

# *Referee* **Tip**

*Um Blog de Árbitros de Futebol para Árbitros de Futebol*

<http://refereetip.blogspot.com/>



**PROGRAMA DE  
FORMAÇÃO PRÁTICA  
DE  
ÁRBITROS ASSISTENTES**

**2007/2008**

# **Programa de Formação Prática** **de Árbitros Assistentes**

## **Aprendizagem Simples das Técnicas de Sinalética com Bandeirola**

O objectivo da criação deste texto é a disponibilização, de uma forma simples, de treino dos árbitros assistentes na técnica de transportar e manusear a bandeirola enquanto correm ao longo da linha lateral. O treino não tem de decorrer numa linha de terreno de jogo, podendo decorrer em qualquer área que tenha 60 metros de comprimento. O programa de treino destina-se, em primeiro lugar, a instrutores/monitores que administrem treino aos árbitros, podendo, no entanto, ser utilizado por qualquer indivíduo. Subdivide-se em três secções:

- **Sinalética com a bandeirola**
  
- **Preparação do Treino**
  
- **20 Dicas sobre a utilização da bandeirola**

## Sinalética com a bandeirola

- **Sinalética de Pontapé de Canto**

O Árbitro Assistente deve correr para a bandeirola de canto, virar-se para o árbitro principal e apontar a sua bandeirola para a base do poste da bandeirola de canto, usando a mão mais próxima da linha de baliza. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**CANTO**” para fazer com que o Árbitro Assistente *sprint* para a posição adequada e proceda à devida sinalética.



- **Sinalética de Pontapé de Baliza**



Virar-se para o terreno de jogo e apontar a bandeirola, na horizontal (paralela com solo), para o interior do terreno de jogo. Permanecer ou movimentar-se na linha lateral a aproximadamente 5.5 metros de distância da bandeirola de canto. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**PONTAPÉ DE BALIZA**” para que o Árbitro Assistente *sprint* para a posição adequada e proceda à devida sinalética.

- **“Atenção, árbitro!”**

Agitar vigorosamente a bandeirola de um lado para o outro acima da cabeça até que o árbitro principal a veja (por exemplo, quando se presencia um acto de conduta violenta). O instrutor deve gritar “**ATENÇÃO, ÁRBITRO**” para que o Árbitro Assistente pare imediatamente e execute o devido sinal, agitando a bandeirola no ar.



- Lançamento para a direita (no seu meio campo)



Virar-se para o terreno de jogo e erguer a bandeirola até um ângulo de 45 graus em relação ao corpo, indicando a direcção do lançamento. Indicar a direita com o braço direito. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**LANÇAMENTO PARA A DIREITA**” para que o Árbitro Assistente pare imediatamente e faça a sinalética correcta.

- Lançamento para a esquerda (no seu meio campo)

Virar-se para o terreno de jogo e erguer a bandeirola até um ângulo de 45 graus em relação ao corpo, indicando a direcção do lançamento. Indicar a esquerda com o braço esquerdo. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**LANÇAMENTO PARA A ESQUERDA**” para que o Árbitro assistente pare imediatamente e faça a sinalética correcta.



**Nota:** Os árbitros assistentes devem mudar a bandeirola de mão com os braços em baixo e não quando a bandeirola está acima da cabeça. Outra sinalética possível nos lançamentos de linha lateral, em caso de dúvida por parte do árbitro assistente, é erguer a bandeirola na vertical acima da cabeça, indicando ao árbitro principal a saída da bola (e dando tempo ao árbitro assistente para estabelecer contacto visual com o árbitro principal), e depois, após “ajuda” deste, o assistente deve baixá-la para o devido lado até um ângulo de 45 graus, apontando a direcção de lançamento.

- **Deslocamento/corrída lateral**

Método através do qual o Árbitro Assistente, virado para o terreno de jogo, se desloca lateralmente para a direita e para a esquerda, mantendo-se em linha com o penúltimo defensor em movimento lento. A bandeirola deve permanecer desfraldada e visível pelo árbitro principal em todos os momentos. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**DESLOCAÇÃO LATERAL PARA A DIREITA**” e “**DESLOCAÇÃO LATERAL PARA A ESQUERDA**” para habituar o árbitro assistente a mudar constantemente de direcção ao longo da linha.

