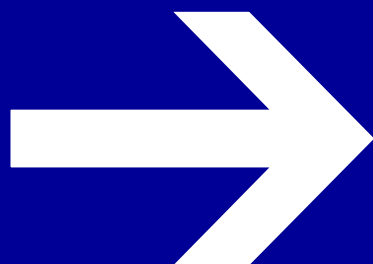


# FÚTBOL



Recreación  
**Año 01 Vol. 12**  
EDICIÓN ESPECIAL\*



# GO!

*Una guía práctica para el instructor de especialidades del Club de Conquistadores*



## MINISTERIO JOVEN

Asociación Peruana Central Este



## Fútbol

El fútbol (del inglés football), también llamado futbol, balompié o soccer, es un deporte de equipo jugado entre dos equipos. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues participan en él unos 270 millones de personas. Se juega en un campo rectangular de césped, con una meta o portería a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo para intentar ubicarla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que marque más goles al finalizar el partido es el que resulta ganador.

La competición internacional de fútbol más prestigiosa es la Copa Mundial de la FIFA, realizada cada cuatro años. Este evento es el más famoso y con mayor cantidad de espectadores del mundo, doblando la audiencia de los Juegos Olímpicos.

## Reglas básicas

- Dos Equipos de 11 jugadores contando con un arquero.
- El árbitro se encarga de que las normas se cumplan correctamente (son 4).
- Se juega en una cancha con dos arcos y con un balón esférico.
- El objetivo del juego anotar goles ubicando el balón a través del arco contrario pudiendo usar todas las partes del cuerpo excepto los brazos y manos.
- El juego se divide en 2 tiempos de 45 minutos cada uno, el equipo que llegue a efectuar más goles es el ganador.

## Deportivismo - "Espíritu Deportivo"

Principalmente el deportivismo es un compromiso que el entrenador y jugador poseen para jugar limpiamente con una buena conducta ética e integridad. Involucra aspectos como:

- Dar el máximo esfuerzo durante un partido
- Jugar limpiamente de acorde con las reglas
- Ser un ejemplo deportivo para otros.
- Respetar la decisión del árbitro en todo momento.
- Obedecer indicaciones de los entrenadores.
- Tratar a los compañeros de equipo con respeto, animándolos en sus errores.
- Saludar y felicitar al oponente, definiendo el ganar como dar el máximo esfuerzo, y más.
- Ser íntegro dentro y fuera del campo.

Deportivismo es una actitud, debe ser siempre presente en cada persona que dice ser cristiana a la hora de practicar el fútbol, pues ello da testimonio y marca la diferencia.

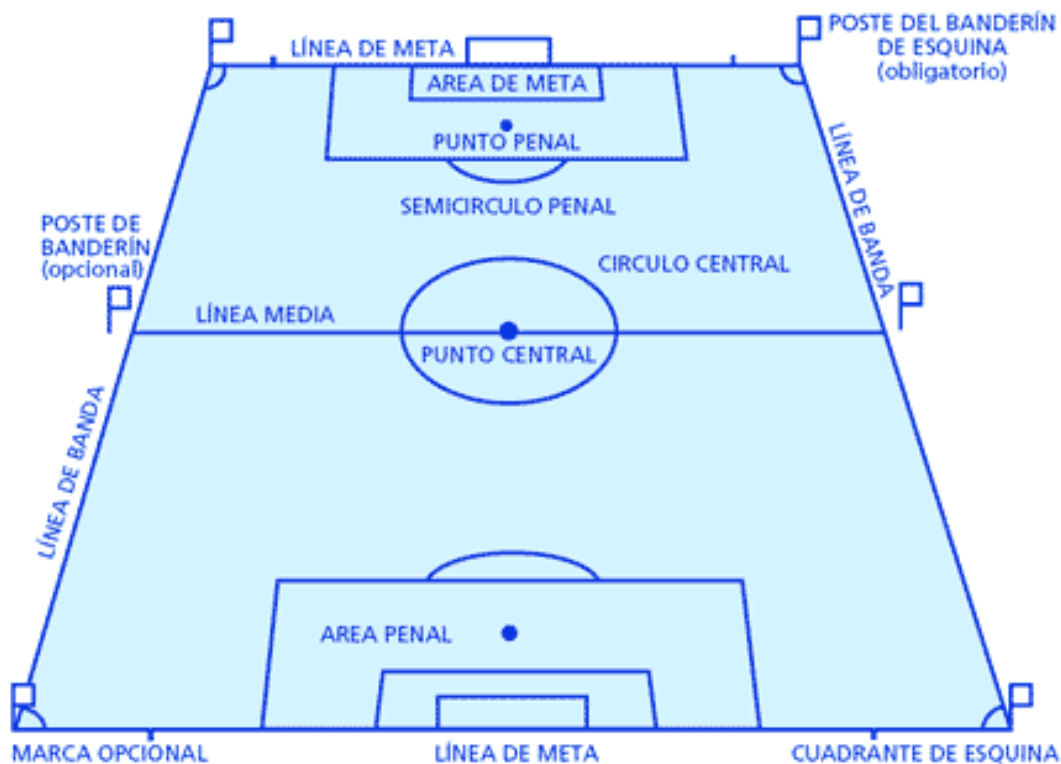


## ¿Sabías Que?

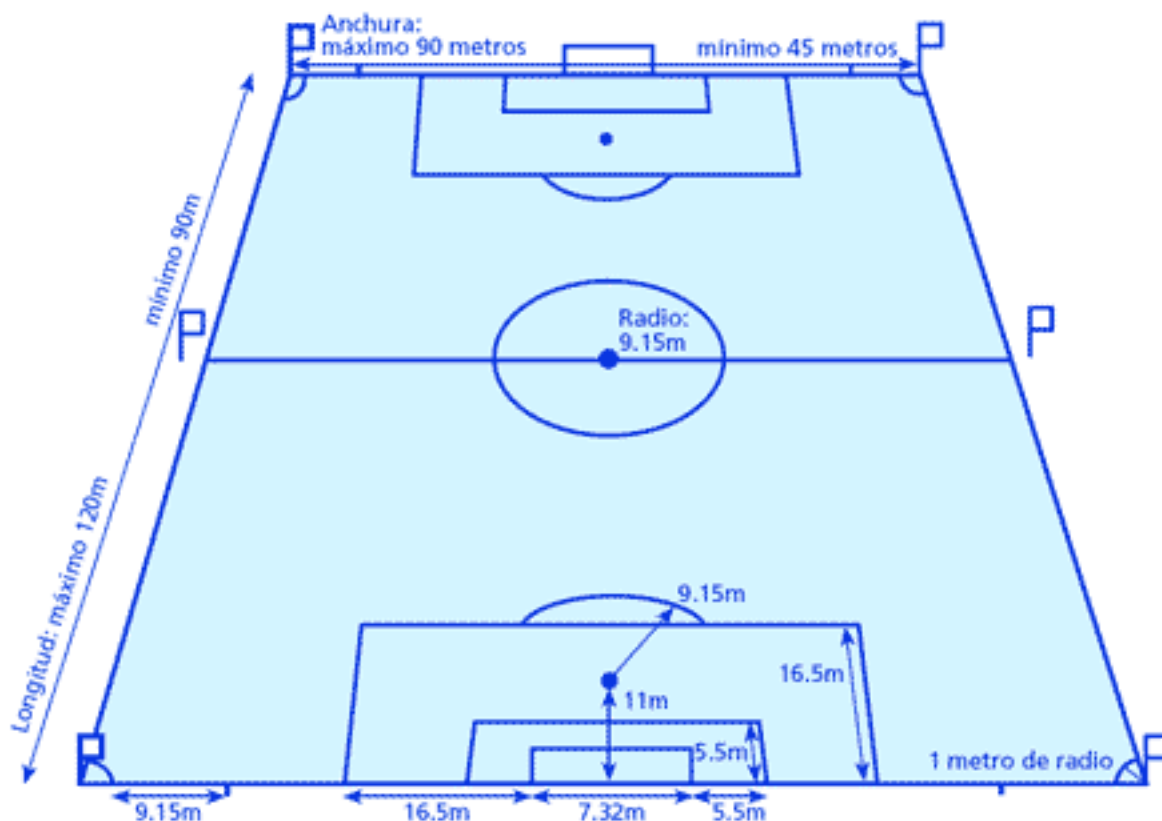
El juego moderno fue creado en Inglaterra tras la formación de la Football Association, cuyas reglas de 1863 son la base del deporte en la actualidad. El organismo rector del fútbol es la Fédération Internationale de Football Association, más conocida por su acrónimo FIFA.



