

Asociación de Profesorado de Educación Física ADAL



IMPARTIMOS SESIONES DE INNOVACION EDUCATIVA EN EL CENTRO ESCOLAR -Horario escolar y extraescolar-

Estas actividades se presentan tanto para Educación Primaria como Secundaria. El objeto de ellas es presentar al alumnado y profesorado nuevas actividades Emergentes y no convencionales.

El coste de cada actividad será de 3 a 5 €uros por alum@. Existe la posibilidad de becar a alumnado. Los profesores son Licenciados y especialistas en cada Taller. La duración de las sesiones irá de los 45 a los 60 minutos dependiendo de las necesidades del centro (consultar).

TALLER DE SLACKLINE Cinta de equilibrio

Actividad muy motivante. Desestabilizar el esquema de la bipedestación años después de haberlo automatizado, supone un reto para todos los miembros de un grupo. Presentando este problema motor, el grupo aprenderá recíprocamente resolviendo una situación novedosa.
 A partir de 3º de primaria

TALLER DE KUBB O AJEDREZ VIKINGO

Nuestra actividad más inclusiva.

Juego tradicional nórdico colectivo de lanzamientos de precisión y cancha dividida. Una espectacular combinación en la que existe un componente estratégico y táctico que lo hace diferente a todos los juegos tradicionales españoles. A partir de 3º de primaria.

TALLER DE TCHOUKBALL Considerado deporte para la paz.

Juego de cancha compartida y colaboración-oposición. Una modalidad libre de contacto físico, en la cual dos equipos juegan desplazando una pelota mediante tres pases por ataque. La peculiar portería no se defiende, no se interceptan pases... alumnado a partir de 5º y 6º de primaria.

TALLER DE MÖLKKY o

Bolos Finlandeses Es otra de nuestras actividades más inclusivas por tratarse, al igual que el kubb, en un juego de lanzamientos de precisión. En este juego los participantes también desarrollan la inteligencia lógico-matemática al relacionar el tanteo con la táctica.

TALLER DE ROUNDNET

Un nuevo juego de cancha compartida de colaboración oposición que se juega por parejas. Muy sencillo y motivante ideal a partir de 5º y 6º de primaria.

TALLER DE DISCFLECT

Una nueva modalidad de disco volador. Una modalidad de cooperación oposición de precisión. En ella la colaboración es muy importante para conseguir puntuar.

TALLER DE CORNHOLE

La última modalidad de lanzamientos de precisión que conforma el Trilanzatlón. Un espectacular juego de lanzamientos de sacos de maíz que está triunfando en todo el mundo.

TALLER DE TRILANZATLÓN

Una espectacular reto motor de lanzamientos de precisión y estrategia que junta el Kubb, el Mólky y el Cornhole en una experiencia lúdica competitiva muy divertida y completa.

Nos avalan más de 400.000 alum@s que han participado en nuestras actividades Lúdicas-deportivas en distintas localidades de la Comunidad de Madrid y más de 6.000 profesores/as que han participado en nuestras actividades de Formación (+ 500)

SUMARIO / SUMMARY

REVISTA PEDAGÓGICA DE LA ASOCIACIÓN DE PROFESORADO ADAL
ADAL PEDAGOGY JOURNAL

Editorial.- Especial de Juegos y Deportes Alternativos

Manuel Martínez Gámez

6



1º eCongreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos
World e-Congress of Alternative Sports & Games

Manuel Martínez Gámez

9



FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA" -Alternative games and Sports files
-Ficha/file 90.-QUINIGOL -Ficha/file 91.-CrossGoal -Ficha/file 92.-BOTTLEMATE
-Ana Isabel Pozuelo Martínez -José Aº Amador Carretero -Jose Antonio Amador Carretero
-Ficha/file 93.-BOWLS 2 (JDT19) -Ficha/file 94.-HIT360º
-Manuel Martínez Gámez y Daniel Martinez Colmenarejo -MaMarGa y Daniel Martinez Colmenarejo

14



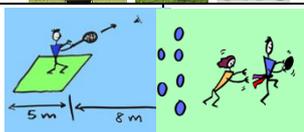
FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA" -Alternative games and Sports files
Ficha/file 95.-VX (Rock-It-Ball) -Ficha/file 96.-CIMABALL -Ficha/file 97.-DISCFLECT
-Daniel Martinez Colmenarejo -Fabio Planes Sáiz -Manuel Mar Ga y Daniel Martinez Colmenarejo
-Ficha/file 98.-LA ROSQUILLA Ficha/file 99.-HIT360º MOLKKYANO
-C. Manuel Rodríguez Barriga -Manuel Martínez Gámez y Daniel Martinez Colmenarejo

19



FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA"-Alternative games and Sports files
Ficha/file 100.-RampShot Ficha/file 101.-BILÚ Ficha/file 102.-CORNHOLE
-MaMarGa y Daniel Martinez Colmenarejo -Raúl Treviño y Sandra Aldabe -MaMarGa y Daniel Martinez Colmena.
Ficha/file 103.-Poull Ball Ficha/file 104.-Recicurling
- François Poull -José Antonio Amador Carretero

24



Physical Education CLIL resources

Game 28.- CROSSMINTON

Game 29.- TAG RUGBY

Jaime Prieto Bermejo

26



FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA"-Alternative games and Sports files
Ficha/file 105.-DATCHBALL Ficha/file 106.-MÁDEL Ficha/file 107.-TWINCON
-Roberto Navarro Arbués -Ricard Sentandreu Sebastian -Pau Morant Bertomeu
Ficha/file 108.-TAPEMBOL Ficha/file 109.-ChessRing
-Marco Aurélio Cândido Rocha -Miguel Ángel Fernández Mir e Ismael López Lemus

31



FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA"-Alternative games and Sports files
Ficha/file 110.-NIGBOL Ficha/file 111.-DUEBALL
-Juan Ignacio Mansilla y Matias Nicolas Marcón -Manuel Mtínez Gámez y Daniel Martinez Colmenarejo
Ficha/file 112.-FUTNET Ficha/file 113.-DODGERING
-Asociación Española De Futnet -Miguel Ángel Fernández Mir e Ismael López Lemus

35

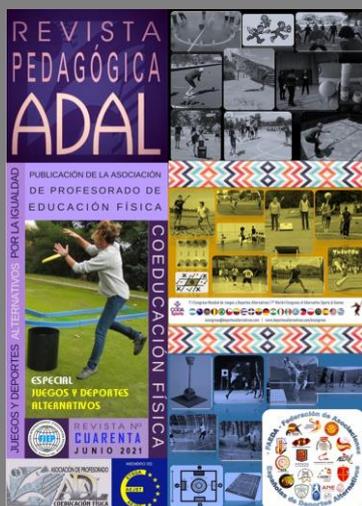


FICHAS de Juegos y Deportes Alternativos "JDA"-Alternative games and Sports files
Ficha/file 114.-QUIMBOL Ficha/file 115.-Disc Golf
-Johnny Godoy -Jorge Berástegui-Sampedro
Ficha/file 116.-NUMANBALL Ficha/file 117.-Set&Match
-Iván Astudillo Aracón -Miguel Ángel Fernández Mir e Ismael López Lemus

39



39.-Fichas de Juegos y Deportes Alternativos
41.-Fondo Editorial de ApefADAL
42.-Ficha de Inscripción en ApefADAL
43.-Actividades de formación en centros escolares



Revista Pedagógica ADAL
dirigida al profesional de la Educación Física

ADAL Pedagogy Journal
for Physical Education's Professional

Vol. XXIV – Nº 40
(enero-junio 2021 January-June)
Semestral Half-Yearly

Dialnet - IN-RECS – DICE
– Latindex - ISOC- REBIUN

Editada por la
Asociación de Profesorado ADAL
Miembro de la *Federation Internationale d'Education Physique* FIEP España
Asociación Europea de Juegos y Deportes tradicionales AEJDT
Avda Arcas del Agua, 9. 28905 Getafe (MADRID)

info@apfedad.es
<http://www.apfedad.es/recevista.htm>

PRESIDENTE EDITORIAL CHAIRMAN
Manuel Martínez Gámez

**SECRETARÍA DE REDACCIÓN
REDACTION SECRETARY**
Mario Martínez Colmenarejo
Julio Yuste Florido

**CONSEJO DE REDACCIÓN
REDACTION BOARD**
Ricardo Navacerrada Peñas
Carlos de la Villa
Quin Chen

La Revista Pedagógica ADAL no se hace responsable del contenido de los artículos publicados por sus colaboradores, ni comparte necesariamente sus contenidos. Se autoriza la reproducción de los contenidos de la revista citando su procedencia.

DIRECTOR EDITOR

Dr. Jaime Prieto Bermejo
Universidad Rey Juan Carlos (Spain)

CO-DIRECTOR CO-EDITOR

Dr. David Brown
IWIC Cardiff Metropolitan University (UK)

DIRECTOR ASOCIADO

EDITOR ASSOCIATE
Dr. Ann MacPhail
University of Limerick (Ireland)

CONSEJO EDITORIAL

EDITORIAL BOARD
Daniel Martínez Colmenarejo
Vicepresidente de ApefADAL
Dr. Miguel Ángel Gómez Ruano
Universidad Politécnica de Madrid (Spain)
Ezzeddine Bouzid
Instituto Superior de Educación Física de

Tunis (Tunisia)
Dr. Irina Bykhovskaya
Russian Institut for Cultural Reseach (Russia)

Dr. Ludmila Fialova
Charles University Prague (Czech)

Dr. Anne Flintoff
Leeds Metropolitan University (UK)

Dr. Chuchchai Gomaratut
Chulalongkorn University (Thailand)

Dr. Koozechian Hashem
University of Tehran (Iran)

Dr. David Kirk
Bedsfordshire University (UK)

Dr. Nelly Orellana Arduiz
Universidad de Playa Ancha (Chile)

Dr. Pierre Parlebas
Universidad de la Sorbona (France)

Qing Chen
Shanghai University of Sport (China)

Dr. Liliana Rodríguez-Campos
University of South Florida (USA)

Dr. Katia Rubio
Universidade de Sao Paulo (Brasil)

Dr. John Saunders
Australian Catholic University (Australia)

Andrew Sparkes de la Liverpool
John Moores University (UK)

Dr. Thorstein Sigurjonsson
Hedmark University College (Norway)

Dr. Lee Jong-Young
Suwon University (South Korea)

**ASESORES DE LA EDICIÓN
EDITION'S ADVISERS**

Guy Jaquen
Presidente de la ETSGA (France)
Arnaldo Ribero Fuxá
Presidente del CPEF-UNESCO (Cuba)

Ana Martín Morell
Universidad Camilo José Cela (Spain)

Ofelia La Pila
Universidad de Perugia (Italia)

Sairag Sichan
Beijing Sport University (China)

Gregorio Ramos Melo
Presidente de la FMJDAT (México)

**COMITÉ CIENTÍFICO SCIENTIFIC
COMMITTEE**

Dra. Susana Aznar Laín
Universidad de Castilla La Mancha (Spain)

Dra. Marta Capllonh Bujosa
Universidad de Barcelona (Spain)

Dr. Javier Castejón Oliva
Universidad Autónoma de Madrid (Spain)

Dr. Paulo Coehlo
Universidad de Coimbra (Portugal)

Dr. Henry C. Daut
Mindanao State University (Philippines)

Dr. Ricardo Navacerrada Peñas
Universidad Complutense Madrid (Spain)

Dr. Wee Eng Hoe
Tunku Abdul Rahman College (Malaysia)

Dr. Augusto García Zapico
Universidad Complutense (Spain)

Dr. José Antonio Julián Clemente
Universidad de Zaragoza (Spain)

Dr. Pere Lavega Burgués
Universidad de Lleida (Spain)

Dr. Joao Francisco Magno Ribas
Centro de Educação Física e Desportos UFSM (Brasil)

Dr. Vicente Martínez de Haro
Universidad Autónoma de Madrid (Spain)

Dr. Oscar Martínez de Quel Pérez
Universidad Complutense Madrid (Spain)

Dr. Lurdes Martínez Mínguez
Universidad Autónoma Barcelona (Spain)

Dr. Kevin Morgan
IWIC Cardiff Metropolitan University (UK)

Dra. Beatriz Muros Ruiz
Universidad de Alcalá (Spain)

Dr. Vicente Navarro Adelantado
Universidad de la Laguna (Spain)

Dr. Bente Ovèdie Skogvang
Hedmark University College (Norway)

Dr. José Palacios Aguilar
Universidade de A Coruña (Spain)

Dr. Valery Pavlovich Krasilnikov
Universidad de Yekaterinburg (Russia)

Dr. Ángel Pérez Pueyo
Universidad de León (Spain)

Dra. Belén Tabernero Sánchez
Universidad de Salamanca (Spain)

Dr. Louisa Webb
Loughborough University (UK)

Dr. Susan Whatman
Griffith University (Australia)

Dr. Liu Su-I
Taipei Physical Education College (Taiwan)

Dr. Sergio Jiménez Saiz
Universidad Europea de Madrid (Spain)

DISEÑO y MAQUETACIÓN MaMarGa

IMPRESIÓN Copysell

Precio: 5 €uros

Deposito Legal: M - 12520 -1998

ISSN: 1575 - 2429

Editorial

NÚMERO ESPECIAL DE JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS

Les presentamos el número especial de Juegos y Deportes Alternativos, que surge fundamentalmente por el reconocimiento que se merece el Primer Congreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos, en formato virtual, en el que hemos participado más de 100 ponentes, de más de 20 países, representando a los 5 continentes y a las numerosas fichas que teníamos pendiente de publicar.

Desde la creación de nuestra "Asociación de Profesorado de Educación Física ADAL" ApefADAL, hemos potenciado estas actividades físicas innovadoras con nuestras primeras modalidades de Juegos y Deportes Alternativos en España de principios de los "90", como el Manodós, Bótebol, Rebotón, 4X4, Ultimabola, Ringored, Vórtelbal, Paladós, Cestomóvil, Bolpa, Bódibol, Balpimano... y seguimos diseñando nuevos proyectos, como el último del Trilanzatlón que engloba la prácticas del Kubb, más Mólky, más Cornhole.

Pero nuestra gran tarjeta de presentación es la organización del mayor evento a nivel mundial de los Encuentros de Juegos y Deportes Alternativos por la Igualdad en la Comunidad de Madrid, en la que en una jornada participan más de 3.000 escolares en más de 50 modalidades en unos encuentros lúdico-deportivos Alternativos.

Aunque por las circunstancias actuales ocasionadas por la Covid_19, no sabemos cuándo podremos retomarlos de nuevo, hasta ahora han participado en los más de 132 Encuentros que hemos organizado más de 300.000 alumnas y alumnos de Educación Primaria y Secundaria, más de 3.000 profesoras y profesores de Educación Física y más de 2.500 monitoras y monitores del AAFD (Ciclo formativo de grado superior de "Animación en Actividades Físicas y Deportivas")

Además los juegos y deportes alternativos son recursos fundamentales dentro de nuestro proyecto "EDUCAR EN LA IGUALDAD Y EL RESPETO, ES PREVENIR LA VIOLENCIA DE GÉNERO".

Otro impulso a estas modalidades lo hemos hecho con la creación de FAEDA - Federación de Asociaciones Españolas de Deportes Alternativos, formada en la actualidad por 18 asociaciones nacionales de: Kin-Ball, Tchoukball, Pickleball, Kubb, Tamburello, Mólky, Quidditch, Roundnet, Crossminton, Disco Volador, Jugger, Lacrosse, Korfbal, Dodgeball, Futnet, Cornhole, Netball y Pinfuvote.

En nuestra web www.apefadal.es pueden encontrar una amplia información de nuestras asociaciones y recursos, con más de 100 fichas de juegos y deportes alternativos (se puede encontrar la relación en las páginas 39 y 40 de esta revista). Sin olvidar nuestro canal de Youtube con más de 100 vídeos y la web que compartimos en Facebook de Juegos y Deportes Alternativos - JDA. <https://www.facebook.com/groups/291807535191659>, en la que ya estamos casi 1.000 miembros.



Las personas que quieran subir su modalidad de Juego o Deporte Alternativo, pueden pedirnos el modelo de ficha para completar y poder compartir en el grupo. También la podremos publicar de forma oficial para su reconocimiento en nuestra revista Pedagógica ADAL si está interesad@. Contactar con faeda@apefadal.es.

El mundo de los Juegos y Deportes Alternativos es imparable. Seguimos en contacto.

Manuel Martínez Gámez

1º ECONGRESO MUNDIAL DE JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS / WORLD E-CONGRESS OF ALTERNATIVE SPORTS & GAMES



1º Congreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos | 1st World eCongress of Alternative Sports & Games



econgreso@deportesalternativos.com | www.deportesalternativos.com/econgreso

El día lunes 14 de septiembre de 2020 el Presidente de la WASG, el Tec. Rec. Ricardo Acuña inauguró el 1º eCongreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos «Un Mundo Unido por el Juego y el Deporte» en el marco de la WASG y a través del IIASG, que se extendió hasta el 9 de octubre, convirtiéndose en el evento de capacitación mundial más largo del mundo, e inédito por sus características tecnológicas, que intenta introducirnos y explorar en los más de 440 juegos y deportes alternativos, que pertenecen a esta comunidad deportiva internacional con una innovadora modalidad virtual.

Cerrando la primera jornada se invitó a todos @s participantes a jugar en CAMVIDA el 1º Campeonato Mundial Virtual de Deportes Alternativos aportando su idea y sugerencia el Prof. Marco Aurelio Rocha (Brasil). Debemos destacar que el Congreso en su primera jornada contó con la presencia de asistentes de la Argentina, Brasil, Uruguay, Bolivia, México, España, Chile, Colombia y Perú.

En este "Primer Congreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos" Virtual. Participaron 108 ponentes de 21 países (de los 5 continentes) con 108 propuestas (84 talleres + 24 conferencias), 100 horas de capacitación vía Zoom. 12 jornadas a partir del 14 de septiembre de 2020.

Esta iniciativa procede de, nuestro amigo y colega argentino, Ricardo Acuña (@Ricardo Codasport) al frente de Codasports Argentina y Codasports. La Asociación de Profesorado de Educación Física ADAL, colaboró para que fuese una realidad este gran proyecto internacional y fue FAEDA - Federación de Asociaciones Españolas de Deportes Alternativos- quien represente a España en la creación de la "Organización Internacional de Deportes Alternativos" y participó con distintos ponentes de nuestras asociaciones.





Estas fueron las participaciones de nuestras modalidades deportivas de FAEDA y de ApefADAL

DISERTANTES | DÍA | HORA | PROPUESTA

SPEAKERS | DATE | TIME | PROPOSAL

7	14-sep 4:00 PM	I	Kin-ball	Christian Ackernherndt (CHILE)
28	21-sep 12:00 PM	II	Jugger	Federación Española de Asociaciones de Jugger (ESPAÑA/SPAIN)
31	21-sep 3:00 PM	II	Disc Golf	Luciano Silva (ARGENTINA)
35	23-sep 11:00 AM	II	Historia de APEFADAL y FAEDA: los Juegos y Deportes Alternativos en España / APEFADAL and FAEDA history: alternative sports in Spain	Manuel Martínez Gamez (ESPAÑA/SPAIN)
45	25-sep 12:00 PM	II	Lacrosse	Scott N. Hysten (ESTADOS UNIDOS/UNITED STATES)
46	25-sep 1:00 PM	II	Roundnet	Federico Bozzano (ARGENTINA) & Luis Miguel Carmona (ESPAÑA/SPAIN)
55	28-sep 2:00 PM	III	Kubb	Manuel Martínez Gámez (ESPAÑA/SPAIN)
56	28-sep 3:00 PM	III	Tamburello	Asociación Española de Tamburello (ESPAÑA/SPAIN)
63	30-sep 2:00 PM	III	Quidditch	Asociación Española de Quidditch (ESPAÑA/SPAIN)
70	02-oct 12:00 PM	III	Tchoukball	Miguel Pérez, Silvia Ghiorzo (ARGENTINA) & Mario Folgado (ESPAÑA)
81	05-oct 3:00 PM	IV	Mölkky	Manuel Martínez Gámez (ESPAÑA/SPAIN)
94	09-oct 11:00 AM	IV	Crossminton	Juan Manuel Santana (ESPAÑA/SPAIN)
96	09-oct 1:00 PM	IV	Ultimate Frisbee	Martín Gottschalk (ARGENTINA)

#CAMVIDA fue el Campeonato Mundial Virtual de Deportes Alternativos: una idea de Marco Aurelio Rocha (Brasil) que se disputó a la largo del eCongreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos.

#CAMVIDA: the Virtual World Championship of Alternative Sports: an idea by Marco Aurelio Rocha (Brazil) that we will contest throughout the World eCongress of Alternative Sports and Games.

Participaron las 96 modalidades de juegos y deportes que estaban presentes en el Congreso Mundial / *The 96 sports that will be present at the World Congress will participate:*

Durante los días del Congreso, en la Historias de Instagram y Facebook de CODASPORTS ARGENTINA, se pudo votar y decidir la suerte de los 96 deportes que buscaron el pódium en ésta 1º Edición del Campeonato Mundial Virtual de Deportes Alternativos **#CAMVIDA2020**. El Màdel, modalidad española fue la primera

+ info <https://deportesalternativos.com/econgreso/>

DAY	Match	Sport A	Points	Points	Sport B
12/10/2020	101	Dueball	708	55.7 x 44.3	563 Tchoukball
12/10/2020	102	Tapemboi	577	46.5 x 53.5	655 Madel

3º y 4º puesto / 3rd and 4th position

DAY	Match	Sport A	Points	Points	Sport B
13/10/2020	103	Tchoukball	248	44.8 x 35.2	135 Tapemboi

Final Mundial / World Final

DAY	Match	Sport A	Points	Points	Sport B
13/10/2020	104	Dueball	1471	47.6 x 52.4	1619 Madel



1º Congreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos | 1st World eCongress of Alternative Sports & Games

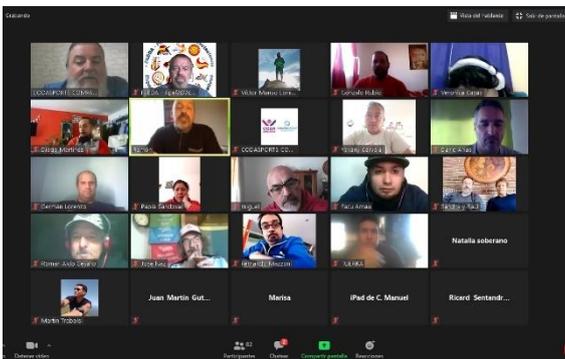


econgreso@deportesalternativos.com | www.deportesalternativos.com/econgreso



ALGUNAS IMÁGENES DEL CONGRESO

Air Ball	Court Handball	Lacrosse	Ringol
Artxikirol	Crossminton	Màdel	Ringsport
Australian Football	Disc Golf	Manbol	ROCball
Baile Recreativo	Dodgeball	Manogol	Rosquilla
Baile Social	Dueball	Microfutsal	Roundnet
Ball Badminton	Faustball	Mòlkky	Rugby League
Baloncodo	Floorball	Muay Thai	Scrabble
Balonesado	Fly Wheel	Niqbol	Sepak Takraw
Basein Da Ruk	Fútbol Chapas	Novuss	Shuffleboard
Beisbol 5	Futling	Numanball	Skate Bottle
Blind Baseball	Futnet	Obstacle Course Race	Speed Ball-Arg
Bijbol	Goubak	Oina	Sumo
Bilu	Indiaca	Orienteering	Tamburello
Brazilian Jiu Jitsu	Jianzi	Othello/Reversi	Tapembol
Bottlebol	Jokju	Pelota Purepecha	Tchoukball
Broomball	Jugger	Peteca	Tejo Colombiano
Bubblebol	Kabaddi	Pierścieniówka	Teqball
Cacheball	Kick Boxing	Pinufvute	Touchtennis
Caña Gol	Kilofa	PingPongO	Tug-of-war
Carnaball	Kin-ball	Poull-ball	Twin Con
Carrom	Krachtbal	Quidditch	Ultimate Frisbee
Cimatheu	Kubb	Quimbol	Xuxuy
H. Medieval Combat	Kurash	Ringball	Z Ball
Cornhole	Kyyka	Ringo	Zurkhaneh



CAMVIDA2020
Campeonato Mundial Virtual de Deportes Alternativos
Alternative Sports Virtual World Championships
FINAL (1º & 2º position)

Màdel @MADELPILOTA

¿Cuál es tu deporte favorito?

MADEL	52%
DUERBALL	48%

@DUEBALLINDIA **Dueball**

Enviar mensaje

VALORES

COEDUCACIÓN FAIR PLAY REAL INCLUSIÓN

CORNHOLE
DEPORTE ALTERNATIVO

Prof. David Villegas

Codasports Cursos
17 min

A sólo 11 días del eCongreso Mundial presentamos un video promocional que intenta resumir este evento inmenso organizado con mucho esfuerzo y colaboración de CADALT (Consejo Argentino de Deportes Alternativos), FAEDA (Federación de Asociaciones Españolas de Deportes Alternativos) y COMEDAL (Comisión Mexicana de Deportes Alternativos). A partir del 14 de Septiembre y hasta el 9 de Octubre, un mundo entero muestra sus prácticas deportivas alternativas. 108 propuestas de capacitación que incluyen la presentación de 35 nuevos juegos y deportes alternativos al mundo. ¡Los y las esperamos, gracias por difundir!

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ

ESPAÑA / SPAIN

EL QUIDDITCH: INICIACIÓN AL DEPORTE





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 90

QUIÑIGOL

<p>OBJETIVO</p>	<p>El Quiñigol es un deporte de invasión, mixto. Se enfrentan 2 equipos, cada uno está compuesto por 8 jugadores (7 más el portero). El objetivo es marcar gol en la portería contraria o "quiñigol" en la "zona quiñi".</p> <p>Habrán 8 tiempos de 4 minutos cada uno, con descansos de 20 segundos para cambiar los porteros. Al final del partido todxs habrán sido porteros.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>El Quiñigol surge en 2018 de la idea de dar a mis alumnxs más alternativas de ocio saludable. Así doy forma a este juego deportivo alternativo, combinando diversas habilidades propias de nuestras sesiones de Educación Física. A los alumnxs les encanta porque les permite sentirse seguros de sí mismos utilizando las habilidades que mejor dominan pudiendo todxs participar activamente y aportar al equipo lo mejor de sí.</p>
<p>TERRENO de JUEGO y MATERIAL</p>	<p>Utilizaremos el campo de fútbol sala, en caso de que juguemos en un pabellón o pista cerrada no habrá fueras. Se jugará con un balón de bote. En el círculo central colocaremos setas o conos para delimitar la "zona quiñi", dentro habrá 2 cubos de diferente color, cada uno será de un equipo (tu cubo será el que esté en tu campo).</p>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>	<p>--Saque: Para comenzar el partido o después de que se haya marcado gol o quiñigol. Desde la banda a la altura del centro del campo. A un compañero que esté en nuestro campo o justo en la línea central, no pudiendo sacar al campo contrario.</p> <p>--Control y avance con el balón:</p> <p>A: Con el pie. Podremos pasarlo a un compañero, regatear a los contrarios o tirar a portería.</p> <p>B: Con la mano. Podremos avanzar botando, pasarlo a un compañero, hacer un autopase a nuestro pie, golpearlo, cogerlo cuando queda muerto en el suelo, tirar a la zona quiñi o tirar a portería.</p> <p>--Norma del "tocado": cuando avanzas con el balón en la mano (no con el pie), el rival puede tocarte y decir "tocado". Entregarás automáticamente el balón al rival que te ha tocado. Dicho rival sacará el balón con la mano o pie desde el sitio donde te hizo "tocado" poniendo el juego en marcha de nuevo.</p> <p>--Gol: meter el balón en la portería del equipo rival. Consigues 3 puntos para tu equipo.</p> <p>--Quiñigol: meter el balón en tu cubo y consigues 2 puntos. O golpear tu cubo sin que el balón llegue a introducirse y consigues 1 punto.</p> <p>--Quiñipenalti: lanzamiento directo a tu cubo. Siempre lo tira el portero.</p> <p>--Puntos para el rival: si metes el balón o tocas el cubo del rival, los puntos son para el rival.</p>
<p>ACCIONES NO PERMITIDAS</p>	<p>Acciones que supondrán un "Quiñipenalti" para el equipo rival:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tocar el balón con la mano dentro del área (excepto el portero). -Entrar en la "zona quiñi". -Dar más de dos pasos con el balón en las manos (pasos). -Botar la pelota, cogerla y volverla a botar (dobles). -Empujar, golpear, derribar o realizar cualquier acción no respetuosa ante un rival o ante el árbitro. -No hacer caso "al tocado" de un rival y continuar el juego. -Golpear el balón de campo a campo (para llegar al campo del rival hay que jugar el balón).



