



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



C. Sicília 93-97, 1r
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 265 24 77
F. 93 231 63 66

info@fcf.cat

Regles de joc del futbol-7

FEDERACIÓ CATALANA DE FUTBOL

(2019-2020)



REGLES DE JOC DEL FUTBOL-7

REGLA I	El terreny de joc
REGLA II	La pilota
REGLA III	Els jugadors
REGLA IV	Equipament dels jugadors
REGLA V	Àrbitre
REGLA VI	Els altres membres de l'equip arbitral
REGLA VII	La durada del partit
REGLA VIII	L'inici i la represa del joc
REGLA IX	La pilota en joc o fora de joc
REGLA X	El resultat del partit
REGLA XI	El fora de joc
REGLA XII	Faltes i incorreccions
REGLA XIII	El tir lliure
REGLA XIV	Del penal i el seu llançament
REGLA XV	El servei de banda
REGLA XVI	El servei de porteria
REGLA XVII	El servei de córner



REGLA I **EL TERRENY DE JOC**

1. **SUPERFÍCIE DE JOC.** Podrà ser de terra, herba natural o artificial.
2. **DIMENSIONS.** El camp de joc serà un rectangle d'una longitud màxima de 65 metres i mínima de 50 metres, i d'una amplària no major de 45 metres ni menor de 30.
3. **MARCACIÓ DEL TERRENY.** El terreny de joc es marcarà amb línies. Aquestes línies pertanyeran a les zones que demarquen. Les dues línies de marcació més llarga es denominen línies de banda. Les dues més curtes es denominen línies de porteria. El terreny de joc estarà dividit en dues meitats per una línia mitjana. El centre del camp estarà marcat amb un punt en la meitat de la línia mitjana, al voltant de la qual es traçarà un cercle amb un radi de 6 metres. Totes les línies tindran una amplària de 12 centímetres com a màxim. En cada cantonada del camp es col·locarà una banderola l'asta de la qual, que no serà punxeguda, tindrà una altura d'1,50 metres com a mínim.
4. **ÀREA DE PORTERIA.** L'àrea de porteria, situada en els dos extrems del terreny de joc, es determinarà de la manera següent: Es traçaran dues línies perpendiculars a la línia de porteria, a 3 metres de la part inferior de cada pal de porteria. Aquestes línies s'endinsaran 3 metres en el terreny de joc i s'uniran amb una línia paral·lela a la línia de porteria. L'àrea delimitada per aquestes línies i la línia de porteria serà l'àrea de porteria.
5. **ÀREA DE PENAL.** L'àrea de penal, situada en els dos extrems del terreny de joc, es determinarà de la manera següent: Es traçaran dues línies perpendiculars a la línia de porteria, a 9 metres de la part inferior de cada pal de porteria. Aquestes línies s'endinsaran 9 metres en el terreny de joc i s'uniran amb una línia paral·lela a la línia de porteria. L'àrea delimitada per aquestes línies i la línia de porteria serà l'àrea de penal. En cada àrea de penal es marcarà un punt (punt de penal) a 9 metres de distància del punt mitjà de la línia entre els pals i equidistant entre aquests. A l'exterior de cada àrea de penal es traçarà un semicercle amb un radi de 6 metres des del punt de penal.
6. **ZONA DE FORA DE JOC.** La zona de fora de joc situada en els dos extrems del terreny de joc es delimitarà de la manera següent: Es traçarà una línia paral·lela a la línia de porteria endinsant-se 12 metres en el terreny de joc i que unirà les dues línies de banda. La superfície compresa entre aquesta línia i la línia de porteria s'anomenarà zona de fora de joc.



7. **ÀREA DE CÓRNER.** Amb un radi de 0,6 metres, mesurat des de cada banderola de córner, es marcaran quatre arcs de circumferència en la part interior del terreny.
8. **ELS MARCS.** En el centre de cada línia de porteria es col·locaran els marcs, que estaran formats per dos pals verticals, equidistants de les banderoles de córner, separats 6 metres entre ells (mesura interior) i units en els seus extrems per un travesser horitzontal, la vora inferior del qual estarà a 2 metres del sòl. L'amplària i el gruix dels pals i de la barra transversal hauran de tenir la mateixa amplada. Podran posar-se xarxes enganxades als pals, al travesser i al sòl per darrere dels marcs, i hauran d'estar subjectes de forma convenient i col·locades de manera que no destorbin el porter. Està permès l'ús de xarxes fetes de cànem, jute o niló. No obstant això, les cordes de niló no poden ser més primes que les fetes de cànem o jute. Els pals i travessers hauran de ser de color blanc, de fusta, metall o altre material aprovat i homologat oficialment. Podran tenir forma quadrada, rectangular, rodona o el·líptica i hauran d'estar ancorats fermament al sòl. Es podran utilitzar porteries portàtils en el cas que es compleixi aquesta última condició.

REGLA II

LA PILOTA

1. **PROPIETATS I MESURES.** La pilota serà esfèrica, la seva coberta serà de cuir o altre material homologat per a aquest efecte. Per a la seva confecció no s'utilitzarà cap material que pugui constituir un perill per als jugadors. La pilota tindrà una circumferència no superior a 66 centímetres ni inferior a 62 centímetres. La pilota, a l'inici del partit, tindrà un pes no superior a 390 grams ni inferior a 340 grams, i una pressió equivalent a 0,4-0,6 atmosferes (400-600 g/cm) al nivell del mar. D'acord amb les descripcions tècniques anteriors, aquesta pilota correspon, precisament, a la número 4 de futbol, i és d'ús obligatori per a aquesta modalitat.
2. **REEMPLAÇAMENT D'UNA PILOTA DEFECTUOSA.** La pilota no podrà ser canviada o reemplaçada durant el partit sense l'autorització de l'àrbitre.
Si la pilota explota o es danya durant un partit:
S'interromprà el joc.
El joc es reprendrà per mitjà d'una pilota a terra, i s'executarà amb la nova pilota i en el lloc on es va danyar la primera.



