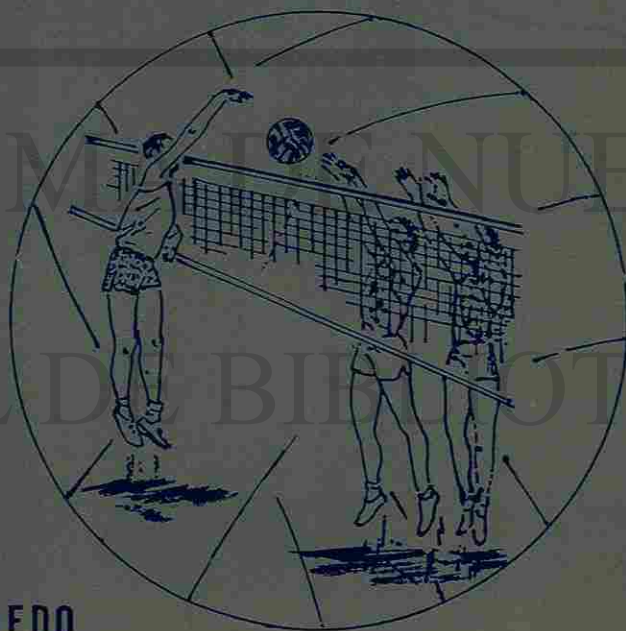
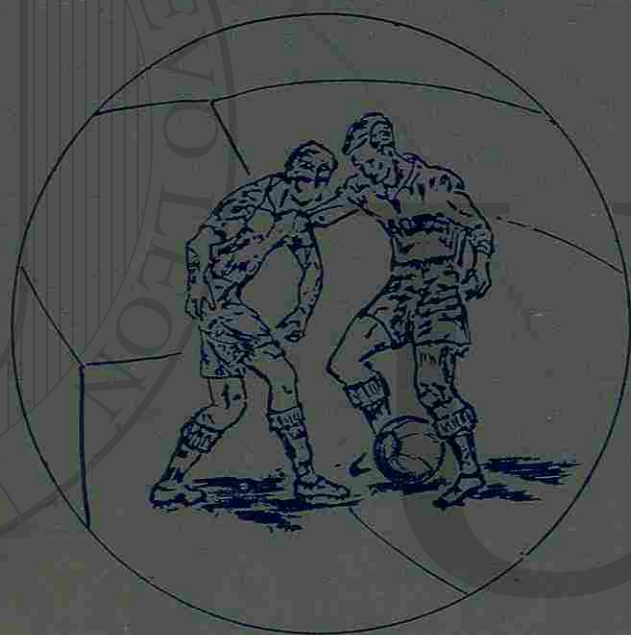


UNIVERSIDAD AUTONOMA
DE NUEVO LEON
ESCUELA PREPARATORIA No. 2

EDUCACION FISICA

IV



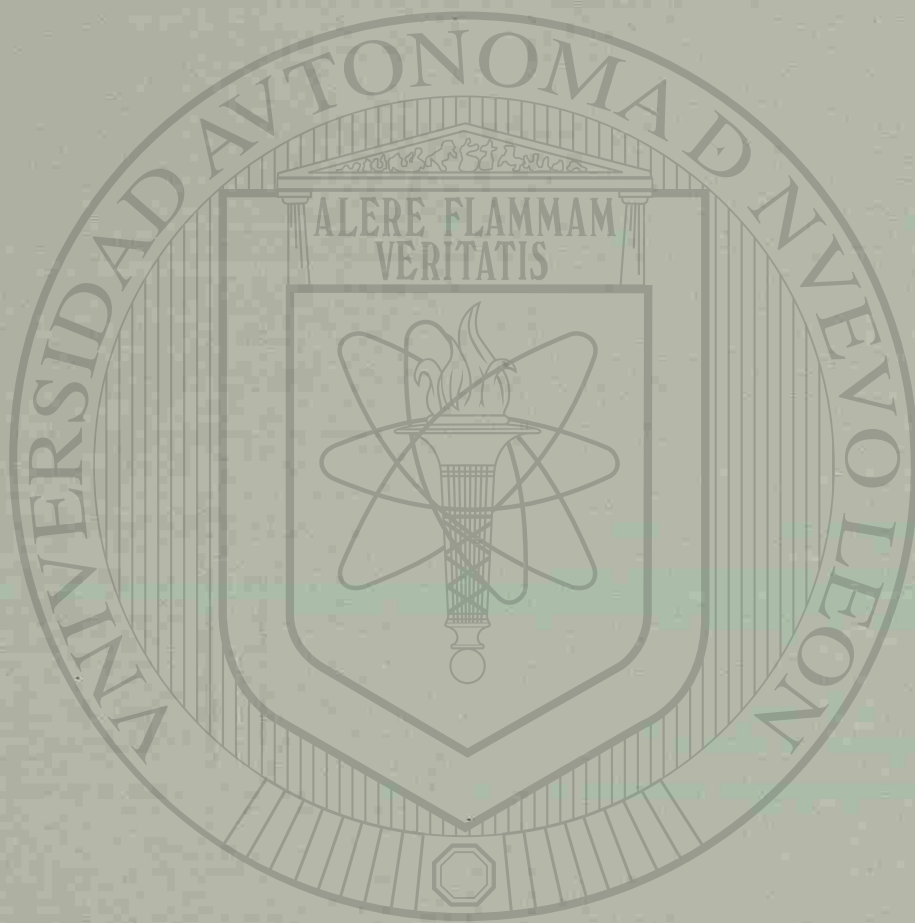
LIC. ROSA MA. RIOS ESCOBEDO

7361
6
991a

GV361

R5

1991a



U A N L

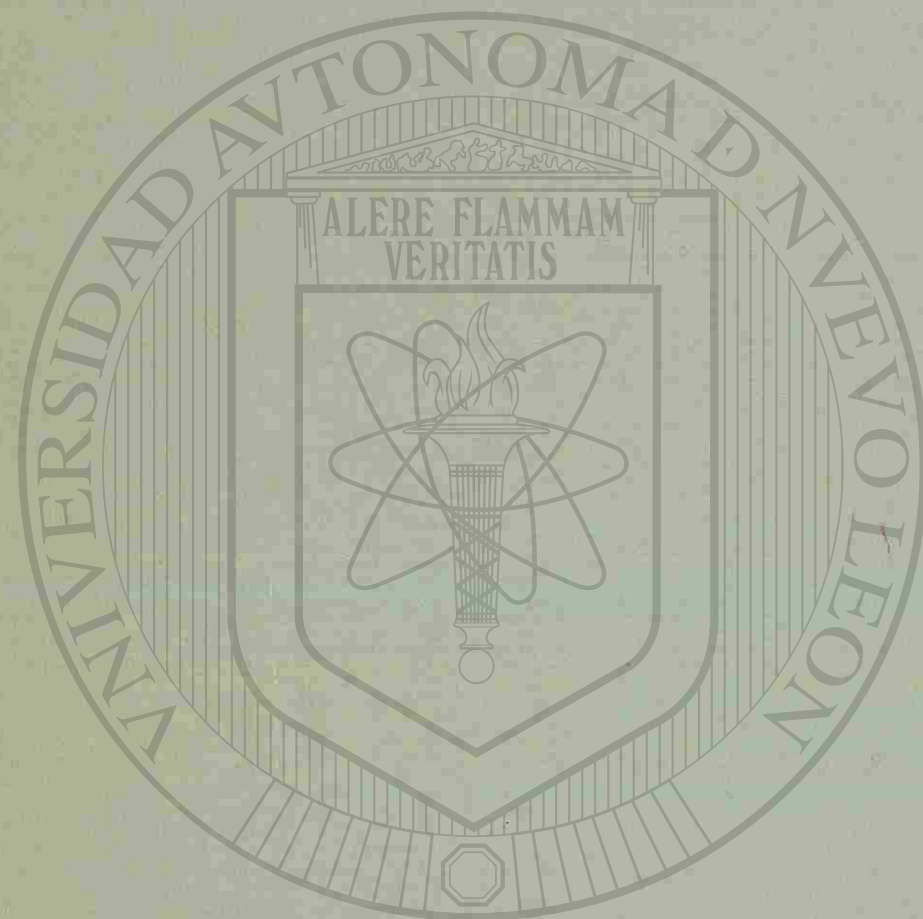
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON

La presente edición fué elaborada para los alumnos de la Universidad Autónoma de Nuevo León, de acuerdo al programa aprobado por la Comisión Académica del H. Consejo Universitario, en Julio de 1982.



6a. Edición - Enero, 1991. - 3

Ediciones Preparatoria No. 2 - 2

Monterrey, N.L.

ELABORADO POR: LIC. ROSA MA. RIOS ESCOBEDO

ASESORÍA PEDAGÓGICA: DR. SERGIO CARLOS RODRIGUEZ FRIAS

CORRECCIÓN ORTOGRÁFICA: LIC. FRANCISCO CERVANTES SOLIS

MECANGOGRAFÍA: ROSA MA. CERVANTES SOLIS

DIBUJOS: ARQ. OSCAR ESTRADA ELIZONDO

DISEÑO DE PORTADA: PROF. IRINEO GARAY



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

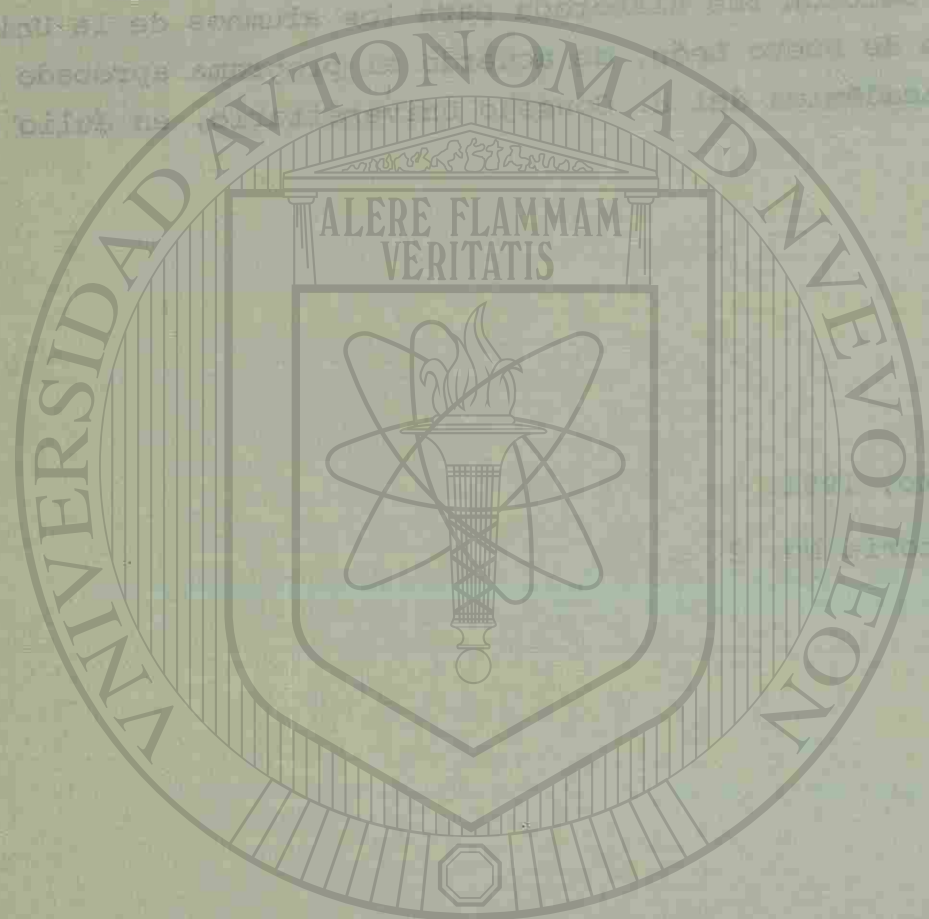
2572

0131-62560

GV361

RS

1991a



ACADEMICISMO

Los años de la infancia se distinguen por una actividad viva. Lo que les caracteriza es: hacer, crear, moverse, probar, experimentar, para aprender constantemente a través de la realidad.

Kerschensteiner.

JUANIL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

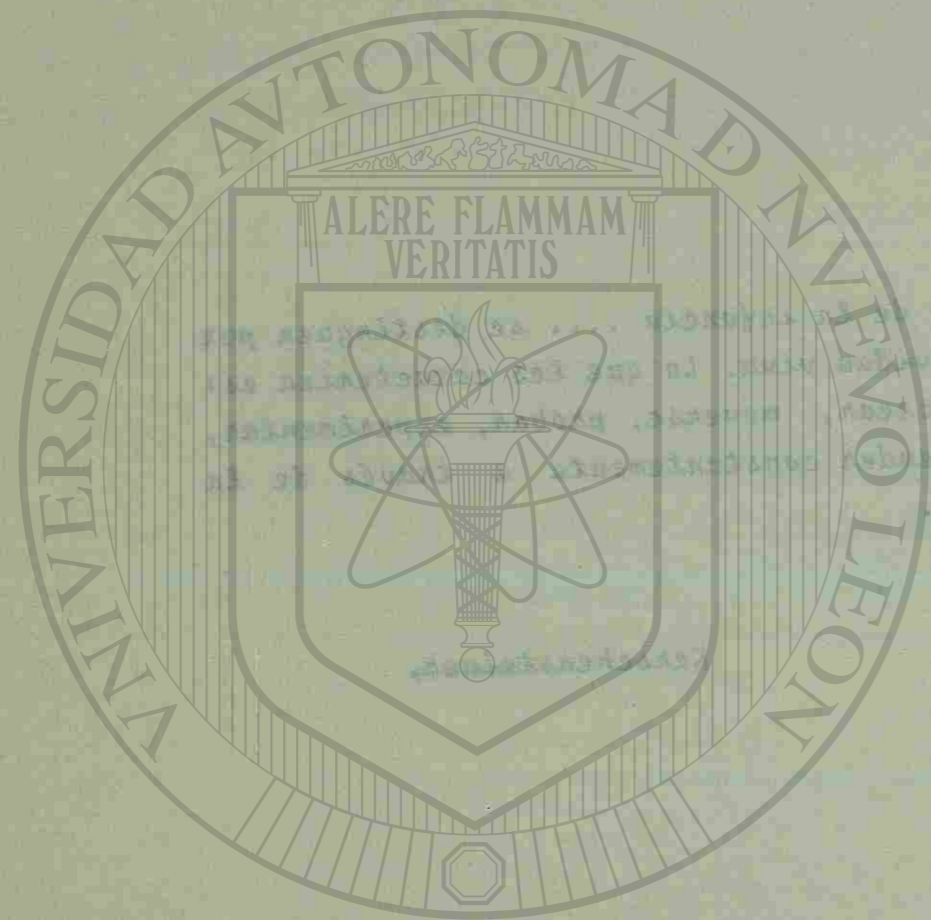


FONDO UNIVERSITARIO

37452

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS





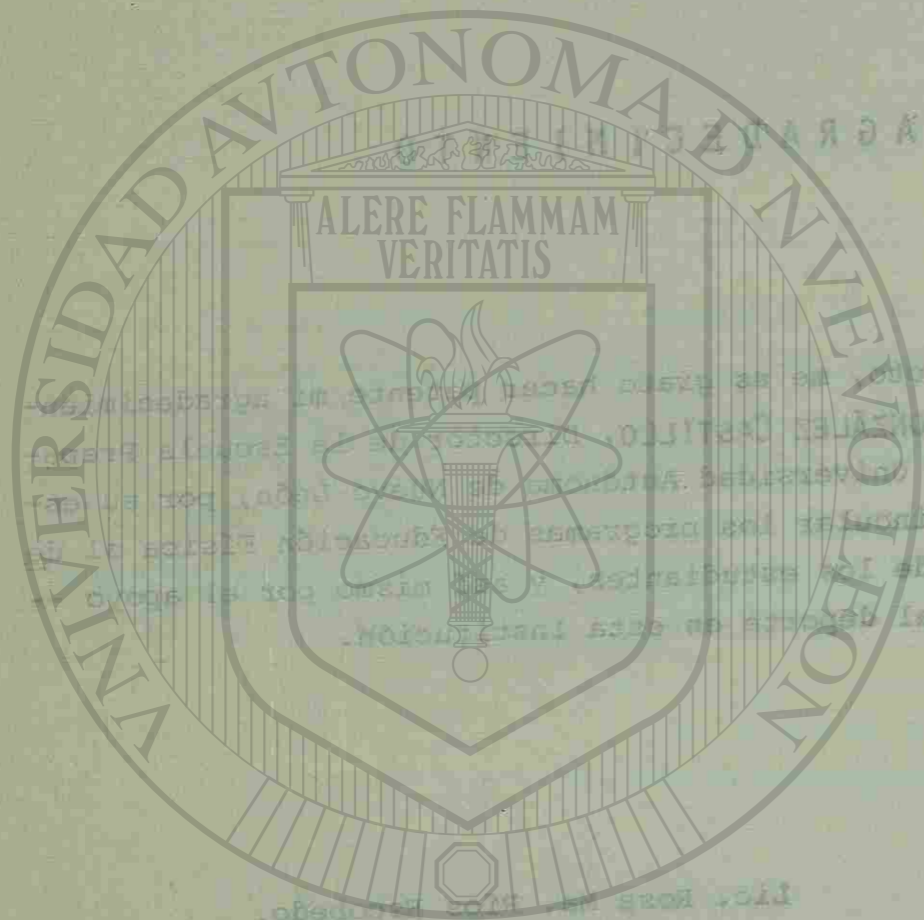
AGRADECIMIENTO

Por este conducto, me es grato hacer patente mi agradecimiento al DR. ROGELIO GONZÁLEZ CASTILLO, Director de la Escuela Preparatoria No. 2 de la Universidad Autónoma de Nuevo León, por su especial interés en vincular los programas de Educación Física al desarrollo Académico de los estudiantes, y así mismo por el apoyo -- que le ha brindado al deporte en esta Institución.

Lic. Rosa Ma. Ríos Escobedo.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

I N D I C E

PAG.

UNIDAD I. VOLEIBOL

OBJETIVOS PARTICULARES
OBJETIVOS ESPECIFICOS

HISTORIA 18

ELEMENTOS DEL VOLEIBOL 19

POSICIONES FUNDAMENTALES 26

DESPLAZAMIENTO 28

VEOLEO O PASE 28

EL SAQUE 32

LA CLAVADA O REMATE 36

BLOQUEO 39

REGLAMENTO DEL VOLEIBOL 41

SEÑALES OFICIALES DE LOS ARBITROS 49

UNIDAD II. FUTBOL SOCCER

OBJETIVOS PARTICULARES
OBJETIVOS ESPECIFICOS

HISTORIA 58

INSTALACIONES Y EQUIPO 61

TECNICAS DE PARTICIPACION 65

CONDUCCION DEL BALON 65

PASES 69

RECEPCION 74

TIRO A GOL 80

DRIBLING O ENGAÑO 82

REGLAMENTOS DEL FUTBOL SOCCER 83

INTRODUCCION

"La política para la modernización educativa, establece como proposito primordial, revisar contenidos, renovar métodos, articular niveles y vincular procesos pedagógicos con los avances de la ciencia y la Tecnología, para lograr una educación de calidad".

La Educación Física como una de las áreas que forman parte de la educación integral, mantiene una relación estrecha con las otras áreas del conocimiento, ya que al procurar la eficiencia del movimiento, en el estudiante se logra mejorar sus conductas, que por consiguiente, coadyuvarán en todas sus actividades de aprendizaje. Adquiriendo un desarrollo psicológico y motriz, al estimular sus habilidades motrices y físicas, constituidas por la organización del esquema corporal y la capacidad funcional del organismo.

El contenido del presente texto es un intento de aportar una guía para el desarrollo de las cualidades físicas del estudiante del nivel medio superior.

En cada unidad se conocerán: la historia, las técnicas y los fundamentos de cada uno de los deportes que aquí tratamos siendo: Voleibol y Futbol Soccer.

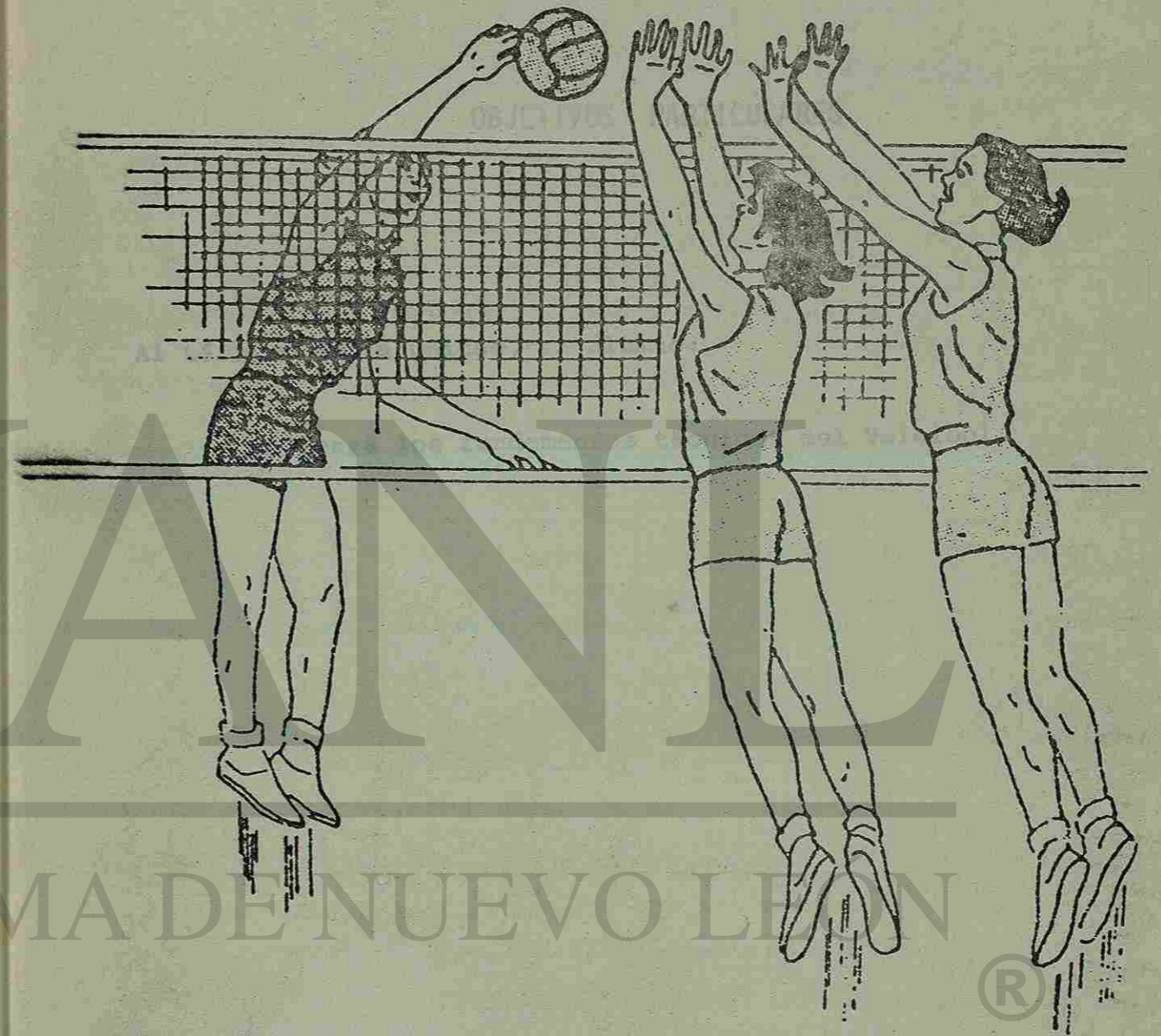
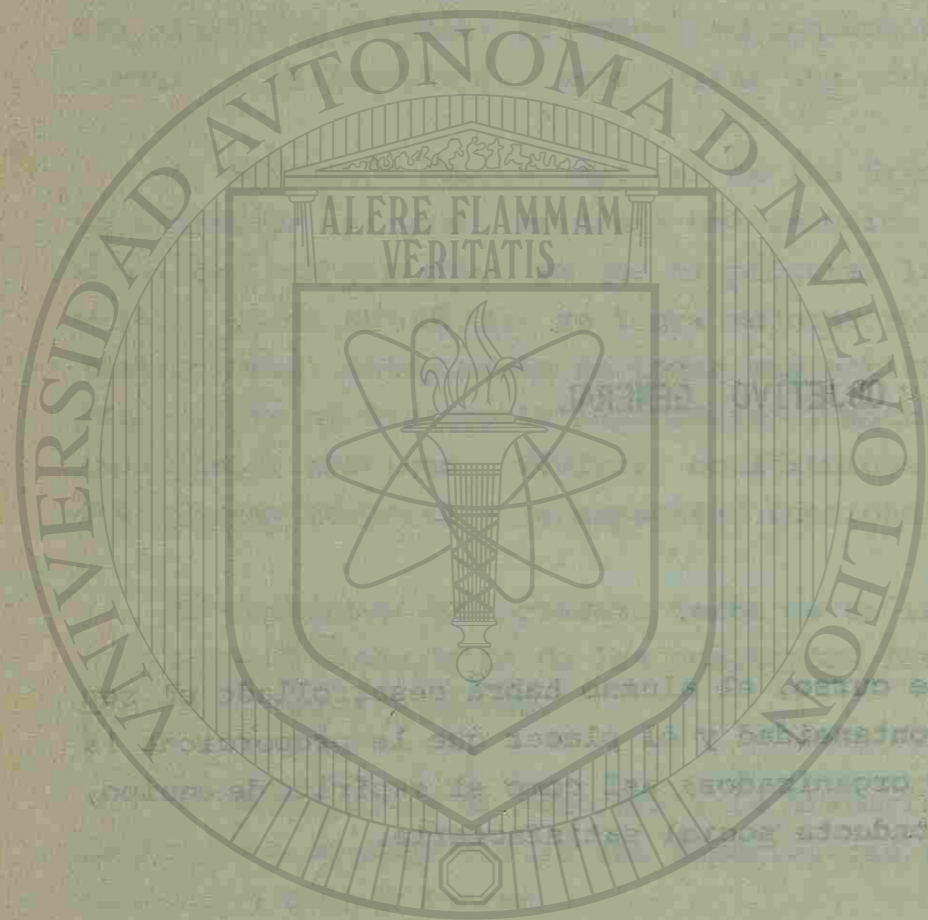
OBJETIVO GENERAL

El alumno:

Al término de este curso, el alumno habrá desarrollado el sentido instintivo de espontaneidad y el placer que le proporciona la práctica de los juegos organizados; así como el espíritu de equipo, de competencia y una conducta social satisfactoria.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

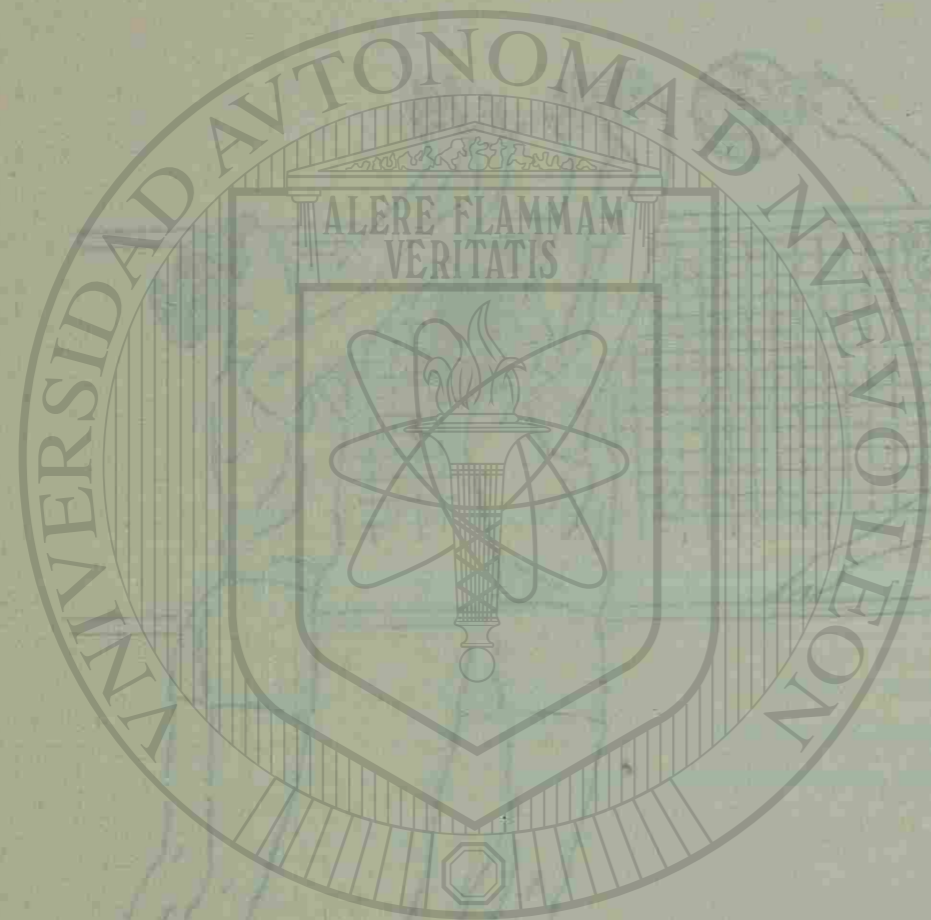
DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

VOLEIBOL



OBJETIVOS PARTICULARES

Al término de la unidad, el alumno:

- Aplicarás los fundamentos técnicos del Voleibol.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

OBJETIVOS ESPECIFICOS

El alumno:

- Conocerá la historia del Voleibol.
- Conocerá las medidas reglamentarias de los implementos para el Voleibol.
- Identificará los fundamentos técnicos del Voleibol.
- Describirá los diferentes fundamentos técnicos del Voleibol.
- Practicará los fundamentos técnicos del Voleibol.

VOLEIBOL

UNIDAD UNO

Historia.

La parte oriental de los Estados del Norte de América ha sido la cuna de dos juegos muy populares, de origen totalmente norteamericano. Uno fue el basquetbol y el otro, el voleibol.

En 1895 Williams G. Morgan en Holyoke Mass, siendo director de Educación Física de la Y.M.C.A. local, inventó el voleibol.

Fue su intención que el juego fuera una forma de ejercicio ligero y recreativo para hombres de negocios y en sus principios fue sólo eso. El juego consistía en golpear un balón de un lado a otro sobre una red elevada, tratando de mantener el balón en el aire.

El balón se ponía en juego mediante un saque, pero sin ninguna fuerza o sea un globito elevado por encima de la red. El juego, no obstante, poseía mayores méritos con tan sólo eso.

Por lo tanto, los jugadores pronto se dieron cuenta de ello y empezaron a jugar con mayor ahínco y fuerza, desarrollando destreza, presintiendo que tenían ante sí, las posibilidades de un deporte competitivo y emocionante. Modificaron el saque de un simple globito, golpeando el balón, para impulsarlo con fuerza y colocarlo con precisión estratégica. A medida que ingresaron al juego elementos jóvenes y atletas destacados, empezó a convertirse en un verdadero espectáculo de acción excitante y vigorosa.

Hoy en día, el voleibol constituye uno de los deportes más populares que se juega durante todo el año. Poco afecta la diferencia de edad, ya que se puede adaptar la velocidad del juego al temperamento, destreza y capacidad de los jugadores.

El voleibol es clasificado en tercer lugar entre los deportes recreativos de conjunto y por lo menos en veinticinco países se le considera como el principal deporte competitivo. Además el voleibol es regido por una Federación Internacional que se encarga de crear y publicar las reglas internacionales y de promover las campeonatos mundiales; para esto tiene funcionarios de tiempo completo, pues 106 países forman parte de ella y la consideran el organismo que dirige al voleibol. Algunos países que se han sumado recientemente a la Federación son: Australia, Nueva Zelanda, Congo, Kenia, Kuwait, Mali, Senegal, Indonesia y Mongolia.

El voleibol ha dejado de ser un juego lento, desordenado y que sólo consistía en devolver la pelota sobre la red, pasando a convertirse en un juego planeado, preciso y emocionante; que práctica la mayoría de las personas y los mejores atletas del mundo.

ELEMENTOS DEL VOLEIBOL

A continuación se enumeran los elementos del voleibol y sus descripciones:

- | | |
|--------------|------------|
| a) jugadores | e) antenas |
| b) juego | f) balón |
| c) canchas | g) postes |
| d) red | h) jueces |

a) **JUGADORES:** La integración de un equipo completo, incluyendo a los suplentes, no deberá exceder de doce jugadores y será preciso que sólo seis de ellos tomen acción.

Antes de comenzar el partido, los nombres de todos los jugadores y suplentes deberán ser inscritos en la hoja de anotación del encuentro, los jugadores no inscritos no podrán participar en el juego.

b) **JUEGO:** Hay seis jugadores por equipo, tres en la mitad posterior de la cancha (zagueros) y tres en la mitad interior (delanteros). Se asigna a cada jugador de la posición posterior derecha, hacer el saque y cada vez que un equipo gana el servicio, sus jugadores ejecutan una rotación (en dirección del movimiento de las manecillas del reloj) a la posición siguiente, y un nuevo jugador hará el servicio.

Cuando un equipo no puede devolver correctamente el balón por encima de la red al campo contrario, comete una falta. Esta falta será sancionada concediendo un punto al equipo adversario si éste tiene el servicio, o por un cambio de saque en el caso contrario. Un juego es ganado cuando un equipo tiene dos puntos de ventaja con un mínimo de quince puntos.

c) **CANCHA:** Es un rectángulo de 9 por 18 metros, libres de todo obstáculo hasta una altura mínima de 12 metros, medidos a partir del suelo. La cancha estará limitada por líneas de 5 cms. de ancho, trazadas en el interior de la misma y todo obstáculo deberá estar alejado a una distancia mínima de 2 metros. (Fig. 1)

d) **RED:** Dimensiones, 1 metro de ancho por 9.50 metros de largo, con una banda doble de tela blanca de 5 cms. de ancho cosida en el borde superior, y un cable flexible que pase por el interior de dicha banda que mantendrá tenso el borde superior de la red. La altura en el centro será de 2.43 metros para equipos varoniles y 2.24 metros para equipos femeniles; para equipos juveniles y menores, la altura queda sujeta a resolución de la Federación Nacional. (Fig. 2)

Los dos extremos de la red, deberán estar a la misma altura del suelo y podrán exceder en más de dos cms. de altura reglamentaria.

e) **ANTENAS:** Tendrán una longitud de 1.80 mts. y un diámetro de --- 10 cms. sirven para delimitar exactamente el ancho de la cancha, por lo tanto estarán una de otra a la distancia de 9 mts. y sobresaliendo 30 cms. por encima de la red.

f) **BALÓN:** El balón deberá ser esférico, compuesto de una cubierta de cuero flexible que llevará en su interior una cámara o vejiga de caucho o material similar y será de color uniforme y claro, las medidas oficiales son: circunferencia de 65 a 67 cms., peso de 260 a 280 grs., la presión del balón será de 48 a 52 -- kgms. por cm^2 . (Fig. 3)

g) **POSTES:** Los más usuales son los hidráulicos (japoneses) deberán estar colocados a 50 cms. de la línea de banda y no deben sobre pasar 5 cms. de altura de la red.

h) **JUECES:** El juego estará dirigido por un equipo de árbitros que comprenden un primer árbitro, un segundo árbitro, un anotador y dos o cuatro jueces de línea.

PRIMER ÁRBITRO: Lo encontramos dominando la red y es el que dirige el partido, siendo sus decisiones inapelables, ya que tiene autoridad sobre el equipo arbitral y los jugadores, durante todo el encuentro incluyendo los períodos en los cuales el juego esté interrumpido por cualquier causa.

También tiene atribuciones para decidir sobre cualquier cuestión aún las que no se especifiquen en el reglamento.

Puede anular las decisiones de los otros componentes del equipo arbitral, cuando estime que han cometido un error. Debe dominar la red desde uno de sus extremos de modo que tenga la vista a unos 50 cms. sobre el borde superior y sancionará las infracciones cometidas por los jugadores, entrenadores y dirigentes.

SEGUNDO ÁRBITRO: (auxiliar del primer árbitro) éste se colocará al lado opuesto del primer árbitro, y frente a él y sus funciones son:

1. Decidirá sobre las infracciones que se cometan al traspasar la línea central bajo la red, así como las líneas de ataque.
2. Señalará todo contacto de balón con las antenas o todo pase de balón por fuera de ella.
3. Cronometrará la duración de las interrupciones del juego.
4. Vigilará la conducta de los jugadores de la banca.
5. Autorizará los cambios de jugadores.
6. Señalará las faltas en la red, salvo aquellas que se produzcan por encima o por la banda horizontal de la misma.
7. Vigilará la posición inicial de los jugadores del equipo receptor al efectuarse cada saque.
8. Comprobará, al principio de cada juego, que la colocación inicial de ambos equipos corresponda al orden de rotación registrado en la hoja de anotación del encuentro.
9. Vigilará todo contacto de balón con cuerpos extraños.

ANOTADOR: Se colocará frente al primer árbitro, detrás del segundo árbitro y sus funciones son:

1. Antes del juego, registrará en las hojas de anotación los nombres de los jugadores oficiales y suplentes, haciendo firmar a los capitanes y entrenadores de los equipos, autorizándolos para realizar cambios en los mismos.
2. Llevar durante el encuentro la hoja de anotación, de acuerdo con las normas exigidas, registrando en particular el número de interrupciones de juego pedido y los cambios de jugadores.
3. Cada vez que se solicite un tiempo de descanso se anunciará el número de tiempos utilizado por cada uno de los equipos.
4. Después del sorteo y antes de cada juego anotará las posiciones de los jugadores y la posición del equipo que efectúa el primer saque.

5. Durante el juego vigilará que la rotación se efectúe correctamente.
6. Señalará el cambio de campo al finalizar cada set y en el set decisivo marcará el cambio cuando un equipo consiga el octavo punto.
7. Durante las suspensiones de juego señalará a los árbitros la petición de tiempo muerto.
8. Al finalizar el encuentro pedirá a los árbitros que firmen la hoja de anotación.

JUECES DE LÍNEA: Estarán bajo las órdenes del primer árbitro en número de dos como mínimo, los jueces de línea se colocarán diagonalmente en las dos esquinas opuestas a las del saque a una distancia mínima de 1 metro en cancha cubierta y 3 metros al aire libre y sus funciones son:

1. Cada uno de ellos vigilará la caída del balón a lo largo de la línea lateral y de la línea de fondo más próxima a él.
2. Levantará su banderín cuando el balón caiga fuera de la cancha.
3. Los jueces de línea señalan al árbitro: las faltas cometidas por los jugadores al efectuar el saque, el contacto del balón con la antena, el paso del balón por fuera de las antenas o de su prolongación, si el balón que es fuera ha sido tocado previamente por un jugador del equipo receptor.

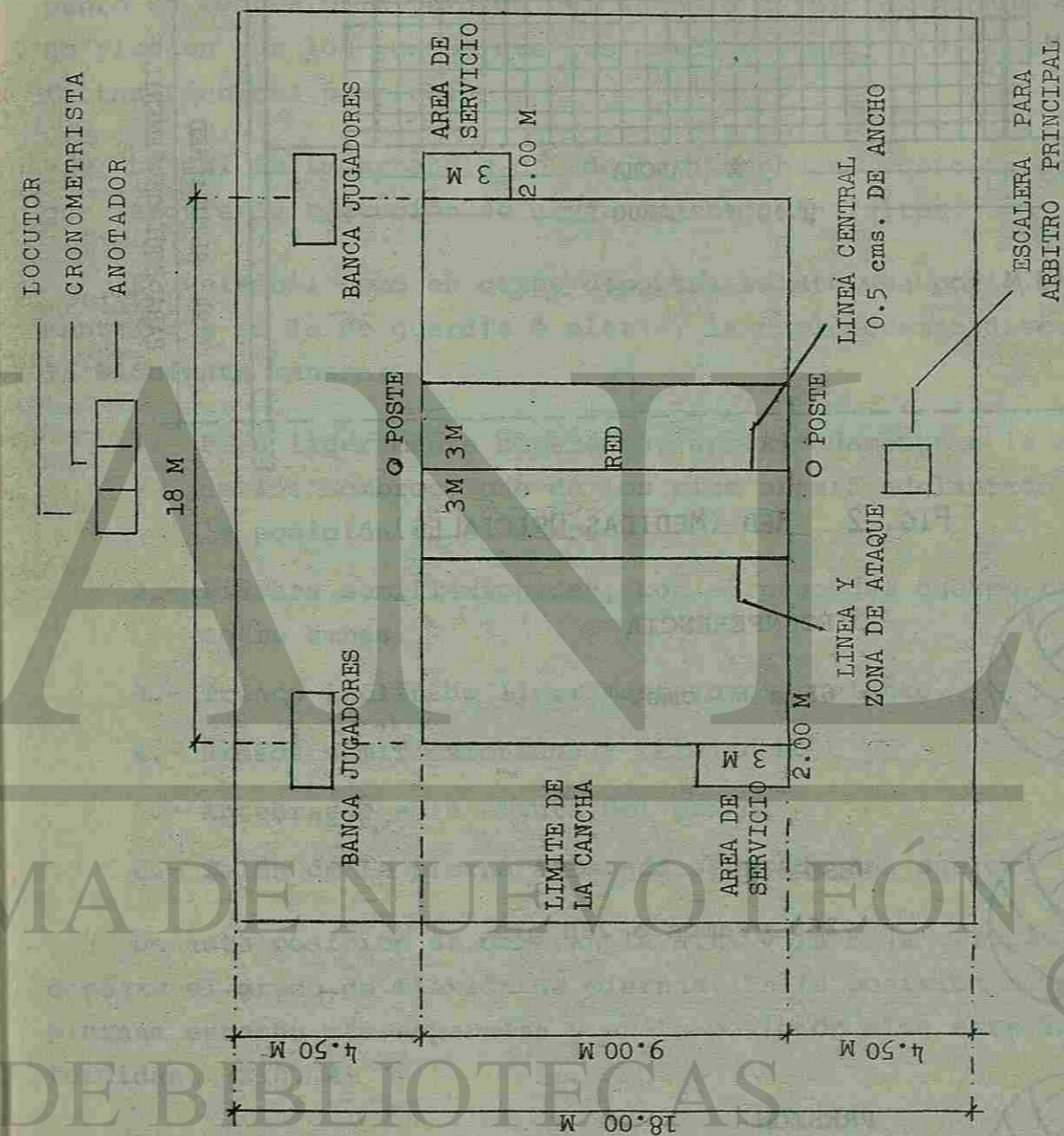


FIG. 1 CANCHA DE VOLEIBOL

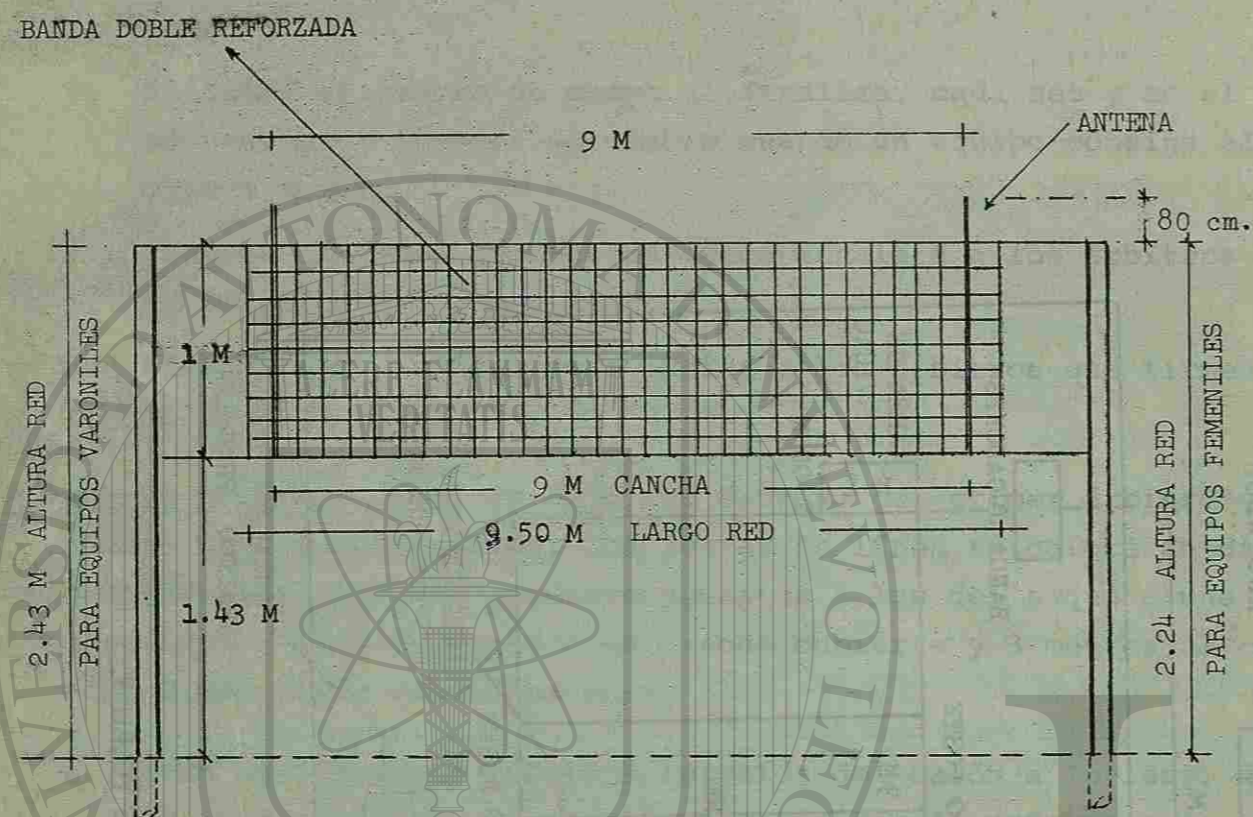
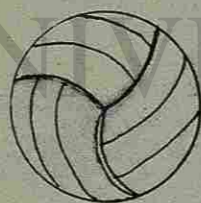


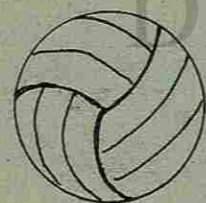
FIG. 2 RED (MEDIDAS OFICIALES)



CIRCUNFERENCIA
65 a 67 cms.



PESO
260 gramos a 280 grs.



PRESION
Entre 0.48 a 0.52 kg.
por cm^2 .

FIG. 3 BALÓN

POSICIONES FUNDAMENTALES.

Para llegar a conseguir el máximo de rendimiento en la aplicación táctica de los fundamentos técnicos es necesario partir de ciertas posiciones básicas que faciliten y ayuden a la realización correcta del fundamento. Muchas faltas técnicas se producen por una mala posición, tenemos que pensar que una falta equivale a un punto en contra o la pérdida del saque o servicio. Muchos equipos no pierden por los puntos que les marca el contrario, sino por las faltas técnicas propias.

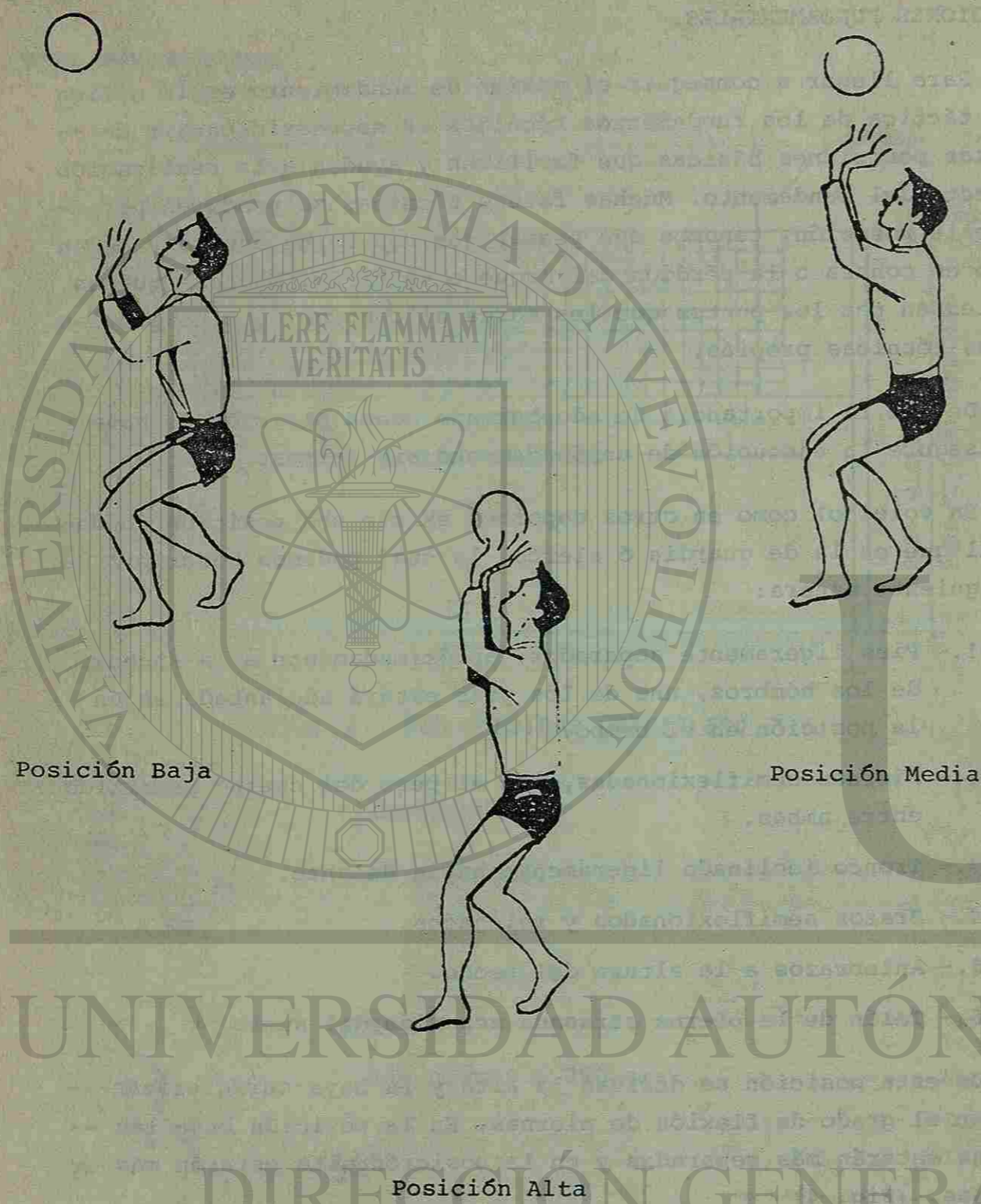
De ahí la importancia de adoptar una buena posición de base que asegure la ejecución de un fundamento sin faltas.

En voleibol como en otros deportes existe una posición fundamental que es la de guardia ó alerta, la cual podemos describir de la siguiente manera:

- 1.- Pies ligeramente separados, aproximadamente a la anchura de los hombros, uno de los pies estará adelantado según la posición en el campo.
- 2.- Piernas semiflexionadas, con el peso del cuerpo repartido entre ambas.
- 3.- Tronco inclinado ligeramente hacia delante.
- 4.- Brazos semiflexionados y relajados.
- 5.- Antebrazos a la altura del pecho.
- 6.- Talón de la pierna atrasada separada del suelo.

De esta posición se derivan la alta y la baja caracterizándose por el grado de flexión de piernas. En la posición baja las piernas estarán más separadas y en la posición alta estarán más extendidas. (Fig. 4)

Las posiciones fundamentales son preparatorias para realizar una acción que exige casi siempre un desplazamiento.



Posición Baja

Posición Media

Posición Alta

FIG. 4 POSICIONES FUNDAMENTALES

DESPLAZAMIENTOS.

En voleibol los desplazamientos son normales, cortos y más rápidos. Un mal desplazamiento no sólo influye en la ejecución correcta del pase, sino también en los demás fundamentos técnicos, de él dependen la eficiencia de los ataques, bloqueos, defensa, etc. Los buenos jugadores consiguen con un buen desplazamiento anticiparse a la acción defensiva del ataque contrario.

A continuación se describen las formas de desplazamiento:

- a) PASO NORMAL.- Es el paso normal de marcha que se ejecuta a la velocidad que exige el juego.
- b) PASO AÑADIDO.- Es el paso característico del boxeador y el desplazamiento se hace sin cambiar la posición fundamental y sin cruzar los pies (se usa exclusivamente para distancias cortas).
- c) PASO DOBLE.- Para desplazamientos más largos, adelante y atrás; si es hacia adelante, se inicia con el pié de atrás y si es hacia atrás, con el pié de adelante.
- d) EL SALTO.- Se utiliza para toques de balón alto y puede hacerse desde parados o después de un desplazamiento.

VOLEO O PASE.

Es el golpe característico que identifica el voleibol con las manos colocadas simétricamente a la altura de la frente y el golpe se lleva a cabo con las falanges de los dedos en un solo movimiento. (Fig. 5)

Características del toque:

- a) Limpio y seco.- El balón se golpea delante de los ojos con las falanges de los dedos.
- b) Las manos estarán a la altura de la frente, simétricas con las palmas dirigidas hacia adentro y arriba, los dedos separados y semiflexionados.
- c) Los pulgares estarán en aparición orientados hacia el cuerpo del jugador.
- d) Los brazos semiflexionados con los codos más o menos a la altura de los hombros, todo el cuerpo por una extensión -- progresiva, participa del movimiento.

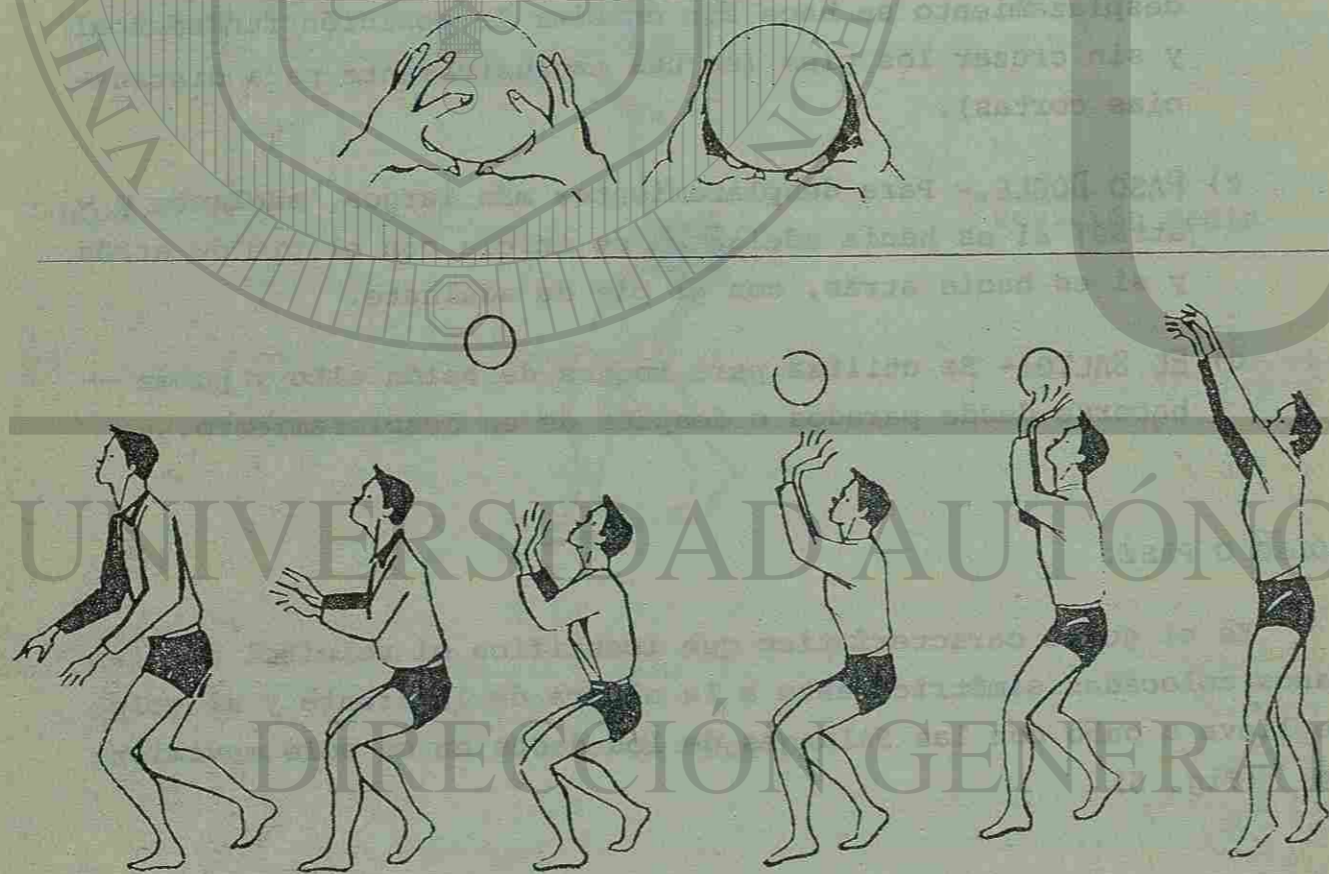


FIG. 5 VOLEO

Pase hacia atrás.

Se diferencia del pase hacia adelante por la forma en que se coloca el jugador, directamente debajo del balón al volar y porque la extensión del cuerpo se produce hacia arriba y atrás. Esto se resuelve con un empuje ligero de la cadera hacia adelante y llevando la cabeza suavemente hacia atrás. Un movimiento de los brazos dirigidos acentuadamente hacia atrás conlleva a una parábola del balón horizontal y rasante.

El voleo hacia atrás exige una sensación de movimiento acentuada, ya que el jugador no puede fijar el objetivo en el momento de volar. (Fig. 6)

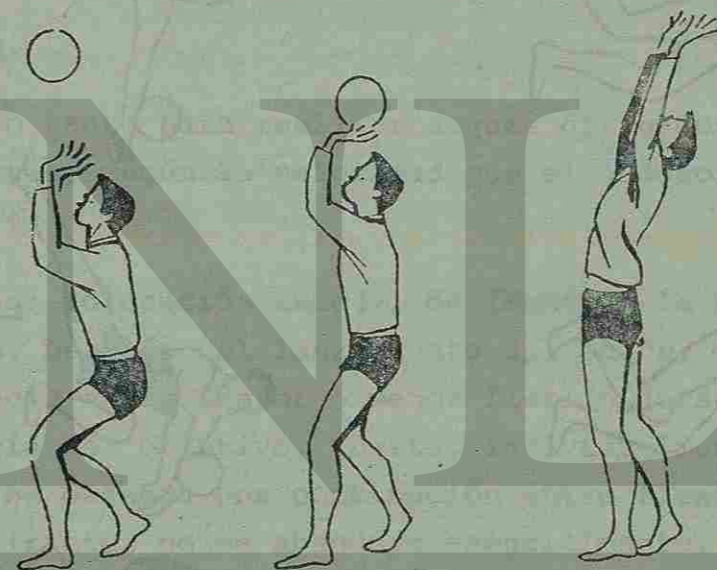


FIG. 6 PASE HACIA ATRAS
GOLPE BAJO O GOLPE DE ANTEBRAZO.

