

Cuadernillo de Nivelación

Educación Física – Séptimo Grado | Tercer Ciclo



Querido estudiante, el año atípico que hemos afrontado ha sido muy difícil para ti, como también para tu docente. Es propicio que pongas lo mejor de tu parte para que puedas aprender de los temas desarrollados en cada clase de Educación Física.

Hoy te preparamos este material con el propósito de que realice la nivelación en cuanto a deporte colectivo. Para el mismo se seleccionó una capacidad del año anterior teniendo en cuenta la dificultad para el desarrollo del mismo. De esta forma podrás enfrentar con confianza las capacidades prioritarias de este año.

Competencia: Realiza actividades físicas, deportivas y recreativas que favorezcan su desarrollo corporal, cognitivo y afectivo.

Tema: Técnica, táctica y las reglas del fútbol.

CAPACIDAD	INDICADORES	Logrado	No Logrado
-Analiza la preparación técnica, táctica y las reglas para la práctica del fútbol.	- Identifica la cantidad de jugadores titulares en un equipo de fútbol.		
	- Identifica las dimensiones del campo de juego de fútbol.		
	- Identifica infracciones a las reglas de juego.		
	- Identifica la cantidad mínima de jugadores en el fútbol.		
	- Identifica la cantidad de cambios o sustituciones.		
	- Identifica la duración del partido de fútbol.		
	- Identifica la acción de un remate en el fútbol.		
	- Identifica la distancia del punto penalti.		
	- Describe las líneas del campo de juego con sus medidas.		
	- Indica la circunferencia del balón de fútbol.		
	- Indica el peso del balón de fútbol.		
	- Describe el objetivo del juego en el fútbol.		
	- Indica el lugar donde se inventó el fútbol.		
	- Describe los tipos de tiro libre.		
	TOTAL INDICADORES LOGRADOS		



a) - LEE Y COMPLETA LA RESPUESTA CORRECTA CON UNA X DENTRO DEL RECTÁNGULO.

Según la regla de juego de Fútbol…

1- La cantidad de jugadores titulares en el campo de juego es:

7 ☐ 11 ☐ 14 ☐

2- La dimensión del campo de juego es:

Cuadrangular ☐ circular ☐ rectangular ☐

3- Cuando un equipo comete una falta, el equipo contrario consigue un:

tiro libre ☐ pase ☐ saque de meta ☐

4-Un equipo pierde automáticamente un partido cuando se queda con:

10 jugadores ☐ 12 jugadores ☐ 6 jugadores ☐

5-En un partido de fútbol oficial está permitido realizar cambios hasta:

2 jugadores ☐ 5 jugadores ☐ 3 jugadores ☐

6- La duración de un partido de fútbol es de:

2 tiempos de 45 min. ☐ 1 tiempos de 45 min. ☐ 2 tiempos de 90 min. ☐

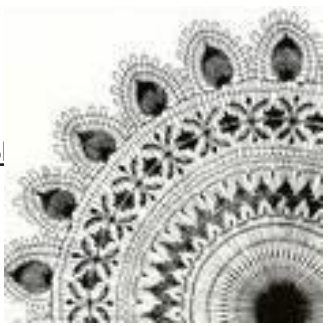
7- Cuando un jugador tira la pelota en dirección del arco rival está realizando un:

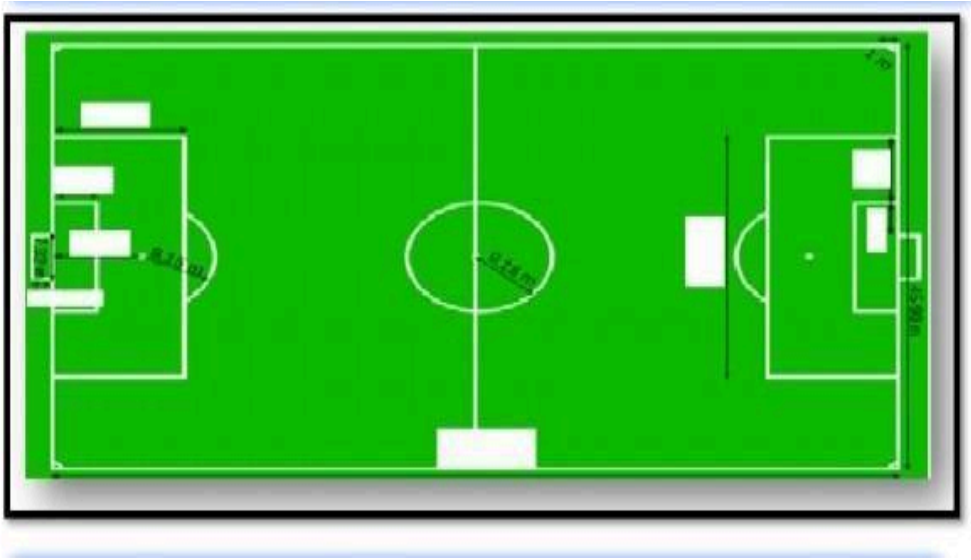
remate ☐ cabeceo ☐ regate ☐

8 -El punto penalti se encuentra a una distancia de:

