

FÚTBOL SALA

¿Que é o Fútbol Sala?

O Fútbol Sala é un deporte entre dous equipos baseado no fútbol.

O obxectivo de cada equipo é meter o balón na portería do equipo contrario e evitar que o outro equipo obteña o control do balón e consiga marcar un gol de acordo coas regras do xogo.



¿Onde se xoga?

O terreo de xogo debe de ser unha superficie rectangular, lisa e dura, sen obstáculos.

As dimensións do terreo de xogo son de 40 m x 20 m.

¿Canto dura un partido?

O partido terá dous tempos de 20 minutos cada un, cun descanso de 10 minutos entre eles.

¿Como son as porterías?

As porterías están formadas por dous postes verticais de 2 metros unidos por un traveseiro horizontal de 3 metros de longo. Non poden estar suxeitas ó chan.

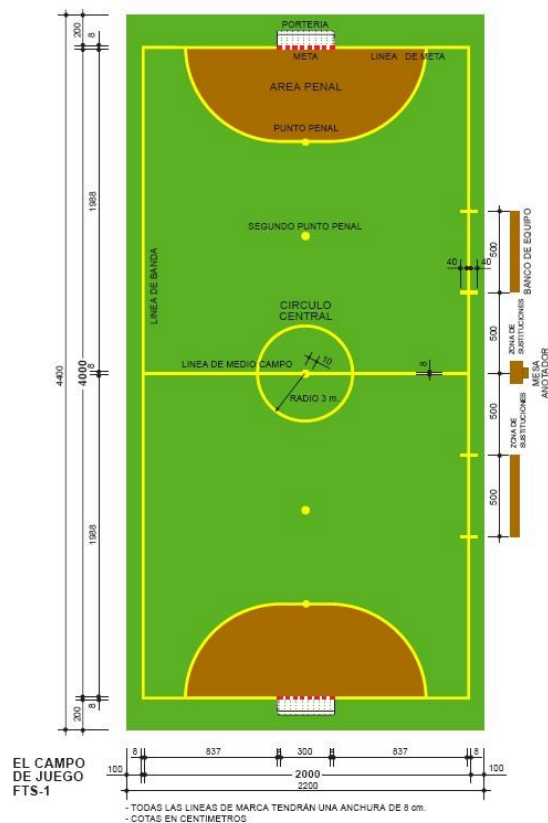
¿... e o balón?

Será esférico cunha superficie exterior de coiro, goma ou material sintético. Terá unha circunferencia comprendida entre 59 e 61 centímetros e o seu peso oscilará entre 410 e 430 gramos.

¿Cantos/as poden xogar?

Cada equipo estará composto por un máximo de 12 xogadores/as.

No terreo de xogo haberá 5 xogadores/as dun mesmo equipo, dos cales un/unha xogará de porteiro/a.



REGRAS BÁSICAS

* **Comezo do partido.**

A elección de campo e do saque de comezo sortearase mediante unha moeda. O xogo comenza cun saque a balón parado no centro do terreo, en dirección ao campo contrario. Todo os xogadores deberán estar situados no seu propio campo. Esta situación observase tamén despois do descanso e cada vez que se marque un gol.

* **Os goles.**

Conséguese un gol cando o balón traspasa totalmente a liña de meta entre os postes e por debaixo do traveseiro.

* **Saques de banda e esquina.**

Realízanse cos pés. Os xogadores/as adversarios terán que estar a unha distancia non inferior a 5 metros.

O saque de esquina realízase desde a esquina máis próxima ao lado do fondo polo que saíu o balón.

Non se poderá anotar gol directamente no saque de banda, pero si no saque de esquina.

* **Saque de meta.**

Cando o balón sae pola liña de fondo, sendo xogado en último lugar por un xogador do equipo atacante, será concedido un saque de meta.

O saque de meta realízao o porteiro, poñendo o balón en xogo unicamente coa man, desde o interior da área de penalti.

* **Penalti.**

É un tiro libre directo que se efectuará desde o punto de penalti (6 metros).

* **Dobre penalti.**

Cando un equipo é sancionado con máis de 5 faltas acumulativas, nunha mesma parte do partido, a seguinte falta castígarase cun lanzamento libre desde o punto de dobre penalti (12 metros).

* **¿ Como se xoga o balón?**

Pódese tocar, golpear ou lanzar o balón con calquera parte do corpo, excepto coas mans e os brazos.

Permítese dar ó balón todos os toques que queiramos, pasalo, lanzalo ou golpealo.

Permítese roubar o balón ao contrario sempre que non o empurremos ou o golpeemos dalgún xeito.

Non se permite: tocar ou controlar o balón coas mans ou brazos (só o poderá facer o porteiro dentro da súa área).

* **Faltas persoais.**

- Tardar o porteiro máis de 4 segundos a posta en xogo do balón.

- Tocar o balón o executor dun saque de esquina, de tiro libre, etc. antes de que o faga outro xogador.

- Pisar ou reter o balón por tempo superior a 4 segundos.

* **Faltas técnicas.**

- Dar ou intentar dar unha patada a un adversario.

- Poñer unha cambadela a un contrario.

- Saltar ou tirarse sobre un adversario.

- Cargar de forma perigosa sobre un adversario.

- Suxeitar a un contrario ou impedirle a acción.

- Empurrar a un contrario coas mans ou os brazos.

- Golpear ou lanzar o balón coa man ou o brazo separados do corpo (excepto o porteiro dentro da área).

* **Tipos de sancións.**

- As faltas persoais: serán castigadas co cambio de posesión do balón mediante saque de banda.

- As faltas técnicas: serán castigadas cun tiro libre desde o lugar da infracción (poderase facer barreira a 5 m). Se a falta se comete dentro da área, polo equipo defensor, será castigada con penalti.