Si la pilota explota o es danya en un moment en què no està en joc (servei inicial, servei de porteria, servei de córner, tir lliure, tir de penal o servei de banda):

El partit es reprendrà conforme a les regles.

Si la pilota es deteriora durant l'execució d'un penal o d'una tanda de penals, mentre es mou cap endavant i abans que toqui a un jugador, o un dels pals de la porteria, es tornarà a executar el tir de penal.

REGLA III

ELS JUGADORS

1. El partit serà jugat per dos equips compostos cada un d'ells per set jugadors, un dels quals actuarà com a porter.
2. Cada equip podrà iniciar el partit amb, almenys, cinc jugadors, i s'hi podrà incorporar posteriorment la resta.
3. No obstant el que s'ha dit anteriorment, solament podran incorporar-se jugadors fins al final del descans de mitja part (entre el segon i tercer quart), i es considerarà com a tal la sortida de l'àrbitre al terreny de joc per iniciar el tercer període.
4. Cada equip podrà presentar, abans d'iniciar-se el partit, fins a catorze llicències de jugadors, com a màxim, els quals figuraran inscrits en l'acta d'aquest.
5. Cada jugador haurà de jugar com a mínim dos períodes sencers.
6. Al llarg dels tres primers períodes no es podran efectuar canvis, sinó únicament en els descansos entre els mateixos, excepte lesió.
7. Quan, durant el desenvolupament d'un partit, un equip, per les circumstàncies que siguin, quedi amb menys de cinc jugadors sobre el terreny de joc, l'àrbitre donarà per conclòs aquest partit i ho farà constar en l'acta perquè el Comitè de Competició decideixi, en el seu moment, respecte a això.
8. Qualsevol jugador podrà canviar el seu lloc amb el porter sempre que l'àrbitre hagi estat prèviament informat, i sempre també que el canvi sigui efectuat durant una detenció reglamentària del joc.
9. Quan qualsevol jugador hagi de ser substituït o reemplaçat durant el transcurs del quart període, tant aquest com el seu substitut hauran d'observar els requisits següents:

Que l'àrbitre i/o auxiliar de taula hagin estat informats prèviament d'aquesta proposta de canvi, i el substitut no podrà entrar al terreny de joc fins que el substituït l'hagi abandonat i aquest rebí de l'àrbitre o auxiliar de taula el senyal d'autorització per fer-ho.



Que el jugador substituït accedeixi al terreny de joc per la “línia de mig camp”, amb el joc aturat.

Tots els jugadors inscrits en l'acta del partit quedaran sotmesos, durant tot el partit, a l'autoritat i jurisdicció de l'àrbitre.

Tots els jugadors inscrits en l'acta del partit hauran d'actuar-hi durant el temps que, per a cada cas i competició, estigui predeterminat en les Normes o Bases Reguladores d'aquesta. L'incompliment del precepte anteriorment indicat serà considerat com a alineació indeguda.

INFRACCIONS/SANCIONS.

Si un membre del cos tècnic, substituït, jugador substituït, jugador expulsat o agent extern entra al terreny de joc, l'àrbitre haurà de:

- Detenir el joc únicament si hi ha una interferència en el joc.
- Fer que la persona surti del terreny de joc quan es detingui el joc.
- Prendre la mesura disciplinària apropiada.

Si es deté el joc i la interferència va ser causada per un membre del cos tècnic, substituït, jugador substituït o jugador expulsat, es reprendrà el joc amb un tir lliure directe o un penal; si va ser causada per un agent extern, es reprendrà el joc amb pilota a terra.

Si la pilota va a entrar a la porteria i la interferència no impedeix que un jugador defensor jugui la pilota, es concedeix gol si la pilota entra a la porteria (fins i tot si es produeix un contacte amb la pilota), tret que la pilota entri a la porteria de l'adversari.

JUGADORS I SUBSTITUTS EXPULSATS

Un jugador expulsat abans del servei inicial solament podrà ser reemplaçat per un dels substituïts designats.

Un substituït designat, expulsat abans del servei inicial o després del començament del partit, no podrà ser substituït.

REGLA IV

EQUIPAMENT DELS JUGADORS

1. **EQUIPAMENT BÀSIC.** L'equip bàsic, obligatori d'un jugador, consisteix en una samarreta amb mànigues, pantalons curts, mitges i calçat, que serà l'adequat a la superfície del terreny de joc. Si s'usa roba tèrmica sota la samarreta o els pantalons curts, i/o malles, pantis o leotards, aquests hauran de ser del color principal de la samarreta o dels pantalons curts, segons s'escaigui; així mateix, hauran d'utilitzar canyelleres.



Per motius de seguretat, cap jugador no podrà utilitzar equipament o objecte que sigui perillós per a ells mateixos o per als altres jugadors (inclòs qualsevol tipus de joia).

Es podran utilitzar lents correctores, si bé, prèviament, s'haurà de presentar a l'àrbitre del partit l'oportú certificat d'homologació estès per la Mutualitat de Futbolistes de la Federació autonòmica corresponent.

El porter vestirà colors que el diferenciïn dels altres jugadors, de l'àrbitre i dels àrbitres assistents.

Les canyelleres hauran d'estar cobertes completament per les mitges i hauran de ser d'un material apropiat i oferir una protecció adequada.

- 2. INFRACCIONS/SANCIONS.** L'àrbitre ordenarà que abandoni el terreny de joc, o en permetrà el reemplaçament, a qualsevol jugador que infringeixi aquesta regla, perquè posi en ordre el seu equipament o equipatge o algun element que li falti d'aquest, en l'ocasió següent que el joc estigui parat, si no és que en aquest moment el jugador no l'ha corregit. Qualsevol jugador infractor d'aquesta regla solament podrà tornar al camp de joc després d'haver-se presentat a l'àrbitre, qui haurà de cerciorar-se personalment que l'equip bàsic d'aquest jugador està en ordre, en ocasió d'una detenció del joc.

Si un jugador que hagi estat obligat a abandonar el terreny de joc per infracció d'aquesta regla reingressa en el terreny de joc sense l'autorització de l'àrbitre, provocant una interrupció del joc, serà sancionat amb un tir lliure indirecte, executat des del lloc on es trobava la pilota en el moment de la interrupció.

REGLA V **ÀRBITRE**

1. Serà reglamentàriament obligatòria la designació d'un àrbitre per dirigir cada partit. Les seves competències, en l'exercici de les funcions que li són pròpies, començaran en el moment de la seva entrada en el terreny de joc i finalitzaran quan abandoni les instal·lacions.
2. A més:
 - a) Aplicarà les Regles.
 - b) S'abstindrà de castigar en aquells casos en què, en fer-ho, pugui beneficiar l'equip infractor.
 - c) Prendrà nota de les incidències, exercirà de cronometrador quan no actuï l'auxiliar de taula, tenint cura que el partit tingui la durada reglamentària.



- d) Tindrà poder discrecional per detenir el joc quan es cometin infraccions de les Regles i per interrompre o suspendre definitivament l'encontre quan ho estimi necessari, per causa dels elements, de la intervenció dels espectadors o per altres motius.
- e) Des del moment en què entri en el terreny de joc, tindrà facultat discrecional per sancionar, segons que correspongui, tot jugador que observi una conducta inconvenient o incorrecta, i fins i tot arribarà a expulsar-lo definitivament.
- f) No permetrà que persones no autoritzades entrin en el terreny de joc.
- g) Reprendrà el joc després d'una interrupció.
- h) Decidirà si la pilota disposada per al partit respon al que preveu la regla II.
- i) Interromprà el joc si estima que algun jugador ha patit un cop o lesió que necessita l'atenció del seu metge o auxiliars, i haurà de donar prioritat, sobre qualsevol altra circumstància o interès competencial, a l'adequada assistència del jugador, fins i tot sobre el mateix terreny de joc, sense detriment de qualsevol altra decisió tècnica que ell consideri pertinent adoptar.
- j) Controlarà el partit en cooperació amb els àrbitres assistents i auxiliar de taula, si n'hi ha, sobretot en relació amb incidents que no hagi pogut observar.
- k) S'assegurarà que l'equipament dels jugadors compleixi les exigències de la regla IV.
- l) Exigirà que tot jugador que pateixi una hemorràgia surti del terreny de joc. Aquest jugador solament podrà reingressar-hi després del senyal de l'àrbitre, qui se cerciorarà que la ferida o circumstància que l'han motivada hagi deixat de sagnar o d'existir.
- m) Castigarà la infracció més greu quan un jugador en cometi més d'una al mateix temps.
- n) Prendrà mesures disciplinàries contra els jugadors que cometin infraccions mereixedores d'amonestació o expulsió. No està obligat a prendre mesures immediatament, però haurà de fer-ho tan bon punt s'aturi el joc.
- o) Prendrà mesures contra els oficials dels equips que no es comportin de forma correcta i podrà, si ho creu necessari, expulsar-los del terreny de joc i dels voltants.
- p) Remetrà a les autoritats corresponent un informe del partit, amb dades sobre totes les mesures disciplinàries preses contra jugadors o oficials dels equips i sobre qualsevol altre incident que hagi ocorregut abans, durant i després del partit.

DECISIONS DE L'ÀRBITRE

Les decisions de l'àrbitre sobre els fets relacionats amb el joc són definitives.

L'àrbitre podrà modificar la seva decisió únicament si s'adona que és incorrecta o, si ho creu necessari, conforme a una indicació per part d'un àrbitre assistent, sempre que encara no hagi reprès el joc.



REGLA VI

ELS ALTRES MEMBRES DE L'EQUIP ARBITRAL

Es podran designar dos àrbitres assistents, que tindran, sota reserva del que decideixi l'àrbitre, la missió d'indicar:

- Si la pilota ha traspasat en la seva totalitat els límits del terreny de joc.
- A quin equip correspon efectuar els serveis de córner, de porteria o de banda.
- Quan s'haurà de sancionar un jugador per estar en posició de fora de joc.
- Quan se sol·licita una substitució.
- Quan té lloc una infracció o altre incident fora del camp visual de l'àrbitre.
- Quan es cometen infraccions més a prop de l'assistent que de l'àrbitre (en particular, quan tenen lloc en l'àrea de penal).
- Si en els tirs de penal el porter s'avança abans que es copegi la pilota, i quan la pilota no ha traspasat la línia.

Els àrbitres assistents ajudaran igualment l'àrbitre a dirigir el joc conforme a les Regles. En particular, podran entrar en el terreny de joc per ajudar a controlar que es respecti la distància de 6 metres.

