

ROTEIRO DE ESTUDO

| | | | |
|--|------------------|--|---------------------------------|
| Nº 01 | ANO: 2021 | BIMESTRE: 1º | PERÍODO: 17 A 31/05/2021 |
| COMPONENTE CURRICULAR/DISCIPLINA: | | | |
| PROFESSOR: Prissila Cavalcante (62) 99474- 3299 | | TURMA: () 92.01 () 92.02 () 92.03 | |
| ESTUDANTE: | | | |
| CRONOGRAMA: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • INÍCIO DAS ATIVIDADES: 17/05/2021 • ENTREGA DAS ATIVIDADES: 01/05/2021 | | | |
| CARGA HORÁRIA DAS ATIVIDADES: 2 horas | | | |
| HABILIDADE/OBJETIVO DA ATIVIDADE: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ A atividade proposta tem como objetivo conhecer os vários sistemas táticos e técnicos do futsal. | | | |
| OBJETO DE CONHECIMENTO/ CONTEÚDO: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sistemas táticos e técnicos do futsal, sistemas de jogo com suas vantagens e desvantagens. | | | |
| ATIVIDADES: | | | |
| Realizar a leitura do texto e responder a atividade proposta ao final da leitura. | | | |
| AValiação: | | | |
| Leitura: 1,5 | | | |
| Responder a atividade: 2,0 | | | |
| ATIVIDADES COMPLEMENTARES: | | | |
| Se possível assista ao vídeo para facilitar o entendimento do conteúdo: | | | |
| https://youtu.be/NjfmeuLPJTs | | | |

ESPORTES DE INVASÃO

Estes tipos de modalidade esportiva são aquelas cujo objetivo é invadir a área de jogo (pode ser um campo, uma quadra ou mesmo uma piscina) da equipe adversária para finalizar a jogada em um alvo, que pode ser uma cesta, uma baliza, ou cruzar a linha de fundo da equipe adversária com a posse da bola ou implemento similar. Importante ressaltar ainda que essas modalidades possuem uma estrutura bem parecida, marcada pelo jogo coletivo e pela necessidade de, ao mesmo tempo que se ataca um alvo, defender outro. Exemplos de esportes de invasão: futebol, futsal, basquete, futebol americano, rúgbi, handebol, polo aquático e etc. Nesta aula vamos abordar o futsal.

FUTSAL:



REGRAS:

Apesar de muito semelhante ao futebol, a modalidade tem variações importantes, tanto em relação aos fundamentos, quanto em relação às regras.

- Uma partida de futsal tem duração de dois tempos de 20 minutos, com um intervalo de 10 minutos entre eles. Ou seja, são 40 minutos de jogo;
- O futsal pode ser praticado em quadras, com largura variável entre 15 e 22 metros, e comprimento entre 24 e 42 metros, podendo variar de acordo com a competição;
- O jogo é disputado por duas equipes com cinco jogadores (incluindo o goleiro). Assim, são 10 atletas em quadra. Eles podem jogar nas posições:
 - Goleiro
 - Ala (laterais)
 - Fixo (defesa)
 - Pivô (ataque e criação de jogadas)
- As partidas são supervisionadas por dois árbitros, sendo um principal e um auxiliar. Há também um cronometrista e um anotador;
- O objetivo é marcar gols, portanto, vence a equipe que ao final do jogo computar o maior número de gols;
- Cada time pode ter até 9 reservas e não há limites para substituições e elas poderão ser feitas a qualquer momento do jogo;
- Não existe impedimento no futsal;
- Quando algum jogador comete alguma falta, dependendo da infração, ela poderá ser cobrada como tiro direto ou tiro indireto;
- Os jogadores podem ser sancionados também com cartões vermelhos e amarelos;

Táticas de Futsal:

SISTEMA 3 x 1 OU DIAMANTE:



Esta é uma das formações mais comuns no Futsal, ela fornece equilíbrio entre defesa e ataque. Possui um jogador dedicado ao ataque (o Pivô), enquanto há também um jogador dedicado à defesa (o Fixo). Há também dois Alas, o Ala Direito e o Ala Esquerdo que devem apoiar tanto a defesa quanto o ataque.

Vantagens do Sistema 3x1

- Há um jogador especialista em defesa e um jogador especialista em ataque
- A equipe fica mais compacta tanto para defender quanto para atacar

Desvantagens do Sistema 3x1

- Se ambas as alas se concentrarem muito no ataque isso deixará a defesa muito exposta e Fixo sobrecarregado
- Também pode sobrecarregar o Pivô, caso as Alas tenham dificuldades ofensivas

SISTEMA 2 x 2 OU QUADRADO:



O Sistema Tático 2x2 no Futsal, também conhecido como "Quadrado", basicamente divide os quatro jogadores de linha de uma equipe nas duas principais áreas de responsabilidade: defesa e ataque. É um sistema simples que pode ajudar a desenvolver boas duplas de defensores e de atacantes.

Embora dois jogadores sejam orientados a ficar mais avançados (no ataque) e dois a ficar mais recuados (na defesa), esses papéis vão precisar ser bastante flexíveis, pois os atacantes precisarão ajudar a defesa e vice-versa. Além disso a maioria das equipes ataca e defende com pelo menos três jogadores.

Vantagens do Sistema 2x2

- Ótimo sistema para iniciantes
- Dá equilíbrio entre ataque e defesa.
- Garante que a defesa e o ataque tenham pelo menos um jogador em todos os momentos do jogo.

Desvantagens do Sistema 2x2

- Restringe a movimentação dos jogadores
- Pode ser defensivamente fraco se os defensores se juntarem ao ataque e os atacantes não estiverem dispostos a cumprir funções defensivas

#FicaEmCasa #LaveAsMãos

- Se a equipe é pouco treinada ou não se comunica bem em quadra pode haver confusão entre qual dos atacantes deve apoiar a defesa e entre qual defensor deve apoiar o ataque.

Sistema 4×0



Sistema Tático 4×0 no Futsal é usado por equipes de alto nível, como as equipes profissionais. A ideia é ter todos os 4 jogadores se movendo de uma só vez, promovendo uma movimentação que permite muitas opções de tabelas, ocupação de espaço e oportunidades de ataque.

Vantagens do Sistema 4×0 no Futsal

1. Promove uma movimentação mais dinâmica da equipe;
2. Sempre permite opções de tabelas;
3. Dificulta a defesa da equipe adversária devido a grande movimentação;
4. Fisicamente pode desgastar a equipe defensora;
5. A bola se move extremamente rápido;
6. Ótima opção para manter a posse de bola;
7. Facilita a ocupação de espaço;
8. Melhor forma de sair da marcação sobre pressão;
9. Dificulta a cobertura da equipe adversária.

Desvantagens do Sistema 4×0

1. Todos na quadra devem entender o sistema caso contrário, não vai funcionar!
2. Os jogadores devem estar extremamente bem condicionados fisicamente;
3. Se os jogadores focarem muito na movimentação a equipe fica previsível e pouco ofensiva;
4. Os jogadores devem ser bons tecnicamente;
5. Os jogadores devem ser ágeis;
6. Gera bastante desgaste físico.

Sistema 3x2



#FicaEmCasa #LaveAsMãos

O Sistema Tático 3x2 no Futsal acontece quando o goleiro (Goleiro Linha) sai de sua área para participar das jogadas de ataque de sua equipe. Geralmente o goleiro é substituído por um jogador de linha, para tornar esse sistema mais eficiente ofensivamente. Com esta formação os jogadores não mudam de posição muitas vezes. Eles tentam cansar os defensores, passando a bola rapidamente em todos os cantos da quadra.

Vantagens do Sistema 3x2

1. Cria-se uma vantagem numérica ao atacar;
2. Possibilita a criação de oportunidades claras de finalizações.

Desvantagens do Sistema 3x2

1. Há um grande risco de sofrer um gol de contra-ataque, já que o goleiro fica fora da meta nesse sistema;
2. A equipe pode jogar com um goleiro não especialista em defender.

EXERCÍCIOS:

1- Cite uma diferença entre futsal e futebol de campo?

2-Quais as medidas da quadra de futsal?

3- Os sistemas de jogo no futsal são utilizados para organizar a equipe em quadra. Quais são os sistemas de jogo no futsal? Marque a alternativa correta:

- a- () 3 x 1, 2 x 2, 4x0, 3x2
- b- () 2x2 , 4x2, 3x3, 3x1
- c- () 4x0, 5x1, 2x2 ,3x3
- d- () 3x1, 3x3,2x1, 4x1

4- O Sistema Tático no Futsal é usado por equipes de alto nível, como as equipes profissionais. A idéia é ter todos os 4 jogadores se movendo de uma só vez. Esse sistema tático é? Marque a alternativa correta

- a- () 2x2
- b- () 3x1
- c- () 4x0
- d- () 3x2

5- Você já assistiu a uma partida de futsal profissional na televisão? E pessoalmente?