



**Campionatul de Fotbal „CUPA DOMNIȚELOR”, ediția a V-a
al Arhiepiscopiei Sucevei și Rădăuților
Categorie 13 – 18 ani (generațiile 2008 - 2013)**

Cu binecuvântarea Înaltpreasfințitului Părinte CALINIC, Arhiepiscop al Sucevei și Rădăuților, Sectorul *Catehizare, tineret și educație pentru viață* invită tinerele cu vârste între 13 și 18 ani din parohiile Arhiepiscopiei Sucevei și Rădăuților să se implice activ prin sport și mișcare, în cadrul Campionatului de fotbal **CUPA DOMNIȚELOR**, ediția a V-a, organizat de *Departamentul Activități de tineret ATOS și tabere* al Sectorului *Catehizare, tineret și educație pentru viață*, în parteneriat cu *Inspectoratul Școlar Județean, Suceava* (ISJ Suceava). Încercăm prin această competiție sportivă să transmitem un mesaj puternic acestei generații de tineri, acela că un stil de viață activ, lucrul în echipă, consecvența și perseverența sunt calități de bază ale unui viitor tânăr de succes.

Art. 1 PARTICIPANȚII

Toate jucătoarele vor prezenta coordonatorilor/antrenorilor de echipe, înainte de începerea campionatului, **acordul scris al părinților** pentru participarea la **CUPA DOMNIȚELOR**, ediția a V-a, **acordurile GDPR** (de prelucrare a datelor cu caracter personal), **adeverințele medicale** și **copie după buletinul/certificatul** de naștere al fiecărui participant.

Toți coordonatorii/antrenorii de echipe au datoria să păstreze aceste documente într-un dosar și să le prezinte echipei de organizare înainte de începutul acestui campionat.

Echipele participante vor fi formate din tinere din cel mult **3 parohii** aflate în cuprinsul Arhiepiscopiei Sucevei și Rădăuților (Jud. Suceava). Vârsta lor va fi cuprinsă între 13 și 18 ani, respectiv **cele născute între anii 2008 și 2013**.

Nu pot face parte din echipa de fotbal fete care suferă de anumite boli sau afecțiuni, cu un diagnostic clar pus de medici specialiști, cu un istoric medical ce le împiedică expunerea la efort sau la stări emoționale puternice.

Art. 2 SISTEMUL DE DESFĂȘURARE

Echipa de fotbal a fiecărei parohii va fi formată din **9 fete, (5 titulare + 1 portar)** înscrise nominal, prin intermediul unei liste semnate de către antrenor, la începutul campionatului. Meciurile se vor disputa pe parcursul a două reprize de 15 de minute fiecare, cu o pauză regulamentară de 5 minute. Pe banca de rezerve (3 jucătoare). Pe parcursul jocului se pot efectua schimbări de jucători nelimitate.

Fiecare echipă își va alege o denumire și echipamentul de joc. Recomandăm ca la denumirea echipei să se evite numiri de parohii, sfinți și alți termeni specifici religioși. Numele echipei va avea în componență doar cuvinte în limba română, recomandabil ar fi să conțină și numele localității de proveniență, ex. *Săgeata Fântânelor*, *Vulturii Botoșana* etc. Echipamentul de joc va fi format din: tricou, șort, jambiere, ghete pentru fotbal sau pantofi sport.

Pentru evitarea accidentărilor, sunt interzise ghetetele sau pantofii sport care au crampe metalice, cuie ori vârful de metal.

Fiecare echipă răspunde pentru faptele sale atât în timpul meciurilor, în pauza dintre meciuri, înainte și după terminarea partidelor de fotbal și de comportamentul jucătorilor, oficialilor. Fiecare tânără răspunde pentru faptele sale atât în timpul meciurilor, cât și în pauza dintre meciuri și înainte și după terminarea partidelor de fotbal.

Orarul sportiv va fi stabilit în prealabil de către organizatori, iar orele de începere a meciurilor vor fi respectate întru totul.

Se vor acorda 3 puncte pentru joc câștigat, 1 punct pentru joc egal, 0 puncte pentru joc pierdut. Câștigătoare va fi echipa care va acumula cel mai mare număr de puncte. În cazul în care două sau mai multe echipe se află la egalitate de puncte, clasamentul se va întocmi pe baza criteriilor de departajare aratate mai jos aplicate în ordine prin eliminare fără a se mai reveni asupra lor.

La fiecare meci, alături de cele 9 tinere jucătoare va fi prezent antrenorul echipei și preotul responsabil/coordonator al echipei parohiale.

La fiecare meci de fotbal va fi prezent un asistent medical, potrivit legii în cazul jocurilor de fotbal între amatori, care va asigura asistența medicală și va gestiona de urgență cazuri grave, dacă vor apărea.

Echipele de fotbal se pot înscrie în perioada **30 septembrie - 15 octombrie 2026** la adresa de email **catehizare@arhiepiscopiasucevei.ro** sau la biroul Sectorului *Catehizare, tineret și educație pentru viață*, aflat în Centrul Eparhial al Arhiepiscopiei Sucevei și Rădăuților, str. Iancu Flondor, nr. 2. Vor fi transmise următoarele informații: **numele echipei, antrenorul, coordonatorul, lista jucătoarelor și un contact telefonic**. Informații suplimentare la numărul de **telefon 0748 343 657**, Arhid. Paul Vlăduț Lungu.

Acest Campionat se dorește a fi fair-play. Sunt interzise înjurăturile, jignirile, nervii pe teren, faulturile grosolane care pun în pericol sănătatea, viața celorlalți jucători.

PROGRAM COMPETIȚIONAL
„CUPA DOMNIȚELOR”, EDIȚIA A V-A

Perioadă	Descriere
30 septembrie - 15 octombrie 2026	Promovarea competiției și înscrierea echipelor participante;
16-17 octombrie 2026	Stabilirea locațiilor și a orarului de joc, după tragerea la sorți. Sistemul competițional va fi stabilit în funcție de numărul echipelor înscrise;
18 octombrie – 14 noiembrie 2026	Desfășurarea meciurilor din Campionatul de fotbal feminin <i>Cupa Domnițelor</i> , ediția a V-a și premierea echipelor câștigătoare.

REGULAMENTUL JOCULUI DE FOTBAL PE TEREN REDUS

Campionatul „CUPA DOMNIȚELOR”, ediția a V - a

Categoria de vârstă 13 – 18 ani (generațiile 2008 - 2013)

Organizator:

- ARHIEPISCOPIA SUCEVEI ȘI RĂDĂUȚILOR
- INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN, SUCEAVA (IȘJ SUCEAVA)

Terenul de joc: L - 40 m / l - 20 m;

Jocurile se pot organiza în aer liber sau în sală.

Dimensiunea porților:

- distanța între stâlpi - 3 m;
- înălțimea porților - 2 m;
- *Atenție* la modul în care sunt fixate porțile;

Mingea de joc:

- jocurile se vor disputa cu minge nr. 5;

Lovitura de pedeapsă:

- se execută dintr-un punct aflat la 7 m de la mijlocul porții și la distanță egală de stâlpii porții.

Lovitura de la colț:

- se execută dintr-un punct marcat printr-un sfert de cerc în fiecare colț al suprafeței de joc;

Durata jocului:

- Jocurile se desfășoară pe durata a două reprize, a câte 15 minute repriza fără prelungiri;
- Durata fiecărei reprize se va prelungi numai pentru executarea a 3 lovituri de pedeapsă;
- Pauza dintre reprize va fi de 5 minute;

Număr de jucători:

- Lotul este format din **9 jucătoare** și un antrenor;
- Fiecare echipă va fi formată din 5 jucătoare de câmp și un portar = **6 jucători**;

- Pe raportul de arbitraj pot fi trecuți ca jucători de rezervă maxim 3 fete;
- Un joc nu mai poate continua dacă una dintre echipe are 3 jucători eliminați;

Înlocuiri de jucători:

- Se pot efectua când mingea este în joc sau înafara jocului;
- Un jucător care a fost înlocuit se poate întoarce pe teren ca înlocuitor pentru alt jucător;
- Numărul înlocuirilor într-un joc este nelimitat;
- Jucătorul care intră pe teren nu poate face acest lucru până când jucătorul care părăsește suprafața de joc nu a trecut complet de linia de margine a terenului;
- Oricare dintre jucătorii de rezervă poate înlocui portarul, avându-se în vedere următoarele condiții:
 - a) arbitrul trebuie informat înainte de efectuarea înlocuirii;*
 - b) înlocuirea poate fi efectuată numai când jocul este întrerupt;*
 - c) jucătorul de rezervă, care a înlocuit portarul, trebuie să poarte un tricou care să-l deosebească de toți ceilalți jucători;*
- Dacă, în timpul efectuării unei înlocuiri, jucătorul de rezervă intră pe teren înainte ca jucătorul înlocuit să părăsească complet terenul:
 - a) Jocul este oprit;*
 - b) Se cere jucătorului care este înlocuit să părăsească terenul;*
 - c) Jocul se reia printr-o lovitură liberă indirectă, executată de echipa adversă din locul unde s-a aflat mingea în momentul întreruperii jocului.*
- Dacă mingea se află în interiorul suprafeței de pedeapsă, lovitură liberă indirectă se execută de pe linia suprafeței de pedeapsă, din locul cel mai apropiat unde s-a aflat mingea în momentul întreruperii.

Echipamentul jucătorilor:

- un tricou cu mânecă scurtă sau lungă - numerotat;
- șort;
- jambiere;
- încălțăminte adecvată suprafeței de joc;
- portarul poate avea pantalon lung, echipamentul acestuia trebuind să aibă o culoare diferită față de ceilalți jucători și arbitrii;
- jucătorii nu au voie să poarte accesorii sau bijuterii care pot prezenta un

pericol pentru toti participanții la joc.

- pentru orice abatere de la aceste reguli, jucătorul este trimis de arbitru în afara suprafeței de joc, pentru a-și pune în ordine echipamentul.
- jucătorul poate reintra pe teren numai când jocul este oprit și arbitrul verifică dacă echipamentul este în ordine.

Arbitrul:

- Fiecare joc este condus de un arbitru, care are autoritate deplină în aplicarea Legilor Jocului (conform actualului regulament).
- Deciziile arbitrului cu privire la faptele legate de joc sunt definitive.

Lovitura de începere:

- Fiecare echipă se găsește în jumătatea proprie de teren;
- Oponenții echipei care încep jocul trebuie să se afle în terenul propriu la o distanță de cel puțin 3 metri de minge, până când aceasta este în joc;
- Un gol nu poate fi marcat direct dintr-o lovitură de începere.

Mingea de arbitru:

- este modul de a relua jocul după o oprire temporară, cu condiția ca, înainte de întreruperea jocului, mingea să fi fost în joc și să nu fi depășit în întregime linia de margine sau linia porții.

Mingea afară din joc:

- Mingea este afară din joc atunci când:
 - a) *A traversat în totalitate linia de poartă sau linia de margine, pe sol sau în aer,*
 - b) *Jocul a fost întrerupt de arbitru.*
- Mingea ieșită în aut de poartă va fi repusă de portar cu mâna. Mingea este în joc atunci când a depășit careul, semicercul de 6 m (suprafața de pedeapsă). Dacă mingea este jucată de un coechipier sau de un adversar înainte ca ea să depășească careul, semicercul de 6 m, se va repeta repunerea mingii în joc.
- Mingea se repune în joc cu mâna, indiferent de procedeu, atunci când este prinsă de portar.
- **Nu se poate marca un gol direct dintr-o degajare de la poartă sau dintr-o lovitură de începere;**

Mingea în joc:

- mingea este în joc în toate celelalte situații, inclusive când ricoșează din barele porții sau din arbitru.

Aruncarea de la margine:

- Se execută cu piciorul de jos, mingea trebuie să fie oprită (lovitură indirectă);
- Executantul nu trebuie să joace din nou mingea înainte ca aceasta să fi fost atinsă de un alt jucător. Dacă, după ce mingea este în joc, executantul o atinge a doua oară, înainte ca aceasta să fi fost atinsă de un alt jucător, **se va acorda o lovitură liberă indirectă** echipei adverse, care se va executa de pe locul unde s-a comis greșeala;
- Mingea va fi în joc imediat după ce a intrat pe terenul de joc;
- Pentru orice abatere de la prevederile de mai sus, aruncarea de la margine se va repeta de un jucător al echipei adverse;

Lovitura de la colț:

- Se va acorda când mingea a fost atinsă ultima dată de un jucător al echipei în apărare și a depășit linia porții fie pe pământ, fie în aer;
- Lovitura se execută de la colțul terenului de joc cel mai apropiat de locul pe unde mingea iese de pe teren;
- Jucătorii echipei adverse trebuie să se afle la o distanță de 5 m de minge până când aceasta intră în joc;
- Mingea va fi în joc imediat ce a fost lovită și s-a deplasat;

Offside:

- la fotbalul pe teren redus nu există offside;

Faulturi și comportament incorrect:

- acestea sunt sancționate după cum urmează:
- **Lovitura liberă directă** se acordă în următoarele situații:
 - a) lovește sau încearcă să lovească un adversar;
 - b) împinge un adversar;
 - c) împiedică sau încearcă să împiedice un adversar;
 - d) ține un adversar;
 - e) atinge în mod deliberat mingea cu mâna;

- Lovitura liberă se execută din locul unde s-a comis abaterea. Adversarii trebuie să se afle la o distanță de 5 m față de minge;
- Dacă mingea intră direct în poarta echipei adverse, se va acorda gol;
- **Lovitura de pedeapsă** - se acordă dacă un jucător a comis una dintre greșelile enumerate mai sus în interiorul propriei suprafețe de pedeapsă, indiferent de locul în care se află mingea, cu condiția ca aceasta să fie în joc.
- **Lovitura liberă indirectă** se acordă în următoarele situații:

Portarul face una dintre următoarele greșeli:

- atinge sau controlează mingea cu mâinile după ce i-a fost pasată în mod deliberat de un coechipier;
- atinge sau controlează mingea cu mâinile după ce a primit-o direct de la un coechipier printr-o lovitură de repunere de la margine.

În opinia arbitrului, un jucător:

- joacă într-o manieră periculoasă;
 - împiedică deliberat înaintarea unui adversar când mingea nu este jucată.
- **Lovitura liberă indirectă** se execută din locul unde a fost comisă greșeala. Excepție se face în situația în care greșeala a fost comisă în interiorul suprafeței de pedeapsă, caz în care lovitura se execută de pe linia ce marchează suprafața de pedeapsă, din locul cel mai apropiat de unde s-a comis greșeala.

Golul:

- se acordă numai dacă mingea intră în poartă după ce a fost atinsă de un alt jucător;

Sanctiuni disciplinare:

- Suspendările temporare și eliminarea unui jucător sunt sancțiuni folosite în fotbalul pe teren redus;
- Acordarea a două avertismente (cartonașe galbene) într-un singur meci aduce cu sine imposibilitatea jucătorului avertizat de a juca în următorul meci.
- Acordarea cartonașului roșu determină eliminarea jucătorului din joc și interzice evoluția acestuia în meciul/meciurile următoare (depinde de situație-comisia tehnică poate hotărî).

Punctaj:

- se vor acorda 3 puncte pentru joc câștigat, 1 punct pentru joc egal, zero puncte pentru joc pierdut.

Departajarea echipelor:

- Dacă, după disputarea jocurilor, două sau mai multe echipe se află la egalitate de puncte, se vor aplica în ordine, prin eliminare, fără a se mai reveni asupra lor, următoarele criterii de departajare:
 - a) *Cel mai mare număr de puncte în întâlnirile directe*
 - b) *Diferența de goluri în întâlnirile directe;*
 - c) *Cel mai mare număr de goluri marcate în jocurile cu echipele aflate la egalitate de puncte;*
 - d) *Golaverajul mai bun în meciurile cu echipele aflate la egalitate de puncte;*
 - e) *Golaverajul general mai bun în partidele cu toate echipele din grupă;*
 - f) *Echipa cu vârsta celor 10 jucători mai mică față de celelalte echipe cu care se află la egalitate de puncte.*
- La jocurile eliminatorii (finala etapei pe județ sau pe protopopiat, jocul pentru locurile 3 - 4 și finala), dacă la expirarea timpului regulamentar de joc, echipele se află la egalitate, se vor executa lovituri de departajare de la 7 m;
- Prima serie de 3 lovituri de departajare va fi executată de trei jucători desemnați de antrenor/profesor dintre cei aflați pe teren la terminarea timpului de joc;
- Dacă, după efectuarea primei serii de departajare, egalitatea persistă, se va executa alternativ câte o lovitură de fiecare echipă, de jucătorii care nu au participat la executarea niciuneia din primele 3 lovituri de departajare, până în momentul în care una dintre echipe nu marchează. Ordinea de executare a loviturilor de departajare se stabilește prin tragere la sorți;
- Pot executa lovituri de departajare toți jucătorii trecuți pe raportul de arbitraj, cu excepția jucătorilor care au fost eliminați definitiv pe parcursul jocului.
- Orice jucător de câmp poate lua locul portarului la executarea loviturilor de departajare, singura condiție fiind aceea că el trebuie să-și schimbe

tricoul.

Condiții de participare:

- Fiecare jucător va avea asupra sa o copie a cărții de identitate sau a certificatului de naștere;
- Sunt interzise comportamentele neadecvate și limbajul licențios.

Contestații:

- Eventualele contestații se depun înainte de începerea fiecărei partide.