

COMUNICADO DO CNMB

COMUNICADO Nº: 008 | ÉPOCA: 2025/2026 | DATA: 02/03/2026

Para conhecimento geral, a seguir se informa:

**XX CIRCUITO NACIONAL TICHA PENICHEIRO
MINIBASQUETE FEMININO – CALENDARIZAÇÃO FINAL 2025-2026**



Época 2025/26

Página 01 de 15

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



O PROJETO E OS OBJECTIVOS

O projeto tem como propósito fomentar o gosto pela prática regular do basquetebol, oferecendo às atletas atividades exclusivamente dedicadas ao feminino. Pretende-se impulsionar o Minibasquete feminino desde os escalões mais jovens, assegurando a sua divulgação, valorização e presença em todas as associações.

Paralelamente, o projeto promove momentos de competição pedagógica e de intercâmbio entre atletas de associações próximas, culminando na realização de um MEGA TICHA de dimensão nacional, marcado para 23 de maio, sob organização da Associação de Viana do Castelo. Este encontro constituirá uma oportunidade privilegiada para celebrar o desenvolvimento do Minibasquete feminino e reconhecer o mérito e o percurso excecional da ex-atleta da WNBA, Patrícia “Ticha” Penicheiro.

Entre os seus desígnios, o projeto visa ainda contribuir para o desenvolvimento físico, emocional, intelectual e social das jovens praticantes; promover a colaboração entre clubes de associações limítrofes na organização conjunta de atividades; e estimular o investimento no setor mini feminino, incentivando a captação de novas atletas. Por fim, propõe-se colaborar e apoiar a realização de, pelo menos, um evento interdistrital de Minibasquete feminino por associação, bem como envolver as famílias no apoio ao Minibasquete e aos clubes, reforçando o papel determinante da participação parental no crescimento desportivo das jovens.

Organização e Modelo Operacional

A organização das etapas será efetuada em conjunto com a Associação territorialmente competente e com o clube que manifeste interesse em acolher o evento, mediante candidatura formal por e-mail para patriciafernandes@fpb.pt.

Embora qualquer clube possa participar fora do seu circuito, a estrutura do projeto assenta em três zonas, prevendo-se a organização de quatro (4) etapas em cada zona:

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



- **Norte:** AB Viana do Castelo, AB Braga, AB Porto, AB Aveiro, AB Bragança, AB Vila Real, AB Viseu, AB Guarda
- **Centro:** AB Coimbra, AB Castelo Branco, AB Leiria, AB Santarém
- **Sul:** AB Lisboa, AB Setúbal, AB Alentejo, AB Algarve

As Associações, em articulação com os clubes organizadores, definirão locais, horários e mapas de jogos, assegurando o cumprimento das orientações técnico-pedagógicas do Minibasquete feminino.

Etapas calendarizadas para 2025-26

Zona Norte				
	Clube	Data	Zona	Associação
1 etapa	UD Oliveirense	21/03/2026	Zona Norte	AB Aveiro
2 etapa	BC Valença	22/03/2026	Zona Norte	AB Viana do Castelo
2 etapa	CD Gumirães Basket	09/05/2026	Zona Norte	AB Viseu
3 etapa	SC Coimbrões	18/04/2026	Zona Norte	AB Porto
Zona Centro				
	Clube	Data	Zona	Associação
1 etapa	Olivais FC	19/04/206	Zona Centro	AB Coimbra
2 etapa	NDA Pombal	09/05/2026	Zona Centro	AB Leiria
3 etapa	CD Amiense	16/05/2026	Zona Centro	AB Santarém
Zona Sul				
	Clube	Data	Zona	Associação
1 etapa	Odivelas BC	21/03/2026	Zona Sul	AB Lisboa
2 etapa	Portimonense SC	18/04/2026	Zona Sul	AB ALgarve
3 etapa	Beja BC	09/05/2026	Zona Sul	AB Alentejo
4 etapa	GDESSA	16/05/2026	Zona Sul	AB Setúbal

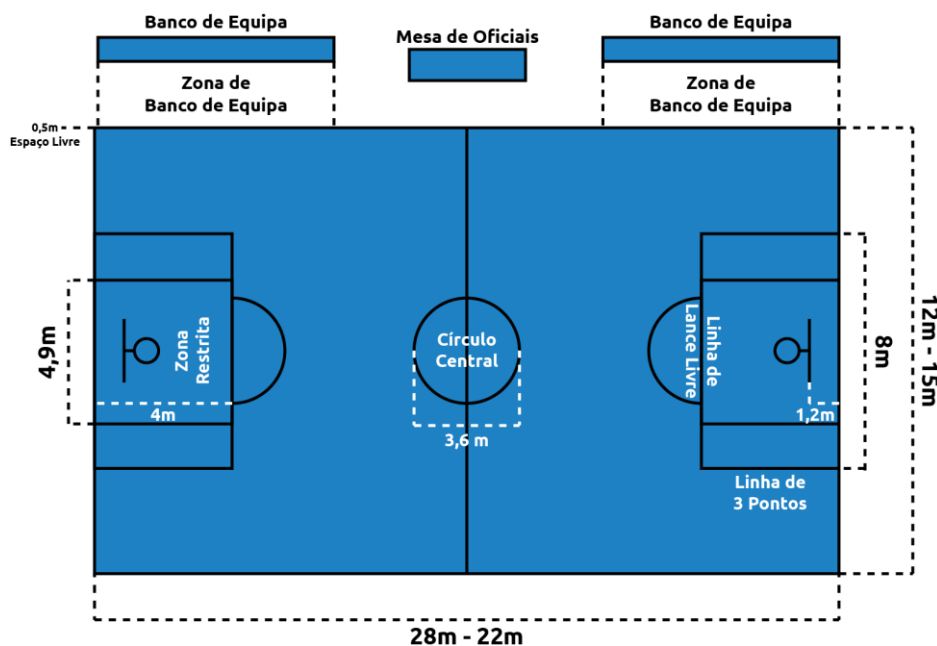
1. Orientações Pedagógicas

Todos os atletas deverão ter as mesmas oportunidades, pelo que deverão jogar, sempre que possível, o mesmo tempo.

Os jogos deverão decorrer de forma equilibrada evitando resultados desnivelados.

Qualquer comportamento inadequado por parte dos treinadores, dirigentes ou público leva a derrota administrativa do jogo.

2. Orientações de Realização



3. Princípio Geral

Nos jogos serão aplicados os princípios das Regras Oficiais de Minibásquete (FIBA 2005), com as alterações definidas nos pontos seguintes.

4. Constituição das Equipas

No início da prova, cada equipa deverá ser composta por doze jogadores Mini12 do sexo feminino, nascidos em 2014 ou 2015. Não é permitida a participação de jogadoras do sexo masculino. As equipas participantes devem apresentar-se com um mínimo de 8 e um máximo de 12 jogadores por jogo. A inclusão de jogadores Mini10 está sujeita à aprovação da Federação Portuguesa de Basquetebol (FPB), sendo o critério para essa autorização a inexistência de 12 atletas inscritos no escalão de Mini12 por parte do clube.

Todas as equipas são obrigadas a apresentar, em todos os jogos, os mesmos jogadores inscritos para cada etapa da competição. Excetua-se os casos de atletas que, por motivo de lesão, doença ou outra razão devidamente justificada, tenham de abandonar o evento. Nestas situações, a equipa deverá apresentar-se com os jogadores restantes.

5. Apresentação das Equipas em Campo

As equipas devem apresentar-se no campo onde o jogo se realiza 20 minutos antes do início do mesmo. As equipas que, sem justificação, não cumprirem esta regra, serão penalizadas com falta de comparência.

6. Tempo de Jogo, Intervalos e Número de Quartos

O tempo de jogo será cronometrado em “tempo útil”, exceto quando se aplicar a regra da diferença de pontos superior a 40.

A estrutura do jogo será a seguinte: 4 períodos de 8 minutos cada;

Intervalos de 2 minutos entre:

- o 1.º e o 2.º período,
- o 3.º e o 4.º período,
- o 4.º período e os prolongamentos,
- e entre os próprios períodos suplementares;
- Intervalo de 5 minutos entre o 2.º e o 3.º período.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



7. Reposição da Bola em Jogo

Nas reposições da bola em jogo, só há paragem do cronómetro em caso de ter ocorrido uma falta pessoal, para fazer substituição ou atribuir desconto de tempo, de acordo com as regras do basquetebol.

Nas restantes situações, o jogo prossegue de imediato, não sendo necessário o árbitro autorizar a reposição/"tocar na bola" e não há paragem do cronómetro.

Em casos que o justifiquem, os árbitros poderão parar o jogo e o cronómetro; por exemplo: se a bola não puder ser reposta de imediato, por ter ido para longe; se um jogador se tiver lesionado.

O jogador que repõe a bola em jogo não pode tirar vantagem do facto de não ser necessário haver autorização do árbitro para fazer a reposição, nomeadamente em relação ao local da mesma. Nesse caso, o árbitro deve mandar repetir a reposição de bola no sítio certo.

8. Bola Presa: Salto ou Alternância?

No Mini12, apenas se utilizará o salto entre dois no início do jogo. Posteriormente, aplica-se a regra da alternância em todas as situações.

9. Formato do Jogo e Utilização dos Jogadores por Quartos e Substituições

O jogo é realizado no formato 5 x 5.

As substituições serão da responsabilidade de cada treinador, tendo em consideração os seguintes aspetos:

No 1.º quarto participam, no máximo, 6 jogadores (gestão livre do treinador).

No 2.º quarto jogam, no máximo, 6 jogadores entre os que não participaram no 1.º quarto (gestão livre do treinador).

Se for necessário que um jogador que participou no 1.º quarto, independentemente do tempo jogado, participe no 2.º quarto, aplica-se o critério de entrar o jogador com menos pontos marcados até ao momento.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



Os jogadores nas condições do ponto anterior, que participarem no 1.º e 2.º quartos, independentemente do tempo jogado, não podem participar no 3.º quarto.

No 3.º quarto participam, no máximo, 6 jogadores (gestão livre do treinador), não sendo necessário que sejam os mesmos 6 jogadores do 1.º quarto.

No 4.º quarto participam, no máximo, 6 jogadores entre os que não participaram no 3.º quarto (gestão livre do treinador). Se, por acumulação de faltas ou lesão, for necessário entrar em jogo um 6.º jogador ou outros, aplica-se o critério de entrar o jogador com menos pontos marcados até ao momento.

Os jogadores que não participarem em nenhum dos 2 primeiros quartos têm obrigatoriamente de entrar no início do 3.º quarto.

Se alguma equipa se apresentar com o mínimo 11 jogadores:

Regras Atualizadas para a Rotação dos 11 Jogadores

- 1. 11 jogadores disponíveis:** A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K
- 2. Cada jogador deve jogar exatamente 2 quartos**
- 3. No 1º quarto,** o treinador gere **6 jogadores** com substituições livres
- 4. Em um dos quartos seguintes (3º ou 4º),** o treinador volta a gerir **6 jogadores**
- 5. Os outros dois quartos terão 5 jogadores fixos, sem substituições**
- 6. Jogador K deve jogar um quarto na 1ª parte (1º ou 2º) e um na 2ª parte (3º ou 4º)**

