

## I N D I A C A

<p><b>OBJETIVO</b></p>	<p>Consiste en lanzar la Indiaca (base de goma espuma con cuatro plumas) con la palma de la mano tratando de que ésta caiga al suelo antes de que el jugador o jugadora del otro equipo la devuelva de la misma forma a nuestro campo. Juego similar al voleibol.</p>	
<p><b>TERRENO DE JUEGO</b></p>	<p>El campo oficial para jugar a Indiaca es el de Voleibol, aunque puede adaptarse el de Bádminton.</p>	
<p><b>MATERIAL</b></p> 	<p>Existen varios modelos de Indiaca, destacando el Modelo TOURNIER, es de goma espuma prensada y recubierto de piel. El Modelo PLAY o Escolar, es un diábolo de goma espuma, mas ligera e idónea para la iniciación. La Indiaca se descompone en dos partes: el disco y las plumas, ya que estas pueden ser sustituidas.</p>	
<p><b>NÚMERO DE PARTICIPANTES</b></p>	<p>En la modalidad Indiaca-6. Los equipos los componen 6 jugadores/as que se colocarán, 3 delante, los delanteros y tres detrás, los zagueros, alternando chico-chica.</p>	
<p><b>DESARROLLO DEL JUEGO Y PRINCIPALES REGLAS</b></p>  	<p>3.-El saque se realizará en mano baja y lo efectúa el jugador o jugadora situado como zaguero derecho. Para sacar podrá acercarse lo que quiera a la red, pero manteniéndose detrás del delantero y detrás de la línea de ataque. 4.-Para conseguir puntuar tenemos que haber sacado. En caso contrario recuperaremos el saque, produciéndose en ese momento una rotación del equipo que recupera en la dirección de las agujas del reloj. 5.-Se pueden dar tres toques por equipo antes de pasar al equipo contrario, pero no dos veces seguidas el mismo jugador o jugadora. 6.-El jugador o jugadora nunca puede tocar la red. 7.-La Indiaca puede tocar la red siempre, excepto en el saque. 8.-En el saque no está permitido ni el remate ni el bloqueo. 9.-Podemos golpear la Indiaca con cualquier parte del cuerpo de cintura para arriba. 10.-Si la Indiaca cae sobre las líneas del terreno de juego, el punto es válido. 11.-Utilizaremos el movimiento del Voleibol en el campo, o sea, que los jugadores y jugadoras rotan en el sentido de las agujas del reloj cada vez que se recupera el saque. 12.-Cada set tiene 15 puntos. Al llegar a 8 se cambia de campo, ocupando las mismas posiciones en el terreno de juego. Si hay empate a 14 puntos, ganará el que obtenga 2 puntos de ventaja. Gana el equipo que llegue a tres sets ganados. NOTA: La casi totalidad del reglamento de Voleibol se aplica en el juego de 5 ó 6 jugadores, quiere decir esto, que si existe alguna duda con respecto al juego se puede consultar el reglamento de éste deporte.</p>	
<p><b>VARIANTES</b></p>	<p>Se puede jugar a nivel individual, parejas o equipos de 4, 5 ó 6 participantes Otra modalidad es jugar dos tiempos de 10 minutos cada uno. Existe otra forma de jugar: la Indiaca TENIS, se utilizan unas raquetas de plástico.</p>	



Para más información consultar el libro:  
\* "Educación del Ocio y Tiempo Libre con Actividades Físicas Alternativas".  
Manuel Martínez Gámez. Editorial Esteban Sanz. Madrid, 1995.

**MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ**