



## **Regras do Hockey 5s incluindo explicações**

**Em vigor a partir de 1º de agosto de 2020  
(atualizado em 12 de junho de 2020)**

Copyright FIH 2016

A Federação Internacional de Hóquei  
Rue du Valentin 61  
CH 1004, Lausanne  
Suíça

Telefone: +41 21 641 0606  
Faxe: +41 21 641 0607  
E-mail: [info@fih.ch](mailto:info@fih.ch)  
Internet: [www.fih.ch](http://www.fih.ch)

## **Responsabilidade e Responsabilidade**

Os participantes do Hockey5s devem estar cientes das Regras do Hockey5s e de outras informações nesta publicação. Espera-se que eles atuem de acordo com as Regras, a menos que explicitamente acordado pela FIH, uma Federação Continental, uma Associação Nacional ou todas as pessoas que participam de uma partida.

A ênfase é colocada na segurança. Todos os envolvidos no jogo devem agir levando em consideração a segurança dos outros. A legislação nacional relevante deve ser observada. Os jogadores devem garantir que seu equipamento não constitua um perigo para si próprios ou para terceiros em virtude de sua qualidade, materiais ou design.

A Federação Internacional de Hóquei (FIH) não se responsabiliza por quaisquer defeitos ou não conformidades das instalações e não se responsabiliza por quaisquer consequências decorrentes da sua utilização. Qualquer verificação de instalações ou equipamentos realizada antes de uma partida é limitada para garantir uma aparência geral de conformidade e requisitos esportivos.

Os árbitros exercem um papel importante no controle do jogo e na garantia de um jogo justo.

## **Implementação e Autoridade**

As regras do Hockey5s se aplicam a todos os jogadores e oficiais do Hockey5s. As associações nacionais têm liberdade para decidir a data de implementação a nível nacional. A data de implementação da competição internacional é 1º de julho de 2020.

As regras são emitidas pelo Comitê de Regras FIH sob a autoridade da Federação Internacional de Hóquei. Os direitos autorais pertencem à Federação Internacional de Hóquei.

## **Disponibilidade das regras**

As informações sobre a disponibilidade das Regras e outras informações no site do FIH estão incluídas no final desta publicação.

## CONTEÚDO

<b>Introdução</b> .....	4
<b>Jogando o jogo</b>	
1.O Campo.....	5
2. Composição de equipas.....	6
3.Capitães.....	7
4. Roupas e equipamentos dos jogadores.....	7
5. Partida e resultado.....	8
6. Início e reinício a partida.....	8
7. Bola fora do campo .....	9
8. Método de conversão de um gol .....	10
9. Conduta de jogo: jogadores.....	10
10. Conduta de jogo: goleiros .....	11
11. Conduta do jogo: árbitros.....	12
12. Penalidades .....	12
13. Procedimentos para a cobrança de penalidades.....	13
14. Penalizações pessoais.....	14

## INTRODUÇÃO

### Hockey5s

Hockey5s é um formato curto do esporte que visa aumentar o alcance global do hóquei por meio de um jogo rápido, hábil e adaptável com um conjunto de regras simplificadas.

Haverá sempre 2 períodos, ou tempos, porque o objetivo é que o Hockey 5 seja curto, ágil e emocionante.

Como o Hockey5s pode ser adaptado e jogado com flexibilidade, será explicado posteriormente nesta introdução. Quaisquer questões não tratadas explicitamente nas Regras do Hockey 5s são cobertas pelas Regras do Hóquei para 11 jogadores. Entre outras coisas, isso permite que este documento que descreve as Regras do Hockey5s seja breve.

Hockey5s é uma nova versão do esporte, então o FIH reconhece que algumas mudanças podem ocorrer nas regras detalhadas. Caso isso aconteça, as alterações serão publicadas no site do FIH [www.fih.ch](http://www.fih.ch)

### Adaptando Hockey5s

Para competições internacionais, como a Copa do Mundo de Hockey5s, os Jogos Olímpicos da Juventude e Torneios de qualificação, as Regras devem ser muito precisas e seguidas por todos os participantes, podendo também haver regulamentos do torneio que variam as regras do Hockey5s. No entanto, fora das competições internacionais, o Hockey5s foi projetado para ser adaptável às instalações disponíveis e para jogadores de todas as idades e habilidades.

