



REGULAMENTO ESPECÍFICO DE FUTSAL 2024-2025



Índice

| PONTO | TEMA | PAG. |
|--------------|---|-------------|
| 1. | Introdução | 2 |
| 2. | Escalões Etários; Tempo de Jogo e variantes da modalidade; A Bola | 3 |
| 2.1. | Escalões Etários | 3 |
| 2.2. | Tempo de Jogo e variantes da modalidade | 3 |
| 2.3. | A Bola | 5 |
| 3. | Constituição das Equipas | 5 |
| 4. | Regulamento Técnico-Pedagógico | 6 |
| 4.1. | Participação no Jogo | 6 |
| 5. | Classificação; Pontuação; Desempate | 7 |
| 5.1. | Classificação; Pontuação | 7 |
| 5.2. | Formas de desempate | 7 |
| 6. | Arbitragem | 9 |
| 7. | Protocolo/Cerimónia de início de jogo | 12 |
| 8. | Casos omissos | 12 |

1. INTRODUÇÃO

O Regulamento Específico de Futsal aplica-se a todas as competições realizadas no âmbito do Regulamento Geral de Funcionamento do Desporto Escolar (RGFDE) e em conformidade com o estipulado no Regulamento de Provas e Competições do Desporto Escolar (RPCDE) em vigor.

Pode ainda ser complementado pelo Regulamento de Prova da respetiva Fase Local, Regional ou Nacional, a elaborar pela entidade organizadora.

O Regulamento de Provas Oficial de Futsal da Federação Portuguesa de Futebol aplica-se a todos os escalões, com adaptação adequada das regras às condições de realização dos jogos, ao equipamento disponível e aos recursos humanos existentes. Para os escalões Infantil B e Iniciado, aplica-se o Regulamento Técnico-Pedagógico, exposto neste documento.

2. ESCALÕES ETÁRIOS, TEMPO DE JOGO E VARIANTES DA MODALIDADE

2.1. ESCALÕES ETÁRIOS

| ESCALÕES | ANO de NASCIMENTO | NIVEIS DE PRÁTICA |
|---------------------|-------------------|-----------------------------|
| | 2024/2025 | |
| INFANTIS A (Sub 11) | 2014 a 2016 | NÍVEL I – “DE ESCOLA ATIVA” |
| INFANTIS B (Sub 13) | 2012 e 2013 | NÍVEL II |
| INICIADOS (Sub 15) | 2010 e 2011 | NÍVEL II |
| JUVENIS (Sub 18) | 2007 a 2009 | NÍVEL II ou III |
| JUNIORES (Sub 21) | 2003 a 2006 | NÍVEL II |

2.2. TEMPO DE JOGO E VARIANTES DA MODALIDADE:

2.2.1. Durante a realização das diferentes fases competitivas, a duração do tempo de jogo é a indicada no quadro abaixo:

2.2.1.1. No escalão **INFANTIL B** e **INICIADO**, o jogo é dividido em 4 períodos de 10 minutos de jogo. Haverá um intervalo de 1 minuto entre os, 1º e 2º e entre os 3º e 4º períodos. Entre os, 2º e 3º períodos, o intervalo será de 10 minutos, com mudança de campo. **A equipa que inicia o jogo com bola, no 1º período, também o faz no 2º. Após o intervalo, alterna a equipa que faz a saída bola, efetuando-o nos restantes períodos.**

2.2.1.2. Nos escalões **JUVENIL** e **JÚNIOR**, o jogo é dividido em duas partes de 20 minutos cada, com um intervalo de 10 minutos e mudança de campo;

| JORNADA | | |
|---------------------|---|---------------|
| ESCALÃO | DURAÇÃO DOS JOGOS | INTERVALOS |
| INFANTIL A (SUB 11) | Recomenda-se a realização de torneios com muitos jogos, em formato de concentração, num contexto pouco formal, mais lúdico: Ex: campos mais pequenos; tempo de jogo reduzido; 4 alunos por equipa; equipas mistas | |
| INFANTIL B (SUB 13) | 4 X 10' | 1' + 10' + 1' |
| INICIADO (SUB 15) | 4 X 10' | 1' + 10' + 1' |
| JUVENIL (SUB 18) | 2 X 20' | 10' |
| JÚNIOR (SUB 21) | 2 X 20' | 10' |

