

Atividade de Educação Física 7º ano – semana de 25 a 29 de maio de 2020.

Leia o texto abaixo sobre regras básicas do futsal e responda as questões;

Entregar a atividade até o dia 29.05.2020 pelo e-mail: jose.junior@seduc.go.gov.br ou pelo whatsapp 98508-7745.

Relembrando a história do Futsal.

O surgimento do Futsal data-se da década de 30 na cidade de Montividéu (Uruguai), onde as peladas de várzea começaram a ser adaptadas as quadras de basquete e pequenos salões.

Porém, as primeiras regras do Futebol de Salão foram redigidas em 1933 – fundamentadas no futebol, basquetebol, handebol e pólo aquático – pelo Professor de Educação Física da ACM – Associação Cristãs de Moços / Uruguai, Juam Carlos Ceriani.

No início as "equipes" variavam em número, tendo cinco, seis e até sete jogadores, sendo pouco a pouco fixado o limite de cinco que se mantem até os dias de hoje.

A década de 80 representa a grande mudança na trajetória do até então Futebol de Salão, já que a FIFA (Federação Internacional de Futebol) decidiu que queria assumir o controle do Futebol de Salão, mesmo com a resistência de muitos integrantes da FIFUSA, a mesma acabou se enfraqueceu com a chegada da FIFA e se extinguiu no final da década de 80.

Com o comando da FIFA o Futebol de Salão mudou de nome e de regras, passou a se chamar FUTSAL, as principais alterações nas regras foram o arremesso lateral e de canto deixaram de serem cobrados com as mãos, a proibição de marcar gol dentro da área acabou, como também acabou a proibição do goleiro jogar fora da área.

Fundamentos técnicos do futsal

Domínio é a habilidade de recepcionar a bola. O objetivo é de recepcioná-la com as diversas partes do corpo.

Controle - Controlar a bola é diferente de dominá-la.

Enquanto esta ação trata-se da recepção da bola, aquela se refere a mantê-la no ar, com toques de uma e de outras tantas partes do corpo, sem deixá-la cair ao chão.

Condução - A condução é quando se leva a bola pela quadra de jogo. Uma regra básica: a bola deve estar próxima do condutor. Essa condução pode ser feita em linha reta ou em ziguezague, outra maneira para se conduzir pode ser com a parte interna ou externa do pé.

Chute - O chute surge quando do contato com a bola em direção à meta adversária ou para afastar o perigo de um ataque adversário.

Cabeceio - Há exemplo do chute, o cabeceio pode ser ofensivo e defensivo. Quem cabeceia o faz para marcar um gol, para defender a sua equipe ou para passar a bola para um companheiro de equipe A exemplo do chute e

do passe, o cabeceio pode ter diferentes trajetórias, isto é, pode ser em linha reta, para o alto ou em direção ao chão.

Passe - O passe só acontece quando há duas pessoas. Passa-se quando um alguém envia a bola para um outro alguém. Em geral passa-se a bola com os pés, mas também pode sair um passe com a cabeça, com o peito, a coxa ou ombro.

Drible - O drible é feito com posse de bola. Quem dribla, procura, com bola, passar por um adversário. Esse "passar pelo adversário" exigirá, algumas vezes, velocidade, outras apenas mudança de direção, outras, criatividade, ginga e outras ainda, todas estas coisas simultaneamente.

Entretanto, uma coisa é certa: o que dificulta a habilidade de marcar é a perda do equilíbrio. Logo, o drible eficaz é aquele que provoca no outro o desequilíbrio.

Finta - ao contrário do drible, é realizada sem bola. Ainda que quem finta esteja sem bola, o faz com o objetivo de obtê-la.

Quadra oficial

Para partidas oficiais internacionais a quadra deverá ter um comprimento entre 38 e 42 metros e uma largura entre 18 e 22 metros.

Sistema de marcação

Homem a Homem - Na marcação homem a homem ou individual, o defensor marca individualmente o jogador que lhe indicado acompanhando-o por toda a quadra.

Por Zona - O sistema de marcação por zona consiste em atribuir a cada jogador da equipe uma zona definida de defesa com a incumbência de ocupá-la e defendê-la integralmente. Neste sistema marca-se a bola, não o jogador.

Táticas do futsal: sistemas de jogo e posições Sistema de jogo é o posicionamento organizado dos jogadores de uma equipe na quadra. Para que o técnico posicione a equipe na quadra de forma organizada, inteligente, é necessário, primeiro, conhecer as posições dos jogadores. No futsal, basicamente, há um goleiro, um fixo, dois alas e um pivô.

A partida será disputada entre duas equipes compostas, cada uma, por no máximo de 5 (cinco) atletas, um dos quais, obrigatoriamente, será o goleiro.

É vedado o início de uma partida sem que as equipes contem com um mínimo de 5 (cinco) jogadores, nem será permitido sua continuação ou prosseguimento se uma das equipes, ou ambas, ficar reduzida a menos de 3 (três) atletas.

O número máximo de jogadores reservas para substituições é de 7 (sete).

Será permitido um número indeterminado de substituições "volantes" a qualquer tempo do jogo, sem necessidade da paralisação do cronômetro, exceção feita ao goleiro que somente poderá ser substituído com a bola fora do jogo. Um atleta que tenha sido substituído poderá voltar a partida em substituição a outro.

Duração da partida - O tempo de duração de uma partida será cronometrado, divididos em dois períodos iguais de minutos, tanto no masculino como no feminino e com tempo de até 10 minutos para descanso entre os períodos. Esse tempo de jogo pode sofrer variações dependendo da categoria que submeter ao jogo.

A bola estará fora de jogo quando:

- Atravessar completamente quer pelo solo, quer pelo alto, as linhas laterais ou de fundo;
- A partida for interrompida pelo árbitro
- A bola estará em jogo em todas as outras ocasiões, desde o começo até o término da partida não tendo nenhuma infração no jogo.

Bola de saída

No início da partida a escolha de lado ou pontapé inicial será decidido por meio de sorteio pelo árbitro principal. A equipe vencedora do sorteio escolherá a meia quadra onde irá atuar ou optará pela execução do pontapé inicial.

Faltas e incorreções

As faltas e incorreções serão penalizadas com:

- Tiro Livre Direto
- Tiro Livre Indireto

Contagem dos gols

- O tento será válido quando ultrapassar inteiramente a linha de fundo por entre os postes de metas e sob o travessão.
- Será válido o tento resultante de chute de bola de saída.

Atividades para serem respondidas no caderno e enviada ao professor conforme instrução no cabeçalho.

- 1) Quais as quatro posições de uma equipe de futsal?
- 2) Uma equipe de futsal é formada por quantos jogadores titulares e quantos jogadores suplentes ou reservas?
- 3) A modalidade de futsal é dividida em quantos períodos de quanto tempo?
- 4) Quando e onde foi criada a modalidade de futebol de salão?
- 5) Qual a forma correta de realizar as substituições no futsal?
- 6) Quais as medidas da meta de gol (trave) ?