



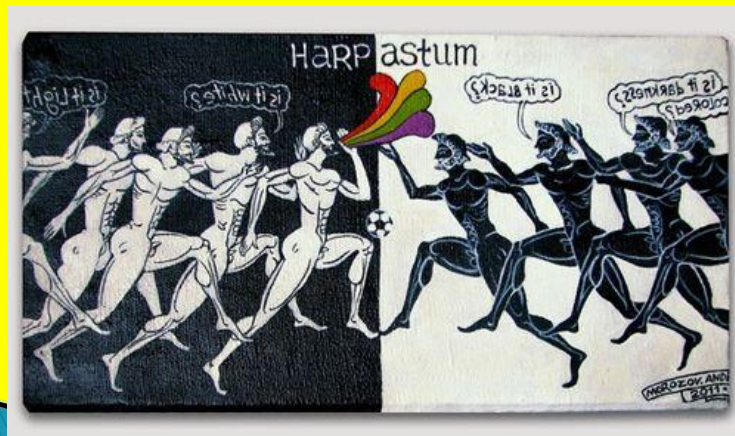
EL FÚTBOL

- HISTORIA
- REGLAMENTACIÓN
- ELEMENTOS TÉCNICOS



HISTORIA

Desde la más remota antigüedad los seres humanos han practicado juegos de pelota, casi siempre en honor al sol, Hecho que a tenido lugar en todos los continentes, los celtas, los mayas , Los Chinos (**Cuju**) , japoneses (**Kemari**) ya los practicaban hace miles de años. Los griegos "**Episkyros**" y los romanos utilizaban el **Harpastum** como preparación al combate practicado por los reclutas y legionarios romanos destacados en Britania el año 43.



Los juegos de disputa del balón florecieron desde el siglo VIII, tanto en Inglaterra como en toda Europa. Más recientemente, en el siglo XVI , **El calcio florentino** es una forma primitiva del fútbol, el **Choule y Soule** en Francia



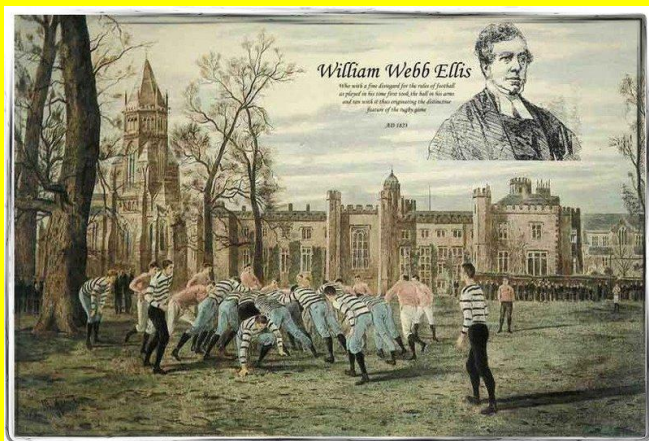
La pelota simbolizaba el sol. Había que conquistarla para asegurarse una buena cosecha, la cual dependía mucho del sol. Había que llevarla a través de un campo alrededor del mismo para asegurar un buen crecimiento del cultivo y había que defenderla de la intervención de los adversarios.



Tal fue el auge de estos juegos de pelota, que tuvieron que ser prohibidos en las Islas Británicas y en Francia. Poco efecto tuvo la prohibición. Pero tampoco salió de su rudeza, violencia y falta de reglamentación.

Fue al pasar el fútbol de las aldeas y pueblos a los distintos colegios, en Inglaterra, donde se refugió en los años 1750 a 1850, cuando adopta formas aunque siempre viriles, menos brutales, menos violentas. Y fue en esa época cuando el fútbol se normalizó, eso si, no igual en todos los colegios Cada uno con sus reglas, aunque similares no las mismas.

En 1823 se jugó el 1º partido oficial. En este, aún se podía jugar con las manos, pero debido a una polémica surgida en un partido en el que el jugador Williams Ellis introdujo el balón en la portería contraria con las manos se vio la necesidad de crear dos códigos distintos que , posteriormente darían origen al Fútbol y al Rugby respectivamente.



Con la existencia de varios clubes en Londres se hacia necesario una unificación de las distintas reglas utilizadas. El 26 de Octubre de 1863, en la posada "*Free Masons Tavern*" de Cambridge, se reunieron representantes de los clubes londinense y crearon la primera reglamentación, fueron 14 reglas. De esa reunión salió la semilla del fútbol moderno y la Federación Inglesa de Fútbol (Football Association).

En España la historia del fútbol es relativamente moderna, se cree que fueron los trabajadores ingleses de la compañía minera de Río Tinto los que introdujeron el deporte sobre el año 1885, ya en el año 1889 se creó el club decano del fútbol español, el Recreativo de Huelva. En el 98 nació el Atl. de Bilbao, en el 1899 el Barcelona, en el 1900 el R.C.D. Español, y en el 1902 el R. Madrid A partir de esas fechas el fútbol en España, al igual que en otras naciones, no paró de crecer.

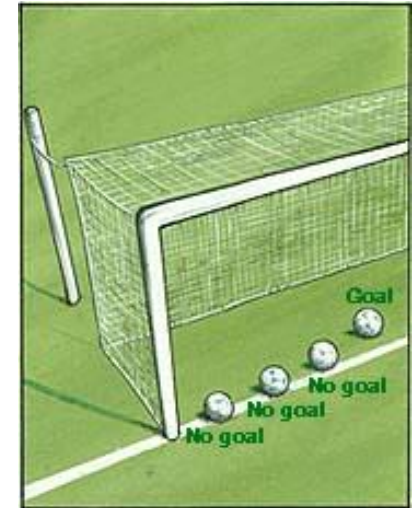
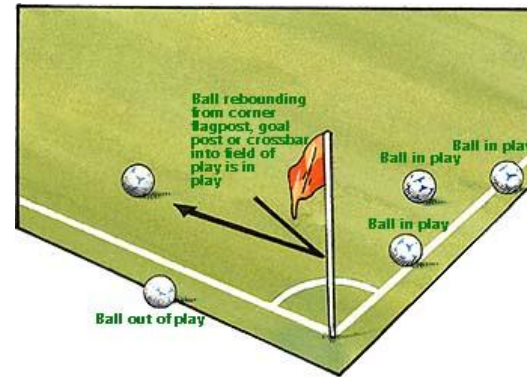
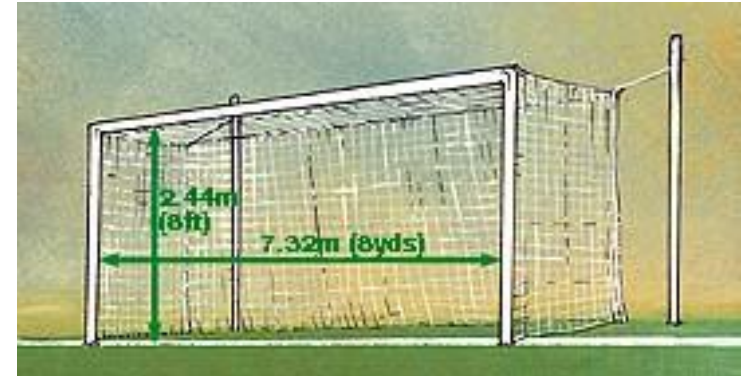
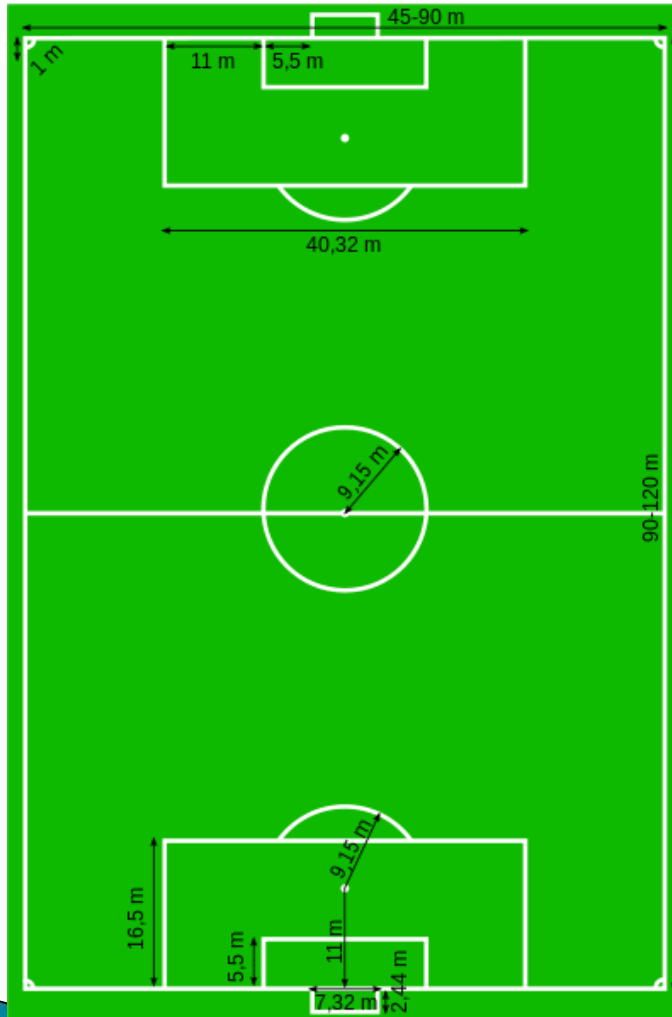


El Recreativo de Huelva, club decano del fútbol español,



REGLAMENTACIÓN

EL TERRENO DE JUEGO



Longitud: mínimo 100 m, máximo 110 m
Anchura: mínimo 64 m, máximo 75 m

El balón:

- ✓ será esférico
- ✓ será de cuero u otro material adecuado
- ✓ tendrá una circunferencia no superior a 70 cm y no menor de 68 cm
- ✓ tendrá un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido
- ✓ tendrá una presión equivalente a 0,6 - 1,1 atmósferas (600 - 1100 g/cm²) al nivel del mar



Jugadores

El partido será jugado por dos equipos formados por un máximo de 11 jugadores cada uno, de los cuales uno jugará como guardameta. El partido no se iniciará si uno de los equipos tiene menos de siete -jugadores. Se pueden hacer un máximo de tres cambios por equipo.

Períodos de juego

El partido durará dos tiempos iguales de 45 minutos cada uno. El descanso del medio tiempo no deberá exceder de quince minutos.

El balón estará fuera del juego cuando:

- ha traspasado completamente una línea de banda o de meta, ya sea por tierra o por aire
- el juego ha sido detenido por el árbitro



La regla principal es que los jugadores, excepto los guardametas, no pueden tocar intencionalmente la pelota con sus brazos o manos durante el juego, aunque deben usar sus manos para los saques de banda.

Gol marcado

Se habrá marcado un gol cuando el balón haya traspasado totalmente la línea de meta entre los postes y por debajo del travesaño.



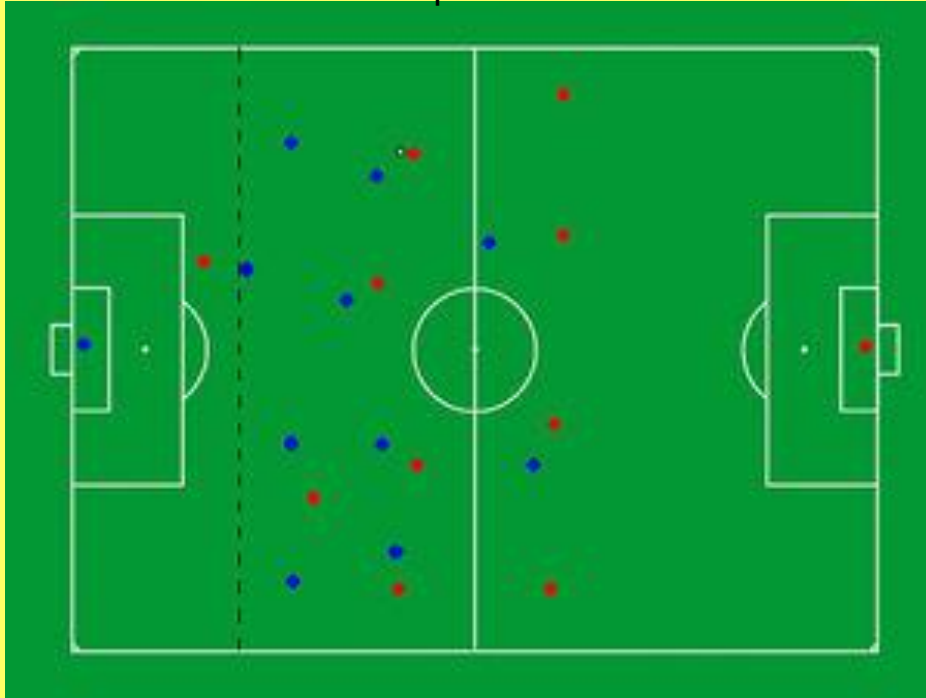
Posición de fuera de juego

Un jugador estará en posición de fuera de juego si:

- se encuentra más cerca de la línea de meta contraria que el balón y el penúltimo adversario

Un jugador no estará en posición de fuera de juego si:

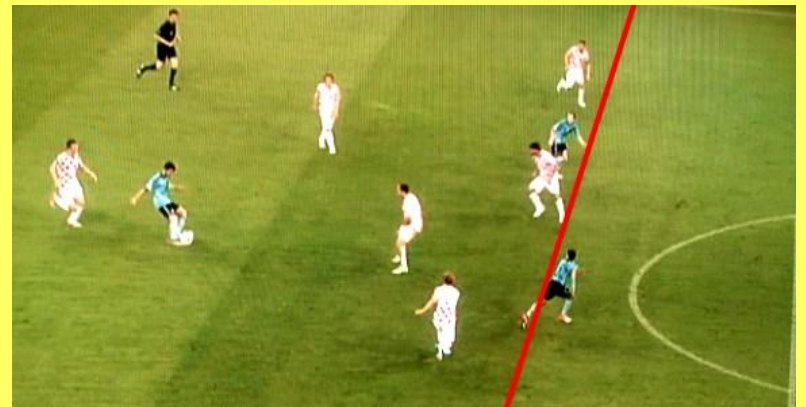
- se encuentra en su propia mitad de campo o
- está a la misma altura que el penúltimo adversario o
- está a la misma altura que los dos últimos adversarios



El delantero rojo a la izquierda del diagrama está en posición de fuera de juego ya que está por delante del penúltimo defensor (marcado por la línea de puntos) y del balón.

Sanción del fuera de juego

La **sanción** de una infracción de fuera de juego es un tiro libre indirecto para el equipo contrario, en el punto en el que se cometió la infracción. El fuera de juego permite que se otorgue ley de ventaja, siempre que la posesión del balón sea claramente del defensor



Faltas y conducta antideportiva

Tiro libre directo

Se concederá un tiro libre al equipo adversario si un jugador comete una de las siguientes seis faltas de una manera que el árbitro considere temeraria, peligrosa o con el uso de una fuerza excesiva:

- dar o intentar dar una patada a un -adversario
- poner o intentar poner una zancadilla a un adversario
- saltar sobre un adversario
- cargar contra un adversario
- golpear o intentar golpear a un adversario
- empujar a un adversario



Se concederá asimismo un tiro libre directo al equipo adversario si un jugador comete una de las siguientes cuatro faltas:

- en el momento de luchar por el balón, da una patada al adversario antes de tocar el balón
- sujetar a un adversario
- escupir a un adversario
- tocar el balón con las manos deliberadamente (se exceptúa al guardameta dentro de su propia área penal)

El tiro libre directo se lanzará desde el lugar donde se cometió la falta.

Si se introduce directamente en la meta contraria un tiro libre directo, se concederá un gol

Tiro penal

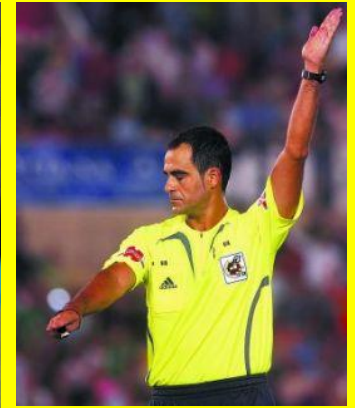
Se concederá un tiro penal (desde los 11 mts) si un jugador comete una de las diez faltas mencionadas dentro de su propia área penal, independientemente de la posición del balón y siempre que el mismo esté en juego.



Tiro libre indirecto

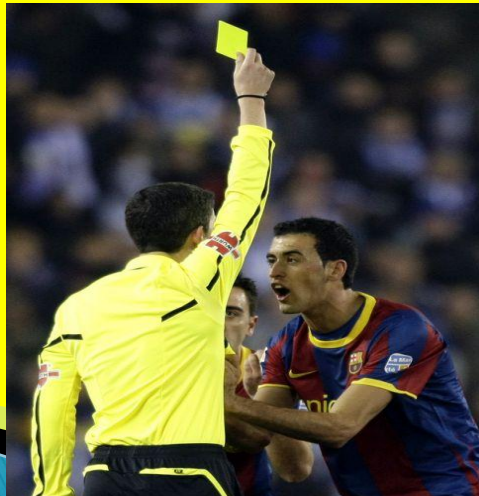
Se concederá asimismo un tiro libre indirecto al equipo adversario si un jugador, en opinión del árbitro:

- juega de forma peligrosa
- obstaculiza el avance de un adversario
- impide que el guardameta pueda sacar el balón con las manos
- comete cualquier otra falta que no haya sido anteriormente mencionada en la Regla 12, por la cual el juego sea interrumpido para amonestar o expulsar a un jugador.



Si un guardameta comete una de las siguientes cinco faltas dentro de su propia área penal:

- dar más de cuatro pasos mientras retiene el balón en sus manos, antes de ponerlo en juego
- volver a tocar el balón con las manos después de haberlo puesto en juego y sin que cualquier otro jugador lo haya tocado
- tocar el balón con las manos después de que un jugador de su equipo se lo haya cedido con el pie
- tocar el balón con las manos después de haberlo recibido directamente de un saque de banda lanzado por un compañero
- perder tiempo



Sanciones disciplinarias

Faltas sancionables con una amonestación

Un jugador será amonestado y recibirá la tarjeta amarilla si comete una de las -siguientes siete faltas:

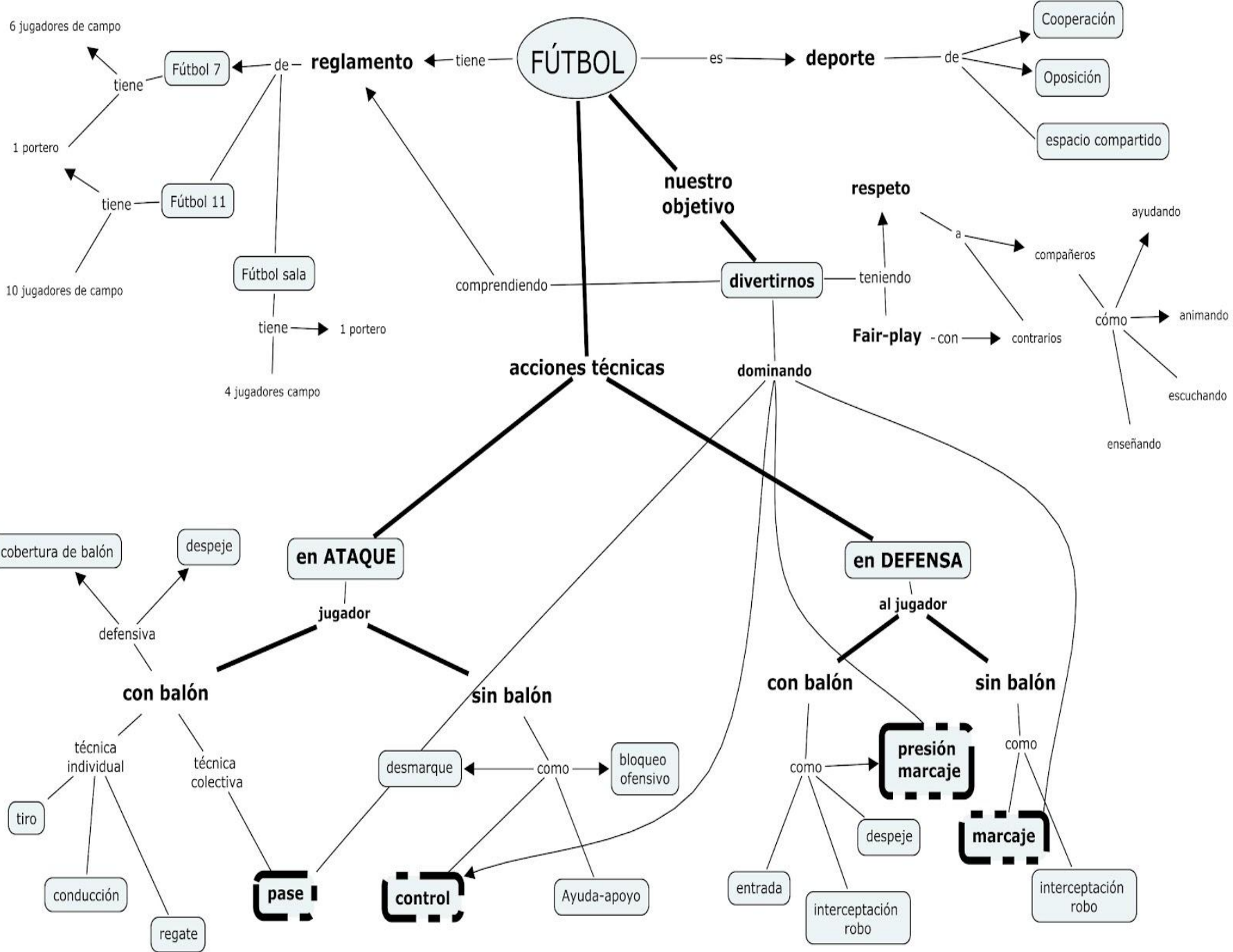
- .ser culpable de conducta antideportiva
- .desaprobar con palabras o acciones
- .infringir persistentemente las Reglas de Juego
- .retardar la reanudación del juego
- .no respetar la distancia reglamentaria en un saque de esquina o tiro libre
- .entrar o volver a entrar en el terreno de juego sin el permiso del árbitro
- .abandonar deliberadamente el terreno de juego sin el permiso del árbitro

Faltas sancionables con una expulsión

Un jugador será expulsado y recibirá la tarjeta roja si comete una de las siguientes siete faltas:

- ser culpable de juego brusco grave
- ser culpable de conducta violenta
- escupir a un adversario o a cualquier otra persona
- impedir con mano intencionada un gol o malograr una oportunidad manifiesta de marcar un gol (esto no vale para el guardameta dentro de su propia área penal)
- malograr la oportunidad manifiesta de marcar un gol a un adversario que se dirige hacia la meta del jugador mediante una falta sancionable con tiro libre o penal
- emplear lenguaje ofensivo, grosero y obsceno
- recibir una segunda amonestación en el mismo partido





TÉCNICA INDIVIDUAL

Para un desarrollo más amplio visitar nuestra página web



<http://averroes.ced.junta-andalucia.es/emilioprados/EF/futbol3.htm>

TÉCNICA

1.- TÉCNICA INDIVIDUAL

1.1. EL CONTROL

1.2. LA CONDUCCIÓN

1.3 LA COBERTURA

1.4. EL GOLPEO CON EL PIE

1.5. EL GOLPEO CON LA CABEZA

1.6. EL REGATE

1.7 EL TIRO

2.- TÉCNICA INDIVIDUAL DEFENSIVA

2.1.LA INTERCEPTACIÓN

2.2. EL DESPEJE

2.3. RECUPERACIÓN DEL BALÓN

2.4. LA CARGA

2.5. EL TACKLE

3.- TÉCNICA COLECTIVA

3.1. EL PASE

3.2 LA FINTA

3.3 EL RELEVO

3.4 ACCIONES COMBINATIVAS

4.- LA TÉCNICA DEL PORTERO

TÉCNICA DE ATAQUE.

La técnica en todos los deportes es la base del posterior desarrollo del juego.

En función de esta “base” el juego será más o menos fluido, más o menos rico y en definitiva más o menos técnico.

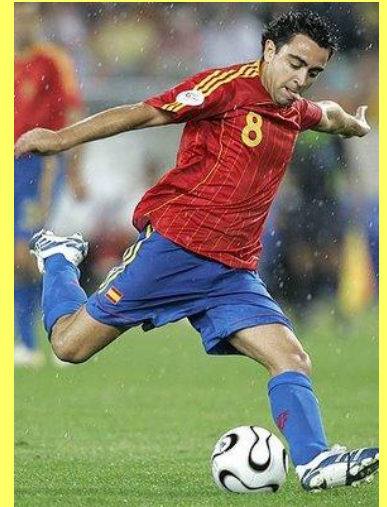
La técnica nos indica las posiciones, los movimientos, las formas de ejecución más idóneas para la consecución del objetivo del juego, es decir nos ayuda a la “ejecución perfecta”.

Dentro de la técnica del Fútbol podemos distinguir:

Golpeos

A) Superficies de contacto del pie (“partes del pie”)

- **Empeine Frontal:** Se utiliza para pases largos o potentes y tiros ya que es una superficie que nos proporciona potencia, velocidad, recorrido y precisión. (“ para que los niños lo entiendan se les dice que es la parte de arriba del pie donde tienen los cordones de la bota”)



- **Empeine Interior / Exterior:** Se utilizan para los golpes con efecto, para intentar colocar la pelota y superar obstáculos. Son golpes con potencia y precisión. (“ para enseñárselo a los niños corresponden con las partes de al lado de la puntera “)

- **Interior:** Se utiliza para golpes cercanos y seguros, ya que es la parte del pie que más seguridad nos ofrece pero le da poca velocidad al balón. Consideramos dentro de este grupo también el Exterior del pie. (“para enseñarlo se les muestra como la parte de dentro y de fuera del pie, normalmente corresponde con algún dibujo de la bota de fútbol que nos sirve de guía”)

- **Talón:** En una superficie de recurso para el jugador que proporciona sorpresa respecto a los adversarios.

- **Puntera:** Se utiliza para tiros a portería en espacios reducidos y con los adversarios tan próximos que no podemos armar la pierna para realizar otro tipo de golpeo.

- **Planta del pie:** La utilizamos para proteger la pelota y alejarla del adversario, para cambios de dirección y para alguna conducción con ventaja del jugador que lleva la pelota.



B) Zonas en las que hay que golpear el balón (“ partes de la pelota”)

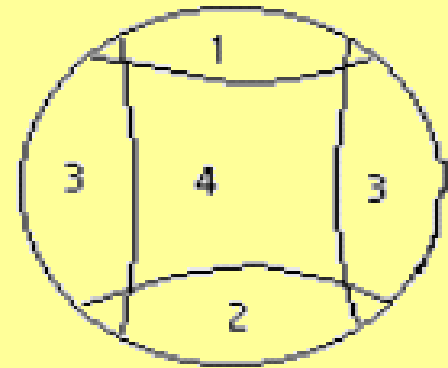
- Podemos dividir la pelota en una serie de zonas, las cuales según golpeemos en una u otra y con la superficie de contacto apropiada, obtendremos un tipo de golpeo u otro.

- **Zona 1:** Es la zona superior del balón si golpeamos en ella obtendremos envíos siempre en línea recta, muy cortos y siempre rasos.

- **Zona 2:** Parte inferior de la pelota con la que pretendemos que el balón coja altura, normalmente va en dirección recta y la distancia del envío dependerá de la superficie de contacto que utilicemos.

- **Zona 3:** Son los laterales del balón y el tipo de golpeo dependerá según si el toque lo realizamos en la parte superior, inferior o central.

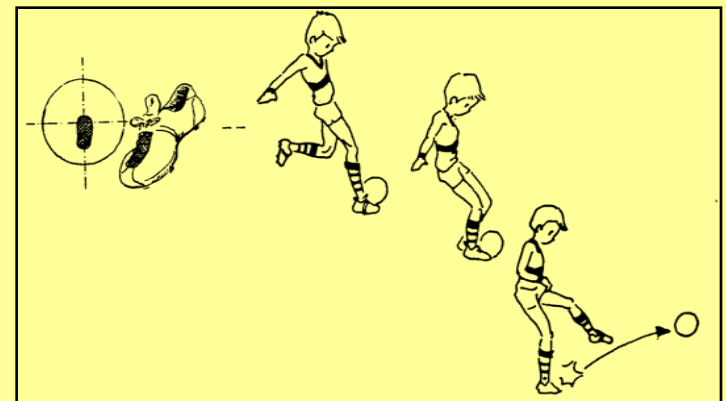
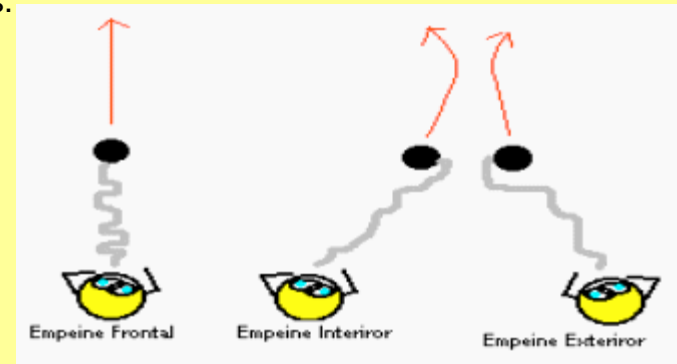
- **Zona 4:** El centro de la pelota al golpear en esta zona la altura que coge el balón es media (dependiendo de si el jugador está estático o en movimiento puede ser más o menos elevada), el balón avanza en línea recta y la distancia del envío dependerá de la superficie de contacto que empleemos.



Puntos de impulsión de la pelota

C) El ultimo aspecto a destacar en los golpeos, coincide con la **pierna que realiza el golpeo** (pierna activa) y la pierna que sirve de apoyo (pierna pasiva) y dependiendo del tipo de golpeo tendrán una u otra situación.

- **Empeine Frontal:** El jugador debe colocarse en línea recta al balón y realizar la carrera de aproximación hacia la pelota. La pierna que golpeará la pelota, se levanta hacia atrás, mientras que la pierna de apoyo se coloca al lado del balón, a unos 10 cm, apoyando toda la planta del pie en el suelo. La pierna del golpeo se baja rápidamente hacia el balón y el pie se estira hacia abajo (“ la puntera mirando al suelo”) y se golpea la pelota en la parte central.



- **Interior:** Normalmente la carrera y distancia respecto al balón en mínima con lo que la pierna del golpeo se levanta poco hacia atrás , la pierna de apoyo se sitúa al lado de la pelota y se baja la pierna de golpeo hacia el balón. Se gira el pie hacia fuera para mostrar el interior respecto al balón y se golpea la pelota en la parte media.

- **Exterior:** La situación es igual que para el golpeo con el interior, sólo que el pie se gira hacia adentro para mostrar el exterior al balón y se golpea en la parte central o un poco exterior izquierda.

- **Talón:** En el golpeo con el talón, al recibir la pelota se pasa la pierna de golpeo por detrás de la pierna de apoyo y se golpea la pelota, o bien si el jugador está de espaldas, golpea la pelota hacia atrás con el talón.

- **Puntera:** El golpeo se realiza igual que para el golpeo con los empeines solo que se utiliza la puntera para realizar el toque al balón. Normalmente se golpea en la parte central o exterior de la pelota.

- **Planta:** El golpeo con la planta no envía la pelota prácticamente hacia delante, sólo nos sirve para mover la pelota en espacios reducidos y se coloca la pierna de apoyo al lado de balón y la pierna de golpeo toca la pelota en la parte superior.

- **Golpeo con la cabeza:**

“Golpeo realizado con la cabeza en su zona anterior y lateral”.

Se utiliza normalmente en balones altos, en situaciones de remate (en ataques dentro del área) o de despeje (la defensa dentro del área).



Controles (recepciones) de balón:

Son acciones técnicas en las cuales se controla o recibe un balón de forma que nos permita realizar una acción posterior de la forma más idónea posible.

Nosotros vamos a considerar solo las paradas y las amortiguaciones:

* **Las Paradas** se denominan a aquellas acciones en las que el jugador consigue dominar el balón de forma que este quede estático.

En este tipo de control se emplea la suela del pie para detener al balón. Se utiliza ante balones rodados o ante balones con trayectoria descendente y parabólica.

Hay que considerar dentro de las paradas la desventaja que supone el estatismo (parar el balón), por ello lo que haremos es la llamada “**semi-parada**” de forma que realicemos la parada sin llegar a frenar al balón.

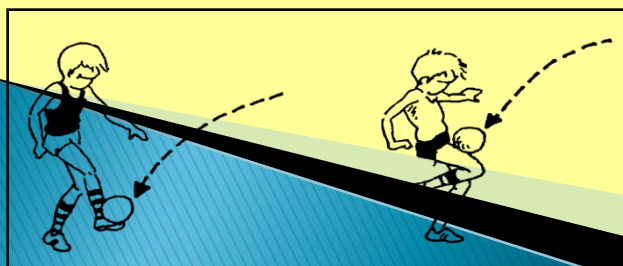
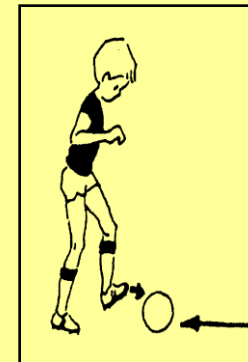
* **El amortiguamiento** es la acción en la que contactamos con el balón de forma continuada para así ir frenando la velocidad del balón previa al contacto.

Hay que tener buena coordinación para su correcta ejecución así como apreciar la velocidad del móvil de forma correcta.

Para realizar el amortiguamiento utilizaré el pie, muslo, el pecho o la cabeza.

Se utiliza ante balones rodados, horizontales y aéreos.

Para poder realizar este elemento técnico hay que disponer el cuerpo en espera del balón y en su dirección.



Conducciones de balón:

Conducción del balón significa llevarlo de un sitio a otro, en el terreno de juego, mediante toques o golpes sucesivos. La conducción es la acción técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón, y que le permite, mediante una sucesión de golpes, progresar por el campo buscando posiciones ventajosas.

Es una acción técnica muy natural, ya que se asemeja a la marcha, trote y a la carrera continua. Podemos considerar muchas formas de conducción:

-según la superficie de contacto:

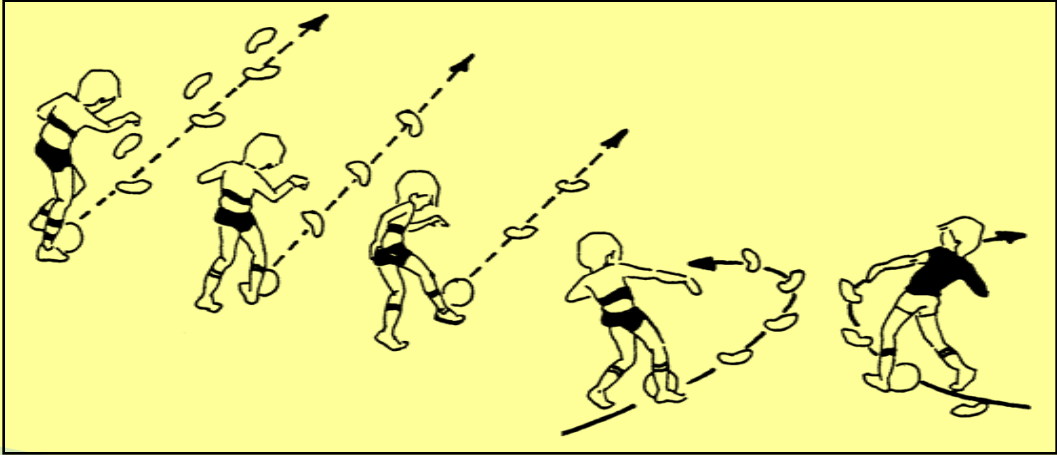
- .interior
- .exterior
- .empeine total
- .puntera

-según el empleo de dos pies:

- .dos interiores
- . dos exteriores
- .empeines
- . dos punteras
- . por combinación.

-según la dirección del desplazamiento:

- .rectilíneas
- . en curva
- .en zig-zag
- . en slalom



EL REGATE

“Es aquella acción técnica individual por la cual el jugador en posesión del balón supera y rebasa la oposición de uno o varios contrarios sin perder el dominio del balón”.

Es una acción muy útil en fútbol, debe ser conocida por todo tipo de jugador.

Dentro de los regates vamos a diferenciar entre regates simples y dobles regates.

En los **regates simples** consideraremos aquellos en los que solo necesitan un toque de balón para rebasar al contrario.

Se emplean para imprimir ritmo y dinamismo al juego.

Podemos considerar:

- con cambio de velocidad.
- paso del balón por encima del contrario.
- pequeño puente.
- gran puente.
- parada.
- recorte.



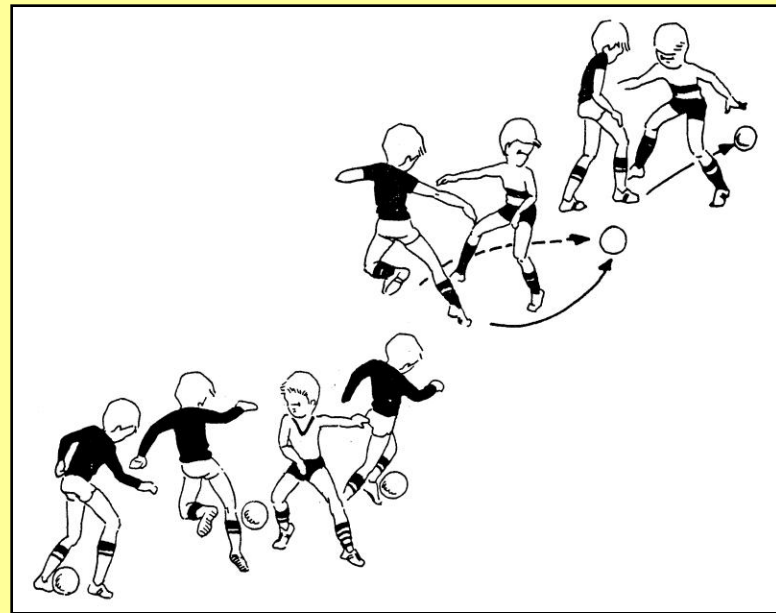
LAS 'CROQUETAS' DE INIESTA

El '8' azulgrana se ha especializado en un regate que hizo famoso Laudrup en el 'Dream Team'.



En los **regates compuestos** consideraremos aquellos que necesitan más de una acción para efectuar el regate.

Estas acciones podrán ser gestos como las fintas o la sucesión de toques de balón.



LA FINTA

“Son aquellos gestos que realiza el jugador sin balón para tratar de engañar y confundir al oponente sobre las verdaderas intenciones a realizar”.

Suelen ejecutarse en todos los lugares del campo y por cualquier jugador. Pueden ser fintas de:

- Golpeos,
- Controles,
- Regates y
- Tiros.

Para que sean efectivas, las fintas requieren el mayor parecido a la acción que queremos que el oponente crea que vamos ejecutar. Así como un rápido cambio de movimiento, y la observación del “contrario”.





TIROS

“Acción técnica por la cual el jugador, de forma consciente, ejecuta un ensayo de tiro por medio de un golpeo y con la intención de que llegue a la portería”.

Es el objetivo final de todas las acciones del ataque, y mediante esta acción podremos lograr el objetivo del juego “Gol”.

Las superficies típicas con las cuales se ejecuta el ensayo de los tiros suelen ser:

- ✓ Interior
- ✓ empeine total.
- ✓ empeine interior.
- ✓ empeine exterior.
- ✓ puntera.
- ✓ cabeza.



FÚTBOL SALA



El entrenamiento de la técnica individual con balón debe ofrecer en esta etapa un amplio abanico de posibilidades para su desarrollo y mejora.

La creación de este deporte se remonta a 1930 en Uruguay. La selección de Uruguay había ganado el Campeonato del Mundo y la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, viviéndose por ello en el país una auténtica fanatización por el fútbol. Debido a la falta de campos libres en las calles de Montevideo, los niños comenzaron a jugar fútbol en campos de baloncesto. El fútbol de salón nació el 8 de septiembre de 1930 en Montevideo de la mano del profesor Juan Carlos Ceriani

Características

Contacto: Deporte de contacto físico

Miembros por equipo 12 jugadores: 5 en la cancha y 7 suplentes

Género Masculino y femenino

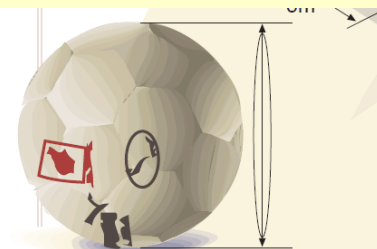
Categoría Deporte de equipo



TERRENO DE JUEGO

TERRENO DE JUEGO / MÓVIL.

El terreno de juego será un rectángulo de 40 x 20 metros (+-2 metros), con un área de seguridad de 1 m en la línea de banda y de 2mts en la línea de fondo. (ver el gráfico).

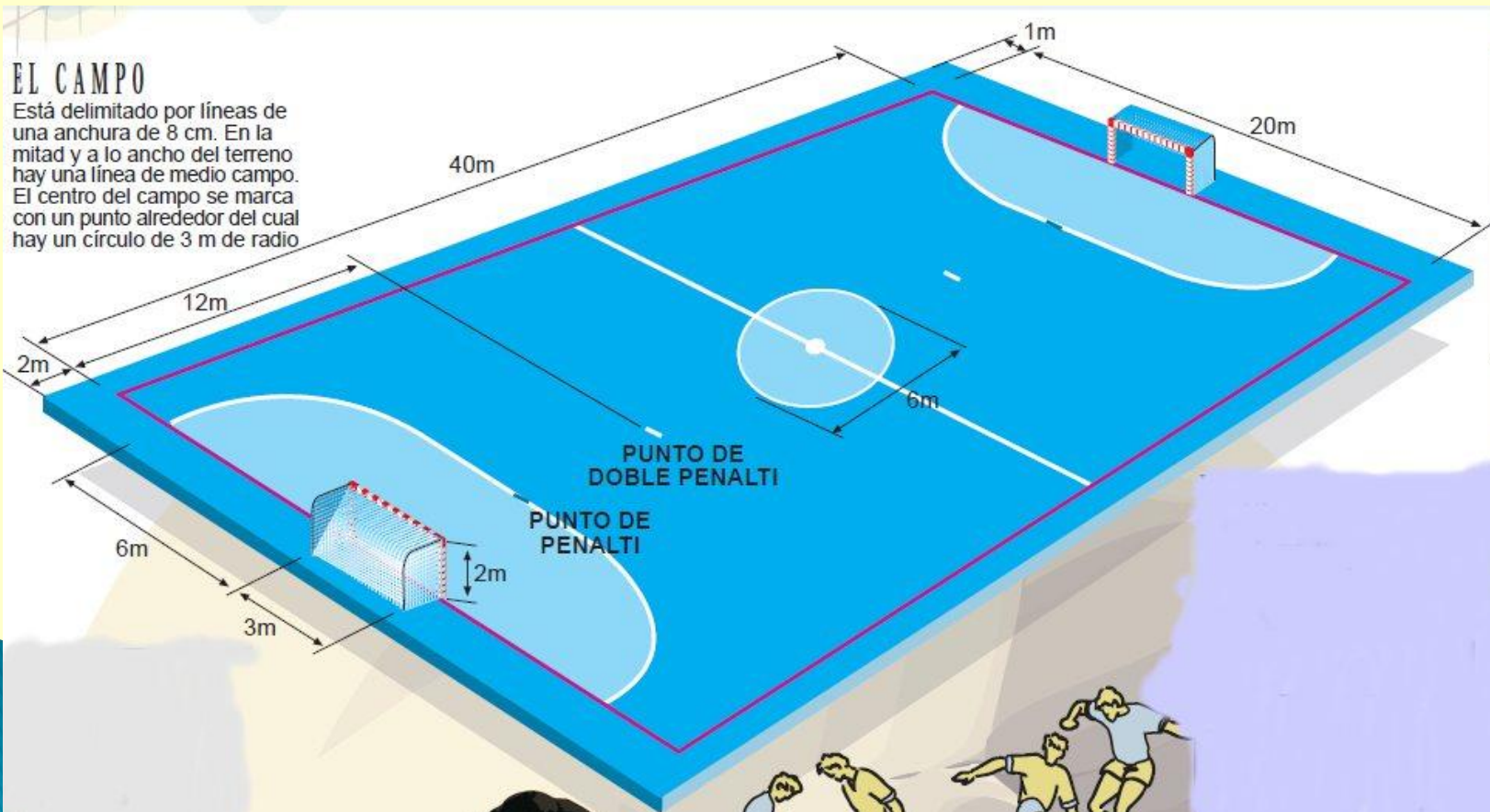


EL BALON

Tiene una circunferencia comprendida entre 61 y 63 cm y un peso de entre 410 y 430 gr. Dejándolo caer desde una altura de 2 m, no debe realizar ni menos de 3 botes ni más de 4. No puede ser cambiado durante el partido sin la autorización del árbitro.

EL CAMPO

Está delimitado por líneas de una anchura de 8 cm. En la mitad y a lo ancho del terreno hay una línea de medio campo. El centro del campo se marca con un punto alrededor del cual hay un círculo de 3 m de radio



DURACIÓN Y TIEMPOS.

La duración del encuentro será en total de 40 minutos, divididos en dos tiempos de 20 minutos con reloj “parado” en categoría senior y 30 minutos con reloj “corrido”.

El reloj se detendrá siempre que el arbitro estime que hay una interrupción considerable, o que en un equipo intenta perder tiempo, con el juego parado.

Los entrenadores y delegados (o capitanes) podrán solicitar 4 tiempos muertos, dos en cada período de tiempo, de 30 segundos de duración.

SISTEMA DE PUNTUACIÓN.

Se considera gol cuando el balón traspase la línea de postes de la portería y por debajo del travesaño. Ganará el equipo que más goles legales consiga.

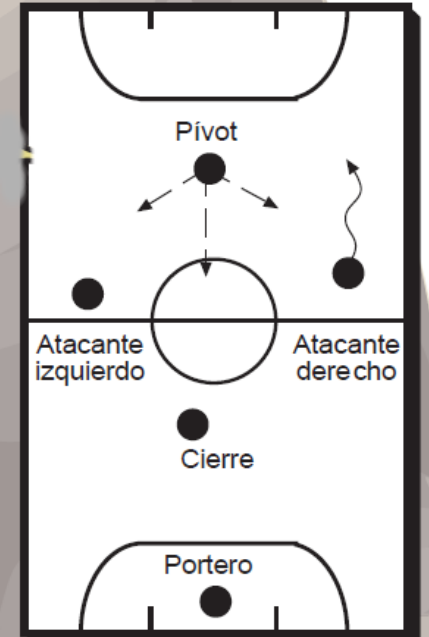
Se puede marcar gol desde cualquier parte del campo, tanto desde dentro como desde fuera del área.

JUGADORES

Cada equipo estará compuesto de 12 jugadores, de los cuales jugarán 5: 4 jugadores de campo y un portero; Si por cualquier circunstancia un equipo quedase reducido a 3 jugadores en el transcurso del partido, el árbitro decretará suspendido el mismo.

LA TACTICA

El sistema de ataque más común es en forma de rombo, aunque tiene el riesgo de una defensa débil en caso de contraataque



FALTAS, SANCIONES

Las **Faltas** son de tres tipos:

- **Faltas Técnicas.** Son acumulables y de obligada anotación en el acta. Enumeradas son:

- * Dar o intentar dar una patada.
- * Zancadillear, hacerlo caer o intentarlo.
- * Saltar o tirarse sobre un contrario.
- * Cargar a un adversario por detrás.
- * Cargar violentamente o peligrosamente.
- * Pegar o intentar hacerlo.
- * Agarrar o impedir la acción de un contrario con el brazo.
- * Empujar con las manos o brazos.
- * Entrar con los dos pies por delante.
- * Tocar el balón con la mano o el antebrazo intencionadamente, menos el portero en el área de meta.
- * Intentar quitar con las manos el balón al portero.
- * Que el portero toque fuera de su área el balón con sus manos o el brazo.
- * Cargar a un contrario hombro con hombro, sin que el balón este a distancia de ser jugado por los jugadores.
- * Obstruir intencionadamente.
- * Jugar peligrosamente (poner una plancha, levantar los pies excesivamente...)

- **Faltas Personales.** Serán:

- * Que el portero tarde mas de 5 segundos en sacar o soltar el balón.
- * Retener el balón con las piernas o el cuerpo.
- * Tocar el balón 2 veces seguidas al sacar.
- * Tardar más de 5 segundos en sacar una falta, saque de meta penalti.
- * Tocar el balón sin estar equipado debidamente (sin zapato.....).



- Faltas Disciplinarias:

- * Incorporarse al juego sin permiso del árbitro o antes de que salga mi compañero.
- * Infringir persistentemente las reglas del juego.
- * Conducta indisciplinada.
- * Confundir al contrario de manera antideportiva.
- * Dirigirse al árbitro para protestar o discutir.

Las Sanciones dependerán del tipo de falta cometida, así:

Las **Faltas Técnicas** serán sancionadas con un tiro libre. Si se produce dentro del área propia habrá distintas posibilidades:

* Para los diez primeros casos, penalti (si es fuera del área de meta tiro libre desde ese lugar).

* Para los cuatro últimos casos, tiro libre desde el borde del área.

Las **Faltas Personales** serán sancionadas con saque de banda para el equipo contrario, en el lugar más próximo a donde se cometió la infracción.

Las **Faltas Disciplinarias** serán sancionadas, según su gravedad y reincidencia con amonestación (tarjeta amarilla), descalificación, pudiendo entrar otro en su lugar (tarjeta azul) o expulsión (tarjeta roja).



LOS SAQUES

- **Saque de Tiro Libre:**

Se realizarán tras cometer el equipo adversario una falta técnica. Ningún jugador contrario podrá estar a menos de 3 metros.

- **Saque de banda:**

Tras cometerse una falta personal o que el equipo adversario haga salir el balón en su totalidad fuera del terreno de juego. Se realizará con las manos, de frente al campo de juego, con los pies paralelos entre sí y ambos perpendiculares a la línea lateral), y desde atrás de la cabeza hacia adelante.

No se puede marcar gol directamente, aunque la toque el portero.

- **Saque de esquina:**

Cuando el balón sale por la línea de fondo, siendo el último en tocarla el equipo que defendía la portería. Se realizará con las manos, de frente al vértice (pies formando un ángulo recto), y desde detrás de la cabeza hacia adelante.

No se podrá marcar gol directo, aunque la toque el portero.

- **Saque de portería:**

Es el acto de soltar el balón con las manos después de haberlo asegurado. Tiene 5 segundos para su ejecución.

- **Saque de Centro:**

Tras el gol o comienzo de tiempo, los jugadores deberán estar situados en su propio campo, y los del otro equipo fuera del círculo central.

- **Penalti**

Se lanzará desde la línea de 6 metros. El portero se colocará sobre la línea de fondo, y no podrá moverse hasta que el balón pierda contacto con el pie del jugador que efectúa el lanzamiento.

- **Doble Penalti**

Tiro libre desde 12 metros. Cuando tras la acumulación de 5 faltas técnicas de un equipo se produce otra más allá de esa distancia.

Diferencias entre el fútbol y el fútbol sala

10 diferencias :

1 Un partido de futsal dura 40 minutos, con 20 minutos cada periodo, y un descanso de 15 minutos. En una fase de eliminatorias, si después de los 40 minutos el partido registra un empate, se decidirá en una prórroga de 10 minutos, dividida en dos periodos de 5 minutos. La tanda de penales tendrá lugar si las tablas persisten entre ambos equipos después de la prórroga.

2 Existen dos lanzamientos de penal en fútbol sala: uno desde 6 metros, cuando un jugador comete una falta dentro de su propia área; y otro desde 10 metros, que sobreviene después de que un equipo haya cometido 5 faltas.

3 Pese a tener un terreno de juego más pequeño, un partido más breve y menos jugadores, el futsal tiene más árbitros (tres), que cooperan a la hora de controlar el partido. Dos árbitros se ocupan de lo que ocurre en la cancha, mientras los otros dos –el encargado del tiempo y el tercer árbitro– vigilan el tiempo y las faltas acumuladas.

4 En un partido de fútbol sala no existe el fuera de juego, por lo que las tácticas defensivas son diferentes. Así, normalmente la mitad del equipo –el portero y otros dos jugadores– tienen que quedarse atrás.

5 Las cargas no están permitidas en un encuentro de futsal –ni siquiera la carga con el hombro–, y se castigan con un libre directo.

6 Cuando un jugador es expulsado, su equipo puede sacar a un quinto hombre si el equipo contrario marca un gol cuando tiene un jugador de más.

7 Cada equipo tiene derecho a pedir un tiempo muerto de un minuto en cada periodo. El entrenador puede solicitar el tiempo muerto en cualquier momento que su equipo tenga la posesión del balón.

8 En comparación con la disciplina que rige el juego posicional en el fútbol de once, la rapidez de cambios de posición en el futsal hace que los sistemas de juego sean más efectivos.

9 Al tener una duración menor y un espacio más pequeño, la velocidad, la habilidad y la técnica cobran mayor importancia en el fútbol sala.

10 En los partidos de futsal disputados en pista cubierta, si el balón toca el techo, el juego se para, y se reanuda con un saque de banda con el pie, a favor del contrincante del último equipo en tocar el balón. El saque se realiza desde el punto de la línea de banda más cercano al lugar perpendicular a la parte del techo donde tocó la pelota



TERMINOLOGÍA

Categorías	Códigos	Definición/criterio de eficacia
El Control	CRL	Es hacerse con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior.
Habilidad y destreza	HYD	Capacidad de dominar el balón por el jugador, por el aire mediante dos o más de dos contactos; se puede realizar en situación estática o dinámica que permite tener el balón en poder del jugador con el fin de superar a uno o varios adversarios o de mantener la posesión del balón y facilitar la acción y desplazamiento de los compañeros.
La conducción	CND	Técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego o transportándolo por el aire. Se entiende que no se realiza para desbordar a un adversario, ya que esta acción se entendería como un regate. Se considera que es eficaz, <u>si tras</u> la conducción el jugador realiza otra conducta motriz diferente, ya que de proseguir con la conducción se seguirá considerando la acción como la misma conducción de antes (“valga la redundancia”).
El golpeo con el pie	PIE	Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta con el pie, con la intención de desprenderse de él, o de dejarlo en una posición idónea para seguir con una acción posterior. Cuando un jugador entra en contacto con el balón y se desprende del mismo está efectuando un golpeo, bien de forma suave , como por ejemplo una <i>conducción</i> , o bien de forma intensa , como <i>despejar</i> .
El golpeo con la cabeza	CAB	Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta con la cabeza, con la intención de desprenderse del mismo o de dejarlo en una posición idónea para seguir con una acción posterior.
El golpeo con otras partes del cuerpo.	IND	Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta con una parte del cuerpo que no sea ni el pie ni la cabeza, con la intención de desprenderse del mismo o de dejarlo en una posición idónea para seguir con una acción posterior lo llamaremos indefinido.
El regate	REG	Acción técnica que nos permite avanzar con el balón, conservándolo y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego (llena de habilidad e imaginación).
El tiro	TIR	El tiro es la acción técnica que consiste en el último golpeo de balón o remate que realiza un atacante sobre la portería contraria, con la intención de obtener un gol. Será eficaz si termina en gol, aunque sea rechazado por cualquier jugador.
Las interceptaciones	INT	Es la acción técnica defensiva por medio de la cual, cuando el balón lanzado, golpeado o tocado en último lugar por el contrario, es modificada su trayectoria evitando o no el fin perseguido por su lanzador.

El despeje	DJE	Acción de golpear de forma más o menos violenta el balón con cualquier parte del cuerpo, con la intención de desprenderse de él y evitar una acción ofensiva por parte del equipo contrario. Se considerará eficaz, por tanto, siempre que el despeje no deje al equipo rival en posesión del esférico con el balón en juego.
Recuperación del balón	REC	Es la acción físico-técnica defensiva que tiene por objeto ir al encuentro del jugador oponente que está en posesión del balón, con el fin de impedir de este modo que progrese en el terreno o bien sea dueño del juego, y recuperando a la vez la posesión del esférico.
El pase	PAS	El pase es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque; por lo tanto, es el principio del juego colectivo y nos permite llegar al objetivo previsto en el menor tiempo posible.
La finta	FNT	Movimiento del cuerpo con balón o sin balón destinado a engañar al adversario, por ejemplo “una bicicleta”, o un amago de controlar el balón, y dejar que pase entre las piernas para que lo reciba otro jugador del mismo equipo.
Otras	OTR	Todas aquellas conductas motrices que el jugador realice durante el partido, y que no estén predefinidas en el sistema de categorías, es decir, que escapen a la interpretación del observador. Todas ellas serán calificadas como neutras (igual a 0) , porque al no estar definidas, no se pueden interpretar como acciones técnicas individuales o colectivas.