

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA GARRA

ADG — DESDE 2026

APOSTILA COMPLETA

Curso de Arbitragem de Futebol de Campo

Conteúdo Programático Baseado nas Regras Oficiais da IFAB/CBF —
Temporada 2026-2027

 Carga Horária: 40 horas-aula

 Edição: 2026

 Ipiaú — Bahia

Coordenador: Wanderley Santos Amaral

Material atualizado conforme Regras IFAB 2026-2027 e Normas da CBF



SUMÁRIO GERAL

MÓDULO 1 — História e Fundamentos do Futebol

MÓDULO 2 — Ética, Postura e Hierarquia do Esporte

MÓDULO 3 — Equipe de Arbitragem e Funções

MÓDULO 4 — Regras do Jogo e Sinalizações

MÓDULO 5 — Procedimentos Práticos (Antes/Durante/Após)

MÓDULO 6 — Gestão de Conflitos e Tecnologia

MÓDULO 7 — Livro das 17 Regras Oficiais IFAB/CBF

MÓDULO 8 — Avaliação e Certificação

APOSTILA 1 — FUNDAMENTOS E HISTÓRIA DO FUTEBOL

MÓDULO 1 — ORIGEM E EVOLUÇÃO DO FUTEBOL

1. História

O futebol moderno surgiu na Inglaterra em **1863**, com a fundação da Football Association e a unificação das regras. Em **1904**, em Paris, foi criada a FIFA — Federação Internacional de Futebol Associado — órgão máximo do esporte mundial.

As Regras do Jogo são elaboradas e atualizadas pela **IFAB** — International Football Association Board — instância soberana formada por FIFA e pelas quatro associações britânicas.

2. No Brasil

O futebol chegou ao Brasil em 1894, trazido por Charles Miller. A Confederação Brasileira de Futebol (CBF) foi fundada em 1914 e é a entidade máxima do futebol brasileiro.

MÓDULO 2 — ÉTICA, POSTURA E HIERARQUIA

1. Princípios Fundamentais

- **Imparcialidade:** decidir com base nos fatos, sem favorecimento.
- **Autoridade:** decisões são finais; ser firme sem arrogância.
- **Conduta:** postura exemplar dentro e fora de campo.
- **Preparação:** conhecimento, condição física e concentração.

2. Hierarquia

FIFA → Confederação (CONMEBOL) → CBF → Federação Estadual → Associações/Clubes.

APOSTILA 2 — REGRAS E SINALIZAÇÕES OFICIAIS

MÓDULO 3 — EQUIPE DE ARBITRAGEM E FUNÇÕES

Composição oficial: **1º Árbitro + 2 Árbitros Assistentes + 4º Árbitro.**

- **Árbitro Principal:** autoridade máxima; controla tempo, gols, faltas e punições.
- **Assistentes:** sinalizam saída, impedimento, faltas e penal.
- **4º Árbitro:** substituições, acréscimos, conduta de bancas.

MÓDULO 4 — PRINCIPAIS REGRAS APLICADAS

1. Campo, Duração e Jogadores

- Campo: 100–110m × 64–75m | Traves: 7,32m × 2,44m
- 2 tempos de 45min + intervalo de 15min + acréscimos
- 11 jogadores (mínimo 7) por equipe

2. Faltas e Punições

Cartão	Significado	Exemplos
 Amarelo	Advertência	reclamação, atraso, conduta antidesportiva
 Vermelho	Expulsão	agressão, jogo bruto, 2º amarelo, ofensa grave

3. Impedimento

Jogador está em posição de impedimento se estiver mais próximo da linha de gol adversária do que: **a bola E o penúltimo adversário**. Não é impedimento em: saída de bola, arremesso lateral, tiro de meta. **Atualização 2026:** não é impedimento se receber de rebote ou defesa clara.

