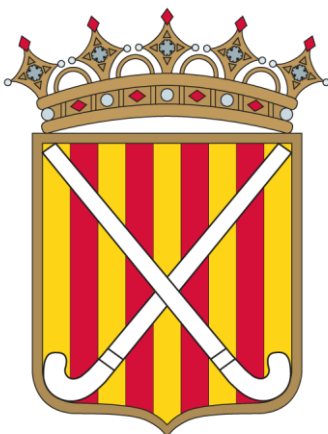


# REGLAMENT DE HOCKEY PLUS



Regles i notes orientatives per aplicar als  
partits de jugadors amb discapacitat  
intel·lectual

Basat en el Reglament

**PARA HOCKEY (LD)**

<https://www.fih.hockey/>

Per a una explicació de la terminologia o qualsevol altra qüestió no prevista en aquest reglament, consulteu el [Rules of Para-hockey for Athletes with an Intellectual Disability \(HockeyID\) including explanations](#)



Revisat octubre del 2023

## **REGLA 1 – EQUIPS**

El joc es juga entre 2 equips.

Cada equip pot jugar amb un màxim de 6 jugadors en el terreny de joc.  
Són 5 jugadors/es de camp i un porter.

Els jugadors/es poden substituir-se sempre que es vulgui.

Cada equip ha de jugar amb un porter al camp durant tot el partit.

En la categoria més baixa podrà haver-hi la presència d'un jugador de suport.

### **REGLA 1.1 – JUGADOR DE SUPORT/FACILITADOR**

Context:

Des de la FCH s'agrupen els equips per nivell de joc, però hi ha determinats equips que tenen jugadors i jugadores amb menys habilitats i mostren dificultats per crear una mínima dinàmica de joc, necessitant un jugador/a de suport dins el camp. L'esperit de la norma és proporcionar un facilitador del joc per evitar desnivells desproporcionats entre els equips.

Previ acord amb la FCH els equips poden incorporar un jugador/a de suport; un facilitador del joc. Tot i això, la incorporació i/o la retirada d'aquest suport ha de ser un criteri flexible segons les circumstàncies que han de consensuar els tècnics de cada un dels equips juntament amb l'àrbitre.

El jugador/a de suport es distingeix pel diferent color de mitjons o amb una cinta distintiva.

Té com a funció principal dinamitzar el joc realitzant passes als jugadors/res del seu equip. La seva funció no és marcar gols ni tampoc evitar gols de l'equip contrari, sinó repartir boles als jugadors del seu equip per jugar el partit d'hoquei, ser facilitador de jugades.

El jugador de suport NO pot fer gol.

El jugador de suport es mou preferiblement fora de l'àrea i pel mig del camp, tot i que en moments determinats es pot desplaçar a altres llocs del camp per facilitar que la bola arribi a tots els jugadors o jugadores.

Es recomana als entrenadors que comparteixin possibles desajustos que es puguin donar compartint-ho amb l'àrbitre.



## REGLA 2 – SUBSTITUCIONS

Les substitucions s'han de fer per la línia central del camp i es permeten en qualsevol moment.

El temps no s'atura per a substitucions excepte per la substitució d'un porter lesionat o expulsat.

## REGLA 3 - DURADA DEL JOC

Es juguen 4 parts de 10 minuts cadascuna.

A la mitja part hi haurà un temps màxim de descans de 5 minuts.

Entre el 1r quart i el 2n, 2 minuts com a màxim de descans, i entre 3r i el 4t quart, 2 minuts com a màxim de descans.

Després de la mitja part els equips canvien de camp.

No es para el temps durant el partit. Només en el canvi de quarts i la mitja part o si hi ha algun incident que requereixi atenció especial.

## REGLA 4 – CAPITANS

Un jugador/ra de cada equip ha de ser escollit com a capità/na.

Si un capità/na està suspès, s'ha d'escollir un altre capità/na.

Els capitans porten un distintiu banda al braç o al mitjó.

Els capitans escullen camp o la possessió de la pilota en l'inici del joc.

Cada capità és responsable de la conducta de tots els jugadors del seu equip, incloent-hi els substituïts.

## REGLA 5 - EL CAMP DE JOC (la meitat d'un camp d'Hockey normal)

El camp és rectangular. Equivalent al camp de la categoria aleví.

Són 55 metres de llarg i 43 metres d'ampli.

L'indicat és el màxim, de totes maneres la mida del camp pot variar d'acord amb la superfície, la localització i les habilitats de joc de les jugadores.

L'àrea és a 11 metres de la línia de la porteria.

Punt de stroke està a 6 metres de la línia de gol.

El centre del camp és una marca que indica on s'inicia el joc al principi.

El centre del camp és on es reinicia després dels gols

El centre del camp és des d'on se surt pels shoot-outs.



### **REGLA 6 - PORTERIA**

a) Amplada de 3,6 metres. Ha de ser col·locada a la vora exterior de la línia de fons en línia amb el centre del camp.

b) Les porteries utilitzades són les mateixes que per un partit d'11 jugadors.

### **REGLA 7 - LA BOLA**

a) S'utilitza la mateixa bola que per un partit d'11 jugadors.

### **REGLA 8 – L'STICK I LA BOLA**

L'stick ha d'ajustar-se a l'especificació acordada pel Comitè de Regles de la Federació Internacional de Hockey.

Ha de disposar d'un costat de la cara plana i una cara arrodonida.

La pilota és esfèrica, dura i de color que contrasti amb la superfície del camp.

La pilota pot ser jugada amb la cara plana i les vores del pal.

### **REGLA 9 – PROTECCIÓ DELS JUGADORS I ROBA**

Els jugadors/es de camp d'un mateix equip han de portar roba uniforme.

Els jugadors/es no han de portar res que sigui perillós per a altres jugadors.

Els jugadors/es de camp:

- poden fer servir protecció per a les mans que no augmenti la mida natural de les mans de manera significativa.
- es recomana fer servir protecció per la boca.
- es recomana portar canalleres per protegir els canells.
- es permet portar durant tot el partit per raons mèdiques només una màscara llisa, preferiblement transparent o blanca, però d'una altra manera, d'un sol color que s'ajusti a la cara, cap protector suau.
- cobriment o protecció ocular en forma d'ulleres de plàstic (és a dir, ulleres amb un marc de coberta suau i lents de plàstic).
- excepte els porters, no es permet portar casc de protecció.

Cap jugador ha de portar objectes que puguin ser perillosos per a ell mateix o per altres. Això inclou gorres amb ala rígida i joies.

És recomanable l'ús de calçat adequat per al tipus de superfície, ja que evita lesions.



## REGLA 10 - EQUIP DE PORTER



Els porters han de portar una samarreta o peça d'un sol color que sigui diferent.  
Per garantir la seguretat els porters han de dur l'equip de porter complet que inclou:

- El casc pel cap (amb protector de coll recomanat)
- Protecció del cos
- Guants protectors per a les mans
- Guardes per les cames
- Protecció dels peus
- Protector de la pelvis

## REGLA 11 - INICI I REINICI DESPRÉS DE LA MITJA PART

El joc s'inicia amb un xut, push, flick o scoop des del punt central. Els àrbitres xiulen per iniciar el joc al començament de cada part i després de marcar gol.

Cada equip s'ha de col·locar a la seva pròpia meitat del terreny de joc i l'equip contrari ha d'estar a un mínim de 4 metres de la bola fins que s'iniciï la primera passada.

La bola es pot jugar cap enrere, cap als costats o cap endavant.

El jugador que efectua el servei inicial, pot sortir jugant.



## 12 - MARCAR UN GOL

Es marca un gol quan la bola és jugada dins de l'àrea per un atacant i travessa completament la línia de gol per sota del travesser.

## REGLA 13 - BOLA FORA DEL CAMP DE JOC

### **Fora per línia de banda:**

Quan la bola passa completament de la línia de banda, s'ha de posar en joc usant un xut, push, flick i scoop o auto-passe per un jugador de l'equip contrari al que ha tocat la bola abans que sortís fora de joc. Això es diu treure de banda lateral.

b) Fins que es treu la falta tots els jugadors ha d'estar a 4 metres de la bola.

### **Fora de línia de fons:**

a) Si en una jugada del defensor o el porter la bola surt de manera no intencionada per la línia de fons, el joc comença amb un córner de l'equip atacant. La bola pot ser de xut, push, flick i scoop o auto-passe.

b) El córner es treu a 15 metres de la línia de fons, en línia des de la bola que ha sortit de fons.

c) Cap jugador, que no sigui el que treu el córner, ha d'estar a 4 metres de la bola.

d) Si un jugador tira la bola intencionadament per la línia de fons, excepte si la desvia el porter, el joc es reinicia amb un shoot-out de l'equip atacant.

## REGLA 14 – JOC NET

a) No es permetrà el joc perillós, ni qualsevol comportament que, en opinió de l'àrbitre sigui mala conducta. Els àrbitres poden xiular un penalty a qualsevol jugador que persisteixen en mala conducta.

b) Els jugadors no han d'utilitzar intencionadament cap part del seu cos per jugar la bola (excepte la mà per protegir-se a si mateixos en una situació perillosa).

c) Els jugadors no han d'eleva la bola intencionadament en xutar excepte si tiren a porteria.

d) Els jugadors poden jugar la bola que estigui per sobre de l'alçada de l'espatlla, sempre que no sigui perillós ni es pugui crear perill.

e) Els jugadors no han d'usar el costat arrodonit de l'stick quan es juga la pilota.



- f) Cap jugador ha de fer servir l'stick per causar perill o intimidar un rival.
- g) Els jugadors (excepte el porter) no ha de xutar la bola amb els peus.
- h) Els jugadors no han d'obstruir a un contrari que intenta jugar la bola, interferint físicament amb l'stick o amb el cos, protegint la bola d'una entrada amb el seu stick o movent-se cap endarrere contra un contrari.
- i) Els jugadors no han d'entrar, empènyer o ensopegar intencionalment contra qualsevol jugador o àrbitre.

### **REGLA 15 – COP FRANC**

#### **Es xiula un cop franc a l'equip contrari per:**

- a) Una falta d'un jugador entre les zones d'11 metres.
- b) Una falta d'un atacant dins de l'àrea d'11 metres defensada pels seus oponents.

#### **El cop franc:**

- a) S'ha de treure just a on s'ha produït la falta. La bola es pot treure de xut, push, flick, scoop o auto-passe. La bola pot ser aixecada però això no ha de suposar perill.
- b) La bola haurà d'estar immòbil.
- c) Cap jugador, que no sigui el que treu la falta, ha d'estar, almenys a 4 metres de la bola.
- d) Si un contrari està a menys de 4 metres de la bola, no pot interferir, ni jugar o intentar jugar la bola.
- e) Cal realitzar un passe abans que es pugui jugar dins de l'àrea.

### **REGLA 16 – SHOOT-OUTS**

Es concedeix shoot-out si:

- a) Un defensor comet una infracció intencionada dins l'àrea.
- b) Un defensor comet una infracció intencionada fora de l'àrea, però dins de la meitat del camp que estan defensant.
- d) Un defensor tira intencionadament la bola per la línia de fons des de qualsevol lloc en el terreny de joc.

Llançament dels shoot-outs:



- a) Els shoot-outs comencen a 22 m de porteria (punt central).
- b) El jugador atacant se situa a prop de la bola per treure-la.
- c) El porter de l'equip defensor ha de començar dret a la porteria amb 1 peu tocant la línia de gol.
- d) Tots els altres jugadors han d'estar dins de la zona 11 metres que no s'utilitza per defensar el shoot-out.
- e) Quan se sent el xiulet l'atacant ha de córrer amb la pilota per la zona d'11 metres i tractar de marcar.
- f) Després que l'atacant ha jugat la pilota, el porter pot avançar dins de la zona de tir dels 11 metres i tractar de defensar l'atac.
- g) Després de sentir el xiulet per iniciar el shoot-out, es reprèn el joc, i tots els altres jugadors de tots dos equips han d'esperar 12 segons a sortir de la zona de tir d'11 metres.

#### **REGLA 17 – PENALTY STROKE**

##### **Un penalty stroke es concedeix per:**

- a) Una infracció d'un defensor dins de l'àrea que impedeix la probable consecució d'un gol.
- b) D'una falta intencionada d'un defensor a l'àrea contra un oponent que té la possessió de la bola o l'oportunitat de jugar la bola.

##### **Llançament d'un penalty stroke:**

- a) Tots els jugadors del camp a excepció del llançador i el porter defensor, han de romandre dins de la zona de l'àrea que no s'usa per defensar l'stroke.
- b) La bola es col·loca a 6 metres davant de la porteria.
- c) El jugador que llança el tir ha d'estar darrere la bola abans d'iniciar el llançament.
- e) El porter ha d'estar amb els 2 peus sobre la línia de la porteria i no pot abandonar-la ni moure els peus fins que la bola ha estat jugada (es segueixen les Regles de Hockey per llançar els Strokes)





## REGLA 18 - INCIDENTS

a) Es realitza una sacada neutral (bulling), per reiniciar un partit quan s'ha parat el temps o el joc a causa d'una lesió o per qualsevol altra raó, i no s'ha assenyalat sanció.

La pilota es posa entre un jugador de cada equip que es posa enfront del seu contrari amb la porteria que defensa a la seva dreta.

Tots els jugadors no implicats han de romandre a un mínim de 4 metres de distància de la pilota.

El bully es treu prop d'on es trobava la bola en el moment en què es va aturar el joc, però no a menys de 15 metres de la línia de fons.

b) Els jugadors que es tallen i sagnen han d'abandonar el terreny de joc i no se'ls permetrà tornar fins que el sagnat s'ha detingut o ha estat tapat.

## REGLA 19 - SANCIONS PERSONALS

Hi ha quatre tipus de sancions:

- Una advertència verbal.
- Una targeta verda - 2 minuts de suspensió.

Si un porter rep una targeta verda, l'equip pot nominar a un jugador per substituir al porter.

- Una targeta groga - un mínim de 5 minuts de suspensió
- Una targeta vermella – es reflectirà a l'acta i passarà al Comitè de Competició.

## REGLA 20 – ÀRBITRES

a) El Hockey plus està arbitrat per 1 àrbitre.

b) Els àrbitres són responsables de totes les decisions i sancions.

c) La clau de l'Hockey Plus, igual que per l'Hockey 11, és que els àrbitres ajudin a fer que flueixi el joc.

Creat Octubre 2016

Actualitzat Setembre 2017

Actualitzat Octubre 2018

Actualitzat Febrer 2023

Actualitzat octubre 2023