## DESCRIPCIÓN

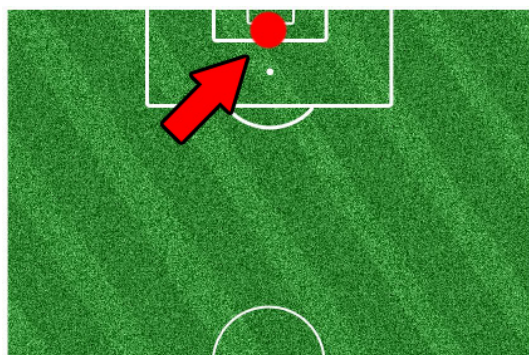


## MEDIDAS



## ¡Demuéstralo!

Aunque se es permitido posicionar a los jugadores en cualquier lugar de la cancha, tradicional y tácticamente se dividen las posiciones en Arquero, defensa, mediocampista, delantero. Cada uno de ellos posee funciones diferenciadas y a la vez importantes en un juego de equipo.

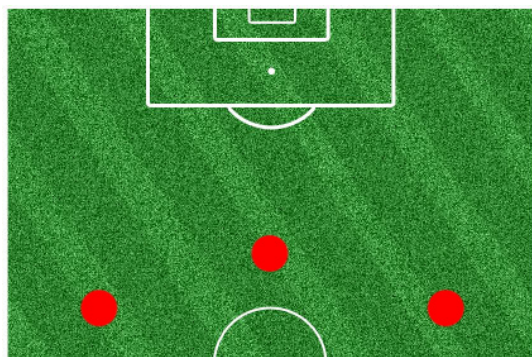


**Arquero:** El jugador encargado de la última línea de defensa, siendo el único permitido de controlar al balón con sus manos cuando está en su área de gol.

**Habilidades requeridas:** Manejar presión de responsabilidad, tener porte, fuerza, agilidad, buenos reflejos, capacidad de posicionarse, concentración, táctica de ordenamiento a la defensa.

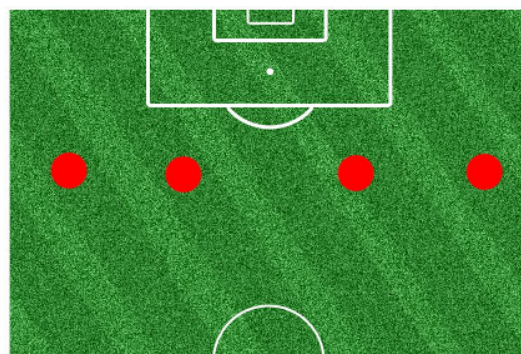
**Defensa:** Es la posición cuyo trabajo es el de detener la delantera adversaria en su labor ofensiva de marcar goles.

**Habilidades requeridas:** Talla alta preferible, fuerza, juego aéreo, concentración, determinación, capacidad de marcar.



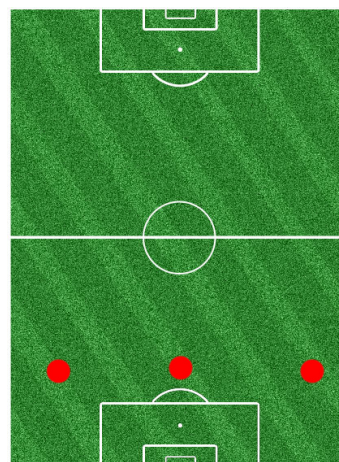
**Delantero:** Es la posición que principalmente se dedica a crear oportunidades de anotación jugando en el área de gol y campo adversario.

**Habilidades requeridas:** Fuerza, habilidad, determinación, intimidación, juego aéreo, dinámica, concentración, frialdad, capacidad de definir.



**Centrocampista (volante):** Es la posición para jugadores que son responsables de enlazar jugadas entre delanteros y defensas.

**Habilidades requeridas:** Buen sentido espacial del campo, cultura táctica, buen manejo de balón, velocidad, fuerza, toque de balón y pases de profundidad.



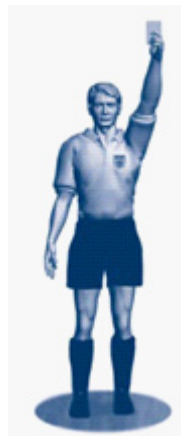
## El árbitro

En cualquier deporte, el es el juez encargado de hacer que se cumplan las reglas del juego. Su cometido es dirimir todos y cada uno de los lances del juego de forma que no se convierta en una discusión interminable entre los participantes mediante tonalidades de su silbato. Cada arbitro está obligado a conocer a fondo las reglas del juego, así como las sanciones y casos especiales que pudieran presentarse durante un encuentro de cualquier deporte.



