COLÉGIO ESTADUAL DR. HÉLIO SOUZA BUENO
Endereço: RUA PRESIDENTE COSTA E SILVA, 1485
Tel: (63) 3452-1197/1221
e-mail: colegiodrhelio@gmail.com

ROTEIRO DE ESTUDO

Nº 01	ANO: 2021	BIMESTRE: 1º	PERIODO: 17 A 31/05/2021

COMPONENTE CURRICULAR/DISCIPLINA:

PROFESSOR: Prissila Cavalcante (62) 99474- 3299	**TURMA:** **( ) 92.01** **( ) 92.02** **( ) 92.03**

ESTUDANTE:

CRONOGRAMA:

- **INÍCIO DAS ATIVIDADES:** 17/05/2021
- **ENTREGA DAS ATIVIDADES:** 01/05/2021

CARGA HORÁRIA DAS ATIVIDADES: 2 horas

HABILIDADE/OBJETIVO DA ATIVIDADE:

- A atividade proposta tem como objetivo conhecer os vários sistemas táticos e técnicos do futsal.

OBJETO DE CONHECIMENTO/ CONTEÚDO:

- 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

#FicaEmCasa #LaveAsMãos

LIVEWORKSHEETS

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;

LIVEWORKSHEETS

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 3×1

- 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 3×1

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

SISTEMA 2 x 2 OU QUADRADO:

O Sistema Tático 2×2 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 2×2

- 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 momento do jogo.

Desvantagens do Sistema 2×2

- 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

LIVEWORKSHEETS

- 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

LIVEWORKSHEETS

O Sistema Tático 3×2 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 3×2

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

Desvantagens do Sistema 3×2

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?

#FicaEmCasa #LaveAsMãos

LIVEWORKSHEETS