2.2.2. Nos escalões **JUVENIL** e **JÚNIOR**, cada equipa tem o direito de pedir uma pausa técnica de um minuto, em cada parte do jogo, a qual é concedida num momento de paragem do mesmo. A pausa técnica somente é dada à equipa que possui o direito a repor a bola em jogo. Uma vez concedida a pausa técnica, os jogadores podem abandonar o terreno de jogo dirigindo-se para junto do respetivo banco de suplentes. Os jogadores substitutos têm de permanecer fora do terreno de jogo. Só podem ser efetuadas substituições após ter soado o sinal acústico ou apito indicando o final da pausa técnica;

2.2.2.1. Se uma equipa não solicitar a pausa técnica a que tem direito durante a 1ª parte, esta não poderá ser transferida para a 2ª parte;

2.2.2.2. Não há lugar a pausa técnica no prolongamento, se este for jogado.

2.2.3. O tempo de jogo é controlado pelo cronometrista, na forma de “tempo corrido” sem paragens, exceto quando o jogo for interrompido por razões que o justifiquem (lesão de um jogador, bola fora muito afastada do recinto de jogo, esclarecimento à mesa e outras situações que os árbitros entendam necessárias).

Na Fase Regional (DSR's) e Fase Nacional, no escalão JUVENIL, o último minuto da 1ª parte e os dois últimos minutos, da 2ª parte, são cronometrados na forma de “tempo útil”.

No escalão INICIADO, os dois últimos minutos do 4º período são cronometrados na forma de “tempo útil”.

Nota: de acordo com as regras oficiais do jogo:

- a) "se tiver de ser executado ou repetido um pontapé da marca de penalti ou um pontapé- livre direto, a partir da **quinta (5) falta acumulada no escalão juvenil e júnior, ou quarta (4) falta acumulada no escalão iniciado**, o período em questão é prolongado até o pontapé ser executado";
- b) "se tiver de ser executado ou repetido um pontapé da marca de penalti, o período em questão é prolongado até o pontapé ser executado".

2.2.4. **O período termina quando o cronometrista faz soar o sinal acústico para esse fim (marcador eletrónico ou apito), mesmo que os árbitros ainda não o tenham assinalado através do seu apito.**

2.2.5. Durante a realização da Fase Regional (DSR's) e Fase Nacional, a duração do tempo de jogo é determinada pelo Regulamento da Prova.

2.3. A BOLA

2.3.1. As bolas a utilizar nas competições do Desporto Escolar devem satisfazer as exigências da Lei 2 (Regulamento de Provas Oficial de Futsal da FPF), sendo as apropriadas para a prática da modalidade. Em casos excecionais, será permitida a utilização de bolas n.º 5, com menos ressaltos e mais peso.

A bola aconselhável para as competições é a “MIKASA FLL333S-WR SINTRA” ou idêntica.

3. CONSTITUIÇÃO DAS EQUIPAS

No escalão Infantil B os Grupos-Equipa podem ser do **género masculino, feminino ou misto.**

3.1. Cada equipa é constituída por:

- **12 Jogadores no máximo e 10 no mínimo**, os quais devem constar no boletim de jogo;
- 1 Professor responsável pelo Grupo-Equipa;
- 1 Aluno árbitro (de acordo com o ponto 6 deste regulamento);
- 1 Aluno dirigente (não obrigatório).

3.2. A equipa que se **apresentar com 9 jogadores** ou menos poderá realizar o jogo, caso apresente pelo menos 5 jogadores de início. Contudo, os pontos correspondentes à vitória serão averbados à equipa que cumprir este regulamento, independentemente do resultado verificado no jogo;

3.2.1. Sempre que uma equipa se **apresente entre 5 a 9 jogadores**, ser-lhe-á averbada **Falta Administrativa** (a equipa compareceu ao jogo, mas não cumpriu o regulamento da prova), os pontos correspondentes à vitória serão atribuídos à equipa que cumpriu o regulamento, sendo o resultado a considerar de 10-0.

No entanto, se a equipa vencedora do jogo for a que cumpriu o regulamento e o resultado final for superior a dez (10) golos de diferença, permanecerá o mesmo como resultado do jogo.

3.2.2. Caso uma equipa se apresente com menos de 5 jogadores ou não realize o jogo, ser-lhe-á averbada **Falta de Comparência** e será atribuída derrota por 10-0 e os correspondentes **0 (zero) pontos**;

3.2.3. **Nenhum jogo poderá prosseguir se uma das equipas ficar reduzida a menos de 3 jogadores.**

Nota: As alíneas 3.2., 3.2.1., 3.2.2. e 3.2.3. deverão ser escrupulosamente cumpridas, não existindo possibilidade de qualquer base de entendimento entre os professores responsáveis pelos grupos- equipas, aquando da realização dos jogos.

3.3. Todos os alunos de uma equipa devem apresentar-se em campo com equipamento próprio, identificador da sua escola. As camisolas devem estar numeradas.

4. REGULAMENTO TÉCNICO – PEDAGÓGICO

No escalão **INFANTIL B** e **INICIADO** aplica-se o seguinte regulamento técnico-pedagógico:

4.1. **PARTICIPAÇÃO NO JOGO**

4.1.1. Durante o jogo, cada jogador pode participar num máximo em **3 períodos**, devendo **descansar obrigatoriamente pelo menos um**;

4.1.2. Até ao final do **3º período**, todos os jogadores inscritos no boletim de jogo, **são obrigados a jogar um período completo e descansar outro**;

(**Exemplo:** No caso de jogar o 1º e o 2º período, não poderá jogar no 3º, podendo, no entanto, voltar a jogar o 4º período).

Nota: No caso de o jogador ter sido utilizado nos dois primeiros períodos, não poderá alinhar ou reentrar durante o 3º período mesmo que o motivo seja lesão ou expulsão de um seu colega, devendo a substituição ser feita por outro jogador que não esteja nestas condições.

4.1.3. Será atribuída uma **Falta Administrativa** à equipa que não cumprir os pontos 4.1.1 e 4.1.2. deste regulamento.

4.1.4. No escalão Infantil B (**equipa mista**), é obrigatório que em todos os períodos, estejam em campo **atletas de ambos os géneros**.

4.1.5. Durante a realização dos dois primeiros períodos não são permitidas substituições, salvo nos casos de expulsão ou lesão;

Nota: A impossibilidade de se fazer substituições é considerada durante o desenrolar do 1º ou 2º período de jogo e não entre cada um deles, o que significa que poderão ser feitas alterações do 1º para o 2º período.

4.1.6. Durante o 3º e 4º período ou no prolongamento, são permitidas todas e quaisquer substituições que o professor entenda efetuar, salvo no caso referido no ponto 4.1.2.

4.1.7. No escalão Infantil B, as CLDE's poderão organizar os quadros competitivos contemplando a inclusão de grupos-equipa mistos. Todavia, se não existir um número de equipas suficientes para concretizar o quadro competitivo, os mesmos têm de ser integrados na competição do escalão/género Infantil B masculino.

5. CLASSIFICAÇÃO / PONTUAÇÃO / FORMAS DE DESEMPATE

5.1. CLASSIFICAÇÃO e PONTUAÇÃO

A classificação das equipas nas várias fases do Quadro Competitivo Escolar é determinada pela soma dos pontos obtidos no total dos jogos efetuados, de acordo com o seguinte:

| | |
|---------------------------------------|-----------------|
| VITÓRIA..... | 3 PONTOS |
| EMPATE..... | 2 PONTOS |
| DERROTA ou FALTA ADMINISTRATIVA | 1 PONTO |
| FALTA DE COMPARÊNCIA..... | 0 PONTOS |

5.1.1. A classificação final é estabelecida por ordem decrescente dos pontos obtidos, classificando-se em 1º lugar a equipa com maior número de pontos;

5.2. FORMAS DE DESEMPATE

5.2.1. Em caso de igualdade pontual entre duas ou mais equipas, devem ter-se em conta os seguintes critérios de desempate:

5.2.1.1. A que tiver maior pontuação nos jogos disputados entre as equipas empatadas;

5.2.1.2. A que tiver maior diferença entre golos marcados e sofridos nos jogos entre as equipas empatadas;

5.2.1.3. A que tiver maior diferença entre golos marcados e sofridos no total dos jogos realizados entre todas as equipas;

5.2.1.4. A que tiver maior número de vitórias no total dos jogos realizados entre todas as equipas;

5.2.1.5. A que tiver maior número de golos marcados no total dos jogos realizados entre todas as equipas;

5.2.1.6. A que tiver menor número de golos sofridos no total dos jogos realizados entre todas as equipas;

5.2.1.7. A que tiver menor número de infrações disciplinares (cartões) averbadas durante a realização da competição:

- Cartão amarelo 1 ponto
- Cartão vermelho (acumulação) 5 pontos
- Cartão vermelho (direto) 15 pontos

Nota: Aos responsáveis das equipas, qualquer sanção é contabilizada com o dobro dos pontos acima mencionados.