Este golpe se utiliza para la recepción del saque y para la defensa de balones bajos cuando no se puede dar el toque normal de dedos. El jugador parte de la posición fundamental y antes del golpe, una mano toma a la otra quedando los brazos completamente extendidos. (Fig. 7)

El contacto con la pelota se efectúa con la parte media de los antebrazos, para que el pase sea en buenas condiciones, duran-

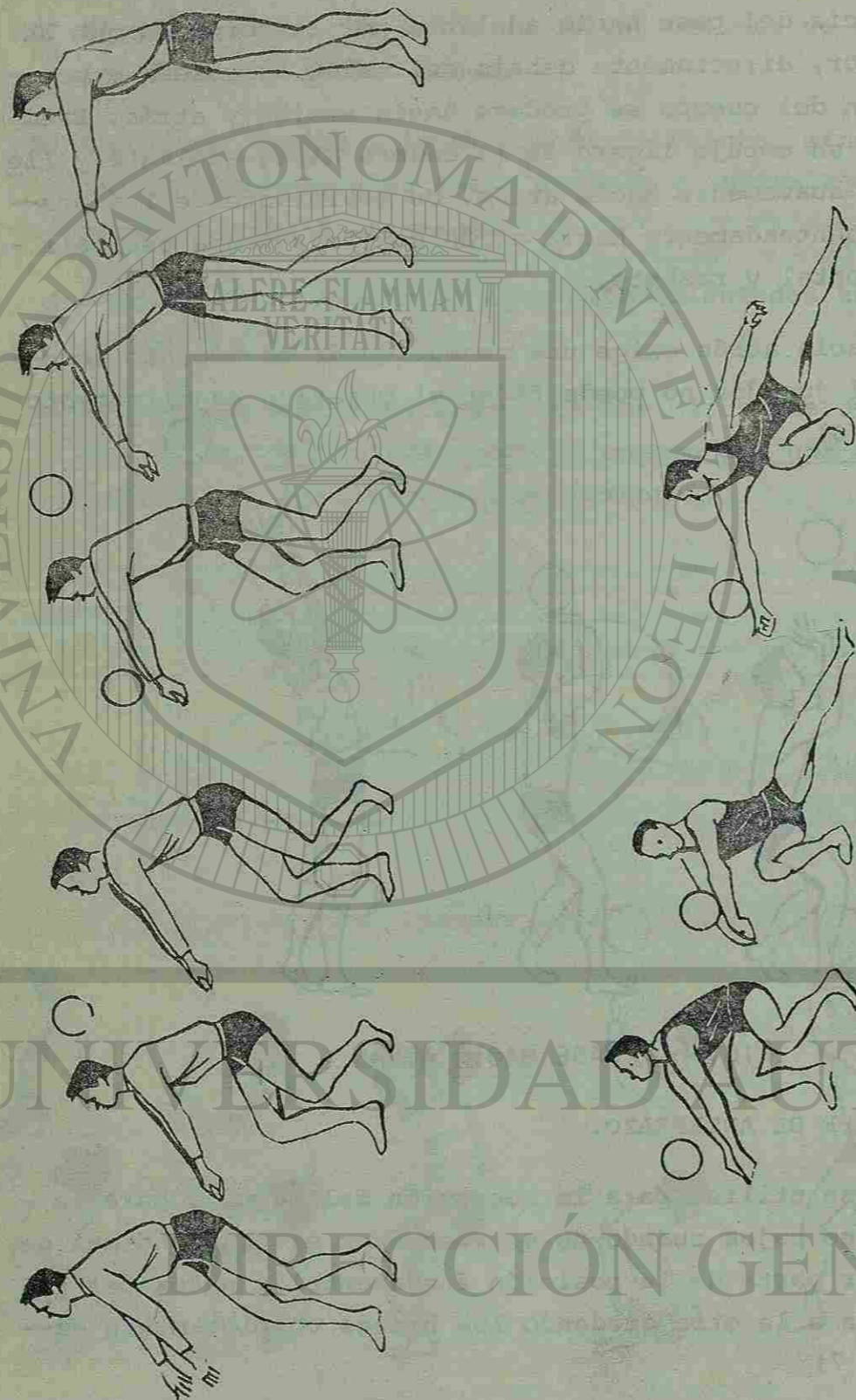


FIG. 7 GOLPE BAJO O GOLPE DE ANTEBRAZO

te el golpe las piernas se extienden acompañando el movimiento de brazos, se proyecta la cadera hacia adelante y los hombros tienden a juntarse, el balón debe salir sin efecto y en la dirección deseada.

EL SAQUE.

Es la forma de poner el balón en juego y al mismo tiempo, la primera manifestación ofensiva de que dispone el equipo.

Existen tres tipos de saque que son: saque por arriba, saque de gancho y saque flotado.

SAQUE POR ARRIBA.

Es el idóneo tanto para realizar saques dirigidos como también saques fuertes, según la velocidad que el jugador le imprima al balón. (Fig. 8)

Fase preparatoria: Colocación inicial de frente a la red, en dirección al objetivo. Después del lanzamiento del balón, el brazo que pega continúa hacia atrás. Mayor o menor flexión dorsal (dependiendo de la distancia del objetivo, fuerza, individualmente diferente). Mayormente se observa una combinación entre flexión y torsión del cuerpo, la tirantez no se abandona esencialmente, el contacto con el piso se mantiene hasta el contacto con el balón.

Fase de pegada: Encuentro completo del balón, el cuerpo perpendicular, el brazo de pegada extendido y mano en forma de cuchara y contraída, trabajo activo de muñeca. La mano hace contacto con el balón desde atrás abajo, hacia arriba y adelante, transmitiéndole así el efecto al balón.

Fase final: Oscilación del brazo que pega en dirección al objetivo, adoptando rápidamente la posición en el terreno.

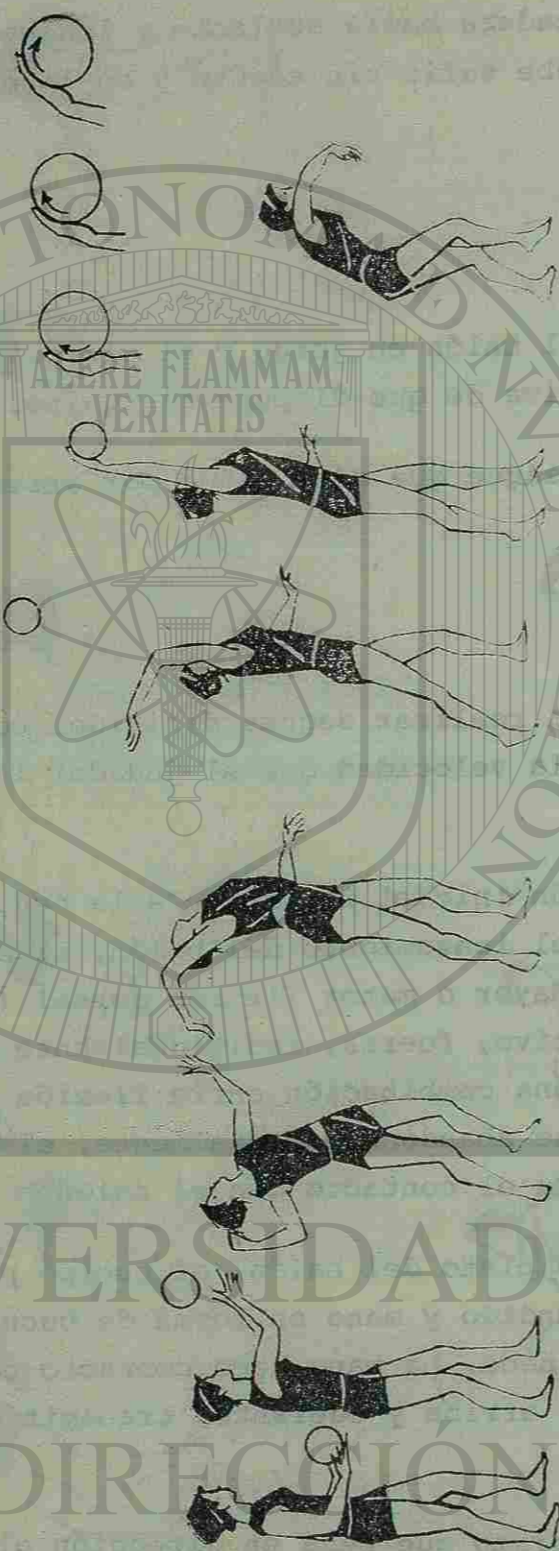


FIG. 8 SAQUE POR ARRIBA

SAQUE DE GANCHO.

Es el más potente de todos los saques de ataque, pero mientras más fuerte se golpea, se corre más el riesgo de perder el saque. Por experiencia, se observa que los jugadores aumentan la fuerza del mismo de forma progresiva, según repiten el saque. Un cambio con otro tipo de saque es muy aconsejable e impide un aumento impropio de la potencia de su realización. (Fig. 9)

Fase preparatoria: Posición lateral a la red. El balón se lanza de frente del cuerpo, el brazo que golpea se desplaza en forma circular hacia atrás y abajo, donde el peso del cuerpo se desplaza hasta la pierna de atrás.

Fase de pegada: Trabajo completamente activo del pecho al comienzo del estiramiento. Encuentro alto con el balón, el brazo extendido y mano contraída en forma de cuchara, la parte firme de la mano hace contacto con la mitad del balón. El trabajo de muñequero de la mano es igual que en el saque de tenis.

Fase final: Por consecuencia del movimiento rápido y fuerte, el brazo que golpea continúa hacia adelante, el peso del cuerpo se desplaza a la pierna adelantada, giro completo del jugador hasta quedar en posición de frente a la red.

SAQUE FLOTADO.

El nombre se relaciona con el movimiento del balón en el aire, pues él flota. Su eficacia se apoya en el vuelo no uniforme del balón, el cual es muy difícil de calcular por el contrario y exige una gran concentración. Las fluctuaciones en el vuelo del balón pueden producirse horizontal y verticalmente (caídas de repente inesperadas y casi perpendiculares del balón). El fundamento radica en que el balón no tiene efecto (la dirección de la fuerza es central). (Fig. 10)

Fase preparatoria: El balón se sujeta a la altura de la cabeza antes del lanzamiento. El brazo extendido se desplaza atrás junto al lanzamiento, la altura del lanzamiento es baja, el trabajo del

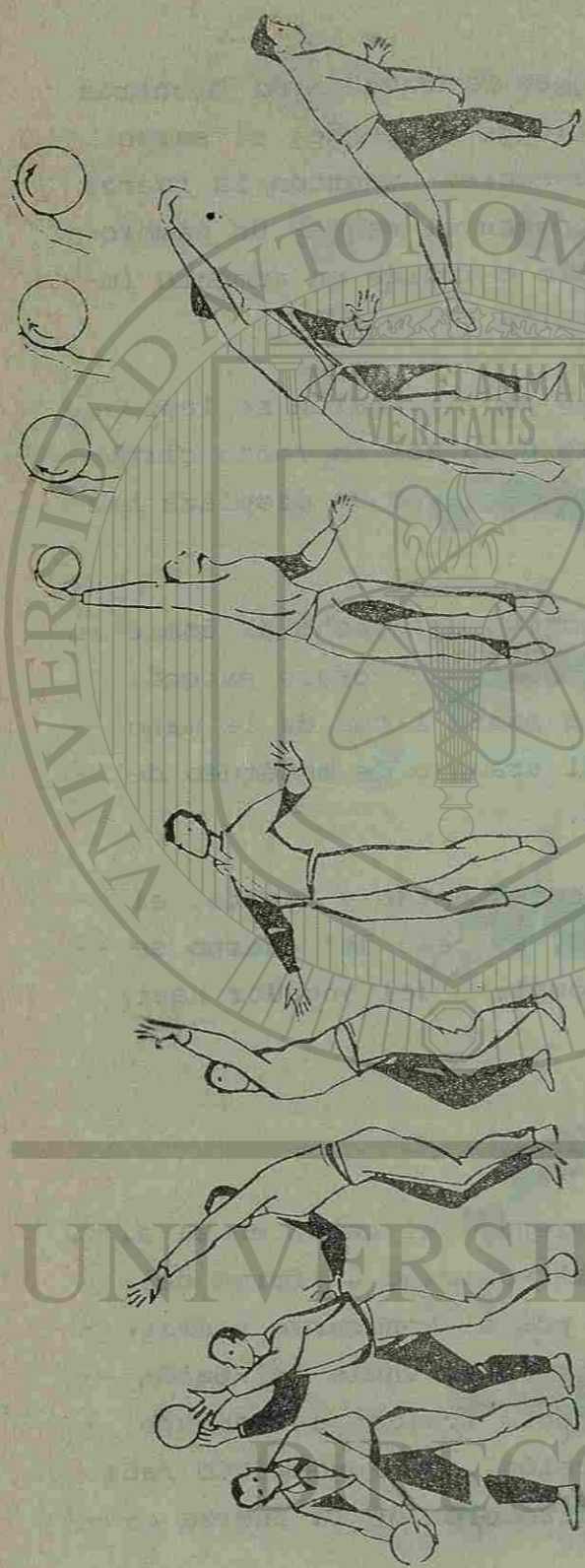


FIG. 9 SAQUE DE GANCHO

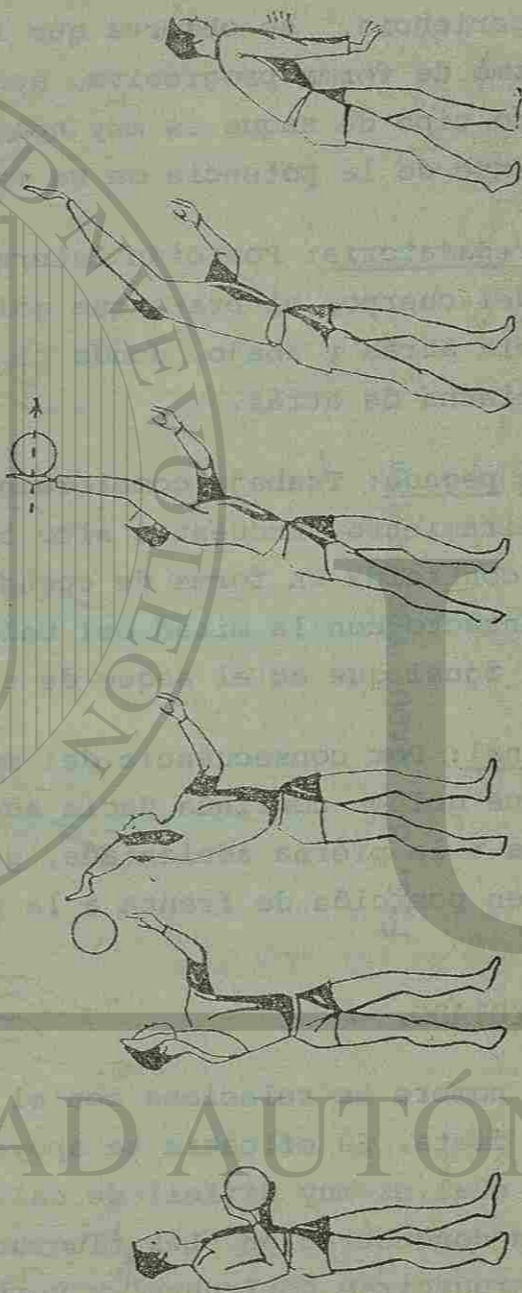


FIG. 10 SAQUE FLOTADO

tronco es pequeño.

Fase de golpeo: La muñeca está rígida en el momento del golpe (preparada de antemano), se golpea en el medio del balón, el acompañamiento del balón no es siempre igual.

Fase final: Directamente después del golpeo, el jugador frena el movimiento antes que éste termine.

LA CLAVADA O REMATE.

La clavada es la más espectacular y emocionante jugada del voleibol. En los primeros días de este deporte, se recurría a un acercamiento paralelo a lo largo de la red, con impulso de un solo pie, pero esto fue abandonado hace mucho tiempo por sus muchas desventajas. Con el advenimiento del bloqueo de tres hombres, se rechazan tantos remates que un rematador desplazándose paralelamente a la red no estaba en aptitud de recobrarlos. Ese sistema ha sido sustituido ahora casi por completo por acercamiento directo o en diagonal, con impulso de ambos pies.

En este fundamento podemos distinguir las siguientes fases: la carrera y batida, salto, golpe y la caída. (Fig. 11)

LA CARRERA Y BATIDA: Se compone normalmente de 3 pasos progresivamente acelerados. Los dos primeros son de preparación y el último paso es más largo y más rápido que el de BATIDA. El rematador se coloca a lo largo de una de las líneas laterales, aproximadamente a 2.40 mts. de la red. Cuando la pelota es acomodada se inicia el acercamiento.

SALTO: Se efectúa con los dos pies quedando siempre adelantado, el pie contrario al brazo que golpea. Al saltar se levantan los brazos vigorosamente, al llegar el rematador a una distancia de unos 90 cm. atrás de la pelota se comienza el salto procurando impulsarse hacia arriba más bien que hacia adelante.

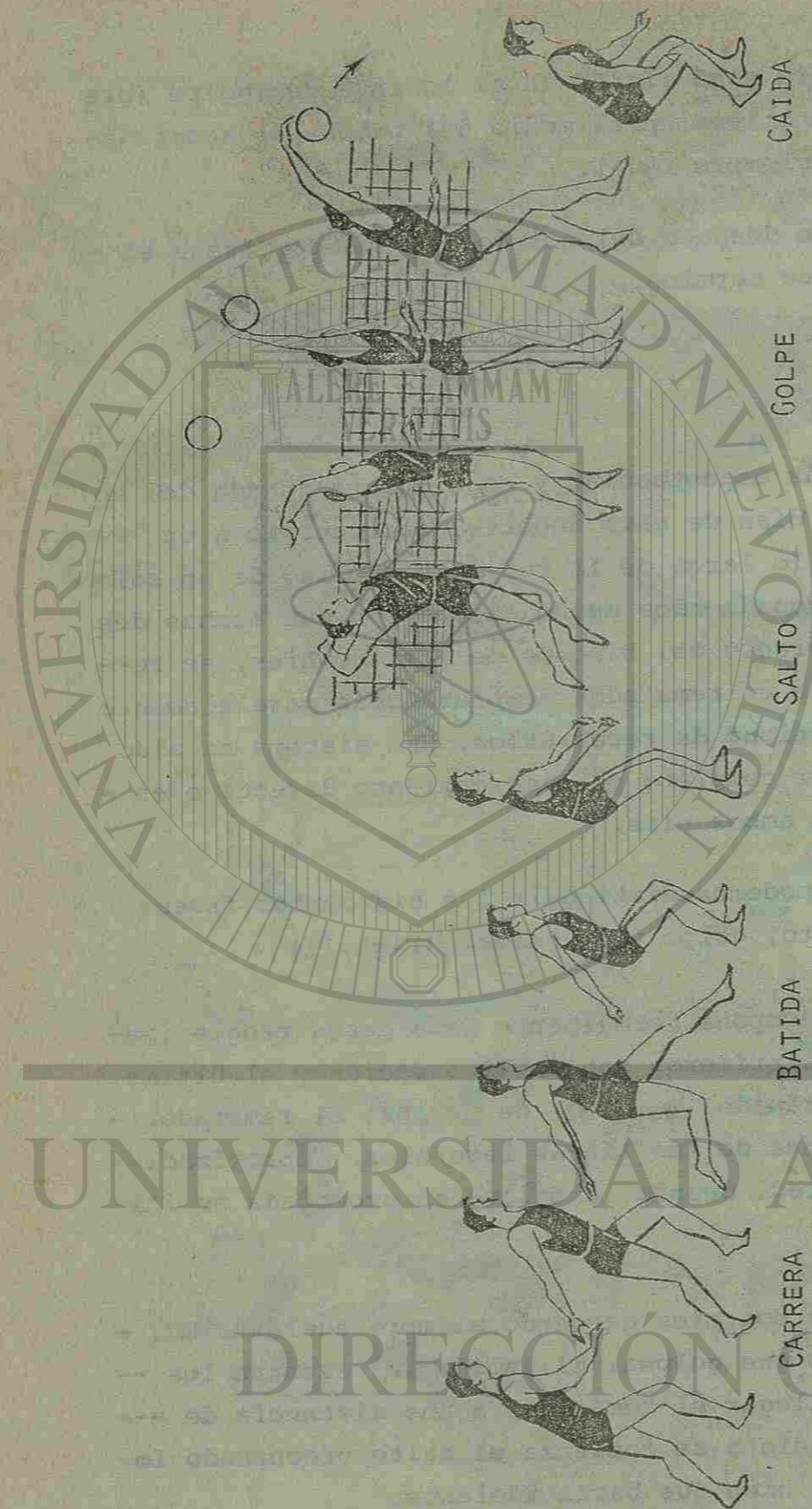


FIG. 11 PASOS PARA CLAVAR O REMATAR

GOLPE: Se da flexionando bruscamente la muñeca y aplicando la mayor fuerza con el "talón" de mano o de los dedos rigidamente acuchardos (Fig. 12). El hombro derecho se adelanta ayudando a dar potencia al golpe, al tiempo que el hombro y brazo izquierdo se atrañan y descienden.

CAIDA: Debe ser efectuada con los dos pies, pues el hacerlo con un sola pierna ocasiona con gran frecuencia lesiones en la rodilla, - después de la caída el jugador debe quedar en posición de alerta.

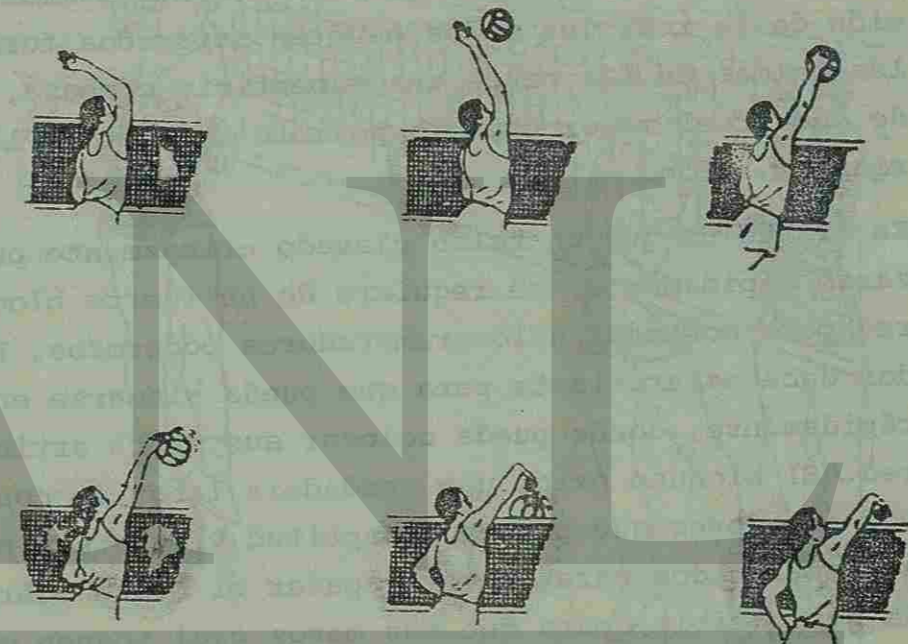


FIG. 12 GOLPE DE BALÓN EN EL REMATE

EL BLOQUEO.

El bloqueo es la acción permitida sólo a los delanteros (bloqueadores) para interceptar cerca de la red el balón procedente -- del campo contrario.

El bloqueo es el fundamento defensivo de mayor eficacia en el voleibol. Y en el cual se puede tener dos puntos bases:

- a) El bloqueo es el intento de interceptar el balón en la red. Se realiza partiendo de la posición fundamental alta, los brazos flexionados en las manos a la altura del pecho, --- pies paralelos. El salto se realiza flexionando rápidamente las piernas, los brazos suben con las palmas a la dirección de la red, los dedos estarán separados formando con las palmas de las manos una superficie cóncava, tratando de cubrir el mayor espacio posible respecto a la trayectoria del balón.
- b) En virtud de que un balón clavado eficazmente puede desplazarse rápidamente, se requiere de un fuerte bloqueo en la red para contener a los rematadores poderosos. El bloqueador debe estar alerta para que pueda situarse en posición rápidamente, donde pueda colocar sus manos arriba de la red. El bloqueo exige una verdadera labor de conjunto. Los jugadores que poseen la aptitud y estatura necesaria son entrenados para saltar y pasar el brazo sobre la red y, de ser posible, para que sus manos casi toquen el balón en el momento del ataque.

El bloqueo puede ser defensivo y ofensivo. Es defensivo, cuando se busca hacer contacto con el balón, para que éste pueda ser jugado de nuevo y es ofensivo cuando al hacer contacto con las manos regresa bruscamente al campo contrario.

El bloqueo es ejecutado exclusivamente por los jugadores delanteros y puede ser sencillo, doble ó triple. (Fig. 13)

El sencillo cuando es ejecutado exclusivamente por un jugador, doble por dos jugadores y triple por tres jugadores delanteros.

Las reglas señalan que los bloqueadores no pueden tocar el balón antes que el equipo atacante haga contacto con él en su esfuerzo por devolverlo por encima de la red. Sin embargo, el contacto podrá hacerse un instante después, y esto permite a menudo a los bloqueadores frustrar una tentativa de ataque.

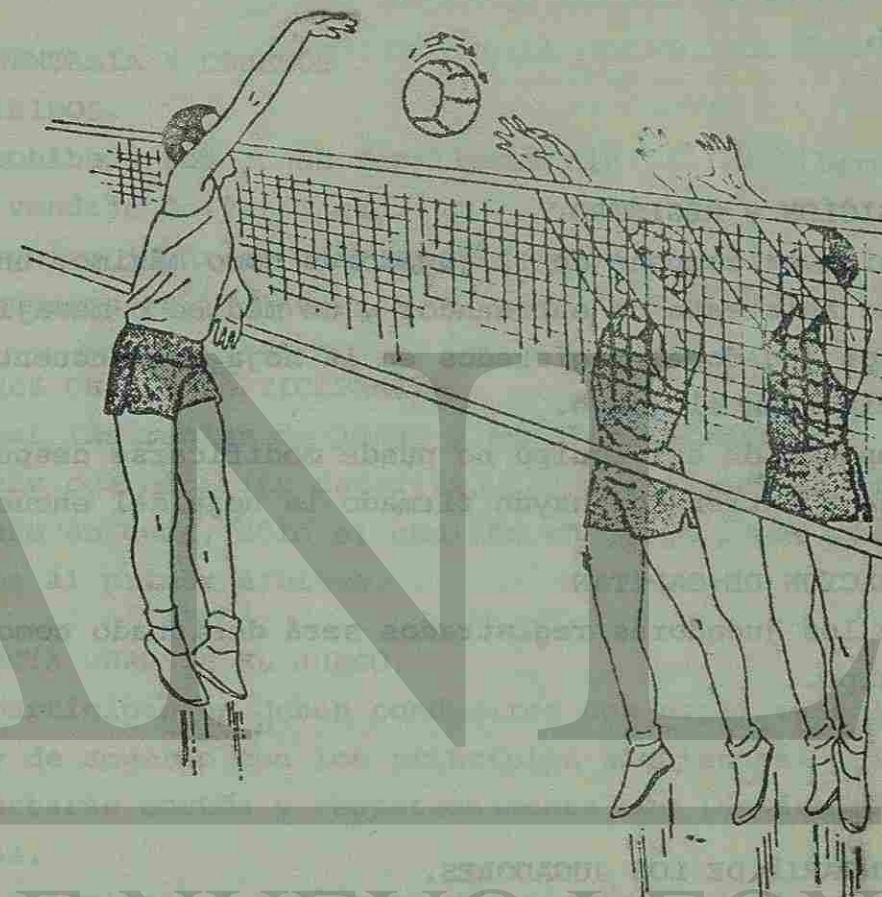


FIG. 13 BLOQUEO DOBLE

REGLAMENTO DE VOLEIBOL.

A continuación se mencionan algunas de las reglas que se consideran de mayor importancia para nuestro curso.

Las reglas correspondientes a medidas de la cancha, red y balón no se incluyen ya que anteriormente fueron mencionadas.

PARTICIPANTES SUS RESPONSABILIDADES Y DERECHOS.

EQUIPOS:

COMPOSICION y REGISTRO.

- Un equipo se compone de 12 jugadores como máximo, un entrenador, un asistente de entrenador y un médico o masajista.
- Sólo los jugadores registrados en la hoja del encuentro pueden participar en el juego.
- La composición del equipo no puede modificarse después de que capitán y entrenador hayan firmado la hoja del encuentro.

DESIGNACION DE CAPITAN

- Uno de los jugadores registrados será designado como capitán de equipo.

JUGADORES:

INDUMENTARIA DE LOS JUGADORES.

- Debe ser uniforme, limpia y del mismo color. Se compone de camiseta y pantalón corto. El calzado debe ser ligero, flexible, de caucho o cuero y sin tacón.
- La camiseta debe llevar números de por lo menos 8 cm. de alto en el pecho y de 15 cm. de alto en la espalda. El ancho de la cinta de los números debe ser 2 cm. por lo menos. Los números pueden ser escogidos del 1 al 15 (de preferencia del 1 al 12).
- Si ambos equipos se presentan en indumentaria del mismo color, el equipo local debe cambiar. En cancha neutral, debe cambiar el equipo que aparezca en primer término en la hoja del encuentro.

- El primer árbitro puede autorizar a uno o más jugadores lo siguiente:

a) A jugar descalzos.

b) A cambiar camisetas sudadas, ya sea entre dos sets o después de sustitución, a condición de que sean del mismo color y tengan el mismo número.

- Si hace frío, el primer árbitro puede autorizar a los equipos a jugar con ropa de abrigo a condición de que sea de color uniforme, del mismo diseño y esté numerada reglamentariamente.

INDUMENTARIA Y OBJETOS

PROHIBIDOS.

- Se prohíbe a los jugadores llevar alfileres, brazaletes, vendaje de yeso, etc.
- se prohíbe jugar en uniforme de color claramente diferente o sin números reglamentarios.

DEBERES DE LOS PARTICIPANTES.

- Conocer las reglas de juego y cumplirlas estrictamente.
- Aceptar con espíritu deportivo las decisiones de los árbitros. En caso de duda, sólo el capitán en juego puede pedir aclaraciones al primer árbitro.

CONDUCTA DURANTE EL JUEGO.

Los participantes deben conducirse con espíritu del juego limpio y de acuerdo con los principios siguientes:

- Comportarse cortés y respetuosamente con los árbitros y adversarios.
- Evitar acciones o actitudes que tiendan a influenciar las decisiones de los árbitros o a ocultar las faltas de su equipo. -- (Al recibir el saque; aplaudir, gritar, etc.)
- Evitar acciones y actitudes tendientes a retrasar el juego o consideradas como tales.
- Si está fuera del juego, no dar instrucciones a los jugadores que están jugando.

CAPITAN DE EQUIPO.

- El capitán de equipo se identifica con una barra de 8cm x 15cm. de color diferente a la camiseta, colocada a la izquierda del pecho.
- Es responsable de la conducta y disciplina de todos los jugadores de su equipo.
- Antes del encuentro el capitán de equipo:
 - a) Firma la hoja del encuentro.
 - b) Representa a su equipo en el sorteo.
- Durante el encuentro, el capitán ejerce sus funciones cuando están en la cancha.
 - a) Puede pedir a los árbitros que autoricen los cambios de indumentaria.
 - b) Durante las interrupciones de juego puede presentar, al árbitro correspondiente, las solicitudes o preguntas formuladas correctamente por sus compañeros de juego.
 - c) Es el único autorizado para solicitar explicaciones sobre la aplicación o interpretación de reglas. Si la explicación o interpretación no le satisface debe reclamar al árbitro de inmediato y solicitar que, al finalizar el encuentro, su protesta sea registrada en la hoja del encuentro.
 - d) Es el único que puede solicitar al primer árbitro la revisión de la red, del piso, del balón, verificación de las posiciones del equipo contrario, etc.
 - e) Tiene derecho a solicitar interrupciones legales de juego.
- Al terminar el encuentro el capitán de equipo:
 - a) Da las gracias a los árbitros y firma la hoja de anotación para ratificar el resultado.
 - b) Puede confirmar sobre la hoja del encuentro una reclamación respecto a los hechos protestados ante el primer árbitro durante el encuentro.
- Cuando el capitán es reemplazado y sale del campo el entrenador o él mismo debe designar otro jugador que ejerza sus funciones.

ENTRENADORES.

RESPONSABILIDADES DEL ENTRENADOR.

- El entrenador es responsable de la conducta y disciplina de los jugadores.
- Antes del juego registra y verifica en la hoja del encuentro los nombres y números de sus jugadores, y la firma de conformidad.
- Antes de cada set (juego) entrega al anotador, o al segundo árbitro, la ficha de posiciones debidamente llena y firmada.
- Antes del encuentro puede dirigir el calentamiento de sus jugadores en la cancha.
- Durante el encuentro debe colocarse en la banca de jugadores cerca del anotador.
- Sólo durante los tiempos para descanso y los intervalos entre sets puede dar instrucciones, sin entrar a la cancha ni demorar el juego.

CONDUCTA DE LOS ENTRENADORES.

- Están obligados a respetar y a hacer respetar por sus jugadores tanto a los árbitros, como al público, organizadores y a los adversarios.
- No pueden solicitar aclaraciones a los árbitros, ni reclamar ni protestar.

SORTEO Y CALENTAMIENTO EN LA RED.

SORTEO.

- Antes de entrar en la cancha, el primer árbitro hace un sorteo en presencia de los dos capitanes. El ganador escoge el campo o el derecho al primer saque.
- En caso de set (juego) decisivo, el árbitro, realiza un nuevo sorteo para decidir quien escoge el campo o el saque.

CALENTAMIENTO DE LOS EQUIPOS.

- Antes del encuentro, los equipos pueden calentar en la red durante 3 minutos, si previamente dispusieron de otra cancha o durante 5 minutos, si no tuvieron dicha facilidad.

- Si los dos capitanes solicitan realizar un calentamiento simultáneo, ambos equipos pueden disponer de la red durante 6 ó 10 minutos según el inicio.
- En caso de calentamiento consecutivo entra primero a la red el equipo que ganó el derecho a sacar primero.

RESULTADOS DE JUEGO.

EQUIPO QUE ANOTA UN PUNTO.

- Sólo el equipo que saca puede anotar un punto si gana el intercambio de juego, ya sea por su propia acción o porque el adversario comete una falta castigada por el árbitro.

EQUIPO QUE GANA UN SET.

- Gana un set (juego) el equipo que con una ventaja mínima de 2 puntos anota primero 15 puntos o que, en caso de empate 14-14, obtiene la ventaja de 2 puntos (16-14, 17-15)
- Si un equipo es declarado incompleto por el árbitro, se adjudican a su adversario los puntos faltantes para ganar el set (el equipo incompleto conserva sus puntos).

EQUIPO QUE GANA EL ENCUENTRO.

- Si un equipo queda incompleto y no puede continuar el encuentro, se adjudican a su adversario los puntos y sets faltantes para ganar el encuentro. (El equipo incompleto conserva los puntos y sets ganados).
- Si un equipo se niega a jugar después de ser apercibido por el primer árbitro es declarado ausente y se adjudica a su adversario los puntos de cada set por 15-0 y el encuentro por 3-0.
- El equipo que no se presenta a tiempo en la cancha sin causa justificada, también es declarado ausente y los mismos resultados de 15-0 cada set y 3-0 para el encuentro se conceden en favor de su adversario.

TOQUE DEL BALON

BALON EN JUEGO

- El balón está en juego desde el golpe de saque, hasta el toque, de silbato del árbitro.

NUMERO DE TOQUES POR EQUIPO.

- Cada equipo tiene derecho a un máximo de 3 toques para enviar el balón por encima de la red al campo contrario.
- Un toque de equipo se realiza cada vez que un jugador toca el balón o es tocado por él.
- Un jugador no debe tocar el balón 2 veces consecutivas, salvo el bloqueador.

CARACTER DEL TOQUE.

- El balón puede ser tocado con cualquier parte superior del cuerpo incluyendo la cintura.
- El balón puede tocar varias partes del cuerpo a condición que sea simultáneamente, el toque debe ser correcto y el rebote franco.
- El balón debe ser tocado claramente sin ser detenido (levantado, acompañado, empujado, lanzado) Puede rebotar en cualquier dirección.
- Ni los movimientos del jugador, previos o posteriores al toque, ni el sonido producido por el contacto con el balón debe intervenir en la apreciación del toque.

FALTAS EN EL TOQUE DEL BALON.

- Si el jugador no golpea claramente el balón y lo detiene momentáneamente comete una falta llamada "BALON DETENIDO".
- Si a la vista el jugador golpea el balón consecutivamente más de una vez, sin que otro jugador lo haya tocado entre tanto, comete una falta llamada "DOBLE GOLPE".
- Si el jugador toca el balón con cualquier parte del cuerpo de bajo de la cintura comete una falta llamada "TOQUE ILEGAL".
- Si 2 jugadores adversarios detienen y sostienen los dos simultáneamente el balón, por encima de la red, ambos cometen una "DOBLE FALTA" El intercambio vuelve a jugarse.

PENETRACION EN EL ESPACIO Y CAMPO CONTRARIOS.

CONTACTO CON LA RED.

- Está prohibido tocar la red en toda su longitud incluyendo -- las antenas.
- Después de golpear el balón, un jugador puede tocar los postes, cables o cualquier objeto fuera de los 9.50 m. de la red a condición de que este hecho no afecte el intercambio de juego.
- No hay falta si el balón es lanzado contra la red y ocasiona el contacto de la misma por un jugador adversario.

PENETRACION DEBAJO DE LA RED.

- El paso de cualquier parte del cuerpo al espacio contrario -- por debajo de la red está permitido a condición de no tocar -- ni interferir al adversario.
- La penetración al campo contrario está prohibida.

CONTACTO CON EL CAMPO CONTRARIO.

- Con excepción de los pies, durante el juego está prohibido el contacto de cualquier parte del cuerpo rebasando la línea central dentro del campo contrario.
- El contacto del o de los pies de un jugador con el campo contrario está autorizado a condición de que por lo menos una -- parte del, o de los pies, permanezcan en contacto o arriba -- de la línea central.
- Un jugador puede penetrar, en la zona libre al lado del campo contrario a condición de no interferir un adversario en juego.
- Un jugador puede penetrar en el campo contrario, después del silbido del árbitro, terminando el intercambio.

FALTAS DE PENETRACION.

- Un jugador comete falta de penetración cuando toca un balón -- en el espacio contrario antes o durante el golpe de ataque -- del adversario.
- Interfiere cualquier otro toque al balón en el espacio contrario.

- Penetra en el espacio contrario bajo la red, tocando o interfiriendo a un adversario.
- Entra al campo contrario, cuando el balón está en juego.
- Toca la red o una antena, como consecuencia de su acción.

BLOQUEO.

FALTAS DE BLOQUEO.

- Un bloqueador comete falta cuando bloquea por fuera de las antenas y toca el balón en el espacio contrario.
- Interfiere en el espacio contrario la acción de un adversario.
- Siendo zaguero participa en ó efectúa un bloqueo.




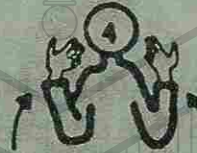




FALTAS DE JUEGO.


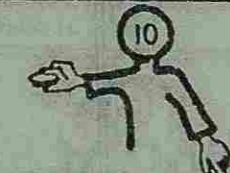


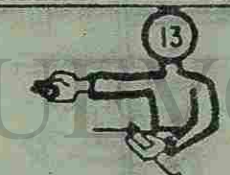
- No enviar correctamente el balón, por encima de la red, dentro del campo contrario.
- Realizar una acción contraria a las reglas.






CONDUCTA INCORRECTA.

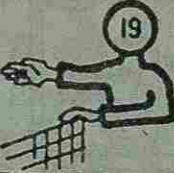




- Conducta antideportiva: Si un participante demora el juego, da instrucciones cuando está prohibido hacerlo, grita, intimida a los adversarios o discute con los jugadores, árbitros o público.
- Conducta grosera: Si un participante actúa contra las buenas costumbres, la moral o si expresa desprecio hacia los árbitros, adversarios o público.
- Conducta injuriosa: Si hay un ataque agresivo contra el honor personal por medio de palabras y gestos ultrajantes dirigidos a un árbitro, a un adversario o al público.
- Agresión: Si hay un ataque físico real o una tentativa de -- agresión calificada contra un árbitro, un adversario o un espectador.

