

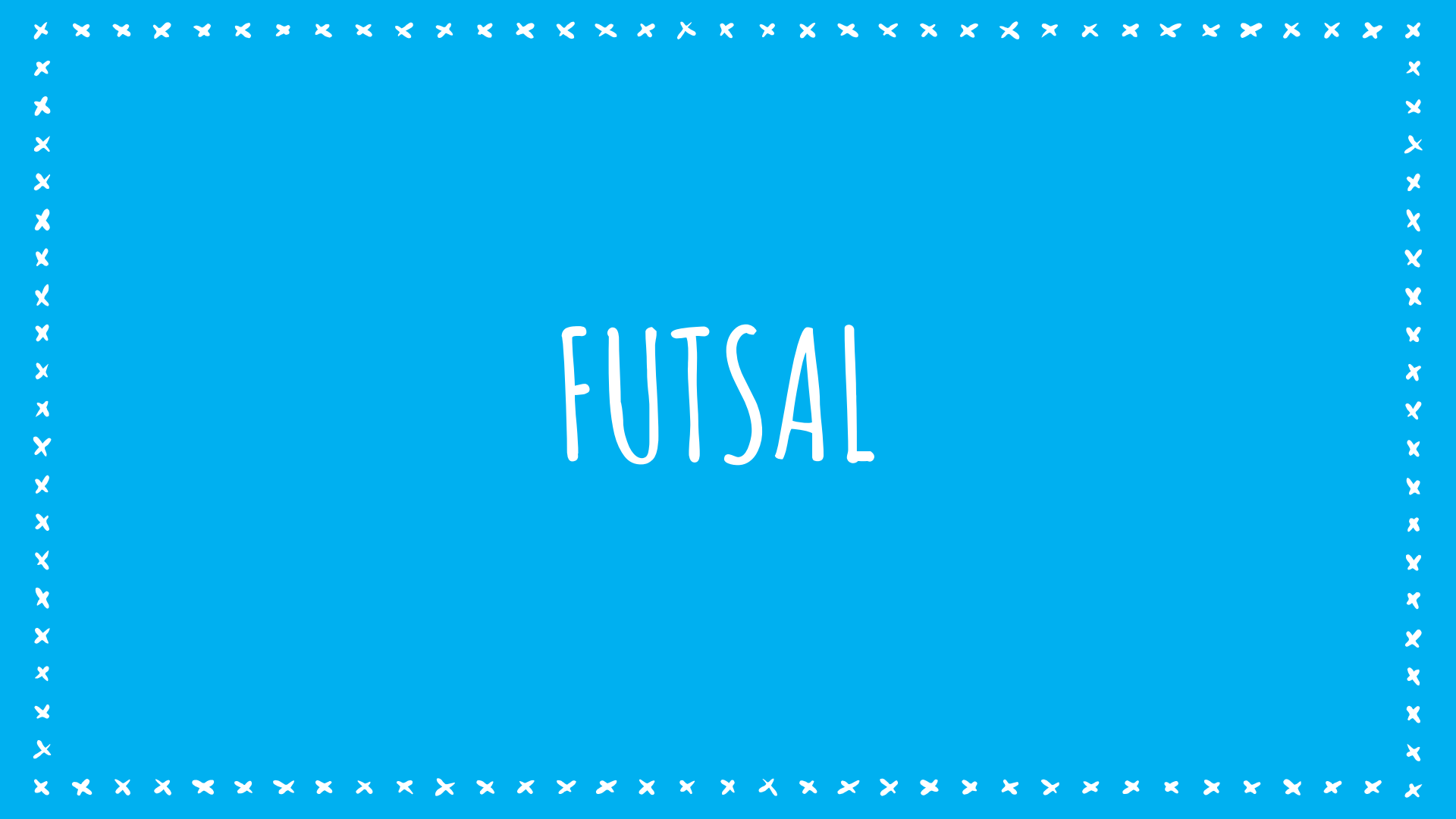
*#ESCOLASEMMUROS  
EM CASA TAMBÉM SE APRENDE*

# *Educação Física*

## *Ensino Médio*

### *1ª SÉRIE*

*Vivenciar sistemas de jogo e preceitos táticos inerentes ao Futsal.  
Identificar sistemas defensivos e ofensivos da modalidade. (Futsal)*



FUTSAL

*O Futsal é um esporte coletivo, disputado em quadra, no qual cada time tem 5 jogadores. O Futsal começou a ser jogado aproximadamente em 1940, por jovens da Associação Cristã de Moços, em São Paulo. Eles não encontravam campos de futebol para jogar, então improvisaram partidas nas quadras de basquete. Na época os times, tinham cinco, seis e até sete jogadores. Atualmente, o Futsal é um dos três esportes mais populares no Brasil. Entende-se que o principal motivo para essa ascensão é a dificuldade cada vez maior de se encontrar campos de várzea para jogar o futebol de campo, sobretudo em grandes cidades.*



*O Futsal é uma das modalidades que vem se destacando muito no cenário brasileiro e mundial, nas aulas de Educação Física é um dos esportes mais querido dos alunos. Hoje em dia quase todos praticam o futsal!*

*O termo sistema tático é utilizado para descrever o posicionamento dos atletas em uma quadra de acordo com a função exercida por cada um, este posicionamento tático está intimamente relacionada as ações dos adversários, pois a dinâmica do Futsal é muito complexa. A troca de posição entre os jogadores é constante, pela exigência de uma intensa movimentação.*

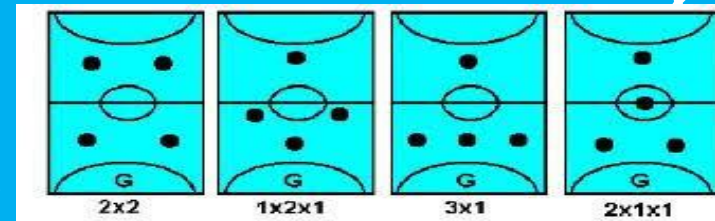
*As equipes costumam modificar seus sistemas táticos dentro de uma mesma partida, em virtude de possível ineficiência diante do sistema utilizado pelo adversário.*



## Os sistemas podem ser ofensivos e defensivos

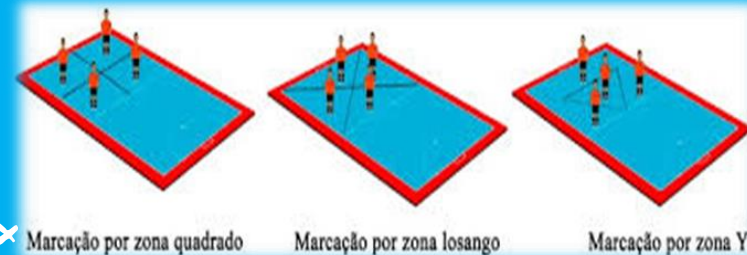
Os Sistemas Ofensivos são:

- ✓ 2x2 que se caracteriza pelo posicionamento de dois atletas na quadra defensiva e dois na quadra ofensiva;
- ✓ 3x1 esse sistema e responsável pela nomenclatura das posições no futsal,
- ✓ 2x1x1 se caracteriza por dois jogadores na defesa um outro no meio da quadra e um mais avançado denominado pivô,
- ✓ 1x2x1 caracteriza por um jogador na defesa dois alas mais adiantados e o pivô,
- ✓ 1x3 caracteriza quando o pivô está com a posse de bola e os dois alas avançam para a meia quadra ofensiva, 4x0 esse sistema se assemelha muito com o 3x1 a diferença e que o pivô também entra no rodízio,
- ✓ 1x4 esse sistema foi criado com as modificações nas regras onde o goleiro pode atuar fora de sua área ,
- ✓ 3x2 esse sistema e uma variação do 2x2 mas goleiro ajuda nas armações das jogadas.



O Sistema Defensivo são os tipos de marcações individual que se caracterizam pelo confronto direto de dois jogadores o chamado **homem a homem** e que e o posicionamento da equipe defensora de acordo a equipe adversária e a **marcação por zona** que se caracteriza em atribuir a cada jogador da equipe uma zona definida da defesa, com incumbência de ocupá-la e defendê-la nesse sistema marca-se a bola não o jogador .

Os sistemas táticos trazem muitas vantagens para as equipes que sabem atuar em todos eles pois ocorre uma grande rotatividade pelo lado das equipes adversárias tanto ofensivamente quanto defensivamente e cada equipe a ser enfrentada tem sua forma diferente de usar as suas táticas por isso devem estar bem treinados em todos os sistemas.



Marcação por zona quadrado

Marcação por zona losango

Marcação por zona Y

*1. Fale sobre os sistemas ofensivo e defensivo do Futsal.*



*Circuito de Futsal: VAMOS EXERCITAR?*

*1-Condução de bola: desviando de obstáculos espalhados pelo espaço que você tiver disponível.*

*2-Cabeceios: lance a bola para cima, um pouco acima da altura da cabeça e cabeceie tentando acertá-la num alvo, ou cabeceie a bola próximo de você.*







VOLEIBOL

*O Voleibol foi criado em 9 de Fevereiro de 1895 pelo americano William George Morgan, diretor de Educação Física da Associação Cristã de Moços (ACM), na cidade de Holyoke, em Massachusetts.*



*A primeira bola de voleibol foi uma câmara de bola de basquetebol. Mais tarde, Morgan solicitou a firma A. G. Stalding & Brothers a fabricação uma bola para o referido esporte.*

*O voleibol é um jogo em que os jogadores usam as mãos para tocar a bola. Porém, não é permitido segurá-la ou carregá-la. Controlada apenas por toques das mãos, a bola deve ser lançada para o campo adversário, e vice-versa, por cima da rede que divide os dois campos, até que a bola toque o chão.*

*O jogo inicia com a bola sendo lançada para o campo do adversário por um jogador que se coloca atrás da linha de fundo de seu campo. Este lançamento é chamado **saque**. No saque a bola deve ser golpeada e não lançada.*

*Ao contrário de muitos esportes coletivos, tais como o futebol ou o basquete, o voleibol é jogado por pontos, e não por tempo. Cada partida é dividida em sets que terminam quando uma das duas equipes conquista 25 pontos.*



*Deve haver também uma diferença de no mínimo dois pontos com relação ao placar do adversário - caso contrário, a disputa prossegue até que tal diferença seja atingida. O vencedor será aquele que conquistar primeiramente três sets.*

*O jogo termina quando um time completa três sets vencidos, cada partida de voleibol dura no máximo cinco sets. Se isto ocorrer, o último recebe o nome de tie-break e termina quando um dos times atinge a marca de 15, e não 25 pontos.*

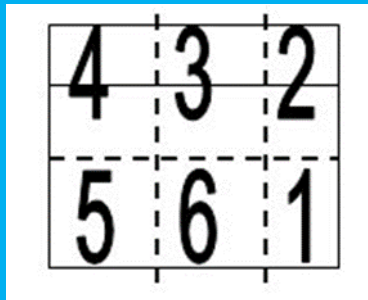
*Como no caso dos demais, também é necessária uma diferença de dois pontos com relação ao placar do adversário.*



## *DISPOSIÇÃO DOS JOGADORES*

*Os seis jogadores de cada equipe são dispostos na quadra do seguinte modo:*

*No sentido do comprimento, três estão mais próximos da rede (jogadores de ataque) e três mais próximos do fundo (jogadores de defesa); e, no sentido da largura, dois estão mais próximos da lateral esquerda; dois, do centro da quadra; e dois, da lateral direita. Estas posições são identificadas por números: com o observador postado frente à rede, aquela que se localiza no fundo à direita recebe o número 1, e as outras seguem-se em ordem crescente conforme o sentido anti-horário.*

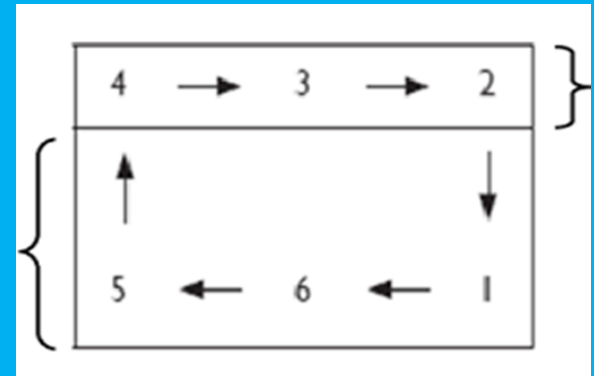


## RODÍZIO

*O rodízio no Voleibol é o ato no qual os jogadores de uma equipe rodam na quadra, no sentido horário, trocando uma posição em relação a ocupada anteriormente.*

***Quais são as posições de rodízio?***

*As posições de rodízio vão de 1 a 6. Sendo que o jogador que ocupar a posição N° 1, sempre será o responsável, obrigatoriamente, de realizar o saque da equipe.*





## **Quando ocorrerá o rodízio?**

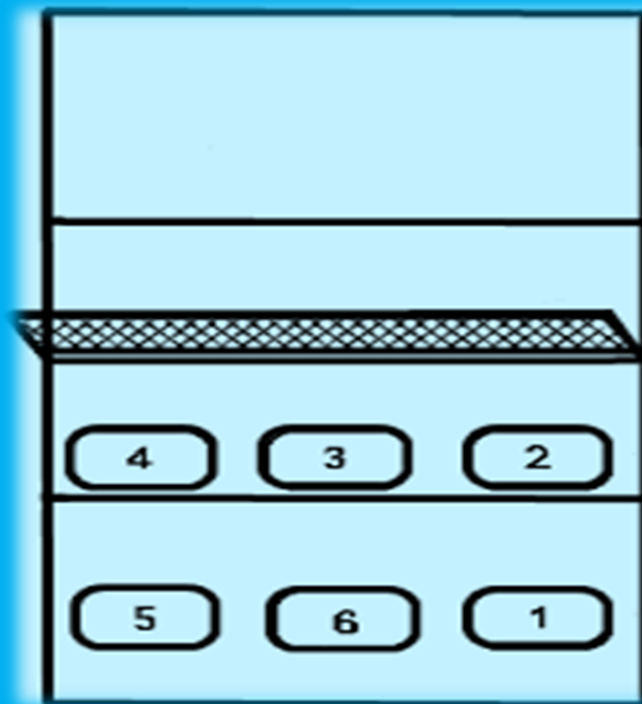
*O rodízio ocorre todas as vezes em que uma equipe marca um ponto após o saque da equipe adversária. Ou seja, se sua equipe marcou um ponto após o saque do adversário, sua equipe deve rodar uma posição, no sentido horário. Já se sua equipe marcou um ponto após um saque de sua própria equipe, o rodízio permanece como está.*

## **Regras relacionadas ao rodízio:**

*Primeira regra relacionada ao rodízio está relacionada ao saque, que sempre será feito pelo jogador que ocupar a posição 1 após um rodízio.*

*Outra regra importante é que os jogadores que ocuparem as posições de “fundo” (1, 5 e 6) não podem atacar na linha de 3 metros, ou mesmo pisando nela. De forma, esses mesmos jogadores também ficam impedidos de bloquear, já que é impossível efetuar um bloqueio estando atrás da linha de 3 metros.*

*1. Sinalize a movimentação do rodízio, no desenho abaixo.*







*Se possível registre seu  
treino!*



***BONS ESTUDOS!***

***PREFEITURA MUNICIPAL DE TAUBATÉ  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO***

***EPP – Equipe de Práticas Pedagógicas e Professores da Rede Municipal de Ensino  
eppdeed@gmail.com***