

FooBaSKILL



O FooBaSKILL é uma nova disciplina que foi desenvolvida por três professores suíços de educação física e desportiva. Ela põe em prática os atributos do futebol e do basquetebol e é jogada com uma bola inovadora, a SKILLTheBall, que é composta de uma textura de futebol e de basquetebol.

As regras do jogo foram cuidadosamente inventadas para melhorar na criança: **1)** as cinco capacidades de coordenação (orientação, ritmo, diferenciação, reação e equilíbrio) **2)** a segunda intenção ofensiva e a organização defensiva do futebol **3)** os rebotes ofensivos e defensivos do basquetebol **4)** a criatividade **5)** a capacidade de marcar pontos **6)** a estimulação cognitiva.

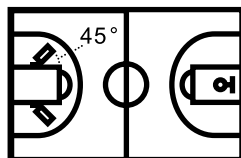


REGRAS DE BASE

A especificidade do FooBaSKILL está na alternância do trabalho da parte inferior do corpo (futebol) e da parte superior (basquetebol). Os jogadores mudam de disciplina quando passam da linha central do campo de jogo.

CAMPO DE JOGO

Uma metade do campo é equipada com duas balizas de futebol, constituídas de dois elementos superiores de uma caixa de ginástica. Sobre eles, há um cone ou uma baliza de FooBaSKILL. Na outra metade do campo, há um cesto de basquetebol. As paredes do fundo e das laterais fazem parte do campo do jogo. Desse modo, os jogadores podem usá-las para tabelas.



Duas equipas de quatro jogadores defrontam-se. Durante o primeiro tempo, uma equipa defende as balizas de futebol e ataca o cesto de basquetebol. No segundo tempo, as equipas invertem os papéis. As regras de base são idênticas às de futebol e às de basquetebol.

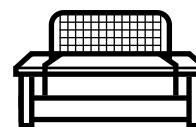
LANCE INICIAL

O lance que inicia o jogo ou o segundo tempo é feito com a bola na mão no meio campo pela equipa em posição de defesa no basquetebol. Cada equipa deve estar no seu próprio lado do campo.

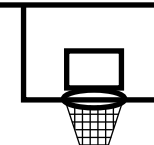
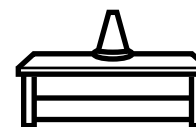
FALTAS

- Após uma falta, o jogo continua no local onde ela foi cometida.
- Após uma falta, o jogador põe a bola no chão com uma mão no mínimo e o jogo recomeça imediatamente com um passe.
- Durante um lance de futebol, onde o objetivo é derrubar o cone ou de marcar um golo, a bola não pode ultrapassar a altura destes elementos. Se isto acontece, uma falta é cometida e a bola é dada à defesa.
- Os carrinhos são proibidos no FooBaSKILL.
- Uma falta é cometida se a bola tocar no teto ou em qualquer objeto suspenso.
- Uma falta é cometida se a bola bater e voltar atrás da tabela ou no suporte que segura o cesto de basquetebol.

Um pequeno vídeo explicando as regras está disponível em foobaskill.com.



FUTEBOL



BASQUETEBOL

1 PT.

A bola toca a parte inferior de qualquer lado da caixa de ginástica. Os jogadores podem marcar um ponto em qualquer lado da caixa.

A bola bate na tabela e cai no chão, sem tocar o aro do cesto.

2 PTS.

A bola toca na caixa e é parada (amortecida) com a sola por algum companheiro da equipa ou a si mesmo antes que ela chegue na linha central (segunda intenção ofensiva). Somente 1 ponto é marcado se o defensor para (amortece) a bola com a sola antes do atacante.

A bola bate na tabela e volta, sem tocar no aro e é apanhada por algum companheiro da equipa com as duas mãos antes de tocar o chão (rebote ofensivo no basquetebol).

3 PTS.

A bola derruba o cone ou entra na baliza de FooBaSKILL.

A bola entra no cesto.

0 PT.

NENHUM PONTO É ATRIBUÍDO, SE:

- A bola tocar a parte superior da caixa. O jogo continua sem interrupções.

OBSERVAÇÃO:

Por cada autogolo, 1 ponto é atribuído ao oponente.

NENHUM PONTO É ATRIBUÍDO, SE:

- A bola toca no aro durante o lance. O jogo continua sem interrupções.
- A bola toca na parte de trás da tabela, nas bordas ou até mesmo na estrutura que segura o cesto de basquetebol. Uma falta é cometida.
- A bola é agarrada pelo adversário com as duas mãos antes de tocar o chão (rebote defensivo basquetebol). O jogo continua.

APÓS UM PONTO SER MARCADO:

O primeiro lance é feito o mais rapidamente possível no local onde a bola foi recuperada pelo defensor. O jogador põe a bola no chão com uma mão, no mínimo, e o jogo recomeça com um passe.

RECOMENDAÇÃO:

Para aproveitar ao máximo as propriedades da SKILLTheBall, é importante encher a bola como diz o manual impresso aqui: 0.33-0.36 bar/4.8-5.2 psi. Veja a ilustração à esquerda.