

FUTSAL





O Futsal, também conhecido como Futebol de Salão, é uma modalidade esportiva que foi adaptada do futebol de campo para as quadras. O futsal é muito praticado no Brasil, fazendo parte de uma das principais atividades esportivas das aulas de Educação Física nas escolas de todo país.

FUTSAL



As bolas usadas eram de serragem, crina vegetal ou de cortiça granulada mas apresentavam o problema de saltarem muito e freqüentemente saiam da quadra de jogo. Então tiveram seu tamanho diminuído e seu peso aumentado. Por este fato o Futebol de Salão passou a ser chamado de "O Esporte da Bola Pesada".

Histórico

❖ A Origem do futsal tem **duas versões** sobre o seu **surgimento**, como em outros esportes, há divergências quanto a sua invenção.

❖ **1ª versão** - diz que o Futsal começou a ser jogado no Brasil por volta de 1940 por freqüentadores da Associação Cristã de Moços, em **São Paulo**, pois havia uma grande dificuldade em encontrar campos de futebol livres para poderem jogar e então começaram a jogar nas quadras de basquete e hóquei.

❖ **2ª versão** - o futsal teria sido inventado em **1932**, pelo professor Juan Carlos Ceriani Gravier, da ACM de Montevideú (Uruguai), dando-lhe o nome de *indoor football*

PRINCIPAIS REGRAS

- As equipes são formadas por 5 jogadores de linha (sendo um goleiro) e 7 no máximo, como reservas.
- É praticado em quadra retangular de piso rígido, com medidas que variam de acordo com a categoria. Na Liga de Futsal Masculina, por exemplo, a quadra deve ter entre 38 e 42 metros de comprimento por 18 a 25 de largura.
- A bola de futsal (categoria adulto masculino) deve ter entre 62 e 64 cm de circunferência e peso entre 400 e 440 gramas.

PRINCIPAIS REGRAS

- O árbitro pode usar dois cartões para punir as faltas. O amarelo (advertência) e o vermelho (expulsão por 2 minutos ou pode ser substituído ao tomar um gol).
- As substituições podem ocorrer a qualquer momento e em número indeterminado.
- Os jogos da categoria adulto ocorrem em 40 minutos (2 tempos de 20 minutos).

CATEGORIAS

- Em função da idade o futebol de salão costuma ser dividido nas seguintes categorias:
 - **Sub-9** para atletas até nove anos.
 - **Sub-11** para atletas até onze anos.
 - **Sub-13** para atletas até treze anos.
 - **Sub-15** para atletas até quinze anos.
 - **Sub-17** para atletas até dezessete anos.
 - **Adulto** para atletas até 39 anos.
 - **Sênior** para atletas a partir dos quarenta anos.

POSIÇÕES DOS JOGADORES

- O futsal apresenta quatro posições principais, que são:
 - **Goleiro** - defende o gol de todos os ataques do adversário e também pode atacar.
 - **Fixo** - defensor, semelhante ao **zagueiro**.
 - **Ala** (esquerdo e direito) - Conduzem o jogo na lateral da quadra.
 - **Pivô** - movimenta-se no ataque e arma as jogadas.

Fundamentos

- Passe - É a ação de enviar a bola a um companheiro ou determinado setor de espaço de jogo. Em geral passa-se a bola com os pés, mas também pode sair um passe com a cabeça, com o peito, a coxa, o ombro.
- O passe é classificado quanto à distância, à trajetória (altura), à execução (parte do corpo), ao espaço de jogo (quadra) e à habilidade.

PASSE

- Distância: Curto - até 4 metros; Médio - 4 a 10 metros; Longo - acima de 10 metros.
- Trajetoria: Rasteiro, meia altura, parabólico.
- Execução: Interna, externa, anterior (bico), solado, dorso.
- Espaço de Jogo: Lateral, diagonal, paralelo.
- Passes de Habilidade: Coxa, peito, cabeça, calcanhar, ombro, parabólico.

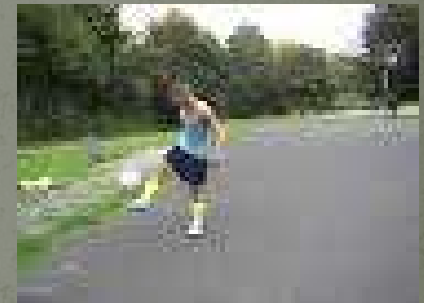
PASSE



FUNDAMENTOS

- ❖ Domínio ou recepção - é a habilidade de recepcionar a bola.
- ❖ Controle - Controlar a bola é diferente de dominá-la. Enquanto o domínio trata-se da recepção da bola, o controle se refere a mantê-la no ar, com toques de uma e de outras tantas partes do corpo, sem deixá-la cair ao chão (embaixadinhas).

Domínio



FUNDAMENTOS

- ⦿ Condução - É a ação de progredir com a bola por todos os espaços possíveis de jogo.
- ⦿ Uma regra básica: a bola deve estar próxima do condutor. Essa condução pode ser feita em linha reta, daí o nome de retilínea. Também em ziguezague, e, portanto, sinuosamente. As outras faces para se conduzir são interna e externa. A de frente é ineficaz.

Condução



FUNDAMENTOS

- ◎ **Chute**: É a ação de golpear a bola, estando ela parada ou em movimento, visando dar a ela uma trajetória em direção a um objetivo, seja este o gol, outro jogador ou tirá-la de jogo (existem varias formas de chute).
 - Trajetória - Rasteira, meia-altura e alta.
 - Execução/Tipos - Com o dorso ou de peito de pé, de bate - pronto ou semi-voleio, de voleio ou sem-pulo, de bico e por cobertura.

CHUTE



FUNDAMENTOS

- ◎ Cabeceio - É a ação de cabecear a bola quando é de defesa muito alta.
- ◎ 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. O local onde se toca na bola determinará as diferentes trajetórias. Cabeceou-se no meio da bola, ela sai em linha reta. Cabeceou-se embaixo da bola, ela vai para o alto. Cabeceou-se em cima, ela desce

FUNDAMENTOS

- ◎ **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.

Dribble



FUNDAMENTOS

- ◎ FINTA - Finta, ao contrário do drible, é realizada sem bola. Ainda que quem finta esteja sem bola, o faz com o objetivo de obtê-la. A finta tem o objetivo de levar a criança a enganar o seu adversário para receber a bola. Outros nomes, dependendo da região do país, são sinônimos de finta: desmarcação, balanço, gato, vai e vem, pique falso.