Taller 4

Tema: Deporte colaborativo Futbol

Instrucciones: Lee con mucha atención y completa los ejercicios.

**Temario**

En el siguiente temario encontraremos toda la información, para repasar y lograr un correcto aprendizaje de la base teórica del deporte colaborativo Futbol.

Cada uno de los conceptos, párrafos y descripción de fundamentos técnicos son los que saldrán en la evaluación N2.

**Historia del futbol**

La historia moderna del fútbol, como actualmente se lo concibe, abarca casi unos 150 años de existencia. Comenzó en el año 1863, cuando en Inglaterra se separaron los caminos del "rugby-football" y se fundó la Asociación de Fútbol más antigua del mundo.

Desde entonces el fútbol ha tenido un crecimiento constante, hasta llegar a ser el deporte más popular del mundo con unos 270 millones de personas al día involucradas. Con la realización de la primera reunión de la International Football Association Board en 1886 y la fundación de la FIFA en 1904, este deporte se ha expandido hasta llegar a todos los rincones del mundo. A partir de 1930 se comenzaría a disputar la Copa Mundial de Fútbol, que se convertiría en el evento deportivo con mayor audiencia del mundo.8

**Reglas del Futbol**

* Los partidos de fútbol se dividen en dos tiempos, cada uno de 45 minutos, con un descanso de 15.
* Los jugadores: Son 11 jugadores titulares, incluyendo al arquero, se permiten 8 suplentes y se pueden hacer máximo 3 cambios de jugadores durante el partido.
* El balón está dentro del juego mientras no haya falta. La pelota está fuera de cancha si cruza la meta o la línea de banda.
* Se marcará gol cuando el balón pasa la línea de meta y entra al arco, siempre y cuando no haya falta.
* Se considera fuera de juego (offside) si un jugador le da pase a su compañero y éste está más cerca de la línea de meta opuesta en comparación al balón y al último adversario. En este caso, el árbitro otorgará al rival un tiro libre indirecto (pase a otro jugador).
* Saltar sobre el adversario, empujarlo, golpearlo, sujetarlo, patearlo o escupirlo; son consideradas faltas y son cobradas con tiro libre a favor del equipo afectado.
* Los saques reanudan el juego desde distintas partes de la cancha, por ello existen tres, con los nombres de donde se realiza: saque de banda, saque de meta y saque de esquina.
* El árbitro muestra tarjeta amarilla para amonestar a un jugador (por infringir el

reglamento) y una tarjeta roja para expulsarlo (por conducta violenta contra el adversario o impedir un gol con la mano).

* El tiro libre reanuda el juego después de una falta. Existen dos tipos:

-Tiro libre directo: lanzamiento directo a la portería del equipo contrario.

-Tiro libre indirecto: un pase a otro jugador.

**Fundamentos técnicos del handbol**

* Control del balón
* Conducción del balón
* Pases
* Tiro a puerta

**Tipos de Superficie de contacto**

* Borde interno
* Borde Externo
* Empeine

**Tipos de control del balón**

* Control con golpe de cabeza
* Control con golpe de pecho
* Control con pie
* Control con muslo
* Control con la espalda
* Control con hombro

**Tipos de saque de banda**

* Saque de meta
* Saque banda
* Saque de esquina

**Dimensiones**

Tamaño del campo:

* El campo es rectangular y tendrá entre 90 a 120 metros de longitud y 45 a 90 metros de ancho. Está dividido en dos partes y marcado por líneas que definen:

-Marcación del campo de fútbol (líneas bandas, líneas meta, línea meta).

-Meta de la cancha.

-Las esquinas.

Balón:

* El balón: Esférico, De cuero u otro material permitido, Tendrá una circunferencia entre 70 a 68 cm, pesará entre 410 y 450 gramos, presión entre 0.6 y 1.1.

**Tarea**

**Verdadero o Falso**

**\_\_\_\_\_\_\_\_** El futbol moderno nació en 1863 en Inglaterra.

\_\_\_\_\_\_\_\_ Se puede tocar el balón con las manos para recibir el balón y así conducir.

\_\_\_\_\_\_\_\_ Cada equipo juega con 11 jugadores (10 de campo + 1 portero).

\_\_\_\_\_\_\_\_ No se puede patear, escupir, golpear, empujar, etc. Al contrincante.

\_\_\_\_\_\_\_\_ La cancha mide 120 metros de largo y 90 metros de ancho.

\_\_\_\_\_\_\_\_ El saque de banda se hace con las dos manos y los dos pies juntos.

\_\_\_\_\_\_\_\_ El tiro al arco y el control del balón son aspectos técnicos del futbol.

\_\_\_\_\_\_\_\_ El tiro de esquina es un tipo de saque del futbol.

\_\_\_\_\_\_\_\_ El árbitro solo saca tarjeta amarilla cuando él quiera o lo piensa.

1. Nombra las superficies de contacto del futbol.

R:

1. Nombra 3 tipos de control del balón que conozcas del futbol.

R:

1. Nombra los tipos de pases que utilizamos en futbol.

R:

1. ¿En qué país se inició el futbol moderno?

R:

1. ¿Cuánto pesa el balón de futbol?

R:

1. ¿Cómo se llama la manera de transportar el balón de futbol de un lugar a otro?

R:

* **Recuerda que al realizar ejercicio debes beber agua ya que el agua nos aporta los minerales utilizados en la actividad física y recuerda realizar ejercicio con ropa cómoda y mantener los hábitos de higiene (lavado de manos y cara).**
* **Mantener siempre los hábitos de higiene personal (lavado de manos, cepillarse los dientes luego de cada comida, lavar cara y cuerpo).**
* **No consumas alimentos altos en grasa, azucares, sodio, calorías, evita alimentos fritos y bebidas gaseosas.**
* **Un buen lenguaje demuestra una buena educación y un buen comportamiento como niño y niña.**

**Saludos les envía el**

**Profesor Cristóbal Vega Cornejo.**