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



Exemplo de Rotação com Gestão no 1º e 4º Quarto

Quarto	Jogadores em Campo	Observações
1º	A, B, C, D, E (+K)	Substituições livres entre os 6
2º	F, G, H, I, J	5 jogadores fixos
3º	A, B, F, G, H	5 jogadores fixos
4º	C, D, E, I, J (+K)	Substituições livres entre os 6

Se alguma equipa se apresentar com o mínimo 10 jogadores:

Exemplo de uma Estratégia de Rotação

- 10 jogadores: A, B, C, D, E, F, G, H, I, J
- Cada jogador joga **exatamente 2 quartos**
- Mistura permitida no **3º ou 4º quarto**
- Evita **2 quartos consecutivos** para todos

Modelo de Rotação

Quarto	Jogadores em Campo	Banco
1º	A, B, C, D, E	F, G, H, I, J
2º	F, G, H, I, J	A, B, C, D, E
3º	A, F, G, H, C	B, D, E, I, J
4º	B, D, E, I, J	A, C, F, G, H

- Todos jogam exatamente 2 quartos
- Ninguém joga mais de **2 consecutivos**
- Mistura estratégica no 3º e 4º quartos para equilibrar tempo e desempenho

Patrocinadores Oficiais

Parceiros Institucionais

Parceiros


Página 08 de 15

Se alguma equipa se apresentar com o mínimo 9 jogadores

Regras do Sistema

- 5 jogadores em campo por quarto.
- 4 jogadores no banco por quarto.
- Cada jogador participa de **exatamente 2 quartos**, sem jogar mais de **2 consecutivos**.

Exemplo de Rotação com 9 Jogadores (A-I)

Quarto	Jogadores em Campo	Jogadores no Banco
1º	A, B, C, D, E	F, G, H, I
2º	A, B, F, G, H	C, D, E, I
3º	C, D, F, G, I	A, B, E, H
4º	E, H, I, A, B	C, D, F, G

- Todos jogam **exatamente 2 quartos**
- Ninguém joga mais de **2 consecutivos**

Se alguma equipa se apresentar com o mínimo 8 jogadores:

Regras Básicas

- 5 jogadores em campo por quarto.
- 3 jogadores no banco por quarto.
- Cada jogador participa de 2 ou 3 quartos, mas nunca mais de 2 seguidos.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



Exemplo de Rotação com 8 Jogadores (A–H)

Explicação:

Quarto	Jogadores em Campo	Jogadores no Banco
1º	A, B, C, D, E	F, G, H
2º	A, B, F, G, H	C, D, E
3º	C, D, E, F, G	A, B, H
4º	C, D, H, A, B	E, F, G

- A e B jogam 1º, 2º e 4º quartos (com pausa no 3º).
- C, D e E jogam 1º, 3º e 4º (pausa no 2º).
- F, G e H jogam 2º e 3º (pausa nos extremos).
- Todos jogam pelo menos 2 quartos.
- Ninguém joga mais de 2 consecutivos.

10. Diferença Igual ou Superior a 40 Pontos

Em qualquer fase da prova, quando no final de um dos 3 primeiros quartos do jogo se verificar uma diferença no resultado igual ou superior a 40 pontos, procede-se da seguinte forma:

O resultado do jogo é o resultado que se verifica nesse momento (final do quarto).

O resultado é inscrito no boletim de jogo do evento.

A utilização de jogadores em cada quarto fica ao critério do treinador.

O tempo de jogo passa a ser "tempo corrido".

Cada um dos quartos de jogo restantes é considerado um "jogo independente", reiniciando-se o marcador em 0-0 em cada um dos quartos que se realizar.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



11. Prolongamentos

Em caso de empate, o jogo terá prolongamentos sucessivos de 3 minutos até se encontrar uma equipa vencedora.

No prolongamento, podem jogar todos os jogadores que não tenham sido excluídos por acumulação de faltas, independentemente do tempo e do número de quartos em que jogaram.

O treinador decidirá a composição da sua equipa e poderá fazer substituições sem restrições.

12. Lances Livres

O regime de lances livres é idêntico às regras oficiais de basquetebol.

13. Faltas

Cada atleta é excluído do jogo à 4.^a falta, tendo de ser substituído conforme está definido no ponto 6.

14. Descontos de Tempo

Em todos os jogos, cada equipa tem à sua disposição um desconto de tempo no último quarto. Em todos os outros quartos, incluindo os suplementares, não haverá descontos de tempo.

15. Três Segundos Ofensivos

A regra dos três segundos será aplicada de forma idêntica às regras oficiais de basquetebol.

16. Defesa Ilegal

Defesa Individual – Orientações

É obrigatória a utilização da defesa individual no escalão de Sub12.

Nota prévia: Cabe aos Diretores Técnicos Regionais, enquanto responsáveis pela atividade de Minibasquete no seu Distrito, Seleções Distritais/Regionais, garantirem o cumprimento das normas relativas à obrigatoriedade da defesa individual (HxH) por parte dos respetivos Seleccionadores/Treinadores.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



Pretende-se, com a introdução da obrigatoriedade da defesa HxH, que sejam respeitados os princípios básicos desta defesa.

O objetivo da introdução desta regra não é penalizar a defesa HxH mal-executada, mas sim o desrespeito pelos seus princípios básicos, pelo que, nos casos em que haja dúvidas sobre se tais princípios estão, ou não, a ser respeitados, deve ser dado o benefício da dúvida à defesa.

Definição

- a) Defesa zonal é uma defesa de equipa, na qual cada defensor é responsável por defender uma área do campo e qualquer atacante que esteja nessa área;
- b) A prioridade das zonas é proteger a área próxima do cesto, “convidando” o ataque a lançar “de fora”;
- c) Defesas que utilizem o “dois contra um” (2x1), com rotações para repor os princípios do HxH são permitidas, em campo inteiro ou meio-campo.

Violações Típicas

- a) Um ou mais defensores colocados em posição que não cumprem os princípios do HxH, tendo em conta as posições do atacante direto e da bola;
- b) Cortes não defendidos de acordo com as técnicas do HxH;
- c) Após um 2x1, ou uma ajuda e recuperação, a equipa não tenta restabelecer um posicionamento de HxH;
- d) Atacante posicionado fora da linha de 3 pontos com respetivo defensor a ficar sempre dentro da área restritiva.

Aplicação – Procedimentos e Sanções

O responsável oficial pela verificação da regra da defesa individual é o Coordenador do Evento /Diretor de Campo (DC).

- 1º Procedimento: Aconselhamento, conversa com o treinador principal;
- 2º Procedimento: Falta técnica, a aplicar na primeira “bola morta” subsequente à violação (quando esta ocorre, o DC alerta a mesa para assim proceder);

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros

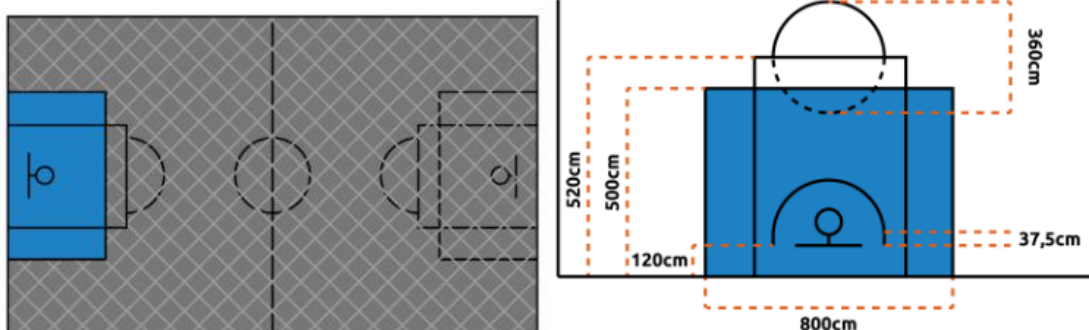


- 3º Procedimento: Segunda falta técnica, desqualificação do treinador principal;
- 4º Procedimento: É averbada derrota (20-0) à equipa sancionada, embora continuando o jogo até final;

17. Sistema de alternância da posse de bola

O regime de alternância é idêntico às regras oficiais de basquetebol.

18. Área de 3 Pontos



Haverá uma linha de 3 pontos adaptada.

19. Regra dos 24/14 segundos

A regra dos 24/14 segundos será utilizada como determinam as regras oficiais de basquetebol nas seguintes situações:

Nos últimos 2 minutos do 4.º Quarto de todos os jogos.

Em todos os prolongamentos dos jogos.

A contagem dos 24/14 segundos será feita em cronometro manual pelos oficiais de mesa.

20. Regra dos 8 segundos e de transposição de campo

Aplica-se a regra de transposição de campo conforme estipulado nas regras oficiais de basquetebol.

Não se aplica a regra dos 8 segundos.

21. Elementos autorizados a sentar no Banco durante os jogos

Durante os jogos, só podem estar no banco da equipa os seguintes elementos inscritos no evento em representação da sua delegação.

Atletas da equipa que está a jogar;

Treinadores/dirigentes da Associação incluídos na delegação inscrita no evento.

Nota: Os eventuais casos omissos neste regulamento serão decisão e responsabilidade da direção da competição.

22. Manuais procedimentos para organização:

RESPONSABILIDADES

FPB/CNMB

- Criar, produzir e disponibilizar os diplomas e autocolantes para o circuito;
- Convidar equipas e divulgar as etapas previstas e realizadas;
- Acompanhar as atividades e colaborar com os clubes organizadores;
- Criar e disponibilizar material para a divulgação do projeto;
- Fornecer às atletas participantes brindes ou lembranças do evento/projeto;
- Procurar apoios e parceiros de forma a financiar e expandir o projeto;
- Fornecer 6 bolas Wilson nº5 ao clube organizador de cada etapa, que devem ser utilizadas na atividade;
- Sujeito à disponibilidade de fornecedores da FPB. Caso não existam bolas em stock na data da atividade, este material será disponibilizado a posteriori;
- Garantir a presença de um elemento que represente a FPB em cada etapa do Circuito.

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros



ASSOCIAÇÕES/CLUBE (S) ORGANIZADOR (ES)

- Promover a participação dos clubes seus filiados no projeto;
- Estimular a participação dos seus clubes nas etapas realizadas nas associações próximas;
- Colaborar com os seus clubes para reunir condições de organização de uma etapa do circuito e assim, garantir o direito de acesso dos seus clubes ao projeto;
- Articular com o(s) Clubes as condições logísticas necessárias à realização da etapa na respetiva Associação;
- É desejável que cada etapa tenha pelo menos uma atividade distinta (por exemplo uma coreografia, uma competição técnica, prova de skills, quizz, uma atividade lúdica, etc.);
- **Responsável do evento** - 1 Coordenador Geral Evento
- **Campos** - 2 Campos Minibasquete (28x15) ou perto das medidas- Tabelas (2.60)
- **Enquadramento humano**- 4 Árbitros + 2 Oficiais Mesa (atletas Sub16 e Sub18)
- **Promoção da etapa**- Cartaz (mínimo 1 semana) - Divulgação do Evento na comunicação social local e nas Escolas
- **Animação** - Som e Speaker- Mascote
- **Report fotográfico** - Material fotográfico para posterior divulgação do Evento

Lisboa, 02 de março de 2026
Com os melhores cumprimentos.

Patrícia Fernandes
Vice-Presidente do CNMB

Bruno Cazeiro
Diretor Técnico do Minibasquete

Patrocinadores Oficiais



Parceiros Institucionais



Parceiros

