



70 anos



Guia de Ajustes e Adaptações nas Regras Para os Jogos das Categorias de Iniciação e Base 2026

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

Apresentação

A Federação Paulista de Futsal, sempre empenhada com o desenvolvimento do processo de aprendizagem das crianças, foi a pioneira em introduzir ajustes e adaptações nas regras do jogo para os atletas iniciantes com o objetivo de estimular a aplicação de fundamentos indispensáveis na formação dos jogadores de futsal, sempre respeitando e adequando o jogo as fases do desenvolvimento motor, as características, possibilidades, necessidades e interesses das crianças e adolescentes, além de minimizar os efeitos negativos observados nas disputas dessa faixa etária e proporcionar condições mais favoráveis ao desenvolvimento da aprendizagem dos jovens salonistas.

A FPFS antes de introduzir qualquer adaptação nas regras do jogo busca orientação de profissionais especializados, realiza encontros com treinadores, representantes das equipes e oficiais de arbitragem para analisar, discutir e aprovar as propostas apresentadas, sempre se apoiando em estudos sobre Crescimento e Desenvolvimento Infantil, Biologia do Esporte, Aprendizagem e Desenvolvimento Motor, Treinamento Esportivo com Crianças e Adolescentes, Psicologia do Esporte, etc.

Com efeito, a FPFS adota e incentiva os ajustes técnicos abaixo citados nos jogos das categorias de Iniciação, Sub 07 a Sub 10, categorias de Base Masculinas e Femininas Sub 12 e Sub14 com a convicção de contribuir favoravelmente no crescimento e desenvolvimento dos jovens salonistas.

“Criança não é adulto em miniatura”

Departamento Técnico - FPFS

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

Ajustes e Adaptações nas Regras

DURAÇÃO DOS JOGOS – Regra 7

Nas categorias de iniciação, Sub 07 a Sub 10, categorias de Base Masculinas (Sub 12 e Sub 14) e categorias de Base Femininas (Sub 12 e Sub 14) os jogos serão divididos em quatro períodos e terão os seguintes tempos:

- a) **Categorias de Iniciação, Sub 07 a Sub 10 = 4 x 5 min:** Quatro períodos de cinco minutos cada, com intervalos de um minuto entre o primeiro e segundo e entre o terceiro e quarto período. Do segundo para o terceiro período haverá um intervalo de cinco minutos, devendo as equipes permanecerem em quadra.

- b) **Categorias de Base Masculino**
 - b.1 - **Sub 12 = 4 x 6 min:** Quatro períodos de seis minutos cada, com intervalos de um minuto entre o primeiro e segundo e entre o terceiro e quarto período. Do segundo para o terceiro período haverá um intervalo de cinco minutos, devendo as equipes permanecerem em quadra.

 - b.2 – **Sub 14 = 4 x 7 min:** Quatro períodos de sete minutos cada, com intervalos de um minuto entre o primeiro e segundo e entre o terceiro e quarto período. Do segundo para o terceiro período haverá um intervalo de cinco minutos, devendo as equipes permanecerem em quadra.

- c) **Categorias de Base Feminino**
 - c.1 - **Sub 12 = 4 x 6 min:** Quatro períodos de seis minutos cada, com intervalos de um minuto entre o primeiro e segundo e entre o terceiro e quarto período. Do segundo para o terceiro período haverá um intervalo de cinco minutos, devendo as equipes permanecerem em quadra.



70 anos

c.2 – Sub 14 = 4 x 7 min: Quatro períodos de sete minutos cada, com intervalos de um minuto entre o primeiro e segundo e entre o terceiro e quarto período. Do segundo para o terceiro período haverá um intervalo de cinco minutos, devendo as equipes permanecerem em quadra.

