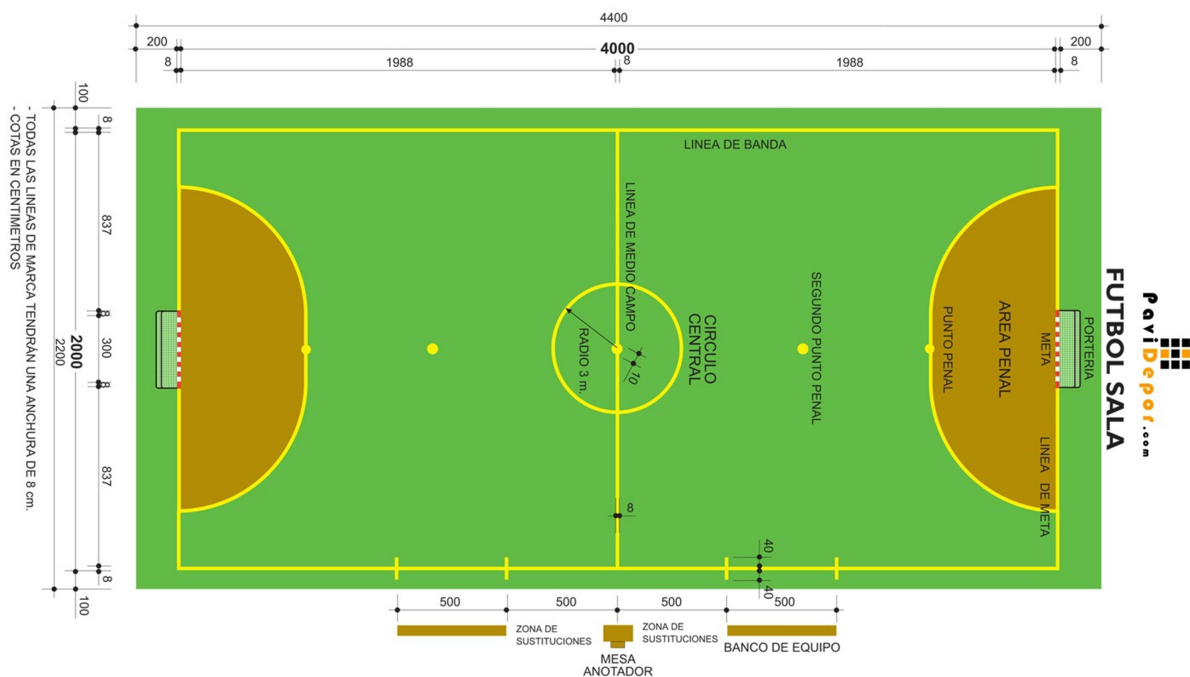


Fútbol sala

1- ¿DÓNDE SE JUEGA?

Se juega en una pista de 20 x 40 m y la portería mide 3 m de ancho y 2 m de largo.

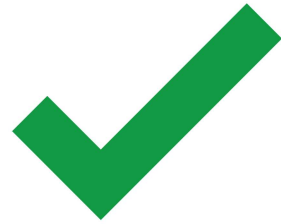


2- ¿CÓMO SE JUEGA?

- Cada equipo está compuesto por 12 jugadores, los cuales 5 están en el campo y uno de ellos tiene la función de portero.
- Gana el partido el equipo que haya conseguido más goles.
- El partido tiene una duración de dos partes de 20 minutos cada una.

3- ACCIONES PERMITIDAS

- Jugar el balón con cualquier parte del cuerpo, exceptuando las manos.
- El portero puede salir y jugar el balón fuera del área de penalti.



4- ACCIONES NO PERMITIDAS

- Agredir a un contrario (patadas, derribar, sujetar, empujar...etc).
- Jugar el balón con las extremidades superiores de forma intencionada.



Estas faltas se castigan con un tiro libre directo y se apunta una falta acumulativa. Puede conseguirse gol tirando directamente a portería y se saca desde el lugar donde se cometió la falta. El equipo que realiza la falta tiene derecho a formar una barrera a 5 m del balón.

5- EL SAQUE

SAQUE DE BANDA : cuando un balón traspasa completamente las líneas laterales, sacará de banda un jugador del otro equipo. El saque se efectúa con el pie, colocando el balón encima de la línea.

SAQUE DE ESQUINA: cuando un jugador defensor o el portero envían fuera de la línea de meta. Saca el jugador atacante desde la esquina más cercana al lugar donde se salió el balón.



SAQUE DE META: cuando un equipo atacante envía el balón por detrás de la línea de meta, pone de nuevo el balón en juego el portero del equipo defensor. El balón debe lanzarse con la mano desde cualquier punto del área de penalti y no lo puede tocar un compañero hasta que haya salido del área.



6- CONDUCCIÓN DEL BALÓN

Acción que consiste en desplazarse llevando controlado el balón en los pies, sin que lo perdamos o se aleje demasiado.

- Para conducir el balón puedes conducir tanto el empeine, exterior, el interior y también la planta de los pies.
- Debes conducir el balón muy cerca tuyo por las pequeñas dimensiones y por la proximidad de los adversarios.
- No mirar al suelo e intentar no perder la visión del juego.



7- EL TIRO

Es el elemento técnico que culmina una jugada de ataque y que tiene como objetivo conseguir un gol.

El tiro se puede realizar con cualquier parte del pie, en función de nuestra situación en la pista, de la situación de los defensas, del portero, etc.



TIRO CON EL EMPEINE: este tiro nos ofrece potencia y colocación.

TIRO DE PUNTERA: tiro ideal para las situaciones en las que no tienes espacio ni tiempo para coger impulso. La ventaja de este tiro es que no se lo esperan y el balón sale con mucha potencia.

Su desventaja, que al utilizar la punta del pie es difícil una buena precisión

TIRO CON EL INTERIOR: Al tener que golpear el balón con el interior del pie no se trata de un tiro de mucha potencia, sino que busca, ante todo, precisión y colocación.

8- CONTROL CON EL BALÓN

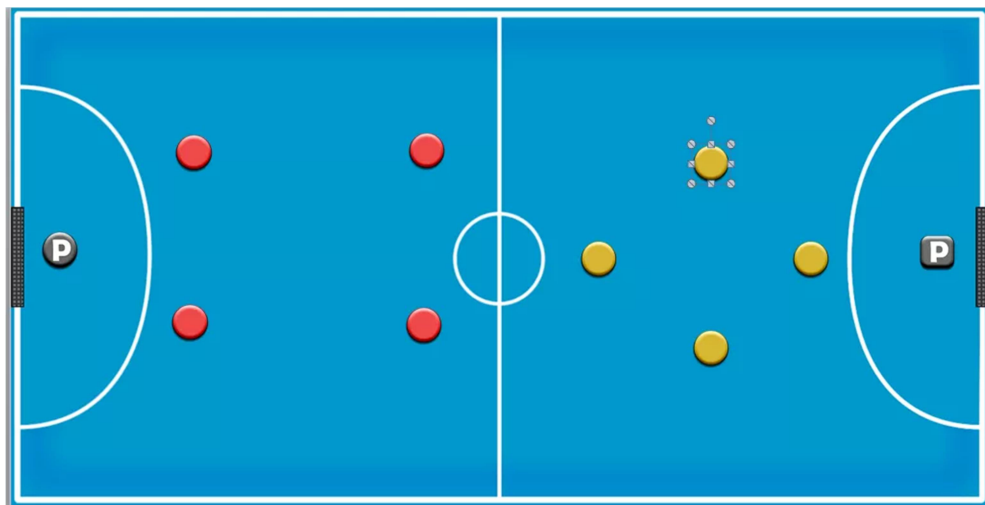
Consiste en saber parar el balón para que quede controlado en nuestros pies. Es una acción imprescindible si se quiere jugar en equipo pues, sin un buen control, se pierde la posibilidad de jugar el balón.



9- SISTEMAS DE JUEGO

SISTEMA 2-2: Es el sistema de juego que utilizan los equipos que se inician a este deporte. Consiste en colocar a dos jugadores atrás, defensa derecho y defensa izquierdo, y a dos jugadores delante, atacante derecho y atacante izquierdo.

SISTEMA 1-2-1: Es un sistema utilizado por jugadores con un nivel más avanzado y se caracteriza por disponer a los jugadores formando un rombo. El jugador que juega más atrás es el defensa de cierre. En los laterales se colocan los alas y como jugador más adelantado y más cercano a la portería contraria, el pivot.



SISTEMA 2-2
SISTEMA 1-2-1

TRABAJO REALIZADO POR:

- LIA LARIO VALLEJO
- JOSE ANTONIO NAVARRO PIERNAS