9,15 m ☐ 12 m ☐

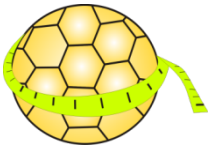
b) - ESCRIBE LA MEDIDA EN CADA ES



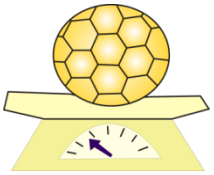


c) - <u>ESCRIBE LA CIRCUNFERENCIA Y PESO DEL BALÓN DE FÚTBOL.</u>

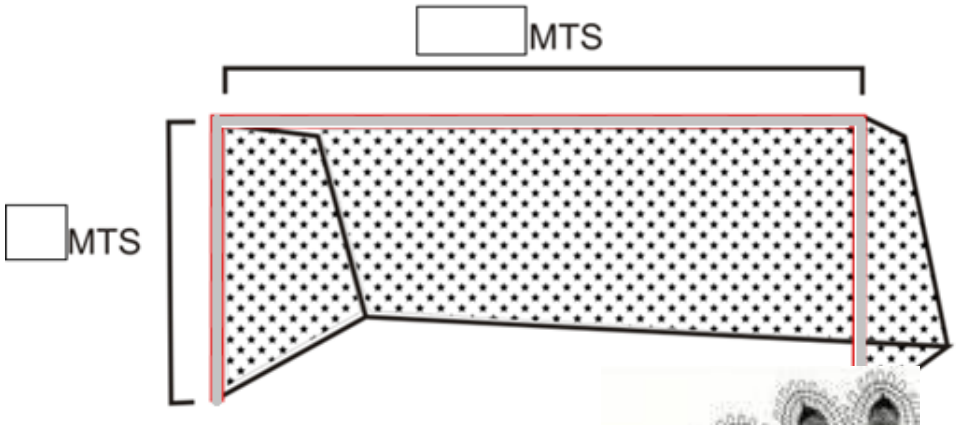
CIRCUNFERENCIA



PESO



d) - <u>COMPLETA LAS MEDIDAS DE LA PORTERÍA.</u>





e) – INVESTIGA Y RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

1. ¿Cuál es el objetivo del juego en el fútbol?

2. ¿En qué país se inventó el fútbol?

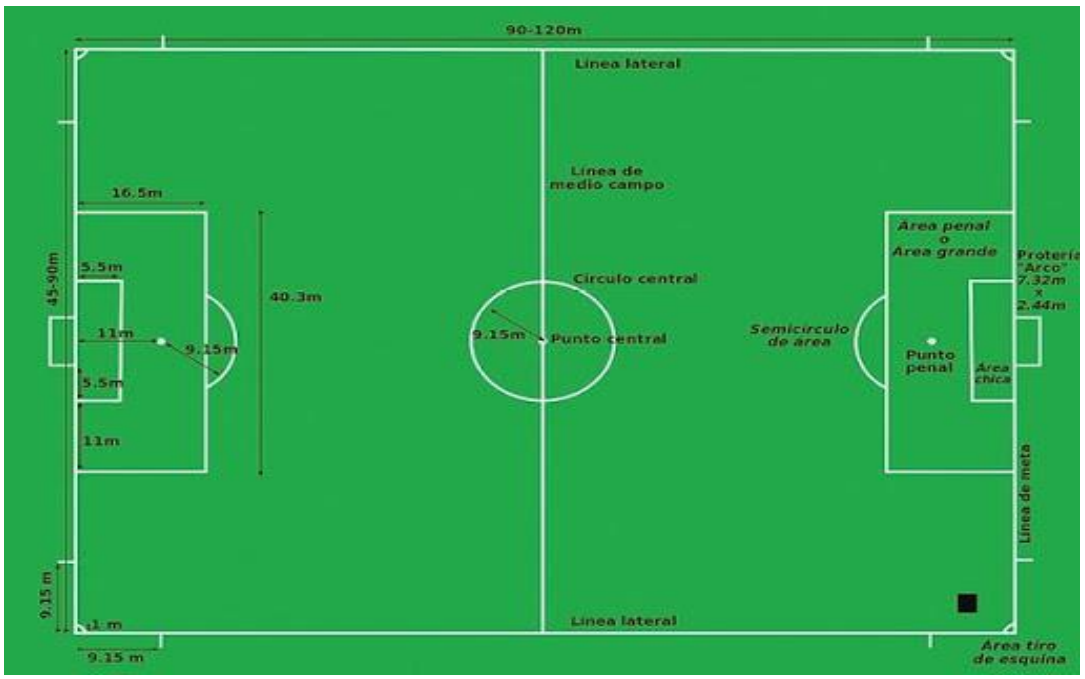
3. ¿Qué son los tiros libres? ¿Cuáles son los tipos de tiro libre?



Me Informo

Fútbol

¿CUALES SON LAS MEDIDAS DE LA CANCHA?



Dimensiones

La longitud de la línea de banda deberá ser superior a la longitud de la línea de meta.

Longitud (línea de banda): mínimo 90 m. máximo 120 m.

Anchura (línea de meta): mínimo 45 m. máximo 90 m.

Todas las líneas deberán tener la misma anchura, como máximo 12 centímetros.

Área de meta

Se trazarán dos líneas perpendiculares a la línea de meta, a **5.5m.** de la parte interior de cada poste de meta. Dichas líneas se adentrarán **5.5m.** en el terreno de juego y se unirán con una línea paralela a la línea de meta.

El área delimitada por dichas líneas y la línea de meta será el área de meta.

Área Penal

Se trazarán dos líneas perpendiculares a la línea de meta, **16.5 m.** de la parte interior de cada poste de meta. Dichas líneas se adentrarán **16.5m.** en el terreno de juego y se unirán con una línea paralela a la línea de meta. El área delimitada por dichas líneas y la línea de meta será el área penal.

En cada área penal se marcará un punto penal a **11 m.** de [illegible]io de la línea entre los postes de meta equidistante a estos. Al exterior [illegible]azará un semicírculo con un radio de **9.15m**. desde el punto penal.



Área de Esquina
Se trazará un cuadrante con un radio de **1m.** desde cada banderín de esquina en el interior del terreno de juego.

Portería
Las metas se colocarán en el centro de cada línea de meta. Consistirán en dos postes verticales, equidistantes de los banderines de esquina y unidos en la parte superior por una barra horizontal (travesaño). Los postes y el travesaño deberán ser de madera, metal u otro material aprobado. Deberán tener forma cuadrada, rectangular, redonda o elíptica y no deberán constituir ningún peligro para los jugadores.
La distancia entre los postes será **de 7.32m.** y la distancia del borde inferior del travesaño al suelo será de **2.44m.**

El Balón
Tendrá una circunferencia no superior a 70 cm y no inferior a 68 cm. Tendrá un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido.

Número de jugadores
El Fútbol se practica entre dos equipos con 11 jugadores de campo cada uno, donde uno debe ser portero. En competencia oficial, cada escuadra tiene derecho a tres cambios en tiempo regular.

Equipo de los jugadores
Todos los jugadores de campo y porteros portarán: una camiseta de su respectivo club, con su nombre y número como indicadores, un pantalón corto o short, medias largas, espinilleras y tenis especializados para jugar.

En caso de los guardametas, mantendrán el mismo patrón, con la diferencia de que ellos usarán guantes y colores que sean distintos a los jugadores de campo convencionales, tanto locales como visitantes.

Duración del partido
El tiempo reglamentario es de dos tiempos de 45 minutos cada tiempo, para un total de 90. Sin embargo, el árbitro podrá añadir tiempo de compensación cuando el juego sea detenido por lesiones o algún otro incidente.

Faltas
Las faltas serán agresiones, jugadas peligrosas, golpes, choques con fuerza desmedida entre los jugadores.

Entre otras sanciones, se encuentran las 'manos', que será el contacto con el brazo o mano de algún jugador de campo (no el portero dentro del área) c



Para los porteros; éstos no podrán tomar la pelota con las manos fuera de su área, o tomarla cuando éste llega a pase de un compañero. De ser así, se señalará un tiro libre dentro del área, no un penalti.

Tiros libres

Hay dos tipos de tiro libre, el directo y el indirecto. El directo será aquel que puede ser ejecutado directo a la portería rival, con una barrera de jugadores rivales a 9,15 metros de distancia. El indirecto es aquel que debe ser jugado hacia otro jugador, cercano o lejano.

Penalti

El penalti se señala cuando un jugador comete una infracción dentro de su propia área y concede un tiro directo desde el punto penal, que se sitúa a 11 metros de la portería, misma que estará protegida por el portero al momento del cobro.

Saque de banda

Se señala cuando la pelota rebasa las líneas laterales. Esta será la manera de reanudar el partido, sin que el reloj se detenga. El árbitro señalará la posesión al equipo que no tocó la pelota antes de que ésta saliera.

Saque de meta

Mismo escenario que con los saques de banda, pero por línea final. Una vez que la pelota rebase las líneas donde se encuentran las porterías, si el último en tocarla fue un jugador rival, el portero reanudará el encuentro desde su área chica.

Saque de esquina

Caso contrario al saque de meta. Si la pelota rebasa la línea final y fue tocada por últimas vez por un defensor, el árbitro entonces, apoyado por su abanderado, marcará un saque de esquina que se cobrará por una de las puntas más cercanas al lugar donde salió el balón.

El objetivo del juego es desplazar con cualquier parte del cuerpo que no sean los brazos o las manos, y mayoritariamente con los pies (de ahí su nombre), una pelota a través del campo para intentar meterla dentro de la portería contraria, acción que se denomina marcar un gol. El equipo que logre más goles al cabo del partido, de una duración de 90 minutos, es el que resulta ganador del encuentro.

.

Equipo Técnico de Educación Física

Coordinador General: Mtr. Néstor Figueredo
Elaboradores: Lic. Raúl Osnaghi, Mtr. Néstor Figueredo
Revisores: Mag. Karina Soledad Franco, Abg. Cristhian Galear ustavo Fléitas