Parágrafo Único: As categorias de Base Masculinas Sub 16 e Sub 18 e nas categorias de Base Femininas Sub 16 e sub 18, o jogo terá dois períodos com os seguintes tempos:

a) Categorias de Base Masculinas

a.1 – Sub 16 = 2 x 16 min: Dois períodos de dezesseis minutos, com intervalo de dez minutos entre o primeiro e segundo período, podendo as equipes saírem da quadra para os vestiários.

a.2 – Sub 18 = 2 x 18 min: Dois períodos de dezoito minutos, com intervalo de dez minutos entre o primeiro e segundo período, podendo as equipes saírem da quadra para os vestiários.

b) Categorias de Base Femininas

b.1 – Sub 16 = 2 x 16 min: Dois períodos de dezesseis minutos, com intervalo de dez minutos entre o primeiro e segundo período, podendo as equipes saírem da quadra para os vestiários.

b.2. – Sub 18 = 2 x 18 min: Dois períodos de dezoito minutos, com intervalo de dez minutos entre o primeiro e segundo período, podendo as equipes saírem da quadra para os vestiários.



70 anos

NÚMERO DE ATLETAS E SUBSTITUIÇÕES – Regra 3

a) Número de Atletas:

a.1. - Nas categorias de Iniciação **Sub 07 e Sub 08** a equipe deverá possuir, no mínimo, **10 (dez) atletas**.

a.2. - Nas categorias de Iniciação **Sub 09 e Sub 10** e Base Masculinas **Sub 12 e Sub 14**, a equipe deverá possuir, no mínimo, **12 (doze) atletas**.

a.3. – Nas categorias de **Base Feminina Sub 12 e Sub 14**, a equipe deverá possuir, no mínimo, **10 (dez) atletas**.

a.4. – Nas categorias de Iniciação **Sub 07 e Sub 08** e nas categorias de Base **Sub 12 e Sub 14 femininas**, o jogo poderá ser iniciado se a equipe possuir, no mínimo, 5 (cinco) atletas para jogar o primeiro período.

Para o segundo período da partida a equipe deverá possuir mais 5 (cinco) atletas para substituir quem jogou no primeiro período. Caso não possua mais 5 (cinco) atletas, a equipe será considerada perdedora por número insuficiente de jogadores e o jogo será encerrado.

Nas categorias de Iniciação **Sub 09 e Sub 10**, o jogo poderá ser iniciado se a equipe possuir, no mínimo, 5 (cinco) atletas para jogar o primeiro período.

Para o segundo período, a equipe deverá estar em quadra com 10 (dez) jogadores, ou seja, possuir mais 5 (cinco) atletas, que ainda não jogaram, para substituir quem jogou no primeiro período. Caso não possua mais 5 (cinco) atletas, será considerada perdedora por número insuficiente de jogadores e o jogo será encerrado.

No terceiro período a equipe deverá possuir mais 2 (dois) jogadores que ainda não participaram da partida, completando assim o número mínimo de **12 (doze) jogadores**. O terceiro período somente poderá ser iniciado se a equipe estiver com, no mínimo, 12 (doze) atletas em quadra, caso contrário a equipe será considerada perdedora por número insuficiente de jogadores.



70 anos

Nas categorias de Base **Sub 12 e Sub 14 masculinas** a partida poderá ser iniciada se a equipe estiver com 5 (cinco) atletas.

Para o segundo período, a equipe deverá estar em quadra com, no mínimo, 10 (dez) jogadores e, dentre eles, possuir 5 (cinco) jogadores de primeiro ano para substituir quem jogou no primeiro período, caso não possua, a equipe será considerada perdedora por número insuficiente de jogadores. No segundo período somente poderão jogar atletas de primeiro ano que não tenham jogado no primeiro período da partida.

No terceiro período a equipe deverá possuir mais 2 (dois) jogadores que ainda não participaram da partida, completando assim o número mínimo de **12 (doze) jogadores**. O terceiro período somente poderá ser iniciado se a equipe estiver com, no mínimo, 12 (doze) atletas em quadra, caso contrário a equipe será considerada perdedora por número insuficiente de jogadores.

b) **Substituições:**

b.1. - Nas Categorias de Iniciação **Sub 07 e Sub 08** e nas categorias de Base **Sub 12 e Sub 14 femininas** as substituições serão obrigatórias e deverão seguir os seguintes critérios:

b.1.1. - Primeiro Período: Iniciar a partida com cinco atletas.

b.1.2. - Segundo Período: Substituir todos os atletas e iniciar o segundo período utilizando cinco atletas que não participaram do primeiro período da partida.

b.1.3. - Terceiro e Quarto Períodos: A formação da equipe e as substituições serão livres, ficando **recomendado**, caso a equipe possua mais de 10 (dez) atletas, que no terceiro período da partida sejam incluídos dois atletas que ainda não tenham participado do jogo e, caso sejam substituídos, que sejam por atletas que ainda não participaram da partida.

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

b.3. - Nas categorias de Iniciação **Sub 09 e Sub 10** e categorias de Base **Sub 12 e Sub 14 masculinas** as substituições serão obrigatórias e deverão seguir os seguintes critérios:

b.3.1. - Primeiro Período: Iniciar a partida com cinco jogadores.

b.3.2. - Segundo Período:

b.3.2.1 – Categorias de Iniciação Sub 09 e Sub 10: Substituir todos os jogadores e iniciar o segundo período e utilizar apenas jogadores que não participaram do primeiro período da partida.

b.3.2.2. – Categorias de Base masculinas Sub 12 e Sub 14: Substituir todos os jogadores e iniciar o segundo período utilizando apenas jogadores de **primeiro ano** que não participaram do primeiro período da partida.

b.3.3. - Terceiro Período: Nesse período deverão jogar 2 (dois) jogadores que ainda não tenham participado do jogo e somente poderão ser substituídos por jogadores que também não tenham participado do jogo no primeiro ou segundo período.

Quanto aos demais jogadores que compõe a equipe no terceiro período, poderão ser substituídos por quaisquer outros jogadores, ou seja, no terceiro período deverá estar em quadra **sempre 2 (dois) jogadores que não participaram da partida no primeiro e segundo período.**

Se a equipe estiver com 12 (doze) ou mais jogadores em quadra e eles forem utilizados durante o primeiro e segundo período do jogo, deverá jogar com 3 (três) jogadores no terceiro período. Portanto, recomenda-se que 2 (dois) jogadores sejam reservados para o terceiro período da partida.

b.3.4. - Quarto Período: A formação da equipe e as substituições serão livres.

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

Parágrafo Único: Fica excluída a obrigatoriedade da substituição do atleta que foi atendido em quadra, nas categorias de Iniciação e Base (Sub 12 e Sub 14 – masculino e feminino).

SUBSTITUIÇÃO DO GOLEIRO – Regra 3

Nas categorias de Iniciação, Sub 07 a Sub 10, não será permitido substituir o goleiro por jogador de linha, exceto quando houver contusão grave e/ou a equipe não possuir goleiro reserva.

Obedecendo os critérios de substituição estabelecidos para os 3 (três) primeiros períodos do jogo, caso a equipe não possua goleiro(s) poderá utilizar um jogador de linha para a posição, seguindo os seguintes critérios:

- a) **A equipe não possui nenhum goleiro:** Utilizar um jogador de linha para a posição no primeiro período (este jogador não poderá jogar no segundo período) e utilizar um outro jogador de linha para a posição no segundo período. No terceiro e quarto período deverá utilizar qualquer jogador de linha como goleiro. Os jogadores de linha que forem utilizados como goleiros, poderão retornar, em outro período, à posição de jogador de linha.
- b) **A equipe possui apenas 1 (um) goleiro:** Poderá utilizar o goleiro no primeiro ou segundo período e utilizar um jogador de linha no gol no período em que o goleiro não atuou (1º ou 2º).
No terceiro e quarto período da partida a equipe deverá utilizar o único goleiro, podendo ser substituído apenas em caso de contusão grave.
- c) **A equipe possui 2 (dois) ou 3 (três) goleiros:** Neste caso a equipe deverá utilizar os goleiros nos períodos da partida conforme a regra estabelecida.



70 anos

- d) Outros:** d.1. Os goleiros da equipe deverão ser identificados antes da partida.
- d.2. No mesmo período da partida, o jogador não poderá jogar na linha e no gol.
- d.3. Quando um jogador de linha for utilizado como goleiro deverá usar uma camisa de cor e tom diferente da sua equipe e da equipe adversária, assim como ter a numeração original. Na falta, o árbitro autorizará a utilização de camisa com outra numeração e relatar na súmula de jogo.

BOLA DE SAÍDA – Regra 8

Todos os jogadores, exceto o jogador que faz a reposição de bola, devem estar na sua meia quadra de jogo. A bola está em jogo quando é chutada e se move claramente para qualquer parte da quadra. Será possível marcar um gol direto na equipe adversária com um tiro de início ou reinício de jogo.

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, a FPFS delibera que fica mantido o ajuste realizado neste lance, **não sendo válido o gol de chute direto a meta adversária no início ou reinício de jogo**, mesmo que a bola toque no goleiro ou jogador adversário. Caso aconteça o tento resultante de bola de saída irregular, o reinício de jogo dar-se-á com um arremesso de meta a favor da equipe adversária.

ARREMESSO DE META – Regra 16

Nas categorias de Iniciação, Sub 07 a Sub 10, Base Masculino, Sub 12 e Sub 14 e Base Feminino, Sub 12 e Sub 14, o goleiro ao efetuar um arremesso de meta lançando a bola ao setor de ataque, não poderá ultrapassar a linha central da quadra pelo alto, devendo a bola tocar o solo da sua meia quadra ou em algum atleta da equipe adversária. Contra a equipe infratora será marcado um tiro livre indireto sobre a linha central da quadra no local onde a bola passou.

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

A bola estará em jogo quando for lançada ou jogada pelo goleiro e se mova claramente, não precisando sair da área de meta.

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, o arremesso de meta receberá os seguintes ajustes e adaptações:

- a) **Marcação da Equipes Adversária:** Os jogadores da equipe adversária deverão estar posicionados **atrás da linha de 10m**, podendo avançar após a bola entrar em jogo. Se os jogadores da equipe adversária invadirem o espaço antes do arremesso, o mesmo deverá ser repetido.
- b) **Transferência da bola ao setor de ataque:** Após o arremesso de meta pelo goleiro em seu setor defensivo, a bola não poderá ser transferida ao setor de ataque no segundo toque, somente do terceiro toque em diante.
- c) **Lançamento do Goleiro:** O goleiro será o único jogador que terá a prerrogativa de lançar a bola diretamente ao setor de ataque, desde que a bola toque o solo da sua meia quadra, ou toque em atleta da equipe adversária. Se a bola ultrapassar a linha central da quadra pelo alto será marcado um tiro livre indireto contra a equipe infratora sobre a linha central da quadra no local onde a bola passou.
- d) **Transferência da bola ao setor de ataque de dentro da área de meta:** Após o arremesso de meta, a **bola não poderá ser transferida do interior da área de meta ao setor de ataque e ultrapassar a linha central da quadra pelo alto**. Contra a equipe infratora será marcado um tiro livre indireto sobre a linha central da quadra no local onde a bola passou.

ARREMESSO E AÇÃO DO GOLEIRO – Regra 16

Nas categorias de Iniciação, Base Masculina e Feminina (Sub 12 e Sub 14): O(A) goleiro(a), após praticar uma defesa para repor a bola em jogo chutando-a de fora da sua área de meta, deverá fazê-lo de modo que a bola, antes de

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

ser chutada e atinja a quadra adversária pelo alto, esteja apoiada e/ou rolando no solo. Os chutes de “bate pronto” ou de “bola pingada” no solo, quando ocorrerem, a bola não poderá ultrapassar a linha central da quadra pelo alto. Esta infração será punida com um tiro livre indireto colocando-se a bola sobre a linha central no local onde ela passou.

TIRO LATERAL – Regra 15

A FIFA determinou que para se executar a cobrança de tiro lateral a bola deverá estar imóvel e colocada em cima da linha lateral.

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, a FPFS delibera que permanecerão as regras já utilizadas, **podendo a bola ser colocada fora da quadra na distância de até 20 cm da linha lateral.**

Será permitido que o jogador pise dentro da quadra na cobrança do Tiro Lateral.

Se um jogador executar o tiro lateral contra a meta adversária, o tento só será válido após ter havido, obrigatoriamente, três toques na bola executados por jogadores da mesma equipe. Se penetrar no gol diretamente ou ter ocorrido apenas o segundo ou ainda o terceiro toque ocorrer ao atingir ou ser dado pelo jogador adversário, o gol não será válido, sendo reiniciado o jogo com arremesso de meta em favor da equipe adversária.

METAS – Regra 1

Nos jogos das categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, a **altura das traves serão de 1,70** (um metro e setenta centímetros). A equipe mandante é responsável pela colocação da meta na medida estabelecida. Na ausência da meta adaptada, será aplicado o WO contra a equipe mandante da partida.



70 anos

FALTAS ACUMULATIVAS – Regra 13

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, a cada início de período de jogo, as faltas acumulativas serão zeradas. A equipe infratora poderá formar barreira até a terceira falta cometida em cada período do jogo. **A partir da quarta falta** cometida, a infração será cobrada direta ao gol sem formação de barreira podendo a equipe beneficiada optar pelo tiro de 10m.

Nota Explicativa: Quando houver prorrogação do jogo as faltas acumulativas do 4º período permanecem para o tempo extra.

CARTÃO AZUL - Regra 12

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a sub 10**, foi introduzido o **CARTÃO AZUL**. Este cartão será utilizado para **desclassificar** o jogador da partida nos casos em que ele comete uma infração e já possuía um cartão amarelo. Neste caso, o árbitro mostrará o **CARTÃO AZUL** ao treinador da equipe indicando que o jogador foi desclassificado da partida, **podendo ser substituído por outro atleta**. O atleta desclassificado poderá permanecer no banco de reservas, porém não poderá retornar a partida.

As Infrações punidas com o cartão vermelho direto continuarão sendo aplicadas conforme a Regra Nacional.

PARTICIPAÇÃO DE MENINAS NAS CATEGORIAS DE INICIAÇÃO

Nas categorias de Iniciação, **Sub 07 a Sub 10**, desde o ano de 2021 foi permitido o registro e a inclusão de **meninas** nessas categorias, tendo em vista as pesquisas e estudos científicos sobre crescimento e desenvolvimento infantil que apontam não haver diferenças significativas entre meninos e meninas entre 0 e 10 anos de idade relacionadas a estatura, peso, proporcionalidade corporal, composição corporal (tecidos ósseo, muscular e

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta



70 anos

adiposo) e, conseqüentemente, em caso de oportunidade, instrução e encorajamento equivalentes, tenderão a apresentar valores semelhantes de força, potência, velocidade, resistência, bem como habilidades motoras compatíveis ao jogo de Futsal.

Com este ajuste as categorias de Iniciação, Sub 07 a Sub 10, passam a ser mistas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os casos omissos e situações não previstas neste Guia serão analisados e resolvidos com sensatez e coerência pelo departamento técnico da FPFS.

DEPARTAMENTO TÉCNICO

São Paulo, 05 de fevereiro de 2026.

NILTON C. ROMÃO
Presidente

FEDERAÇÃO PAULISTA DE FUTEBOL DE SALÃO

Rua Beneficência Portuguesa, 24 - 2º andar | CEP 01033-020 | São Paulo | SP

Telefone: (11) 2714-8150 | E-mail: futsal@futsal.com.br

CNPJ: 62.319.595/0001-08 | Inscrição Estadual Isenta