

## FUTSAL

### FUNDAMENTOS

São movimentos que servem de base a um determinado esporte.

**Passe:** consiste basicamente em passar a bola para outro(a) jogador(a). Para realizá-lo é necessário ter **visão de jogo** para acompanhar os(as) companheiros(as), **precisão** para acertar na direção e **força** adequada para que seu(ua) colega receba a bola sem que seu passe seja interceptado. O passe rasteiro é o mais utilizado pela rapidez exigida: pelo chão, a bola “corre” mais rápido e por isso tem menor possibilidade de ser roubada pelo(a) oponente. Existe também o passe pelo alto que, apesar de demorar mais para alcançar seu destino e exigir mais habilidade para receber, tem menos possibilidade de ser interceptado.

**Domínio:** consiste em conseguir interromper a trajetória da bola de forma que ela fique sob seu controle. É um requisito muito exigido, já que os passes são rápidos e, por isso, mais difíceis de serem dominados. A não ser o braço, todas as outras partes do corpo podem ser usadas para o domínio da bola.

**Condução:** consiste em correr pela quadra tendo a bola sob domínio. Pode ser executado em linha reta (retilíneo) ou mudando de direção (zigue-zague). Com os pés, pode ser feito com a parte interna ou externa e ainda com o peito ou a sola do pé. Nesse fundamento, é importante deixar a bola o mais perto possível do(a) condutor(a), para que seja mais difícil para o(a) oponente conseguir tomar a bola.

**Drible e Finta:** esses dois fundamentos semelhantes objetivam passar por um(a) marcador(a), tendo, ao final da jogada, a bola em sua posse. A diferença entre os dois é que o drible é feito com a posse de bola no início do lance e a finta é feita sem a posse bola; chamada também de drible de corpo.

**Chute:** é o ato de golpear a bola com um dos pés em direção ao gol adversário (finalização do ataque) ou para retirar a bola do jogo (defesa). O chute defensivo é feito de forma mais instintiva, portanto não exige muita técnica. Já o chute como finalização requer **percepção** do posicionamento do(a) goleiro(a) oponente, **força** adequada, **precisão** e **habilidade**. Assim como o passe, pode ser feito com a parte interna no pé, com a externa (trivela) e com o peito do pé. São utilizados também o calcanhar e o bico (ponta do tênis). Além dos pés, as finalizações podem acontecer com o peito, a cabeça ou outras partes do corpo, com exceção dos membros superiores.

**Cabeceio:** é um fundamento defensivo ou ofensivo e pode ser realizado entre os(as) jogadores(as) para três finalidades: defender a equipe, passar a bola ou marcar um gol.

## FUTSAL

### POSIÇÕES E FUNÇÕES



**Goleiro(a):** responsável por defender e impedir que a bola ultrapasse a linha do gol.

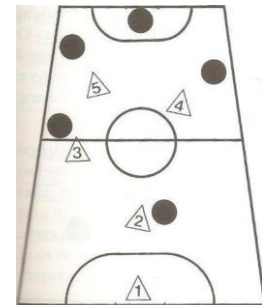
**Fixo:** sua função básica é defensiva, porém deve saber o momento exato de participar de algumas manobras ofensivas, como organizador(a), abrindo espaços para os(as) companheiros(as) e chegando como elemento surpresa para o arremate a gol. Este(a) jogador(a) deverá também orientar os(as) colegas durante a marcação e ter um bom senso de cobertura.

**Alas (direito e esquerdo):** são os(as) responsáveis pela construção das jogadas e tem a tarefa de marcar e atacar.

**Pivô:** é o(a) responsável pela distribuição das jogadas e, quando acionado(a), exerce as ações de finalização e de abrir espaços na área adversária. A sua característica básica é saber jogar de costas para o gol.

### SISTEMAS DE MARCAÇÃO: INDIVIDUAL E POR ZONA

**Individual:** o(a) defensor(a) marca individualmente o(a) jogador(a) que lhe é indicado(a) acompanhando-o(a) por toda a quadra. Neste sistema marca-se o(a) jogador(a), não a bola e pode ser executado de duas formas: 'sob pressão' ou 'meia pressão', de acordo com o objetivo do momento. A marcação 'sob pressão' exige que o(a) marcador(a) exerça o combate direto ao(à) oponente em qualquer setor da quadra, evitando que o(a) oponente receba a bola. Entende-se por 'meia pressão' quando o combate direto só é realizado no setor de ataque do(a) oponente. Quando a equipe oponente ainda não ultrapassou a metade da quadra, executa-se um combate somente a quem está com a posse da bola. Os(As) outros(as) marcadores(as) ficam mais recuados(as) a fim de congestionar o setor central da quadra e dar cobertura, caso o(a) jogador(a) que faz o combate seja driblado(a).



**Por Zona:** consiste em atribuir a cada jogador(a) da equipe uma zona definida de defesa com a incumbência de ocupá-la e defendê-la integralmente. Neste sistema marca-se a bola, não o(a) jogador(a). Na marcação por zona o combate é exercido sobre o(a) oponente que adentra a zona confiada ao(à) marcador(a), sem que, no entanto, este(a) seja obrigado(a) a acompanhá-lo(a) fora dela. O sistema de marcação por zona favorece a cobertura de defesa, tornando a marcação altamente eficaz, além de ser propício aos contra-ataques toda vez que a bola é tomada do(a) oponente. Porém depende também do objetivo de cada momento da partida.

