

futebol sorte

O que é futebol de 5 e como funciona?

Futebol de 5, também conhecido como futebol ou futebol do cinema, é uma variante da fuga jogado em um quadra com cinco jogadores de cada equipe. Aqui estão os mais altos níveis das primeiras avaliações

e características;

Os tempos constam em cinco 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 jogadores 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 ombros e cotovelos e braços, mas não podem segurar a bola com as mãos ou braços.

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

o árbitro pode marcar uma falsa contra o tempo que vem.

/

Os times podem fazer até três substituições por jogo.

o.

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

O primeiro tempo um marco em uma parte de 5 minutos vence o jogo. Se nenhum gol for marcado durante a prorrogação, o jogo vai para os

pênaltis finais noticiais;

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:

1.

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

2.

Desenvolva 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 jogo.

Aprenda a cabecear e chutar a bola com precisão. 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 time para montar jogadas e criar oportunidades.

No jogo rápido e intenso do futebol de 5, você precisa