SEÑALES OFICIALES DE LOS ARBITROS

HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS (A) Primero (S) Segundo	LOS JUECES DE LINEA
EQUIPO QUE GANA UN PUNTO Y/O EL SAQUE	A  Extender el brazo del lado del equipo que deberá sacar	
BALON DENTRO	A S  Extender el brazo y los dedos hacia el piso	S  Bajar el banderín
BALON FUERA	A S  Levantar verticalmente los antebrazos, manos abiertas y palmas hacia el exterior	S  Levantar el banderín
BALON TOCADO	A  Frotar con la palma de una mano los dedos de la otra mano sostenida en posición vertical	S  Levantar el banderín y tocar la punta con la palma de la mano libre
BALON QUE CRUZA POR FUERA DE LAS ANTENAS O FALTA DE SAQUE		S  Agitar el banderín arriba de la cabeza y señalar con el dedo, según el caso, la antena o la línea de fondo






HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS (A) Primero (S) Segundo	LOS JUECES DE LINEA
CUATRO TOQUES	A  Levantar cuatro dedos.	
PENETRACION EN EL CAMPO CONTRARIO	A S  Señalar la línea central	
DETENIDA	A  Levantar lentamente el antebrazo con la palma hacia arriba.	
DOBLE GOLPE	A  Levantar dos dedos separados.	
TOQUE ILEGAL	A  Bajar una mano, palma hacia arriba, desde la cintura hacia el piso.	R

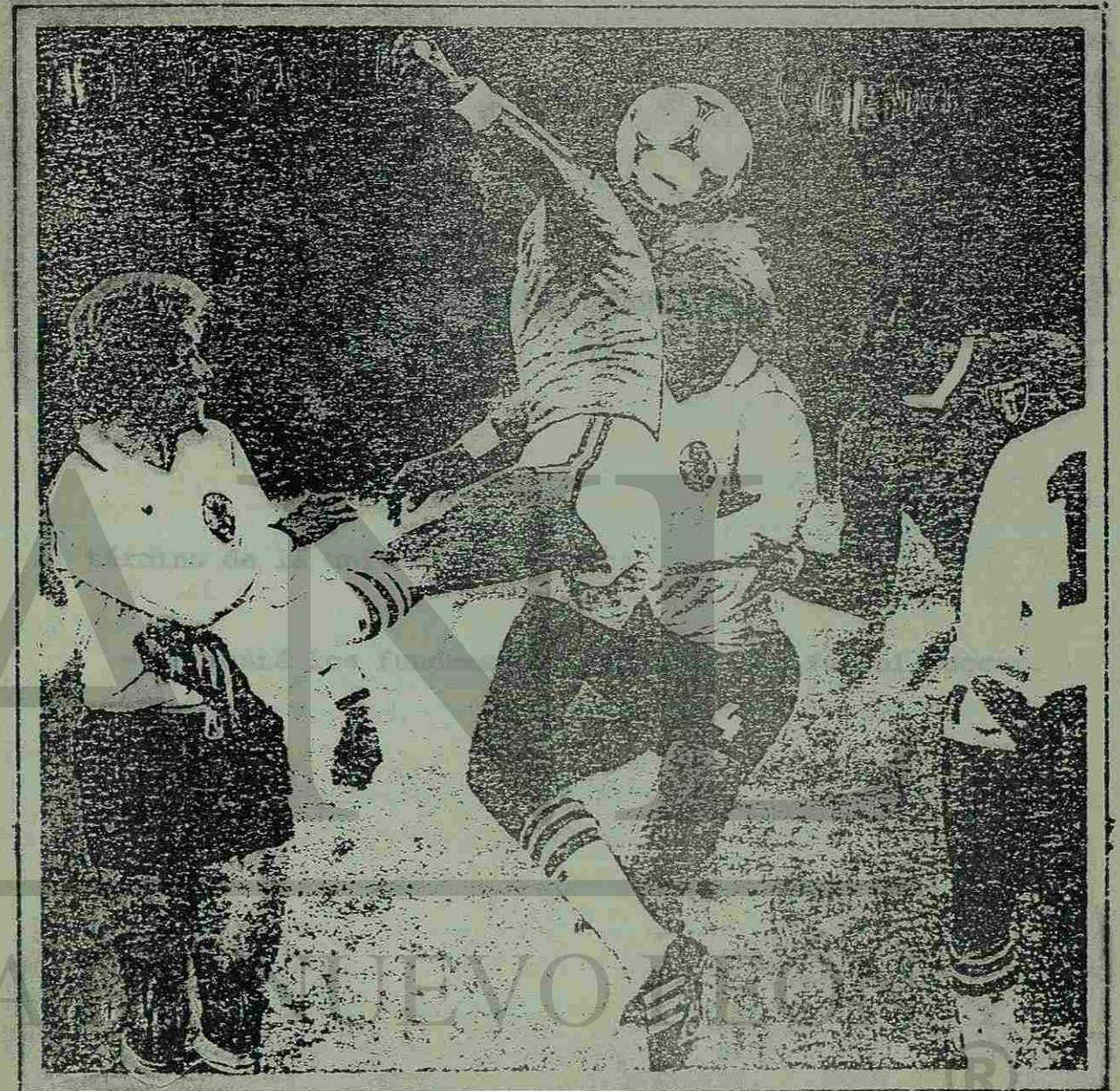
HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS	LOS JUECES DE LINEA
FIN DEL SET (o encuentro)		
T. DE DESCANSO		
SUSTITUCION		
BALON SOSTENIDO DURANTE EL GOLPE DE SAQUE		
RETRASO EN EL SAQUE		






HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS	LOS JUECES DE LINEA
RED TOCADA POR -Un balón de saque o -Un jugador.		
DOBLE FALTA		
BLOQUEO DE ZAGUERO O PANTALLA		
FALTA DE POSICION O DE -ROTACION		
PENETRACION EN EL ESPACIO CONTRARIO		

102111786

37452

HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS	LOS JUEGES DE LINEA
ZAGUERO EFECTUANDO UN GOLPE DE ATAQUE PROHIBIDO	<p>(A) Primero</p> <p>(S) Segundo</p>  <p>Mover el antebrazo con la mano abierta, de arriba hacia abajo.</p>	
BALON TOCANDO - Un objeto - Un compañero del sacador después del golpe	 <p>Indicar el objeto o el jugador tocado.</p>	
AMONESTACION O CASTIGO	 <p>Mostrar una tarjeta amarilla para amonestación y roja para castigo.</p>	
EXPULSION O DESCALIFICACION	  <p>Mostrar las 2 tarjetas rojas para expulsión y separadas para descalificación.</p>	



HECHOS SEÑALA	SEÑALES A EJECUTAR POR:	
	LOS ARBITROS	LOS JUEGES DE LINEA
ZAGUERO EFECTUANDO UN GOLPE DE ATAQUE PROHIBIDO	 Mover el antebrazo con la mano abierta, de arriba hacia abajo.	
BALON TOCANDO - Un objeto - Un compañero del sacador después del golpe	 Indicar el objeto o el jugador tocado.	
AMONESTACION O CASTIGO	 Mostrar una tarjeta amarilla para amonestación y roja para castigo.	
EXPULSION O DESCALIFICACION	  Mostrar las 2 tarjetas rojas para expulsión y separadas para descalificación.	





UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

UNIDAD DOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

OBJETIVO PARTICULAR

Al término de la unidad, el alumno:

- Aplicará los fundamentos técnicos del Futbol Soccer.



OBJETIVOS ESPECIFICOS

El alumno:

- Conocerá la historia del Futbol Soccer.
- Conocerá las medidas reglamentarias de los implementos para el Futbol Soccer.
- Identificará los fundamentos técnicos del Futbol Soccer.
- Describirá los diferentes fundamentos técnicos del Futbol - Soccer.
- Practicará los fundamentos técnicos del Futbol Soccer.

FUTBOL SOCCER

UNIDAD DOS

Historia.

Ignórase dónde y cuándo se originó el futbol, pero datos fragmentarios indican que siglos antes del advenimiento del cristianismo se practicaba un juego utilizando pelotas infladas, que se impulsaban pateándolas. Las pruebas revelan que los antiguos griegos, romanos y chinos jugaban con una bola inflada; sin embargo, quienes fueron los primeros en entregarse a un juego más parecido al futbol es algo que sólo se presta a conjeturas.

Los documentos hablan ya de la práctica del futbol, o balompié, en la historia de Inglaterra medieval. Se desconoce cómo el juego llegó hasta Inglaterra, más es indudable que el futbol, como se practica hoy, alcanzó su pleno desarrollo en ese país. Se cree que los romanos introdujeron el juego cuando invadieron Inglaterra. Al principio, el juego era brusco y arbitrario. Las lesiones a los jugadores y los daños a la propiedad eran comunes. El futbol era en extremo popular entre la gente del pueblo y se convirtió en actividad insustituible en los días de festival, principalmente en el Martes de Carnaval.

Su gran popularidad, los daños a la propiedad y los numerosos casos de lesiones hicieron que la clase dominante ejerciera presión sobre el rey Eduardo II para que expidiera un edicto en 1349 que prohibía el juego de futbol. La arquería, puntual del poderío militar de Inglaterra, había dejado de interesar al campesino como

diversión. El futbol había ocupado su sitio. Creyendo que los campesinos volverían a dedicarse a la arquería si podía suprimir la práctica del futbol, Eduardo III mantuvo en vigor la prohibición. En realidad, el juego, despreciado por el clero, fue combatido por diversos gobernantes durante tres siglos, pero el pueblo continuó practicando el juego a espaldas de los hombres del rey.

Después de la era puritana, otro período difícil para el futbol, el juego fue aceptado en las escuelas inglesas. A partir de entonces, el deporte comenzó a generalizarse. Las dimensiones de la zona de juego y las reglas variaban en cada plantel; en rigor, las reglas se adaptaban a las exigencias y necesidades de cada escuela. Volvió a las aldeas y ciudades, donde surgieron nuevos clubes; y a medida que se formaban nuevos equipos escolares y provinciales, se mejoraban las reglas.

Era evidente que se requería una serie de reglas, única y uniforme. Así que en 1862, J.C. Thring presentó diez leyes escritas a la aceptación universal. Al año siguiente, en 1863, se formó en Londres la Asociación de Futbol, y se adoptaron las reglas de Thring. Militares y emigrantes llevaron el juego de Inglaterra a sus colonias, a otros países europeos y, a la larga, a todas partes del mundo. Muchos países eligieron al futbol como su deporte nacional, y como tal se le reconoce hoy aproximadamente en ochenta países.

Para ayudar a regir el creciente número de juegos internacionales, los representantes de siete países europeos se reunieron en París el 21 de mayo de 1904, con objeto de discutir la formulación de una serie de reglas aceptables para todos. De esta reunión emergió la Federación Internacional de Futbol Asociación; comúnmente conocida como la F.I.F.A., una de las organizaciones deportivas internacionales más grandes, con 127 asociaciones nacionales como miembros. Este organismo se encarga de publicar las reglas internacionales, de controlar todos los partidos internacionales y de promover los campeonatos mundiales de futbol.

La Copa del Mundo, que se disputa cada cuatro años en diferentes fechas que a la de los Juegos Olímpicos, constituye el espectáculo deportivo más importante del mundo aparte de las Olimpiadas mismas. El futbol es el único deporte que cuenta con una verdadera serie mundial. Cada dos años se efectúan torneos mundiales de eliminación geográfica para decidir a los 16 finalistas, que luego compiten en la Copa del Mundo. La disputa en México en 1970 fue televisada a gran número de países y fue presenciada por millones de personas. En algunos países no es raro que un solo partido de futbol sea presenciado por más de 100,000 espectadores.

El futuro del futbol en México es brillante. Se le considera uno de los deportes que crecen con mayor rapidez en el país, principalmente en las escuelas secundarias y superiores.

El futbol, por muchos años reconocido como un deporte de gran promesa, pronto ocupará su sitio como uno de los principales deportes de conjunto en el país.

INSTALACIONES Y EQUIPO.

EL CAMPO DE JUEGO

El fútbol se juega en un campo rectangular, cuya longitud no deberá ser mayor de 109 metros ni menor de 100 metros y su anchura no mayor de 68 metros ni menor de 59 metros. Cuando se trate de -- partidos internacionales, las dimensiones del campo de juego serán de 120 a 90 metros de largo por 90 a 45 metros de ancho. Una línea atraviesa el campo por la mitad en sentido vertical, el centro del terreno es indicado por una marca conveniente y se traza allí un círculo central con radio de 9.15 metros. La adaptabilidad del juego a las dimensiones del terreno es una de sus ventajas sobresalientes.

En cada esquina del campo se fijarán banderolas sobre un poste de una altura no menor de 1.52 metros, y estas banderolas no podrán ser retiradas por ninguna razón durante el juego. En cada esquina se traza un arco de un radio de 91 centímetros dentro del terreno de juego. El saque de esquina se hace precisamente desde esta zona.

Inmediatamente en frente de cada meta está el área de meta, o de gol. Esta zona está limitada por líneas continuas que penetran 5.46 metros hacia las líneas laterales desde los postes de meta. Es dentro de esta zona donde se ejecuta el saque de meta, y conforme a las reglas internacionales un portero o guardameta, no podrá ser cargado dentro de esta área a menos que tenga el balón o pelota, en su poder.

El área de penalty, una zona mayor frente a cada meta, está delimitada por una línea continua que penetra (16.38 mts.) en el campo, partiendo desde los postes de meta hacia las líneas laterales. Esta es el área donde el portero puede coger el balón con sus manos. Cualquier infracción de las reglas normalmente provocaría un tiro libre directo, se convertiría en un "penalty" si la comete un jugador defensor en esta área.

El tiro de "penalty" se ejecuta desde el punto de "penalty", éste tendrá una distancia de 11 metros partiendo del punto medio de la línea existente entre los postes o la línea de gol y medirá 61 centímetros, en cada punto de "penalty" se trazará un círculo con un radio de 9.15 metros prolongándose hacia fuera del área de penalty.

Todas las líneas y marcas deberán hacerse utilizando un material blanco, distintivo y no tóxico.

LAS METAS

Las metas, que se fijan en el centro de cada línea de meta, consisten en dos postes de madera, cuadrados o redondos, clavados a 7.28 metros medición interior, unidos por un larguero o travesaño, también de madera, cuyo borde inferior está a 2.45 metros del suelo. Se recomiendan postes y largueros de 10 x 10 ctms., pintados de blanco, o bien se pueden usar metas portátiles.

LAS REDES

Desde un ángulo, es por demás difícil para un árbitro precisar si un balón cruzó o no los postes, a menos que se dote de redes a las metas. Las redes deben ser fijadas debidamente de modo que su parte superior se extienda a nivel con el larguero hasta una profundidad de unos 61 cms. y no estorbe al guardameta, o portero.

EL BALÓN

El fútbol se practica con un balón o pelota esféricos, con una cubierta de cuero. La circunferencia del balón no deberá ser mayor de 71 cms. ni menor de 68 cms.. Deberá ser inflado a una presión que, al ser arrojado desde una altura de 2.50 metros sobre un piso de concreto liso, rebote hasta una altura de no menos de --

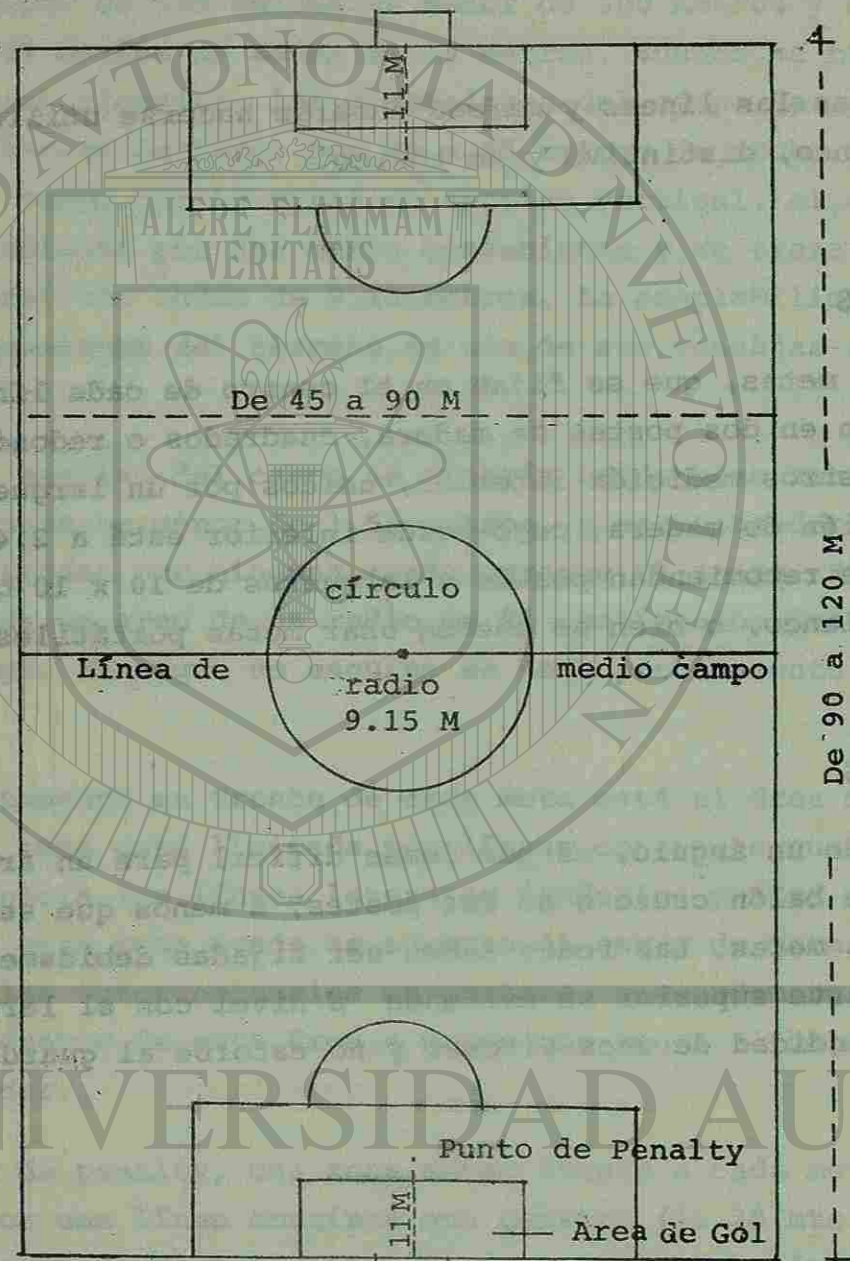


FIG. 15 CANCHA DE FUTBOL SOCCER

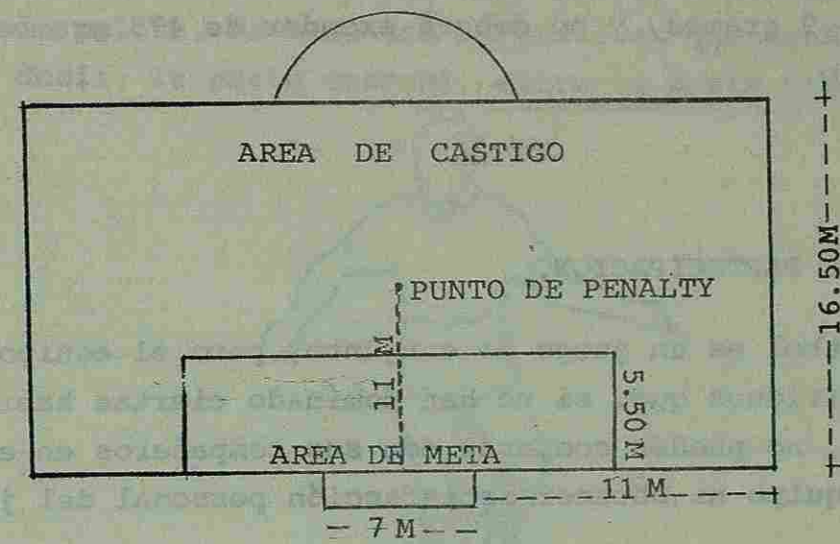


FIG. 16 AREA CHICA

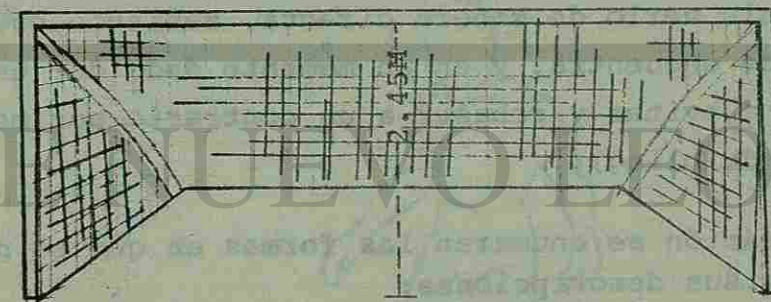


FIG. 17 PORTERIA (META)

1.50 metros, ni de más de 1.63 metros. El fabricante debe indicar qué presión permitirá que el balón se ajuste a esta norma.

El peso del balón no deberá ser mayor de 453.6 gramos, ni menor de 396.9 gramos, y no deberá exceder de 475 gramos aun cuando esté húmedo.

TECNICAS DE PARTICIPACION.

El futbol es un juego de conjunto, pero el equipo está formado por individuos que, si no han dominado ciertas habilidades fundamentales, no pueden cooperar con sus compañeros en el buen desempeño del equipo ni obtener satisfacción personal del juego.

Las habilidades fundamentales del juego son: Conducción del Balón, Pases, Recepción, Tiro a Gol, "Dribling" (engaño).

Cada técnica es bastante independiente de las demás, así que no puede decirse que una sea más importante que las otras.

CONDUCCIÓN DEL BALÓN

Conducir el balón es llevarlo lo más cerca de los pies, de ser posible, sin verlo de manera directa, sabiendo constantemente dónde y cómo se encuentra, y en un momento dado dar un pase, hacer un tiro a gol o evitar y rebasar a un contrario por medio de un engaño (regate o dribling).

A continuación se enumeran las formas en que se puede conducir el balón y sus descripciones:

- a) Con la parte interna del pie.
- b) Con la parte externa del pie.
- c) Con el empeine.
- d) Con la puntera .

a) **CON LA PARTE INTERNA DEL PIE:** El procedimiento para conducir -- con la parte interna del pie es muy sencillo. Se hace una torsión del pie hacia afuera, llevando la punta de lado. Para pegarle a la pelota, se hace con la parte en que está el arco del pie, es decir, la parte central, entre la punta y el talón (Fig. 18).

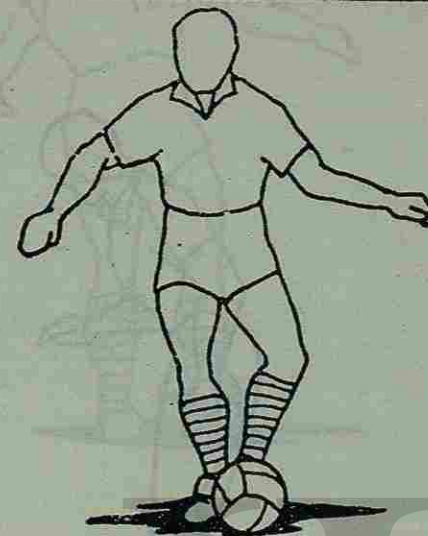


FIG. 18 PARTE INTERNA

b) **CON LA PARTE EXTERNA DEL PIE:** Conducir con la parte externa del pie es un poco más fácil, porque la torsión del pie es al revés, es decir, la punta va hacia adentro; como la pelota se lleva -- con la parte central, entre la punta y el talón, hay más control de la bola y al dar el pase, la postura resulta cómoda. (Fig. 19).



FIG. 19 PARTE EXTERNA

c) CON EL EMPEINE: La conducción con el empeine se usa tanto como los modos anteriores, pero en vista de que también resulta un poco difícil controlar la bola, es necesario practicar más para dominarla. Hay que meter primero la punta de frente y abajo del balón para que al llegar al empeine sea éste el que haga el impulso hacia adelante. (Fig. 20)

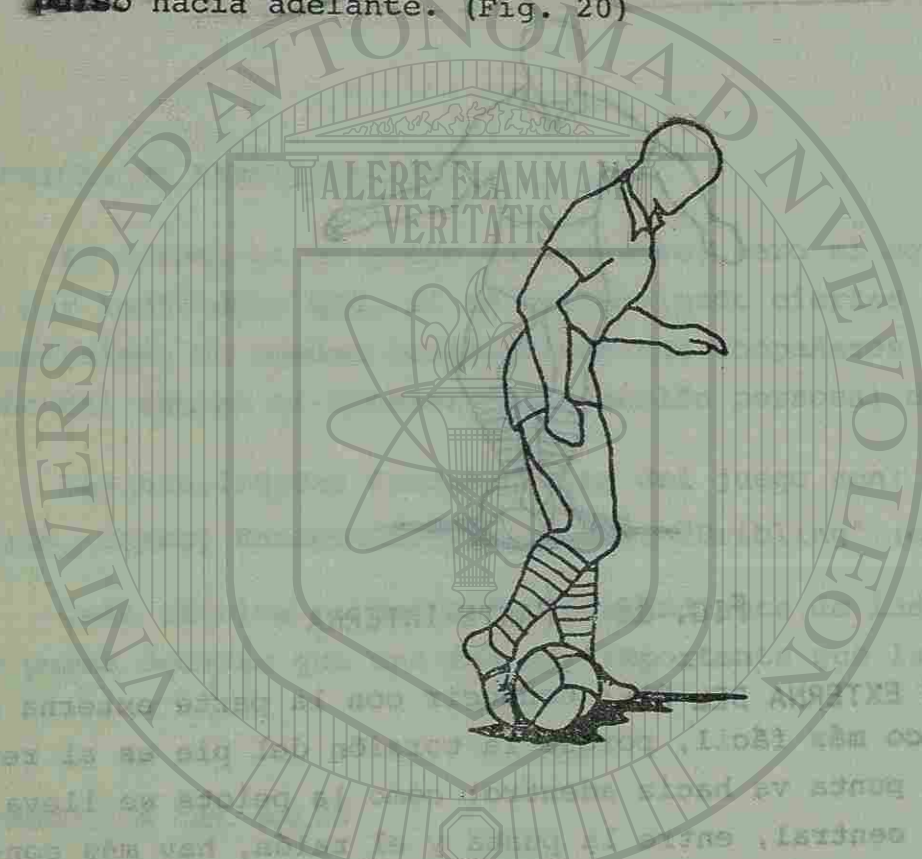


FIG. 20 CON EL EMPEINE

d) CON LA PUNTERA: Cualquiera diría que la manera más sencilla de conducir el balón consiste en hacerlo con la punta del pie en vista de que la pelota se toca con la superficie más pequeña de éste; pero es precisamente por esto, por lo que resulta más difícil controlar el balón. Para controlar el pequeño golpe que se da con la punta, debemos bajar la vista y mirar para calcular dónde vamos a tocar la pelota a fin de dirigirla sin que se desvíe, por lo que es difícil que sigamos viendo al frente para otras ocasiones. (Fig. 21)

FIG. 21 PARTE EXTERNA

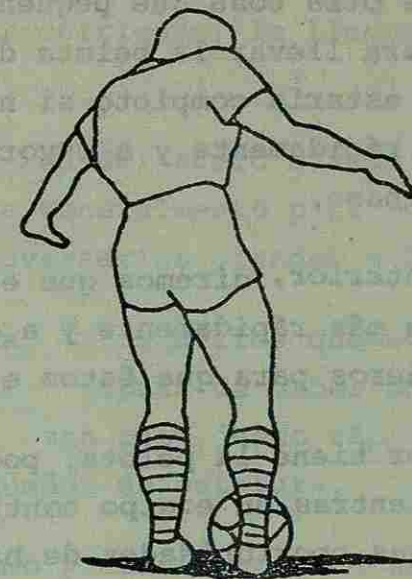


FIG. 21 CON LA PUNTA DEL PIE

Resumiendo lo anterior, diremos que la principal finalidad de las diversas formas de conducir el balón consisten en dominarlo de manera que "obedezca" los toques que le damos, para que esté siempre cerca de nosotros y vaya donde queramos dirigirlo sin necesidad de estarlo viendo directamente.

Sólo podremos conseguir lo dicho si aprendemos los fundamentos y los practicamos constantemente.

PASES

Conducir es la acción de controlar la pelota cerca de nosotros. Este control no es otra cosa que pequeños pases que nos hacemos a nosotros mismos para llevar la pelota de un lugar a otro. Pero este fundamento no estaría completo si no hubiera otra forma de llevar la pelota más rápidamente y a mayores distancias, para lo cual hacemos uso del pase.

De acuerdo con lo anterior, diremos que el pase es la acción de hacer llegar el balón más rápidamente y a distancias cortas o largas a nuestros compañeros para que éstos ejecuten otra acción.

En cuanto un jugador tiene la pelota, podemos considerar que está a la ofensiva, y mientras un equipo controle el balón a base de pases serán mayores sus oportunidades de hacer goles y, por lo tanto, de ganar partidos.

El objetivo del juego de fútbol es hacer "goles" (ofensiva) y no dejárselos hacer (defensiva). Los pases son la fase más importante de la ofensiva, pues gracias a ellos no sólo controlamos la pelota, sino que muchas veces nos permiten anotar goles.

Entregar la pelota a un compañero por medio de un pase es responsabilidad del pasador y no del que va a recibir: entonces, para hacer correctamente un pase hay que entregar la pelota a un compañero en la forma más sencilla, sin que éste se vea en la necesidad de hacer muchas evoluciones para poder controlarla.

Los pases se pueden hacer: con los pies, a pie firme y en movimiento; al ras del suelo y de volea; con la parte interna y externa de los pies, con el empeine y con la puntera.

También se pueden hacer con la cabeza, a pie firme y en movimiento; directamente y de bote.

Damos un pase a pie firme o parados cuando la pelota se encuentra quieta, como por ejemplo, después de un foul (castigo), o bien, después de que se ha recibido y parado totalmente, o también cuando estando parados nos viene la pelota y hacemos el pase sin

detenerla.

Los pases en movimiento son aquellos que se hacen cuando el jugador va caminando o corriendo, ya sea porque esté conduciendo el balón o porque al ir corriendo, le llegue el balón y sobre la marcha haga el pase.

El pase se hace al ras del suelo cuando la pelota no deja de tocar el piso, y se usa generalmente para jugadas de pases en corto y rápidas, contra adversarios grandes y lentos.

Los pases de volea, son aquellos que se hacen cuando el balón se encuentra en el aire después de haber botado o de venir directamente por arriba. Se usan para juego rápido, de pases largos y contra adversarios pequeños de estatura.

Ya hemos dicho cómo y cuándo se hace un pase con los pies, pero también es muy importante que sepan con qué parte del pie se deben hacer.

Cuando se hace un pase con la parte interna del pie, hay que tocar la pelota con la parte media, es decir, con el arco, el cual se encuentra entre la punta y talón (Fig. 22). Aparentemente, la posición del pie es incómoda, por que la punta del pie debe dirigirse hacia afuera. Sin embargo, este pase es la manera más eficaz para controlar la dirección de la bola.

Los pases con la cabeza son difíciles de hacer porque cuesta trabajo controlarlos, sin embargo, con la práctica constante lograrán su dominio.

Los pases a pie firme con la cabeza son aquellos en que, estando parados, recibimos el balón por arriba y le pegamos con la cabeza para dirigirlo a un compañero. (Fig. 23)

En movimiento, son los que se hacen cuando vamos caminando o corriendo y recibimos la pelota a la altura de la cabeza y la golpeamos con ella para dirigirla a un compañero.

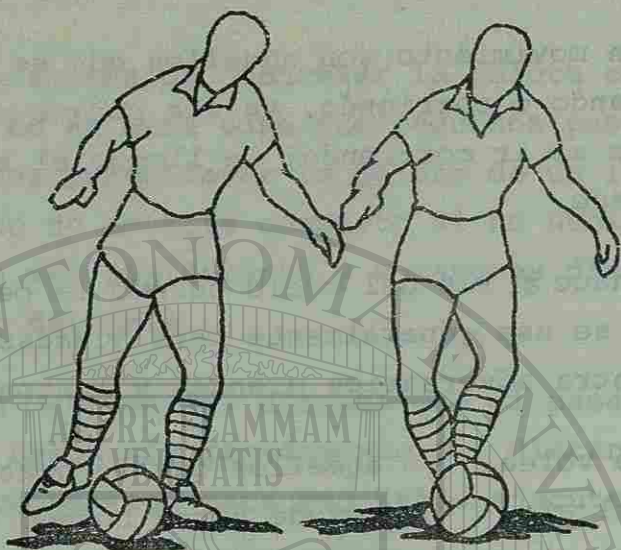


FIG. 22 PASE CON LA PARTE INTERNA DEL PIE

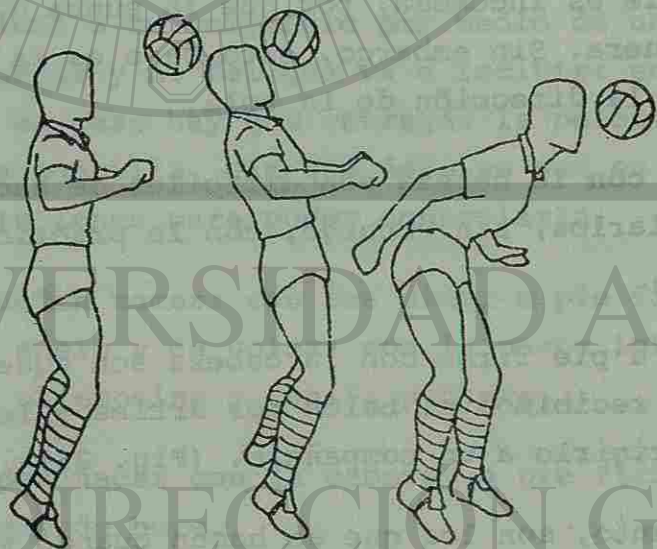


FIG. 23 PASE CON LA CABEZA

En movimiento, son los que se hacen cuando vamos caminando o corriendo y recibimos la pelota a la altura de la cabeza y la golpeamos con ella para dirigirla a un compañero.

Se hace un pase directamente con la cabeza cuando dirigimos la bola sin que ésta toque el suelo.

Cuando hacemos un pase con la cabeza y la pelota toca el piso botando antes de llegar a un compañero, se dice que es un pase de bote.

Con la parte externa del pie se hace el pase tocando la pelota precisamente con la parte de media, entre la punta y el talón. Al golpear la pelota, la punta del pie debe dirigirse hacia adentro, posición que tal vez sea un poco incómoda y que, además, no es muy apropiada para controlar la dirección de la bola. (Fig. 24)

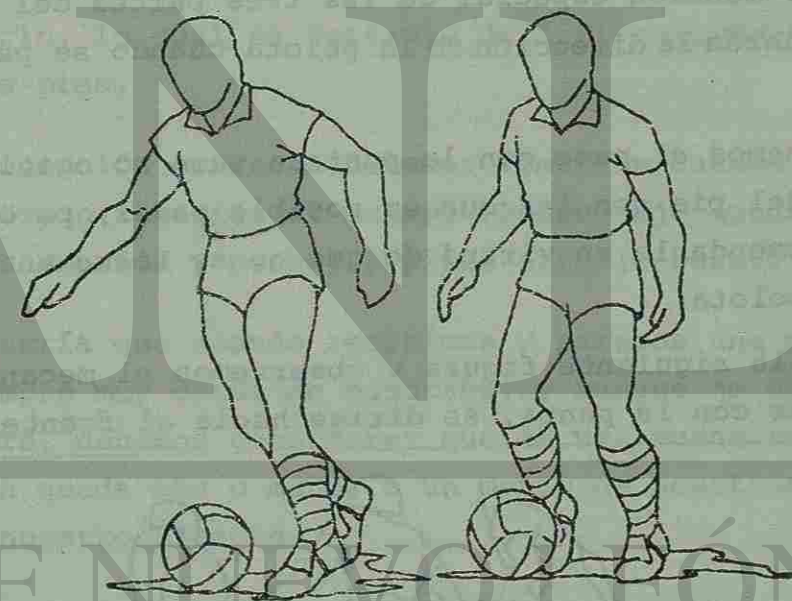


FIG. 24 PASE CON LA PARTE EXTERNA DE PIE

El pase con el empeine se hace para darle más fuerza. Debemos considerar que el empeine se divide en tres partes: izquierda, central y derecha; al golpear con la parte izquierda, debemos dirigir la punta del pie un poco hacia afuera; cuando lo hacemos con la parte central, la punta del pie se dirigirá hacia el frente, y cuan

dos se golpea con la parte derecha, la punta se dirigirá hacia --- adentro. (Fig. 25)

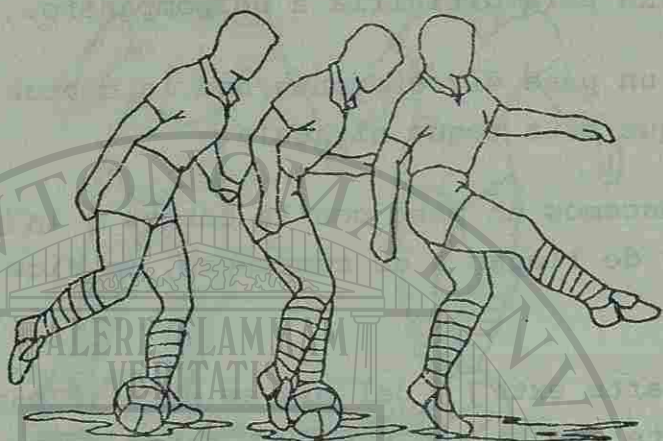


FIG. PASE CON EL EMPEINE

Hacemos mención especial de las tres partes del empeine por--- que determinarán la dirección de la pelota cuando se pasa a un compa--- ñero.

Mencionamos el pase con la puntera para no omitir ninguna de las partes del pie con las que es posible pasar, pero esta forma --- es poco recomendable en virtud de que no se tiene un control efec--- tivo de la pelota.

Veamos la siguiente figura y observemos el mecanismo del pie que, al pegar con la punta, se dirige hacia el frente. (Fig. 26)

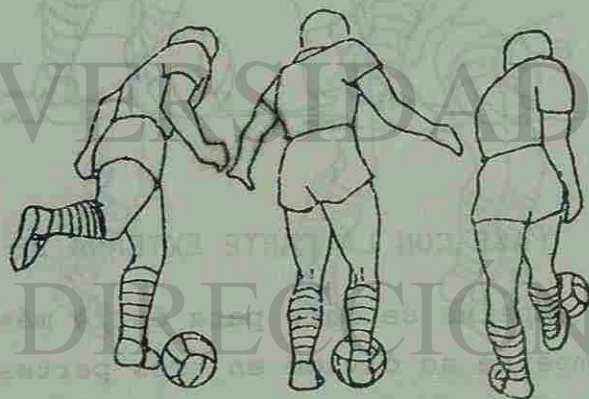


FIG. 26 PASE CON LA PUNTA DEL PIE

RECEPCIÓN

El fundamento recibir está íntimamente relacionado con el fun--- damento pasar, pues casi siempre, después del pase, otro compañero tendrá que recibir, ya sea parando el balón o haciendo en seguida otro pase.

Por lo anterior debemos deducir que recibir o parar es la --- acción de detener el balón con el fin de controlarlo y hacer otra acción de acuerdo con las circunstancias del juego.

Recibir es también otro fundamento de la técnica individual --- de la ofensiva, ya que, como hemos dicho, desde el momento en que un jugador tiene la pelota debemos considerar que está a la ofensi--- va.

Parar el balón al recibirlo es fundamento importante de la --- ofensiva, pues además de tener el control de él, se demuestra que sabemos dominarlo, lo cual es bastante difícil consideramos que lo hacemos con los pies.

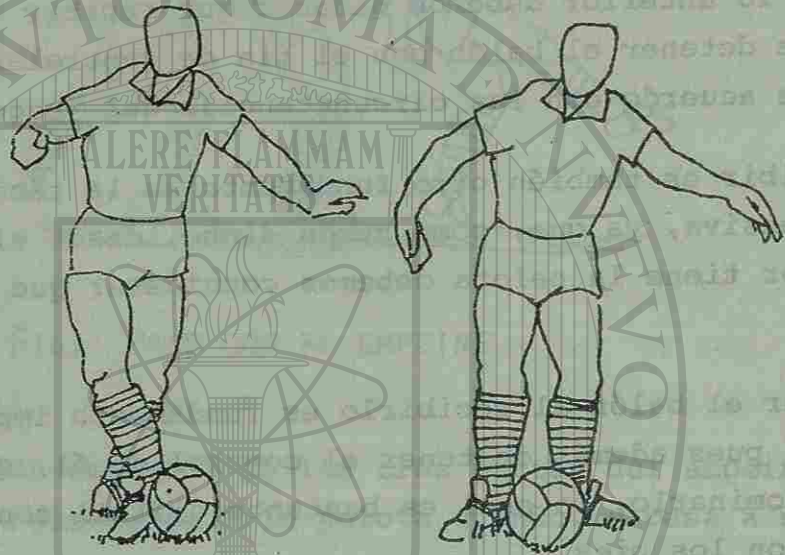
Para la recepción correcta debemos tomar en cuenta cuatro pla--- nos imaginarios con relación al cuerpo. Plano bajo (pies), dos pla--- nos intermedios (muslos y pecho) y plano alto (cabeza).

Lo ideal sería que cuando recibimos y paramos una pelota, ésta quedara siempre muy cerca de nosotros, y aunque no es posible --- lograrlo siempre, debemos considerar que es una buena recepción --- cuando el balón queda más o menos a un metro de nosotros y de mane--- ra que esté a nuestro alcance.

En el plano bajo o con los pies, podemos recibir o parar con la parte interna, externa, con las plantas y con el empeine. ®

Para hacerlo con la parte interna del pie (izquierdo o dere--- cho), observemos la secuencia número 1, que nos muestra que los --- pies deben hallarse separados un poco y que el que va a parar está adelantado, con la punta hacia el frente y levantando poco del --- suelo. La pelota debe tocarse con el arco (parte media del pie), ---

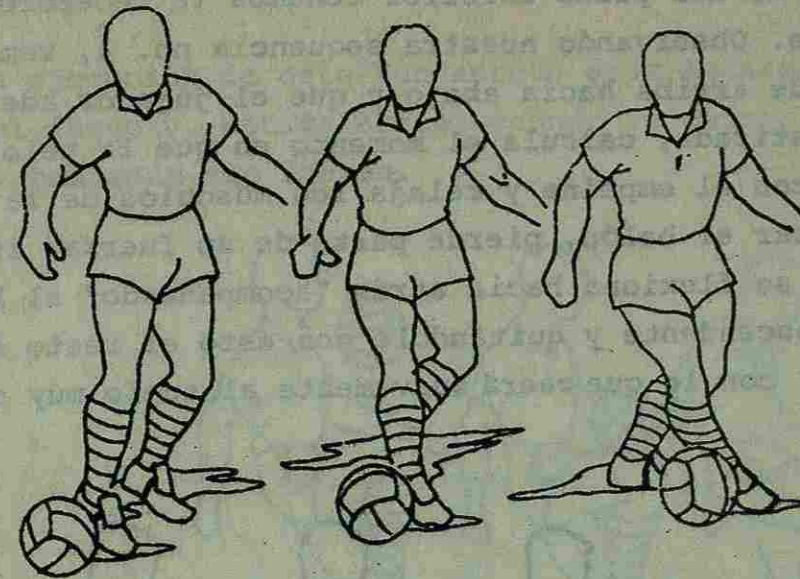
sin hacer fuerza. Si la pelota viene lenta, el simple toque la detiene; pero si viene rápida y con fuerza o de arriba hacia abajo, entonces debemos adelantar el pie en dirección de donde viene, y al tocarla "acompañarla" hacia atrás, hasta que se detenga.



SECUENCIA 1

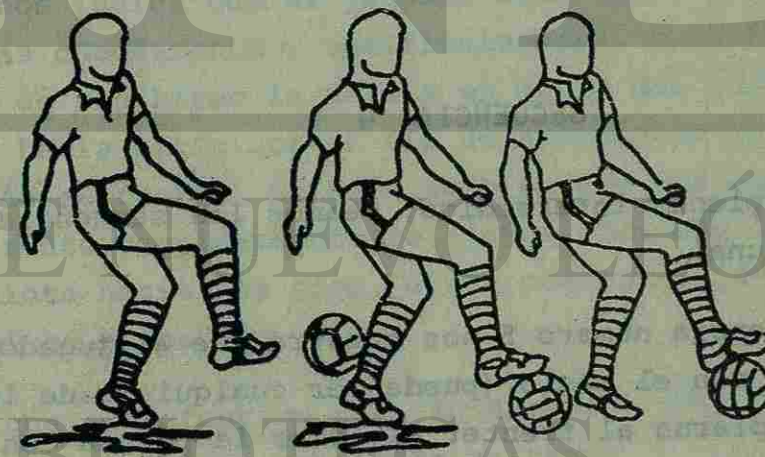
La acción descrita es a pie firme, pero puede hacerse también sobre la carrera; en este caso, no es necesario que la pelota se detenga, sino que al tocarla, siga el mismo curso de la marcha a corta distancia nuestra.

La parada con la parte externa del pie (secuencia No. 2) es más difícil y, por lo tanto, de poco uso. La dificultad consiste en que no logra dominarse la pelota parándola firmemente. Las figuras nos muestran cómo se toca la pelota con la parte media del pie (arco), adelantando éste hacia donde viene la pelota. Al hacer contacto, la pierna se lleva hacia adentro, amortiguando la fuerza de la pelota, con la cual se para.



SECUENCIA 2

Dominar el balón parándolo con la planta del pie (secuencia No. 3) es otro recurso de la técnica de la recepción. Las figuras nos muestran que el jugador en el momento de venir la pelota, debe adelantar el pie para encontrarla. Cuando se hace contacto con ella, deberá calcular su velocidad para poder sujetarla con la planta del pie.



SECUENCIA 3

Finalmente, del plano inferior tenemos la recepción o parada con el empeine. Observando nuestra secuencia no. 4, vemos que la pelota viene de arriba hacia abajo y que el jugador adelanta la pierna casi estirada, calcula el momento en que la pelota va a hacer contacto con el empeine y relaja los músculos de la pierna y el pie. Al tocar el balón, pierde parte de su fuerza; inmediatamente, la pierna se flexiona hacia atrás "acompañando" al balón en su trayectoria descendente y quitándole con esto el resto de la fuerza que traía, con lo que caerá suavemente al suelo muy cerca de nosotros.



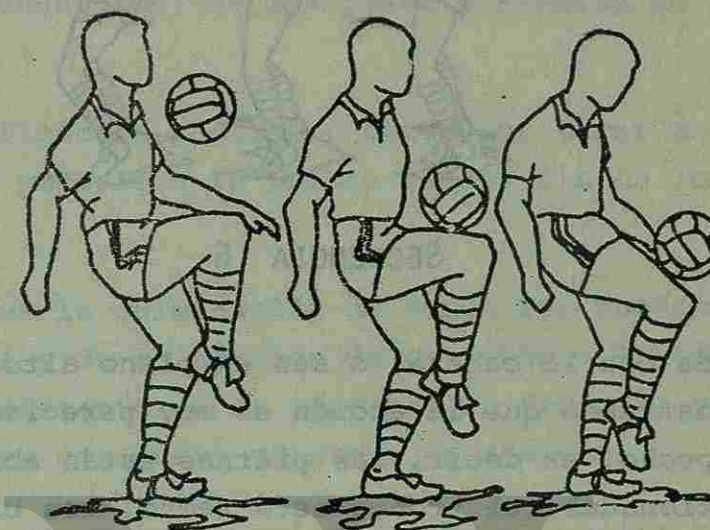
SECUENCIA 4

De los planos intermedios, veamos las secuencias y analicémoslas una por una.

La secuencia número 5 nos muestra que el jugador para o recibe la pelota con el muslo (puede ser cualquiera de los dos), flexionando la pierna al frente. Al tocar la pelota con la parte media del muslo (entre la rodilla y la cadera), ésta se hará un poco hacia abajo con el fin de amortiguar el golpe y que el balón pierda la fuerza que traía. Entonces se deja caer el balón hacia los pies y cualquiera de éstos se encargará de pararla totalmente si es necesario.

es necesario.

La ejecución de este fundamento debe hacerse a pie firme durante el juego y, naturalmente, cuando la pelota venga de arriba abajo y bombeada sin fuerza.



SECUENCIA 5

Del plano intermedio superior tenemos abajo, en la secuencia número 6, el movimiento de recibir o parar el balón con el pecho. La figura nos indica que el jugador debe estar parado con las piernas abiertas cómodamente y semiflexionadas, y el tronco recto. En el momento de recibirse la pelota en medio del pecho, el tronco debe hacerse hacia atrás con el fin de amortiguar el golpe y que el balón pierda su fuerza. Se nota también que los brazos se lleven hacia el frente completamente relajados. Después de esto, se deja caer la pelota hacia los pies, donde cualquiera de ellos parará totalmente si es necesario.

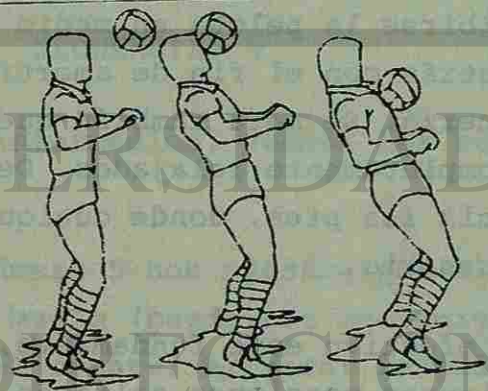
Para que sea efectivo este fundamento, sólo debe hacerse a pie firme, y en algunas ocasiones saltando.



SECUENCIA 6

La parada con la cabeza, o sea en plano alto (secuencia No.7) nos está demostrando que la acción es muy parecida a la que se hace con el pecho, es decir, las piernas están abiertas cómodamente y semiflexionadas, el tronco está recto, los brazos han sido llevados hacia el frente, relajados y la pelota, al ser recibida con la cabeza, se "echa" hacia atrás amortiguando el golpe y restándole fuerza al balón para dejarlo caer suavemente hacia los pies a fin de pasarla totalmente con cualquiera de ellos, si las circunstancias lo requieren.

En el juego, la acción se hace siempre a pie firme para que surta el efecto deseado.



SECUENCIA 7

TIRO A GOL

Hemos llegado al fundamento que define el triunfo, la derrota o el empate de un partido, con el que están ligados los fundamentos que hemos examinado anteriormente, porque para tirar a gol necesitamos de la conducción, de los pases y también de recibir o parar la pelota.

A modo de definición podríamos decir que tirar a gol es la acción de golpear o pegarle a la pelota con el fin de lograr un gol o meta.

Tirar a gol es la culminación de todos los fundamentos de la técnica individual y de la técnica de conjunto a la ofensiva; por lo tanto, este fundamento es de importancia decisiva y debe aprenderse y practicarse con mucho esmero y constancia.

Los tiros a gol se hacen principalmente con los pies y con la cabeza, aunque algunas veces se hagan esporádicamente con otras partes del cuerpo, pero suelen ser circunstanciales, por lo que no merecen práctica especial.

CON LOS PIES

Se pueden hacer a pie firme (ejemplo: tiros de castigo) y en movimiento (ejemplo: sobre la carrera, saltando, etc.). Se pueden hacer también al ras del suelo, de bote pronto y de volea (bola en el aire).

Ustedes se preguntarán con qué parte de los pies se debe ejecutar. La respuesta es: con la parte interna del pie, con la parte externa del pie, con el empeine y con la puntera. (Fig. 27)

CON LA CABEZA

Se hacen a pie firme (remate) y en movimiento (remate). Estos tiros se hacen también directos (sin tocar el suelo) y de bote (pegando en el suelo antes de entrar). (Fig. 28)

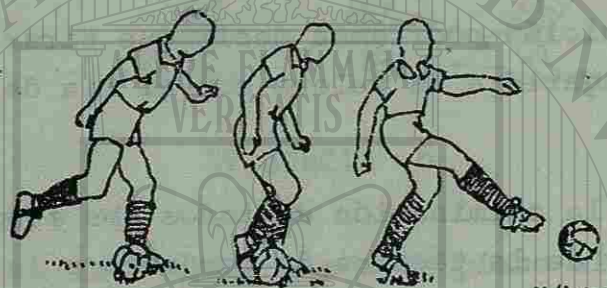


FIG. 27 TIRO A GOL CON EL PIE

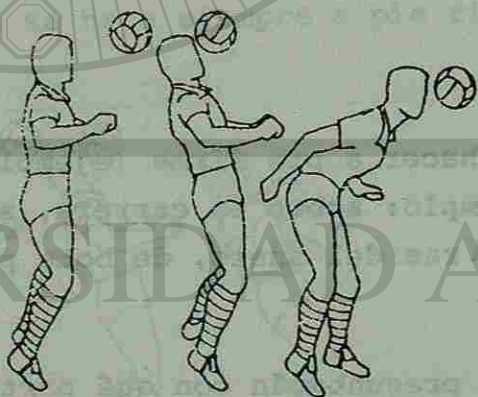


FIG. 28 TIRO A GOL CON LA CABEZA

DRIBLING O ENGAÑO

Driblar es la habilidad mediante la cual un jugador adelanta un balón bajo control. Los elementos básicos del dribling son fáciles de aprender y aplicar, porque se trata de una serie de toques al balón con las partes interior y exterior de sus pies al correr. Su cuerpo debe estar encima de la pelota en cada contacto, y ésta debe mantenerse sólo un paso adelante. En su forma más sencilla, - el dribleo puede ejecutarse haciendo contacto con el balón con el mismo pie, cada paso alternado, pero a medida que se adquiere destreza se puede usar cualquier combinación de toques con las superficies interior y exterior de cada pie. Utilizando un cambio de pasos y fintas, se podrá driblar bastante engañosamente. Sin embargo, los novatos deben comprender que un pase bien dirigido constituye un método mucho más rápido y seguro de avanzar con el balón. Existe la tendencia a driblar exageradamente.

REGLAMENTOS DE FUTBOL SOCCER.

A continuación se mencionan algunas de las reglas que se consideran de mayor importancia para nuestro curso.

NÚMERO DE JUGADORES

El fútbol es jugado por dos equipos, cada uno consistente en no más de once jugadores: un portero o guardameta, dos zagueros -- (derecho e izquierdo), tres medios (derecho, centro e izquierdo) y cinco delanteros (ala o extremo derecho, interior derecho, centro, interior izquierdo y ala o extremo izquierdo).

Los reglamentos internacionales no admiten sustituciones; los reglamentos intercolegiales permiten la participación de 16 jugadores en cualquier juego, que pueden ser sustituidos o resustituidos sin limitaciones; pero la mayoría de las escuelas secundarias y muchos otros colegios hacen sustituciones ilimitadas, porque los equipos pueden, mediante un arreglo especial, recurrir a mayor número de sustituciones que las dispuestas por los reglamentos.

LOS JUECES

Los reglamentos intercolegiales disponen el uso de un árbitro y dos jueces de línea, uno para cada línea de banda, siendo aquél la autoridad máxima y el que toma el tiempo. Los reglamentos intercolegiales recomiendan el empleo de dos árbitros con igual autoridad y responsabilidad y de dos jueces de línea que son destinados por el "equipo de casa" para auxiliar a los árbitros cuando el balón está fuera de juego.

Las responsabilidades del árbitro son las siguientes:

- Imponer el reglamento y decidir sobre cualquier punto en disputa.
- Amonestar o expulsar del campo a cualquier jugador culpable de mala conducta o de comportamiento antideportivo.

- Impedir la entrada en el campo de juego de cualquier persona que no sean los jugadores y los jueces.
- Suspender el juego sí, a su juicio, un jugador ha sido lesionado seriamente.
- Permitir sustituciones sólo cuando va a despejarse el balón o a lanzarse un tiro de esquina, después de una anotación, cuando ocurra una lesión, o entre los períodos.
- Las decisiones del árbitro serán inapelables.

DURACIÓN DEL JUEGO

La duración del juego conforme a los reglamentos internacionales es de dos períodos iguales de 45 minutos, pero los reglamentos intercolegiales permiten cuatro períodos iguales de 22 minutos, a menos que se convenga mutuamente en forma distinta. En caso de empate, se jugarán dos períodos extras de cinco minutos cada uno. En los partidos escolares, es común acortar los períodos a los tiempos específicos de Liga (generalmente de 12 o 15 minutos).

El árbitro podrá prolongar la duración de un medio tiempo si juzga que debe compensar tiempo perdido por lesiones o por faltas, y también puede alargar el tiempo a fin de que pueda ejecutarse un penalty.

FUERA DE JUEGO (OFF-SIDE)

Un jugador estará fuera de juego (o en off-side) cuando se halle más cerca de la línea de meta de su adversario que el balón, en el momento en que éste sea jugado, a menos que:

- El jugador esté en su propia mitad del terreno de juego.
- Haya dos jugadores adversarios entre él y la meta adversaria.
- El balón haya sido tocado o jugado por un adversario por última vez.
- Reciba el balón directamente de un saque de meta, de un saque de esquina, de un saque de banda, o cuando el balón sea

tirado al suelo por el árbitro.

Un jugador en posición de fuera de juego no será castigado a menos que, a juicio del árbitro, estorbe el juego, moleste o discuta con un adversario o trate de sacar ventaja.

TIRO DE PENALTY

Si un jugador defensor comete una falta (que de ordinario significaría la concesión de un tiro libre directo) dentro del área penal (no importa la posición del balón) se concede un tiro de penalty. La falta tiene que ser deliberada.

El tiro de penalty se ejecuta desde un punto marcado dentro del área penal, a la distancia de 11 metros del punto medio de la línea de meta trazada entre los postes del marco.

SAQUE DE BANDA

Cuando el balón rebase completamente una línea de banda, o lateral, ya sea por tierra o en el aire, deberá ser arrojado hacia el interior del campo desde el punto en el cual cruzó la línea, en cualquier dirección, por un jugador del equipo contrario al del jugador que lo tocó por última vez. En el momento de ejecutar el saque de banda, el lanzador debe dar el frente al campo de juego, y alguna parte de ambos pies deberá estar en el suelo, ya sea sobre la línea o atrás de ella. El lanzador debe usar ambas manos y arrojar el balón desde atrás y por encima de su cabeza. El balón estará en juego en cuanto sea arrojado, pero el lanzador no podrá volver a tocar la pelota hasta que lo haya hecho otro jugador.

SAQUE DE META

Cuando la totalidad del balón cruce la línea de meta (sin penetrar entre los postes), ya sea por tierra o en el aire, después de haber sido tocada por última vez por un jugador atacante, un jugador defensor deberá poner en juego el balón pateándolo directa-

mente hacia el interior del campo, más allá del área penal, desde cualquier punto dentro de la mitad del área de meta más cercana al punto en que el balón cruzó la línea. Si el balón no ha sido pateado más allá del área de penalty, la patada se repite. El jugador que haya ejecutado el saque no podrá volver a jugar la pelota hasta que ésta haya sido tocada por otro jugador. Si se comete una infracción a esta regla, se otorgará un tiro libre al adversario en el sitio en que se haya cometido la falta. Los jugadores contrarios deberán permanecer fuera del área de penalty hasta que la pelota esté fuera de esa área.

TIRO DE ESQUINA (CÓRNER)

Cuando el balón pase completamente sobre la línea de meta (no entre los postes), ya sea por tierra o en el aire, después de haber sido tocada por última vez por un jugador defensor, un jugador atacante pateará el balón dentro del cuarto de círculo del banderín de la esquina más próxima al lugar por donde cruzó la línea. El banderín no deberá ser removido de su sitio. El jugador que realiza el tiro de esquina no podrá jugar el balón otra vez hasta que éste haya sido tocado por otro jugador. Los jugadores del equipo adversario deberán permanecer por lo menos a una distancia de 9.15 metros del balón hasta que éste se ponga en juego, (ésto es, hasta que haya recorrido una distancia igual a su circunferencia). De este tiro podrá anotarse un gol directamente.

FUNCIONES DEL ÁRBITRO

- Las decisiones del árbitro son inapelables.
- El árbitro tendrá poderes discrecionales desde el instante en que entra en el campo de juego, y sus facultades para imponer sanciones abarcarán hasta las faltas cometidas durante una interrupción temporal del juego, o mientras del balón está fuera de juego.
- El árbitro deberá abstenerse de sancionar determinado castigo, si estima que el mismo, por determinadas causas, benefi-

cia al equipo infractor en lugar de perjudicarlo; esto es, debe aplicar lo que ha dado en llamarse "la ley de la venta ja".

- El balón no podrá ser cambiado durante el partido, a menos que lo autorice el árbitro.
- No es necesario que el árbitro toque el silbato para dar la señal de reanudación del juego después de una interrupción; bastará un movimiento de su mano, si así lo desea.
- Cuando el árbitro tenga que amonestar a un jugador, lo llamará a su presencia y claramente le expondrá que queda advertido, usando la palabra "amonestación". Si un jugador -- fuese amonestado e expulsado, el árbitro comunicará el nombre del mismo a la Federación competente, dentro de los dos días siguientes a la celebración del partido.

FUNCIONES DE LOS JUECES DE LÍNEA (ABANDERADOS)

Se designarán dos jueces de línea para ayudar al árbitro, y sus funciones incluyen:

- Señalar que el balón está fuera del terreno de juego.
- Cuándo debe ejecutarse un tiro de esquina, saque o de meta.
- Indicar cuál equipo deberá ejecutar el saque de banda.

También los jueces de línea indican al árbitro, con una señal, cuándo un jugador está fuera de juego, cuándo se juega brusca e incorrectamente, pero las señales de los jueces de línea no son indicaciones para que se detenga el juego.

U A N L

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



JUAN

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECA