mai multe ori, mingea va fi returnatã destul de repede, iar jocul va putea fi reluat. În caz contrar, arbitrii vor trebui sã introducã rapid în joc mingea de rezervã (3:4), precis pentru a evita acordarea unui time – out.  
„Time-out”-ul obligatoriu ce se acorda la executarea unei aruncari de la 7 metri a fost indepartat. Poate totusi sa fie necesar sa se acorde „time-out” bazat pe judecarea subiectiva in anumite ocazii, in concordanta cu principiile de mai sus. Acestea pot implica situatii cand una dintre echipe intarzie evident executarea, incluzand de ex. o schimbare a portarului sau a executantului.

**3.** **Time – out-ul  de  echipã  (2:10 )**  
Fiecare echipã are dreptul la un time – out de echipã de 1 minut pe reprizã, în timpul regulamentar de joc (nu si în timpul prelungirilor).  
O echipa care doreste sã solicite un time – out de echipã, trebuie , printr-un oficial de echipa, sa puna pe masa oficiala, in dreptul cronometrorului, un ”carton verde“ (este indicat ca acest carton verde sã aibe dimensiunea de 15 x 20 cm si sã aibã pe fiecare parte desenat un “ T “).  
O echipã poate sã cearã time – out de echipã numai când este în posesia mingii (mingea este în joc, sau la o întrerupere a jocului). Presupunând cã o echipã nu pierde posesia mingii înainte ca cronometrorul sã poatã fluiera (în acest caz cartonasul verde se înapoiazã echipei) time – out-ul de echipã va fi acordat imediat acelei echipe.

Cronometrorul întrerupe jocul prin fluier si opreste cronometrul (2:9). Semnalizeazã cu mîinile time – out (Semnalizarea 16) si indicã, cu bratul întins lateral echipa care a cerut time – out de echipã (dacã este cazul, datoritã zgomotului sau a agitatiei, cronometrorul se poate ridica în picioare). Cartonul verde se pune pe masã, în partea unde se aflã echipa care a solicitat time – out-ul de echipã si rãmâne acolo in timpul „time – out”-ului de echipã.  
Arbitrii aproba time – out de echipa, iar cronometrorul porneste un cronometru prin care va controla durata „time-out’-ului de echipa. Scorerul înscrie în raportul de joc minutul în care a fost acordat time – out-ul de echipã în dreptul echipei care l-a solicitat.  
În timpul time – out-ului de echipã, jucatorii si oficialii vor sta în dreptul propriului spatiu de schimb, fie în suprafata de joc, fie în spatiul de schimb. Arbitrii rãmîn la centrul terenului, dar unul dintre ei poate sã meargã, pentru o scurta perioada de timp, pânã la masa cronometrorului / scorerului pentru consultãri.  
Neregularitãtile comise în timpul time – out-ului de echipã au aceleasi consecinte ca si neregularitãtile comise pe parcursul timpul jocului. Nu are importantã  dacã jucãtorul în cauzã se aflã pe suprafata de joc, sau în afara ei. Pentru o comportare nesportivã jucãtorul poate fi eliminat conform regulilor 8:4 si 16:3.c.  
Dupã 50 de secunde cronometrorul indicã, printr-un semnal acustic, cã jocul va fi reluat peste 10 secunde.  
Echipele sunt obligate sa reia jocul la expirarea time – out-ului de echipã. Jocul va fi reluat fie cu o aruncare corespunzãtoare situatiei existente cand time – out-ului de echipã a fost acordat, fie – dacã mingea era în joc – cu o aruncare liberã în favoarea echipei care a solicitat time – out-ul de echipã din locul în care se afla mingea în momentul întreruperii.  
Cronometrorul porneste cronometrul în momentul în care arbitrul fluierã reluarea jocului.

**4.              Jocul  pasiv  (7:11 – 7:12)**  
Indicatii  generale  
Aplicarea regulilor referitoare la jocul pasiv are drept scop prevenirea unui mod de joc neatractiv si trageri de timp intentionate. Aceasta cere ca arbitrii, in timpul jocului, sã recunoascã si sa judece consecvent jocul pasiv.  
Situatii de joc pasiv pot apãrea în toate fazele de atac ale unei echipe, de ex. Cand mingea se joaca in propriul teren, în faza de constructie sau finalizare a atacului.  
Pot apãrea mai frecvent situatii de joc pasiv, in urmatoarele cazuri :  
-          o echipa conduce la un scor strâns, spre finalul jocului;  
-          o echipa are un jucator eliminat;  
-          cand apararea echipei adverse este superioara.

Presemnalizarea  jocului  pasiv

Presemnalizarea jocului pasiv ar trebui sã fie fãcutã mai ales în urmãtoarele situatii:  
1.         Cand schimbarile de jucãtori se fac prea lent, sau plecare prea lenta în atac.  
Semnele tipice sunt :  
-             jucatorii stau la mijlocul terenului asteptand terminarea schimbãrii jucãtorilor;  
-             un jucator intarzie executarea unei aruncari libere (jucandu-se cu mingea sau pretinzand ca nu stie locul exact al executarii aruncarii), aruncare de incepere (printr-o recuperare lenta a mingii de catre portar, printr-o pasa neglijenta spre mijlocul terenului, sau o deplasare lenta cu mingea spre mijlocul terenului), aruncare de la poarta sau aruncare de la margine, dupa ce echipa a fost anterior avertizata pentru astfel de tactici de tragere de timp.  
-             un jucator sta pe loc si executa dribling;  
-             jucarea mingii spre propria jumãtate de teren, fãrã a fi presat de adversar;  
2.         In legatura cu o schimbare intarziata, dupa inceperea fazei de constructie a atacului.  
Semnele tipice sunt :  
-             toti jucãtorii si-au ocupat posturile în atac;  
-             echipa începe faza de atac cu un joc pregãtitor de pase;  
-             abia acum urmeazã un schimb de jucãtori ai acestei echipe  
*Comentariu:*  
Unei echipe care a incercat un contraatac rapid din propria jumãtate de teren, dar care nu poate realiza o situatie de a marca un gol, dupa ajungerea în jumãtatea adversã de teren, trebuie sa i se permita sã  facã schimbare rapida de jucãtori, in aceasta faza.

3.         In timpul unei faze prea lungi de construire a atacului.  
În principiu, unei echipe trebuie sa i se permita o faza de constructie a atacului, cu un joc pregãtitor de pase, înainte de a incepe o faza de atac directa.  
Semnele tipice pentru o faza de constructie prea lunga sunt:  
-          faza de atac nu conduce la o actiune de atac directa;

*Comentariu:*  
O actiune de atac directa exista in special atunci cand echipa in atac foloseste mijloace tactice astfel incat sa castige un avantaj de spatiu, fata de aparatori, sau cand creste ritmul de atac fata de faza de constructie;  
-          jucatorii primesc mingea repetat stand pe loc sau indepartandu-se de poarta;  
-          dribling repetat, pe loc;  
-          cand se confrunta cu un adversar, jucãtorul în posesia mingii se întoarce prematur, asteapta întreruperea jocului de cãtre arbitrii, sau nu castiga un avantaj in spatiu fata de aparator;  
-          actiuni active de aparare: aceasta împiedicã cresterea ritmului deoarece aparatorii blocheaza pasarea mingii si deplasarea atacantilor.  
-          echipa in atac nu creste clar ritmul de atac in faza de finalizare fata de faza de constructie.  
4.            Dupa aratarea semnalului de presemnalizare  
Dupã presemnalizãrea jocului pasiv, arbitrii trebuie sa permita o faza de constructie de atac (arbitrii trebuie sã cunoasca ca juniorii si echipele de niveluri inferioare necesita un timp mai mare).  
Dacã dupã aceasta faza de constructie a atacului nu se observã nici o schimbare de ritm vizibilã si nu se observã o actiune directa de atac, atunci arbitrii trebuie sã considere ca echipa in posesia mingii este vinovata de joc pasiv.  
*Comentariu*:  
Arbitrii trebuie sa fie atenti sa nu dicteze joc pasiv exact in timp ce echipa în posesia mingii incearca sa arunce la poarta sau se îndreaptã, spre poarta adversã.

