

Educação Física

Futebol – Regras, fundamentos e história

Nenhum esporte no mundo desperta tanto interesse popular quanto o futebol. Sua principal competição, a Copa do Mundo, reúne, desde a fase de classificação, cerca de 130 países e milhões de espectadores no mais importante evento do mundo esportivo.

Futebol é um esporte disputado entre duas equipes, cada uma com 11 jogadores, que utilizam os pés e a cabeça para movimentar a bola em direção ao campo adversário, com o objetivo de colocá-la dentro do gol ou meta. A partida divide-se em dois tempos de 45 minutos, com um intervalo de 15 minutos. O tempo de jogo pode ser prorrogado por acidente ou qualquer outra causa a critério do juiz. A equipe vencedora é a que faz o maior número de gols.

Regras do futebol

As leis que regem o futebol foram elaboradas pela International Football Association Board (IFAB) em 1938. O texto que compreende 17 regras e uma série de decisões suplementares da IFAB, sofreu alterações impostas pela própria evolução técnica e tática do esporte.

Campo

O futebol é jogado num campo gramado com as medidas máximas de 120m de comprimento e 90m de largura e mínimas de 90m de comprimento e 45m de largura. Em os internacionais as medidas máximas são 110m de comprimento por 75m de largura e mínimas, 100m por 64m de largura. O campo é dividido ao meio por uma linha transversal, no centro da qual é desenhado um círculo com raio de 9,15m, de onde se dá a saída, no início de cada tempo de jogo ou sempre após a marcação de um gol.

As balizas, equidistantes dos extremos das linhas de largura, são formadas por duas traves verticais, cujas faces internas estão separadas 7,32m uma da outra e unidas por um travessão horizontal a 2,44m do solo. As traves e o travessão, com no máximo 12cm de espessura, sustentam a rede do lado de fora do campo.

Em frente às balizas, há duas áreas. A pequena, ou do goleiro, dista 5,5m das traves (para os lados e para a frente) e serve para a cobrança do tiro de meta sempre que a bola ultrapassa a linha de fundo, depois de ter sido tocada por um jogador da equipe atacante. Na grande área, cujo limite é desenhado a 16,5m das traves, as infrações cometidas pelos jogadores do time defensor são punidas com o pênalti, cuja cobrança é executada por tiro livre direto, a 11m do gol. Fora da grande área é desenhado um arco de circunferência, chamado meia-lua, com 9,15m de raio e centro no ponto de cobrança de pênalti.

As extremidades da linha central e os vértices das laterais são marcados com bandeiras. Desses vértices são cobrados os escanteios, sempre que a bola é lançada pela linha de fundo após o toque de um jogador da equipe defensora.

Bola

Esférica e coberta de couro, ou outro material adequado, a bola deve ter de 68 a 71cm de circunferência e pesar de 396 a 453g. A pressão a ela aplicada é de um quilograma por centímetro quadrado, ao nível do mar. Proíbe-se aos jogadores usar as mãos para impulsionar a bola, a não ser o goleiro, dentro do limite da grande área, ou qualquer outro atleta na cobrança do arremesso lateral.

Árbitro

A única autoridade reconhecida durante a partida é o árbitro, que recebe o auxílio de dois juizes de linha (bandeirinhas). A ele cabe a vistoria do gramado e das condições de segurança do estádio; a aplicação das regras e a solução de lances duvidosos; a cronometragem do jogo; a punição de jogadores; a interrupção e o reinício da partida quando julgar necessário; e a anotação das ocorrências. Os juizes de linha assinalam quando a bola sai de jogo e se deve ser cobrado escanteio, tiro de meta ou lateral.

Impedimento. Será considerado impedido o jogador que ao receber um lançamento de um companheiro no campo de ataque, esteja mais próximo da linha de fundo que o penúltimo jogador adversário.

Bola fora de jogo

Considera-se que a bola está fora de jogo quando ela atravessa inteiramente as linhas laterais ou de fundo, quando se marca um gol ou quando o juiz interrompe a partida por qualquer motivo. A reposição de bola pode ser feita por meio de tiro livre (após uma infração), arremesso lateral, tiro de meta, escanteio ou bola ao chão.