- **Corrida, Sprint e Jogging**

O Árbitro Assistente deverá treinar a corrida em diferentes velocidades entre pausas. Aparte o treino físico propriamente dito, o aspecto mais importante destas manobras é fazer com que o árbitro assistente mude a bandeirola de mão para mão mantendo-a sempre do lado do terreno de jogo, o que dará ao árbitro principal uma máxima visibilidade da bandeirola a qualquer momento. Durante o treino, o instrutor deve gritar uma combinação variável de “**CORRIDA PARA A ESQUERDA**”, “**CORRIDA PARA A DIREITA**”, “**JOGGING PARA A ESQUERDA**”, “**JOGGING PARA A DIREITA**”, “**SPRINT PARA A ESQUERDA**”, “**SPRINT PARA A DIREITA**” e “**PAUSA**”.

- **Sinal de Substituição**

Para informar o árbitro principal de um pedido de substituição, erguer a bandeirola e segurá-la na horizontal acima da cara com os braços esticados ao máximo para que a que o pano da bandeirola não obstrua a visibilidade. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**SUBSTITUIÇÃO**”. Ao ouvir este comando, o árbitro assistente deve fazer o sinal, chamar a atenção do árbitro principal (do instrutor) e sprintar para a linha de meio campo.



- **Assinalar um fora de jogo**

Levantar a bandeirola verticalmente, sem a agitar, para indicar ao árbitro principal um fora de jogo. Assim que o árbitro vir o sinal, baixar a bandeirola para uma destas três posições (distante, centro ou próximo). Durante o treino, o instrutor deve gritar “**FORA DE JOGO**” seguido de uma das ditas 3 posições. O árbitro principal pode por vezes deixar seguir o jogo apesar da sinalética de um fora de jogo, fazendo nesse caso sinal de OK com um braço erguido para árbitro assistente. O árbitro assistente deve baixar de imediato a bandeirola e continuar o seu trabalho. O instrutor deve testar esta manobra através da explicação do sinal do árbitro principal e da sua aplicação durante o treino do árbitro assistente.



- **Fora de Jogo Distante**



Virar-se para o terreno de jogo e erguer a bandeirola para o alto num ângulo de 45 graus, apontando para dentro do terreno de jogo. Isto indica ao árbitro principal a ocorrência de um fora de jogo no lado distante do terreno. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**FORA DE JOGO**”, seguido de “**FORA DE JOGO DISTANTE**”.

- **Fora de Jogo no Centro (ou a Meio)**



Virar-se para o terreno de jogo e erguer a bandeirola num ângulo de 90 graus em relação ao corpo, apontando para dentro do terreno de jogo. Isto indica ao árbitro principal a ocorrência de um fora de jogo no centro (ou meio) do terreno de jogo. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**FORA DE JOGO**”, seguido de “**FORA DE JOGO NO CENTRO**”.

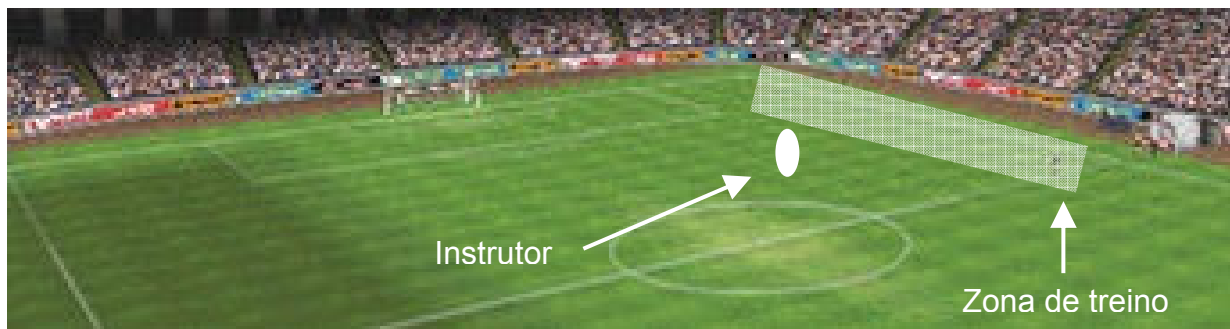
- **Fora de Jogo Próximo**



Virar-se para o terreno de jogo e erguer a bandeirola num ângulo de 45 graus acima do solo, apontando para baixo na direcção do terreno de jogo. Isto indica ao árbitro principal a ocorrência de um fora de jogo no lado mais próximo do terreno de jogo. Durante o treino, o instrutor deve gritar “**FORA DE JOGO**”, seguido de “**FORA DE JOGO PRÓXIMO**”.

## Preparação do Treino

Para preparar o treino, o instrutor (ou responsável do treino) deverá procurar uma área com um comprimento máximo de 60 metros. Se não houver uma linha real, marcar as extremidades de uma linha virtual de 60 metros com um cone, por exemplo (a distância entre as extremidades não deve ultrapassar os 60 metros, podendo até ser menor). De seguida, convencionar qual das extremidades é a de meio campo e qual a da linha de baliza. A duração e complexidade do treino dependem completamente de quem o administrar.



A finalidade deste treino é assegurar que os árbitros assistentes conhecem a sinalética com a bandeirola, fazendo-os demonstrar os seus conhecimentos enquanto desenvolvem a sua capacidade física ao longo da linha lateral.

São de ressaltar dois aspectos importantes:

1. A bandeirola deve estar sempre na mão mais próxima da linha lateral. Desta forma, o árbitro principal tê-la-á sempre no seu campo de visão.
2. O árbitro assistente deve certificar-se de que mantém a bandeirola em baixo ao correr, não a agitando ao sabor dos movimentos normais do braço durante a corrida.

O instrutor deve permanecer no interior do terreno de jogo (se possível), virado para os árbitros assistentes, e assumir o papel de árbitro principal.

Para iniciar o treino, recomenda-se um período de aquecimento (jogging, sprint e pausa). Por exemplo, o instrutor grita combinações de:

**“CORRIDA PARA A ESQUERDA”**

**“CORRIDA PARA A DIREITA”**

**“JOGGING PARA A ESQUERDA”**

**“JOGGING PARA A DIREITA”**

**“SPRINT PARA A ESQUERDA”**

**“SPRINT PARA A DIREITA”**

**“PAUSA”, etc.**

Após o período de aquecimento, o instrutor deve empregar uma combinação variada de todos os comandos abaixo transcritos:

**“CANTO”**

**“PONTAPÉ DE BALIZA”**

**“ATENÇÃO, ÁRBITRO!”**

**“LANÇAMENTO PARA A DIREITA”**

**“LANÇAMENTO PARA A ESQUERDA”**

**“DESLOCAÇÃO LATERAL À ESQUERDA”**

**“DESLOCAÇÃO LATERAL À DIREITA”**

**“CORRIDA PARA A ESQUERDA”**

**“CORRIDA PARA A DIREITA”**

**“SPRINT PARA A ESQUERDA”**

**“SPRINT PARA A DIREITA”**

**“JOGGING PARA A ESQUERDA”**

**“JOGGING PARA A DIREITA”**

**“PAUSA”, “FORA DE JOGO”**

**“FORA DE JOGO DISTANTE”**

**“FORA DE JOGO NO CENTRO”**

**“FORA DE JOGO PRÓXIMO”**

**“SUBSTITUIÇÃO”**

## **20 Dicas sobre a utilização da bandeirola**

1. Ao permanecer junto da linha de meio campo e enquanto o jogo se desenrola na outra metade do terreno, os árbitros assistentes devem manter a bandeirola na mão que estiver mais perto da linha de meio campo. Deste modo, quando o jogo passar para a sua metade do terreno, o árbitro assistente, ao virar-se para correr na direcção da linha de fundo, já terá a sua bandeirola na mão correcta, que é aquela mais próxima da linha lateral, virada para o árbitro principal.
2. Nunca enrolar a bandeirola. Mantê-la sempre desfraldada, com o máximo de superfície visível pelo árbitro principal. Manter a bandeirola o mais imóvel possível ao correr.
3. Ao fazer a sinalética de “substituição”, nunca colocar a bandeirola à frente da cara, dada a possibilidade de se perder algum incidente desse modo. Os braços deverão estar esticados de forma a que a bandeirola não obstrua a visão.
4. Ao assinalar um pontapé de baliza (ou um pontapé de canto), segurar a bandeirola com a mão que estiver mais próximo da linha de baliza. Isto não só evita que o árbitro assistente perca de vista o árbitro principal, como lhe permite assumir uma posição aberta e correcta, isto é, virado para o terreno de jogo. Por outro lado, o contacto visual do árbitro principal será maior.
5. Ao indicar um lançamento, usar a mão correcta. Se o lançamento for para a direita, usar a mão direita; se o lançamento for para a esquerda, usar a mão esquerda. NÃO usar a mão direita para assinalar um lançamento para a esquerda e vice-versa. Por outras palavras, não cruzar o braço da bandeirola à frente do peito, nem virar o corpo desnecessariamente ao fazer a sinalética.
6. Manter sempre a bandeirola na mão que estiver mais perto do terreno de jogo, fazendo com que seja mais fácil ao árbitro principal vê-la. Ao mudar a bandeirola de mão, manter as mãos em baixo.