Cum trebuie indicat semnalul de presemnalizare  
Dacã unul dintre arbitrii (de centru sau de poartã) observã intentia de joc pasiv, ridicã mâna (Semnalizarea 18). Celalalt arbitru trebuie sã preia si el aceastã semnalizare. (Arbitri trebuie sa dea semnalul de presemnalizare de joc pasiv cu bratul dinspre banca de rezerve). Aceasta se face pentru a indica faptul ca echipa in posesia mingii nu incearca sa obtina o sansa de gol sau intarzie repetat reluarea jocului. Presemnalizarea este mentinuta pana cand: 1. atacul s-a sfarsit sau 2. presemnalizarea nu mai este valabila (vezi mai jos).  
Dacã echipa în posesia mingii nu face nici o încercare, vizibilã, de a arunca la poartã, unul dintre cei doi arbitrii va dicta joc pasiv si va acorda aruncare libera pentru echipa adversa.  
Un atac, care incepe cand echipa intra in posesia mingii, este considerat incheiat atunci cand echipa marcheaza un gol sau pierde posesia mingii.  
Semnalul de preavertizare se arata, in mod normal, pe toata durata de desfasurare a atacului. Totusi, in timpul unui atac, exista 2 situatii cand nu se mai considera ca este joc pasiv si presemnalizarea trebuie oprita imediat: 1. echipa in posesia mingii arunca la poarta si mingea revine la aceasta echipa respinsa de portar sau de barele portii (direct sau sub forma de aruncare de la margine) sau 2. un jucator sau oficial al echipei in aparare primeste o sanctiune progresiva, conform Regulii 16 datorita unei abateri de la Regulament sau a unei comportari nesportive. In aceste doua situatii echipei in posesia mingii trebuie sa i se permita o noua faza de constructie.

**5.         Comportare  nesportivã ( 8:4, 16:1c, 16;3e )**  
Pentru sanctionare, conform regulii 16, comportarile nesportive se impart in 3 categorii, pentru care se dau exemplele de mai jos:  
5.1.             Sanctiuni progresive, daca actiunea este repetata (16:1c);  
5.2.             Sanctiuni progresive, de la prima actiune (16:1c);  
5.3.             Actiuni specifice, sanctionate intotdeauna cu o eliminare de 2 minute (16;3e)  
Urmatoarele situatii specifice sunt exemple atunci cand cele 3 categorii trebuie sa se aplice:

5.1.             Cand aparatorii folosesc propriul spatiu de poarta, ca pozitie de baza in aparare (de ex. nu atunci cand este o reactie imediata, intr-o situatie izolata cand se confrunta cu un jucator intr-o situatie de gol);

5.2.  
a)                  hartuirea unui adversar sau coechipier prin cuvinte sau gesturi de natura provocatoare; ex. specific: strigarea la un adversar care executa o aruncare de la 7 metri;  
b)                  intarzierea executarii unei aruncari pentru echipa adversa, in mod tipic prin nerespectarea distantei de 3 metri, sau de ex. cand portarul nu da mingea executantului aruncarii de la 7 metri; (vezi totusi regulile 14:8, 14:9, 15;4 paragraful 2 si 15:5 paragraful 3);  
c)                  prin actiuni false-simulare (“teatru”) incercand sa induca in eroare arbitri in ceea ce priveste actiuni ale adversarilor (ex. pretinzand ca s-a comis un fault);  
d)                  cand se blocheaza direct o aruncare sau o pasa prin folosirea labei piciorului sau a partii inferioare a piciorului (gambei); (o miscare reflexa, cum ar fi o indoire instinctiva a piciorului, cand vine mingea; sau blocarea mingii printr-o miscare normala a piciorului in timpul miscarii corpului spre adversar, nu trebuie sanctionate) vezi deasemenea Regula 7:8;  
5.3.  
a)                   cand s-a acordat o decizie impotriva echipei in posia mingii si jucatorul cu mingea nu o lasa sa cada sau nu o pune imediat pe sol; similar daca mingea se afla deja pe sol iar jucatorul o indeparteaza de la locul respectiv;  
b)                   interventia in joc a jucatorilor sau oficialilor aflati in spatiul de schimb, de ex. prin interventia din spatiul de schimb in terenul de joc sau prin retinerea mingii in spatiul de schimb cand aceasta a ajuns acolo.

**6.         Comportare  nesportivã  grosolanã ( 8:6, 16:6c )**

Urmatoarele sunt exemple de actiuni care trebuie sa conduca la sanctiunea directa de descalificare, conform Regulii 16;6c. Prin analogie, alte actiuni pot fi considerate de arbitri, ca apartinand acestei categorii:  
a)                   comportament insultator (prin vorbe, gesticã, mimicã si contact corporal) aduse unor alte persoane (arbitri, cronometror / scorer, observator, oficial, jucãtor, spectator s.a.m.d.) ;  
b)                   aruncarea sau indepartarea mingii, intr-o maniera demonstrativa, dupã o decizie a arbitrilor;  
c)                   daca portarul in mod demonstrativ refuza sa incerce sa apere o aruncare de la 7 metri;  
d)                   ripostã, a unui jucãtor, dupã un fault comis asupra lui (loveste inapoi, reflex);  
e)                   aruncarea intentionatã a mingii într-un jucãtor advers, în timpul unei întreruperi a jocului; (daca este facuta cu multa forta si de la o distanta foarte mica este mai potrivit sa fie considerata violenta);  
f)                     intreruperea unei sanse clare de gol prin interventia unui oficial de echipa sau a unui jucator suplimentar, care patrunde pe teren (4:2, 4;3, 4:6), sau de catre un oficial de echipa sau jucator, care intervine in terenul de joc din spatiul de schimb.  
g)                   daca in ultimele minute ale  jocului, un jucator foloseste astfel de metode incat intra sub incidenta regulii 8:5 sau 8:6, numai pentru a impiedica adversarii sa aibe timp pentru a ajunge intr-o pozitie din care sa inscrie un gol decisiv (pentru a castiga sau a egala, sau sa obtina diferenta de goluri necesara) sau de a ajunge intr-o pozitie din care se poate acorda aruncare de la 7 metri;

**7.** **Aruncarea  de  începere ( 10:3 )**

Aceasta înseamnã cã arbitrii nu trebuie sã fie pedanti si sã nu caute posibilitãti de a interveni sau chiar de a sanctiona echipa care incearca sa execute aruncarea rapid.

De exemplu, arbitrii trebuie sã evite ca notatiile pe care le fac, sau alte sarcini pe care le au, sã îi împiedice sã verifice, rapid, pozitiile jucãtorilor. Arbitrul de centru trebuie sã fie pregãtit sã fluiere executia aruncãrii imediat ce jucãtorul a ocupat pozitia corectã, presupunand ca pozitia coechipierilor nu trebuie corectata.  
În plus, arbitrii trebuie sã aibã în vedere cã coechipierii executantului aruncãrii au voie sã depãseascã linia de centru imediat dupã fluier. (Aceasta este *o exceptie de la regula de bazã* a executãrii aruncãrilor).

Cu toate cã regula prevede cã executantul aruncãrii trebuie sã stea cu piciorul pe linia de centru, pâna la o distantã de maximum 1,5 metri de o parte si de alta a mijlocului terenului, arbitrii nu trebuie sã fie exagerat de exacti si sã nu îsi facã griji pentru câtiva centimetri. Principalul lucru este a se evita nesportivitatea si nesiguranta pentru adversari, in ceea ce priveste când si de unde s-a executat aruncarea de începere.

În afarã de aceasta, la majoritatea suprafetelor de joc mijlocul terenului nu este marcat, iar la alte suprafete de joc linia de mijloc este întreruptã datorita reclamelor din centru. În asemenea cazuri atât executantii, cât si arbitrii trebuie sã aprecieze pozitia corectã, iar a persevera în exactitate ar fi nereal si neindicat.

**8.** **Definitia  unei  “ sanse  clare  de  gol “ ( 14:1 )**

In scopul regulei 14:1, exista o “sansa clarãde gol“ atunci când :

a)                   un jucãtor care are deja controlul mingii si al echilibrului sau corporal (este în plenitudinea fortelor) la linia spatiului de poartã al echipei adverse, are ocazia de a arunca la poartã , fãrã ca un adversar sã aibe posibilitatea de a împiedica aruncarea prin mijloace regulamentare;  
b)                   un jucãtor care are controlul mingii si al echilibrului sau corporal (este în plenitudinea fortelor) aleargã, sau dribleazã mingea, pe contraatac, singur spre portarul advers, fãrã ca un adversar sã aibe posibilitatea de a a se interpune în fata lui si sã opreascã contraatacul;  
c)                   un jucãtor se aflã în una din situatiile mai sus mentionate a) sau b) cu exceptia faptului cã jucãtorul nu se aflã încã în posesia mingii, dar este pregãtit sã primeasca mingea. Arbitrii trebuie sã fie convinsi cã nici un adversar nu este în stare sã împiedice primirea mingiei prin mijloace regulamentare;  
d)                   un portar si-a pãrãsit propriul spatiu de poartã, iar un jucãtor advers, care are controlul mingii si al echilibrului sau corporal (este în plenitudinea fortelor), are o sansã clarã de a arunca nestingherit mingea în poarta goalã. (Acest lucru este valabil si atunci când  jucãtori din echipa adversã se aflã între jucãtorul care vrea sã arunce si poarta goalã, dar în acest caz arbitrii trebuie sã ia în considerare posibilitatea cã acesti jucãtori sã actioneze cu mijloace regulamentare).

**9.** **Întreruperi  ale  timpului  de  joc  de  cãtre  cronometror  ( 18:1 )**

Dacã un cronometror întrerupe jocul pentru schimbãri gresite, sau intrãri neregulamentare, conform regulilor 4:2 – 3, 5 – 6, jocul va fi reluat cu o aruncare liberã pentru echipa adversã, care se va executa, în mod normal, din locul unde s-a comis abaterea. Dacã, totusi, mingea se afla, în momentul întreruperii, într-o pozitie mai favorabilã pentru echipa care beneficiazã de aruncarea liberã, atunci aruncarea liberã trebuie executatã din acea pozitie (vezi regula 13:6, paragrafele 3 si 4).  
În cazul unor asemenea neregularitãti cronometrorul trebuie sã întrerupã imediat jocul, fãrã a lua în considerare regulile generale ale “ avantajului “, conform regulilor 13:2 si 14:2. Dacã jocul a fost întrerupt datoritã unor astfel de neregularitãti comise de echipa în apãrare si, prin aceasta, a fost împiedicatã o sansa clarã de gol, trebuie sã se dicteze aruncare de la 7 – m, conform Regulii 14:1 a.  
În cazul altor tipuri de neregularitãti, care trebuiesc anuntate arbitrilor, cronometrorul trebuie sã astepte pânã la prima întrerupere de joc. Dacã, totusi, cronometrorul intervine si întrerupe jocul, acest lucru nu duce la pierderea posesiei mingii. Jocul va fi reluat cu o aruncare liberã executatã de echipa care s-a aflat în posesia mingii în momentul întreruperii.  
Dacã, însã, întreruperea a fost cauzatã de o neregularitate comisã de echipa în apãrare si arbitrii sunt de pãrere cã, datoritã întreruperii pripite, a fost împiedicatã o  sansã clara de gol pentru echipa în atac, trebuie acordatã aruncare de la 7 – m, conform regulei 14:1.b. Ca principiu general, neregularitãtile observate si raportate de cãtre cronometror / scorer (cu exceptia regulilor 4:2 – 3, 5 – 6) nu conduc la sanctiuni personale.  
O decizie de acordare a unei aruncãri de la 7 – m, conform regulei 14:1.a, dupã cum s-a explicat si în paragraful 2, de mai sus, este valabilã si în cazul în care un arbitru sau delegat tehnic (I.H.F., sau federatiei continentale sau nationale) întrerupe jocul datoritã unei neregularitãti, care are ca urmare avertizarea verbala sau sanctionarea unui jucãtor, sau oficial, al echipei în apãrare, comise în momentul în care echipa în atac are o sansa clarã de gol.

**Regulamentul Spatiului de schimb**

1.         Spatiile de schimb se aflã, în afara liniei de margine, în stânga si dreapta prelungirii liniei de mijloc, pânã la capãtul bãncii de schimb corespunzãtoare si dacã conditiile de spatiu o permit, si în spatele bãncilor (Regulamentul de joc: Fig. 1).  
Reglementãrile pentru evenimentele I.H.F. si ale federatiilor continentale stabilesc cã bãncile de schimb încep de la 3,5 metri de linia de mijloc. Aceasta este o recomandare valabilã pentru jocuri, la toate celelalte niveluri.  
În fata bãncilor de schimb, pe linia de margine, nu este voie sã fie amplasate nici un fel de obiecte (pentru cel putin 8 metri de la linia de mijloc).  
2.         În spatiul de schimb au dreptul sã stea numai jucãtorii si oficialii unei echipe, care sunt înscrisi în raportul de joc (Regula 4:1 – 2).  
În cazul în care este necesar un translator, acesta trebuie sã ia loc în spatele bãncii de rezerve.  
3.         In spatiul de schimb, oficialii echipei trebuie sã poarte echipament sportiv complet, sau îmbrãcãminte civilã.  
4.         Cronometrorul si scorerul vor ajuta arbitrii la monitorizarea ocupantilor spatiului de schimb înaintea si în timpul jocului.  
Dacã, înaintea începerii jocului, exista neregularitati privitoare la regulile spatiului de schimb, jocul poate începe doar atunci când neregularitatile au fost înlãturate. Dacã aceste neregularitati apar în timpul jocului, jocul nu poate fi continuat, dupã prima întrerupere, decat dupã ce neregularitatile au fost înlãturate.  
5.         Oficialii unei echipe au dreptul si îndatorirea de a-si conduce si îndruma echipa, chiar si în timpul jocului, într-o manierã corectã si în spirit sportiv, în limitele regulamentului. În principiu, ei trebuie sã stea pe banca de rezerve a echipei.  
Totusi oficialilor **le este permis** sã se miste în spatiul de schimb,în special pentru :  
-          a conduce schimbarea jucãtorilor;  
-          a da indicatii tactice jucãtorilor din teren si de pe banca de rezervã;  
-          a acorda îngrijiri medicale  
-          a solicita time – out de echipã;  
-          a comunica cu cronometrorul / scorerul.  Acest lucru este valabil numai pentru “responsabilul oficial de echipã“ si numai în situatii cu totul deosebite (vezi regula 4:2).  
Permisiunea de a se deplasa este valabilã, de regulã, numai pentru un singur oficial pentru fiecare echipã. Oficialul echipei, care se deplaseazã, trebuie sã respecte limitele spatiului de schimb – dupã cum a fost definita la punctul 1 de mai sus. Oficialul echipei nu trebuie sa impiedice vizibilitatea cronometroruli / scorerului.

În principiu, jucãtorii aflati în spatiul de schimb trebuie sã stea pe banca de rezerve.  
Jucãtorilor le este, totusi, ***permis*** sã:  
-      sã se încãlzeascã fãrã minge în spatele bãncii de schimb, dacã conditiile de spatiu o permit si nu deranjeazã desfãsurarea jocului.

Oficialilor sau jucãtorilor **nu le este permis** :  
-          sã intervinã sau sã aducã ofense la adresa arbitrilor, delegatilor, cronometrorului / scorerului, jucãtorilor, oficialilor unei echipe sau spectatorilor printr-un comportament provocator, protestatar sau prin orice alt fel de comportament nesportiv (limbaj, mimicã sau gesturi);  
-          sã pãrãseascã spatiul de schimb în scopul influentãrii jocului;  
-          în timpul încãlzirii sã stea, sau sã alerge, în lungul liniei de   margine.  
Este de asteptat ca in general, oficialii de echipa si jucatorii sa ramana in spatiul de schimb al echipei lor. Daca totusi un oficial de echipa paraseste spatiul de schimb pentru o alta pozitie el isi pierde dreptul de a conduce echipa si trebuie sa se intoarca in propriul spatiul de schimb pentru a-si recastiga drepturile. Mai mult decat atat jucatorii si oficialii de echipa raman sub jurisdictia arbitrilor in timpul jocului, si regulile de sanctionare personala se aplica deasemenea si jucatorilor sau oficialilor care decid sa paraseasca terenul de joc si spatiul de schimb. De aceea comportarile nesportive, comportarile nesportive grosolane si violenta trebuie sanctionate la fel ca si cand ar fi avut loc pe terenul de joc sau in spatiul de schimb.  
6.         În caz de nerespectare a regulamentului spatiului de schimb, arbitrii sunt obligati sã procedeze conform regulilor 16:1c, 16:3c – d sau 16:6a,c (avertisment, eliminare, descalificare).  
7.        Dacã arbitrii nu au observat o încãlcare a Regulamentului  
spatiului de schimb, acestia trebuie sã fie informati de cãtre cronometror / scorer la urmãtoarea întrerupere a jocului.  
Delegatul tehnic I.H.F., ai unor federatii continentale sau nationale, care au fost delegati la un anumit joc, au dreptul sã atragã atentia arbitrilor (la urmãtoarea întrerupere de joc), asupra unei posibile încãlcãri a Regulamentului, sau a nerespectãrii Regulamentului spatiului de schimb (cu exceptia cazurilor în care deciziile arbitrilor au fost luate în baza propriilor observari a faptelor).  
In aceste cazuri, jocul va fi reluat cu o aruncare corespunzãtoare situatiei de joc.  
Totusi, dacã delegatul tehnic I.H.F., (continental sau national) considerã cã este necesarã o întrerupere imediatã a jocului, datoritã unor abateri ale unei echipe, jocul va fi reluat prin acordarea posesiei mingii echipei adverse (aruncare liberã sau, in caz de sansa clarã de gol, aruncare de la 7 metri).  
Jucãtorul sau oficialul care a comis abaterea trebuie sanctionat de arbitri; Detaliile trebuie mentionate în raportul de joc.  
8.       Dacã arbitrii nu iau nici o masura in ceea ce priveste incalcarea regulamentului spatiului de schimb, chiar dupa ce au fost atentionati asupra acestui fapt, atunci delegatul tehnic I.H.F., (continental sau national) trebuie sã înainteze un raport la instanta competentã (de exemplu: comisia de disciplinã). Aceastã instantã va decide asupra evenimentelor petrecute în spatiul de schimb si asupra atitudinii arbitrilor.

**Ghid pentru terenul de joc si porti**

a)         Terenul de joc (Fig.1) este un dreptunghi de 40 x 20 m. El trebuie verificat prin mãsurarea lungimii celor douã diagonale. Lungimile diagonalelor masurate din muchia exterioarã a coltului terenului, în muchia exterioarã a coltului opus, trebuie sã fie de 44,72 metri. Lungimea diagonalelor unei jumãtãti de teren trebuie sã fie de 28,28 metri, din muchia exterioarã a fiecarui colt, în muchia exterioarã opusã a liniei de mijloc.  
Terenul de joc este prevazut cu marcaje, denumite “linii“.  
Latimea liniilor de poartã (între barele portii) este de 8 cm, ca si barele portii, toate celelalte linii avand lãtimea de 5 cm. Liniile care delimiteazã spatii de joc alãturate pot fi înlocuite prin culori diferite care delimiteazã suprafete adiacente.  
b)         Spatiul de poartã din fata portilor constã dintr-un dreptunghi de 3 x 6 metri si douã sferturi de cerc, de legatura, cu o razã de 6 metri. Spatiul de poarta se face prin trasarea – paralel cu linia de poartã si la o distantã de 6 metri de la muchia posterioarã a liniei de poartã la muchia anterioarã a liniei spatiului de poartã – a unei linii lungi de 3 metri. Aceastã linie se continuã, pe ambele pãrti, cu doua sferturi de arc de cerc la care muchiile interioare-posterioare ale barelor respective constituie centrul de unde se mãsoarã raza de 6 metri. Linia si sferturile de cerc care delimiteazã spatiul de poarta sunt denumite “linia spatiului de poarta”. Distanta dintre muchiile exterioare ale punctelor de intersectie dintre arcurile de cerc si linia exterioarã a portii este, astfel, de 15 metri. (Fig. 5).  
c)         Linia întreruptã de aruncare liberã (linia de 9 – m) este paralelã si concentricã cu linia spatiului de poartã, dar la o distantã de 3 metri de aceasta. Segmentele ca si spatiile intermediare mãsoarã, fiecare, 15 cm. Segmentele vor fi decupate in unghi drept, si vor fi radiale. Mãsurarea marcajelor curbe se face pe coarda exterioara a marcajelor (Fig. 5).  
d)                   Linia de 7 – m este lungã de un metru si va fi trasatã direct în fata portii,  paralel cu poarta, la o distanta de 7 metri, masurata de la muchia posterioarã a liniei de poartã la muchia anterioarã a liniei de aruncare de la 7 –m (Fig. 5).  
e)                   Linia de restrictie a portarului (de la 4 – m) din fata portii are lungimea de 15 cm. Ea se traseazã paralel cu linia de poartã, la o distantã de 4 metri, mãsurati de la muchia posterioarã a liniei portii la muchia anterioarã a liniei de la 4 – m, ceea ce inseamna ca ambele linii se includ in distanta de 4 metri.  
f)          Terenul de joc ar trebui sã fie înconjurat de un spatiu de sigurantã de cel putin 1 (un) metru de-a lungul liniilor de margine si de 2 (doi) metri în spatele liniilor de poartã.  
g)         Poarta (Fig. 2) este asezatã la mijlocul fiecarei linii exterioare a portii. Portile trebuie sã fie bine fixate de podea sau de peretele aflat în spatele lor. Ele mãsuratã în interiorul barelor 3 metri latime si 2 metri inaltime. Barele portii trebuie sã formeze un dreptunghi, la care diagonalele interioare trebuie sã mãsoare 360,5 cm (maximum 361 cm – minimum 360 cm, cu o diferentã de maximum 0,5 cm la aceeasi poartã). Muchia posterioarã a barelor portii trebuie sã se alinieze cu muchia posterioarã a liniei de poartã (si a liniei de poartã exterioarã) în asa fel încât barele portii vor fi cu 3 cm iesite în afara liniei exterioare a portii.  
Stalpii portii si bara transversala, care ii uneste,  trebuie sã fie confectionate din acelasi material (de exmplu lemn, metale usoare sau material sintetic) si de formã patratã in sectiune de 8 cm, cu muchiile rotunjite cu o razã  de 4 ±1 mm. Stalpii portii si bara transversalã trebuie vopsite, pe cele trei laturi vizibile dinspre terenul de joc, în douã culori distincte si contrastante atat una cu cealalta cat si cu culorile din jur. Amândouã portile, de pe acelasi teren, trebuie sã fie vopsite în aceleasi culori.  
Benzile colorate masoara la colturi (îmbinarea stalpilor laterali cu bara transversala), cate 28 cm în fiecare directie.  Toate celelate benzi trebuie sã aibe lungimea de 20 cm. Fiecare poartã va fi prevãzutã cu o plasã, numita plasa portii, care trebuie sã fie în asa fel fixatã încât o minge aruncatã în poartã sã rãmânã acolo, sau sã nu treacã prin plasã si sã iasã afarã. În caz cã este necesar, se mai poate prinde, în poartã, în spatele liniei de poartã, o plasã suplimentarã. Distanta dintre linia de poartã si aceastã plasã suplimentarã trebuie sã fie de cca. 70 cm, dar nu mai putin de 60 cm.  
h)         Adâncimea plasei portilor ar trebui sã fie, la partea superioarã, 0,9 m în spatele liniei de poartã, iar la partea inferioarã 1,1 m, cu o tolerantã admisã de ± 0,1 m. Ochiurile plasei nu trebuie sã fie mai mari decât 10 x 10 cm. Plasa trebuie sã fie prinsã de barele laterale si de bara transversalã, cel putin, la fiecare 20 cm.  
Este permis ca plasa suplimentarã sã fie în asa fel legatã de plasa portii încât sã nu poatã intra nici o minge între ele.  
i)          În spatele portii, la mijlocul liniei de poartã exeterioarã, la o distantã de cca. 1,5 m de poarta, trebuie montatã o plasã de protectie verticalã, de 9 – 14 m lungime si cu o înãltime de 5 m de la nivelul podelei.  
j)          La mijlocul  spatiului de schimb, pe una dintre laturile terenului se afla masa cronometrorului. Masa poate fi de maximum 4 metri lungime si  trebuie amplasatã la o înãltime de cca.  30 – 40 cm deasupra suprafetei de joc, pentru a asigura o vizibilitate buna.  
k)         Toate mãsurãtorile care nu au indicatã nici o tolerantã vor trebui sã corespundã normelor ISO (International Standard Organization) 2768 – 1 / 1989.  
l)          Normele pentru portile de handbal au fost stabilite de Comitetul European pentru Standardizare, CEN (Comité Européen de Normalisation), în cadrul normelor EN 749, în legãturã cu EN 202.10-1.

**GHID  PENTRU**  
**ANTRENORI / JUCĂTORI, ARBITRI  ŞI DELEGAŢI / OFICIALI  MASĂ  REFERITOARE LA REGULAMENTUL  2005**

**Arbitrii  sunt obligati să citească toate cele 3 coloane. Delegaţii / oficialii de masă sunt deasemenea obligati  sa  citească  coloana pentru  arbitri.**

1. Daca un arbitru fluieră pentru că un atacant a calcat în spaţiul de poarta al echipei adverse (sau atinge mingea aflată pe podea în spaţiul de poartă) aceasta conduce la o **aruncare de la poartă** şi nu la o aruncare liberă în favoarea echipei în apărare.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Portarul trebuie să procedeze în mod contrar, ca până în prezent. Dacă mingea se află în spaţiul de poartă, ea poate fi repusă în joc imediat. Dacă mingea iese din spaţiul de poartă ea trebuie redată portarului în spaţiul de poartă.  Adversarilor le este permis să stea în imediata apropiere a liniei spaţiului de poartă, în afara lui, dar nu au voie să împiedice mingea să depăşească linia spaţiului de poartă. | Sa arate semnalizarea “aruncare de la poarta” foarte clar, în aşa fel încât să reamintească jucătorilor ambelor echipe despre această schimbare.  Să supravegheze cu atenţie acţiunile adversarilor, astfel ca aceştia să nu intervină la execuţia rapidă a aruncării. | Dupa fluierul arbitrului, echipa portarului are posesia mingii, iar aceasta nu intra în joc înainte ca aruncarea de la poartă să fie executată. |

2.      Dacă mingea atinge tavanul sălii (sau un obiect care este atârnat de tavan), rezultă o **aruncare de la margine**, şi nu o aruncare liberă în favoarea adversarilor echipei care a atins ultima mingea. Aruncarea se va executa din cel mai apropiat loc, de la cea mai apropiata linie de margine de locul unde mingea a atins tavanul sălii.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Se va executa o aruncare de la margine normală de la cea mai apropiată linie de margine din locul care pare a fi în linie cu locul unde mingea a atins tavanul sălii. Nu trebuie să se aştepte fluierul arbitrului. | Va indica semnalizarea pentru “aruncare de la margine” şi va indica rapid linia de margine de unde se va executa aruncarea şi locul aproximatiov al execuţiei. Vă rugăm să reţineţi că aprecierea exactă a locului de execuţie este aproape imposibilă, aşa încât trebuie să fiţi flexibili, dar să nu  greşiţi şi să creaţi un avantaj necuvenit. | Să fiţi siguri şi să reţineţi care echipă trebuie să execute aruncarea de la margine, dacă aceasta acţiune s-a petrecut în momentul în care s-a solicitat un time – out de echipă. |

3.      Nu mai este obligatoriu să se dicteze time – out o dată cu dictarea unei aruncări de la 7 – m.. Decizia de a dicta time – out este la discreţia arbitrilor, în concordanţa cu criteriile normale de acordare a acestei decizii.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Dacă echipa dumneavoastră “se grăbeşte”, nu trebuie să aşteptaţi ca arbitrii să dicteze time-out, ci să pregştiţi aruncarea cât mai repede. La fel, dacă doriţi să evitaţi un time-out, încercaţi să nu trageţi de timp. Ca şi până acum, înlocuirea portarului nu e permisă după ce executantul sete pregătit la linia de 7m să execute aruncarea. | Înainte de a dicta un time-out, aveţi în vedere atât scorul şi timpul rămas de joc, cât şi echipa care cauzează întârzierea reluării jocului. Schimbarea portarului sau o desemnare târzie a executantului aruncării de la 7m duce în mod normal la acordarea time-out-ului. Dacă nu sunteţi siguri că se produce sau nu o intârziere, acordaţi time-out; aceasta nu este contrar regulamentului. Arbitrul de centru trebuie să arate semnalizarea de time-out către masă. | Amintiţi-vă **SĂ NU**opriţi automat timpul de joc în momentul acordării unei aruncări de la 7m. Aşteptaţi şi fiţi atent la o eventuală semnalizare de time-out din partea arbitrilor. |

4.      În regulament s-a introdus o atenţionare că nu doar faulturile dure pot duce la o descalificare. Şi o împingere uşoară poate fi foarte periculoasă dacă intervine într-un moment greşit, de exemplu atunci când jucătorul nu vede ce se întâmplă sau când acesta nu se poate apăra, in cazul unui contraatac sau cand atacantul este în aer.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Dacă observaţi că jucătorul advers este intr-o poziţie vulnerabilă, renunţaţi la o împingere ori lovitură care ar duce la o accidentare. Chiar dacă sunteţi disperaţi şi simţiţi că trebuie să acţionaţi, vă rugăm să realizaţi efecul unuei asemenea împingeri sau lovituri aspura adversarului. | Trebuie să renunţaţi la obişnuinţa de a observa doar faulturile dure; urmăriţi deasemenea situaţiile în care un fault marunt sau o împingere uşoară ori mascată poate fi primejdioasă pentru un jucător aflat intr-o poziţie vulnerabilă, cum ar fi atunci când jucătorul este in săritură ori pe contraatac. În aceste cazuri împingerea sau lovirea poate fi la fel de periculoasă. În aceste situaţii nu ezitaţi să arătaţi cartonaşul **ROŞU**. | - |

5.      Atunci când o echipă are rezultatul necesar în ultimele minute ale jocului (conduce cu un gol, rezultat egal sau o diferenţa suficientă de goluri), poate fi tentată să folosească orice metode, indiferent cât de nesportive ar fi acestea, pentru a apăra rezultatul. Este vorba despre cazul în care adversarii sunt opriţi sa ajungă într-o situaţie clară de gol prin acţiuni de  “sabotare”. O descalificare pentru un asemenea fault va fi de acum trecută de către arbitrii într-un raport suplimentar, în aşa fel încât federaţia respectivă să poată lua cele mai severe măsuri disciplinare după joc.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Având în vedere riscul unei suspendări, jucătorul trebuie să găsească o metodă mai puţin drastică care să împiedice adversarul să ajungă într-o situţie clară de gol sau să dea o pasă unui jucător demarcat. | Arbitrii trebuie să cunoască rezultatul şi timpul de joc rămas. Deasemenea, dacă acordă o aruncare de la 7m pentru împiedicare unei şanse clare de gol, atunci decizia de descalificare trebuie privită ca o decizie normală în această situaţie. | Aceste situaţii adesea implică o mare atenţie, fiind acordate multe time-out-uri pentru că fiecare secundă este preţioasă. Ar putea fi necesară atentionarea arbitrilor despre posibilitatea corectării timpului de joc în cazul în care fluierul arbitrului nu a dus la oprirea timpului de joc. |

1.      Cu câţiva ani în urmă, regulamentul a fost schimbat modul de sancţionare progresivă în timpul jocului, în afara terenului de joc (spre exemplu, se poate acorda 2min. unui jucător aflat pe banca de rezerve, sau unui oficial al echipei). La acel moment s-a trecut cu vederea diferenţele în aplicarea sancţiunilor progresive din timpul jocului şi din pauză sau din timpul altor întreruperi ale jocului. Pâna acum, se trecea direct de la cartonaş galben la descalificare. Această situaţie a fost corectată.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Jucătorii şi antrenorii au fost obişnuiţi cu ezitare din aprtea arbitrilor în a sancţiona incalcările regulamentului petrecute in pauză, pentru că descalificarea ar fi fost singura alternativă. Protestele, sosirea întarziată pe teren pentru începerea reprizei a doua sau alte comportări nesportive vor duce de acum la o sancţiune de 2min. | Scopul acestei clarificări este acela de a fi constanţi în decizii, nu acela de a găsi noi oportunităţi pentr a sancţiona. Cu toate acestea, sancţiunea de 2min poate fi sancţiunea corectă pentru situaţii care înainte nu erau pedepsite. Retineti, o descalificare în timpul pauzei duce acum la o reducere a efectivului echipei pe timp de 2 minute. Vă rugăm să informaţi oficialii de la masă despre sancţiunile acordate în timpul pauzei. | O sancţiune de 2min. acordată în timpul pauzei sau a altei întreruperi o să fie tratată în acelaşi fel ca si celelalte sancţiuni. Totuşi, e important să ajutaţi arbitrii prin comunicare cu echipele, în aşa fel încât jocul să se reia cu un număr corect de jucători pe teren. |

2.      O interpretare mai clară a fost introdusă pentru situaţiile în care un jucător foloseşte piciorul pentru a opri sau devia mingea. Un jucător care în mod intenţionat blochează o pasă sau o aruncare la poartă va fi sancţionat progresiv; sancţionarea progresiva nu va interveni în momentul când jucatorul, din reflex, strănge picioarele când un adversar încearcă sa+i treacă mingea printre picioare sau când jucătorul se mişcă spre un adversar şi mingea îl loveşte în picior.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Jucătorii trebuie să se abţină de la a încerca în mod instinctiv să atingă mingea cu piciorul când mingea se îndreaptă spre el. | Ca şi până acum, nu este o încălcare a regulamentului atunci când mingea este aruncată spre piciorul unui adversar care nu-şi mişcă piciorul. | - |

3.      Atunci când cronometrorul (sau delegatul) opreşte jocul cu un fluier, timpul oficial de joc trebuie oprit imediat, fără a se aştepta semnalizarea de time-out din partea arbitrilor. Motivul întreruperii nu contează. Toate deciziile arbitrilor după fluierul cronometrorului nu vor fi valabile, excepţie facând sancţiunile disciplinare. De exemplu, **un gol va fi anulat, chiar dacă aruncarea de începere a fost executată**.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Se întâmplă ca jocul să continue după intervenţia cronometrorului, dacă semnalul sonor nu este auzit de catre arbitrii sau jucători. Aceasta poate duce la situaţii în care apărătorul crede că timpul de joc este oprit, iar atancantul continuă. Este deci important să se evite acţiuni disperate care ar putea duce la sancţiuni disciplinare, pentru ca acestea rămân valabile. | Arbitrii trebuie să facă toate eforturile să audă semnalul sonor dat de oficialii de la masă, pentru ca jocul să poată fi oprit imediat. Motivul acestei opriri a timpului de joc trebuie descoperit, şi trebuie luate sancţiunile disciplinare sau alte decizii, în functie de motivul întreruperii. Împreună cu oficialii de la masă, arbitrii trebuie sa decidă locul de unde se va relua jocul. | Oficialii de la masă trebuie să-şi impună un reflex de a combina fiecare fluier cu o mişcarea pentru a opri timpul de joc. Este foarte important ca delegatul/cronometrorul să observe imediat dacă jocul continuă din cauză că semnalul sonor nu a fost auzit. În acest caz sunt necesare acţiuni mai viguroase: acţionarea sirenei sau un fluierat mai puternic, semnalizări cu mâinile, oficialul se ridică în picioare sau chiar intră pe terenul de joc. |

4.      Reglementări speciale au fost introduse pentru executarea aruncării libere după terminarea timpului de joc şi o aruncare liberă directă este singura opţiune. Întenţia este de a grăbi executarea şi de a evita întârzierile care deveniseră iritante. Coechipierii executantului trebuie să stea la 3 metri şi nu se mai pot aduna în jurul executantului. Echipa care execută aruncarea poate efectua o schimbare, dar echipa în apărare **nu mai are voiesă efectueze nici o schimbare**. Arbitrii trebuie sa grăbească executantul să ajungă în poziţia corectă şi să arunce cât mai repede.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Executantul trebuie să se deplaseze către locul indicat, iar coechipierii lui să stea la distanţa de 3 metri. Executantul trebuie să aştepte fluierul arbitrului. Alte întârzieri vor fi privite ca şi comportări nesportive, excepţie facând schimbarea executantului. Apărătorii trebuie să stea la 3 metri distanţă, si orice abatere va fi tratată ca şi comportare nesportivă. Pentru că nu mai este permisă nici o schimbare echipei în apărare, nu mai este necesar să se aştepte ca echipa în apărare să fie gata pentru executare. | Nu mai este nici un motiv pentru întârzieri. Echipa în atac trebuie să desemneze rapid un executant şi orice schimbare trebuie facută imediat. Fluierul pentru executarea aruncării trebuie să se audă imediat ce executantul se află în poziţia corectă de aruncare. E foarte important să se verifice distanţa la care sunt amplasaţi coechipierii executantului. Dacă intervin adversarii, aceştia trebuie sancţionaţi. Dacă portarul pretinde că este accidentat, acesta trebuie să părăsească imediat terenul de joc şi înlocuit. Orice altă schimbare este interzisă. Prima încercare de înlocuire duce la o reducere a numarului de jucători de pe teren, celelalte trebuie oprite. | Delegatul şi oficialii de la masă nu mai au sarcina de a supraveghea timpul de joc si trebuie să ajute arbitrii să impună restricţiile la schimbul de jucători. Trebuie reamintite echipelor noile reguli iar oficialii de la masă trebuie sa urmărească ambele echipe şi să anunţe arbitrilor orice încălcare a regulamentului pe care ei nu o pot împiedica. O metodă utilă este să noteze rapid numerele jucătorilor care sunt pe teren în momentul când a fost acordată aruncarea, pentru a nu lasă loc pentru alte discuţii. |

5.      Este specificat in mod clar că **TOŢI** jucătorii unei echipe care înlocuiesc portarul trebuie să aibă aceeaşi culoare a tricoului. Aceasta include o schimbare neprevăzută a portarului de către un jucător care este folosit în mod normal ca şi jucător de câmp.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Aceasta clarificare presupune o pregatire înaintea meciului. Aceasta include asigurarea că “vesta”, sau tricoul special care este pregătit pentru jucătorul de câmp, are aceeaşi culoare ca şi tricoul portarului. Dacă aveţi vreun dubiu, consultaţi oficialii de la masă înaintea meciului. | Chiar dacă oficialii de la masă ar trebui să fie primii care descoperă vreo problemă, arbitrii trebuie să fie atenţi în legatură cu această problemă. Dacă pe teren patrunde un jucător pe post de portar cu un echipament de culoare greşită, jocul trebuie oprit si jucătorul trebuie trimis pe bancă să se schimbe. Reluarea meciului se face printr-o aruncare liberă pentru adversari, dar nu se ia nici o sancţiune disciplinară. (Dacă un jucător pătrunde în teren pe post de portar, dar are aceeaşi culoare a tricoului ca şi jucătorii de câmp, aceeasta trebuie tratată ca şi schimbare greşită şi sancţionată corespunzător) | Delegatul/oficialii de la masă trebuie să ajute echipele şi arbitrii pentru a preveni vreo problemă. Dacă un jucător se pregăteşte să înlocuiască portarul, această schimbare ar trebui prevenită dacă jucătorul nu are un tricou de culoare adecvată. Dacă jucătorul intră fară ca problema să fie descoperită, oficialii de la masă trebuie să oprească jocul imediat şi să anunţe arbitrii. |

6.      Body-piercing-urile vizibile au fost in mod special menţionate în regulament şi trecute în aceeaşi categorie cu cerceii şi inelele. Aceasta înseamnă că piercing-urile pot fi permise în cazul în care ele pot fi acoperite în aşa fel încât să nu fie periculoase pentru alţi jucători. Piercing-urile care nu sunt vizibile (sub tricou sau în gură) nu au fost specificate în regulament.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Oficialii echipelor au responsabilitatea de a aminti jucatorilor despre pericolele la care se expun prin folosirea body-piercing-urilor in timpul jocului, şi de a verifica jucătorii înainte de joc. | Se recomandă o verificare înaintea meciului (în timpul încălzirii), pentru ca numărul problemelor care apar în timpul jocului să fie minim. Dacă o asemenea problemă este descoperită în timpul jocului, jucătorul trebuie trimis pe bancă pentru a înlătura sau înlocui body-piercing-ul. Aceasta ar trebui în mod normal să se întample atunci când jocul este întrerupt. | Oficialii de la masă trebuie să ajute arbitrii cu observarea acestor probleme în timpul jocului. |

7.      Este încă permis, dar nu mai este necesar, să existe un căpitan de echipă, cum ar fi un jucător identificat printr-o banderolă şi care sa fie necesar să participe la alegerea terenului si amingii înainte de joc. Chiar daca există un căpitan de echipă sau nu, orice jucător sau oficial al echipei poate participa la alegerea mingii şi terenului.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Ca şi până acum, responsabilului de echipă îi este permis să intre în contact cu arbitrii sau cu masa. Nu este greşit a avea un căpitan de echipă (oficial sau neoficial), doar că existenţa acestuia nu mai este obligatorie. O echipă poate avea nevoie de un căpitan pentru problemele interne, dar acesta nu are nici o sarcină în relaţia cu arbitrii sau masa. | Procedurile pentru alegerea terenului şi a mingii nu au fost schimbate. Arbitrii vor cere responsabililor celor două echipe câte un reprezentant şi vor accepta decizia acestora. | - |

8.      În cazul în care un jucător care nu este trecut în raportul de joc şi astfel nu are drept de participare la joc intră pe teren, rezultă o sancţionare progresivă a responsabilului de echipă. Jucătorul este sancţionat doar dacă intră pe teren prin comiterea unei schimbări greşite (al 8-lea jucător), sau dacă comite o infracţiune pe teren.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Responsabilul de echipă trebuie să fie atent şi să verifice raportul de joc, dacă jucătorul apare după ce raportul de joc a fost completat sau după începerea meciului. | Dacă oficialii de la masă intervin din cauză că un jucător care a intrat pe teren nu este trecut în raportul de joc, primul las este sancţionarea progresivă a responsabilului de echipă, deci sancţiunea exactă depinde de alte posibile sancţiuni anterioare pentru  responsabilul de echipă. Reluarea meciului se va face, în principiu, cu o aruncare liberă pentru echipa adversă (excepţie facând cazul în care prin intervenţia mesei a fost întreruptă o şansă clară de gol, caz în care se va acorda o aruncare de la 7m). | Masa are un rol preventiv, în sensul în care apar după începerea meciului jucatori ai căror numere nu sunt trecute pe raportul de joc, sau dacă aceştia stau pe bancă sau se pregătesc să intre pe teren. |

9.      Responsabilul de echipă trebuie să se asigure că în zona de schimb se află doar jucătorii si oficialii de echipă trecuţi în raportul de joc, după începerea jocului. Orice încălcare va duce la sancţionarea progresivă a responsabilului de echipă.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Responsabilul de echipă (sau un alt coleg de-al său) trebuie să verifice personele care stau în spaţiul de schimb în timpul jocului. | Vezi punctul anterior. | Delegatul şi oficialii de la masă trebuie să verifice persoanele aflate în ambele spaţii de schimb înaintea meciului pentru a preveni orice probleme. |

10. A fost specificat în mod clar că se sancţionează ca şi comportare nesportivă intrarea pe teren unui oficial al unei echipe (sau un alt jucător) cu permisiunea de a îngriji un jucător accidentat, şi care, în schimb, dă sfaturi celorlalţi jucători, sau se apropie de arbitrii sau jucătorii echipei adverse.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Persoana care intră pe teren trebuie să ajute jucătorul accidentat. Această persoană poate fi tentată să se folosească de acest prilej ca să critice arbitrii sau adversarul care a fost implicat în incident, dar aceasta este strict interzis. | Atenţia arbitrilor trebuie să fie pentru prevenirea acestor probleme, în situaţii în care emoţiile pot fi înţelese. Orice tendinţă către acţiuni interzise trebuie descurajată prin cuvinte şi gesturi ferme. Doar dacă persoana în cauză ignoră mesajele şi continuă în acţiunea sa, aceasta trebuie penalizată. | Rolul mesei este de a se asigura ca pe teren nu intră persoane suplimentare, şi să anunţe arbitrii dacă totusi aceasta se întâmplă. Nu este necesar să se implice direct în incidentele de pe teren, eccepţie facând cazul în care delegatul decide că arbitrii au nevoie de ajutor. Chiar şi atunci, trebuie să se concentreze pe prevenirea problemelor. |

11. a fost specificat în mod clar că dacă un jucător părăseşte terenul de joc prin afara liniilor spaţiului de schimb în scopuri inofensive şi fără a-şi crea vreun avantaj, aceasta nu trebuie tratată ca şi comportare nesportivă sau ca schimbare greşită. De exemplu atunci când un jucător paraseşte terenul pentru a bea apă sau pentru a lua un prosop de pe bancă (sau din spatele porţii), sau când un jucător a primit o eliminare de 2min şi părăseşte terenul prin afara liniilor spaţiului de schimb.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Jucătorii ar trebui să încerce să evite părăsirea terenului când au nevoie de apă, prosop, etc, pentru că există riscul ca aceasta să fie interpretată ca şi schimbare greşită. | Arbitrii nu trebuie să se concentreze asupra acestui tip de acţiuni inofensive. De exemplu, dacă un jucător eliminat părăseşte terenul fără să protesteze, nu trebuie să fie alarmat pentru că jucătorul parăseşte terenul prin afara liniilor spaţiului de schimb. | Oficialii de la masă trebuie să se concentreze asupra cazurilor reale de schimbare greşită. În mod similar, acţiunile inocente nu trebuie privite ca şi comportări nescortive. |

12. Sarcina arbitrilor de a supraveghea comportamentul echipelor începe din momentul sosirii la locul disputării meciului. Anumite tipuri de comportament care ar fi sancţionate în timpul jocului, trebuie sancţionate şi dacă se intamplă înaintea începerii meciului. Opţiunile arbitrilor sunt avertismentul sau descalificarea. Totuşi, în asemenea cazuri, arbitrii nu pot fi întotdeauna siguri persoana în cauză participă la joc. În cazuri extreme, aceasta problema ar putea fi descoperită abia după începerea jocului. În acest caz, sancţiunea poate interveni în acel moment. O descalificare acordată „retroactiv” nu va duce la diminuarea efectivului echipei, pentru ca diminuarea nu s-ar fi produs în cazul în care descalificare ar fi fost acordată înainte de începerea meciului. Un avertisment pentru un incident petrecut înaintea jocului **nu**trebuie acordat după începerea meciului, dacă jucătorul sau oficialul a primit deja un cartonaş galben.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Sfatul către jucătorii şi oficialii echipelor este, evident, evitarea confruntărilor înainte de meci, crezând în mod greşit că această comportare va trece nesancţionată. | Dacă arbitrii sunt implicaţi într-un incident înainte de meci, ei trebuie să stabilească înainte de începerea meciului dacă persona cu care au intrat în conflict este un jucător sau oficial al uneia dintre echipe. Aceasta va face posibila sancţionarea persoanei respective înainte de începerea jocului. În cazul unei descalificări, echipa ar avea posibilitatea înlocuirii jucătorului respectiv. | Masa nu are un rol important în asemenea situaţii. Ei pot doar ajuta arbitrii la identificarea persoanei, daca aceasta a fost descoperită după începerea jocului. Ei trebuie să se asigure ca regulile speciale sunt respectate: să nu se acorde un avertisment dacă jucătorul/oficialul a primit deja un cartonaş galben, şi o descalificare nu va atrage după sine o reducere a efectivului echipei timp de 2min. |

13. Trebuie reţinut faptul că Regula 15 a fost „remodelată” privind consecinţele unor greşeli **înaintea** executării unei aruncări libere obişnuite, în timpul execuţiei unei aruncări libere care **nu**a fost precedată de fluierul de executare al arbitrului şi în timpul execuţiei unei aruncări libere care **a fost**precedată de fluierul de executare al arbitrului. În ultimul caz, în general, rezultă o pierdere a posesiei mingii de către echipa executantă. În celelalte cazuri se corectează poziţia şi se repetă aruncarea.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Fiţi atenţi la fluierul de executare a aruncării şi nu vă asumaţi nici un risc în aceste situaţii. În afara aruncării de începere, fiţi atenţi la mişcarea dintremomentul fluierului şi momentul în care mingea părăseşte mâna executantului. | Înainte de a lua vreo decizie, amintiţi-vă dacă aţi fluierat sau nu. Dacă nu aţi fluierat dar echipa pierde mingea în urma unei greşeli, lăsaţi jocul să continue. | - |

14. S-a stabilit că un jucător care execută o aruncare de la 7 m are dreputl să stea la o distanţă de maxim 1 metru în spatele liniei de 7m, probabil în încercarea de a evita să calce linia în timpul execuţiei. Aceasta nu afectează poziţia celorlalţi jucători.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Nu există margini laterale; executantul trebuie să rămână în spatele liniei de 1 metru lungime. | Ca şi până acum, fiţi atenţi la posibila săritură a jucătorului. | - |

15. Regulile au stabilit clar ca executantul poate atinge din nou mingea după executarea unei aruncări de începere, aruncări de la margine, aruncare liberă sau aruncare de 7m, dacă mingea a atins bara porţii adverse, chiar dacă mingea nu a fost atinsă de alt jucător. Acest comentariu a lipsit în cazul aruncării de la poartă. După chestionarea unor portari, această situaţie a fost clarificată în aşa fel încât portarul poate atinge mingea fără a fi penalizat, în această situaţie mai puţin obişnuită în care mingea revine la portar din bara porţii adverse, în urma unei aruncari de la poarta.

16. De-a lungul mai multor ani, 14 jucători au avut dreptul de a fi înscrişi în raportul de joc in toate competiţiile IHF, chiar dacă în regulament era trecut un număr de maxim 12 jucători trecuţi în raportul de joc. Multe federaţii şi-au folosit prerogativele pentru a face aceeaşi schimbare pentru competiţiile lor interne. Pe bazele unor rezultate pozitive, regulamentul a fost modificat în acest sens, fiind acum trecut în regulament un numar de maxim 14 jucători înscrişi în raportul de joc.

**Cu aceasta se încheie comentariile asupra schimbărilor de regulament care vor intrea în vigoare din 1 august 2005. Totuşi, există câteva schimbări care au fost introduse prin explicaţii la regulamentul de joc în perioada 2002 – 2004 şi nu au fost incluse până acum în regulamentul de joc. Antrenorii/jucătorii, arbitrii şi delegaţii/oficialii de masă trebuie să cunoască noile schimbări, dar câteva din acestea sunt comentate mai jos. În acelaşi fel, cateva din schimbările regulamentului produse în 2005 sunt doar schimbari textuale, si nu modificari ale regulilor de joc, dar cateva din ele au ridicat deja semne de întrebare, şi vor primi răspuns în ceea ce urmează.**

17. Începând cu 2001, când a fost redefinită aruncarea de poartă a fost modificată pentru a include şi cazurile când portarul prinde mingea în propriul spaţiu de poartă, a fost accentuat faptul ca mingea nu este considerată „în joc” atâta timp cât portarul ţine mingea în propriul spaţiu de poartă. Mingea se află în posesia echipei portarului, şi nu-i este permis altui jucător să o atingă. Această ultimă propoziţie este valabilă şi în cazul în care mingea stă sau se rostogoleşte în spaţiul de poartă. Totuşi, în acest caz, mingea se consideră a fi „în joc”. În general, aceasta nu are o mare importanţă practică. Totuşi, are o mare importanţă dacă echipa portarului comite o infracţiune exact în acel moment. Atunci când mingea nu se află „în joc”, meciul se reia cu o aruncare de la poartă, dar dacă mingea se află „în joc” infracţiunea comisă va duce la pierderea posesiei mingii, în general se va acorda o aruncare liberă pentru adversari.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| - | Dacă se aude fluierul mesei pentru o schimbare greşită a echipei portarului, arbitrii trebuie să decidă dacă în momentul fluierului mingea se afla „în joc” sau nu, pentru a şti cum să reia jocul. Acest lucru este valabil şi dacă arbitrul semnalizează fluieră din cauza unei comportări nesportive a unui coechipier al portarului. | Atunci când oficialii de la masă întrerup jocul, ei trebuie să ajute arbitrii, cunoscând exact poziţia mingii (pe podea sau în mâinile portarului) în momentul fluierului. |

18. Nu este o interpretare noua, dar a fost clarificat ce se întâmplă în cazul unei eliminări definitive în urma unei loviri, atunci când jucătorul primise deja o eliminare de 2min sau a cauzat o reducere a efectivului echipei sale cu un jucător timp de 2min. în aceste cazuri, eliminarea şi reducerea efectivului echipei este „încorporată” în eliminarea definitivă, şi echipa va juca restul timpului de joc cu un jucător mai puţin pe teren.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| - | Arbitrii trebuie sa-şi dea seama că efectul oricarei alte sancţiuni anterioare dispare. | Sancţiunile disciplinare anterioare rămân înscrise în raportul de joc, dar timpul de eliminare de pe tabelă sau bileţelul cu timpul de eliminare al jucătorului trebuie schimbat, în aşa fel încât să scrie „un jucător mai puţin pe teren pentru restul timpului de joc”. |

19. A fost întotdeauna permis să joci mingea stând întins pe teren, în poziţia „şezut” sau în genunchi. Totuşi, cerinţa pentru executarea unei aruncări libere, „jucătorul trebuie să aibă o parte a piciorului în contact cu solul” a cauzat incertitudini în sensul în care o aruncare liberă ar putea fi executată de catre un jucător întins, aşezat sau care stă în genunchi pe sol. Răspunsul este că nu există în regulament nimic care să împiedice acest lucru, atata timp cât condiţia din citat este îndeplinită. Aceasta este situaţia în care un jucător, în urma unui fault, este întins pe teren şi are posibilitatea de a executa aruncarea liberă mai repede din acea poziţie decât dacă s-ar ridica în picioare. Aceasta este în spiritul regulamentului.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Aceasta oportunitate ar trebui folosită doar atunci când jucătorul este deja întins pe sol. Dacă un jucător ar avea ideea de a executa o aruncare de la 7m întins pe podea, acesta va fi pedepsit pentru comportare nesportivă. | Aceste faze se întâmplă în mod normal foarte repede, şi arbitrii ar trebui să se asigure doar că jucătorul este plasat în locul în care s-a produs faultul, şi că acel jucător menţine contactul cu solul. | - |

20. Trebuie să existe certitudinea că spectatorii nu pot interveni în joc cu fluiere. La fel, o echipă nu trebuie penalizată de un caz de „forţă majoră” (de exemplu o întrerupere de curent) ântr-un moment critic. În consecinţă, dacă jocul este întrerupt din una din aceste cauze externe sau să distrugă o şansă clară de gol, regula 14:1c a fost extinsă pentru a permite arbitrului să acorde o aruncare de la 7m.  
Totuşi, şi în situaţiile inverse se procedează la fel, adică dacă un apărător este păcălit de un fluier venit din exteriorul terenului, jocul trebuie oprit dacă urma o situaţie clară de gol care nu ar fi existat dacă jucătorul nu s-ar fi oprit. Atacanţii şi apărătorii trebuie trataţi egal.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| - | Arbitrii trebuie să fie convinşi de existenţa unei situaţii clare de gol, ţinând cont de poziţia tuturorjucătorilor. Dacă se aude un sunet din exteriorul terenului, jucătorului trebuie să i se acorde avantajul de care ar fi beneficiat dacă nu s-ar fi oprit din mişcare. | Oficialii de la masă trebuie să ajute arbitrii cu observaţiile proprii în cazurile când arbitrii nu au auzit clar semnalul care l-a făcut pe jucător să se oprească. |

21. Oficialul unei echipe sau jucătorul poate părăsi spaţiul de schimb înaintea terminării jocului, fără a cere nimănui permisiunea. Totuşi, dacă ia loc între spectatori sau oriunde altundeva, nu înseamnă că acea persoană nu se află „sub controlul” arbitrilor. Orice comportare nesportivă poate fi sancţionată. De asemenea, un oficial al unei echipe pierde dreptul de a-şi conduce  echipa în momentul când părăseşte spaţiul de schimb.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Oficialii şi jucătorii unei echipe trebuie să evite părăsirea spaţiului de schimb. Un jucător care nu mai poate participa la joc poate dori să stea în altă parte, dar orice comportare nesportivă la plecarea sa sau în noul loc în care va sta trebuie evitată. | Arbitrii trebuie să se implice doar dacă o persoană care este un oficial al echipei încearcă să-şi conducă echipa dintr-o poziţie greşită sau dacă oficialul sau jucătorul se comportă nesportiv oriunde s-ar afla. În aceste cazuri, arbitrii pot chema persoana respectivă în spaţiul de schimb pentru a fi penalizat. | Delegatul şi oficialii de la masă trebuie să încerce să vadă dacă cineva işi schimbă poziţia, pentru a ajuta arbitrii şi de a-i anunţa de comportanentele nesportive ale acestora. Dacă responsabilul acelei echipe nu poate rezolva această problemă, arbitrii trebuie informaţi. |

22. Jucătorii nu pot folosi zona din jurul terenului pentru a câştiga avantaje tactice. Un jucător nu are voie să alerge în afara liniei de margine a terenului pentru a avea loc să treacă în dribling de un adversar aflat la linia de margine. Aceasta faza se termină cu acordarea unei aruncări libere împotriva echipei jucătorului care a depăşit linia de margine. Un jucător nu poate sta în afara liniei de margine în aşteptarea mingii, pentru a avea mai mult spaţiu pentru a accelera. În acest caz jucătorului i se va spune să se întoarcă pe terenul de joc. Dacă acesta refuză sau repetă acest comportament, se va acorda aruncare liberă impotriva echipei lui.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Este o mare diferenţă între, pe de o parte,  parăsirea „inofensivă” a terenului de joc (vezi pct. 16) sau imposibilitatea de a se opri pe loc, şi, pe de altă parte, parăsirea spaţiului de joc în mod intenţionat. Fiţi atenţi la poziţia faţă de linia de margine pentru a preveni evntualele probleme. Ascultaţi indicaţiile arbitrilor. | Trebuie facută diferenţa între situaţiile când jucătorul nu se poate opri fără să depăşească linia de margine, şi o depăşire intenţionată a liniei de margine sau aşteptarea mingii în afara terenului de joc. În ultimul caz, folosiţi semne energice cu mâna (sau avertizare verbală) ca să vă asiguraţi că jucătorul va vede şi înţelege. Se pune accentul pe prevenire. | - |

23. În ultimii ani au fost întroduse unele clarificări privind folosirea presemnalizării jocului pasiv. Presemnalizarea trebuie arătată (chiar şi după aruncări libere acordate echipei aflate în posesia mingii) până la încheierea atacului sau pâna cand presemnalizarea nu mai este valabilă. Presemnalizarea nu mai este valabilă în cazul unei sancţiuni progresive împotriva unui jucător sau oficial al echipei în apărare, sau dacă mingea atinge portarul sau barele porţii adverse. În aceste cazuri, echipei aflate în posesia mingii i se acordă şansa reconstrucţiei unui atac.  
S-a accentuat faptul că întârzierea unei aruncări libere obişnuite trebuie privită ca şi joc pasiv. Aceasta se referă la întârzieri în executarea unei aruncări de începere, aruncări de la poartă sau a unei aruncări libere. Prima comportare de acest fel conduce la o atenţionare din partea arbitrilor, dar următoarele comportări de acest fel vor duce direct la arătarea presemnalizării de joc pasiv. Excepţie face cazul în care timpul de joc (sau rezultatul) este de aşa natură încât, în loc de o atenţionare sau arătare a presemnalizării de joc pasiv, este mai urgentă acordarea unui time-out.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ANTRENORI SI  JUCATORI** | **ARBITRI** | **DELEGATI  SI  OFICIALI  MASA** |
| Fiţi atenţi la presemnalizarea de joc pasiv în aşa fel încât să o puteţi folosi în avantajul vostru atât în apărare cât şi în atac. Să nu credeţi că o aruncare de începere sau o aruncare liberă este o ocazie de a pierde timp fără nici un risc. O presemnalizare imediată de joc pasiv vă pune sub o mare presiune. | Fiţi atenţi şi reacţionaţi prin lăsarea braţului jos în situaţiile când presemnalizarea de joc pasiv nu mai este valabilă, şi asiguraţi-vă că echipa primeşte o nouă şansă de a reconstrui atacul. Când vă pregătiţi să fluieraţi după ce aţi arătat presemnalizarea de joc pasiv, aveţi grijă să alegeţi momentul potrivit; nu fluieraţi aruncarea liberă exact când echipa aruncă, în cele din urmă, la poartă…. Amintiţi-vă să acordaţi time-out în loc de gesturi pentru grăbirea executării aruncării, sau în loc de presemnalizarea de joc pasiv, pentru o intârziere    într-un moment în care fiecare secundă contează, în general la finalul unui meci echilibrat. | Fiţi pregătiţi pentru tactica devenită comună de a cere un time-out de echipă atunci când se arată presemnalizarea pentru joc pasiv. Aveţi în vedere faptul că acesta este timpul cel mai probabil pentru o aruncare la poartă prin surprindere, care se poate intâmpla chiar înainte primirii „cartonaşului verde”. Fiţi sigur cine are posesia mingii în momentul când fluieraţi. |