

Materia: EDUCACIÓN FÍSICA -1º ESO-

Tareas 3ª **EVALUACIÓN** | Contenido: **Fútbol-Sala (3)** | Ficha: 3 de 3

ALUMNO/A:

Prof. Guardia:

Apoyo Libro de Texto (sí/no): tema pág.....

FECHA Y HORA:



Fichas de Trabajo ESO - Aula de Convivencia by Fco. Javier Torres Roco is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial CompartirIgual 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

TEORÍA
FÚTBOL-SALA
Habilidades cuando NO tenemos el balón

-Defender a un jugador que no tiene el balón.

. Para proteger el propio campo y conseguir el balón, los jugadores adoptan la posición defensiva, con los brazos adelantados, las piernas semiflexionadas y el peso del cuerpo sobre la parte anterior de los pies.

. El jugador que defiende a un oponente sin balón, se sitúa cerca de la línea de pase, y se orienta dando frente a la vez a su oponente y al lugar donde se encuentra el balón.

. Al desplazarse, se dan pasos laterales, sin cruzar los pies, y con el pecho se trata de forzar al oponente a ir a la zona del campo donde el defensor quiera.

-Defender a un jugador que tiene el balón.

. Frente al oponente, el defensor tapa la línea de tiro, sin dejar nunca de dar la espalda a la portería. Para dificultar su acción se utilizan gestos técnicos defensivos como...

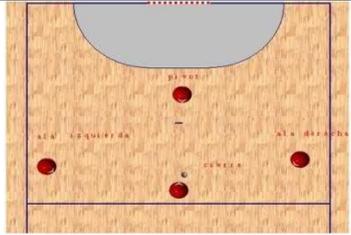
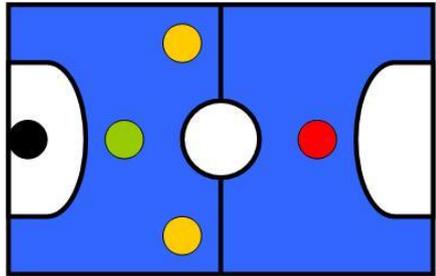
- Ataje: es interceptar la trayectoria del balón golpeándolo con el pie.
- Despeje: se interrumpe la trayectoria del balón, desviándolo para alejarlo. Se aplica cuando no es posible controlar el balón, o ante una situación peligrosa que puede favorecer al equipo contrario.
- Carga: es contactar con el hombro del oponente sin cometer falta.

-El juego en equipo.

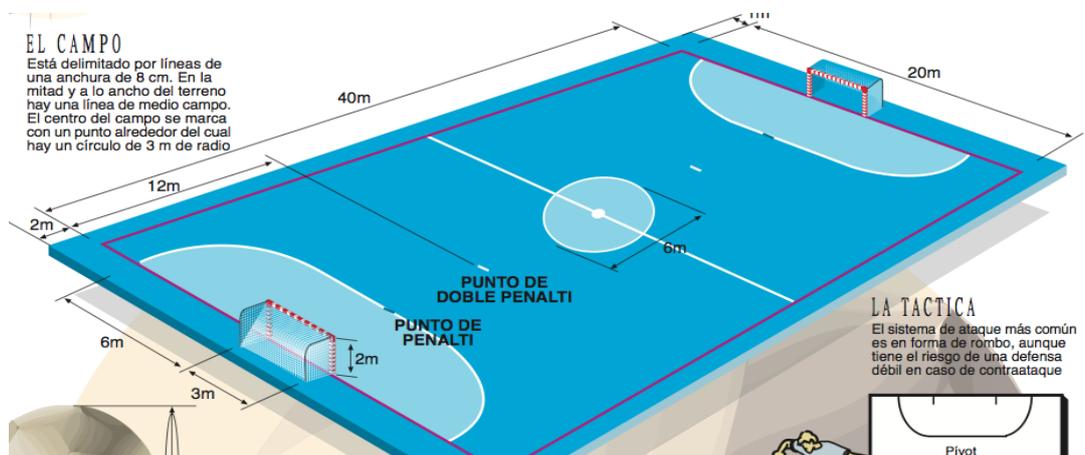
. Durante un partido los jugadores se sitúan de manera organizada en el campo y aplican diferentes sistemas de juego para conseguir eficacia en las acciones del juego.

Cuando el equipo tiene el balón, cada jugador ocupa una zona determinada.

<p>El sistema en cuadrado ó 2-2</p>		<p>VENTAJAS: Es fácil de comprender. Exige poca preparación física.</p> <p>DESVENTAJAS Hay que defender mucho espacio que no está tan bien organizado como el sistema 3-1 Facilita situaciones de inferioridad...</p>
-------------------------------------	--	---

<p>El sistema en rombo ó 1-2-1</p>		<p>Ventajas Economiza muy bien el espacio, permitiendo una más fácil realización de todos los movimientos. Permite una mayor posesión de balón que el sistema 2-2.</p> <p>Desventajas Requieren una gran preparación física, porque se realiza un gran desgaste físico. Este sistema se utiliza sobre todo en equipo de nivel medio-alto y es muy útil cuando se quiere estudiar al contrario situándonos en medio del campo y observando sus movimientos.</p>
<p>El sistema en triángulo ó 3-1</p>		<p>VENTAJAS Economiza muy bien el espacio, permitiendo una más fácil realización de todos los movimientos. Permite una mayor posesión de balón que el sistema 2-2</p> <p>DESVENTAJAS Requiere una gran preparación física, porque se realiza un gran desgaste físico. Este sistema se utiliza sobre todo en equipos de nivel medio-alto, y es muy útil cuando se quiere estudiar al contrario -situándonos en medio campo y observando sus movimientos.</p>

Cuando el equipo no tiene el balón los jugadores aplican un sistema de defensa en zonas o individual. En el primero cada jugador sólo se ocupa del oponente que se encuentre en un espacio asignado. En la defensa individual cada jugador siempre defiende al mismo oponente, lo cual exige tanta velocidad o resistencia como tenga éste.



Materia: EDUCACIÓN FÍSICA -1º ESO-

Tareas 3ª **EVALUACIÓN**

Contenido: **Fútbol-Sala (3)**

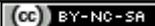
Ficha: 3 de 3

ALUMNO/A:

Prof. Guardia:

Apoyo Libro de Texto (sí/no): tema pág.....

FECHA Y HORA:



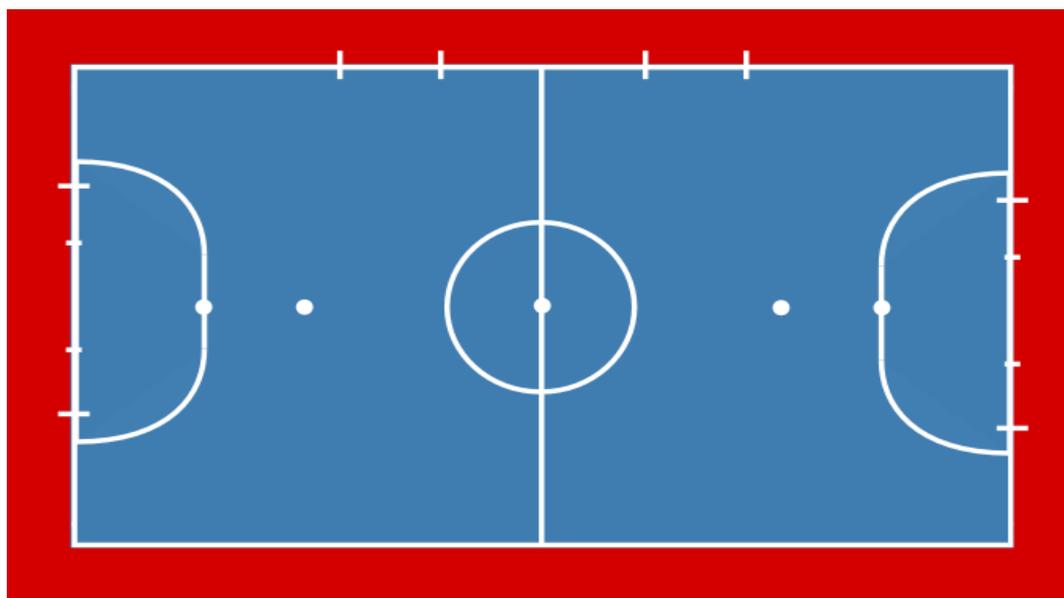
Fichas de Trabajo ESO - Aula de Convivencia by Fco. Javier Torres Roco is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial CompartirIgual 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

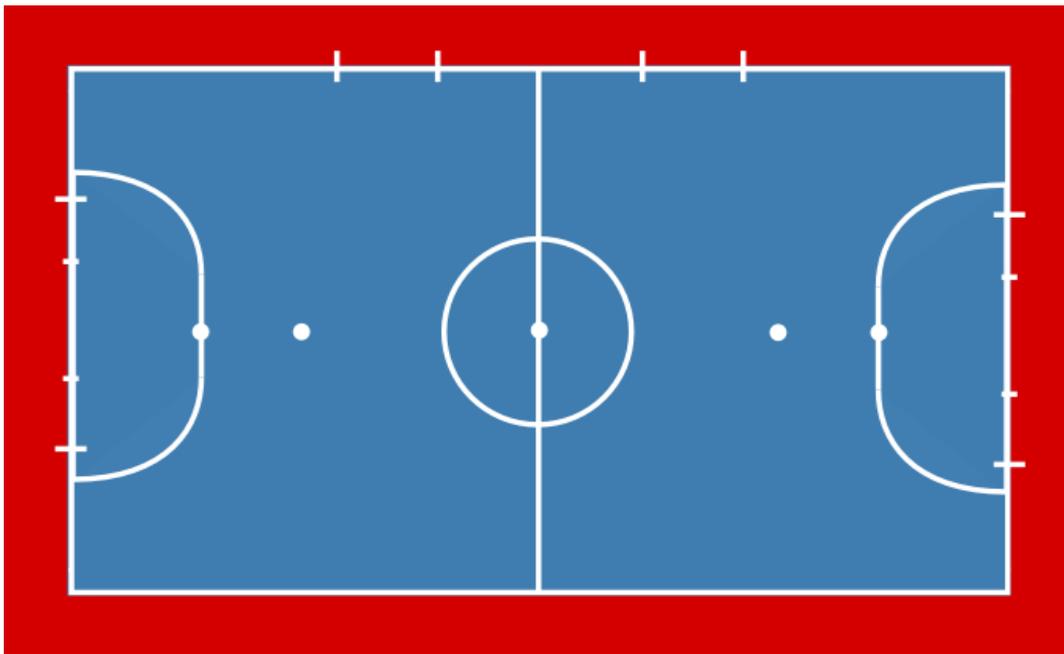
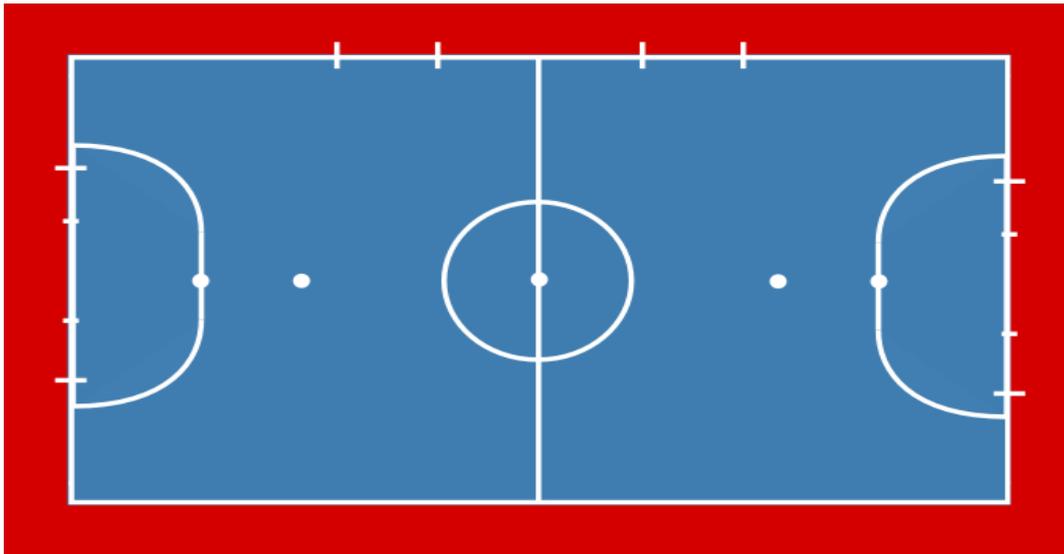
EJERCICIOS

1.- ¿Qué utilidad tiene un sistema de juego?

2.- ¿Qué sistemas de juego se pueden emplear cuando el equipo no tiene el balón?

3.- Representa gráficamente la colocación inicial de los jugadores en cada uno de los sistemas de juego, en un lado del campo. En el otro lado dibuja un ejercicio para mejorar la técnica, que consista en pase, regate y tiro.





VALORACIÓN DEL PROFESOR DE GUARDIA		¿Trabaja?	SI	NO
------------------------------------	--	-----------	----	----

OBSERVACIONES