Por exemplo, se a área de jogo for menor do que a especificada nestas Regras, pode ser apropriado jogar com apenas quatro jogadores de cada equipe em campo. Um goleiro é exigido nas Regras, mas, se necessário e apropriado, o jogo pode ser disputado apenas com jogadores de linha. Pode não ser possível fornecer tabelas, nesse caso em que a bola fora das linhas laterais poderia ser tratada da mesma forma que no hóquei de onze. Outras regras de jogo podem ser adaptadas conforme necessário com estas Regras de Hockey5s publicadas fornecendo um ponto de referência e estrutura.

As regras não especificam o tipo de superfície em que o Hockey5s é jogado. É perfeitamente aceitável jogar em qualquer superfície, incluindo grama natural, grama sintética e áreas de recreação intensas.

Desta forma, o Hockey5s pode ser jogado em qualquer lugar e a qualquer hora. É, portanto, uma introdução ideal ao esporte que permite o desenvolvimento de habilidades essenciais e o jogo a ser apreciado com regras simples em um ambiente mais informal.

### Desenvolvendo Hockey5s

A FIH estará promovendo o Hockey5s como uma versão complementar do hóquei de 11. Portanto, são bem-vindas sugestões para o desenvolvimento das Regras ou para esclarecimentos sobre elas, especialmente das Associações Nacionais de Hóquei. As Associações Nacionais são uma importante fonte primária de aconselhamento e orientação, mas, se apropriado, sugestões de Regras ou perguntas podem ser enviadas por e-mail para [info@fih.ch](mailto:info@fih.ch) ou para o endereço postal da FIH.

### Mudanças nas regras

Para todas as alterações nesta edição do Regulamento, mesmo para pequenos esclarecimentos ou alterações de redação, uma linha aparece na margem de qualquer texto que tenha sido ajustado.

## Jogando o jogo

**Para obter explicações sobre a terminologia e quaisquer outros assuntos não tratados explicitamente nestas Regras do Hockey5s, consulte as Regras do Hóquei.**

### 1 Campo de jogo, o 'Campo'

*O layout de um campo de Hockey5s e suas marcações são detalhados no documento de orientação de instalações de campos de Hockey5s, que pode ser encontrado no site do FIH.*

*As informações abaixo fornecem uma descrição simplificada do campo de jogo.*

1.1 O campo de jogo é retangular.

1.2 As linhas laterais marcam os perímetros mais longos da quadra; linhas de fundo marcam os perímetros mais curtos da quadra.

1.3 As linhas de gol são as partes das linhas de fundo entre as travessas.

1.4 Quadros de limites, idealmente com uma altura na faixa de 10 cm a 25 cm, marcam as linhas laterais e linhas de fundo, mas não as linhas de gol; as tabelas são colocadas do lado de fora das linhas.

*O Hockey5s pode ser jogado com tabelas de tamanhos diferentes ou mesmo sem tabelas.*

*Idealmente, as tabelas de jogo devem permitir um verdadeiro rebote em termos de velocidade e ângulo da bola para dentro e para fora dos limites. Elas devem ser capazes de ser carregadas e unidas facilmente, com fixações não perigosas, de modo que sejam estruturas estáveis e proporcionem um rebote ao longo de todo o comprimento. A sua construção deve, idealmente, ser de materiais resistentes à irrigação do campo.*

*Requisitos de construção, propriedades da tabela e dimensões de seção transversal para tabelas para campos de competição dedicada do Hockey5s são detalhados no documento de orientação de instalações de campos do Hockey5s, que pode ser encontrado no site do FIH.*

Uma linha de 50 cm de comprimento é marcada no meio da quadra: a linha central.

*Para os Jogos Olímpicos da Juventude, seus torneios de qualificação e outras competições internacionais, a linha central é marcada em toda a largura do centro da quadra.*

1.5 Duas linhas de 50 cm de comprimento cada são marcadas, a meio caminho entre a linha central e as linhas de fundo.

*Para ajudar a identificar cada metade da quadra e as áreas da linha do quarto, as linhas são marcadas nas placas de limite paralelas à linha central e às linhas do quarto.*

*Para os Jogos Olímpicos da Juventude, seus torneios de qualificação e outras competições internacionais, as linhas dos quartos são marcadas como linhas pontilhadas em toda a largura da quadra. Cada linha tracejada começa com uma seção sólida alinhada com o centro da baliza; cada seção sólida tem 300 mm de comprimento com lacunas entre as seções sólidas de 3 metros de comprimento.*

1.6 Pontos de penalidade de 150 mm de diâmetro são marcados na frente do centro de cada gol, com o centro de cada ponto a 6,40 metros da borda interna da linha de gol.

1.7 Todas as linhas têm 75 mm de largura e fazem parte da quadra.

1.8 Os gols são posicionados fora da quadra, no centro e tocando cada linha de fundo.

*Uma especificação detalhada do objetivo é fornecida nas Regras do Hóquei.*

## 2 Composição das Equipes

2,1 Um máximo de cinco jogadores de cada equipe participam do jogo em um determinado momento durante a partida.

*Se uma equipe tiver mais jogadores do que o permitido em campo, o tempo deve ser interrompido para corrigir a situação. Uma penalidade pessoal deve ser concedida ao capitão da equipe envolvida.*

*As decisões tomadas antes de corrigir a situação não podem ser alteradas, se o tempo já tiver sido reiniciado.*

*O jogo e o tempo são reiniciados com um challenge concedido contra a equipe responsável.*

2,2 Cada equipe tem um goleiro em campo durante a partida.

2,3 Cada equipe pode ter até quatro substitutos.

2,4 Cada equipe tem permissão para substituir seus jogadores que não estejam em campo:

- a. uma substituição é permitida a qualquer momento
- b. não há limite para o número de jogadores que podem ser substituídos ao mesmo tempo ou para o número de vezes que qualquer jogador pode substituir ou ser substituído
- c. a substituição de um jogador só é permitida após esse jogador ter deixado o campo
- d. substituições não são permitidas para jogadores suspensos durante sua suspensão
- e. após completar uma suspensão, um jogador pode ser substituído sem antes retornar ao campo
- f. o tempo não é parado para substituições, exceto para a substituição de um goleiro incapacitado ou suspenso.

*A menos que esteja incapacitado, um goleiro só pode ser substituído se outro goleiro estiver disponível como um substituto e já estiver usando equipamento de proteção completo. Caso contrário, o goleiro exigido por estas Regras deve permanecer em campo durante toda a partida. Se um goleiro estiver incapacitado, temporariamente ou permanentemente suspenso e um substituto já usando o equipamento de proteção completo não estiver disponível, um tempo razoável deve ser concedido para um jogador de campo colocar o equipamento de proteção.*

2,5 Os jogadores devem sair ou entrar em campo para substituição ou qualquer outro propósito entre as linhas de quarto e a linha central em um lado do campo acordado com os árbitros.

*Os jogadores substituindo uns aos outros devem fazê-lo dentro de uma distância de contato um do outro.*

2,6 Nenhuma pessoa além de jogadores de campo, goleiros e árbitros são permitidos no campo durante a partida sem a permissão de um árbitro.

2,7 Os jogadores dentro ou fora de campo estão sob a jurisdição dos árbitros durante a partida, incluindo os intervalos.

2,8 Um jogador que está ferido ou sangrando deve deixar o campo a menos que razões médicas o impeçam e não deve retornar até que os ferimentos tenham sido cobertos; os jogadores não devem usar roupas manchadas de sangue.

## 3 Capitães

3,1 Um jogador de cada equipe deve ser nomeado capitão.

- 3,2 Um capitão substituto deve ser nomeado quando um capitão é suspenso.
- 3,3 Os capitães devem usar uma faixa de braço distintiva ou artigo distintivo semelhante em um braço ou ombro ou sobre a parte superior do meio.
- 3,4 Os capitães são responsáveis pelo comportamento de todos os jogadores de sua equipe e por garantir que as substituições de jogadores de sua equipe sejam realizadas corretamente.

*Uma penalidade pessoal é concedida se um capitão não exercer essas responsabilidades.*

#### 4 Roupas e equipamentos dos jogadores

*Os regulamentos do torneio disponíveis no FIH fornecem informações e requisitos adicionais sobre roupas, equipamentos pessoais e publicidade dos jogadores. Consulte também os regulamentos estabelecidos pelas Federações Continentais e Associações Nacionais.*

- 4,1 Os jogadores da mesma equipe devem usar uniformes.
- 4,2 Os jogadores não devem vestir nada que seja perigoso para os outros jogadores.

*Jogadores de linha:*

- *estão autorizados a usar proteção para as mãos que não aumente significativamente o tamanho natural das mãos;*
- *é altamente recomendável usar proteção para a canela, tornozelo e boca;*
- *estão autorizados a usar durante uma partida por razões médicas apenas uma máscara facial lisa, de preferência transparente ou branca, mas de outra cor que se adapta perfeitamente ao rosto, cobertura protetora para a cabeça ou proteção para os olhos na forma de óculos de plástico (ou seja, óculos de proteção com moldura coberta e lentes de plástico); as razões médicas devem ser avaliadas por uma autoridade apropriada e o jogador em questão deve compreender as possíveis implicações de jogar com a condição médica;*
- *exceto os goleiros, não estão autorizados a usar capacete de proteção (máscara facial ou outra cobertura de proteção para a cabeça) em quaisquer outras circunstâncias.*