Infrações

São punidas com tiro livre direto as faltas contra o adversário e o toque de mão ou braço na bola. O tiro livre indireto é cobrado após as obstruções, jogadas que o juiz considere perigosas ou no tranco ilícito sobre o goleiro. O jogador que reincide em faltas violentas, comete indisciplina ou desrespeito é expulso de campo. Na cobrança de faltas nenhum jogador adversário pode estar a menos de 9,15m da bola, que somente entrará em jogo depois de percorrer uma distância igual à sua circunferência.

Fundamentos do futebol

Podemos dividir os fundamentos técnicos em dois tipos de ações:

- A) movimentos sem bola (corrida com mudança, saltos, giros, etc.);
- B) movimentos com bola (recepção, passe, chute, etc.).

De acordo com essa divisão, pretendemos desenvolver aqui somente as técnicas básicas do futebol pertencentes ao grupo b (movimentos com bola), executando as ações específicas desenvolvidas pelos jogadores que ocupam a posição de goleiro.

Para uma melhor prática do futebol, faz-se necessário o conhecimento e domínio de algumas técnicas básicas, tais como: condução, passe, chute, drible ou finta, recepção, cabeceio e arremesso lateral.

O cabeceio e o arremesso lateral serão abordados como elementos pertencentes a outros fundamentos técnicos, ou seja, o arremesso lateral seria considerado uma forma de passe, e o cabeceio, dentro dos demais fundamentos. As técnicas serão abordadas na seguinte sequência: definição e conceituação do termo, descrição da técnica e as possíveis variações e formas.

Condução

É o ato de deslocar-se pelos espaços possíveis do jogo, tendo consigo o passe de bola.

Técnica de condução de bola:

a) posicionar o corpo e movimentá-lo de maneira a facilitar o tipo de condução desejada;

b) manter a bola numa distância que facilite a sequência da condução, bem como as variações necessárias de acordo com exigência da situação;

c) utilizar o tipo de toque adequado à situação;

d) postura adequada à movimentação, com o centro de gravidade um pouco mais baixo, quando necessário um melhor domínio e mais alto, quando conduzir em alta velocidade;

e) distribuir a atenção na bola, no espaço e nos demais jogadores.

Passe

É um elemento técnico inerente ao fundamento chute, que se caracteriza pelo ato de impulsionar a bola para um companheiro.

Técnica do passe:

a) posicionamento do corpo de maneira favorável a sua execução;

b) pé de apoio ao lado (atrás ou à frente) da bola;

c) projeção da perna (membro inferior direito ou esquerdo) a ser utilizada em direção à bola;

d) toque propriamente dito (durante a execução do movimento, o braço ajuda na coordenação e equilíbrio).

Chute

É o ato de golpear a bola, desviando ou dando trajetória à mesma, estando ela parada ou em movimento.

Técnica do chute: É semelhante à técnica do passe, sendo o objetivo das ações sua grande diferença. O chute tem como objetivo finalizar uma ação para o gol ou impedir o prosseguimento das ações do adversário.

Drible ou finta

É o ato que o jogador, estando ou não em posse da bola, tenta ludibriar o seu adversário.

O drible, de acordo com a sua origem inglesa (dribbling), seria a progressão com a bola. Entretanto, no cotidiano do futebol, o drible é entendido como a forma de ludibriar o adversário. O termo correto para a ação de desvencilhar-se de um adversário seria finta, mas, como a palavra drible tornou-se muito utilizada neste sentido, consideraremos os dois como sinônimos.

Técnica do drible ou finta:

a) posicionar o corpo de maneira favorável ao drible (ou finta) desejado;

b) manter a bola próxima ao corpo e o centro de gravidade baixo, permitindo assim um melhor domínio sobre a mesma;

c) utilizar o tipo de toque e movimentação adequados ao drible desejado, de acordo com a situação;

d) na execução do drible, a atenção é dirigida para a movimentação do adversário para o espaço e para a bola.

Recepção

Se o aluno não consegue ter a posse da bola quando tenta interromper a trajetória da mesma, dizemos que houve uma má recepção. Este mesmo fundamento aparece na literatura como os seguintes sinônimos: abafamento, amortecimento, travar ou dominar a bola.

Lembre-se que, cotidianamente, o domínio de bola é entendido como recepção. Entretanto, consideramos que o domínio ou controle da bola expressam um nível de referência quanto ao "desenvolvimento" das capacidades coordenativas de condução e adaptação do movimento, sendo que o domínio pode manifestar-se com mais evidência nas técnicas de condução, recepção e drible.

