



ACTIVIDAD DE APOYO ESCOLAR

COLEGIO ANTONIO VAN UDEN

TALLER No.8

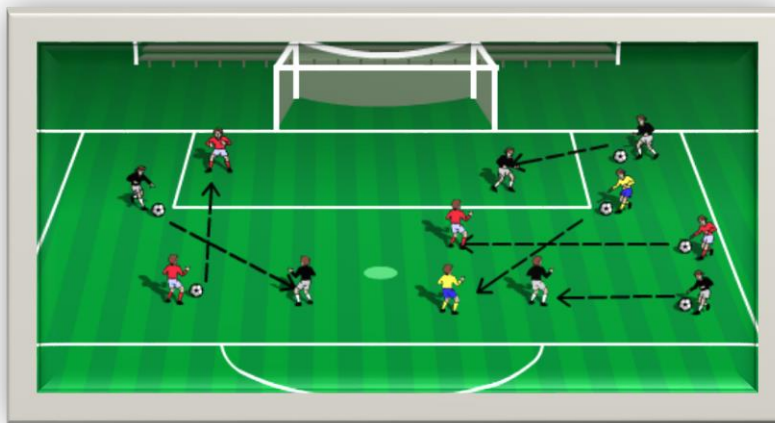
EDUCACION FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTE ALEJANDRO BERNAL

GRADO OCTAVO JORNADA TARDE

E-mail: alejandro-berna@hotmail.com ; bernalbaroneduardoalejandro@gmail.com

FUNDAMENTOS TÉCNICOS PARA JUGAR FÚTBOL.



El fútbol es un deporte que necesita entrenamiento para irlo perfeccionando poco a poco. Los fundamentos básicos para aprender a jugar fútbol son cuatro: controlar el balón, conducir el balón, pasar el balón y tirar a puerta (rematar).

Para muchas personas, las habilidades para jugar fútbol son de nacimiento, sin embargo, el continuo entrenamiento permite que esas habilidades se puedan mejorar.

PASAR EL BALÓN (PASE):

Definición: Enviar el balón a un compañero de equipo para facilitarle una ubicación donde tenga ventaja al realizar su siguiente acción.

Parece el fundamento más fácil, pero es en el que los jugadores de fútbol más se equivocan. El balón se puede pasar con cualquier parte del cuerpo, pero la manera más efectiva de hacerlo es con los pies, dependiendo la situación. Para ello, un pase se puede hacer con el borde interno, el borde externo o el empeine. También lo podemos realizar con la rodilla o