### a. Posición adelantada (fuera de juego):

Es una regla de fútbol que tiene intención de organizar el juego, un jugador está en posición adelantada si se encuentra más cerca de la línea opuesta que el balón y el último adversario, o sea que está más adelantado que todos los oponentes menos uno (suele ser el arquero) .



### b. Amonestación

Es la acción del árbitro de un partido en la cual muestra una tarjeta a algún jugador, la tarjeta amarilla es una advertencia por jugada peligrosa o conducta antideportiva mientras que la tarjeta roja indica que el jugador es expulsado del juego, abandonando el terreno de juego inmediatamente.



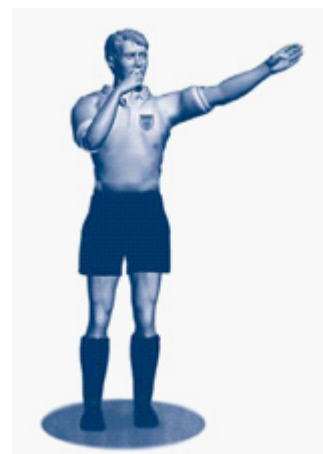
### c. Saque de esquina

Es una forma de reanudar el juego cuando el balón salió por la línea de fondo siendo tocado en última instancia por parte del defensor, se efectuará poniendo el balón en el suelo en el cuadrante de esquina respectivo.



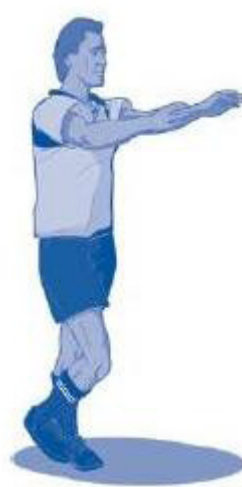
### d. Tiro libre indirecto

El tiro libre indirecto es una sanción con balón detenido frente a un tipo de infracción. El árbitro indicará un tiro libre indirecto levantando el brazo en alto por encima de su cabeza, señal de la infracción. Para que se efectúe el gol el balón debe tocar a otro jugador antes de entrar al arco.



### e. Tiro libre directo

El tiro libre directo es una sanción con balón detenido frente a un tipo de infracción. Se procede a efectuar con una barrera de mínimo 4.15 metros de distancia del balón, si el balón entra directamente al arco adversario es gol válido.



### f. Gol

El gol se efectúa cuando el balón cruza totalmente la línea de meta del arco, puede ser convertido de diversas maneras: de cabeza, penal, autogol, gol olímpico, tiro libre, túnel, tijera, palo y gol, etc. El gol es válido solo si el árbitro lo indica.



# TÉRMINOS IMPORTANTES

## ¡Apréndelo!

Para ser un buen jugador de fútbol, necesitas aprender los siguientes términos. Apréndelos y utilízalos en tu juego diario.

- **Ventaja:** Situación donde un equipo en ataque tiene posesión de balón y ventaja numérica sobre el otro equipo en dirección al arco.
- **Amonestación con tarjetas:** Es la acción de recibir una advertencia (amarilla) o expulsión (roja) por parte del árbitro dependiendo de la gravedad de la infracción.
- **Despeje:** Patear el balón sea en situación comprometida para alejarlo de la meta propia.
- **Cuadrante de esquina:** Un cuarto de círculo ubicado en cada una de las esquinas donde se debe colocar el balón para realizar un tiro de esquina.
- **Pase cruzado:** un pase de un jugador atacante ubicado en un lateral hacia otro jugador del mismo equipo ubicado en el medio u otro lado del campo para dar una oportunidad de avance al balón.
- **Driblear:** Una habilidad básica de avanzar con el balón controlándolo con el pie.
- **Balón a tierra (Drop-ball):** Es un método de retomar el juego sin dar ventaja a ningún equipo, se realiza cuando el juego se interrumpe por un motivos que están fuera del juego normal, el árbitro toma el balón con su mano y lo deja caer, entonces el juego continúa.
- **Saque de arquero (dropkick):** El arquero suelta el balón con una mano.
- **Fintar:** Usar técnicas para llevar al oponente pretendiendo querer pasar el balón cuando realidad se mantiene en posesión del jugador. Ej. Moviéndose hacia una dirección pero moviendo el balón hacia otro.
- **Media volea:** Cuando el jugador patea el balón justo después de tocar el suelo, por consecuencia realiza una trayectoria tipo circular.
- **Tocar:** la acción de tener un contacto físico con el balón de cualquier modo con cualquier propósito.
- **Volea:** Cuando el jugador patea el balón justamente cuando está en el aire y de bajada, realiza una trayectoria tipo circular.
- **Cabecear:** Acción de golpear el balón con la cabeza ya sea para anotar un gol, para despejar o para dar un pase a otro jugador.
- **Dominadas de balón (Juggling):** Capacidad y ejercicio de práctica de coordinación con el balón que consiste en mantenerlo en el aire con toques de alguna parte del cuerpo excepto la mano y brazo.
- **Marcar:** Prevenir que un jugador adversario avance con el balón hacia el área de gol o haga un pase, cuidando o anulando sus movimientos.
- **Túnel (huacha):** Es una técnica usada por el jugador en el cual se hace pasar el balón por en medio de las piernas del adversario para dar pase, quitarse de encima la marca o definir al arco.
- **Fuera de la cancha (out of bounds):** Se denomina fuera de la cancha al balón que ha cruzado totalmente la línea de la cancha, dando como resultado un saque lateral, de esquina o de meta según sea el caso.
- **Pase al arquero (Back-pass rule):** Las reglas del fútbol mencionan que el arquero no puede tomar con sus manos un pase intencional dado por un jugador de su equipo, aunque si puede usar otras partes del cuerpo para controlar el balón, caso contrario se cobra un tiro libre indirecto donde se efectuó la penalización.
- **Área de penal:** Es un área de rectángulo desde el arco donde solamente allí el arquero puede usar de sus manos para atrapar al balón.
- **Barrida:** Un intento de arrebatar defensivamente el balón del que lo está controlando deslizándose sobre el suelo y quitando el balón con los pies.
- **Bloqueo (Tackle):** La acción de impedir un disparo o pase del adversario usando un bloqueo al balón con las piernas.
- **Saque lateral (Throw-in):** Reanudar el juego después de que el balón salió del campo por los laterales, el jugador tira el balón con sus dos manos desde detrás de su cabeza y con los dos pies en el suelo.
- **Recibir/ controlar el balón (Trapping):** La acción de usar el cuerpo para detener o controlar un balón en velocidad o en el aire, usando frecuentemente el pecho, muslo o pié.
- **Barrera:** una línea de 2 a 6 jugadores defensas unidos hombro a hombro para proteger su arco frente a un tiro libre cercano, crea dificultad de disparo reduciendo el campo de disparo del atacante.



## ¡Hazlo!

- Junto a un instructor capacitado demuestra que posees destreza razonable en el juego del fútbol.
- Ayudar por lo menos 4 horas a alguien menos habilidoso o a un jugador novato a mejorar sus habilidades en el juego.
- Jugar por lo menos 5 partidos con tu familia o amigos. Demuestra un buen espíritu deportivo durante la práctica y el juego.
- Escribe un reporte de una hoja sobre algún jugador famoso. Dialoga con tu instructor sobre el porqué es o porqué no es un buen modelo cristiano.

### Resumen del diálogo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

- Discute con tus líderes del club, Pastor o profesor sobre los problemas que enfrentan los Jóvenes Adventistas en relación a los deportes en el colegio, instituto o universidad. ¿Qué alternativas existen para que les permitan continuar con sus actividades deportivas?

### Resumen del diálogo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Compilador**  
G.M. Rubén Casabona Alfaro  
Lima - Perú




**Editor - Adaptador**  
G.M.M. Francesco Marquina  
Regional - Región III  
Lima - Perú



### CRÉDITOS

La reproducción de información en este artículo es incentivada.  
Al reproducir este material por completo o parcialmente, las palabras  
“Fuente: Folleto GO! - Una Guía Práctica para el Instructor de Especialidades del  
Club de Conquistadores - Año 01 Vol. 12” deben aparecer debajo del titular o inmediatamente después del artículo.

Todos los derechos reservados. Ministerio Joven de la Asociación Peruana Central  
Este de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Material de Consulta creado y compilado  
utilizando información de libre distribución para la enseñanza de las especialidades del Club de Conquistadores.



**→ GO!**