Para más información:
<https://ana150100.wixsite.com/quinigol>

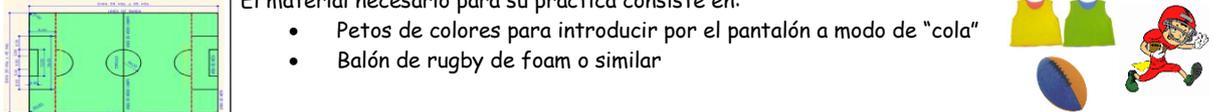
ANA ISABEL POZUELO MARTÍNEZ



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 91

C r o s s G o a l

<p>OBJETIVO</p>	<p>Modalidad deportiva de cooperación-oposición, invasiva en el que no se permite el contacto con el adversario y que tiene como objetivo progresar con el balón hacia las zonas de marca del equipo contrario y que éste no progrese hacia las zonas de marca propias y en el que se emplean las habilidades de los desplazamientos (fintas e intercepciones), los lanzamientos, los golpes con el pie (pateos) y las recepciones</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>Surge en la localidad alicantina de Albufera, más concretamente en el C.P. Virgen del Rosario</p>
<p>TERRENO de JUEGO y MATERIAL</p>	<p>El terreno de juego es de las mismas dimensiones que un campo de fútbol 7. A la altura de las áreas se marcará una línea denominada "crossline" que irá de banda a banda. Serán necesarias igualmente dos porterías de las mismas medidas que las de fútbol 7.</p> <p>El material necesario para su práctica consiste en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Petos de colores para introducir por el pantalón a modo de "cola" • Balón de rugby de foam o similar 
<p>EQUIPOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cada equipo estará formado por ocho jugadores de campo • Cada jugador deberá portar un peto a modo de "cola" enganchado a la goma elástica del pantalón por su parte trasera • Cada equipo portará petos de colores diferentes para diferenciarse
<p>DESARROLLO</p>	<p>El árbitro realizará un sorteo. El ganador del sorteo elegirá saque o campo y el perdedor se quedará con la otra opción. La pelota podrá ser puesta en juego desde el centro del campo y el jugador que saque deberá pasar hacia atrás por debajo de sus piernas.</p> <p>Se disputarán dos tiempos de 20' con 5' de descanso entre uno y otro.</p> <p>Se puede avanzar con la pelota en las manos y se pueden ejecutar pases hacia delante o hacia atrás con las manos o "pateando" el balón desde las manos sin dejarlo caer al suelo.</p>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> 	<p>El objetivo del juego es tratar de conseguir un "TRIPLE GOAL" (3 puntos) traspasando con el balón y la "cola" puesta la CROSSLINE, o bien anotar un "DOUBLE GOAL" (dos puntos) "pateando" el balón e introduciéndolo en la portería desde las manos, o bien anotar un "SIMPLE GOAL" (1 punto) "pateando" el balón desde parado en el suelo después de alguna interrupción del juego.</p> <p>El equipo que no está en posesión del balón tratará de que el equipo atacante no progrese con el balón hasta su CROSSLINE. Para ello, podrá interceptar algún pase y recuperar la posesión de la pelota, o bien robar la "cola" al jugador atacante que tiene la pelota en su poder.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Se considera falta: <ul style="list-style-type: none"> ▶ Obstaculizar, agarrar, empujar o golpear al jugador contrario ▶ Robar el balón de las manos al poseedor del balón ▶ Quitar la cola a un jugador atacante que no está en posesión del balón ▶ Patear el balón cuando éste está en el suelo <p>Las faltas o recuperaciones se sacarán desde el mismo lugar desde el que se produjeron. El encargado de sacar será el jugador que recibió la falta o recuperó la posesión. Puede poner en juego el balón de tres formas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Pasando con la mano a un compañero ▶ Pateando desde arriba para pasar a un compañero <p>Si está cerca de la portería, pateando directamente a la misma desde el suelo. En este caso, el equipo contrario puede hacer barrera a 8 pasos de distancia (previo aviso al árbitro para que el equipo contrario pueda colocar barrera...)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Realizar un giro completo de 360º para tratar de proteger la "cola"

Para más información:
innovandoenelpatio.blogspot.co

JOSÉ ANTONIO AMADOR CARRETERO

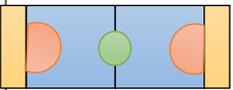




www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 92

BOTTLEMATE

<p>OBJETIVO</p>	<p>Se trata de una modalidad deportiva ecológica (con material reutilizado), coeducativa, de colaboración-oposición en la que no se permite el contacto entre jugadores y se utilizan los lanzamientos, recepciones con implemento y desplazamientos reuniendo elementos propios de otros deportes como el rugby, el balonmano, el baloncesto y el fútbol americano.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>El "Bottlemate" es una práctica deportiva adaptada del famoso "Ultimate". Surge en la localidad alicantina de Albuera, más concretamente en el C.E.P. Virgen del Rosario</p>
<p>TERRENO de JUEGO y MATERIAL</p> 	<p>Se juega en una pista polideportiva a la que se le añaden dos zonas de marca, una en cada fondo a continuación de la misma.</p> <p>El material necesario para jugar consiste en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • garrafas preparada denominada "bottle" • una pelota de tamaño tenis confeccionada con dos hojas de papel de periódico recubierta por tres globos 
<p>EQUIPOS</p> 	<p>Dos equipos de 8 personas. 4 chicos y 4 chicas. Uno de los principales valores de este juego es su regla coeducativa. No está permitido que tres jugadores del mismo equipo y sexo intervengan pasando o recibiendo el bol de forma consecutiva. De esta manera, si se han producido dos pases entre chicos, el tercero, de forma obligatoria tendrá que ser a una chica y/o viceversa. Sí están permitidos los pases alternos chico/chica. Además, para conseguir punto el receptor del bol dentro de la zona de marca tendrá que ser de distinto sexo al último jugador que efectuó el pase. En caso de infringir esta regla, la posesión del bol cambiará de equipo y pondrá en juego desde el mismo lugar.</p>
<p>DESARROLLO</p> 	<p>El bol se pondrá en juego desde el centro del campo. El primer pase ha de realizarse hacia atrás. Se ha de recibir con el "bottle" y el jugador receptor no puede caminar ni correr tras recibir el mismo. El objetivo del juego es obtener puntos capturando el "bol" con el "bottle" en la zona de marca del equipo contrario, situada al lado opuesto de su campo, de modo similar al fútbol americano y por otra parte evitar que el equipo contrario haga lo propio en su zona de marca. Para ello, los jugadores atacantes podrán pisar la zona de marca para recibir y puntuar y los defensores tendrán prohibida su entrada en dicha zona. El último pase previo a la recepción en la zona de marca se ha de efectuar desde dentro del campo del equipo defensor, no pudiendo realizar el mismo desde propio campo.</p>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> 	<p>Cada vez que el "bol" no sea recibido por un jugador la posesión se disputará a ras de suelo, consiguiéndola aquel jugador que logre "tapar" el "bol" con su "bottle" situando el mismo sobre él. El "bol" puede también ser interceptado en el aire por los jugadores contrarios siendo recibido directamente o golpeado por el "bottle" y tapado por el mismo que lo interceptó o por un compañero de su equipo. El jugador en posesión del "bol" dispone de una distancia de seguridad para poder pasar que viene dada por la circunferencia que existe alrededor de su posición marcada al estirar el brazo con el "bottle". Ningún jugador contrario puede situarse dentro de dicha zona de seguridad.</p> <p>Si el bol sale fuera de los límites del terreno de juego lanzado por un jugador, la posesión pasará al equipo contrario que lo pondrá en juego desde el lateral, por el mismo lugar por donde abandonó el campo.</p> <p>Cada vez que un equipo consiga su objetivo subirá tres puntos a su marcador. Al igual que en el rugby, el equipo anotador podrá sumar 1 punto extra si se consiguen realizar posteriormente dos pases, uno desde la zona de marca defendida por el equipo anotador hasta el centro del campo y otro desde el centro del campo hasta la zona de marca del equipo contrario donde permanecerá el jugador que logró anotar. Dichos pases han de ser alternos en cuanto a sexo de los jugadores. Una vez realizado el intento de punto extra, el bol tendrá que ser puesto en juego por el equipo rival desde el centro del campo haciendo un saque igual que el inicial.</p> <p>Los partidos se disputarán a dos tiempos de 20' cada uno con un descanso de 5' entre ambos. Los equipos intercambiarán sus posiciones al finalizar el primer tiempo.</p> 

Para más información:
- innovandoenelpatio.blogspot.com

JOSÉ ANTONIO AMADOR CARRETERO





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 93

BOWLS - Bolos Ingleses (2) JDT 19

TANTEO

Los sistemas de puntuación varían según la modalidad. Los juegos se pueden decidir cuando:
 En un partido de individuales es el primer jugador-a en anotar 21 tiros. En todas las demás disciplinas (pares, triples, fours) el ganador-a es el equipo que ha anotado la mayoría de los tiros después de 21/25 finales del juego. A menudo los torneos locales jugarán partidos cortos (a menudo 10 o 12 finales). Algunas competiciones usan un sistema de puntuación "set", con los primeros a siete puntos otorgados un conjunto en un mejor o tres o mejor de cinco conjunto partido.
 En el mundial cada set consta de nueve extremos y el jugador con más tiros al final de un set gana el set. Si el resultado está empatado, el conjunto se reduce a la mitad. Si un jugador gana dos sets, o consigue una victoria y un empate, ese jugador gana el juego. Si cada jugador gana un set, o ambos terminan empatados, hay un tiebreaker de 3-end para determinar un ganador.

CUENCOS o Tazones



Los Cuencos están diseñados para recorrer una trayectoria curvada debido a un peso (sesgo) que fue producida originalmente por la inserción de pesos en un lado de la taza. Esto ya no es permitido por las reglas y el sesgo se produce ahora enteramente por la forma del tazón. Un jugador de bolos determina la dirección de sesgo de la taza en su mano por un hoyuelo o símbolo en un lado. Las regulaciones determinan el sesgo mínimo permitido y el rango de diámetros (11.6 a 13.1 cm), pero dentro de estas reglas los jugadores pueden y eligen los cuencos para satisfacer sus propias preferencias.
 Originalmente eran de madera densa pero ahora están hechos de un material compuesto de plástico duro.
 Los tazones antes eran de color negro o marrón, pero ahora están disponibles en una variedad de colores. Tienen marcas de símbolo únicas grabadas en ellos para su identificación. Puesto que muchos tazones se ven iguales.
 Tazones tienen símbolos únicos para el conjunto de cuatro para la identificación. El lado de la taza con un símbolo más grande dentro de un círculo indica el lado opuesto al sesgo. Ese lado con un símbolo más pequeño dentro de un círculo más pequeño es el lado de sesgo hacia el cual girará el cuenco.