Són funcions específiques de l'auxiliar de taula:

- a) Exercir de delegat de camp quan el reglament de la competició així ho indiqui.
- b) Exercir, així mateix, de cronometrador.
- c) Controlar i autoritzar les substitucions dels jugadors que en el transcurs del partit pugui produir-se i d'acord amb el que s'ha establert respecte a això.
- d) Posar en coneixement de l'àrbitre les incidències o incompliments que, en relació amb l'apartat anterior, puguin produir-se.
- e) Donar compte a l'àrbitre de les incorreccions que pugin tenir lloc en les "banquetes" de suplents i oficials i que puguin tenir conseqüències o es puguin reflectir en el terreny de joc.
- f) Actuar com a auxiliar de l'àrbitre en totes aquelles tasques que li puguin ser encomanades o delegades.



REGLA VII **LA DURADA DEL PARTIT**

1. El partit durarà quatre períodes de temps iguals, llevat que per mutu acord entre l'àrbitre i els dos equips participants decideixin una altra cosa.
2. La durada dels períodes s'establirà per a cada categoria en el reglament de la competició.
3. L'àrbitre haurà d'afegir, a cada període de temps abans indicat, aquell que estimi oportú d'acord amb el que s'hagi perdut a conseqüència de lesions i assistència als jugadors que en necessitin, pèrdues de temps o altres causes, i haurà de comunicar-ho als dos equips adversaris.
4. La durada de cada partit, en qualsevol cas, haurà de ser prolongat a fi de permetre l'execució d'un penal.
5. Els jugadors tenen el dret a uns descansos que en cap cas no hauran d'excedir els deu (10) minuts en el mig temps (entre el segon i tercer període) i els dos (2) minuts en els restants.
6. Tot acord d'alterar els períodes de joc (per exemple, reduir cada període perquè la llum sigui insuficient) haurà de prendre's abans de l'inici del partit i conforme al reglament de la competició.

REGLA VIII **L'INICI I LA REPRESA DEL JOC**

INTRODUCCIÓ

Es farà un sorteig i l'equip que el guanyi decidirà la direcció en què atacarà els primers dos períodes del partit, o si vol fer el servei inicial.

Entre el segon i tercer període (mig temps), els equips canviaran de meitat de camp i atacaran en la direcció oposada.

1. **SERVEI INICIAL.** El servei inicial és una forma d'iniciar o reprendre el joc:
 - a) Al començament de cada període.
 - b) Després d'haver marcat un gol.
 - c) Al començament de cada temps supletori si n'hi ha.

No es podrà anotar un gol directament d'un servei inicial.



PROCEDIMENT

1. Tots els jugadors hauran de trobar-se en el propi camp.
2. Els jugadors de l'equip contrari a aquell que efectuarà el servei inicial hauran de trobar-se, com a mínim, a 6 metres de la pilota fins que sigui jugada.
3. La pilota estarà immòbil en el punt central.
4. La pilota entrarà en joc, una vegada l'àrbitre doni el senyal a aquest efecte, en el moment en què sigui jugada amb el peu i es mogui clarament.
5. L'executor del servei no podrà tocar la pilota per segona vegada abans que aquesta sigui jugada per un altre jugador.
6. Després que un equip marqui un gol, l'equip contrari efectuarà el servei inicial.

INFRACCIONS/SANCIONS.

En el cas que l'executor del servei toqui la pilota per segona vegada, abans que sigui jugada per un altre jugador:

Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip adversari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

Per a qualsevol altra contravenció del procediment de servei inicial:

Es repetirà el servei inicial.

2. **PILOTA A TERRA.** La pilota a terra és una forma de reprendre el joc després d'una interrupció temporal necessària, quan aquesta està en joc, i a causa de qualsevol incident no recollit en les Regles de Joc.

PROCEDIMENT

Es concedeix una pilota a terra al porter de l'equip defensor a la seva àrea de penal si, en el moment que s'ha aturat el joc:

1. La pilota era dins de l'àrea de penal o
2. L'últim toc de la pilota s'ha produït dins de l'àrea de penal

En tots els altres casos, l'àrbitre concedirà una pilota a terra a un jugador de l'últim equip que hagi tocat la pilota quan l'últim a tocar-la hagi estat un jugador, un agent extern o un membre de l'equip arbitral.

Tots els altres jugadors (d'ambdós equips) hauran de romandre almenys a 4 metres de la pilota fins que estigui en joc La pilota entrarà en joc quan toqui el terra.

INFRACCIONS/SANCIONS

La pilota es tornarà a deixar caure a terra una altra vegada si:

1. Toca a un jugador abans de tocar el terra
2. Abandona el terreny de joc després de tocar el terra sense que la toqui cap jugador



Si una pilota a terra entra en una porteria sense que l'hagin tocada almenys dos jugadors el joc es reprendrà amb:

1. Un servei de porteria si entra a la porteria adversària
2. Un servei de cantonada si entra a la porteria del seu equip

REGLA IX

LA PILOTA EN JOC O FORA DEL JOC

1. PILOTA FORA DE JOC

La pilota és fora de joc quan:

1. Ha traspassat completament la línia de meta o de banda pel terra o per l'aire
2. L'àrbitre ha aturat el joc
3. Toca en un membre de l'equip arbitral, es manté sobre el terreny de joc i:
 - a. Un equip comença un atac prometedor o
 - b. La pilota entra directament dins la porteria o
 - c. Canvia l'equip que té la possessió de la pilota

En tots aquests casos, el joc es reprendrà amb una pilota a terra.

2. PILOTA EN JOC

La pilota estarà en joc en qualsevol altre moment quan toqui en un membre de l'equip arbitral i quan reboti d'un pal, el travessar o un banderí de cantonada i es mantingui sobre del terreny de joc.

