



FÚTBOL SALA



ÍNDICE

1. CONCEPTO
2. TERRENO DE JUEGO
3. PORTERÍAS
4. EL BALÓN
5. NÚMERO DE JUGADORES
6. POSICIÓN DE LOS JUGADORES EN EL CAMPO
7. EQUIPAMIENTO BÁSICO
8. ÁRBITROS
9. DURACIÓN DEL ENCUENTRO
10. INICIO Y REANUDACIÓN DEL JUEGO
11. SAQUE DE SALIDA
12. BALÓN AL SUELO
13. BALÓN FUERA DE JUEGO

14. BALÓN DE JUEGO
15. GOL MARCADO
16. FALTAS E INCORRECCIONES
17. SANCIONES DISCIPLINARIAS
18. TIRO LIBRE
19. FALTAS ACUMULATIVAS
20. PENAL
21. SAQUE DE BANDA
22. SAQUE DE META
23. SAQUE DE ESQUINA
24. ASPECTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL SALA
25. SISTEMAS DE JUEGO
26. BIBLIOGRAFÍA

1. CONCEPTO

El fútbol sala es un deporte colectivo en el que se enfrentan dos equipos con el objetivo de introducir la pelota en la portería contraria y evitar que la introduzcan en la propia.

2. TERRENO DE JUEGO

La superficie de juego deberá ser lisa, estar libre de asperezas y no abrasiva. Se recomienda que la superficie sea de madera o material sintético, mientras que se deberá evitar el uso de hormigón o alquitrán.

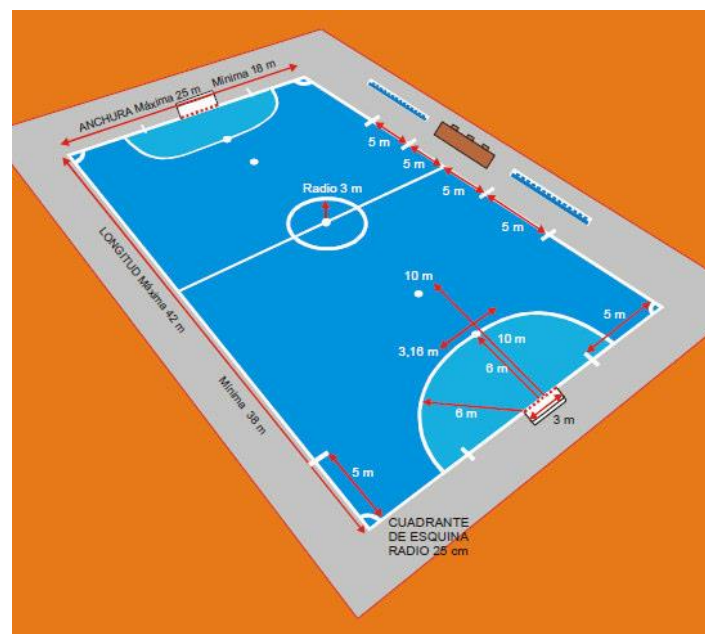
La superficie de juego será rectangular y su longitud deberá ser mayor que su anchura.

- LONGITUD: MÍNIMO 38 M, MÁXIMO 42 M
- ANCHURA: MÍNIMO 18 M, MÁXIMO 22 M

Como normal general las dimensiones del terreno de juego será de:

- 40 METROS DE LARGO
- 20 METROS DE ANCHO

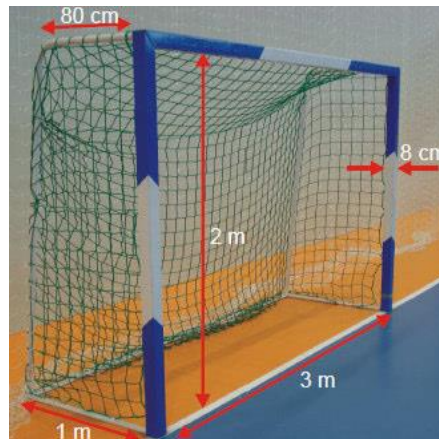
**ZONAS DEL TERRENO DE JUEGO:
DENOMINACIÓN, LOCALIZACIÓN Y MEDIDAS**



3. PORTERÍAS

En fútbol sala las dimensiones de las porterías serán:

- ALTURA: 2 METROS
- ANCHURA: 3 METROS



4. EL BALÓN.

El balón será esférico, de cuero y con dimensiones variables dependiendo de la categoría de los jugadores:

- Circunferencia mínima de 62 cm y máxima de 63 cm para las categorías señor, juvenil, cadete e infantil.
- Circunferencia máxima de 58-59 cm para las categorías de benjamín y alevín.
- Peso: 420 g al comienzo del partido.
- Presión: 0.4 – 0.6 atmósferas.



5. NÚMERO DE JUGADORES.

Los partidos de fútbol sala los disputan dos equipos de 5 jugadores cada uno, entre los que se encuentran los porteros.

Durante el transcurso del partido se podrán realizar cambios, entrando así al terreno de juego aquellos jugadores que no han salido en el equipo inicial. Se permiten hasta un máximo de 7 jugadores suplentes (los que están en el banquillo) y se pueden realizar todos los cambios que

se quiera durante el partido. Cabe destacar aquí que un mismo jugador puede entrar y salir a jugar las veces que su entrenador lo considere necesario (no existiendo tope en este sentido) con la única salvedad de que debe hacerlo por la zona de sustituciones y cuando haya abandonado el campo el jugador sustituido.

Por último, reseñar que el guardameta podrá cambiar su posición con cualquier otro jugador.



6. POSICIÓN DE LOS JUGADORES EN EL CAMPO.



- Cierre: ocupa la posición más retrasada dentro del equipo y suelen ser jugadores bastante completos tanto en defensa como en ataque. Poseen una excelente visión del juego y gran precisión en los golpes realizados a largas distancias.
- Alas: jugadores hábiles, rápidos, con buen lanzamiento desde las bandas y con actitudes defensivas importantes.
- Pívor: jugador avanzado en el ataque que ocupa posiciones centrales dentro del campo que destaca en la protección de la pelota, el regate, el tiro y el pase.

7. EQUIPAMIENTO BÁSICO

Los jugadores de fútbol sala deben llevar:

- Camiseta.
- Pantalón corto.
- Medias.
- Espinilleras.

- Zapatillas deportivas con suela de goma o similar.
- Los porteros pueden llevar pantalón largo y su camiseta será distinta a la de sus compañeros y árbitros para evitar confusiones. Si es sustituido por un jugador de campo, éste debe llevar su mismo número en una camiseta de portero.



8. ÁRBITROS.

En fútbol sala los partidos son controlados por dos árbitros. Ellos son la autoridad y por lo tanto los encargados de que se cumplan las reglas que rigen este deporte. Cuentan con el apoyo de un cronometrador y un tercer árbitro situados en la mesa de anotación.



9. DURACIÓN DEL ENCUENTRO.

Los encuentros en fútbol sala tienen una duración de 40 minutos, divididos en dos períodos de 20 minutos.

En las categorías alevín y benjamín la duración de los encuentros será de 30 minutos divididos en 2 períodos de 15 minutos.

En lo relativo a los tiempos muertos, destacar que cada equipo cuenta con un tiempo muerto en cada uno de los períodos.



10. INICIO Y REANUDACIÓN DEL JUEGO.

Cuando va a comenzar un partido los árbitros lanzan una moneda hacia arriba para sortear la dirección del ataque en el primer tiempo. El equipo favorecido en el sorteo elige hacia dónde atacar (en el segundo tiempo sacará de centro), siendo el equipo contrario el que realice el saque de inicio del primer tiempo.

En el segundo tiempo los equipos cambian de portería y saca de centro el que no lo había hecho al principio del partido.



11. SAQUE DE SALIDA.

El saque de salida es una forma de iniciar o reanudar el juego y se realiza en las siguientes situaciones:

- Al inicio del partido.
- Después de cada uno de los goles conseguidos.
- Al inicio del 2º tiempo del partido.
- Al inicio de cada uno de los tiempos suplementarios.

Se puede conseguir un gol directamente de saque de centro o de salida.

Para realizar correctamente un saque de inicio o de salida los jugadores del equipo contrario deben estar a 3 metros de la pelota y ésta debe ser jugada hacia delante por los componentes del equipo que realiza el saque. La pelota no podrá ser tocada de nuevo por el jugador que realiza el saque hasta que no sea tocada por otro compañero.



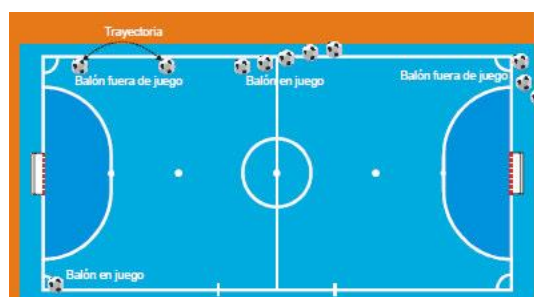
12. BALÓN AL SUELO.

Se denomina balón al suelo a la forma de reanudar el juego cuando éste ha sido interrumpido de manera necesaria estando aún en juego el balón. El árbitro lo deja caer entre dos adversarios y éstos no pueden tocarlo hasta que el balón toque el suelo.



13. BALÓN FUERA DE JUEGO.

En fútbol sala se considera que el balón está "fuera de juego" cuando éste rebasa por completo la línea de banda o de fondo, cuando golpea el techo del pabellón o cuando los árbitros detienen el juego.



14. BALÓN DE JUEGO.

El balón está en juego en el resto de las situaciones, incluso cuando da en los árbitros y permanece dentro de las líneas que delimitan el terreno de juego.

15. GOL MARCADO.

Sólo se concederá gol si el balón traspasa por completo la línea de portería entre los postes y por debajo del travesaño, siempre que no haya sido conseguido con la mano. También el portero puede hacer gol.

Ganará el partido el equipo que consiga mayor número de goles durante el tiempo de partido.



16. FALTAS E INCORRECCIONES.

En fútbol sala no está permitido:

1. Dar patadas o intentarlo.
2. Zancadillear o intentarlo.
3. Saltar sobre un adversario.
4. Cargar a un adversario.
5. Golpear a un adversario o intentarlo.
6. Empujar a un adversario.
7. Sujetar a un adversario.
8. Escupir a un adversario.
9. Deslizarse por el juego para quitar la pelota al adversario.
10. Tocar el balón con la mano, excepto el portero en su área.

Todas estas faltas son acumulativas y se sancionan con tiro libre directo.

Se sanciona con un tiro libre indirecto las siguientes acciones del portero:

1. Si tras despejar el balón, lo vuelve a tocar tras el pase voluntario de un compañero sin que el balón haya traspasado la línea de medio campo.
2. Si toca o controla con las manos el balón que un compañero le ha pasado deliberadamente con el pie.
3. Si toca o controla con las manos el balón que un compañero le ha pasado directamente de un saque de banda, esquina o tiro libre.
4. Si toca o controla el balón con las manos o los pies en su propia mitad de la superficie de juego durante más de cuatro segundos.
5. Cuando en un saque de meta no pone el balón fuera del área en cuatro segundos desde que toma la posesión del mismo.

Igualmente se concederá un tiro libre indirecto si un jugador:

1. Juega de manera peligrosa.
2. Obstaculiza el avance de un adversario.
3. Impide que el portero lance el balón con las manos o comete cualquier otra falta tipificada y recogida en la Regla 11, por la cual el juego es interrumpido para amonestar o expulsar a un jugador.

17. SANCIONES DISCIPLINARIAS

Jugadores titulares, suplentes y técnicos podrán ser sancionados con tarjeta amarilla o roja.

18. TIRO LIBRE.

Los tiros libres pueden ser directos o indirectos. En ambos el balón debe estar inmóvil en el momento del saque y quien lo golpea no podrá volver a tocarlo hasta que no sea tocado por otro jugador.

En el tiro libre directo se concede gol si la pelota entra en la portería directamente sin tocar en nadie (o tocando en alguien).

En el tiro libre indirecto sólo se concede gol si la pelota toca en alguien antes de entrar en la portería.

Cuando se va a sacar un tiro libre los adversarios deben estar a no menos de cinco metros del balón hasta que éste sea puesto en juego.

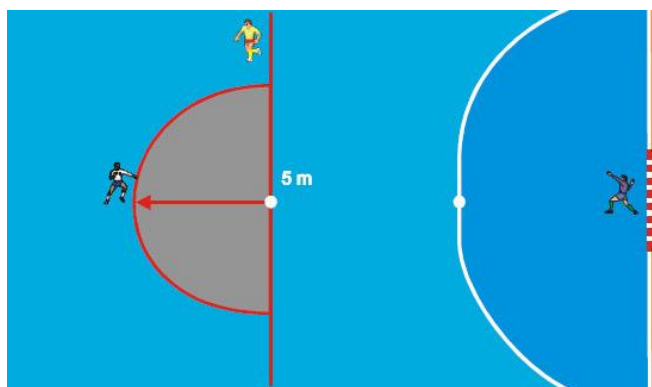


19. FALTAS ACUMULATIVAS.

A partir de la sexta falta acumulativa, en cada uno de los períodos, todos los tiros serán directos, (sin barrera) hacia la portería del equipo infractor.

Todos los jugadores deberán estar situados a 5 metros del balón y detrás de una línea imaginaria paralela a la línea de portería, no pudiendo obstaculizar al jugador que lanza el tiro libre directo.

El portero permanecerá en su área a una distancia del balón no menor a 5 metros.



20. PENAL.

Cuando el equipo defensor comete una falta a un adversario dentro de su propia área de portería el árbitro sanciona un tiro penal. El balón se sitúa a 6 metros de la línea de portería y nadie puede (excepto el portero que estará sobre la línea de portería) colocarse delante de la pelota.

21. SAQUE DE BANDA.

El saque es una forma de reanudar el juego y se concede cuando la pelota ha traspasado (por aire o tierra) la línea de banda en su totalidad, o toca el techo de la sala.

Saca, desde el punto por el que salió el balón, el equipo contrario al que tocó el balón por última vez. El balón debe estar quieto sobre la línea y ningún adversario podrá estar situado a menos de 5 metros del balón. El jugador que lo ejecuta tiene un máximo de 4 segundos para realizar el saque y no podrá anotar un gol directamente de saque de banda.

22. SAQUE DE META.

El saque de meta se concede cuando la pelota traspasa (por aire o tierra) la línea de fondo. Lo realiza el portero con las manos, tiene que ir más allá de la línea que delimita el área de portería y tiene para ello 4 segundos como máximo. No puede meter gol directamente.

23. SAQUE DE ESQUINA.

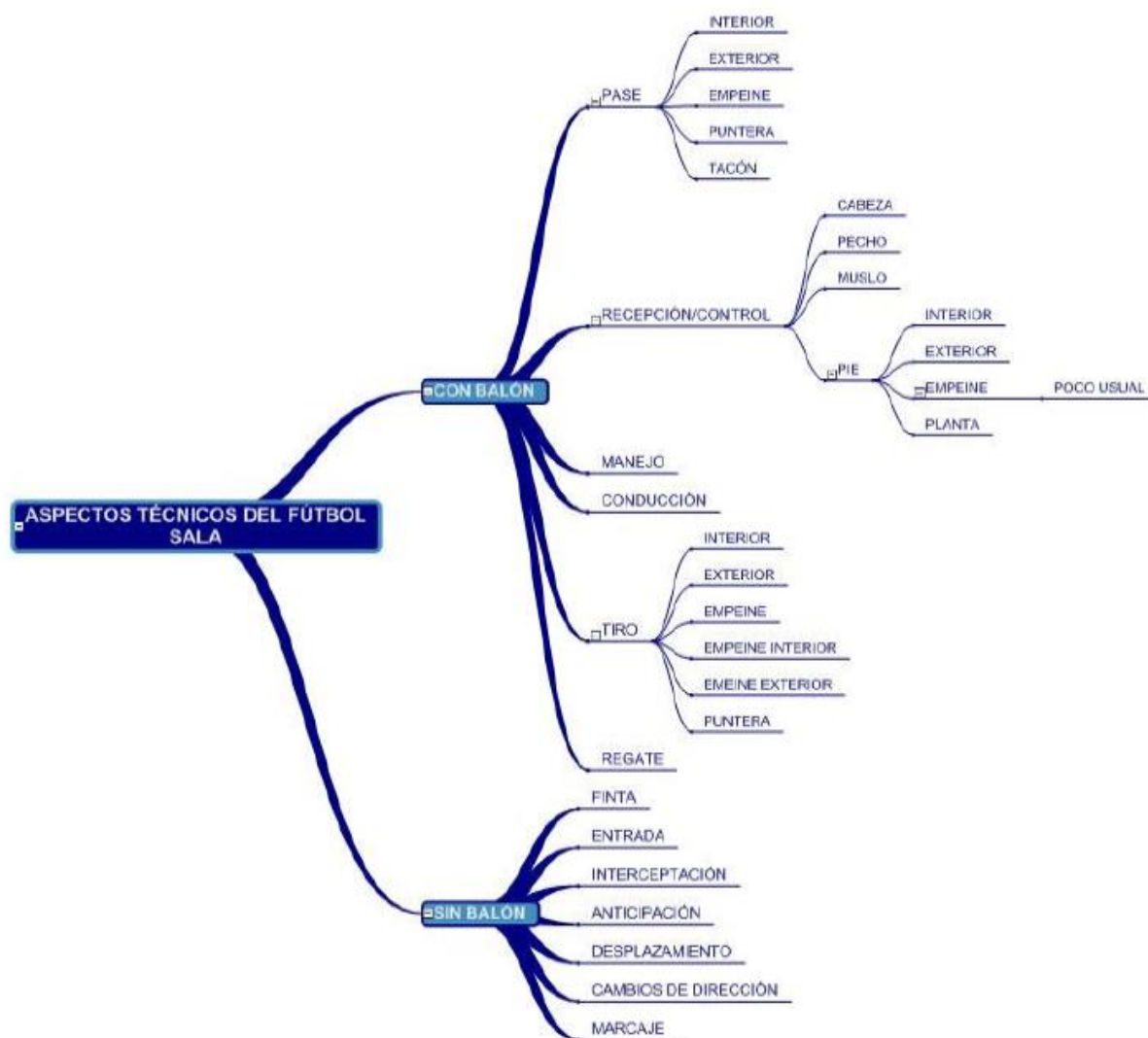
Es una forma de reanudar el juego. Se concede saque de esquina cuando el balón traspasa (por aire o tierra) la línea de fondo y el último en tocar fue un jugador del equipo defensor.

El jugador que lo saque deberá colocar la pelota dentro del cuadrante de esquina y dispondrá de un máximo de 4 segundos para hacerlo. Los demás no podrán estar colocados a menos de 5 metros del balón.

Se puede conseguir gol directamente de saque de esquina, siempre que no sea sobre la propia portería.



24. ASPECTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL SALA.



En el fútbol sala hay muchos aspectos importantes entre los cuales se encuentran los aspectos técnicos y tácticos. Veamos cuáles son los técnicos ahora y más adelante nos centraremos en los tácticos.

Por técnica se entiende “todos los gestos y acciones (tanto en defensa como en ataque) que podemos realizar, de manera precisa y eficaz, cuando poseemos el balón”.

A continuación procederemos a definir los **ASPECTOS TÉCNICOS CON BALÓN**:

- **PASE**: acción técnica individual que tiene por objetivo conseguir desplazar el balón, con eficacia y precisión, hacia el lugar que ocupa el compañero. Puede ser realizado con distintas partes del cuerpo (véase el esquema sobre aspectos técnicos).
- **CONTROL/RECEPCIÓN**: acción técnica individual que tiene por objetivo conseguir el dominio sobre el esférico. Se puede realizar con distintas partes del cuerpo (véase el esquema sobre aspectos técnicos).

- **MANEJO:** acción técnica individual que tiene por objetivo un control preciso del balón tanto en defensa como en ataque.
- **CONDUCCIÓN:** acción técnica individual que consiste en llevar el balón de una parte del campo a otra sin perder en ningún momento el control sobre el mismo. Normalmente se realiza con toques o golpes cortos y consecutivos.
- **TIRO:** acción técnica individual que consiste en golpear el balón con fuerza y precisión hacia la portería contraria con la finalidad de introducir el balón en ella. Puede ser realizado con distintas partes del pie (véase el esquema sobre aspectos técnicos).
- **REGATE:** acción técnica individual que consiste en eludir la acción defensiva del adversario mediante un gesto rápido que permite adquirir una situación ventajosa en el juego.

Ahora pasamos a definir los **ASPECTOS TÉCNICOS SIN BALÓN:**

- **FINTA:** acción técnica sin balón consistente en confundir al contrario para obtener una ventaja en el juego, independientemente de la posición que ocupe el balón.
- **ENTRADA:** acción técnica realizada por un defensor sobre un adversario con la intención de robarle la posesión del balón.
- **INTERCEPTACIÓN:** acción técnica defensiva que consiste en interrumpir la trayectoria del balón evitando que éste llegue a su destino.
- **ANTICIPACIÓN:** acción técnica defensiva que consiste en llegar antes que el contrario al balón.
- **DESPLAZAMIENTO:** acción técnica defensiva u ofensiva consistente en ir de un punto del terreno de juego a otro.
- **CAMBIOS DE DIRECCIÓN:** acción técnica consistente en variar la dirección primaria del desplazamiento.
- **MARCAJE:** acción técnica defensiva consistente en entorpecer la acción del atacante, disminuyendo así su eficacia ofensiva.

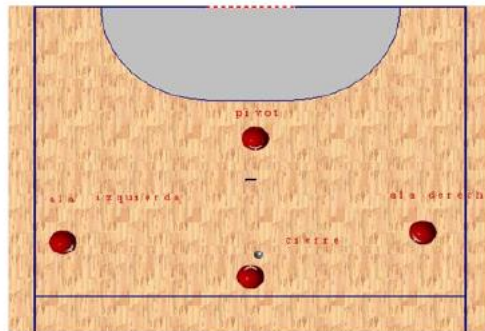
25. SISTEMAS DE JUEGO.

Por sistema de juego entendemos la organización racional del ataque y la defensa mediante un determinado patrón de colocación de los jugadores en el terreno de juego.

Existen varios sistemas de juegos, aunque los más comunes son los que presentamos a continuación:

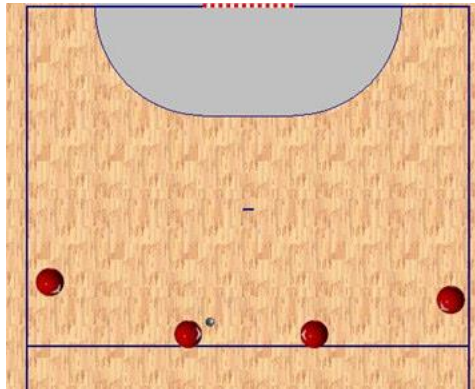
Sistema 3:1

(MUY UTILIZADO EN EL FÚTBOL SALA ACTUAL)



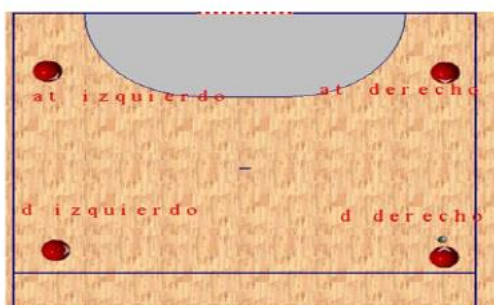
Sistema 4:0

(MUY UTILIZADO EN EL FÚTBOL SALA ACTUAL)



Sistema 2:2

(MUY UTILIZADO EN LA FASE DE INICIACIÓN)

**26. BIBLIOGRAFÍA.**

Reglas de juego del fútbol sala (CNFS). Edición 2009/2010.