



MANUAL DE FORMACIÓN

Disfrutemos del fútbolín



ATHLETES
INSPIRE
CHILDREN



Co-funded by
the European Union

Disclaimer: Co-funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Contenidos

INTRODUCCIÓN

- Nota breve 2
- Un poco de historia..... 3

CONOCIMIENTOS TÉCNICOS

- Glosario 4
- Fútbol en el mundo 5
- Reglas..... 6
- Primeros pasos 7

AHORA A JUGAR

- Para divertirse..... 8
- Para progresar..... 14

PARA IR MÁS LEJOS

- Pasaporte “Mis primeros pasos”..... 16

Introducción



El proyecto

El proyecto "Fútbol en la Escuela" (TSAS) es una innovadora iniciativa europea que utiliza el fútbol como herramienta de inclusión social en los centros educativos de Educación Primaria. Coordinado por la Federación Internacional de Fútbol (ITSF) y ejecutado en colaboración con Athletes Inspire Children (Alemania), la Universidad Camilo José Cela (España) y la Cámara de Comercio e Industria de Bulgaria (Bulgaria), este proyecto cofinanciado por la Unión Europea aborda dos grandes retos: el creciente sedentarismo entre los niños y la necesidad de herramientas eficaces para promover la inclusión social.

El fútbol tiene la ventaja única de trascender las barreras de género, origen social, cultura o discapacidad. El TSAS se dirige especialmente a los niños de entornos desfavorecidos, para quienes la escuela representa a menudo el único espacio de acceso equitativo a las actividades físicas y sociales.

El propósito de este manual

Esta guía ayuda a poner en práctica actividades de fútbol inclusivas y educativas. Contiene minijuegos adaptados a diferentes niveles, estrategias de animación que favorecen la diversidad y herramientas de progresión para acompañar el desarrollo de cada niño/a.

Los beneficios del fútbol educativo

Más allá de la actividad física el fútbol desarrolla la coordinación, los reflejos y la concentración. Su verdadera fortaleza reside en su capacidad para crear vínculos sociales, mejorar la comunicación, el respeto de las normas, la gestión de las emociones y la aceptación de las diferencias. Esta práctica también fomenta la autonomía y la confianza en uno mismo.

Cómo utilizar esta guía

Las actividades se adaptan a su realidad: tiempo disponible, número de niños, material accesible. Cada actividad especifica sus objetivos educativos para ayudarle a construir itinerarios de aprendizaje personalizados.

Juntos, ¡hagamos del fútbol un puente hacia la inclusión!



Introducción



Un poco de historia

La historia del futbolín es rica y llena de acontecimientos. Las primeras nociones a tener en cuenta para jugar al fútbol en una mesa se remontan a finales del siglo XIX, pero no fue hasta los años 30 cuando la producción en masa contribuyó a su consolidación. Después de la Segunda Guerra Mundial, el futbolín se hizo muy popular en Europa y Estados Unidos, alcanzando su primer apogeo en la década de 1970.

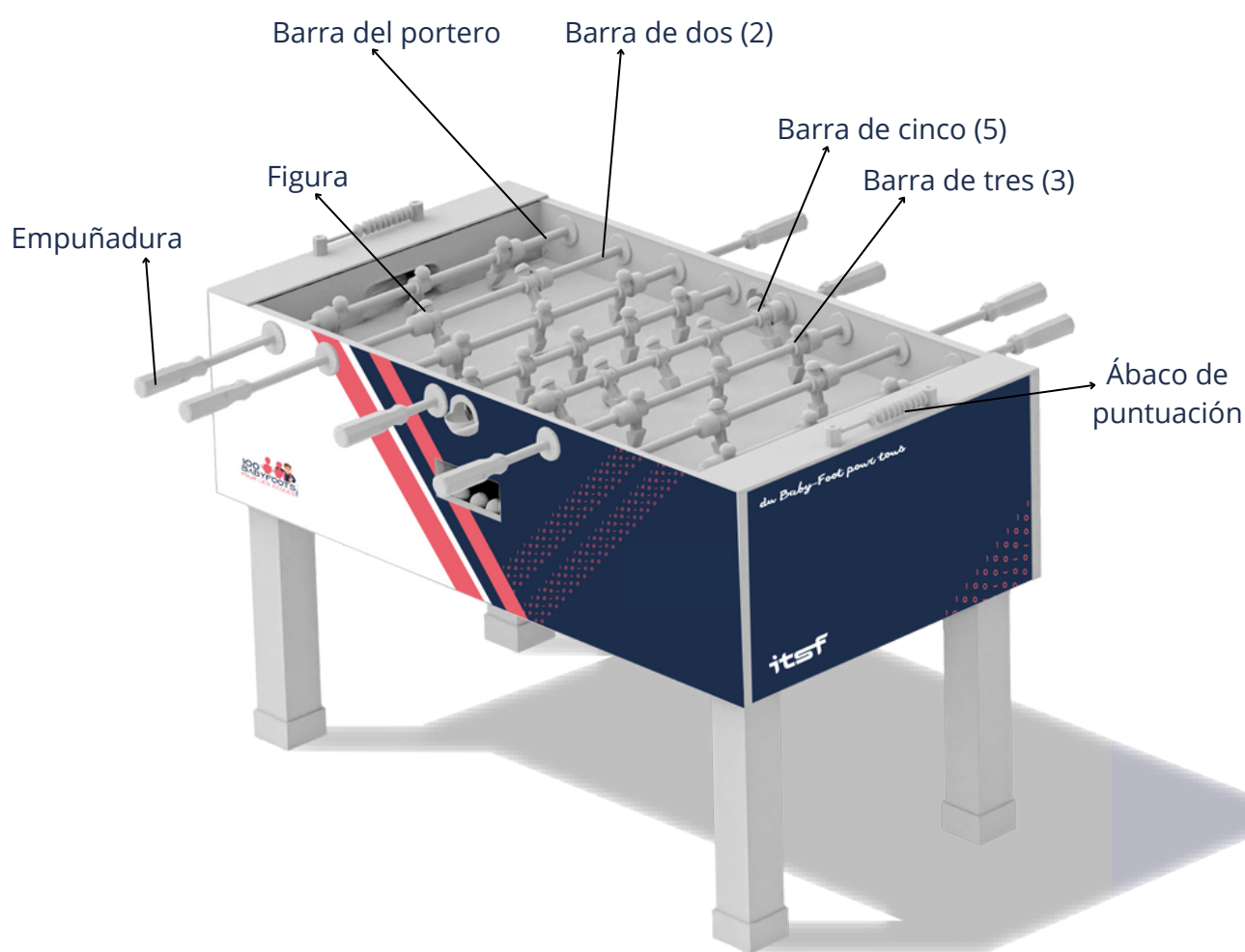
Con la llegada de los videojuegos y los juegos electrónicos en los 80, el juego fue desapareciendo de lugares públicos como bares y salones recreativos. Hoy en día es mucho más común encontrarlo en los hogares, colegios e institutos y en lugares de trabajo, habiéndose convertido de nuevo en un pasatiempo tremendamente popular.

Los primeros campeonatos de futbolín se celebraron en los años 50. Las federaciones nacionales de futbolín empezaron a surgir en los años 70 y el deporte dio un importante paso adelante con la creación de la Federación Internacional de Futbolín (ITSF) en 2002. Desde entonces, la Copa Mundial y el Tour Mundial de la ITSF han reunido a decenas de miles de jugadores de todas las edades y niveles de experiencia para disfrutar de la diversión y la competición en el futbolín.

Este deporte ha sobrevivido a través de los tiempos -y sigue atrayendo a muchos nuevos aficionados- gracias a su sencillez y facilidad de uso. El proyecto 100 Futbolines se puso en marcha en 2021 con el objetivo de llevar los futbolines a más colegios e institutos, clubes deportivos y sociales e instalaciones sanitarias y de asistencia social.

Conocimientos técnicos

Glosario



Futbolín en el mundo



Bonzini



Áreas de práctica: Francia, Estados Unidos, Alemania, Dinamarca



Infinity



Áreas de práctica: España, México



Garlando



Áreas de práctica: Italia, Suiza, Austria, Europa del Este, África, Canadá, Reino Unido



Leonhart



Áreas de práctica: Alemania, Benelux



Roberto Sport



Áreas de práctica: Italia, Norte de África, Europa del Este



Tornado



Áreas de práctica: América del Norte, Asia



Conocimientos técnicos



Las reglas

Artículo 1: Saque

El partido comienza con el lanzamiento de una moneda. El saque inicial (jugador que ganó en el lanzamiento de la moneda o que recibió un gol) se efectúa desde el centro del campo (barra de 5), con la bola parada.

Artículo 2: El "listo"

Para cualquier saque o reanudación, el jugador deberá preguntar "¿listo?" y esperar a que su adversario directo responda "¡listo!".

Artículo 3: Giros

Los giros están permitidos, siempre que la barra no gire más de una rotación antes y después del tiro.

Artículo 4: Gol

Se puede marcar un gol desde cualquier barra o jugador.

Artículo 5: El gol de rebote

Un gol de rebote (la bola entra y sale de la portería) vale un solo punto. Después se debe realizar un saque normal desde el centro del campo (barra de 5).

Artículo 6: Reinicio del juego

El equipo que lanza la bola fuera de la mesa pierde la posesión. La bola se reanuda en la defensa (barra de dos) del equipo que no lo golpeó.

La bola que queda inmovilizada entre las barras del centro del campo (barras de cinco) se reanuda en el centro del campo del equipo que recibió el último gol.

Acciones prohibidas

- Mover o levantar la mesa de juego.
- Doblar las barras.
- Cualquier intento de distracción
- Tener una actitud agresiva hacia los adversarios.

Para más información, consulte el reglamento en la página web de la ITSF
<https://www.tablesoccer.org/page/rules>



Conocimientos técnicos



Primeros pasos

Para introducir y ayudar a los jugadores a progresar en la práctica del fútbolín, te ofrecemos varios minijuegos. Puede poner en práctica diferentes minijuegos en función del tiempo de la sesión y del número de jugadores.

Estos minijuegos tienen objetivos pedagógicos comunes como: capacidad de reacción, reflejos, visión periférica, comunicación.

Además, la práctica del fútbolín permite a los jugadores trabajar varios objetivos como seguir instrucciones, respetar el equipo, respetar a los demás, ganar confianza en sí mismos y aceptar la derrota.



Ahora a jugar



Para divertirse



Juego Granadas

Objetivos pedagógicos: reflejos, capacidad de reacción, visión periférica.

2 a 4 jugadores

Material: 5 bolas

Duración: 10 a 15 minutos

Consiste en poner 5 bolas en juego simultáneamente desde el centro del campo, ¡y gana el equipo que haya puesto más bolas (granadas) en el lado del adversario! El número de bolas no importa, pero utiliza siempre un número impar.

Juego de penaltis

Objetivos pedagógicos: concentración, estrategia, técnicas de tiro.

2 a 4 jugadores por parejas

Material: 1 a 2 bolas

Duración: 10 a 15 minutos

El principio consiste en crear parejas con un atacante y un portero. El atacante dispone de cinco tiros, el atacante y el portero cambian de posición después de cada gol. Al final se cuentan los goles para determinar el ganador.





Ahora a jugar



Para divertirse

Juego de bola caliente

Objetivos pedagógicos: capacidad de reacción, reflejos, visión periférica.

2 a 8 jugadores

Material: 1 bola

Duración: 10 a 15 minutos

El saque inicial se efectúa lanzando la bola entre las dos barras centrales y el juego consiste en jugar sin que la bola pueda pararse. Cuando la bola se detiene, la reanudación se efectúa entre las dos barras centrales. Añade puntos de penalización o una pérdida cuando se controle la bola (ejemplo: un penalti para el equipo contrario).

Variante: jugar al mismo juego pero con 2 bolas.

Juegos de relevos

Objetivos pedagógicos: adaptación, toma de decisiones.

3 o más jugadores

Material: 1 bola

Duración: 10 a 15 minutos

Fijar un número de goles a marcar para ganar. El juego consiste en cambiar de posición cada dos goles: todos los jugadores rotan en el sentido contrario a las agujas del reloj.

Variantes: Cuando haya muchos jugadores, jugar partidos de 4 contra 4 con una fila en cada lado. Es posible eliminar a los jugadores cuando están en la posición de portero en cuanto encajan un gol, entonces 8 nuevos jugadores toman el relevo.

Ahora a jugar



Para divertirse



Juego de poder y trucos sucios

Objetivos pedagógicos: reflejos, capacidad de reacción, estrategia, espíritu de equipo, comunicación, socialización, adaptación al contexto, toma de decisiones.

2 a 4 jugadores

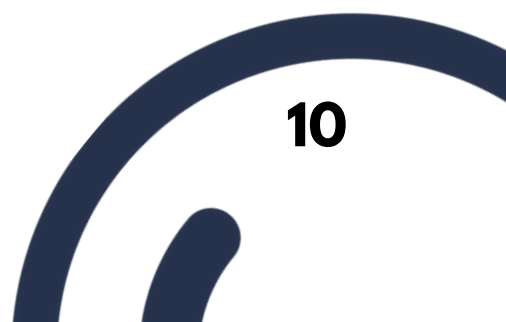
Material: 1 bola

Duración: 45 minutos

El partido puede jugarse 2 contra 2 o 1 contra 1. Recomendamos imprimir los poderes y trucos sucios y utilizarlos como tarjetas. Esto facilitará su comprensión por parte de los jugadores. Puedes crear tus propias cartas de poderes y trucos sucios.

Decide a cuántos sets se jugará el partido y cuántos puntos por set (favorece un número de puntos par). Baraja las cartas y cada equipo roba un número elegido. Sólo se puede utilizar una carta por set. Las reglas propuestas pueden modificarse a tu gusto, no dudes en adaptar el juego para ti y para los jugadores.

Este juego ha sido inventado por la Sra. Sophie Rousseleau, profesora del Instituto de Enseñanza Media de Châteaubriant (Francia).



Ahora a jugar



Para divertirnos

TARJETAS DE AYUDA

¿Quién? Cada equipo solo puede utilizar una tarjeta de ayuda.

¿Cuándo? Sólo se puede elegir una tarjeta de ayuda por ronda, y mostrarla al equipo contrario.

LA MANO DIVINA



Durante un saque de banda, puedes colocar la bola donde quieras.

Válido 2 veces por RONDA

DOBLE O NADA

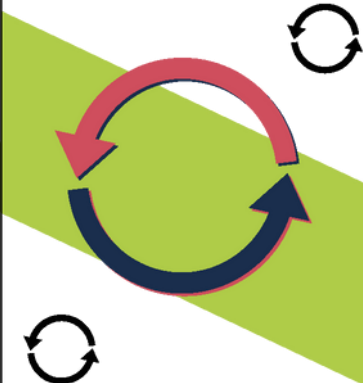


!!

Durante un saque de banda, anunciamos «doble o nada». Si marcamos, doblamos nuestra puntuación, y si el adversario marca, volvemos a 0.

Válido 1 vez por RONDA

INTERCAMBIO



Durante un saque de banda, anunciamos «cambio». Si marcamos, intercambiamos puntos con el adversario. Si el adversario marca, no cambia nada.

Válido 1 vez por RONDA

BINGO



x2

x2

Decir BINGO cuando se controla una bola. Si hay gol, el punto cuenta doble, si no, perdemos un punto (sólo 10 segundos para marcar).

Válido 1 vez por RONDA

DOBLE



x2

x2

Durante un saque inicial, se anuncia que el gol vale 2 puntos si nuestro equipo marca.

Válido 1 vez por RONDA

SUPER BALL



x4

x4

Durante un saque inicial, se anuncia que el gol vale 4 puntos si nuestro equipo marca.

Válido 1 vez por RONDA

Ahora a jugar

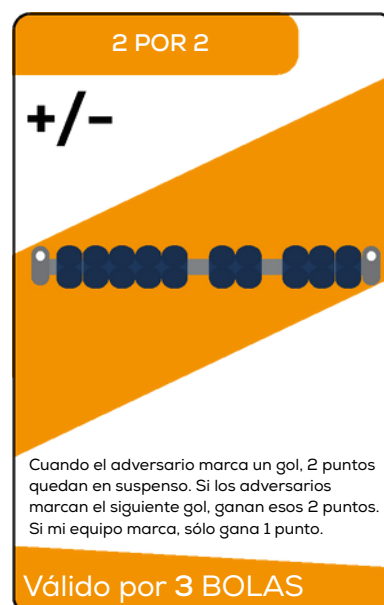
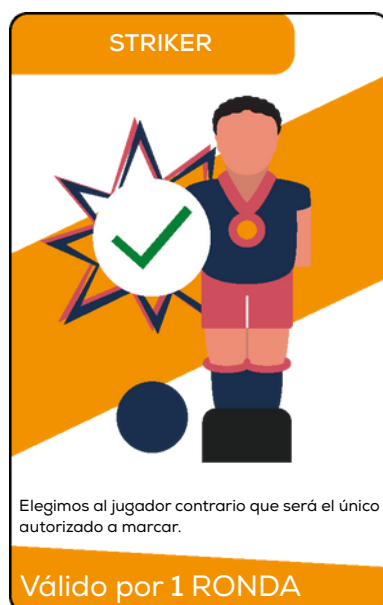
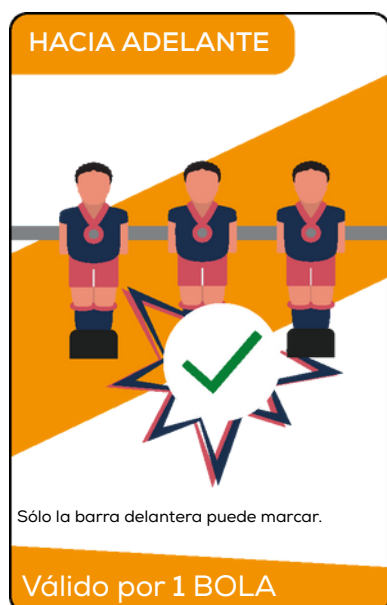
Para divertirse



CARTAS DE OBSTÁCULO

¿Quién? La carta de obstáculo elegida se impone sólo al equipo contrario.

¿Cuándo? Sólo se elige una carta de obstáculo por ronda y se muestra al equipo contrario.



Ahora a jugar

Para divertirse

NO BARRA DE 3



Prohibido marcar con la barra de los delanteros.

Válido por 1 BOLA

¿QUIÉN ES QUIÉN?



Elegimos quién juega en ataque y quién juega en defensa en el equipo contrario.

Válido 1 vez por RONDA

DOBLE PENALTI

+/-



Durante un saque inicial, anunciamos "doble penalti". Si nuestro equipo marca, ganamos un punto y el equipo contrario pierde uno.

Válido 1 vez por RONDA

UNA MANO



Los jugadores sólo pueden jugar con una mano

Válido 1 vez por RONDA

EN MEDIO



Sólo el jugador situado en el centro de la línea de ataque de puede marcar.

Válido 1 vez por RONDA

CARTA BLANCA



El supervisor inventa los trucos sucios de su elección

Válido 1 vez por RONDA



Ahora de jugar



Para progresar

Cara a cara en el centro del campo

Objetivos pedagógicos: concentración, estrategia, capacidad de reacción, visión periférica.

Máximo 2 jugadores

Material: 1 bola

Duración: 10 a 15 minutos

Partido entre dos jugadores que comienzan con la bola bajo la barra del centro del campo. Establecer un marcador ganador. El objetivo es pasar la bola de la barra del centro del campo a la barra delantera controlándolo. Cuando un jugador ha recuperado la bola en la parte delantera controlándolo, se anota un punto. Los jugadores se alternan en cada intento.

Juego de los Cinco Tiros

Objetivos pedagógicos: reflejos, capacidad de reacción, estrategia, concentración, precisión, técnica de tiro.

Máximo 2 jugadores

Material: 1 bola

Duración: 10 a 15 minutos

Partido entre 2 jugadores, 1 contra 1 (1 atacante con la bola en el centro del campo y 1 defensor en las barras traseras). Levantar la barra del centro del campo del adversario y nuestra barra delantera. El juego sigue el mismo principio que los lanzamientos de penalti, pero consiste en disparar desde el centro del campo en lugar de desde delante. El objetivo también es que el defensor mantenga la bola en su campo después del tiro.

Puntuación: si el defensor consigue mantener la bola en su campo, suma un punto. Si el atacante marca un gol, suma un punto. Gana el jugador que consiga más puntos.

Ahora a jugar



Para progresar

Objetivos cara a cara

Objetivos pedagógicos: coordinación, capacidad de reacción.

Máximo 2 jugadores

Material: 1 bola, 2 tubos del diámetro de los pies de los jugadores

Duración: De 10 a 15 minutos

Partido entre dos jugadores utilizando los porteros. Levantar las barras de la delantera y del centro del campo utilizando los tubos. Gana el primer jugador que marque 5 goles. Cuando la bola se detiene y no se puede recuperar, se entrega al jugador hacia el que se dirigía la bola. El objetivo es proteger tu portería y recuperar la bola sin que salga de la zona del portero.

Juego de habilidad

Objetivos pedagógicos: adaptación, coordinación, posicionamiento.

2 a 4 jugadores

Material: 1 bola

Duración: 10 a 15 minutos

El partido puede jugarse en individuales o en dobles. Los jugadores sólo pueden utilizar una mano.

Para ir más lejos



Pasaporte “Mis primeros pasos”

El pasaporte "mis primeros pasos" te permite seguir tus progresos en el fútbolín. Los niveles deben completarse en orden. En caso de duda sobre el dominio de un nivel, no dudes en repetir los ejercicios antes de pasar al nivel siguiente.



Nombre completo:

- | | |
|--|---|
| ☐ 1. Conoce las reglas simplificadas del fútbolín | ☐ 2. Mueve las barras suavemente
Golpea la bola intencionadamente |
| ☐ 3. Envía la bola de un jugador a otro
Golpea la bola después de moverla | ☐ 4. Controla una bola a baja velocidad
Pasa la bola de una barra a otra |
| ☐ 5. Golpea la bola hacia la portería desde la barra de los defensas, la barra del centro del campo y la barra de los delanteros | ☐ 6. Coordina los movimientos y la colocación de las barras traseras y del portero |
| ☐ 7. Recupera con éxito una bola atascada entre un jugador y la pared lateral | ☐ 8. Realiza con éxito un pase entre la barra de centrocampistas y la barra de delanteros |
| ☐ 9. Apunta a un espacio de la barra de delanteros con movimiento | ☐ 10. Apunta a un espacio de la barra de los defensores con movimiento |



**¡DIVIERTETE
CON EL
FUTBOLÍN!**



PÓNGASE EN CONTACTO

¿Le gustaría mantenerse informado sobre nuestras últimas actividades, estar al tanto de nuestros próximos eventos y ver fotos y vídeos de nuestros actos y proyectos? ¿O simplemente ponerse en contacto con nosotros?

Síguenos en las redes sociales



Co-funded by
the European Union