



EL GOALBALL EN LA ESCUELA
**RECURSOS INCLUSIVOS PARA REALIZAR EN
LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA.**



CRE ONCE BARCELONA

Autores: Antonio Blanco Rodríguez/ David Huguet Mora
Especialistas del área de especial dificultad de educación
física.

Ilustraciones: Teresa A. Sabariego Caro/ Antonio Blanco
Rodríguez

R.G.P.I. M-005202 / 2014

CARPETA DE GOALBALL

INTRODUCCIÓN

Este documento tiene como objetivo dar recursos a los maestros de educación física para llevar a cabo, dentro de su programación, un deporte específico: el Goalball.

Este recurso se puede utilizar como una herramienta de sensibilización del alumnado hacia las personas con discapacidad visual en la actividad física, y también, como un contenido más dentro del currículo de educación física, es decir, como cualquier otro deporte.

EL GOALBALL

El Goalball es un deporte colectivo en el que juegan tres jugadores de campo por equipo y consiste en lanzar la pelota rodando por el suelo con la mano en dirección al campo contrario para marcar un gol en la portería. Al mismo tiempo los tres jugadores del otro equipo intentan parar la pelota con cualquier parte del cuerpo como si se fueran porteros de fútbol. Las líneas del campo son táctiles y se juega con los ojos completamente tapados con antifaz visión cero. El tiempo de juego se divide en dos partes de 12 minutos a tiempo parado. Las dimensiones del campo, su estructura y el reglamento se desarrollan más adelante.

OBJETIVOS

- Crear una herramienta educativa que facilite la inclusión de los alumnos con discapacidad visual, mediante la incorporación de un deporte específico como parte del currículo.
- Dar a conocer el Goalball como deporte.
- Desarrollo de diferentes capacidades tanto físicas como sensoriales: el control y dominio espacial y corporal, la fuerza en los lanzamientos, la agilidad en los cambios de posición en defensa, la percepción auditiva, la orientación en el espacio a través del oído y el tacto, el dominio temporal y la capacidad de decisión y concentración
- Dar recursos a los alumnos para desarrollar actitudes de empatía hacia su compañero/a con discapacidad visual al participar en sus mismas condiciones.

CONTENIDO DE LA CARPETA DE GOALBALL

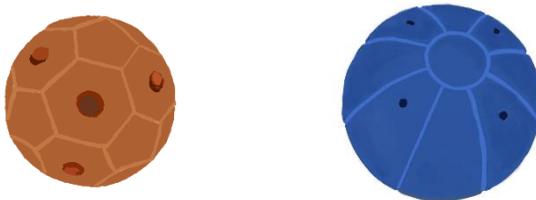
ÍNDICE:

- Consideraciones previas
- Resumen de las normas para aplicarlas en un centro educativo.
- Ficha número 1: la parada
- Ficha número 2: lanzamiento
- Ficha número 3: vamos a jugar
- Ficha número 4: percepción
- Ficha número 5: orientación
- Ficha número 6: lanzamiento
- Ficha número 7: goalball en círculo

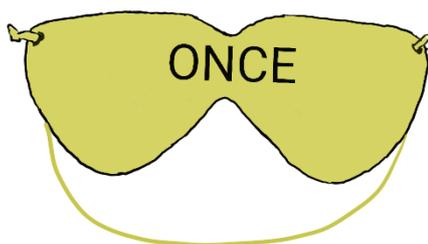
CONSIDERACIONES PREVIAS

Material:

- Pelota: Tenemos dos propuestas de balones para el desarrollo de la actividad. Una para alumnos de primaria y la otra para alumnos de secundaria.



- Antifaces: Se pueden fabricar unos de cartón como en el dibujo o pañuelos o antifaces de cualquier tipo:



- Protecciones: En las competiciones oficiales se llevan protecciones en diversas partes del cuerpo, pero en los centros escolares se podrá realizar la actividad sin protecciones, siendo importante que los jugadores no lancen demasiado fuerte para que sea una actividad segura.

Aspectos relativos a la seguridad:

- Elementos peligrosos: No colocar las posiciones de los alumnos cerca de columnas, paredes u otros elementos con los que el alumnado pudieran chocar en el transcurso del partido.

GOALBALL

RESUMEN DE LAS NORMAS PARA UN CENTRO EDUCATIVO

- Se juega en el suelo de un gimnasio, dentro de un campo rectangular de 18 por 9 metros y una portería en cada extremo.
- El rectángulo de juego se divide en tres zonas: zona de defensa, zona de lanzamiento y la zona neutral (ver gráfico del campo).
- Las porterías tienen un tamaño de 9 metros de largo por 1,30 metros de altura. Para el desarrollo de esta actividad en un centro escolar no son necesarias las porterías y se pueden colocar conos.
- Todas las líneas tienen relieve para que los jugadores se orienten. Para hacer una actividad en un centro educativo no hace falta que marquemos todas las líneas del campo, tan solo colocaremos las líneas táctiles que indicamos en negrita en el gráfico siguiente:

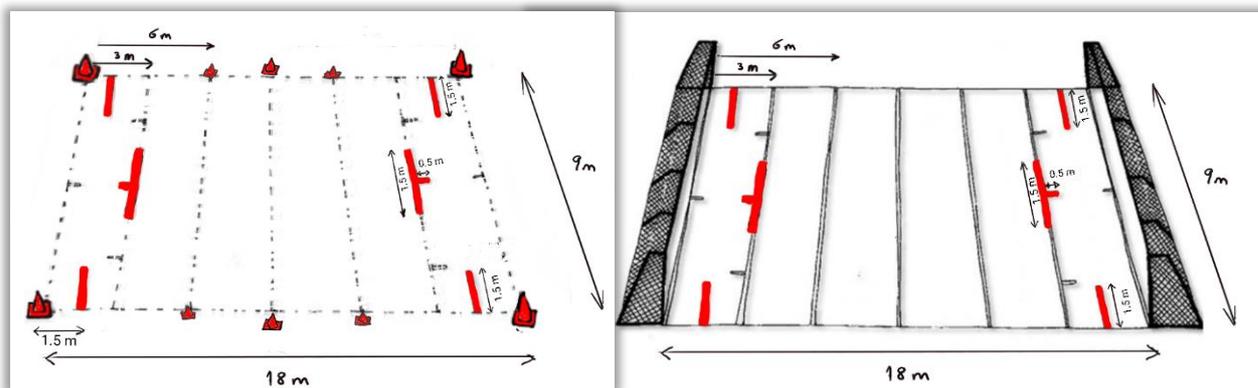
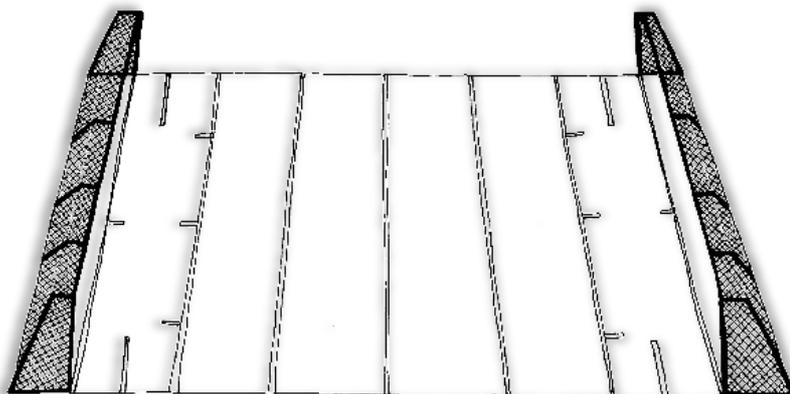
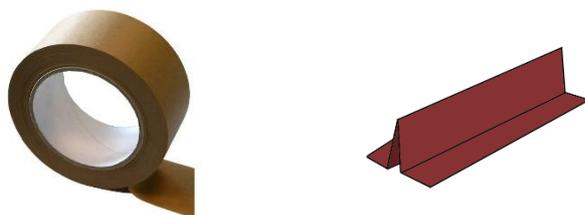
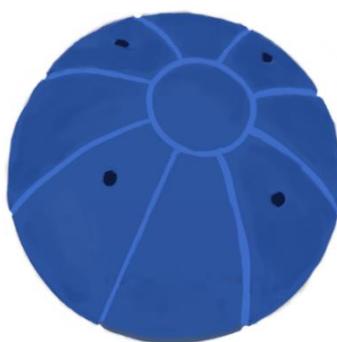


Ilustración: se ve en primer término el campo de goalball con y sin medidas y sobre estas líneas las marcas y materiales que se pueden utilizar en los centros educativos.

Para marcar las líneas utilizaremos un precinto o cinta americana de 5 cm de ancho y lo enganchamos en el suelo realizando un pliegue. De esta manera tendremos una línea táctil sencilla:

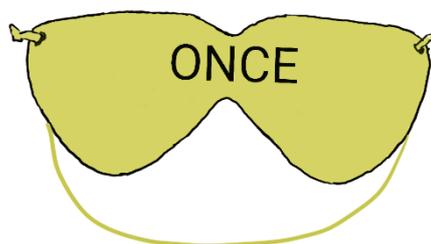


- Para jugar se utiliza un balón de 1,25 kg con cascabeles en su interior.



El juego consiste en que cada equipo debe intentar que la pelota ruede hasta el campo contrario y cruce la línea de gol, el otro equipo debe impedirlo.

- La duración de un partido es de dos partes de doce minutos, aunque en la escuela podemos reducirlo para facilitar la participación de todo el alumnado en una sesión de EF. Sugerimos 5 minutos por parte.
- Todos los jugadores utilizarán antifaces para igualar la visión de los deportistas ciegos.



- Durante el juego se pueden producir una serie de infracciones, que se castigarán con la pérdida del balón, o bien faltas, que se sancionarán con un lanzamiento de penalti.

INFRACCIONES

Son las faltas más leves:

- Tiro prematuro: cuando un jugador lanza el balón antes del aviso del profesor.

- Pase fuera: cuando al hacer un pase entre jugadores de un mismo equipo, esta sale del campo por uno de los laterales.
- Balón pasado: cuando un defensor bloquea la pelota y esta sale rebotada más allá de la línea central.
- Pelota muerta: si el balón se queda inmóvil antes de tocar a un defensor

SE SANCIONA CON UNA PÉRDIDA DE PELOTA DEL EQUIPO INFRACOR

FALTAS PERSONALES

Son las que hace un jugador determinado:

- Pelota alta: al realizar un lanzamiento, el balón debe tocar el suelo antes de la línea de 6 metros o en la misma línea.
- Pelota larga: Una vez realizado el lanzamiento y el balón ha tocado el suelo correctamente el segundo bote tiene que ser antes de la línea de 6 metros del equipo contrario.
- Pelota corta: si después del lanzamiento, el balón se queda inmóvil fuera del alcance del equipo defensor.
- Antifaces: un jugador no podrá tocar su antifaz sin permiso del árbitro.
- Tercer lanzamiento: un jugador podrá efectuar sólo dos lanzamientos consecutivos.
- Defensa antirreglamentaria: un jugador defensivo debe realizar la parada del balón por detrás de la línea de 6 metros.
- Retraso del juego: Cuando un jugador no está preparado para comenzar o necesita ser reorientado durante el juego.
- Conducta antideportiva.

SE SANCIONA CON UN PENALTI PERSONAL DEL JUGADOR INFRACOR.

PENALTI: EL JUGADOR INFRACOR DEFIENDE TODA LA PORTERÍA EL SOLO. LANZA UN JUGADOR DEL OTRO EQUIPO Y CON EL TIEMPO PARADO.

FALTAS DE EQUIPO

Son las que no se pueden atribuir a un solo jugador:

- **Diez segundos:** un equipo dispone de diez segundos para efectuar el lanzamiento.
- **Instrucciones antirreglamentarias:** cuando una persona da instrucciones desde el banquillo a los jugadores que están en juego, fuera de los tiempos muertos.
- **Retraso del juego:** cuando el equipo no está preparado para iniciar el juego o para cualquier acción que impida que continúe el partido.

SE SANCIONA CON UN PENALTI. LO PARA EL JUGADOR DE CAMPO QUE DECIDE EL ENTRENADOR DEL EQUIPO CONTRARIO.

ARBITRAJE DEL PROFESOR

Durante las sesiones recomendamos:

El profesor dirá en voz alta las faltas cometidas diciendo las palabras:

- El nombre de la infracción y avisar que el balón pasa al otro equipo.
- El nombre de la falta y el jugador que defenderá la portería.
- ¡Fuera! : Cuando la pelota sale por el lateral del campo.
- ¡Parada y fuera! : Cuando un defensor toca la pelota y esta sale fuera.
- ¡Juega! : Para reiniciar el juego después de que el tiempo esté parado o una salida de balón por el lateral (fuera), o un gol.
- ¡Gol! : Cuando la pelota pasa totalmente la línea de portería.

En competición se arbitraré utilizando las palabras en inglés y con el apoyo de un silbato. Existe una normativa específica, que no cabe aplicar en la escuela.

FORMA DE DAR EL BALÓN A LOS PARTICIPANTES

Cuando un balón sale fuera el profesor o los ayudantes tienen que devolver el balón dentro del campo para que se vuelva a iniciar el juego. La manera de realizar el pase tiene que ser: Se pasa el balón con las dos manos dejándolo botar a unos 75 cm del jugador más cercano, suave para que después siga rodando hacia el jugador/a que lo va a recoger.



Ficha 1: Técnica de parada

En la práctica escolar aconsejamos que el alumnado juegue de forma perceptiva, es decir, a adivinar hacia dónde va la pelota recogéndola con las manos y sin lanzarse al suelo.

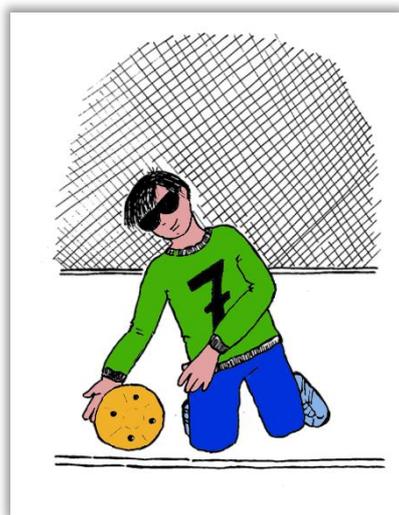


Ilustración : se ve la posición de parada que se puede adoptar para aumentar la seguridad.

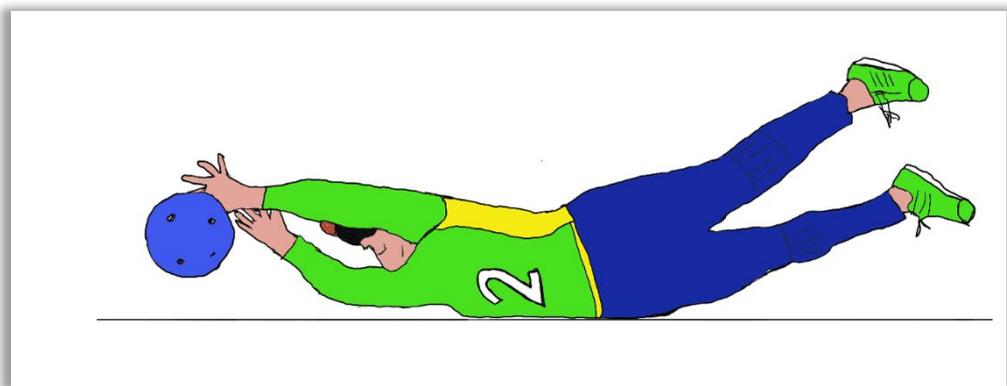
En cambio, si queremos realizar una aproximación a la técnica en situación competitiva los jugadores llevan protecciones: rodilleras, coderas, cuquillera y petos y adoptan unas posiciones óptimas que resumimos a continuación:

Posición inicial:

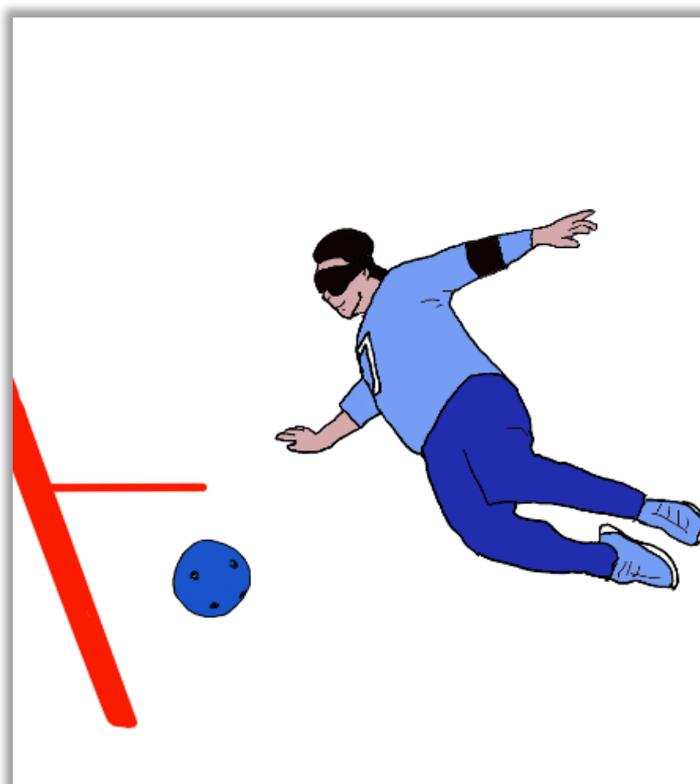


Ilustración : se ve la posición inicial de espera de un deportista en defensa.

Parada de manos a un lado:



Parada de piernas al otro lado



Posición final:

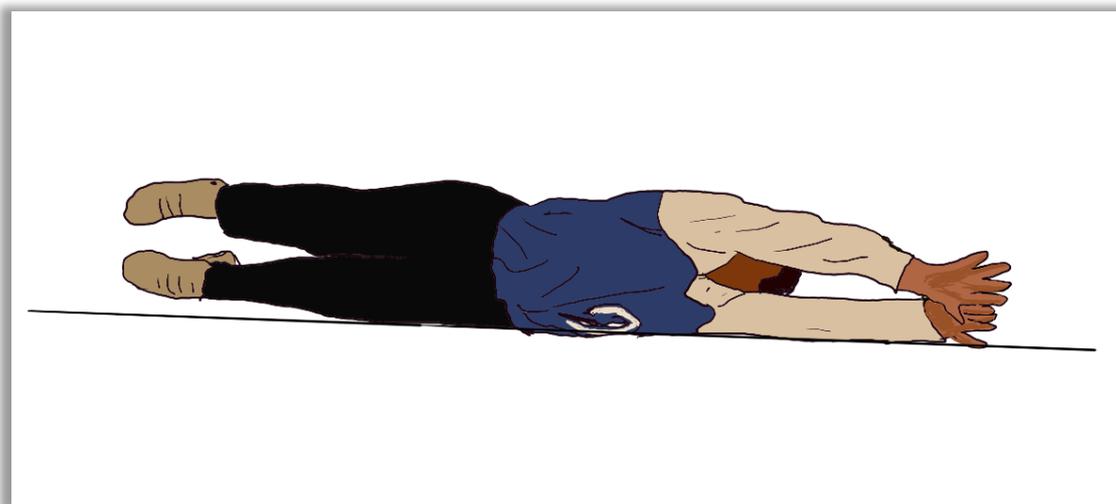


Ilustración : se ve la posición de un jugador en la parada con los brazos y piernas extendidos y la cabeza retrasada tras los brazos para protegerla mejor.

Con la práctica de esta técnica de goalball desarrollamos la percepción cinestésica del propio cuerpo.

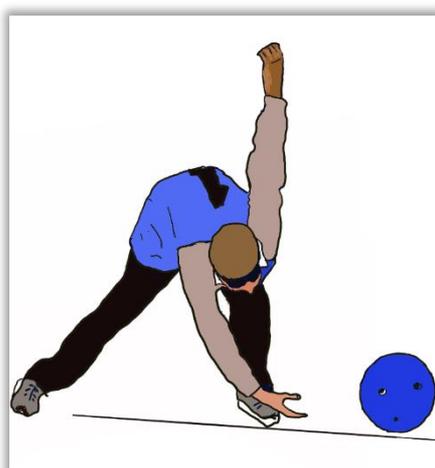
FICHA 2: EL LANZAMIENTO

En competición se puede hacer una pequeña carrera y lanzar antes de la línea de pelota larga (6 m). Estos jugadores saben volver a su lugar con rapidez y precisión. En situación escolar, como taller, y en la iniciación, aconsejamos lanzar de pie y de parado, en la posición del dibujo.

- Preparación para lanzar:



- Lanzamiento rodando por el suelo:



FICHA 3: ¡Vamos a Jugar!

Se inicia con tres jugadores por equipo colocados en las líneas de situación. La posición inicial para esperar el balón es libre, pero la que se muestra en el dibujo se adecúa para la iniciación al goalball.

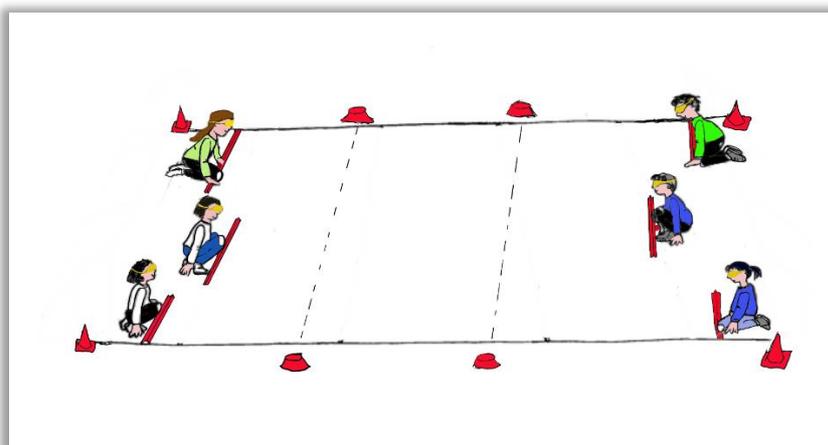


Ilustración : se ve la posición de los dos equipos en el campo de goalball, tres jugadores a cada lado del campo preparados para iniciar el juego.

Se le da la pelota a uno de los dos equipos que puede iniciar el primer lanzamiento raso hacia el otro campo, con el objetivo de que la pelota pase a los jugadores contrarios y entre en la portería

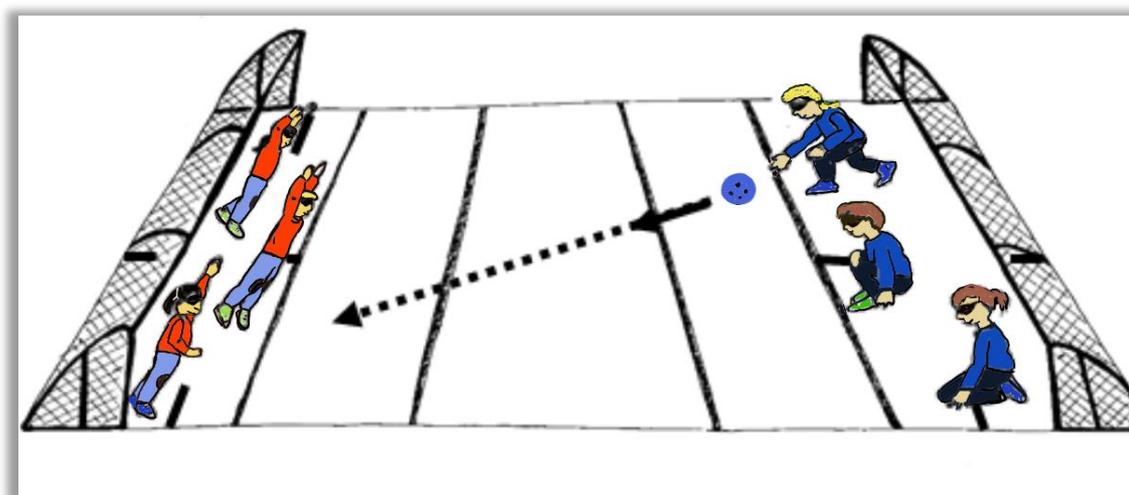


Ilustración : se ve a una jugadora del equipo de la derecha lanzando y a los jugadores del equipo contrario de la derecha en posición de parada estirados.

El otro equipo debe percibir el balón auditivamente e intentar pararla con la técnica que luego describiremos. Una vez parada la pelota, el jugador puede lanzar la pelota hacia el otro equipo según la técnica atacante que ya hemos descrito. Así sucesivamente, hasta que el balón entre en la portería o se realice una acción contra el reglamento especificado en el resumen anterior.

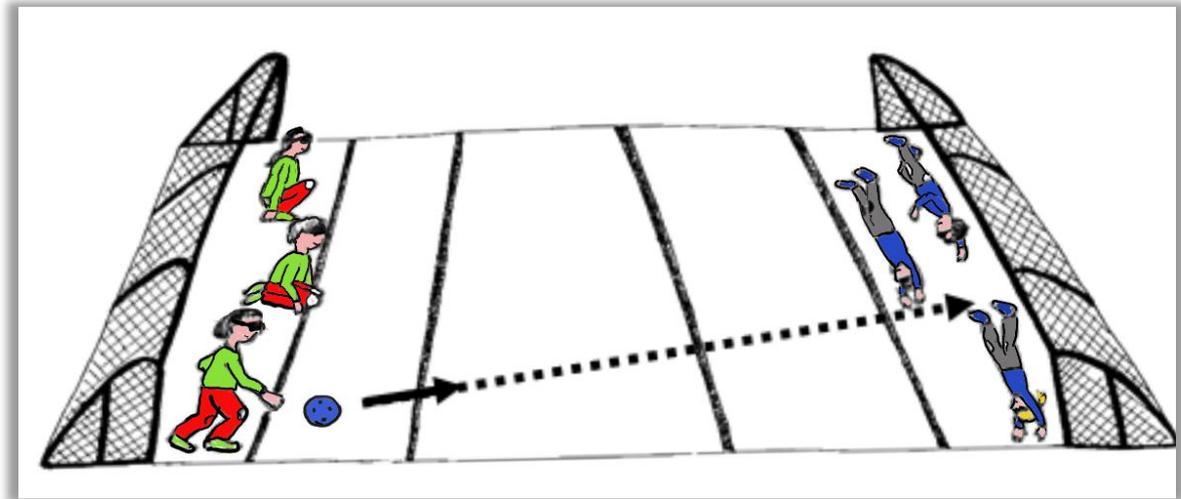


Ilustración : se ve a una jugadora del equipo de la izquierda lanzando y a los 3 jugadores del equipo contrario estirados en posición de parada en el suelo.

CÓMO ORGANIZAMOS LA ACTIVIDAD:

Supongamos que tenemos una clase de 24 alumnos. Los dividimos en 4 grupos de 6 alumnos: Grupo 1, Grupo 2, Grupo 3, Grupo 4.

Asignamos a cada grupo una posición para que todos tengamos una tarea dentro de la actividad:

- Grupo 1: Juegan un partido tres contra tres.
- Grupo 2: Hacen de espectadores en un lateral del campo. Tarea importante para que los alumnos tomen conciencia de la necesidad de que haya silencio para jugar.
- Grupo 3: También hacen de espectadores en un lateral del campo.
- Grupo 4: Detrás de las porterías para recoger y dar a los jugadores las pelotas que salen del campo (el grupo se divide en dos).

Juegan 10 minutos cada grupo y se hace una rotación cada vez para que todos pasen por todas las posiciones.

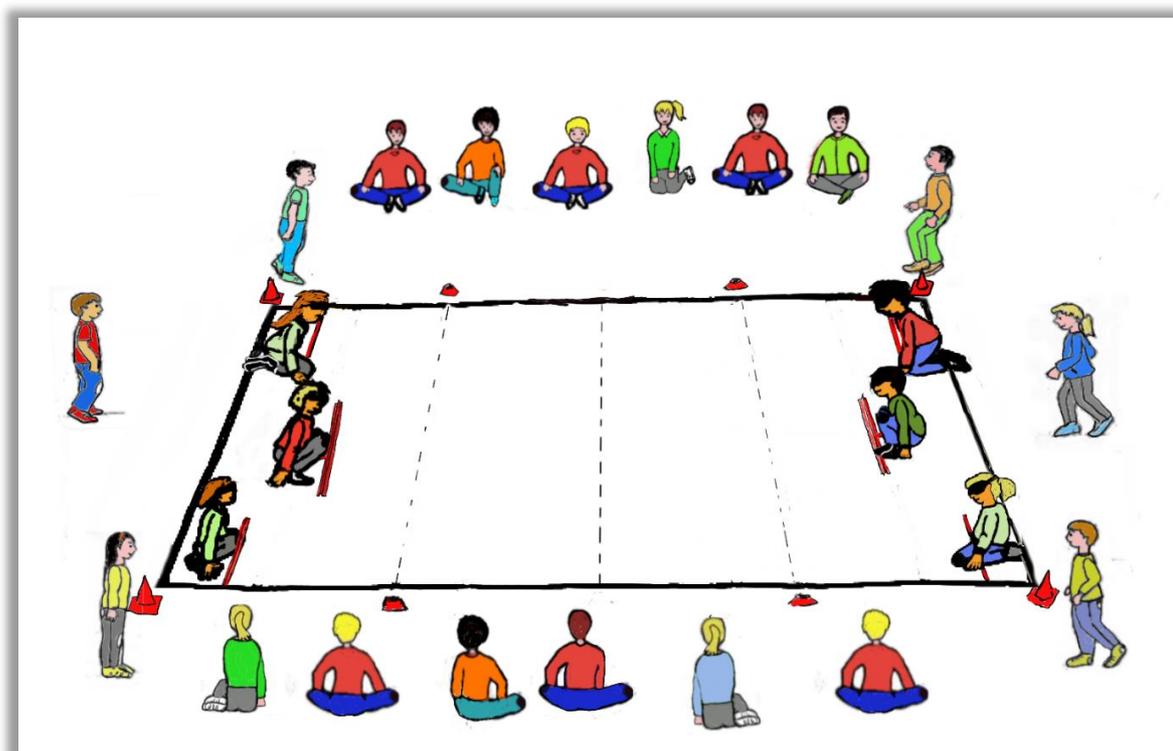


Ilustración : se ve la posición aconsejada de un grupo clase en una situación de juegos con asignación de tareas: un grupo jugando, otro ayudando detrás de las porterías y dos grupos como espectadores.

FICHA 4: GOALBALL PERCEPCIÓN

- Seis jugadores se colocan uno tras otro formando una hilera cogidos por los hombros en un lado del campo. Al otro lado se coloca el profesor u otro alumno.
- El profesor, o un alumno, realizan tiros suaves.
- Los jugadores se desplazan lateralmente, intentando que el balón pase entre medio de las piernas de todos los componentes. En cada turno el primer jugador pasa a ser el último de la fila.

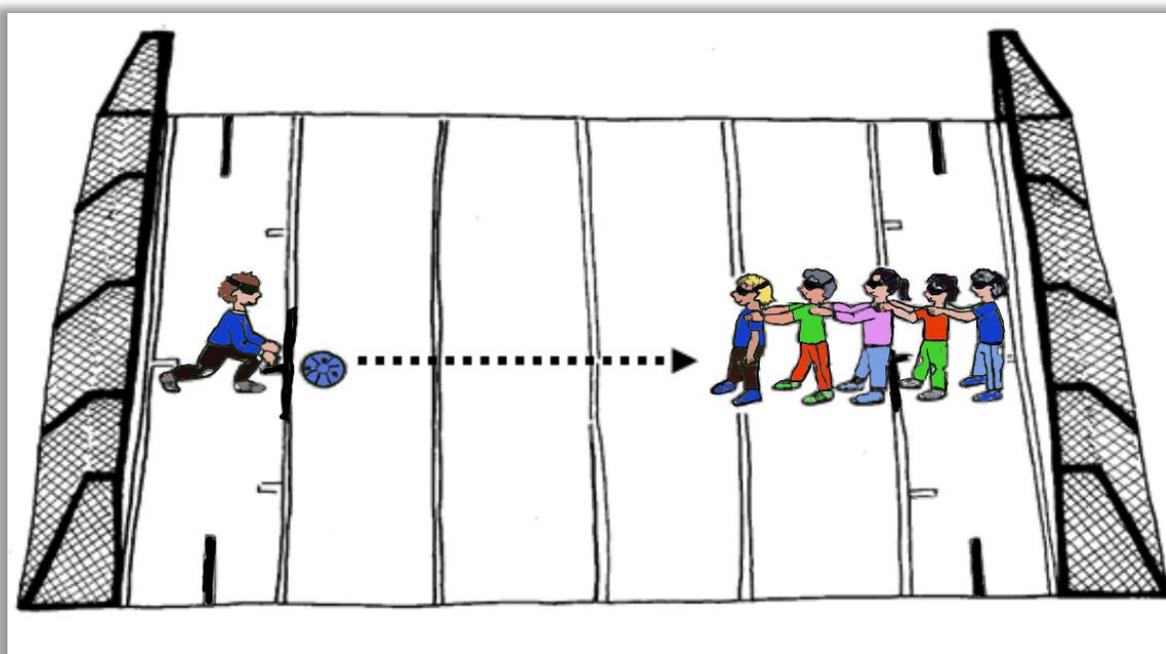


Ilustración : se ve a la derecha un grupo de alumnos con las manos en los hombros y piernas separadas mientras otro jugador, situado en el campo contrario, lanza la pelota con la intención de que pase entre las piernas del grupo.

FICHA 5: GOALBALL ORIENTACIÓN

- Los jugadores se colocan fuera del campo, en una esquina. En el dibujo se representa el ejercicio en un lado, pero se puede hacer en los dos.
- El jugador, con el antifaz puesto, debe hacer un desplazamiento desde el lateral izquierdo, tocar la línea de posición central, luego el lateral derecho, pasar por la línea del centro del trasero y terminó en el lateral izquierdo donde ha comenzado. Se pueden variar los recorridos tantas veces como se quiera. Los jugadores participan de uno en uno por seguridad, más adelante se pueden hacer ejercicios grupales de orientación, pero es mejor empezar individualmente.

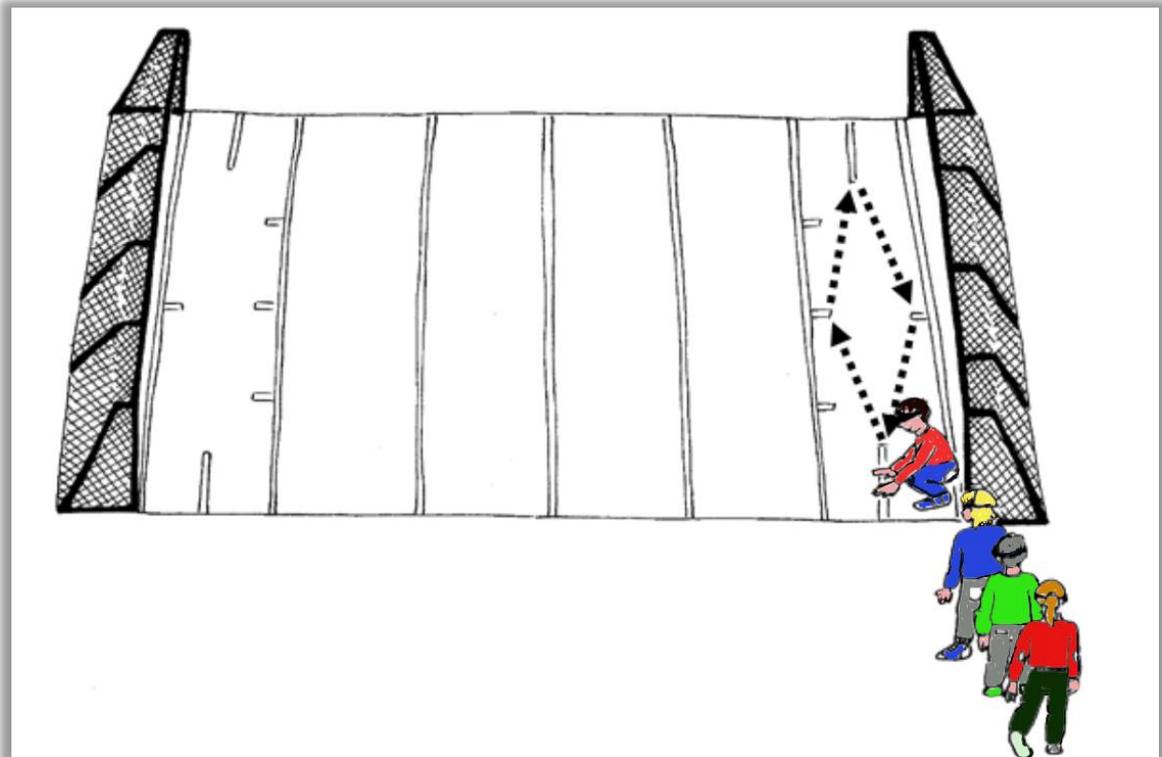


Ilustración : se ve a un jugador en la posición inicial en cuclillas para orientarse y la trayectoria que tiene que intentar hacer mientras el resto de compañeros esperan su turno.

FICHA 6: Juego de LANZAMIENTO

De tres a cinco jugadores en cada lado del campo con los antifaces y cada equipo con balones.

- Cada jugador lanza la pelota con los antifaces puestos, pero se lo quita después de tirar para poder recoger la pelota del otro lado y no chocar con los compañeros. La pelota se lanza tal y como marca el reglamento y el objetivo es darle en las piernas al profesor, que estará en medio del campo hablando con el fin de que los jugadores con los antifaces lo puedan localizar. En estos ejercicios trabajamos el lanzamiento y la precisión.



Ilustración : se ve al profesor en el centro diciendo "Aquí" y a todos los jugadores lanzándole rodando pelotas de goalball.

FICHA 7: GOALBALL EN CÍRCULO

DESCRIPCIÓN DEL JUEGO:

- Todos los niños en círculo con los antifaces puestos.
- Cada niño tiene las piernas abiertas como si fueran una portería.
- Los pies de los niños/as están en contacto a derecha e izquierda (pie derecho de un niño con pie izquierdo al lado), por lo que queda un corro lleno de porterías de una manera continua.
- No se pueden doblar las rodillas.
- Inclinandose hacia delante se golpea el balón sonoro con las manos que debe rodar siempre por el suelo.
- El objetivo es marcar gol en cualquiera de las porterías de los otros niños/as excepto la de al lado.
- La primera vez que el balón te pasa por debajo de las piernas, juegas sólo con una mano.
- Si te vuelve a pasar, das la vuelta y juegas de espaldas.
- Si te pasa una vez más, das la vuelta y con las piernas abiertas no puedes defender ni atacar. Si alguien te marca vuelves a jugar desde el principio.
- Hay muchas variantes.

ATENCIÓN:

- Es muy importante no levantar la pelota del suelo para que no le dé en la cara de Eva, ya que de este modo no podría pararla.



Ilustración : se ve a los alumnos en círculo con las piernas abiertas y jugando con la pelota de cascabeles.