

PROPÓSITO:

fortalecer las cualidades físicas por medio de la practica del fútbol de salón a traves la fundamentacion técnica y táctica que le permita mejorar su desempeño .

MOTIVACIÓN:

Estimados estudiantes, en la siguiente guía va a encontrar actividades que se van a realizar durante las próximas dos semanas, dentro de la misma van a encontrar los textos o contenidos con el fin de apoyar el desarrollo de la misma y favorecer la comprensión del tema.

- Que observas en la imagen



EXPLICACIÓN:

Fútbol sala

El área de los deportes es muy **amplia** y tiene mucha **variedad** de disciplinas. Quizá uno de los deportes más reconocidos a nivel mundial es el fútbol, del cual se deriva el fútbol sala. Es también conocido con los nombres de **microfútbol** y **fútbol de salón**, un juego que nació inspirado en el fútbol y del cual cuyas bases se fundamentan en el **balonmano**, **waterpolo** y **balon**

¿Qué es el fútbol sala?

El fútbol sala es un tipo de adaptación o de variación al **fútbol** original, que además combina **elementos** del **balonmano** y **baloncesto**, y cuya finalidad, es lograr anotar un **gol** en el marco del

equipo contrario

En qué consiste el fútbol sala

El **fútbol** sala es un deporte que consiste en intentar introducir un **balón** en la **portería** del equipo contrario con el objetivo de marcar un **gol**. Incluye además la **defensa** de los equipos para evitar la anotación. Es un deporte que se juega con los pies únicamente, con excepción del portero, que es el único que puede usar las **manos** dentro de su **área**.

<https://es.slideshare.net/oscarlf/el-futsal-presen>

...

Historia

Originalmente se conoció con el nombre de **fútbol de salón** y se inició en la **República Oriental de Uruguay**, lugar localizado en **América del Sur** en el año 1930. El juego nació como una idea del Profesor **Juan Carlos Ceriani** quien ejercía la profesión en la Asociación Cristiana de Jóvenes. En ese entonces la selección uruguaya había conquistado las medallas de oro en los Juegos Olímpicos de **Ámsterdam, Holanda** en 1924 y en **Colombes, Francia** en 1928, la igual que el primer campeonato del mundo luchado en **Montevideo** en 1930.

Debido a la popularidad del juego, en todos los lugares de Uruguay se improvisaba una cancha para practicarlo por lo que el Profesor **Juan Carlos Ceriani** vio que los jóvenes se sentían estimulados por el deporte sin tener en cuenta el **tamaño del terreno** de juego. Por esta razón decidió acoplar algunos deportes como el **waterpolo**, **balón mano**, **baloncesto**, **fútbol**, los ajustó y redactó el **reglamento** de esta **nueva disciplina** del fútbol.

En **1952** en **Brasil** se inició a llamar el deporte con el nombre de Fútbol Sala, el profesor **Habib Maphuz** se encargó de organizar la **primera liga de fútbol sala** y creó la **Federación Paulista** de Fútbol Sala en junio de 1955. En 1954 se había fundado la **Federación Metropolitana** de Fútbol Sala, lo que hoy conocemos como la Federación de Fútbol Sala en **Río de Janeiro**. En 1965 se creó la **Confederación Sudamericana** del Fútbol de Salón y en 1971 la Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), y en 1982 se organizó el **Primer Campeonato** del Mundo en el cual ganó Brasil. Tiempo después se dio la **prohibición** por parte de **FIFA** para usar la palabra "fútbol" y por esta razón se le llamó "**Futsal**". En 1990 las federaciones sudamericanas formaron la **Confederación Panamericana de Futsal** (PANAFUTSAL). En la actualidad encontramos dos organizaciones importantes de fútbol de salón, la **AMF** y la **FIFA**.

Características del fútbol sala

Las principales características del fútbol sala son las siguientes:

- El terreno no está hecho de hierba sino que es una **superficie dura**.
- Las **medidas** estándar de una cancha de fútbol sala son de **40 metros** de largo por **20 metros** de ancho.
- Los jugadores desempeñan una **buena dinámica** porque los jugadores no pueden estar sin moverse por más de 3 segundos.
- El partido de fútbol sala tiene **dos**

- Cada **gol** tiene un valor de **un punto**.
- Los **equipos** tienen solo **cinco jugadores**.
- Se puede jugar con **zapatillas** lisas de **goma**.
- Cada uno de los jugadores tienen una **función específica** en el juego.

Quién lo inventó

Fue inventado en **Uruguay** en el año 1930 por el Profesor **Juan Carlos Ceriani**.

