

LA INDIACA

HISTORIA

La Indíaca tiene su origen en Sudamérica, concretamente en Brasil, donde goza de gran popularidad, y que allí llaman "Peteka". Aunque como ocurre en los juegos populares, es muy difícil averiguar con precisión su primitivo origen, por falta de datos, bibliografía, etc., o bien porque juegos parecidos o similares fueron practicados por distintas culturas y pueblos lejanos, así un juego de similares características lo practicaban antiguamente los Chinos, los Coreanos, y también en el continente americano los Incas. En Europa la Indíaca entró por Alemania, cuando en 1936 un profesor de educación física germano llamado Kal Hans Krohn la importó del Brasil, a raíz de esto se comenzó a jugar por todo el viejo continente, llegando hace poco tiempo a nuestro país -España-, como un recurso didáctico, como un juego-deporte diferente, de múltiples posibilidades físicas, educativas y de ocio, capaz de ofrecernos una alternativa, tanto en recreación, en mantenimiento físico, como en los programas escolares de educación física.

Los indígenas brasileños utilizaban una Indíaca original construida con un saquito de cuero relleno de tierra, arena o harina, al que unían unas plumas que pegaban con barro, sujetándolas al saquito con un acuerdo. Con el paso del tiempo, como toda actividad humana va evolucionando, ganando adeptos y practicándose en otras latitudes, en otras sociedades más industrializadas, por lo que en la actualidad nos encontramos con múltiples modelos, unos han cambiado el saquito de cuero por la goma-espuma de diferentes densidades y pesos, para utilizarla con distintos fines, recreativo, competitivo, escolar, etc. Otros siguen fabricando Indíacas con cuero o una piel similar, con plumas artificiales o naturales.

La Indíaca como muchos otros juegos y actividades físicas, nació y creció como juego popular, una diversión en la calle, para jugar y recrearse el pueblo, pero a través del tiempo fue evolucionando, se delimitaron sus reglas: campo de juego, material, reglamento, etc., a la diversión se le sumó la competitividad y todo ello contribuyó a desembocar en un deporte, con sus técnicas, tácticas, reglamento, competición, clubes y asociaciones.

DESARROLLO DEL JUEGO

El juego consiste básicamente en lanzar la Indíaca golpeándola con la mano, y pasándola por encima de la red central del terreno de juego, que caiga al suelo dentro de los límites del campo contrario antes de que el jugador adversario pueda golpearla y devolverla a nuestro campo.

Se coge la Indíaca con la mano izquierda (caso de que seamos diestros) un poco por debajo de la cadera derecha, con las plumas apuntando en la dirección que deseamos que vuele. El tronco flexionado hacia delante, con el pie contrario a la mano

de golpeo adelantado, quedando el pie del mismo lado de la mano que golpea un poco retrasado. El brazo de golpeo, se extiende atrás y arriba, e inmediatamente hacia delante deshaciendo el movimiento anterior, y con la palma de la mano abierta y mirando hacia arriba para golpear la base de la Indiaca, en el momento del golpeo la mano que sujeta la Indiaca la suelta.

Si la Indiaca pasa al campo contrario y los adversarios no logran devolverla, es decir cae al suelo, nos anotamos un punto. Si por el contrario la Indiaca no llega al otro campo o golpea en la red perderemos el saque, o un punto si es en sucesivas jugadas.

Los toques los denominaremos "devoluciones" y podrán hacerse con una o dos manos, de izquierda o derecha, por abajo y arriba, sin restricciones.

En el desarrollo del juego se utilizan gran riqueza de movimientos, lo que propicia toques o golpes suaves y fuertes, frecuentes cambios de posiciones en el campo, tácticas de ataque u ofensivas con rápidas subidas a la red, dejadas dejando la Indiaca muerta cerca de la red en el campo contrario, devoluciones flotantes, etc.,

VARIANTES DEL JUEGO

Una peculiaridad muy positiva de este juego deportivo es sin duda la gran facilidad de adaptarlo a nuestras necesidades pedagógicas, a nuestros objetivos recreativos o educativos, en definitiva a nuestra realidad educativa, a nuestros alumnos / as. Esto se consigue fácilmente con la Indiaca pues se puede jugar utilizando diferentes variantes, como por ejemplo:

- En cuanto a zonas de golpeo:
 - Con las manos
 - Con manos, brazos y antebrazos; piernas y pies.
 - Con todas las partes del cuerpo: cabeza, hombros, tronco...
 - Con una pala, raqueta o similares.

- En cuanto a modos de juego:
 - Individuales
 - Dobles
 - Tríos
 - Equipos (cuatro, cinco o seis jugadores)
 - Cualquiera de estas opciones mixta.

- En cuanto al número de toques
 - Un toque obligatorio en individuales, dobles y tríos.

- Por equipos podemos adaptar el juego según el número de jugadores, 4 ó 5, por ejemplo dos toques por equipo.
- En equipos de seis, nos adaptaremos al sistema del voleibol, permitiendo tres toques por equipo.

EL CAMPO DE JUEGO

La pista o campo de juego es un terreno llano, de forma rectangular y dividido en dos partes iguales por una red central.

Sus medidas pueden variar de 10 a 18m de largo por 4,5 a 9 m de ancho, delimitado por líneas pintadas o adheridas al suelo. La altura de los postes y la red también es susceptible de variación, pudiendo ir desde postes de 1,85 m de altura hasta los 2,35 m y una red desde 1,83 m a 2,15 m de altura.

Aunque como vemos el campo tiene unas medidas establecidas, podemos utilizar un campo de badminton, incluso variar la altura de la red; también podemos jugar en un campo de voleibol, sobre todo si jugamos en equipos de seis jugadores.

La Peteka o Indiaca brasileña, se juega en otro tipo de terreno o campo de juego, cuyas dimensiones son de 25 m de longitud por 5 m de ancho y como especial nota de distinción tiene dos redes de 1.60 m de altura y separadas entre sí 1,50 m ambas dividiendo el terreno de juego en dos partes iguales.

REGLAMENTO

- **Sorteo de campo y saque:** iniciaremos el encuentro sorteando primero que jugador o equipo saca primero, y lo haremos lanzando una moneda al aire. El jugador o equipo que gana el sorteo puede elegir el saque o el campo.

- **El saque:** el juego comienza con el saque de uno de los jugadores, que obligatoriamente se realiza extendiendo el brazo ejecutor desde atrás hacia delante golpeando la Indiaca obligatoriamente por debajo de la cadera, en un golpe de abajo hacia arriba, para pasarla por encima de la red, dentro de los límites del campo contrario.

En el comienzo de cada set deberá sacar el jugador o el equipo que no lo hizo en el anterior set. En el último set, cuando se alcanza el tanteo de 8 puntos se realizara el cambio de campo.

- **Colocación de los jugadores:** cuando se juega por equipos, los jugadores de cada uno de ellos, deberán colocarse formando dos líneas dentro de su campo de juego, la primera llamada "línea de red" situada justo delante de la red y la otra "línea de

base", que se colocara justo detrás de la otra, más cerca de la línea de fondo del campo.

- **El movimiento de los jugadores:** en el transcurso del juego, el jugador o jugadores tendrán libertad absoluta de movimientos por todo el campo de juego, pero en cada inicio de un set o punto, deberán situarse en el lugar donde iniciaron el sistema de movimiento de rotación que se emplea en el voleibol, siguiendo el sentido de las agujas del reloj. Saca el jugador colocado a la derecha de la línea de fondo.

- **Modo de puntuar:** gana el partido el jugador o equipo que primero llegue a tres sets ganados, disputándose cada set a 15 puntos o tantos, si hay empate a 14 se seguirá jugando hasta que un equipo o jugador gane por una ventaja de dos puntos.

En Alemania algunos clubes de Indíaca utilizan otra modalidad de juego, por tiempo, es decir un partido se disputa durante 20' repartidos en dos tiempos de 10' cada uno, con un descanso intermedio de 5', ganando el encuentro el jugador o equipo que más puntos o tantos sume durante el tiempo que dura el juego.

- **Cómo y cuándo se consigue un punto:** cuando un jugador golpea correctamente la Indíaca y ésta pasa al campo contrario y cae al suelo dentro de las líneas que lo delimitan, o cuando un jugador ha devuelto la Indíaca y el contrario falla el golpeo y no sobrepasa la altura de la red o cae fuera del campo, se consigue un punto. Si el golpeo es de saque y se falla, bien no pasando la red o tirando la Indíaca fuera del campo, se pierde el saque.

- **Cuándo se cometen faltas:**

- Cuando al golpear la Indíaca cae en el propio campo o fuera.
- Cuando pasa por debajo de la red.
- Cuando choca contra la red o los postes y cae al suelo en el mismo campo del jugador que la golpeo o sale fuera del campo.
- Si un jugador toca la red o sobrepasa la línea divisoria del campo.
- Si un jugador toca la Indíaca en el campo contrario.
- Si se golpea o toca la Indíaca dos veces seguidas.
- Cuando se golpea la Indíaca con otra parte del cuerpo que no sea la mano. Se podrá pactar usar otras partes como variante del juego original.

- **No se comete falta:**

- Cuando la Indíaca toca la red y pasa al campo contrario.
- Si tocamos la Indíaca como en el toque de dedos del juego del voleibol.

EL MATERIAL Y TIPOS DE INDIACAS

Existen tres tipos o categorías de indíacas, que son:

- La Indíaca Turnier: es el tipo de Indíaca con el que juegan los profesionales, es por tanto una Indíaca reglamentada para la competición.

Su forma es como una especie de pelota aplanada de unos 70 mm. de diámetro por 20 mm. de grosor, es de goma-espuma prensada recubierta de piel sintética o de cuero. Unido a la especie de pelota o parte inferior de la indíaca están las plumas de colores que tiene una longitud de 20 cm., (tres o cuatro plumas), es la parte superior que va fijada a la inferior por una especie de cuero de plástico o goma, dentro del cual van pegadas las plumas.

- La Indíaca Play: Su parte superior está formada por tres o cuatro plumas, pegadas y sujetas a la parte inferior por una fuerte goma. Esta parte tiene forma de saquito o diábolo y está hecho de goma-espuma, midiendo unos 6 cm. de diámetro por unos 10 cm. de longitud. Es una Indíaca menos pesada que la profesional, siendo su fin principal la recreación, la diversión, por lo que resulta ideal para la iniciación y muy práctica en el campo educativo.
- La Indíaca tenis: Es una variante de las dos modalidades en la que se utilizan para jugar dos raquetas de plástico duro pero muy ligeras, con las que se golpea la Indíaca, teniendo esta modalidad una gran similitud al badminton y un carácter recreativo.

GOLPES BÁSICOS

Cualquier modalidad de Indíaca permite una gran cantidad y variedad de movimientos durante el desarrollo del juego, ya que ofrece muchas posibilidades de golpes, entre los que destacamos:

- Golpes con la mano:
 - Por encima de la cabeza.
 - A la altura del tronco (entre hombros y cadera)
 - Por debajo de la cadera. (el mas importante el saque)
- Golpes con el pie:
 - Con el empeine.
 - Con el interior.
 - Con el exterior.
 - Con el talón.

- Otros golpes:
 - Con la cabeza.
 - Con el codo.
 - Con el antebrazo.
 - Con el muslo.

EL FLOORBALL

Es un juego deportivo de origen sueco, un deporte colectivo muy simple de jugar, lo que permite desde el principio de su práctica una gran participación, teniendo por ello gran aplicación en la escuela, como medio educativo dentro del programa de educación física.

Tiene gran similitud al hokey en sus diversas modalidades. El objetivo del juego es meter un tanto o gol, ganando el equipo que consiga marcar más tantos, sin recibirlos, durante los sesenta minutos que dura el partido.

EL TERRENO DE JUEGO

Es un rectángulo que ha de tener de largo entre 35 a 45 m. por un ancho de 18 a 22 m., con una portería en cada línea de fondo, cuyas medidas serán de 160 cm. de ancha por 115 cm. de alta y 65 cm. de profundidad. El terreno esta rodeado por un bordillo o pared de 50 cm. de altura con el que se puede jugar.

El área de portería estará pintada de color naranja y debe medir 5 m. de ancho por 4 m. de larga desde el límite trasero de la portería. Se ha de pintar una línea de gol entre los postes, y desde ella tiene que haber 3 m. a la línea del área de portería que será la llamada zona de gol.

El campo de juego puede ser cubierto o al aire libre, pudiendo ser su superficie de material sintético o de madera, en las salas cubiertas, y de cemento o asfalto al aire libre.

MATERIAL Y EQUIPAMIENTO

Para practicar el floorball serán necesarios unos palos o sticks y una bola o pastilla (en terrenos muy pulidos). Los sticks son de plástico duro, fuertes pero elásticos y ligeros. El mango o mástil ha de ser redondo y su longitud no debe sobrepasar los 95cm. y su diámetro es de 3,5 cm. La hoja no debe ser afilada y su gancho no debe sobrepasar los 35 cm. de largo. Tiene un peso de 380 grs.

Esta prohibido reforzar el stick, o jugar con uno más largo de la medida reglamentada, así como jugar con un gancho demasiado ancho.

La bola puede ser blanda, para los más pequeños, y dura para un juego más rápido y para las competiciones. Ha de ser redonda, blanca y de plástico. Pesa 23 gr. y tiene un diámetro de 72 mm., es hueca y tiene 26 agujeros.

EQUIPOS Y NÚMERO DE JUGADORES

A cada equipo se le permite utilizar como mínimo 17 jugadores por partido, de los que 6 pueden estar sobre el terreno de juego al mismo tiempo. Cuando el árbitro pite el comienzo del juego deberá haber un mínimo de cinco jugadores de cada equipo sobre el terreno de juego.

Cada equipo estará compuesto por 5 jugadores de campo y 1 portero. Los jugadores de campo jugaran con stick, mientras que el portero lo hará sin él, y no podrá salir de la zona de gol, pero le está permitido tocar sujetar, patear, lanzar y dirigir la bola con cualquier parte del cuerpo. Si el portero coge la bola deberá jugarla en tres segundos, además cuando saque la bola, esta deberá tocar el suelo, el borde del campo o a algún jugador antes de pasar la línea central del campo. Además deberá colocar la portería en su sitio cuando se mueva. Se le permite usar casco y careta, guantes y rodilleras. Si durante el partido un equipo se queda con menos de 4 jugadores (tres jugadores de campo y el portero, o cuatro jugadores de campo) bien por lesiones o expulsiones, se interrumpe el juego y el equipo pierde con el resultado de la interrupción o de incomparecencia, si es más conveniente para el equipo adversario.

Si el portero no cumple la regla de los tres segundos, el equipo contrario tendrá un lanzamiento libre (stroke free) desde la línea del área de gol, justo enfrente de la portería.

Cambios o sustituciones de jugadores: se puede sustituir a un jugador por otro en cualquier momento (pudiendo cambiar también al portero), y sin limitaciones de veces durante el partido, teniendo que dejar el terreno el jugador reemplazado antes de que su sustituto entre en el campo.

Duración del partido: el encuentro o partido tiene una duración de tres tiempos de 20', con un descanso de 5' entre cada tiempo, en cada cual se cambia de campo. Se inicia el partido colocando la bola en el centro del campo y sacando hacia delante. Se interrumpe el tiempo o se para el cronómetro en las siguientes circunstancias, pelota rota, lesión, al marcar un gol, cuando se lanza un penalti. Cuando se detiene el juego, se vuelve a jugar haciendo un saque neutral en el lugar donde estaba la bola cuando se paró el juego, entre dos jugadores uno de cada equipo, colocando la bola en medio de dos sticks paralelos cuyas hojas o ganchos deben apuntar en dirección de ataque, no pudiendo tocarla hasta la señal del árbitro, los demás jugadores se colocarán al menos a 3 m. de la bola, no pudiendo resultar este saque en gol directo, a esto se le llama **Face Off**.

REGLAMENTO

Algunas de las normas reglamentarias del Floorball ya han sido comentadas en los apartados anteriores, tales como el número de jugadores que forman un equipo y cuantos saltan a la cancha de juego, funciones y prohibiciones del portero, sustituciones, duración del partido, etc., y que ahora completaremos.

- **Saque inicial (STROKE IN):** para dar comienzo al partido el árbitro deja caer la bola entre dos jugadores -uno de cada equipo- dispuestos a tomar posesión de la misma con los sticks preparados para ello, los demás jugadores deben estar a un mínimo de tres metros.
- **Saque de falta o lanzamiento libre (STROKE FREE):** se debe efectuar en el lugar donde ha ocurrido la falta no pudiendo dirigir la bola directamente a gol - a portería-, los adversarios no pueden encontrarse a menos de 3 m. del jugador que saque la falta, no pudiendo nunca la bola estar a menos de 3 m. de la portería, el que saca no puede tocar la bola hasta que la haya jugado otro jugador. Si la falta ocurre detrás de la prolongación de la línea de gol, la falta se saca en esa línea.
- **El penalti (PENALTI STROKE):** se ejecutara desde un punto situado a 7 m. de la línea de gol, golpeando la bola hacia delante; mientras se lanza el penalti los demás jugadores han de situarse fuera del terreno de juego. Puede ocurrir que la bola entre directamente en la portería traspasando la línea de gol, lo que nos daría un gol, y se tendría que sacar en el medio del campo - stroke off- pudiendo jugar la bola en ambas direcciones. Pero si el lanzamiento de penalti no es transformado en gol, el stroke off se efectuaría a 3 m. de la portería en la prolongación de la línea de gol, no pudiendo lanzar directamente a puerta.
- **El gol:** un gol es marcado cuando toda la bola cruza la línea de gol (bajo la portería). El gol no puede ser marcado de Face off, de stroke in o inmediatamente del saque de portería. Tampoco es aceptado el gol si un jugador dirige o patea la bola hacia la portería con su cuerpo o pie. Si la bola da en el larguero o en el poste y luego en el portero y entra en la portería, durante el lanzamiento de un penalti, es gol.

No se acepta un gol si un jugador atacante ha movido la portería de su posición y la bola entra en ella. Pero si el que mueve la portería es un jugador defensor, si entra la bola y cruza la línea de gol, es aceptado el gol.

- **Saque después de marcar un gol (STROKE OFF):** después de marcar un gol se hace el saque desde el centro del campo o stroke off, pudiendo jugar la bola en ambas direcciones. Los jugadores de cada equipo deben estar en sus respectivos terrenos, estando el equipo adversario al que saca a no menos de 3

m. de distancia de la bola, el jugador que saca no puede volver a jugar o tocar la bola hasta que esta haya sido jugada por otro jugador. Como dijimos anteriormente, si se falla un lanzamiento de penalti, el stroke off se sacara a 3 m. de la portería en la prolongación de la línea de gol. El stroke off no se puede lanzar directamente a gol.

- **La zona de gol:** es una zona en la que sólo puede estar el portero, no pudiendo entrar en ella ningún jugador de campo con stick. Si algún jugador entra en ella el árbitro sancionará con lanzamiento libre -stroke free- si es un atacante, y con penalti cuando entra un defensor.
- **La prórroga del partido:** si un partido termina en empate y tiene que haber un ganador (caso de una final o una clasificación), se prolongará hasta un máximo de 15 minutos, después del tiempo real reglamentario de partido, en caso de que persista el empate, se efectuarán lanzamientos de penaltis de la forma siguiente, cada equipo lanza cinco penaltis, uno tras otro. Si el partido sigue sin resolverse, cada equipo lanzará un penalti alternativamente hasta que se logre el desempate.
- **Suspensiones y penalizaciones:** un jugador suspendido ha de retirarse del terreno de juego, al banquillo.

El árbitro puede ordenar suspensiones por:

▪ Pequeñas infracciones	___	2' de penalización de equipo
▪ Grandes ofensas o pequeñas pero repetidas	---	5' de penalización de equipo
▪ Mala conducta	---	5' de penalización personal mas 2' de penalización de equipo
▪ Repetida mala conducta	---	5' de penalización de equipo o penalización de partido
▪ Infracciones muy serias	---	5' de penalización de equipo o penalización de partido
▪ Abuso	---	5' de penalización de equipo o penalización de partido

Penalización personal: el jugador suspendido puede ser reemplazado por otro.

Penalización de equipo: el jugador suspendido no puede ser reemplazado.

Penalización de partido: jugador suspendido o expulsado para lo que queda de partido.

- **Prohibiciones:**

Son infracciones y, por tanto, quedan prohibidas, y si se hacen son castigadas con lanzamiento libre o stroke free las siguientes acciones:

- Levantar el stick por encima de la rodilla, para atrapar una bola o tratar de jugarla.
- Parar la bola con la cabeza o con la mano.
- Pasar la bola con el pie -hacer pases-.
- Meter una parte del cuerpo en la zona o área de gol, si es un atacante.
- Jugar la bola desde tumbados en el suelo.
- Empujar al adversario.
- Trabrar e inmovilizar el stick del adversario.
- Si cuando se golpea la bola, la hoja del stick se mueve por encima de la cabeza, en dirección hacia delante.
- Jugar la bola con el pie mas de una vez seguidas.
- Golpear el stick del adversario con el nuestro y levantarlo.

Queda prohibido y son **infracciones más graves**, siendo castigada con penalti las siguientes acciones:

- Golpear con el stick a un jugador adversario, o atacarlo violentamente, juego peligroso.
 - Meter el stick entre las piernas del adversario, o ponerle zancadillas.
 - Entrar o meter el cuerpo en la zona de gol, si es un defensor.
 - Si movemos nuestra propia portería para evitar un gol.
 - Lanzar el stick durante el juego.
 - Insultar a los oponentes o a los árbitros.
- **Esta permitido:**
 - Golpear y dirigir la bola con ambos lados del stick.
 - Parar la bola con el pie, stick y pecho.
 - Dirigir la bola con el pie hacia el propio stick.
 - Jugar con el bordillo del terreno de juego.
 - Cargar con el hombro al adversario disputándose la bola.
 - Quitarle la bola al adversario.