

# pix futebol com

O que é futebol de 5 e como funciona?

Futebol de 5, também conhecido como futebol ou campo do cinema, é uma variante da fuga jogado em um quadra com cinco jogadores em cada equipe. Aqui está o mais alto nível das primeiras avaliações

características:

Os tempos constam em 5 jogadores Cada, incluindo o goleiro

.

O jogo é jogado em uma quadra de 40 metros de comprimento e 20 metros de largura.

Objeto do jogo é marcar gols na beira do gol, como no futebol tradicional. No entanto os jogos podem usar qualquer parte do corpo

exceto braços e mãos para controlar a bola

Os jogadores podem usar a bola com as pernas, cabeça e cotovelos e ombros mas não pode segurar uma bola com as mãos ou braços.

Um jogo seguro a bola com as mãos ou braços, o árbitro pode

parar e pular marca uma falsa contra o tempo que vem.

.

Os times podem fazer até 3 substituições por jogo.

.

O jogo é dividido em 2 tempos de 20 minutos cada, com um intervalo entre 10 minutos.

O primeiro tempo é um marco em uma parte de 5 minutos vence o jogo. Se nenhum gol marcar durante a prorrogação, o jogo vai para os pênaltis finais noticiados.

O tempo com o melhor desempenho nos pênaltis vence o jogo.

Como jogar futebol de 5?

Para jogar futebol de 5, é importante ter habilidade e estratégia. Aqui estão algumas dicas para ajudá-lo a melhorar o jogo:

.

Treine a habilidade de controle da bola. Pratique controlando uma Bola com diferentes partes do corpo, como pernas e cabeça e ombros.

Desenvolvimento de velocidade e resistência. Futebol de 5 é um jogo rápido, então é importante que seja em forma física para manter-se com o ritmo do jogador.

Aprenda a cabecear e chutar a bola com decisão. Essas habilidades são fundamentais para marcar gols e evidenciar que o adversário marca.

No futebol de 5, é importante ter um bom contato com os companheiros do tempo para montar jogadas e criar oportunidades.

No jogo rápido do futebol de 5, você precisa:

o adversário marca.

No futebol de 5, é importante ter um bom contato com os companheiros do tempo para montar jogadas e criar oportunidades.

No jogo rápido do futebol de 5, você precisa: