

# Agrupació Esportiva Futbol a Peu de Catalunya

Normes del joc - 6 de desembre de 2023

Introducció	3
Secció A: Jugadors, camps i equipament.	3
Jugadors	3
Camps	3
Secció B: Faltes.	4
Córrer	4
Pilota per sobre de l'alçada del cap	4
Contacte físic	5
Límit de tocs	5
Conducta perillosa o imprudent	5
Infraccions de l'àrea de porteria	5
Altres infraccions	5
Secció C: Sancions.	6
Tirs lliures	6
Tirs de penal	6
Infraccions de targeta blava i targeta vermella	7
Secció D: Començar, aturar i continuar el joc.	7
Començar un partit	7
Aturar i reprendre el joc	8
Continuació del joc	8
Serveis de banda i córners	8
Jugar amb avantatge	8

Secció E: Seguretat	9
Secció F: OMG	9
Penal i targeta vermella	9

## Introducció

Aquesta edició revisada de les "Normes del joc" de la Walking Football Association (WFA) de l'1 de març de 2022 (V2) reconeix que aquest esport únic està evolucionant i desenvolupant-se a mesura que creix, però, tanmateix, s'aferra fermament a l'ethos i els valors bàsics del joc. Per garantir que tots els partits es juguen amb seguretat tenint en compte l'edat, el gènere i l'habilitat dels participants s'espera que tots els jugadors, directius i els membres dels clubs es comportin en conseqüència, respectant tots els participants, inclosos els àrbitres i altres oficials del partit. No fer-ho podria donar lloc a mesures disciplinàries, inclosa la desqualificació de persones o clubs dels esdeveniments de la WFA.

## Secció A: Jugadors, camps i equipament.

### Jugadors

1. Els porters s'han de distingir clarament dels jugadors de camp de qualsevol dels dos equips.
2. Els suplents s'han de distingir clarament dels jugadors de qualsevol dels dos equips, fins que entren en joc.
3. Un partit s'ha d'abandonar si un equip es redueix permanentment per sota del nombre mínim de jugadors. El terme "permanentment" no s'aplica, però, als jugadors penalitzats per targeta blava, però sí que s'aplica als jugadors que no poden jugar per lesió o han rebut una targeta vermella. El nombre mínim de jugadors per format és:
  1. Partits a 5 – mínim de 3 jugadors
  2. Partits a 6 – mínim de 4 jugadors
  3. Partits a 7 – mínim de 4 jugadors
  4. Partits a 8 – mínim de 5 jugadors
4. Un equip que provoqui l'abandonament d'un partit el perdrà.

### Camps

5. Les dimensions estàndard del camp per a competicions (és a dir, a 5, 6 i 7) tenen una amplada entre 25 metres (mínim) i 37 metres (màxim) i una llargada entre 35 metres (min) i 55 metres (màxim). Es reconeix, però, que els camps d'algunes instal·lacions poden quedar fora d'aquestes directrius, en aquest cas és una qüestió que l'àrbitre decideixi si es pot jugar o no.
6. La mida estàndard de la porteria per a aquestes competicions és una amplada entre 3 metres (min) i 5 metres (màxim) i una alçada entre 1,2 metres i 2 metres (màxim). Es reconeix, però, que els objectius d'algunes instal·lacions poden quedar fora d'aquestes directrius, en aquest cas correspon a l'àrbitre decidir si es pot jugar o no.
7. Una àrea de porteria ha d'estar clarament marcada a cada extrem del terreny de joc. L'àrea pot ser un semicercle o un rectangle i s'ha d'estendre entre 4 metres (min) i 6 metres (màxim) des de la línia de gol.
8. Un punt de penal clarament marcat s'ha de col·locar en línia amb el centre de la porteria i a 6 metres de la línia de gol.
9. La posició de la pilota al terreny de joc es determina quan travessa completament una línia (és a

dir, tota la pilota). Una pilota situada a la línia que marca l'àrea de gol és considerada dins d'aquesta àrea i, per tant, només pot ser jugada pel porter.

## **Secció B: Faltes.**

### **Córrer**

1. Cap jugador no pot córrer o trotar, amb pilota o sense (inclosos els porters), i normalment donarà lloc a un tir lliure indirecte. Si, en l'opinió de l'àrbitre, aquesta conducta evita un gol o una ocasió manifesta de gol (OMG), llavors el jugador o jugadors infractors poden ser eliminats del joc (targeta vermella) i es considera un tir de penal, subjecte a la Secció F: OMG, penalització i targeta vermella, tal com es descriu a la subsecció 1.
2. L'àrbitre tindrà l'única interpretació per decidir què és caminar i què no. L'acció de caminar es determina generalment com una progressió de passos al llarg dels quals hi ha constantment almenys un peu en contacte amb el terra; els dos peus estan momentàniament tocant a terra amb la cama que avança estirada.

### **Pilota per sobre de l'alçada del cap**

3. La pilota no es pot aixecar per sobre de l'alçada del cap:
  - I. La pilota s'ha de considerar morta un cop hagi superat l'alçada del cap, excepte en els tirs directes a porteria.
  - II. L'alçada del cap es defineix com 1,83 metres o l'alçada del pal horitzontal de la porteria, que no ha de superar els 2 metres (vegeu la secció A, punt 6).
  - III. La totalitat de la pilota ha de superar l'alçada del cap per ser considerada una infracció.
  - IV. L'àrbitre tindrà l'única interpretació sobre la pilota que sobrepassa l'alçada del cap.
  - V. Un jugador comet una falta si fa que la pilota viatgi per sobre de l'alçada del cap.
  - VI. Un jugador comet una falta si desvia la pilota i se'n va per sobre alçada del cap.
  - VII. Un jugador comet una falta si tira la pilota contra una barrera i aquesta supera alçada del cap.
  - VIII. Si una pilota és desviada pel marc de la porteria i supera l'alçada del cap, no és considerada com una falta, però la pilota s'ha de considerar immediatament morta i retinguda pel porter.
  - IX. Si una pilota és desviada pel porter en el procés de fer una aturada i supera l'alçada del cap abans de tornar a jugar, no es considera una falta, però la pilota ha de ser immediatament considerada morta i retinguda pel porter.
  - X. Si una pilota és desviada pel porter en el procés de fer una parada i supera l'alçada del cap, però després entra a porteria, s'hauria de considerar gol.
  - XI. Si una pilota és desviada pel porter en el procés de fer una aturada i supera l'alçada del cap, però després surt directament del terreny de joc, s'ha d'atorgar córner o servei de banda, depenent de per on hagi creuat la pilota la línia.

## **Contacte físic**

4. El contacte físic no està permès i, per tant, es considera un joc brut. El terme "contacte físic" inclou:
- I. Entrada a un jugador en una barrera.
  - II. Bloquejar o acorralar un jugador contra una barrera.
  - III. Aglomerar (dos jugadors contra un) un jugador contra una barrera.
  - IV. Càrrega d'espatlles, empènyer o barallar-se.
  - V. Travessar-se o obstruir un oponent per obtenir un avantatge o negar a aquest jugador l'accés a la pilota o a una posició.

## **Límit de tocs**

5. Un jugador comet una falta quan fa més de tres tocs de pilota consecutius.

## **Conducta perillosa o imprudent**

6. Les conductes perilloses o temeràries deliberades, independentment que hi hagi o no qualsevol contacte físic, s'han de considerar com un joc brut "agreujat".

## **Infraccions de l'àrea de porteria**

7. Un porter que surt de l'àrea de porteria voluntàriament durant el joc comet una falta .
8. La línia que marca l'àrea de gol es considera que està dins d'aquesta àrea per al propòsit d'identificar les infraccions de l'àrea d'objectiu.

## **Altres infraccions**

9. Un jugador comet una falta si toca deliberadament la pilota amb el cap.
10. Un jugador comet una falta si entra o bloqueja un altre jugador lateralment.
11. Un jugador comet una falta si entra o pressiona un jugador contrari per darrere, independentment de si hi ha algun contacte físic.
12. Qualsevol jugador, que no sigui un porter, comet una falta si juga deliberadament la pilota amb la mà o el braç.
13. Un jugador comet una falta si no executa un tir lliure, penal, servei de banda, servei inicial o córner d'acord amb les normes o segons les instruccions de l'àrbitre.
14. Un jugador comet una falta si executa un tir lliure, penal, servei de banda, servei inicial o córner mentre la pilota es mou.
15. Un jugador comet una falta si fa un servei de banda mentre la pilota no està darrere de la línia que marca la zona de camp.
16. Un jugador comet una falta si s'agafa a una barrera o tanca per protegir la pilota o per obstruir un jugador contrari, tret que aquest contacte sigui necessari per evitar una col·lisió o per mantenir l'equilibri.
17. Qualsevol jugador, que no sigui un porter, comet una falta si juga deliberadament la pilota mentre està a terra (és a dir, amb qualsevol part del seu cos que no siguin els peus sobre el terreny de joc).
18. Un porter comet una falta si juga deliberadament la pilota d'una altra manera que no sigui per llençar-la amb la mà o per donar-li una puntada de peu des del terra.

19. Un jugador comet una falta si fa un tir directe a la porteria contrària des del seu propi camp.

## **Secció C: Sancions.**

### **Tirs lliures**

1. Tots els incidents de joc brut són penalitzats amb un tir lliure contra l'equip del jugador infractor.
2. Tots els tirs lliures són indirectes i s'han de fer al lloc de la infracció, amb els jugadors contraris a una distància mínima de 3 metres de la pilota.
3. El jugador pot començar el seu moviment de puntada a un màxim d'un metre darrere de la pilota, i se li permetrà fer passos il·limitats en un moviment continu cap a la pilota. L'àrbitre indicarà la posició inicial d'un metre.
4. La pilota no s'ha de colpejar amb força indeguda o d'una manera que pugui causar una lesió.
5. Només es permetrà fer gol després d'un tir lliure si la pilota ha estat jugada per part d'un altre jugador. Això no inclou un tir directe a porteria que es desvia cap a la porteria per l'acció involuntària d'un altre jugador o del porter.
6. Tanmateix, hi ha una sèrie d'excepcions per als tirs lliures:
  - I. Si es considera que un porter ha provocat deliberadament que la pilota excedeixi l'alçada del cap, s'ha de concedir un tir lliure indirecte a l'equip contrari a 3 metres fora de l'àrea de porteria, adjacent a on s'ha produït la infracció.
  - II. Si es considera que un porter ha jugat deliberadament la pilota d'una altra manera que no sigui llançant-la amb la mà o donant-li una puntada de peu des del terra, s'ha de concedir un tir lliure indirecte a l'equip contrari a 3 metres fora de l'àrea de porteria, adjacent a on s'ha produït la infracció.
  - III. Si un porter abandona l'àrea de porteria durant el joc, s'atorgarà un tir de penal a l'equip contrari. Això no s'aplica quan el porter abandona l'àrea només com a resultat de l'impuls, sempre que ell o ella no estigui en possessió de (i no jugui) la pilota fora de l'àrea de gol.
  - IV. Si un jugador de camp entra a l'àrea de la porteria que defensa (tret que sigui només com a resultat de l'impuls), independentment de si juga o no la pilota, s'ha de concedir un tir de penal a l'equip contrari.
  - V. Els tirs lliures ràpids dins de l'àrea de 3 metres de la porteria hauran de desplaçar-se enrere fins a 3 metres fora de l'àrea de porteria, abans que el tir lliure ràpid es pugui realitzar.

### **Tirs de penal**

7. Un tir de penal és un tir lliure directe.
8. El jugador pot començar el seu moviment de puntada a un màxim d'un metre darrere de la pilota, i se li permetrà fer passos il·limitats en un moviment continu cap a la pilota. L'àrbitre indicarà la posició inicial d'un metre.
9. Un jugador en procés de llançar un tir de penal comet una falta si inicialment ho fa simulant colpejar la pilota, per tal que el porter es mogui cap a una direcció específica.
10. Quan s'enfronta a un tir de penal, un porter pot moure qualsevol part del seu cos i moure's per la línia de gol, però no està permès avançar fora de la línia de gol abans de fer el llançament; això hauria de donar lloc a tornar a llençar un penal fallat o parat.
11. Tots els jugadors, excepte el porter que defensa el penal, han de ser darrere de la pilota immediatament abans del llançament de la puntada.

## Infraccions de targeta blava i targeta vermella

12. Si un jugador acumula 3 faltes, l'àrbitre ha de mostrar-li una targeta blava i demanar-li que deixi el joc (penalització) durant 2 minuts.
  - I. Un jugador que rep aquesta sanció ha de perdre 2 minuts de temps de joc.
  - II. Si un jugador que torna de la penalització comet tres infraccions més, l'àrbitre hauria de fer que no juguin més en el partit (expulsió).
  - III. L'àrbitre tindrà l'única discreció per determinar quines infraccions són dignes de d'acumular-se. Per exemple, fer que la pilota vagi per sobre l'alçada del cap pot no necessàriament justificar aquesta acumulació.
13. Si un jugador és culpable d'una conducta deliberadament perillosa o imprudent, això "agreuja" el joc brut i l'àrbitre hauria de mostrar, en aquestes circumstàncies, una targeta vermella i fer que no jugués més en el partit (expulsió) i, si fos aplicable, tampoc en la competició.
14. Si un jugador (inclòs un substitut fora del camp) utilitza amenaces, paraules o comportaments abusius o insultants cap a qualsevol altre jugador, un àrbitre, un oficial o a qualsevol altre participant, l'àrbitre ha de mostrar una targeta vermella i obligar-lo a no jugar més en el partit (expulsió) i, si escau, en la competició.
15. Si l'àrbitre permet executar un tir lliure ràpid després d'una targeta vermella o blava i el jugador infractor s'implica en el joc, l'àrbitre aturarà immediatament el joc i prendrà les mesures disciplinàries adequades contra el jugador infractor. El joc es reiniciarà amb un tir lliure indirecte dels oponents des d'on s'havia involucrat el jugador infractor amb el joc.
16. Si l'àrbitre dóna avantatge per una falta amb una targeta vermella o una targeta blava i el jugador infractor es veu involucrat en el joc, l'àrbitre aturarà immediatament el joc i prendrà les mesures disciplinàries corresponents contra el jugador infractor. El joc es reiniciarà amb un tir lliure indirecte dels oponents des d'on s'havia involucrat el jugador infractor amb el joc.

*La redacció anterior significava que si un jugador cometia una infracció d'expulsió, però els rivals tenien una bona ocasió de gol, l'àrbitre podia donar avantatge. No obstant això, el jugador no era expulsat fins que s'aturava el partit i significava que el jugador podia marcar un gol o aturar un gol. Això era clarament injust en tant que el jugador no hauria d'estar al terreny de joc per poder-ho fer. La norma ara exigeix l'àrbitre aturar el partit i penalitzar el jugador tan aviat com el jugador es vegi involucrat en el joc actiu: el reinici és un tir lliure tret que el jugador cometi una infracció que resulti en l'atorgament d'un tir de penal. Això s'aplica per a infraccions d'expulsió directa (TV), per a una segona infracció amb targeta blava (2a TB) o, una primera infracció amb targeta blava (1r TB).*

## Secció D: Començar, aturar i continuar el joc.

### Començar un partit

1. S'utilitzarà una moneda a l'inici d'un joc per determinar si un equip vol començar o triar quin extrem del camp volen atacar. L'equip guanyador del sorteig tria en primera opció.
2. El partit només començarà quan l'àrbitre xiuli.
3. No es pot marcar un gol directament des d'un servei inicial, fins i tot en el cas desviació a la porteria d'un jugador contrari o del porter. El gol hauria de ser anul·lat i concedir un tir lliure a l'equip contrari.

## Aturar i reprendre el joc

4. Si l'àrbitre atura el joc amb una xiulada, el joc només s'ha de reprendre davant un senyal clar de l'àrbitre. Aquest senyal pot ser un xiulet, de viva veu o un senyal amb el braç. L'excepció són els "tirs lliures ràpids".
5. Es poden executar tirs lliures ràpids sense el senyal de l'àrbitre per reprendre el joc, sempre que l'àrbitre consideri que l'acció és segura. Si el joc es reinicia d'una manera insegura, l'àrbitre pot decidir prendre les mesures oportunes com cregui convenient. Això podria ser tornar a fer el tir lliure o revocar la decisió i concedir el tir lliure a l'equip contrari.  
Nota d'aclariment:
  - Un jugador que intenti intencionadament evitar el llançament d'un tir lliure ràpid rebrà una targeta blava.
  - És decisió de l'àrbitre concedir un tir lliure.
  - És decisió dels jugadors de llançar un tir lliure ràpid.
6. Es pot utilitzar un bot neutral per reprendre el joc quan no sigui possible determinar quin equip hauria de tenir-ne la possessió, per exemple, després d'una aturada sobtada del joc causada per una lesió.
7. Un servei de banda reprèn el joc (en camps amb línies de banda) en el punt on la pilota ha sortit del terreny de joc.
8. Un servei de córner reprèn el joc (en camps amb línies de gol) al mateix costat el terreny de joc on la pilota n'ha sortit.

## Continuació del joc

9. Els porters poden distribuir la pilota quan estiguin a terra.
10. Es permeten passades enrere il·limitades entre un jugador i el porter.
11. Els porters poden agafar la pilota directament des d'una passada enrere.

## Serveis de banda i córners

12. Els serveis de banda i els córners són indirectes, amb els jugadors contraris a una distància mínima de 3 metres de la pilota. Només es permetrà un gol després d'un servei de banda o d'un córner una vegada la pilota hagi estat jugada per un altre jugador: tirs directes a porteria des d'un servei de banda o córner no estan permesos i qualsevol d'aquests gols serà anul·lat, encara que hagi estat desviat per un altre jugador (porter inclòs).
13. Un jugador executant un servei de banda o un córner pot començar el moviment de puntada a una distància màxima d'un metre per darrere de la pilota, i se li permetrà passos il·limitats en moviment continu cap a la pilota. L'àrbitre indicarà la posició inicial d'un metre.
14. La pilota no s'ha de colpejar amb una força indeguda o d'una manera que pugui causar lesió.

## Jugar amb avantatge

15. Encara que la decisió de jugar amb avantatge pot dependre de moltes circumstàncies, es recomana als àrbitres que prenguin aquestes mesures només si:
  - beneficia l'equip que no ha comès la infracció
  - és segur fer-ho i és poc probable que provoqui un enfrontament, especialment després d'una situació de contacte físic

Els àrbitres han d'indicar clarament que es permet un avantatge i també assegurar-se que prenen les mesures correctives adequades (targeta blava, advertència/consell) quan sigui segur i adequat



fer-ho.

## Secció E: Seguretat

1. Els jugadors s'han d'abstenir de portar joies o rellotges. Es pot utilitzar cinta per cobrir anells.

## Secció F: OMG

### Penal i targeta vermella

1. Evitar una ocasió manifesta de gol (OMG) és una infracció amb targeta vermella. Aquesta norma tracta d'evitar que la defensa detingui il·legalment la majoria de les ocasions perilloses de gol dels seus oponents, i té en compte agafar la pilota i cometre una falta a un atacant que es desplaça cap a la porteria, mitjançant una infracció sancionada amb un tir lliure o de penal. Evidentment, és una decisió molt important per a l'àrbitre determinar OMG, ja que l'equip jugaria amb un jugador menys.
2. Agafar la pilota. Això òbviament no s'aplica a un porter dins de la seva pròpia àrea de penal, però s'aplica al porter que surt de l'àrea de penal per agafar deliberadament la pilota o un jugador de camp que agafa deliberadament la pilota en un xut que anava a porteria.
3. Tingueu en compte que no és una infracció quan un porter fa una parada dins l'àrea de penal i el seu impuls el porta fora de l'àrea amb la pilota agafada.
4. Si un defensor (no el porter) agafa deliberadament la pilota que està entrant a porteria, s'ha de permetre el gol i es registra la falta pel procés d'acumulació. Si aquesta és la tercera o la sisena infracció del jugador, l'àrbitre prendrà les mesures disciplinàries oportunes.
5. Quan un defensor comet una falta sobre un atacant que es mou cap a la porteria de l'oponent, o el defensor bloqueja corrent un tir a porteria l'àrbitre ha de prendre una decisió molt important.
6. Aquestes decisions s'han de basar en els quatre elements d'una ocasió manifesta de gol abans que la falta es converteixi en una infracció amb targeta vermella. Es descriuen com les quatre D:
  - Defensors: sense comptar el jugador que comet la falta, hi ha un defensor, com a màxim, entre la falta i la porteria. Aquest altre defensor generalment és el porter. El porter que comet una falta pot ser expulsat per aquesta acció.
  - Distància a la pilota: l'atacant ha d'estar prou a prop de la pilota per a continuar jugant-la en el moment de la falta.
  - Distància a la porteria: l'atacant ha d'estar prou a prop de la porteria per tenir una oportunitat manifesta de gol. Per tant, estar a prop de l'àrea de penal contrària és més probable que sigui una oportunitat manifesta de gol que si l'atacant està a la meitat defensiva del camp del seu equip.
  - Direcció: l'atacant ha d'estar avançant cap a la porteria de l'oponent en el moment de la falta, no cap a una bandera de córner o lluny de la porteria.
7. Per una infracció OMG, el joc s'ha de reprendre amb un tir de penal de l'equip ofès.
8. Per una infracció OMG, s'ha de mostrar una targeta vermella al jugador infractor.
9. Exemple; Només com a referència, i té la intenció d'ATURAR l'anomenada 'Falta professional': Si un atacant té la possessió de la pilota i es considera que té una oportunitat manifesta de gol, i un defensor o el porter comet deliberadament una falta o li impedeix l'oportunitat manifesta de gol, aquest defensor o porter serà expulsat i es concedirà un tir de penal.