4. Sinalizações

- Braço erguido → tiro livre indireto
- Apontar direção → tiro livre direto
- Apontar marca do pênalti → tiro penal
- Braços cruzados e abertos → vantagem

- Apontar meio de campo → gol validado

APOSTILA 3 — PROCEDIMENTOS PRÁTICOS

MÓDULO 5 — ANTES, DURANTE E APÓS A PARTIDA

1. Antes do Jogo

- Chegar com **60 minutos** de antecedência.
- Inspeção de campo, bola, equipamentos e documentos.
- Sorteio com capitães: vencedor escolhe o lado.

2. Durante o Jogo

- Deslocamento em **diagonal** entre cantos opostos.
- Manter ângulo de visão livre entre bola e lance.
- Comunicar acréscimos ao 4º Árbitro.

3. Após o Jogo

- Conferir placar, gols, cartões e substituições.
- Preencher súmula com clareza e relatar ocorrências.
- Entregar documentos ao responsável pela competição.

MÓDULO 6 — GESTÃO DE CONFLITOS E TECNOLOGIA

- Intervir cedo; identificar líderes e acalmar sem perder controle.
- VAR revisa apenas: gol, pênalti, vermelho direto, identidade errada.

MÓDULO 7 — AVALIAÇÃO E CERTIFICAÇÃO

- Prova Teórica: 40 questões | Nota mínima: 70%
- Prova Prática: posicionamento, sinalização, decisões e postura
- Aprovado recebe **Carteira de Árbitro ADG** — válida por 1 ano

LIVRO DAS 17 REGRAS OFICIAIS — IFAB/CBF 2026-2027

1 ÁREA DE JOGO

Comprimento: 100–110m | Largura: 64–75m | Traves: 7,32m × 2,44m

2 A BOLA

Circunferência: 68–70cm | Peso: 410–450g | Pressão: 0,6–1,1 atm

3 NÚMERO DE JOGADORES

11 por equipe (1 goleiro) | Mínimo 7 para iniciar e continuar

4 EQUIPAMENTOS

Camisa, calção, meias, caneleiras, calçados. Proibido objetos perigosos.

5 O ÁRBITRO

Autoridade máxima; decisões finais; relata ocorrências na súmula.

6 ASSISTENTES

Sinalizam saída, impedimento, faltas, penal, substituições.

7 DURAÇÃO

2 × 45min + 15min intervalo + acréscimos definidos pelo árbitro.

8 INÍCIO E REINÍCIO

Saída de bola; bola ao chão em paralisação sem falta; oponentes a 9,15m.

9 BOLA EM JOGO E FORA

Fora quando cruza totalmente a linha de fundo ou lateral.

10 VALIDAÇÃO DO GOL

Bola cruza totalmente a linha entre traves e sob o travessão, sem infração.

11 IMPEDIMENTO

Mais próximo da linha de gol que bola e penúltimo adversário. Não em saída de bola, arremesso lateral, tiro de meta e rebote/defesa.

12 FALTAS E CONDUTA

Chutar, empurrar, agarrar, cuspir, mão deliberada → tiro livre direto ou penal. Amarelo: advertência. Vermelho: expulsão. Vantagem: deixar jogar se a punida tem benefício.

13 TIROS LIVRES

Direto → gol vale direto. Indireto → precisa de segundo toque (sinal: braço erguido).

14 TIRO PENAL

Falta punível dentro da área. Bola na marca; goleiro na linha; outros fora da área e atrás da marca.

15 ARREMESSO LATERAL

Duas mãos, de trás da cabeça, pés no solo. Não marca gol direto.

16 TIRO DE META

Saída pela linha de fundo tocada pelo ataque. Pode marcar gol direto.

17 TIRO DE ESCANTEIO

Saída pela linha de fundo tocada pela defesa. Pode marcar gol direto. Oponentes a 9,15m.

📌 **Atualizações IFAB 2026-2027:** Impedimento não se aplica ao receber rebote ou defesa clara; substituição em até 10 segundos; contagem regressiva de 5s em reinícios; protocolo de concussão.

Referências: IFAB — Regras Oficiais do Futebol 2026-2027 | CBF — Normas de Arbitragem | ADG — Regulamento de Cursos e Competições
Material educacional — Versão Completa — Atualizado em agosto de 2026