7. Ao proceder a uma sinalética, parar, virar-se para o terreno de jogo, manter-se direito e procurar localizar e estabelecer contacto visual com o árbitro principal.
8. Quando o árbitro principal se aperceber da sinalética, baixar de imediato a bandeirola e continuar a acompanhar o jogo.
9. Os árbitros assistentes devem aprender toda a sinalética com a bandeirola e empregá-la correctamente.
10. Sempre que a bola saia do terreno de jogo, a sinalética do árbitro assistente deve indicar claramente a forma de recomeço e a sua direcção. Nos casos de lançamentos fáceis de ajuizar, o Árbitro Assistente pode indicar directamente a direcção ao longo de toda a linha. Em decisões muito apertadas, quando a bola permanece em jogo, um gesto discreto com a mão pode ser uma preciosa ajuda para o árbitro.
11. Sempre que um árbitro assistente assinalar uma saída de bola (mesmo que os jogadores continuem a jogada), deve manter o sinal até que o árbitro principal mostre aperceber-se deste e aja em conformidade.
12. Quando a bola passa a linha de golo: Para confirmar a validade de um golo marcado, o árbitro assistente deve virar o corpo para a linha de meio campo e, após validação do golo pelo árbitro, deve deslocar-se em corrida ao longo da linha lateral para se reposicionar para o pontapé de recomeço de jogo. Nos casos pouco óbvios (ex.: bola entra e sai), em que o árbitro não se aperceba da indicação do árbitro assistente, deverá este levantar a bandeirola, agitando-a de forma energética até que o árbitro se aperceba e interrompa o jogo. Neste momento o árbitro assistente repetirá os procedimentos iniciais.  
Se, na sua opinião, um golo não tiver sido validamente marcado, o árbitro assistente deve permanecer imóvel (exceptua-se o caso do fora de jogo). O árbitro principal pode nessa altura conferenciar com o árbitro assistente se necessitar de explicações adicionais.

13. O Árbitro Assistente deve assinalar com a bandeirola erguida alguma falta, comportamento antidesportivo ou conduta violenta se estiver mais bem colocado do que o árbitro e este não tiver agido em conformidade com a infracção. Se o árbitro assistente tiver informações adicionais acerca da infracção ou se o árbitro não tiver visto a sinalética com a bandeirola, deve o árbitro assistente recorrer ao beep electrónico quando disponível, mas **apenas como suplemento à sinalética com a bandeirola já efectuada**. A intervenção do árbitro assistente deve incidir sobre todas as infracções, **incluindo aquelas ocorridas dentro da área de grande penalidade**. Há muito a ganhar pelo facto de o árbitro assistente se mostrar atento e interventivo em relação a qualquer infracção cometida nas suas proximidades. Quando se ergue a bandeirola por infracções à lei 12, deve aquela estar desfraldada e, após o apito do árbitro, indicar para que lado é a falta utilizando sinalética igual à dos lançamentos de linha lateral.
14. Se a sinalética de qualquer infracção não for imediatamente vista pelo árbitro principal, deve o árbitro assistente mantê-la até que o árbitro principal a veja, a não ser que doutra forma resulte clara vantagem para a equipa contra a qual foi cometida a infracção.
15. Contacto visual e sinais discretos com a mão são formas importantes de passar informação ao árbitro principal, por exemplo, sobre o tipo de infracção ou sobre acção a tomar, etc. Isto diminuirá a necessidade do árbitro principal se deslocar até junto do árbitro assistente para conferenciar. Se houver necessidade de contacto directo entre o árbitro principal e o árbitro assistente, deve a informação ser o mais concisa possível e abordar a natureza e local precisos da infracção, quais os intervenientes, qual a medida recomendada e forma de reinício do jogo. Recomenda-se que em tais casos o árbitro assistente avance quatro ou cinco metros na direcção do árbitro principal e que a consulta decorra com ambos os elementos virados para o terreno de jogo. É normalmente aconselhável evitar que a conversa seja escutada ou percebida por outros.

16. As infracções de conduta violenta presenciadas pelo árbitro assistente devem ser tratadas pelo Árbitro Principal de acordo com as Leis de Jogo. Se o jogo tiver sido interrompido em razão da acção disciplinar (ainda que o árbitro não se tenha apercebido de imediato e a jogada tenha prosseguido), o recomeço deve ser feito de acordo com as ditas Leis (pontapé livre ou pontapé de grande penalidade). No entanto, se a sinalética do árbitro assistente não for de imediato apercebida e o jogo tiver recomeçado devido a uma situação subsequente, apenas pode ser tomada a devida sanção disciplinar contra o jogador infractor.
17. Quando um árbitro principal recorrer ao auxílio do árbitro assistente para a definição do local de uma infracção ocorrida perto do limite da área de grande penalidade, deve o árbitro assistente agir da seguinte forma:
- a) Se a infracção tiver ocorrido **dentro** da área de grande penalidade, o árbitro assistente deve virar o corpo para a bandeirola de canto.
  - b) Se a infracção tiver ocorrido **fora** do limite da área de grande penalidade, o árbitro assistente deve manter-se estático, virado para dentro do terreno de jogo, em linha com a linha da área de grande penalidade.
18. Se o árbitro assistente se aperceber de um erro disciplinar óbvio da parte do árbitro principal (por exemplo, dois cartões amarelos sem expulsão do jogador em causa ou cartão amarelo ou vermelho mostrado ao jogador errado), deve intervir de imediato (sinalética com a bandeirola, beep ou até mesmo entrada no terreno de jogo). O outro árbitro assistente ou o quarto árbitro podem, se necessário, auxiliar nessa situação.
19. **Controlo da distância de 9.15 metros:** Quando um árbitro principal optar por recorrer ao auxílio do árbitro assistente para controlar a distância da barreira em relação ao local da marcação de um pontapé livre, recomenda-se que o árbitro assistente não meça fisicamente os 9.15 m mas antes exerça o seu controlo a partir da posição da bola. Esta excepcional intervenção do árbitro assistente no terreno de jogo deve ser circunscrita aos pontapés livres muito próximos da linha de baliza.

## 20. Posicionamento:

### **Pontapé livre perto da área de grande penalidade:**

Para a marcação de pontapés livres perto da linha da área de grande penalidade, o árbitro assistente deve colocar-se em linha com o penúltimo defensor (para controlar o fora de jogo), mas atento também à linha de golo.

### **Após um fora de jogo:**

Sempre que possível, após a marcação de um fora de jogo ou de um pontapé livre, o árbitro assistente deve posicionar-se em linha com o local a partir do qual a bola vai ser recolocada em jogo. De imediato, deve assumir uma posição que lhe permita controlar a linha de fora de jogo (ao nível do penúltimo defensor), a sua função prioritária.

### **Pontapé de baliza ou “reposição da bola em jogo” por parte do guarda-redes**

Nos pontapés de baliza ou quando o guarda-redes está na posse da bola dentro da grande área e a vai “repor em jogo”, é recomendável que o árbitro assistente verifique ocasionalmente a colocação da bola ou que o guarda-redes não ultrapassa a linha de 16 metros sem largar a bola das mãos. Isto deve ser feito em situações convenientes (por exemplo, o penúltimo defensor encontra-se perto da linha da área de grande penalidade). Controlar o fora de jogo na jogada subsequente é a prioridade.

### **Pontapé de canto:**

Nos pontapés de canto, é recomendável que o árbitro assistente ocupe uma posição atrás da bandeirola de canto, no enfiamento da linha de baliza.

### **Pontapé de grande penalidade:**

Quando no decurso normal de jogo é assinalada uma grande penalidade, o assistente deve colocar-se sobre a linha de baliza, no local de intersecção desta com a linha da área de grande penalidade.

**Pontapés da marca de grande penalidade para determinar o vencedor de um jogo:**

Um dos árbitros assistentes deve colocar-se sobre a linha de baliza, no local de intersecção desta com a linha da área de baliza, verificando qualquer saída extemporânea do guarda-redes de cima da linha de golo e se a bola ultrapassa a linha de golo. O outro árbitro assistente deve controlar os jogadores no círculo do meio campo. Relembrem-se os árbitros e os árbitros assistentes de que o guarda-redes “inactivo” deve aguardar sobre a linha de baliza, no local de intersecção desta com a linha da área de grande penalidade, atrás do árbitro assistente.

**Substituição em jogos com Quarto Árbitro:**

Quando ocorrem substituições, devem estas ser controladas pelo quarto árbitro, se possível, em cooperação com o árbitro principal. Assim sendo, o árbitro assistente não precisa de se deslocar até à linha de meio campo quando houver um quarto árbitro. Exceptuam-se situações em que ocorram duas ou mais substituições simultaneamente, sendo que neste caso, deverá o árbitro assistente auxiliar o quarto árbitro no controlo destas substituições.