Técnicas da recepção:

a) posicionamento do corpo de maneira favorável a recepção, com a parte do corpo a realizar o contato voltada para a bola;

b) ao aproximar-se da bola, amortecê-la, tentando inicialmente, diminuir a sua velocidade;

c) manter a bola próxima ao corpo, favorecendo assim, o seu domínio.

Cabeceio

É o ato de impulsionar a bola utilizando a cabeça.

Esse gesto técnico é bastante utilizado durante o jogo e pode ser aplicado, tanto para ações ofensivas como defensivas. O cabeceio apresenta-se como uma das alternativas para a realização de outros fundamentos, tais como: passe, chute, recepção, etc.

O cabeceio poderá ser executado parado ou em movimento, estando ou não em suspensão. Aconselha-se principalmente, o uso da testa como a região da cabeça que irá realizar o contato com a bola. Existem duas posições básicas do tronco em relação à bola, no momento da execução do gesto técnico: frontal ou lateral.

Aspectos físicos do futebol

Antes de 1880 não havia um sistema de jogo, ou seja, uma distribuição organizada dos jogadores para o desempenho das diversas funções de ataque e defesa. As equipes eram formadas por um goleiro e dez atacantes. O primeiro sistema, que ficou conhecido como “formação clássica” e persistiu até 1925, era formado por um goleiro, dois zagueiros, três médios e cinco atacantes.

Com a mudança na lei de impedimento — que passou a dar condição de jogo ao atacante que tivesse dois jogadores, e não três, a sua frente — as equipes tornaram-se mais ofensivas. Herbert Chapman, treinador do Arsenal de Londres, lançou então um novo sistema, o WM ortodoxo (nome dado pela semelhança da distribuição dos jogadores com as duas letras do alfabeto), com mais um jogador recuado para atuar na defesa — o centro médio ou cabeça-de-área — e os dois meias também recuados para ajudar os outros médios (laterais direito e esquerdo).

Passou-se a discutir a formação inicial de Chapman, um sistema estático, em setores delimitados, que tornava o futebol muito defensivo e dificultava a atuação individual dos jogadores. Surgiu, então, o WM clássico, que alternava o posicionamento entre os médios e os meias de acordo com a necessidade defensiva ou ofensiva. Caía, com essa inovação, a teoria de que os médios não poderiam ultrapassar a linha do meio de campo, nem os meias recuar.

Paralelamente à evolução do futebol, novos sistemas foram surgindo e o “4-2-4” transformou-se no “4-3-3”. Até por volta de 1990 dominou um “3-5-2”, que na Copa de 1994 deu lugar ao “4-4-2”. O extremo cuidado com o preparo físico dos atletas permitiu grandes inovações táticas. Na base de tudo está o princípio de que, ao invés de ater-se a posições fixas, o jogador deve exercer um maior número de missões, atacando, armando e defendendo em estreita cooperação com os companheiros de equipe.

História do futebol

Sabe-se que na China, no ano 206 a.C., publicou-se o regulamento de um jogo de bola com os pés, de aplicação no treinamento militar, praticado desde o tempo do imperador Shih Huang-ti Che Houg-ti, por volta de 2.500 a.C. Foi na Grécia, entretanto, que se encontraram os primeiros indícios de um precursor do futebol, denominado episkuros. Esse jogo consistia na disputa de uma bexiga de animal, cheia de ar ou areia, por dois grupos de atletas que se esforçavam para levá-la até determinado ponto.

Quando as legiões romanas dominaram e ocuparam a Grécia, em 150 a.C., o episkuros migrou para Roma, e recebeu o nome de harpastum. O jogo era praticado num campo delimitado por duas linhas, as metas. Cada equipe se colocava junto a essas linhas, até ser dada a ordem para começar. Provavelmente os romanos levaram a outros povos o seu jogo de bola. Na Idade Média apareceu em Florença o calcio, jogado com os pés e as mãos por equipes de 27 jogado-

res, num campo com duas metades iguais. O objetivo do jogo era levar a bola de couro, cheia de ar, até dois postes situados nas extremidades. Ainda na Idade Média, na Gália e depois na Bretanha, surgiu o soule, praticado com uma bola de couro cheia de feno ou farelo, em que era permitida a utilização dos pés e a distribuição de socos e até rasteiras. Como a disputa terminava às vezes em morte, surgiu a expressão “violento esporte bretão”.

No começo do século XX a popularidade do futebol em todo o mundo levou à criação, em 1904, de uma organização internacional, a Federação Internacional de Futebol Association (FIFA). Foram sete os países fundadores: Bélgica, Dinamarca, França, Países Baixos, Espanha, Suécia e Suíça. A FIFA tem como metas principais a uniformização das regras do jogo, elaboradas pela International Board, e a organização de um torneio internacional entre as entidades afiliadas — a Copa do Mundo, disputada a partir de 1930. Desde sua fundação, a FIFA teve os seguintes presidentes: Robert Guérin (1904-1906), D. B. Woolfall (1906-1921), Jules Rimet (1921-1954), R. W. Seeldrayers (1954-1955), Arthur Drewry (1955-1961), Stanley Ford Rous (1961-1974) e João Havelange, a partir de 1974.

Futebol no Brasil

Embora existam referências à prática ocasional do futebol no Brasil, de 1870 a 1880, na verdade o esporte chegou ao país apenas em 1894, trazido pelo brasileiro Charles Miller, filho de inglês, que desembarcou em São Paulo com duas bolas de couro e as regras aprovadas pela Football Association. A primeira partida foi por ele promovida em abril de 1895, entre empregados ingleses das companhias de gás e de transporte ferroviário. A partir dessa iniciativa, vários clubes se formaram: em 1898, o São Paulo Athletic Club e, no ano seguinte, a Associação Atlética Mackenzie College e o Sport Club Germânia.

Na década de 1910, surgiram clubes e federações por todo o Brasil, cada estado começou a realizar seu próprio campeonato e cresceu o interesse do público e da imprensa pelo esporte. Em 1914, criou-se a Federação Brasileira de Sports e, dois anos depois, a Confederação Brasileira de Desportos (CBD). Em 1919, o Brasil sagrou-se campeão sul-americano de futebol ao vencer o Uruguai por 1 a 0, no Rio de Janeiro. Com a difusão do esporte por todo o país foi realizado, em 1922, o primeiro campeonato de seleções estaduais.

As arrecadações das partidas aumentaram e estimularam a construção de estádios, o maior dos quais foi o Maracanã, inaugurado no Rio de Janeiro em 1950, para a IV Copa do Mundo. Em 1959, nasceu a Taça Brasil, um campeonato interclubes de âmbito nacional, disputada em eliminatórias pelos campeões estaduais. Em 1971, o torneio foi oficializado como Campeonato Brasileiro de Clubes, cujos vencedores disputam com clubes de outros países sul-americanos a Taça Libertadores da América.

Copa do Mundo

A ideia de organizar um torneio de futebol internacional a cada quatro anos surgiu em 1928, por sugestão do então presidente da FIFA, o francês Jules Rimet. O troféu de ouro maciço, que mais tarde recebeu seu nome, seria de posse provisória, até que algum país o conquistasse por três vezes. Com 1,8kg e trinta centímetros de altura, a Taça Jules Rimet representava uma Vitória alada, que segurava nas mãos um vaso em forma de copa.

A I Copa do Mundo foi disputada no Uruguai, em 1930, por 13 países. A longa viagem por mar dificultou a participação de muitas seleções europeias. A competição foi disputada em três fases: uma de classificação antes das semifinais e da final. O Brasil foi eliminado pela Iugoslávia na primeira fase. A final, disputada entre Argentina e Uruguai, terminou com a vitória dos anfitriões por 4 a 2.

Mais bem organizada e com mais participantes, a II Copa do Mundo teve como sede a Itália, em 1934, onde o governo fascista tentou fazer da competição um instrumento de propaganda política. Trinta e dois países se inscreveram para disputar a competição (três desistiram e os outros disputaram as eliminatórias para a escolha de 16 finalistas). Num sistema de eliminatórias simples, o Brasil foi derrotado na primeira fase pela Espanha, por 3 a 1. Itália e Tchecoslováquia decidiram o título, e mais uma vez a equipe anfitriã sagrou-se campeã.

Na III Copa, na França, não foram os franceses que brilharam em 1938, e sim os italianos, novamente campeões. Com a participação de 15 seleções, a III Copa seguiu os modelos da anterior, com jogos eliminatórios desde a fase das oitavas-de-final, realizados em nove cidades. O Brasil teve sua melhor participação no torneio, graças ao talento de Leônidas da Silva, Tim e outros craques: chegou às semifinais, mas perdeu de 2 a 1 para a Itália, que sagrou-se campeã.

Após 12 anos de interrupção, provocada pela segunda guerra mundial, a IV Copa do Mundo foi disputada em 1950, no Brasil. A FIFA aprovou uma nova fórmula de torneio: participavam da primeira fase, classificatória, 16 seleções divididas em quatro grupos, de cada um dos quais duas classificavam-se para as oitavas-de-final. A final foi amarga para o futebol brasileiro: o Uruguai surpreendeu e derrotou por 2 a 1 a equipe do Brasil.

Na V Copa, realizada na Suíça em 1954, o mundo conheceu uma das melhores seleções de todos os tempos, a da Hungria. Prevaleceu, porém, a determinação tática da Alemanha, que chegou ao título com uma vitória sobre a Hungria na final.

Garrincha, Didi e Pelé foram os grandes nomes da seleção brasileira de 1958, que ganhou na Suécia a VI Copa do Mundo, conquistando seu primeiro título mundial.

A VII Copa do Mundo, no Chile, em 1962, serviu para reafirmar a superioridade brasileira, cuja seleção, quatro anos mais velha, ainda teve fôlego e técnica para conquistar o bicampeonato.

A Inglaterra, anfitriã da VIII Copa do Mundo, conquistou em 1966 a mais defensiva de todas as Copas. Na competição, surgiu o conceito da equipe sem especialistas, com cada jogador atuando ao mesmo tempo na defesa e no ataque. Na IX Copa do Mundo (México, 1970), a seleção brasileira conseguiu obter a posse definitiva da taça Jules Rimet. Pela primeira vez a competição era transmitida ao vivo pela televisão. Com uma campanha notável, a equipe treinada por Zagalo — que substituiu João Saldanha, afastado durante a fase de classificação — venceu todos os seis jogos, marcou 19 gols e sofreu sete. Pelé consagrou-se como “rei do futebol”, um mito para o esporte.

Na XII Copa (1982), a FIFA aumentou de 16 para 24 o número de seleções participantes e dividiu-as em seis grupos de quatro seleções. Na final, a Itália conquistou o tricampeonato ao vencer a Alemanha por 3 a 1.

Programada inicialmente para se realizar na Colômbia, a XIII Copa do Mundo (1986) acabou acontecendo no México, porque o governo colombiano alegou não ter recursos para sediar o evento. Novamente treinado por Telê Santana, o Brasil foi eliminado pela França nas quartas-de-final, na disputa de pênaltis. Na final, a Argentina venceu a Alemanha por 3 a 2 e sagrou-se bicampeã mundial.

As equipes da Argentina e Alemanha disputaram mais uma final, a da XIV Copa do Mundo, em 1990, na Itália. Dessa vez, no entanto, a vitória coube à Alemanha, que venceu por 1 a 0 e conquistou o torneio pela terceira vez. A equipe do Brasil foi derrotada pela Argentina por 1 a 0 nas oitavas-de-final.

Disputada nos Estados Unidos, a XV Copa do Mundo (1994) deu ao Brasil, comandado por Carlos Alberto Parreira, o primeiro tetracampeonato mundial. Brasil e Itália empataram em 0 a 0 no tempo regulamentar e na prorrogação. Na cobrança de pênaltis, o Brasil venceu por 3 a 2.

A França conseguiu seu primeiro título mundial na xvi Copa do Mundo (1998), disputada em casa.

O Brasil volta a conquistar o título em 2002, o seu pentacampeonato, foi contra a Alemanha por 2 a 0.

Em 2006, a Itália sagra-se campeã contra a França nos pênaltis após empate por 1 a 1. Os franceses levaram a melhor sobre o Brasil nas quartas de final, por 1 a 0.

Em 2010 a Copa foi realizada pela primeira vez no continente africano, na África do Sul. A Espanha derrotou a Holanda na final por 1 a 0.

Em 2014 a Copa do Mundo volta ao Brasil e novamente não foi desse vez que conseguimos um título dentro de casa, e pra piorar, perdemos por um vexaminoso resultado de 7 a 1 da Alemanha na semifinal, que sagrou-se campeã ao vencer a Argentina na final por 1 a 0.