- 4,3 Os goleiros devem usar uma camisa de cor única ou vestimenta de cor diferente da de ambas as equipes.  
*Os goleiros devem usar esta camisa ou vestimenta sobre qualquer proteção da parte superior do corpo.*
- 4,4 Os goleiros devem usar equipamento de proteção incluindo, pelo menos, capacete, protetores de perna e pés. O seguinte é permitido para uso apenas por goleiros: protetores de corpo, braço, cotovelo, antebraço, mão, coxa e joelho, protetores de perna e pés.
- 4,5 Roupas ou equipamentos de proteção que aumentem significativamente o tamanho natural do corpo do goleiro ou da área de proteção não são permitidos.
- 4,6 O taco tem uma forma tradicional com uma alça e uma cabeça curva que é achatada em seu lado esquerdo:
- a o taco deve ser liso e não deve ter partes ásperas ou afiadas
  - b inclusive de quaisquer coberturas adicionais utilizadas, o taco deve ser capaz de passar por um anel com um diâmetro interno de 51 mm

- c qualquer curvatura ao longo do comprimento do taco deve ter um perfil liso contínuo ao longo de todo o comprimento, deve ocorrer ao longo do lado da face ou na parte de trás do taco, mas não ambos e está limitada a uma profundidade de 25 mm
- d o taco deve estar de acordo com as especificações acordadas pelo Comitê de Regras FIH.

4,7 A bola é esférica, dura e de uma cor que contrasta com a superfície de jogo.  
*Especificações detalhadas do taco, bola e equipamento do goleiro são fornecidas nas Regras do Hóquei.*

## 5 Partida e Resultado

5,1 Uma partida consiste em dois tempos de 10 minutos com um intervalo de 2 minutos entre cada tempo. Outros períodos e intervalos podem ser acordados conforme especificado nos regulamentos para competições particulares, por exemplo, tempos de 12 ou 15 minutos.

*Se um incidente surgir imediatamente antes do final de um tempo ou do final da partida que requer revisão pelos árbitros, a revisão pode ser conduzida mesmo que o tempo tenha sido subsequentemente concluído e sinalizado. A revisão deve ocorrer imediatamente e as ações devem ser tomadas para reverter e corrigir a situação, conforme apropriado.*

*O tempo não é interrompido, exceto para a execução de penalidade, para lidar com uma lesão ou para a substituição de um goleiro incapacitado ou suspenso.*

5,2 A equipe que marcar mais gols é a vencedora.

*As informações sobre uma competição Challenge Shoot-out como forma de chegar a um resultado em uma partida empatada estão incluídas no Regulamento da Competição, que está disponível, se solicitado, no site do FIH.*

## 6 Início e reinício da partida

6,1 Uma moeda é lançada:

- a a equipa que vence o sorteio tem a escolha de qual gol atacar na primeira parte do jogo ou iniciar o jogo com um passe central
- b se a equipe que venceu o sorteio escolher qual gol atacar no primeiro tempo da partida, a equipe adversária começa a partida
- c se a equipe vencedora do sorteio escolher iniciar a partida, a equipe adversária tem a escolha de qual gol atacar no primeiro período da partida.

6,2 A direção do jogo é invertida na segunda metade da partida.

6,3 Um passe central é feito:

- a iniciar a partida por um jogador da equipe que venceu o sorteio se escolheu esta opção; caso contrário, por um jogador da equipe adversária
- b reiniciar a partida após um intervalo de um jogador da equipe que não realizou o passe central no período anterior
- c após um gol de um jogador da equipe contra a qual o gol foi marcado.

6,4 Fazendo um passe central:

- a tomada no centro do campo
- b é permitido jogar a bola em qualquer direção



- c todos os jogadores, exceto o jogador que faz o passe central, devem estar na metade da quadra, o que inclui o gol que estão defendendo
- d aplicam-se os procedimentos para obter um free hit.

6,5 Um bully ocorre para reiniciar uma partida quando o tempo ou o jogo foi interrompido por causa de uma lesão ou por qualquer outro motivo e nenhuma penalidade foi concedida:

- a o bully é executado onde a bola estava quando o tempo foi interrompido, a menos que seja no quarto de ataque, quando deve ser executado na linha do quarto, na linha de onde a bola estava quando o tempo foi interrompido.
- b a bola é colocada entre um jogador de cada equipe que se enfrentam com o gol que estão defendendo à sua direita
- c os dois jogadores começam com seus tacos no chão à direita da bola e, em seguida, batem as faces planas de seus tacos juntos uma vez, logo acima da bola, após o que qualquer jogador tem permissão para jogar a bola
- d todos os outros jogadores devem estar a pelo menos 4 metros da bola.

## 7 Bola fora de jogo

7,1 A bola está fora de jogo quando passa completamente além do tabela na linha lateral ou na linha de fundo.

7,2 O jogo é reiniciado por um jogador da equipe que não foi a última equipe a tocar ou jogar a bola antes que ela saísse de jogo.

7,3 Quando a bola passa pela linha lateral:

- a o jogo é reiniciado a não mais de um metro de onde a bola cruzou a linha lateral
- b se a bola cruzou a linha lateral dentro da área da linha de quarto e foi tocada pela última vez por um defensor, o jogo é reiniciado fora da área da linha de quarto que eles estão defendendo e não mais do que um metro da linha lateral
- c aplicam-se os procedimentos para obter um free hit.

7,4 Quando a bola é jogada na linha de fundo e nenhum gol é marcado:

- a se jogado por um atacante, o jogo é reiniciado com a bola dentro da área da linha de quarto que seus oponentes estão defendendo e os procedimentos para marcar um free hit são aplicados
- b se for jogado por um zagueiro ou goleiro, o jogo é reiniciado com a bola na linha de quarto que seus oponentes estão atacando, de acordo com onde ela cruzou a tabela e os procedimentos para bater um free hit se aplicam.

## 8 Método de conversão de um gol

- 8,1 Um gol é marcado quando a bola é jogada por um atacante de dentro de sua metade de ataque do campo e passa completamente por cima da linha de gol.

*Um gol só pode ser marcado quando a bola for tocada por um atacante na metade de ataque do campo. Se a bola passar para o gol sem ter sido tocada por um jogador atacante em sua metade atacante do campo, o jogo será reiniciado de acordo com a Regra 7.4 e tratado com a bola sendo jogada na linha de fundo sem nenhum gol sendo marcado.*

## 9 Conduta de jogo: jogadores

- 9,1 Uma partida é jogada entre duas equipes com no máximo cinco jogadores de cada equipe em campo ao mesmo tempo.

- 9,2 Os jogadores em campo devem segurar seu taco e não usá-lo de maneira perigosa.

*Os jogadores não devem levantar seu taco sobre as cabeças de outros jogadores.*

- 9,3 Os jogadores não devem tocar, manusear ou interferir com outros jogadores ou seus tacos ou roupas.

- 9,4 Os jogadores não devem intimidar ou impedir outro jogador.

- 9,5 Os jogadores não devem jogar a bola com as costas do taco.

- 9,6 Os jogadores podem parar, receber e / ou desviar a bola de maneira controlada em qualquer parte do campo quando a bola estiver em qualquer altura, incluindo acima do ombro, a menos que isso seja perigoso ou leve a perigo.

- 9,7 Os jogadores não devem jogar a bola perigosamente ou de uma forma que leve a um jogo perigoso.

*Uma bola pode ser perigosa em si mesma; também é considerado perigoso quando causa uma ação evasiva legítima por parte dos jogadores.*

*A penalidade é concedida onde a ação causadora do perigo ocorreu.*

- 9,8 Os jogadores não devem levantar a bola intencionalmente após um toque, exceto para um chute ao gol, e somente quando for seguro fazê-lo.

*Não é uma ofensa levantar a bola sem querer após um toque, incluindo um free hit, em qualquer lugar do campo, a menos que seja perigoso.*

*Se a bola é levantada sobre o taco ou corpo de um adversário no solo, isso é permitido, a menos que seja considerado perigoso.*

*Os jogadores estão autorizados a levantar a bola com um toque ou bola, desde que não seja perigoso. Um movimento rápido em direção a um oponente dentro de 4 metros é considerado perigoso. Se um oponente está claramente correndo para o arremesso ou para o atacante sem tentar jogar a bola com seu taco, ele deve ser penalizado por jogo perigoso.*

- 9,9 Os jogadores não devem se aproximar a menos de 4 metros de um oponente recebendo uma bola levantada em queda até que ela tenha sido recebida, controlada e esteja no solo.

*O recebedor inicial tem direito à bola. Se não estiver claro qual jogador é o recebedor inicial, o jogador da equipe que levantou a bola deve permitir que o adversário a receba.*

- 9,10 Os jogadores de campo não devem parar, chutar, impulsionar, pegar, lançar ou carregar a bola com qualquer parte de seu corpo. Não é uma falta se a bola atinge a mão que segura o taco, caso contrário, teria atingido o taco

- 9,11 Os jogadores não devem obstruir um adversário que está tentando jogar a bola.
- Os jogadores obstruem se:*
- *dão a volta em um oponente*
  - *interferem fisicamente com o taco ou corpo de um oponente*
  - *protegem a bola de um tackle legítimo com seu taco ou qualquer parte de seu corpo.*
- Um jogador parado que recebe a bola pode ficar de frente para qualquer direção.*
- Um jogador com a bola pode mover-se com ela em qualquer direção, exceto fisicamente para um adversário ou para uma posição entre a bola e um adversário que esteja a uma distância de jogo da bola e tentando jogá-la.*
- Um jogador que corre na frente ou bloqueia um oponente para impedi-lo de jogar ou tentar jogar a bola legitimamente está obstruindo (isto é uma obstrução de terceiros ou sombra).*
- 9,12 Os jogadores não devem fazer tackle, a menos que estejam em posição de jogar a bola sem contato corporal.
- O jogo físico dos jogadores de campo, como tackles deslizantes, que levam o oponente ao solo e podem causar lesões, devem atrair uma partida adequada e penalidades pessoais.*
- 9,13 Os jogadores não devem lançar nenhum objeto ou equipamento em campo, na bola ou em outro jogador, árbitro ou pessoa.
- 9,14 Os árbitros irão garantir um jogo justo em todos os momentos no espírito do Hockey 5s e podem penalizar qualquer ação que esteja fora do espírito do esporte.

## **10 Conduta do jogo: goleiros**

- 10,1 O goleiro não deve participar da partida fora do meio campo que defende.
- Um equipamento de proteção deve ser usado pelo goleiro o tempo todo.*
- 10,2 Quando a bola está dentro do meio-campo, eles estão defendendo e têm o taco na mão, os goleiros podem usar tacos, pés, pernas, protetores de perna ou qualquer outra parte do corpo para impulsionar a bola em qualquer direção, incluindo sobre a linha de fundo. Os goleiros não estão autorizados a se comportar de maneira perigosa com os outros jogadores, tirando vantagem do equipamento de proteção que usam.
- 10,3 Os goleiros não devem deitar sobre a bola.

## 11 Conduta do Jogo: Árbitros

- 11,1 Um ou dois árbitros controlam a partida, aplicam as Regras e são os juízes do jogo limpo.
- 11,2 Se dois árbitros:
- a cada árbitro tem a responsabilidade primária pelas decisões em metade do campo durante a partida
  - b cada um é responsável por decisões sobre challenges e faltas em uma das metades do campo.
- 11,3 Os árbitros são responsáveis por manter um registro escrito dos gols marcados e dos cartões de suspensão aplicados.
- 11,4 Os árbitros são responsáveis por garantir que o tempo integral seja disputado e por indicar o fim do tempo para cada tempo.
- 11,5 Os árbitros apitam para:
- a começar e terminar cada metade da partida
  - b começar um bully
  - c aplicar uma falta
  - d começar um challenge
  - e iniciar e terminar uma tiro de penalidade
  - f indicar um gol
  - g reinício da partida depois que um gol for marcado
  - h interromper o jogo para a substituição dentro ou fora de campo de um goleiro incapacitado ou suspenso
  - i parar a partida por qualquer outro motivo e reiniciá-la
  - j indicar, quando necessário, que a bola passou totalmente fora do campo
- 11,6 Os árbitros não devem treinar durante uma partida.
- 11,7 Se a bola atingir um árbitro, pessoa não autorizada ou qualquer objeto solto no campo, o jogo continua.

## 12 Penalidades

- 12,1 Vantagem: uma penalidade é concedida apenas quando um jogador ou equipe está em desvantagem por um oponente que infringe as Regras.
- Se atribuir uma penalidade não for uma vantagem para a equipe que não infringiu as Regras, o jogo deve continuar.*
- 12,2 Um free hit é concedido à equipe adversária:
- a por uma ofensa de qualquer jogador entre as áreas da linha do quarto
  - b por um ataque de um atacante dentro da área da linha de quarto que seus oponentes estão defendendo
  - c por uma infração não intencional de um defensor dentro da área da linha de quarto que ele está defendendo, incluindo quando a bola fica alojada na roupa ou equipamento de um jogador.
- 12,3 Um challenge é concedido:

- a. por uma falta de um defensor dentro da metade do campo que eles estão defendendo, o que impede a provável marcação de um gol
- b. para uma falta intencional de um defensor dentro da metade do campo, eles estão defendendo contra um adversário que tem a posse da bola ou a oportunidade de jogá-la.

