

Mini Livro Digital

FUNDAMENTOS DO FUTSAL

CONTEÚDO: DOMÍNIO OU RECEPÇÃO
DA BOLA, O CONTROLE DE BOLA, A
CONDUÇÃO DE BOLA, O PASSE, O
CHUTE, O CABECEIO, O DRIBLE E A
FINTA

EDIÇÃO 2017



www.dicaseducacaofisica.info

O que são os Fundamentos do Futsal?



Os **Fundamentos do Futsal** são as técnicas utilizadas durante o jogo de Futsal. Passe, chute e cabeceio são exemplos de Fundamentos do Futsal.

Quais são os Fundamentos do Futsal?

São fundamentos do Futsal o domínio ou **recepção** da bola, o **controle** de bola, a **condução** de bola, o **passe**, o **chute**, o **cabeceio**, o **drible** e a **finta**.

Veja abaixo um resumo de qualidade dos principais fundamentos do Futsal.

Fundamento Recepção ou Domínio de bola no Futsal



Recepção ou **domínio** de bola no Futsal é o ato de receber a bola no Futsal, o domínio pode ser realizado com qualquer parte do corpo permitida pelas Regras do Futsal, como pés, coxa, peito, cabeça e outras partes. A principal e a mais indicada técnica para recepção/domínio da bola no Futsal é a “pisada”, que é quando o jogador de Futsal domina a bola pisando nela com a sola do pé.

Fundamento Controle de bola no Futsal

O **Controle** de bola no Futsal se diferencia do domínio de bola pois se refere ao ato de manter a bola sobre controle sem deixá-la cair no chão. Essa técnica também é popularmente conhecida no Brasil como **embaixadinha**.

Fundamento Condução de bola no Futsal



A **Condução** de bola é o ato de conduzir a bola sobre seu domínio através da quadra de jogo. É possível fazer a condução de bola em linha reta ou com mudanças de direção (ziguezague). A condução pode ser usando a parte frente do “peito” do pé ou pisando na bola, o chamado “rolinho”.

É muito importante que a **Condução** seja feita com a bola bem próxima aos pés do jogador.

Fundamento Passe de bola no Futsal



O **Passe** de bola no Futsal é o ato de enviar a bola para um jogador da mesma equipe. O Passe pode ser realizado com qualquer parte do corpo permitida pelas Regras do Futsal, com os pés, a coxa, o peito, a cabeça, o calcanhar. A técnica mais utilizada de passe é feito tocando a bola com a parte interna do pé, o chamado passe colocado.

Fundamento Chute ou finalização no Futsal



O **Chute** no Futsal é o ato de enviar a bola em direção a meta/gol da equipe adversária com a intenção de marcar um gol. O Chute pode ser realizado com qualquer parte do corpo permitida pelas Regras do Futsal, chute com a parte interna do pé (colocado), com o “peito” do pé, de pico, de calcanhar, de coxa, de cabeça. O melhor Chute é aquele que une precisão e força.

Fundamento Cabeceio no Futsal

Fundamento **Cabeceio** no Futsal é o ato de dar uma cabeçada na bola, o Cabeceio no Futsal pode ser usado de forma defensiva, para interromper um ataque adversário, para dar Passes ou em forma de Chute/Finalização, com o objetivo de marcar um gol. A técnica mais utilizada de Cabeceio no Futsal é feita usando a região da testa.

Fundamento Drible no Futsal



O **Drible** no Futsal envolve outros dois fundamentos, o Domínio e a Condução. O Drible é o ato de passar dominando e conduzindo a bola. O Drible exige mudança de direção, criatividade, velocidade e agilidade, com intenção de enganar o adversário e passar por ele.

Fundamento Finta no Futsal

A **Finta** no Futsal é diferente do Drible pois é feita sem o domínio da bola, também conhecida como Drible de Corpo. A Finta é um movimento criativo, com mudança de direção, sem a bola, feita para enganar o adversário com o objetivo de alcançar ou receber a bola.

Dicas Educação Física

Quer mais conteúdo de qualidade e de graça sobre Educação Física e Esportes?

Acesse:

www.dicaseducaacaofisica.info

