

Conducción del balón en el Futsala

Definición: Es la acción que realiza un jugador al desplazar el balón desde una zona a otra del campo, con toques sucesivos y manteniendo el control sobre el

El pie: Nos ofrece distintas superficies de contacto para relacionarnos con el balón, cada una de las cuales produce un efecto diferente sobre el movimiento del balón. A la hora de buscar un contacto con el pie sobre el balón.

Superficies de contacto

Interior: Se utiliza en distancias cortas y permite una alta precisión. Podemos amortiguar pasar en largo y rematar a portería.

Interior: Principal en los inicios de aprendizaje de los jóvenes jugadores. Exterior empeines interiores y exteriores: la más utilizada empeine total planta Muslo pecho y cabeza

La conducción con interiores del pie debe ser la primera a inculcar en la iniciación. Aunque es una conducción más lenta que las demás, para el jugador aprendiz resulta ser la más sencilla al ser una superficie de contacto relativamente grande. Para realizarla, se girará levemente la cadera cada vez que golpeemos suavemente el balón para que así podamos llevar el balón en línea recta.

Empeine interior y exterior

La más utilizada y también la que más dificultad tienen los niños en aprenderla. Su dificultad radica en el intercambio continuo de superficies de contacto para evitar que

el balón se desvía de la trayectoria. Se van dando golpes al balón con el empeine exterior e interior de forma alternativa.

Empeine

Se puede combinar para hacer una conducción más efectiva y rápida.

Planta. Conducción que tiene a ser lateral, aunque con práctica podemos conseguir una conducción en línea recta. La seguridad es su principal característica puesto que tiene una gran superficie de contacto, tenemos el balón muy protegido y podemos salir a cualquier dirección.

Aspectos básicos de la conducción del balón

- * Usar la parte delantera de la planta, la zona próxima a los dedos.
- * El golpeo al balón tiene que ser muy suave.

- * El balón y el pie tiene que ir muy juntos.
- * La planta tiene que ir inclinada en el momento del contacto con el balón.
- * Trabajar todos los tipos de conducción para que en situaciones de juego real podamos ser eficaces en cada acción.

Ejercicios:

- 1). Elaborar un mapa mental de conducción y dominio del balón.

In la siguiente página.

- 2). Realizar un video practicando la Conducción y Dominio del balón.

- 3).

Conducción y Dominio del balón.

Superficies de contacto.

Empeine Exterior

Empeine Interior

Empeine Total

Aspectos

- * El golpeo del balón debe ser suave.

- * Ir muy junto con el pie

- * La planta debe estar inclinada.

Es desplazar el balón desde una zona a otra de campo.

Recepción del balón

Planta

Muslo

Corbaza

3). Representa gráficamente las superficies de contacto del pie con el balón.

