

# EDUCAÇÃO FÍSICA

## JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS

### Futsal



# Regulamento

## Campo

- Rectangular [largura (15-25m) e comprimento (25-42m)]
- Duas balizas (3mx2m)



# Equipa

- É constituída, no máximo por 12 jogadores:

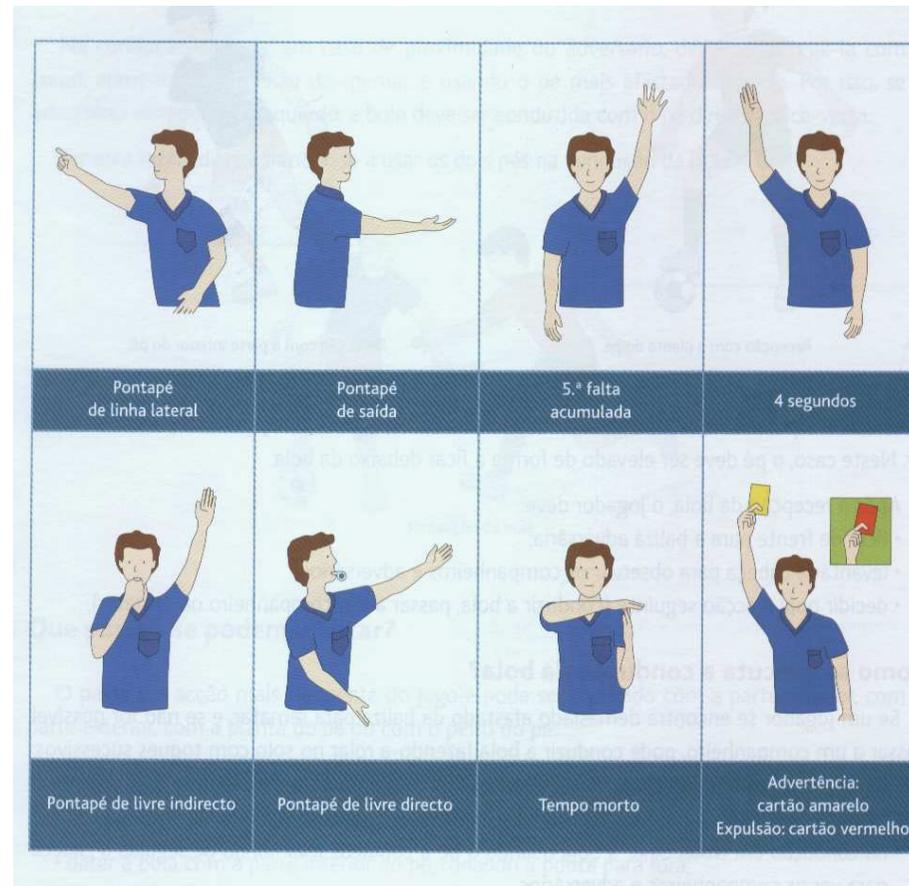
5 jogadores efectivos

7 jogadores suplentes



# Arbitragem

- Jogo é dirigido por dois árbitros (um principal e um segundo árbitro) auxiliado por um cronometrista.



# Início e recomeço do jogo

- Pontapé de saída

No centro do terreno e tem de ser tocada obrigatoriamente para a frente para um companheiro, por forma a entrar no meio-campo adversário. Todos os jogadores têm de estar colocados nos seus respectivos meio-campo.

No início do 2º tempo o pontapé de saída pertence à equipa que não iniciou o jogo no 1º tempo.

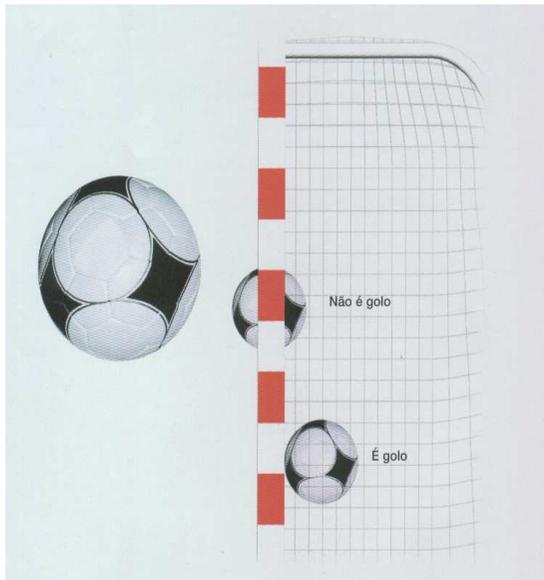


# Duração e interrupções de jogo

- Duração do jogo - 40 minutos (duas partes de 20 minutos)
- Intervalo -10 minutos (entre o 1º e 2º tempo)
- As equipas têm direito a 1 minuto de “tempo morto” em cada um dos períodos.



# Resultado Final



- Ganha a equipa que no fim dos jogo, tenha obtido o maior número de golos.
- São permitidos empates, à excepção de algumas provas – prolongamento e marcação de grandes penalidades
- Golo só é valido quando a bola ultrapassa completamente a linha de baliza entre os postes e por debaixo da barra horizontal



# Bola em jogo e bola fora de jogo

A bola é considerada fora de Jogo quando:

- Transpõe completamente as linhas laterais ou de baliza, quer junto ao solo quer pelo ar;
- Jogo interrompido pelo árbitro;

A bola é considerada em Jogo quando:

- Não ultrapassar completamente as linhas laterais ou de baliza, quer junto ao solo quer no ar;
- Ressalta para o campo após ter embatido no poste, na barra, ou num dos árbitros, desde que este se encontre dentro do terreno de jogo.

# Reposição da bola em jogo

- Lançamento de baliza

(Bola ultrapassa a linha de baliza por um jogador da equipa atacante)

A bola só entra em jogo após ter saído da área de grande penalidade;

A bola deve ser lançada de qualquer ponto da área de grande penalidade (máximo 4 segundos e com mão).

- Lançamento de linha lateral

Quando a bola ultrapassa completamente a linha lateral;

É reposta em jogo no local onde saiu ( em qualquer direcção) em cima da linha.



# Reposição da bola em jogo

- Pontapé de canto

(Bola ultrapassa linha de baliza por um jogador da equipa defensiva)

A bola é reposta em jogo pela equipa atacante da seguinte forma:

1. A bola é colocada dentro do arco de círculo do canto mais próximo;
2. Os jogadores adversários têm de estar a 5m da bola, até que esta esteja em jogo;
3. A bola entra em jogo logo que seja pontapeada por um jogador da equipa atacante.



# Faltas e comportamento antidesportivo

- Pontapé livre directo (cometa uma das seguintes faltas):
  1. Dê ou tente dar um pontapé num adversário;
  2. Passe ou tente passar uma rasteira a um adversário;
  3. Agrida ou tente agredir um adversário;
  4. Empurre, agarre ou cuspa um adversário;
  5. Atire-se deslizando no solo, para tentar jogar a bola;
  6. Toque deliberadamente na bola com as mãos.



# Faltas e comportamento antidesportivo

- Pontapé livre directo  
(nas primeiras cinco faltas:
  1. É permitido a formação de barreira;
  2. Os adversários devem permanecer à distância de 5m da bola;
  3. Pode ser obtido golo directo.



# Faltas e comportamento antidesportivo

- Pontapé livre directo (a partir da sexta falta acumulada):
  1. Não é permitida a formação da barreira;
  2. O Jogador que vai marcar o pontapé livre deve ser identificado;
  3. O GR deve permanecer na sua área de grande penalidade, a uma distância mínima de 5m da bola;
  4. Todos os jogadores devem estar atrás da linha da bola (linha imaginária) e fora da área de grande penalidade, à distância de 5m desta. O jogador executante não pode ser impedido de marcar o pontapé livre com intenção de obter golo.



FUTSAL



EF-2006

# Faltas e comportamento antidesportivo



- Pontapé de grande penalidade (cometa uma das seguintes faltas):
  1. Dê ou tente dar um pontapé num adversário dentro da área;
  2. Passe ou tente passar uma rasteira a um adversário dentro da área;
  3. Agrida ou tente agredir um adversário dentro da área;
  4. Empurre, agarre ou cuspa um adversário dentro da área;
  5. Atire-se deslizando no solo, para tentar jogar a bola dentro da área;
  6. Toque deliberadamente na bola com as mãos dentro da área.