*O sinal de árbitro para um challenge é o mesmo que para um penalty corner nas Regras de Hóquei; ou seja, aponte ambos os braços horizontalmente em direção ao gol de ataque*

12,4 Um penalty stroke é concedido:

- a para uma ação que impede um gol claro (como um pé na linha do gol)
- b por uma falta deliberada do goleiro durante um challenge

12,5 Se houver outra falta ou conduta imprópria antes que a falta concedida seja executada:

- a uma falta pessoal pode ser concedida
- b a penalidade pode ser revertida se a infração subsequente foi cometida pela equipe que primeiro recebeu a penalidade.

### 13 procedimentos para cobrança de penalidades

13,1 Localização de um hit grátis:

um tiro livre é obtido perto de onde a falta ocorreu

*'Perto de' significa dentro da distância de jogo de onde a falta ocorreu e sem nenhuma vantagem significativa obtida.*

- b um free hit é concedido ao ataque dentro da área da linha de quarto que seus oponentes estão defendendo é executado fora da área da linha de quarto no ponto mais próximo ao ataque
- c um free hit é concedido à defesa dentro da área da linha do quarto que eles estão defendendo pode ser executado em qualquer lugar nessa área.

13,2 Procedimentos para dar um free hit, passe central e colocar a bola de volta em jogo depois que ela esteve fora do campo:

- a a bola deve estar parada
- b todos os jogadores, exceto o jogador que fez o lance livre, devem estar a pelo menos 4 metros da bola

*Se algum jogador estiver a menos de 4 metros da bola, ele não deve interferir na execução do tiro livre ou não deve jogar ou tentar jogar a bola. Se este jogador não está jogando a bola, tentando jogar a bola ou influenciando o jogo, o tiro livre não precisa ser atrasado.*

- c a bola é movida usando um push, push-hit, varrida ou batida
- d a bola não pode ser arremessada ou jogada diretamente em direção ao gol até que tenha percorrido pelo menos 4 metros ou tenha sido tocada por um jogador de qualquer equipe que não seja o jogador que fez o free hit.

*Se o jogador que fez o free hit continuar a jogar a bola (ou seja, nenhum outro jogador a jogou ainda):*

- *aquele jogador pode jogar a bola várias vezes, mas a bola deve percorrer pelo menos 4 metros antes*
- *aquele jogador chuta a bola no gol jogando a bola novamente.*
- *outro jogador de qualquer equipe que pode jogar a bola legitimamente pode chutar para o gol*

- *depois que outro jogador tocou na bola, ela pode ser chutada à gol por qualquer outro jogador, incluindo o jogador que executou o free hit.*

13,3 Executando um Challenge:

- a todos os jogadores em campo, exceto o jogador que executa o challenge e o goleiro que a defende, devem ficar além da linha central
- b a bola é colocada na linha do quarto mais próxima do gol do goleiro defensor
- c o jogador que executa o challenge deve ficar atrás da bola antes de iniciar o challenge
- d o goleiro que defende o challenge deve ficar com os dois pés na linha de gol ou atrás dela e não deve deixar a linha de gol até que a bola tenha sido jogada
- e o apito soa quando o jogador que executa o challenge e o goleiro que o defende estão em posição de iniciar o challenge
- f o jogador que executa o challenge não deve iniciar até o apito soar
  - O jogador que executa o challenge ou o goleiro que o defende não deve atrasar a execução do challenge.*
- g o jogador que executa o challenge pode jogar a bola, mas não pode chutar a bola até o gol até que ela tenha percorrido pelo menos 4 metros e esteja autorizado a levantá-la a qualquer altura
- h após o atacante ter jogado a bola, o goleiro defensor pode se mover
- i após o atacante ter jogado a bola, o jogo retoma e os outros jogadores de ambas as equipes que estavam além da linha central podem voltar ao jogo
- j. uma vez premiado, um desafio deve ser concluído mesmo que a metade termine durante a realização do challenge. O challenge acaba quando
  - um gol é marcado;
  - o atacante comete uma falta;
  - a bola é tocada por outro jogador que não o atacante inicial que executa o challenge ou o goleiro;
  - a bola sai de jogo pela linha de fundo ou lateral (incluindo deliberadamente jogada sobre a tabela pelo goleiro).
  - para qualquer faltanão intencional do goleiro defensor contra o jogador que executa o challenge, o challenge é realizado novamente;
  - para qualquer falta intencional do goleiro defensor contra o jogador que executa o challenge, um penalty stroke é concedida;

13,4 Para uma falta durante a cobrança de um challenge:

- a o challenge é iniciado antes do apito soar: o challenge é cobrado novamente
- b para qualquer outra ofensa do jogador que executa o challenge: um tiro livre é concedido à defesa
- c por qualquer ofensa não intencional do goleiro defensor contra o jogador que executa o challenge, incluindo deixar a linha do gol antes do início do challenge: o challenge é realizado novamente.
- d para qualquer ofensa intencional do goleiro defensor contra o jogador que executa o challenge: um penalty stroke é concedido.
  - O penalty stroke é executado de acordo com as Regras do Hóquei.*

## 14 Penalidades Individuais

- 14,1 Para qualquer falta, o jogador infrator pode ser:
- a advertido (indicado por palavras faladas)
  - b advertido e temporariamente suspenso por 1 minuto de tempo de jogo (indicado por um cartão verde) Durante cada suspensão temporária de um jogador dentro ou fora de campo, com um cartão verde, a equipe infratora joga com um jogador a menos.  
*Se um goleiro receber um cartão verde, a equipe pode nomear um jogador de campo para cumprir a suspensão em seu nome.*  
*O jogador suspenso pode retornar ao campo imediatamente quando a equipe adversária marca um gol, a menos que esse gol seja o resultado de um challenge sofrido pelo jogador suspenso (ver regra 14.6).*
  - c temporariamente suspenso por um mínimo de 2 minutos de tempo de jogo (indicado por um cartão amarelo). Uma suspensão de 4 minutos (indicado por um cartão amarelo), deve ser concedida por reincidência ou falta física grave.  
*Durante cada suspensão temporária de um jogador dentro ou fora de campo, com um cartão amarelo, a equipe infratora joga com um jogador a menos.*  
*Se o goleiro estiver temporariamente suspenso, o time infrator joga com um jogador a menos. Se um goleiro substituto já usando equipamento de proteção completo não estiver disponível, um tempo razoável deve ser concedido para um jogador de campo colocar o equipamento de proteção.*  
*O jogador deve cumprir todo o período de suspensão*
  - d permanentemente suspenso da partida atual (indicado por um cartão vermelho).  
*Para cada suspensão permanente, a equipe infratora joga o restante da partida com um jogador a menos.*  
*Se o goleiro estiver suspenso permanentemente, ele deve deixar o campo e seus arredores. Cada equipe deve ter um goleiro na quadra durante toda a partida. Se um goleiro substituto já usando equipamento de proteção completo não estiver disponível, um tempo razoável deve ser concedido para um jogador de campo colocar o equipamento de proteção. A equipe infratora joga com um jogador de campo a menos pelo restante da partida.*  
*Uma penalidade pessoal pode ser concedida além da penalidade apropriada.*
- 14,2 Os jogadores temporariamente suspensos devem permanecer em um local designado até que seja permitido pelo árbitro que os suspendeu para retomar o jogo.
- 14,3 Os jogadores temporariamente suspensos têm permissão para voltar à equipe durante os intervalos, após os quais devem retornar a um local designado para completar a suspensão.
- 14,4 A duração pretendida de uma suspensão temporária pode ser estendida por má conduta de um jogador durante a suspensão.
- 14,5 Os jogadores suspensos permanentemente devem deixar o campo e seus arredores.
- 14,6 Se um jogador receber uma penalidade individual ao conceder um challenge, o tempo da penalidade não começa até que o challenge seja concluído (independentemente do resultado).

## Informações adicionais

A Federação Internacional de Hóquei (FIH) pode fornecer informações sobre vários tópicos para auxiliar na participação no esporte.

Em particular, as Regras do Hóquei são mencionadas nas Regras do Hockey5s e estão disponíveis no FIH.

**As Regras do Hóquei e muito mais informações sobre o hóquei estão disponíveis no site do FIH:**

[www.fih.ch](http://www.fih.ch)

**ou do escritório FIH:**

A Federação Internacional de Hóquei

Rue du Valentin 61

1004 Lausanne

Suíça

Telefone: ++ 41 (21) 641  
0606

Fax: ++ 41 (21) 641  
0607

O email: [info@fih.ch](mailto:info@fih.ch)

## Copyright FIH 2020

Os direitos autorais dessas regras pertencem à Federação Internacional de Hóquei. Os conteúdos podem ser reproduzidos ou traduzidos para distribuição ou revenda por Associações Nacionais afiliadas. As reimpressões devem replicar a aparência destas Regras e incorporar o seguinte texto: "Reimpresso com permissão da Federação Internacional de Hóquei". As Associações Nacionais que buscam orientação sobre a reimpressão deste Livro devem entrar em contato com o Escritório FIH.