Cómo se juega

Para jugar fútbol sala se debe saber bien como **tocar** el **balón**, saber efectuar **regates** para lograr ser superior al equipo contrario y tener más posibilidades de **ataque**, es necesario que los jugadores conozcan las **posiciones** y evitar cometer faltas de forma continua. El partido inicia colocando los jugadores en la **pista** y el **balón** en el **punto de penal**. Los jugadores deben de colocarse a **5 metros** de donde está el balón. Se deben de hacer **pases continuos** para evitar faltas y evitar cometer faltas graves.

Fundamentos

Los fundamentos del fútbol sala son los siguientes:

- **Pase**: es entregar el **balón** a otro **jugador** siendo precisos. Pueden ser cortos, medios, largos, ascendentes, descendentes, etc.
- **Conducción**: necesario para dominar el **pase**, la **conducción** y el **tiro** del balón.
- **Regate**: usado para superar a uno o a varios jugadores manteniendo el **dominio** del balón.
- **Tiro a portería**: su finalidad es marcar un **gol** utilizando alguna parte del cuerpo permitida.
- **Recepción**: es recibir el **balón**, **controlarlo** y **colocarlo** en el servicio del equipo.
- **Las fintas**: se usan para engañar al **adversario**.

Reglas del fútbol sala

Las principales reglas del fútbol sala son las siguientes:

- Un partido dura **40 minutos**, con **20 minutos** cada **período**, y un **descanso** de **15 minutos**.
- Existen **dos lanzamientos** de **penal**, uno desde seis metros por una falta dentro de su propia área; y otro desde 10 metros luego de que un equipo haya acumulado cinco faltas.
- Hay **cuatro árbitros**, dos trabajan en la **cancha** y los otros dos se encargan del **tiempo y faltas**
- No existe el **fuera de juego** y las **tácticas defensivas** son diferentes. Normalmente, la mitad del equipo tiene que quedarse atrás.
- Los **planchazos** no son permitidos, las distancias en las barreras son de cinco metros y cuando se define un partido por tiros desde el **punto penalti**, son primeramente tres.
- Cuando un jugador es expulsado, su equipo debe jugar con cuatro futbolistas por un tiempo de 2 minutos, a menos que se marque un gol.
- Cada equipo puede pedir un **tiempo muerto** de un minuto por período. Lo debe solicitar el entrenador en cualquier momento en que su equipo tenga el balón.
- Los jugadores pueden **cambiarse** con el balón en juego y el jugador que **sale** puede **ingresar**
- La **velocidad**, la **habilidad** y la **técnica** son aspectos importantes, debido a esto, y no es válido anotar un gol de un saque de salida.

- El **saque de banda** se realiza con el pie, en dónde la bola abandonó el campo, y si el jugador dura más de cuatro segundos en hacerlo, se le concede al equipo contrario.

Posiciones

Las posiciones de los jugadores de fútbol sala son las siguientes:

- **Cierre o Líbero:** es el jugador ubicado delante del **portero** como base para la línea de tres jugadores que atacan y el último jugador de campo a la **defensiva**. Se mueve mucho en el juego, y debe **organizar** al equipo.
- **Alas:** estos jugadores se ubican sobre las **bandas** y su función es **subir** y **bajar** sin parar buscando el apoyo a sus compañeros.
- **Pívot:** es el jugador más cercano a la **portería rival**, que recibe y juega el balón a espaldas de la portería, también realiza jugadas **defensivas** y debe estar en constante movimiento, en busca de cualquier hueco para ofrecerse a un **pase**.
- **Guardameta:** es también conocido como **portero** y su principal objetivo es evitar que la **pelota** entre en su **portería**.

Superficie de juego

- La longitud estará comprendida entre 40mt de longitud y 20mt de anchura
- Para partidos internacionales longitud irá de 85 a 42 metros y la anchura de 18 a 25.
- El punto de penalti estará a 6 metros de la línea de fondo. El doble penalti a 10 metros.
- Las porterías tendrán unas dimensiones de 3 metros de ancho

INDUMENTARIA

El equipamiento básico que deben utilizar los jugadores de fútbol sala es:



Jugadores:

- Camiseta de manga corta o manga larga (acuerdo con el club que representen)
- Pantalón corto dependiendo el club que

representen

- Medias 3/4
- Espinilleras
- Zapatillas de futsal.

Porteros:

- Camiseta de manga larga o manga corta representando al club que pertenecen
- Pantalones cortos
- Protecciones (no obligatorias)
- Rodilleras
- Coderas
- Espinilleras
- Medias 3/4
- Zapatillas adecuadas de futbol sala