# Faltas e comportamento antidesportivo

- Pontapé livre indirecto (cometa uma das seguintes faltas):
  1. Jogue de uma maneira perigosa;
  2. Faça obstrução à progressão de um adversário;
  3. Impeça o guarda-redes de soltar a bola das mãos.



# Faltas e comportamento antidesportivo

- Pontapé livre indirecto (será concedido à equipa adversária do guarda-redes que cometa uma das seguintes faltas):
  1. Depois de soltar a bola, volte a recebê-la de um colega de equipa, sem que esta tenha passado a linha do meio-campo, ou tocado num adversário;
  2. Toque ou controle a bola com as mãos vinda de um passe atirado deliberadamente com o pé por um colega de equipa;
  3. Toque ou controle a bola com as mãos vinda directamente de uma reposição de bola em jogo pela linha lateral, efectuada por um colega;



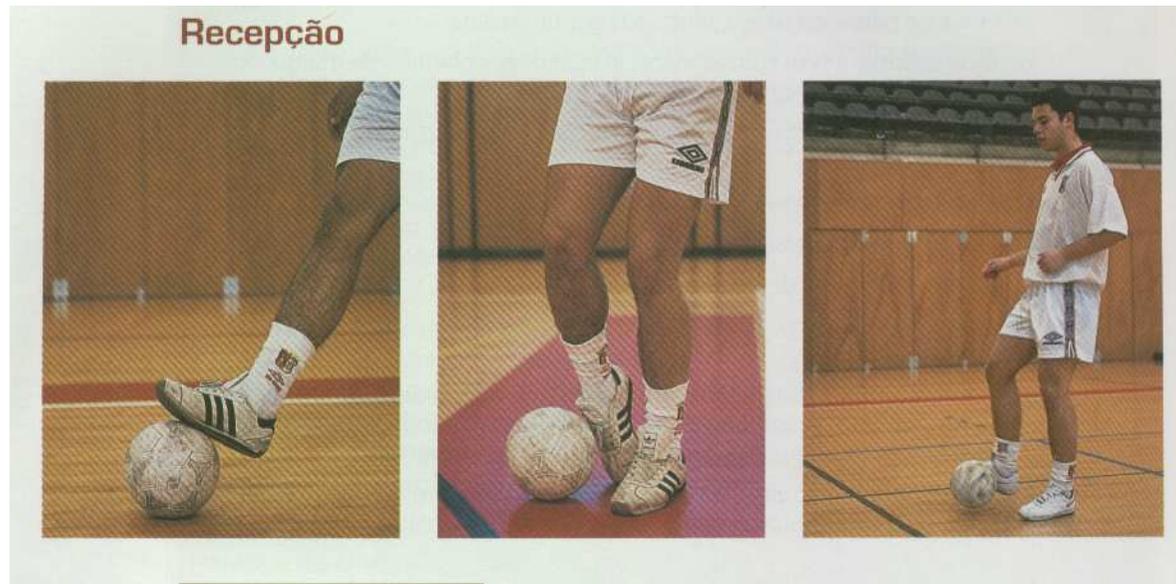
# Substituições

- Durante o jogo, cada equipa pode fazer as substituições que entender.
- Não pode haver substituições nos “tempos mortos”.



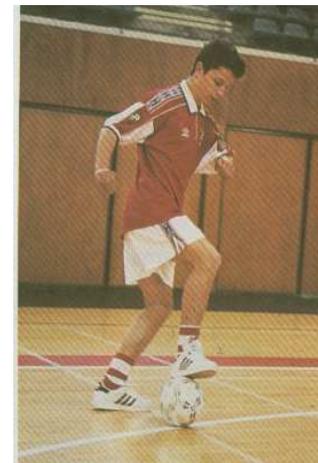
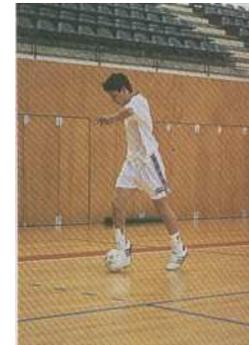
# Acções técnicas

- Recepção
  1. Planta do pé
  2. Pito do pé
  3. Parte interna do pé



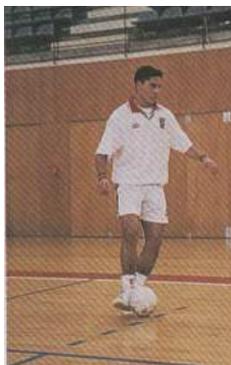
# Acções técnicas

- Condução da bola
  1. Parte interna ou externa do pé
  2. Planta do pé



# Acções técnicas

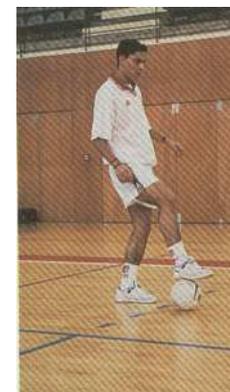
- Passe
  1. Parte interior do pé
  2. Parte exterior do pé
  3. Peito do pé
  4. Planta do pé



FUTSAL



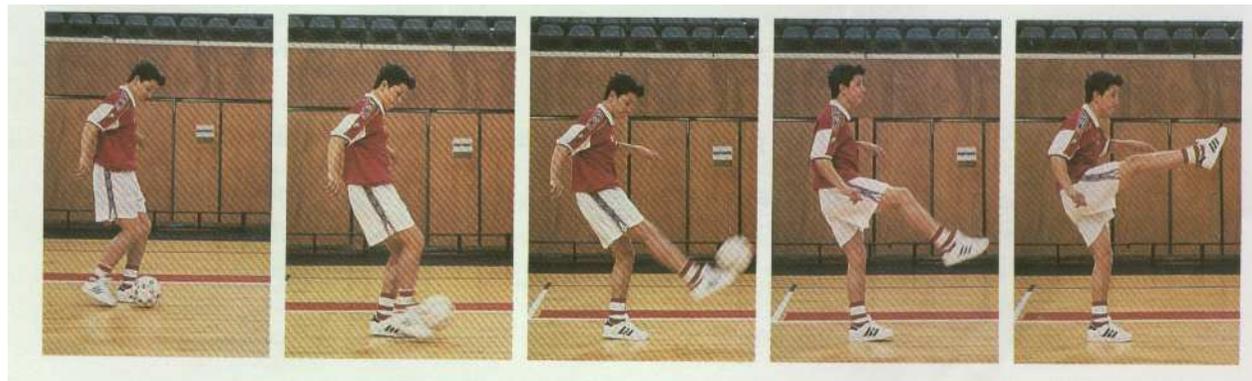
EF-2006



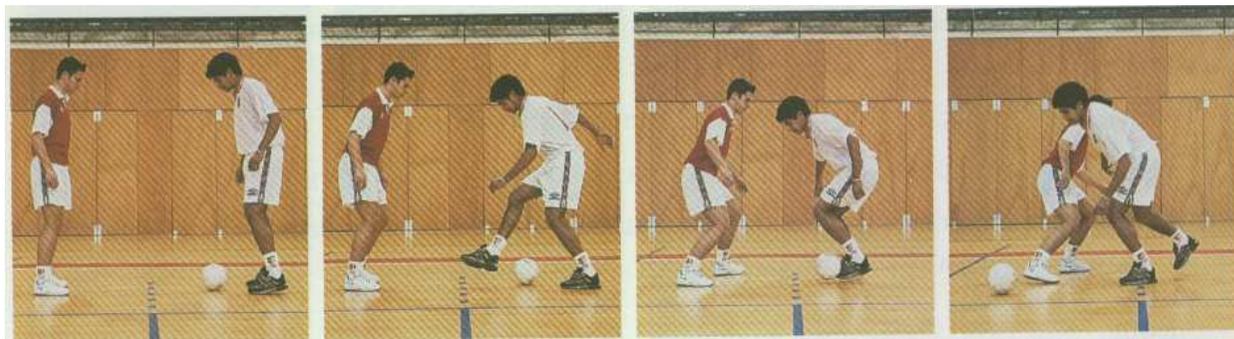
# Acções técnicas

- Passe

Levantamento – passe específico do Futsal



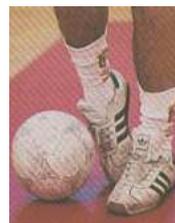
# Acções técnicas



- Finta (ultrapassar o adversário directo mantendo o controlo da bola).

# Acções técnicas

- Remate (é a finalidade última de todas as acções individuais e colectivas).
  1. Parte exterior do pé
  2. Peito do pé
  3. Em bico
  4. De cabeça



FUTSAL

EF-2006

# Acções técnico-tácticas



- Postos específicos
  1. **Guarda-redes** (dupla acção primeiro atacante e último defesa);
  2. **Fixo** (organiza o jogo nas acções ofensivas e defensivas);
  3. **Ala – direita e esquerdo** (potencia o contra-ataque e a finalização em superioridade numérica);
  4. **Pivot** (movimentação ofensiva e de finalização; joga de costas para a baliza e resolve situações de 1x1)

# Acções técnico-tácticas

- Sistemas de jogo

1. Sistema 2 : 2



2. Sistema 3 : 1



3. Sistema 4 : 0



# Acções técnico-tácticas

## Movimentação Ofensiva

- Equipa em posse de bola prepara as seguintes acções:
  1. **Contra-ataque**
  2. **Ataque organizado**

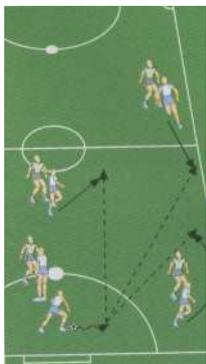


# Acções técnico-tácticas

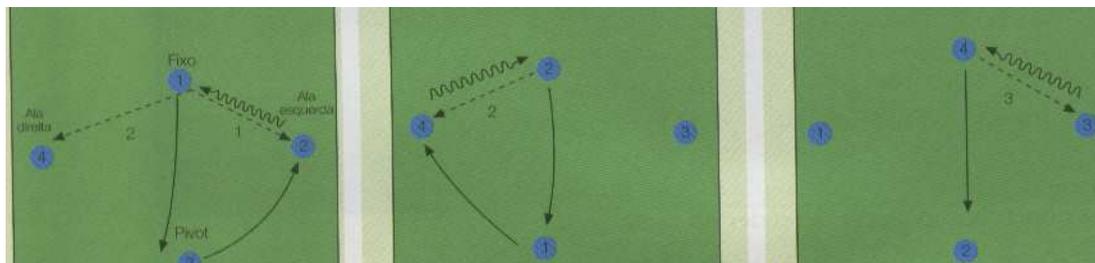
## Acções e procedimentos tácticos ofensivos

Quando em posse de bola, a equipa deve adoptar uma dinâmica ofensiva:

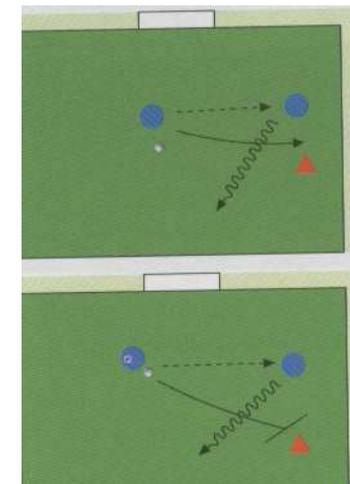
- **Desmarcação** (Movimento de um jogador que ocupa um lugar vazio);
- **Rotações** (movimentação ofensiva em que os jogadores se deslocam para outro posto específico, mas mantendo a troca de bola entre si);
- **Cortina** (movimento efectuado passando entre o portador da bola e o seu adversário directo – limitando o campo visual dos defensores);
- **Bloqueios** (directos - executados sobre o defensor do portador da bola / Indirectos – executados sobre outro defensor);



FUTSAL



EF-2006



# Acções técnico-tácticas

## Movimentação defensiva

Tem por objectivo impedir a concretização do ataque adversário e recuperar a posse da bola.

1. Marcação H X H (marcação do adversário directo independentemente do local onde a bola se encontra);
2. Defesa Zona (evitar a entrada da bola e dos atacantes numa determinada zona do campo considerada perigosa).



FUTSAL



EF-2006

# Acções técnico-tácticas

## Movimentação defensiva

- **Acção defensiva:**
  1. Interceptar a bola e cortar a linha de passe;
  2. Desarmar e pressionar o jogador que recebe a bola;
  3. Pressionar sobre o primeiro passe;
  4. Ajudar um companheiro de equipa (que foi ultrapassado pelo adversário);
  5. Dobra (ocupar a posição de um companheiro assumindo a função do companheiro);
  6. Bloqueio defensivo (utilizar o corpo para impedir a desmarcação);

