



**ASSOCIAÇÃO DE BASQUETEBOL DO GUARDA**

**REGULAMENTO  
TÉCNICO-PEDAGÓGICO  
DO  
MINIBASQUETE**



## ÍNDICE

1. Conceitos e Objetivos .....	2
2. Escalões Etários .....	3
3. Tempo de Jogo.....	3
4. Sistema de Pontuação .....	4
5. Dimensão do Campo .....	4
6. Altura das Tabelas .....	5
7. A Bola.....	6
8. As equipas.....	6
9. Substituições.....	6
10. Regra dos 3 Segundos.....	7
11. Proteção da Bola.....	7
12. Regresso da bola à zona defensiva.....	8
13. Faltas.....	8
14. Linha de Lance Livre .....	9
15. Regra dos Apoios .....	9
16. Árbitros .....	9
17. Faltas de comparência.....	10
18. Inscrições .....	10
19. FAIR-PLAY.....	11
20. Organização dos Convívios .....	11
21. Quadro Síntese .....	12
22. Calendário.....	13

## 1. Conceitos e Objetivos

Entender o significado mais amplo do conceito de Minibasquete é compreendermos que esta atividade vai muito para além de um simples movimento de iniciação ao basquetebol.

O Minibasquete pode ser praticado em clubes, escolas, programas autárquicos de educação física e de ocupação dos tempos livres, o que nos remete para realidades, preocupações e formas de intervenção distintas.

Seja qual for a realidade em que estamos a trabalhar uma ideia tem de ficar muito clara, o Minibasquete face às idades em causa, só tem verdadeiramente sentido se for encarado como uma atividade que proporcione **satisfação a todas as crianças envolvidas**.

Para explicar em breves palavras o que é o Minibasquete, a sua filosofia e os seus objetivos, que como já referimos vão muito para além do conceito de escalão de iniciação ao basquetebol, recorreremos à frase do Prof. Mário Lemos: *“Diga Minibasquete e não minibasquetebol. Minibasquete quer significar precisamente que este jogo é uma coisa e o basquetebol é outra.”*

Nesta perspetiva, o universo do Minibasquete deve ser, preferencialmente, encarado como uma atividade de cariz fortemente educativa e um espaço privilegiado de aprendizagem, desenvolvimento psicomotor e socialização.

No âmbito dos clubes, estas orientações não devem estar desligadas duma prática correta de iniciação desportiva. Contudo, quando se fala de Minibasquete é necessário compreender que este é um universo muito abrangente, sendo que o Minibasquete vai dos 6 aos 12 anos. Encontramos crianças com 12 anos que se estão a iniciar e crianças com a mesma idade com 6 anos de prática e, muito frequentemente dentro do mesmo grupo.

Este documento pretende regulamentar os convívios distritais de Minibasquete por forma a harmonizar a adaptação das regras em função da etapa de desenvolvimento e crescimento dos atletas de Minibasquete.

## 2. Escalões Etários

	Escalões
MINIBASQUETE	BABY*
	MINI-8 (a)
	MINI-10 (b)
	MINI-12

(\*) Inscrição após 4 anos completos.

- Atletas de 2º ano em **MINI-8** poderão jogar também em **MINI-10**, de acordo com a decisão do clube;
- Atletas de 2º ano em **MINI-10** poderão jogar também em **MINI-12**, de acordo com a decisão do clube.

## 3. Tempo de Jogo

De acordo com os princípios pedagógicos adequados às diferentes características de cada etapa do crescimento e desenvolvimento dos jovens praticantes e, **SEMPRE QUE LOGÍSTICAMENTE POSSÍVEL, ADAPTAR AS CONDIÇÕES EXISTENTES NOS RECINTOS** onde decorrem os Convívios adotando as seguintes medidas no que diz respeito ao tempo de jogo:

- **MINI-8 (Jogos disputados em sistema de 3X3):**

Neste escalão o jogo será dividido em 4 PERÍODOS de 6 ou 8 MINUTOS de duração corridos, separados por um período de descanso obrigatório de 1 minuto;

- **MINI-10 (Jogos disputados em sistema 3x3 ou 4X4):**

Sempre que os Pavilhões o permitam adaptar-se-á o espaço no sentido de disputar os jogos em sistema de 4x4. Caso tal seja possível, o jogo disputar-se-á em 4 PERÍODOS de 8 ou 10 MINUTOS de duração corridos, separados por um período de descanso obrigatório de 1 minuto;

- **MINI-12 (Jogos disputados em sistema de 4X4):**

Neste escalão o jogo será dividido em 4 PERÍODOS de 8 ou 10 MINUTOS de duração corridos, separados por um período de descanso obrigatório de 1 minuto.

**Importante:**

- Nestes escalões não são concedidos descontos de tempo;
- Cabe ao treinador gerir o esforço dos praticantes e proceder às substituições necessárias, no sentido de salvaguardar a integridade física e a saúde dos praticantes.

## 4. Sistema de Pontuação

Nos escalões de **MINI-8** e **MINI-10** a pontuação obtida em cada período restringe-se a esse mesmo período, voltando a zero no final do mesmo. No final de cada período é atribuído 1 ponto à equipa vencedora. Em caso de empate será atribuído 1 ponto a cada uma das equipas. Desta forma, pretende-se colmatar eventuais desníveis de qualidade de jogo, permitindo aos miúdos participar sem terem como foco principal o resultado.

## 5. Dimensão do Campo

Neste âmbito, o campo de jogo deverá ser uma superfície plana, retangular, livre de qualquer obstáculo.

**SEMPRE QUE LOGISTICAMENTE FOR POSSÍVEL ADAPTAR AS CONDIÇÕES EXISTENTES NOS RECINTOS**, as dimensões do campo devem ser as seguintes:

- **MINI-8 (Jogos disputados em sistema de 3X3):**

	MÍNIMO	MÁXIMO
Comprimento	15 (metros)	18 (metros)
Largura	10 (metros)	12 (metros)

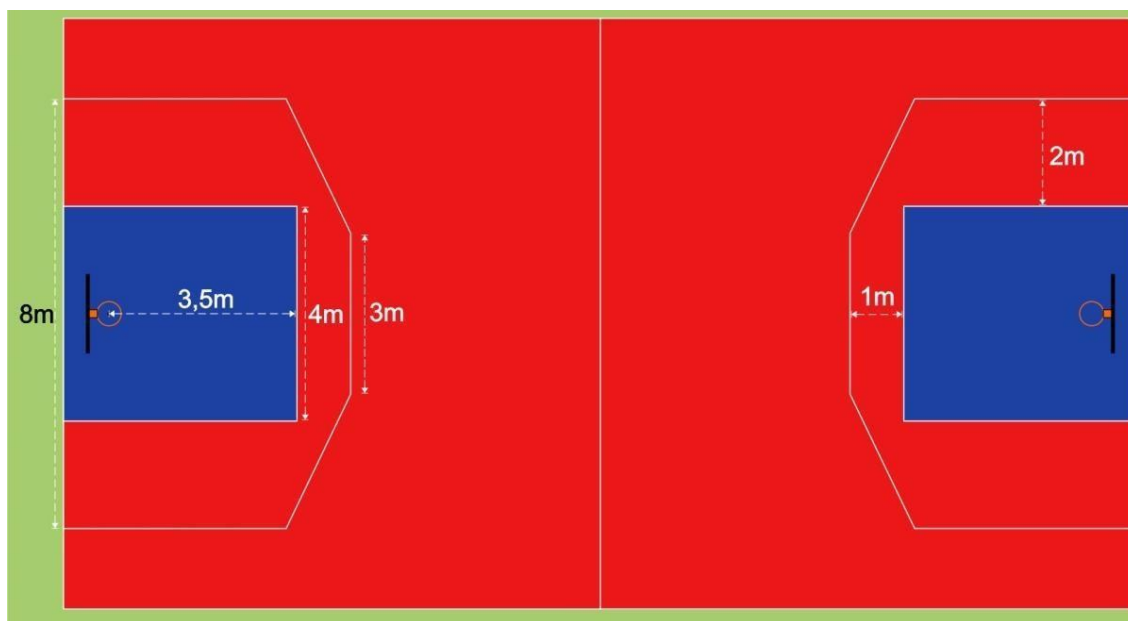
- **MINI-10 (Jogos disputados em sistema de 3X3):**

	MÍNIMO	MÁXIMO
Comprimento	18 (metros)	22 (metros)
Largura	12 (metros)	15 (metros)

- **MINI-10/12 (Jogos disputados em sistema de 4X4):**

	MÍNIMO	MÁXIMO
Comprimento	22 (metros)	26 (metros)
Largura	12 (metros)	15 (metros)

Nos jogos disputados em sistema 4x4, sempre que possível, deverão ser marcadas as seguintes linhas:



## 6. Altura das Tabelas

Sempre que logisticamente for possível adaptar as condições existentes nos recintos, as tabelas deverão ter as seguintes alturas:

Escalão	Altura
MINI-8	2,30 m
MINI-10	2,60 m
MINI-12	2,60 m

## 7. A Bola

Em todos os escalões de Minibasquete (MINI-8, MINI-10, MINI-12) utilizar-se-á a Bola oficial da F.P.B, tamanho 5, marca WILSON.

Excecionalmente nos MINI-8 poder-se-á utilizar a bola tamanho 3 caso o desenvolvimento psicomotor dos praticantes assim o justifique.

## 8. As equipas

Todos os praticantes deverão ter as mesmas oportunidades, pelo que deverão jogar sempre que possível o mesmo tempo. Para todos os escalões será obrigatório que todos os atletas inscritos no boletim joguem pelo menos 1 período.

Os clubes não terão que apresentar um número mínimo obrigatório de atletas. No caso de não apresentarem número de atletas suficiente para formar uma equipa podem juntar-se a atletas de outros clubes para assim poderem participar.

A indicação dos jogadores que jogarão em cada período de jogo é da responsabilidade do treinador.

- **MINI-8 / MINI-10 (Jogos disputados em sistema de 3X3):**

No escalão de Mini 8 e, atendendo ao facto destes jogos serem disputados em sistema de 3X3, será permitido atuar com um máximo de 11 atletas.

- **MINI-10 / MINI-12 (Jogos disputados em sistema de 4X4):**

Nestes escalões, cada equipa será composta por um máximo de 12 atletas.

## 9. Substituições

As substituições serão da responsabilidade de cada treinador, tendo em consideração os seguintes aspetos:

- Todos os praticantes deverão ter as mesmas oportunidades, pelo que deverão jogar sempre que possível o mesmo tempo;

- Os jogos deverão decorrer de forma equilibrada evitando resultados desnivelados;
- Servem para proteger um praticante (do desgaste físico, desequilíbrio emocional ou saúde fragilizada).

## 10. Regra dos 3 Segundos

### ESTA REGRA APENAS SE APLICA NO ESCALÃO DE MINI 12:

Um jogador não pode permanecer mais de 3 segundos na área restritiva da equipa adversária, com a sua equipa na posse de bola.

Esta regra deve ser aplicada com ESPECIAL BENEVOLÊNCIA neste escalão, apenas se justificando a sua aplicação quando o árbitro entender que existe uma tentativa deliberada por parte de uma equipa em tirar vantagem da colocação de um jogador de elevada estatura na área restritiva.

Um árbitro NÃO DEVE assinalar os 3 segundos a um jogador que permaneça acidentalmente na área restritiva e, que não tenha participado diretamente na ação que se desenvolveu.

## 11. Proteção da Bola

No Minibasquete é importante influenciar o comportamento dos praticantes no que diz respeito à intervenção defensiva sobre o portador da bola, por forma a incentivar os comportamentos pró-ativos e a desincentivar o sentimento de insegurança e de receio na realização das ações individuais. Assim, constitui uma orientação técnico pedagógica do Comité Regional de Minibasquete da Guarda que:

- No escalão de **MINI-8** não deverá ser permitido em circunstância alguma, o roubo de bola, quando um jogador a tem em sua posse;
- No escalão de **MINI-10** o roubo de bola só será permitido a partir do drible do atacante, o que implica não permitir que seja feito das mãos do atacante;



- No escalão **MINI-12** todo o tipo de roubo de bola será permitido, sem qualquer tipo de restrições.

## 12. Regresso da bola à zona defensiva

### ESTA REGRA APENAS SE APLICA NO ESCALÃO DE MINI-12:

Um jogador da equipa de posse de bola na sua zona de ataque não a pode devolver para a sua zona de defesa. Se tal acontecer, perde a posse de bola sendo esta repostada na linha lateral pela equipa adversária.

## 13. Faltas

O jogo de Minibasquete deverá ser jogado sem que os/as praticantes recorram ao contacto físico como forma de controlar o adversário. Neste domínio, a intervenção dos AMIGOS (árbitros) é fundamental para que o jogo decorra dentro da normalidade. Recomenda-se algum rigor na marcação das faltas, especialmente nos contactos verificados sobre o/a portador/a da bola. Todos os contactos em que o infrator fica em vantagem devem ser penalizados com falta. Os contactos (não intencionais) que não interferem com o normal desenrolar do jogo não proporcionando situações de vantagem e de desvantagem deverão ser tolerados.

No entanto, e considerando que o tempo de jogo é corrido, há que o rentabilizar minimizando o número de situações em que o jogo está “parado”, considerando:

- No escalão **MINI-8** não se realizarão Lances-livres;
- Nos escalões **MINI-10** e **MINI-12** todas as faltas cometidas em ato de lançamento (se este for convertido tem direito a um lance-livre adicional) serão sancionadas com a realização de dois lançamentos livres.

## 14. Linha de Lance Livre

No Minibasquete e de acordo com os diferentes escalões, a linha de lance livre deverá estar marcada às seguintes distâncias:

Escalão	Distância da Tabela
Mini-10	4 (metros)
Mini-12	4 (metros)

## 15. Regra dos Apoios

No Minibasquete é importante promover a correta execução da regra dos apoios e de forma progressiva, com uma orientação técnico pedagógica do Comité Regional de Minibasquete da Guarda:

- No escalão de **MINI-8** não se deve interromper o desenrolar do jogo para apitar violação da regra dos apoios;
- No escalão de **MINI-10** dever-se-á apitar a violação das regras de apoio se o atleta apresentar um deslocamento excessivo, com bola e em situações em que existe uma alternância do “pé eixo”, opção justificada pela proteção ao portador da bola imposta no regulamento;
- No escalão **MINI-12** dever-se-á apitar a violação das regras de apoios devendo o árbitro ter uma intervenção pedagógica.

## 16. Árbitros

Todos os clubes que participam nos convívios deverão fazer-se acompanhar de um árbitro.

Recomenda-se aos árbitros que deverão intervir de acordo com o nível dos praticantes ajudando-os a tirar partido do jogo. Recordamos que a maior responsabilidade do árbitro é atuar de forma pedagógica e não como um severo juiz.

Recomenda-se igualmente uma certa tolerância em relação às violações casuais e de menor importância, ainda que isso traga alguma vantagem ao atleta que a protagonize.

Os princípios éticos e o comportamento moral assumem um papel destacado. Um comportamento moral inaceitável deve ser sempre punido. Os **TREINADORES** assumem-se como um **EXEMPLO** para os jovens praticantes e não devem, em momento algum, emitir comentários/opiniões inoportunos, desagradáveis e que, de todo, não respeitem a desejada sã convivência entre todos os agentes envolvidos.

## 17. Faltas de comparência

As equipas que por motivos de força maior não possam comparecer a um dos convívios ordinários do calendário deverão comunicar com uma antecedência mínima de 8 dias.

Em caso de falta de comparência serão aplicadas as sanções previstas no regulamento de apoio ao Minibasquete da Associação de Basquetebol da Guarda.

## 18. Inscrições

Só poderão participar nos jogos de Minibasquete os atletas que estejam inscritos regularmente na Associação de Basquetebol da Guarda.

Toda a documentação de inscrição, bem como o Seguro Desportivo são obrigatórios e de carácter gratuito.

Cada atleta deverá apresentar um Boletim de Exame Médico ou em alternativa, junto da Associação de Basquetebol da Guarda, atestado médico habilitando o jovem atleta para a prática desportiva.

Cada equipa apresentará a ficha de identificação dos praticantes antes do início do 1º jogo em cada convívio.

## 19. FAIR-PLAY

No início e no final dos jogos os atletas participantes deverão alinhar no centro do campo, voltados para a mesa, saudando-se e cumprimentando-se mutuamente.

Em caso de queda ou lesão de algum dos intervenientes diretos, o jogo deverá ser imediatamente interrompido pelo árbitro e se for caso disso, o jogador de posse de bola deve parar de imediato atirando a bola para além das linhas limite.

Os Treinadores durante o jogo deverão dirigir-se ao árbitro, oficiais de mesa e treinador da equipa adversária apenas para tratar de assuntos essenciais ao normal funcionamento da atividade e sempre com a **MÁXIMA CORDIALIDADE e RESPEITO**.

## 20. Organização dos Convívios

Os Convívios vão decorrer entre os meses de outubro e junho.

Todos os clubes inscritos deverão indicar à Associação de Basquetebol da Guarda quais os escalões e equipas com que pretendem participar. Deverão indicar os Convívios em que vão participar com um tempo de antecedência de pelo menos 15 dias.

Deverão referenciar os dias e o respetivo horário dos Convívios que pretendem organizar nas suas instalações. No que se refere aos convívios ordinários a marcação das datas de realização deverá ser até ao final de outubro. Podendo sempre propor pontualmente a realização de Convívios extraordinários com uma antecedência mínima de 30 dias.

Cada Clube Organizador deverá designar um responsável pela organização do Convívio. Este elemento será responsável por garantir a aplicação das orientações constantes deste documento, assim como pelo envio dos respetivos documentos referentes à atividade (ficha de identificação dos praticantes e relatório do convívio).

Independentemente de estar um elemento do Comité Regional de Minibasquete da Guarda presente, o responsável pela organização do Convívio deverá, **SEMPRE**, assumir total responsabilidade sobre o desenrolar da atividade, trabalhando **SEMPRE** em

parceria com o representante do Comité Regional de Minibasquete da Guarda, de acordo com o regulamentado no presente documento.

Cada clube deverá organizar 2 convívios anuais dentro da calendarização definida, os quais deverão realizar-se preferencialmente ao sábado de manhã ou em alternativa no sábado à tarde (caso a sua realização não seja possível durante o período da manhã) com o seguinte horário:

Manhã	
9:30	11:00
10:00	11:30
10:30	12:00

Tarde	
14:30	16:00
15:00	16:30
15:30	17:00

Os horários determinados dizem respeito à hora de início dos jogos, devendo as equipas apresentarem-se com a devida antecedência (30 minutos antes). De igual modo, o CLUBE ORGANIZADOR deverá ter toda a logística necessária preparada com a mesma antecedência.

## 21. Quadro Síntese

Parâmetros	MINI-8	MINI-10		MINI-12
Formato	3x3	3x3	4x4	4x4
Dimensões (C x L)	(15-18) x (10-12)	(18-22-26) x (12-15)		(22-26) x (12-15)
Altura do aro	2,30 m	2,60 m		2,60 m
Passos	Não	Tolerância		Sim
Bola	3 ou 5	5		5
Lances Livres	Não	Sim		Sim
Roubo de Bola	Não	No drible		Sem restrições
Triplos	Não	Não		Sim
Defesa Individual	Sim	Sim		Sim

## 22. Calendário

Solicita-se a todos os clubes no início da cada época que indiquem duas datas preferenciais para a organização de convívios, sendo o Comité Regional de Minibasquete da Guarda da Associação de Basquetebol da Guarda responsabilizar-se por organizar dois convívios, o de abertura e o de encerramento.

A calendarização anual dos convívios de Minibasquete, é enviada em comunicado no início da cada época e está disponível no website da Associação de Basquetebol da Guarda ([www.abguarda.pt](http://www.abguarda.pt)).