REGLA X

EL RESULTAT DEL PARTIT

1. S'haurà marcat un gol quan la pilota hagi traspassat totalment la línia de porteria entre els pals i per sota del travesser sempre que l'equip anotador no hagi contravingut prèviament les Regles de Joc.
2. L'equip que hagi marcat el major nombre de gols guanyarà el partit.
Si no ha marcat cap gol o si els dos equips han marcat els mateixos gols, el partit acabarà en empat.
3. Si el reglament de la competició estableix que ha d'haver-hi un equip guanyador en un partit que finalitza en empat, es permetran solament els procediments següents aprovats per la I. Board:



- a) Regla de gols marcats fora de casa
 - b) Temps suplementari
 - c) Tirs des del punt de penal
4. El porter no podrà marcar gol directament llançant la pilota amb la mà.

REGLA XI **EL FORA DE JOC**

POSICIÓ DE FORA DE JOC.

El fet d'estar en una posició de fora de joc no constitueix una infracció en si mateix.

1. Un jugador estarà en fora de joc si estant en la zona de fora de joc:
Es troba més a prop de la línia de porteria contrària que la pilota i el penúltim adversari.
2. Un jugador no estarà en posició de fora de joc si:
 - a) Es troba fora de la zona de fora de joc.
 - b) Està a la mateixa altura que el penúltim adversari, o
 - c) Està a la mateixa altura que els dos últims adversaris.
3. Un jugador en posició de fora de joc serà sancionat solament si, en el moment que la pilota toca o és jugada per un dels seus companys, es troba, segons el parer de l'àrbitre:
 - a) Interferint el joc, o
 - b) Interferint un contrari, o
 - c) Intentant guanyar avantatge en aquesta posició.
4. No existirà infracció de fora de joc si el jugador rep la pilota directament de:
 - a) Un servei de córner
 - b) Un servei de banda, o
 - c) Un servei de porteria

INFRACCIONS/SANCIONS

Per qualsevol infracció de fora de joc, l'àrbitre haurà d'atorgar un tir lliure indirecte a l'equip adversari, que serà llançat des del lloc on s'ha produït, llevat que sigui en l'àrea de porteria, i en aquest cas s'executarà tal com es contempla en la regla VIII, en el capítol de "Circumstàncies especials".



REGLA XII **FALTES I CONDUCTA INCORRECTA**

1. Es concedirà un tir lliure directe a l'equip adversari si un jugador comet una de les infraccions següents d'una manera que l'àrbitre consideri imprudent, temerària o amb ús d'una força excessiva:
 - a) Donar o intentar donar un cop de peu a un adversari.
 - b) Fer la traveta a un contrari.
 - c) Saltar sobre un adversari.
 - d) Carregar violentament o perillosament contra un adversari.
 - e) Copejar o intentar copejar un adversari.
 - f) Empènyer un adversari.
 - g) Fer una entrada a un adversari per guanyar la posició de la pilota tocant-lo abans que a aquesta.
 - h) Infracció per mà (llevat del porter en l'àrea de penal).
 - i) Subjectar un contrari.
 - j) Escopir un adversari.
 - k) Obstaculitzar a un adversari amb contacte físic.

2. Es concedirà un llançament de penal (regla núm. 14) si un jugador comet una de les deu infraccions abans esmentades, dins de la seva pròpia àrea de penal, independentment de la posició de la pilota i sempre que estigui en joc.

3. Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip adversari si un porter comet una de les infraccions següents abans esmentades, dins de la seva àrea de penal:
 - a) Tarda més de sis segons a posar la pilota en joc després d'haver-la controlat amb les mans.
 - b) Torna a tocar la pilota amb les mans després d'haver-la posat en joc i sense que qualsevol altre jugador l'hagi tocat.
 - c) Toca la pilota amb les mans després que el jugador del seu equip l'hi hagi cedit amb el peu o que l'hagi rebut directament d'un servei de banda del seu equip, tret que el porter hagi colpejat la pilota clarament o ho hagi intentat, amb la finalitat de posar-la en joc

4. Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip adversari si un jugador, en opinió de l'àrbitre:



- a) Juga de forma perillosa.
 - b) Obstaculitza l'avanç d'un adversari sense contacte físic.
 - c) Impedeix que el porter pugui treure la pilota amb les mans.
 - d) Comet qualsevol altra infracció que no hagi estat esmentada anteriorment en les Regles, per la qual el joc sigui interromput per amonestar-lo o expulsar-lo.
5. El tir lliure directe o indirecte es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció o, en qualsevol cas, atenent a les normes i regles de joc respecte a això.

INFRACCIONS/SANCIONS

Sancions disciplinàries

La targeta groga s'utilitza per comunicar al jugador, el substitut o el jugador substituït que ha estat amonestat.

La targeta vermella s'utilitza per comunicar al jugador, el substitut o el jugador substituït que ha estat expulsat.

L'àrbitre té l'autoritat per prendre mesures disciplinàries des del moment en que ingressa en el terreny de joc fins que l'abandona després del xiulet final.

Si un jugador comet una infracció sancionable amb una amonestació o una expulsió, ja sigui dins o fora del terreny de joc, contra un adversari, un company, l'àrbitre, un àrbitre assistent o contra qualsevol altra persona, serà castigat conforme a la naturalesa de la infracció comesa.

Infraccions sancionables amb una amonestació

Un jugador serà amonestat i se li mostrarà la targeta groga si comet una de les següents set infraccions:

- ser culpable de conducta antiesportiva
- desaprovar amb paraules o accions
- infringir persistentment les Regles de Joc
- retardar la represa del joc
- no respectar la distància reglamentària en un córner, tir lliure o servei de banda
- entrar o tornar a entrar en el terreny de joc sense el permís de l'àrbitre
- abandonar deliberadament el terreny de joc sense el permís de l'àrbitre

Un substitut o un jugador substituït serà amonestat si comet una de les següents tres infraccions:



- ser culpable de conducta antiesportiva
- desaprovar amb paraules o accions
- retardar la represa del joc

Infraccions sancionables amb una expulsió

Un jugador, un substitut o un jugador substituït serà expulsat si comet una de les següents set infraccions:

- ser culpable de joc brusc greu
- ser culpable de conducta violenta
- escopir a un adversari o qualsevol altra persona
- emprar llenguatge ofensiu, groller o obscè i/o gestos de la mateixa naturalesa
- rebre una segona amonestació en el mateix partit

Un substitut o un jugador substituït expulsat haurà d'abandonar els voltants del terreny de joc i l'àrea tècnica.

Infraccions sancionables amb una expulsió amb possibilitat de substituir el jugador expulsat

Un jugador serà expulsat amb targeta blava, que permet la possibilitat de substituir el jugador expulsat, si comet una de les següents infraccions:

- impedir amb mà intencionada un gol o malmetre una oportunitat manifesta de gol (això no val per al porter dins de la seva pròpia àrea penal)
- malmetre l'oportunitat manifesta de gol d'un adversari que es dirigeix cap a la meta del jugador mitjançant una infracció sancionable amb un tir lliure o penal, llevat dels casos establerts anteriorment sancionables amb una expulsió per ser culpables de joc brusc greu o conducta violenta.

DECISIONS DE L'INTERNATIONAL F. A. BOARD

Decisió 1

Si un jugador comet una infracció digna de sanció amb una expulsió temporal o definitiva, sia dins sia fora del terreny de joc, contra un adversari, un company, l'àrbitre, un àrbitre assistent, o contra qualsevol altra persona, serà castigat conforme a la naturalesa de la infracció comesa.

Decisió 2



Es considerarà que el porter controla la pilota quan la toca amb qualsevol part de les mans o braços. La possessió de la pilota inclourà, així mateix, la parada intencionada del porter, però no inclourà la pilota que –segons l'àrbitre– rebota accidentalment en el porter, per exemple, després d'efectuar una parada.

Decisió 3

En virtut de les estipulacions de la regla XII, un jugador podrà passar la pilota al seu porter utilitzant el cap, el pit o el genoll, etc. No obstant això, si en opinió de l'àrbitre un jugador utilitza un truc deliberat per evadir les Regles, mentre la pilota està en joc, el jugador serà sancionat amb un tir lliure indirecte a executar per l'equip adversari des del lloc on s'ha comès la infracció.

En aquestes circumstàncies, serà irrellevant si el porter toca o no posteriorment la pilota amb les mans. La infracció és comesa pel jugador que intenta eludir tant la lletra com l'esperit de la regla XII.

Decisió 4

Una entrada per darrere que posi en perill la integritat física d'un adversari haurà de ser sancionada com a joc brusc greu.

Decisió 5

Tota simulació en el terreny de joc que tingui per finalitat enganyar l'àrbitre serà sancionada com a conducta antiesportiva.

Decisió 6

El jugador que es tregui la samarreta en celebrar un gol haurà de ser sancionat per conducta antiesportiva.

REGLA XIII **EL TIR LLIURE**

1. TIPUS DE TIRS LLIURES

Els tirs lliures poden ser directes o indirectes. Tant per als tirs lliures directes com per als indirectes, la pilota haurà d'estar immòbil quan es llança el tir, i l'executor no podrà tornar a jugar la pilota abans que aquesta hagi tocat un altre jugador.

2. EL TIR LLIURE DIRECTE

Si s'introdueix directament en la porteria contrària un tir lliure directe jugat amb el peu, es concedirà gol únicament si el tir lliure ha estat efectuat des de camp contrari. Si s'introdueix en la pròpia porteria un tir lliure directe jugat amb el peu, es concedirà un servei de córner a l'equip contrari.



3. EL TIR LLIURE INDIRECTE

Senyalització:

L'àrbitre indicarà un tir lliure indirecte aixecant el braç per sobre del cap.

La pilota entra a la porteria:

- El gol serà vàlid si la pilota toca un altre jugador abans d'entrar a la porteria.
- Si s'introdueix directament a la porteria contrària un tir lliure indirecte jugat amb el peu, es concedirà servei de porteria.
- Si un tir lliure indirecte jugat amb el peu s'introdueix directament en la pròpia porteria, es concedirà un servei de córner a l'equip contrari.

POSICIÓ EN EL TIR LLIURE

1. Tir lliure dins de l'àrea de penal:

Tir lliure directe o indirecte a favor de l'equip defensor:

- Tots els adversaris hauran de trobar-se, com a mínim, a 6 metres de la pilota i, en tot cas, fora de l'àrea de penal fins que la pilota estigui en joc.
- La pilota estarà en joc tan bon punt hagi estat jugada amb el peu directament i es mogui clarament.
- Un tir lliure concedit en l'àrea de porteria podrà ser llançat des de qualsevol punt d'aquesta àrea.

2. Tir lliure indirecte a favor de l'equip atacant:

- Tots els adversaris hauran de trobar-se com a mínim a 6 metres de la pilota fins que estigui en joc, llevat que es trobin ubicats sobre la seva pròpia línia de porteria, entre els pals de porteria.
- La pilota estarà en joc en el moment en què sigui jugada amb el peu i es posi en moviment.
- Un tir lliure indirecte concedit en l'àrea de porteria es llançarà des del punt de la línia de l'àrea de porteria, paral·lela a la línia de porteria, més proper al lloc on s'ha comès la infracció.

3. Tir lliure fora de l'àrea de penal:

- Tots els adversaris hauran de trobar-se com a mínim a 6 metres de la pilota fins que estigui en joc.
- La pilota estarà en joc en el moment en què sigui jugada amb el peu i es posi en moviment.



- El tir lliure es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

INFRACCIONS/SANCIONS

Si en efectuar un tir lliure un adversari es troba més a prop de la pilota que la distància reglamentària, es repetirà el tir lliure.

Si tres o més jugadors de l'equip defensor formen una barrera, els jugadors de l'equip atacant hauran d'estar a un mínim d'un metre de distància de la barrera. Si s'avances, se senyalarà un tir lliure indirecte.

TIR LLIURE LLANÇAT PER QALSEVOL JUGADOR (EXCEPTE EL PORTER)

1. Si la pilota està en joc i l'executor del tir lliure toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari.
2. Si la pilota està en joc i l'executor del tir lliure toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari.
 - Es concedirà un tir de penal si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor.

TIR LLIURE LLANÇAT PEL PORTER

1. Si la pilota està en joc i el porter toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari.
2. Si la pilota està en joc i el porter toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari si és dins de l'àrea de porteria.
 - Si és fora de l'àrea, serà un tir lliure directe.

REGLA XIV **DEL PENAL I EL SEU LLANÇAMENT**

El tir de penal



Es concedirà un tir de penal contra l'equip que cometi, dins la seva pròpia àrea de penal, i mentre la pilota estigui en joc, una de les deu infraccions tipificades en la regla XII i sancionades amb un tir lliure directe.

Es podrà marcar un gol directament d'un tir de penal.

Es concedirà temps addicional per poder executar un tir de penal al final de cada temps o al final dels períodes de temps suplementari.

POSICIÓ DE LA PILOTA I DELS JUGADORS

LA PILOTA:

- Es col·locarà en el punt de penal.

L'EXECUTOR DEL TIR DE PENAL:

- Haurà de ser degudament identificat.

EL PORTER DEFENSOR:

- Quan es xuta la pilota, el porter defensor ha de tenir almenys una part d'un dels seus peus tocant, o sobre la vertical, de la línia de meta

ELS JUGADORS, EXCEPTE L'EXECUTOR DEL TIR, ESTARAN UBICATS:

- En el terreny de joc
- Fora de l'àrea de penal
- Darrere del punt de penal
- A un mínim de 6 metres del punt de penal

L'ÀRBITRE:

- No donarà el senyal d'executar el tir de penal fins que tots els jugadors es trobin ubicats en una posició conforme a la regla.
- Decidirà quan s'ha consumat el tir de penal.

PROCEDIMENT:

- L'executor d'un tir de penal jugarà la pilota cap endavant amb el peu.
- No podrà tornar a jugar la pilota fins que aquesta no hagi tocat un altre jugador.
- La pilota estarà en joc en el moment que sigui jugada amb el peu i es posi en moviment.

Quan s'executa un tir de penal durant el curs normal d'un partit o quan el període de joc s'ha prolongat en el primer temps o al final del temps reglamentari amb l'objectiu de llançar o



tornar a llançar un tir de penal, es concedirà un gol si, abans de passar entre els pals i sota el travesser:

- La pilota toca un o els dos pals, o el travesser o el porter.

INFRACCIONS/SANCIONS

Si l'àrbitre dóna el senyal d'executar el tir de penal, abans que la pilota estigui en joc, té lloc una de les situacions següents:

1. L'executor del tir infringeix les Regles de Joc:
 - L'àrbitre permetrà que continuï la jugada.
 - Si la pilota entra a la porteria, es repetirà el tir.
 - Si la pilota no entra a la porteria, no es repetirà el tir.
2. El porter infringeix les Regles de Joc:
 - L'àrbitre permetrà que continuï la jugada.
 - Si la pilota entra a la porteria, es concedirà un gol.
 - Si la pilota no entra a la porteria, es repetirà el tir i el porter serà amonestat.
3. Un company de l'executor del tir penetra en l'àrea de penal o es col·loca davant del punt de penal o a menys de 6 metres:
 - L'àrbitre permetrà que continuï la jugada.
 - Si la pilota entra a la porteria, es repetirà el tir.
 - Si la pilota no entra a la porteria, no es repetirà el tir.
 - Si la pilota rebota en el porter, el travesser o en un pal de la porteria i és tocada per aquest jugador, l'àrbitre interromprà el partit i el reprendrà amb un tir lliure indirecte a favor de l'equip defensor.
4. Un company del porter penetra a l'àrea de penal o es col·loca davant del punt de penal o a menys de 6 metres:
 - L'àrbitre permetrà que continuï la jugada.
 - Si la pilota entra a la porteria, es concedirà un gol.
 - Si la pilota no entra a la porteria, es repetirà el tir.
5. Un jugador de l'equip defensor i un altre de l'equip atacant infringeixen les Regles de Joc:
 - Es repetirà el tir.
6. Si després que s'hagi llançat un tir de penal, l'executor del tir toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que la pilota hagi tocat un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.



7. L'executor toca intencionadament la pilota amb les mans abans que la pilota hagi tocat un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
8. La pilota toca qualsevol altre objecte en el moment en què es mou cap endavant:
 - Es repetirà el tir.
9. La pilota rebotja cap al terreny de joc en el porter, el travesser o els pals, i després toca qualsevol altre objecte:
 - L'àrbitre detindrà el joc.
 - El joc es reprendrà amb pilota a terra, que es llançarà des del lloc on ha tocat l'objecte.