5.2.1.8. A que tiver a média de idades mais baixas dos alunos inscritos nos boletins de jogo da respetiva fase do quadro competitivo;

5.2.1.9. No caso de ainda subsistir o empate, após esgotadas as alíneas anteriores, cabe à organização determinar a forma de desempate a efetuar.

Nota: Quando uma equipa, por qualquer razão, for eliminada do quadro competitivo todos os jogos por ela realizados são anulados e não contam para a classificação final.

5.3. Nos casos em que, por força do regulamento específico da prova, os jogos não possam terminar empatados, é realizado um **prolongamento com duas partes de 5 minutos** sem intervalo, mas com troca de campo.

Na Fase Regional (DSR's) e Fase Nacional, o último minuto da 2ª parte é cronometrado na forma de "tempo útil"

5.4. No caso de ainda subsistir a igualdade, o desempate faz-se pela marcação de pontapés da marca de penalti, de acordo com o seguinte procedimento:

5.4.1. O árbitro escolhe a baliza em direção à qual os pontapés serão executados;

5.4.2. O árbitro procede, com os capitães de equipa, a um sorteio para determinar a equipa que deve executar o primeiro pontapé;

5.4.3. O árbitro regista por escrito o resultado de cada pontapé.

5.4.4. As duas equipas executam, cada uma, cinco (5) pontapés da marca de penalti, observando as seguintes disposições:

5.4.4.1. Os pontapés são executados alternadamente por cada equipa;

5.4.4.2. O capitão de cada equipa deverá indicar ao árbitro quais os cinco jogadores que vão executar os pontapés da marca de penalti, antes de se executar o primeiro pontapé. Estes jogadores deverão constar na ficha entregue ao árbitro antes do início do encontro;

5.4.4.3. Se, no final do jogo ou prolongamento e antes de ter sido indicada execução dos pontapés da marca de penalti, uma equipa tiver mais jogadores (incluindo substitutos) do que a equipa adversária, é-lhe permitido reduzir o seu número de jogadores para ficar igual ao da equipa adversária, devendo o árbitro ser informado do nome e número de cada jogador excluído.

5.4.4.4. Se, antes das duas equipas terem executado os cinco pontapés da marca de penalti, uma delas marque mais golos do que a outra poderia marcar, mesmo que completasse a série de remates, a execução não deve prosseguir;

5.4.4.5. Se, depois das duas equipas terem executado os seus cinco pontapés, ambas tiverem marcado o mesmo número de golos ou não tiverem marcado nenhum, a

execução prossegue pela mesma ordem até que uma equipa tenha marcado um golo a mais do que a outra, com o mesmo número de tentativas;

5.4.4.6. Cada pontapé é executado por um jogador diferente, e só depois de todos os jogadores habilitados terem executado um primeiro pontapé, é que um jogador da mesma equipa pode efetuar um segundo pontapé;

5.4.4.7. Todo o jogador expulso não poderá tomar parte na execução dos pontapés da marca de penalti;

5.4.4.8. Qualquer jogador pode substituir o guarda-redes durante a execução dos pontapés, desde que o árbitro seja informado e que o seu equipamento seja o adequado.

5.4.4.9. Todos os jogadores habilitados, exceto o que executa o pontapé e os dois guarda-redes, devem permanecer na metade da superfície de jogo contrária. O 2º árbitro controlará esta parte do recinto de jogo e os jogadores que ali se encontram;

5.4.4.10. O guarda-redes, colega do executante, tem de permanecer no meio-campo da execução dos pontapés, sem interferir na progressão dos mesmos.

6. ARBITRAGEM

6.1. Os jogos são dirigidos por 2 árbitros e por 2 árbitros assistentes;

6.2. A modalidade de Futsal integra o PNFJAE, que tem como grandes objetivos a promoção da participação dos alunos no fenómeno desportivo enquanto processo de formação integral, segundo variadas formas de intervenção, nomeadamente juízes-árbitros e a criação de uma bolsa de juízes- árbitros escolares, que responda às necessidades dos diversos eventos desportivos de âmbito do DE. O Regulamento de Funcionamento do PNFJAE 2024-2025, aplica-se a todas as competições da modalidade de Futsal, realizadas no âmbito do Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021-2025 (PEDE).

Neste sentido, a seleção/participação do(s) aluno(s) juiz(es)-árbitro(s) escolar(es) para as diferentes fases de competição regem-se pelos seguintes requisitos:

a. **Na Fase Local:** em todos os jogos da Fase Local é obrigatório que cada grupo-equipa seja acompanhada pelo(s) seu(s) juiz(es)-árbitro(s), com a formação de Fase Escola PNFJAE (nível 1) concluída/certificada e devidamente inscrito no Módulo do Desporto Escolar – plataforma E360, com essa função.

b. **Na Fase Regional:** os alunos juízes-árbitros selecionados pelos professores formadores regionais e convocados pelas CRDE/CLDE terão de ter a Fase Local de formação PNFJAE (nível 2) concluída/certificada. O número de juízes-árbitros a selecionar respeitará as quotas estabelecidas pela CRDE e serão convocados de acordo com a melhor classificação da pauta geral da fase local (nível 2), havendo representatividade de género (mínimo 1 J/A) desde que estejam entre os dez primeiros da pauta geral da fase local. Dentro das quotas estabelecidas será dada prioridade de seleção ao(s)

aluno(s) juiz(es)-árbitro(s) escolar(es) do(s) Grupo(s)-equipa(s) apurados, sempre que se verifique igualdade no valor de classificação final (ver critérios de avaliação no Regulamento de Funcionamento do PNFJAE).

Caso não seja possível garantir a quota estabelecida pela CRDE, o(s) grupo(s)-equipa(s) têm de se fazer acompanhar do(s) seu(s) aluno(s) juiz(es)-árbitro(s) com a formação de Fase Escola PNFJAE (nível 1) concluída/certificada e devidamente inscrito no Módulo do Desporto Escolar – plataforma E360, com essa função.

c. **Na Fase Nacional:** os alunos juizes-árbitros selecionados pelos professores formadores regionais e convocados pelas CRDE/CLDE terão de ter a Fase Regional de formação PNFJAE (nível 3) concluída/certificada. O número de juizes-árbitros a selecionar respeitará as quotas estabelecidas pela CNDE e serão convocados de acordo com a melhor classificação da pauta geral da fase regional (nível 3). Dentro das quotas estabelecidas será dada prioridade de seleção ao(s) aluno(s) juiz(es)-árbitro(s) escolar(es) do(s) Grupo(s)-equipa(s) apurados, sempre que se verifique igualdade no valor de classificação final (ver critérios de avaliação no Regulamento de Funcionamento do PNFJAE).

Caso não seja possível garantir a quota estabelecida para a fase nacional, vão selecionar-se os alunos que cumpram os critérios estabelecidos na fase anterior de formação.

6.3. É obrigatória a constituição da Mesa de Jogo, entendida como um meio auxiliar de organização e controlo da atividade;

A mesa de jogo deve ser constituída por dois alunos, com as seguintes atribuições:

- a. Um aluno árbitro (secretário), que assegura o preenchimento do boletim de jogo;
- b. Um aluno árbitro (cronometrista), que é responsável pelo controlo do tempo de jogo e marcação de golos no marcador eletrónico (caso exista).

6.4. As funções dos árbitros assistentes que compõem a mesa de jogo são:

- a. Preencher o boletim de jogo, em colaboração com a equipa de arbitragem;
 - i. Registrar a identificação dos participantes;
 - ii. Registrar os resultados parciais e final;
 - iii. Registrar as eventuais ocorrências disciplinares;
- b. Cronometrar o tempo de jogo;
- c. Auxiliar e colaborar com a equipa de arbitragem.

6.5. O Jogo será regulamentado pelas regras oficiais do Futsal, da responsabilidade da Federação Portuguesa de Futebol (FPF), com as alterações previstas no presente regulamento, a saber:

6.5.1. **Lei 3 (FPF) - Número de Jogadores.** Ver ponto 3.1. deste regulamento;

6.5.2. **Lei 4 (FPF) - Equipamento dos jogadores** – Realça-se a importância de os alunos utilizarem caneleiras durante os jogos, devendo as mesmas fazer parte integrante do equipamento de base dos jogadores. Transcreve-se de seguida o texto da lei:

- As caneleiras devem ser inteiramente cobertas pelas meias;
- Devem ser de matéria adequada;
- Devem oferecer um grau de proteção apropriado.

Nota: É obrigatória a utilização de caneleiras em todos os jogos para o escalão Iniciado, Juvenil e Júnior e aconselhável para o escalão Infantil B.

6.5.3. **Lei 8 (FPF) - Duração do Jogo**, de acordo com o ponto 2.2;

6.5.4. **Lei 12 (FPF) - Faltas e comportamento antidesportivo** refere que, em caso de expulsão, o jogador em causa não pode voltar a jogar no mesmo encontro nem se sentar no banco de suplentes, podendo ser substituído imediatamente por um jogador suplente.

No caso do quadro competitivo da Fase Local ser realizado no formato de jornadas concentradas, se o jogador for expulso por motivo de agressão física ou verbal, não pode participar no segundo jogo dessa jornada. Se esta ocorrência disciplinar suceder na Fase Regional (DSR's) ou Fase Nacional, o jogador fica impedido de realizar, no mínimo, o jogo seguinte.

6.5.5. **Lei 14 (FPF) - Faltas acumuladas** – Aplica-se no escalão **INICIADO, JUVENIL e JÚNIOR**, mediante a seguinte indicação;

- Escalão Iniciado: **3 faltas por período de jogo;**
- Escalão Juvenil/Júnior: **4 faltas por parte de jogo.**

Após estas, será marcado um pontapé livre direto.

Nota: Se um jogador cometer a quinta falta da sua equipa (escalão **JUVENIL** e **JÚNIOR**) ou quarta falta no período (escalão **INICIADO**) na sua própria metade da superfície de jogo entre a linha imaginária dos dez metros e a linha de baliza, mas fora da área de penalti, a equipa à qual é concedido o pontapé- livre direto pode optar entre a segunda marca de penalti (10 metros) ou no local da infração.

Nos casos em que, por força do regulamento específico da prova, os jogos não possam terminar empatados e ser necessário a realização de um prolongamento, as faltas acumuladas de cada equipa, no final do 2º período no caso do escalão **JUVENIL** e **JÚNIOR** e no final do 4º período no caso do escalão **INICIADO**, transitam para o prolongamento.

6.6. Os jogos são dirigidos por dois alunos juizes-árbitro:

- O ÁRBITRO;
- O 2º ÁRBITRO.

6.7. O 2º Árbitro tem as funções designadas na Lei VI das Leis de Jogo (FPF), assumindo as mesmas funções do árbitro principal, deslocando-se no lado oposto a este e interrompendo o jogo por qualquer infração às Leis de Jogo. No entanto, sempre que houver desacordo entre os dois árbitros deve prevalecer a decisão do árbitro principal.

7. PROTOCOLO DE JOGO/ CERIMÓNIA INICIAL

Em todas os jogos, é obrigatório a realização do protocolo de início de jogo e cerimónia inicial.

7.1. Protocolo de início de jogo:

- 15 minutos para o início do jogo: entrega na mesa de jogo da Ficha Nominal do Desporto Escolar, CC ou fotocópias autenticadas dos alunos e professor.
- 7 minutos para o início do jogo: termina o aquecimento das equipas; verificação por parte dos árbitros das redes das balizas e se o boletim de jogo já se encontra corretamente preenchido.
- 3 minutos para o início do jogo: entrada das três equipas para a cerimónia inicial

7.2. Cerimónia de início de jogo

- **A Cerimónia Inicial será realizada de acordo com as indicações da FPF a existir no momento da competição.**

8. CASOS OMISSOS

Os casos omissos e as dúvidas resultantes da aplicação do presente Regulamento, de acordo com a fase organizacional (fase local, regional ou nacional), serão analisados e decididos, respetivamente, pela CLDE, pela CRDE e pela Direção-Geral da Educação – Divisão do Desporto Escolar.