REGLA XV

EL SERVEI DE BANDA

1. El servei de banda és, també, una altra forma de reprendre el joc.
2. D'un servei de banda, en cap cas, no es podrà anotar un gol directament.
3. Es concedirà servei de banda:
 - a) Quan la pilota hagi traspassat, en la seva totalitat, la línia de banda, sia per terra sia per aire, i s'haurà d'executar des del punt per on aquella hagi sortit del terreny de joc.
 - b) El servei de banda correspondrà fer-lo a un dels jugadors contraris a aquell que ha tocat la pilota per última vegada i abans de sortir del rectangle de joc.
4. En el llançament de serveis de banda, l'executor haurà de:
 - a) Estar de cara al terreny de joc tenint una part dels dos peus sobre la línia de banda o a l'exterior d'aquesta.
 - b) Servir-se de les dues mans per llançar la pilota des del darrer i per sobre del cap, i no podrà tornar-la a jugar fins que aquesta no hagi estat tocada o jugada per un altre jugador.
 - c) La pilota estarà en joc tan aviat com aquesta hagi entrat en el terreny de joc.
5. Si el servei de banda no ha estat fet conforme a la regla, l'àrbitre determinarà efectuar un nou servei que, en aquest cas, haurà d'executar un jugador de l'equip contrari.
6. Servei de banda executat per qualsevol jugador excepte el porter:
 - a) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de banda toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari.



b) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de banda toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari, que llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
- Es concedirà un tir de penal si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor.

7. Servei de banda executat pel porter:

Si la pilota està en joc i el porter toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

Si la pilota està en joc i el porter toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari.
- Si la infracció s'ha comès dins de l'àrea del penal de l'executor, es concedirà un tir lliure indirecte en el punt més proper al lloc on s'ha produït la infracció.

REGLA XVI

EL SERVEI DE PORTERIA

1. El servei de porteria és, igualment, una forma de reprendre el joc.
2. D'un servei de porteria no es podrà anotar un gol directament.
3. Es concedirà servei de porteria:
 - a) Quan la pilota hagi traspasat, en la seva totalitat, la línia de porteria, sia per terra sia per aire, i això després d'haver tocat en darrer lloc un jugador de l'equip atacant i, en tot cas, si no s'ha marcat un gol conforme a la regla X.
4. En el servei de porteria:
 - a) Un jugador de l'equip defensor jugarà la pilota amb el peu des de qualsevol punt de la seva àrea de porteria.
 - b) Els jugadors contraris hauran de restar fora de l'àrea de penal fins que la pilota estigui en joc.
 - c) El jugador que executi el servei no podrà tornar a jugar al pilota fins que aquesta no hagi estat jugada per un altre jugador.



d) La pilota es considerarà en joc quan hagi estat colpejada amb el peu i es mogui clarament.

5. INFRACCIONS/SANCIONS

a) Si la pilota no és llançada directament fora de l'àrea de penal, es repetirà el servei.

6. Servei de porteria executat per qualsevol jugador excepte el porter:

a) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de porteria toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi tocat un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari, que és llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

b) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de porteria toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi tocat un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari, que s'executarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
- Es concedirà un tir de penal si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor.

7. Servei de porteria executat pel porter:

a) Si la pilota està en joc i el porter toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

b) Si la pilota està en joc i el porter toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:

- Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari si és fora de l'àrea, que s'executarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
- Si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor, es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari en el lloc on s'ha produït la infracció.

c) Per a qualsevol altra contravençió de la regla:

- Es repetirà el servei.

REGLA XVII **EL SERVEI DE CÓRNER**



1. Com en casos anteriors, el servei de córner és, així mateix, una forma de reprendre el joc.
2. D'un servei de córner es podrà anotar directament un gol, però solament serà vàlid contra l'equip adversari.
3. Es concedirà servei de córner:
 - a) Quan la pilota hagi traspassat, en la seva totalitat, la línia de porteria, sia per terra sia per aire, i després d'haver tocat per última vegada en un jugador de l'equip defensor i sempre que, igualment, no s'hagi marcat un gol de conformitat amb la regla X.
4. En el servei de córner:
 - a) La pilota es col·locarà a l'interior del quadrat de córner més proper al lloc per on aquesta ha sortit, i no estarà permès que per executar-lo pugui treure's el pal d'aquest banderó de córner.
 - b) Els jugadors contraris a l'executor hauran de mantenir-se a una distància mínima de 6 metres de la pilota i fins que aquesta estigui en joc.
 - c) La pilota haurà de ser jugada amb el peu per un jugador de l'equip atacant, i no podrà jugar-la per segona vegada fins que no hagi estat tocada per un altre jugador.
 - d) La pilota es considerarà en joc a tots els efectes en el moment en què sigui jugada amb el peu i sigui posada en moviment.

5. INFRACCIONS/SANCIONS

Servei de córner executat per qualsevol jugador excepte el porter:

- a) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de córner toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
- b) Si la pilota està en joc i l'executor del servei de córner toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari si és fora de l'àrea, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
 - Es concedirà un tir de penal si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor.

Servei de córner executat pel porter:

- a) Si la pilota està en joc i el porter toca per segona vegada la pilota (excepte amb les mans) abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:



- Es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari.
- b) Si la pilota està en joc i el porter toca intencionadament la pilota amb les mans abans que aquesta hagi estat tocada per un altre jugador:
 - Es concedirà un tir lliure directe a l'equip contrari, si és fora de l'àrea de l'executor, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.
 - Si la infracció s'ha comès dins de l'àrea de penal de l'executor, es concedirà un tir lliure indirecte a l'equip contrari, que es llançarà des del lloc on s'ha comès la infracció.

Per a qualsevol altra contravençió de la regla:

- Es repetirà el servei.

NOTA IMPORTANT:

Qualsevol variació que es produeixi en les Regles de Joc de la FIFA (International Football Association Board) s'incorporarà a les presents Regles de Joc de futbol 7.