TIPOS DE LANZAMIENTOS



Para un lanzador-a derecho, el "golpe de derecha" o "clavija de dedo" se dirige inicialmente a la derecha del gato, y se curva hacia la izquierda. El mismo jugador-a de bolos puede entregar un "draw backhand" o "thumb peg" girando el cuenco en su mano y curvándolo en sentido opuesto, de izquierda a derecha. En ambos casos, el tazón se enrolla lo más cerca posible del gato, a menos que las tácticas lo requieran de otra manera.
 Un "impulso" o "fuego" o "huelga" involucra bolos con fuerza con el objetivo de golpear el gato o un tazón específico fuera de juego
 Una inyección de "remate" o "yarda" implica entregar el cuenco con un grado extra de peso (a menudo referido como peso "controlado" o "rambler"), suficiente para desplazar el gato o perturbar otros cuencos en la cabeza sin fin.
 Un tiro de "bloqueo" es uno que está intencionalmente colocado corto para defender de una unidad o para detener un tiro de oposición. El desafío en todos estos disparos es poder ajustar la línea y la longitud en consecuencia, cuanto más rápida sea la entrega, más estrecha será la línea o "verde"

MODALIDADES DE JUEGO



Bolos sobre hierba. Un jugador-a puede enviar el jack en cualquier parte del green en este juego y el green en sí es más parecido a un golf green, con mucha ondulación. Sólo se juega con dos tazones cada uno, el Jack también tiene un sesgo y es sólo un poco más pequeño que el Bowls. El juego se juega generalmente a 21-up en Singles y dobles formato con algunas competencias jugando a 31-up.
Los tazones cortos es una modalidad de interior en el que los jugadores intentan sumar puntos haciendo rodar una pelota pesada a lo largo de una superficie bastante plana, para ganar tantos tiros como sea posible acercando sus tazones más cerca del gato que sus oponentes, y así superarlos. El juego es una variación moderna de los cuencos de césped, de donde se deriva.

Para más información
["Leyes del Deporte de Bowls \(2015, Crystal Marcos Tercera Edición\), cuencos mundo"](#) (PDF)

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
 DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 94

H I T 3 6 0 °

<p>DESCRIPCIÓN</p>	<p>Divertido juego de lanzamiento y precisión, en el que intentas golpear los bolos en el orden correcto. La estaca central y la cuerda de medición proporcionan un campo de juego de 360 grados, por lo que puedes lanzar desde cualquier dirección. Derriba el bolo fuera del alcance de la cuerda, ¡y tú lo ganas!</p>	
<p>OBJETIVO</p>	<p>El objetivo es conseguir el máximo de bolos y puntos tirando los bolos y sacándolos fuera del alcance de la cuerda sujeta a la estaca central en el orden correcto es decir comenzando con el bolo número 1 y terminando con el bolo número 6.</p>	
<p>MATERIAL Y TERRENO DE JUEGO</p> 	<p>6 bolos enumerados, 2 mini testigos (palos de lanzamiento), 1 estaca central, 1 cuerda de medir de 70 cm. Bolos de 6 cm de largo y 5 cm de diámetro. Testigos de 11,5 cm de largo y 3,8 cm. de diámetro.</p> <p>Terreno de juego libre de obstáculos del punto central o estaca de 2,5 metros con dos marcas de circunferencias alrededor del punto central</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.-A 2 metros que marca la zona de lanzamiento alrededor en cualquier lugar en los 360° 2.-A 70 centímetros área de puntuación-eliminación del bolo derribado. 	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<ol style="list-style-type: none"> 3.-Colocar los bolos alrededor de la estaca en un círculo pequeño de 30 cm. aproximadamente, con el número hacia arriba. Con el orden según el gráfico adjunto, ordenados pero el 2 y el 5 están cambiados. La distancia entre los bolos equivale a la longitud del mini testigo o palo de lanzamiento. 4.-El juego comienza lanzando el participante de mayor edad en la primera ronda en el siguiente juego según el orden inverso de la puntuación de esa partida. <p>En la modalidad individual cada participante realiza los dos lanzamientos de los mini testigos. En la modalidad de parejas cada participante lanza un mini testigo.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5.-Siempre puedes elegir en qué dirección quieres lanzar los mini testigos detrás del círculo de 2 metros. 6.-Se lanzan por debajo de la cintura con un impulso de atrás hacia adelante con la técnica que quieras. 7.-El objetivo es sacar el bolo del círculo de juego. Se considera que está fuera cuando: <ol style="list-style-type: none"> a.-Todo el bolo está fuera del límite que marca el círculo o la cuerda. b.-Si al ponerlo de pie el bolo por la base no enumerada queda totalmente fuera. 8.-El bolo derribado y/o que salga del área de juego se lo adjudica el jugador-a que lanzó. 9.-El bolo derribado que no salga del área de juego se pone de pie por la base no enumerada dónde esté derribado. 10.-El juego termina cuando alguien gana el sexto bolo. Cada participante o equipo suma el puntaje de los bolos conseguidos. El jugador, jugadora o equipo con más puntos gana. <p>En caso de empate, gana quien tenga más bolos. Si aún persiste el empate ganaría quién tenga el bolo 6. Se puede jugar al equipo mejor de 3 ó 5 rondas</p>	
<p>VARIANTES</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.-Por cada bolo que ganas, ganas un tiro extra que usas inmediatamente 2.-Lanzar al bolo que se quiera, sin orden numérico. 3.- Hit360° Molkkyano. Conseguir 50 puntos acumulando la puntuación de los bolos. 	



Para más información
<https://youtu.be/wh2YD1z7A7g>

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 95

V X (Rock-It-Ball)

OBJETIVO	Se trata de una modalidad colectiva mixta de cancha compartida en la que las participantes intentan golpear a las adversarias con pelotas proyectadas con unos sticks que tienen dos cestas similares a las de intercrosse.
HISTORIA	VX, originalmente Rock-It-Ball, es un deporte de pelota del Reino Unido. Evolucionó en North Yorkshire (Gran Bretaña) y se lanzó en febrero de 2006 en la Sports Colleges Conference de Youth Sport Trust. El deporte fue desarrollado continuamente por la Federación Internacional y, en 2012, la Federación aprobó un movimiento de la membresía mundial para cambiar el nombre del deporte VX [1] para atender su desarrollo internacional. Actualmente tiene una presencia en 25 países, de los cuales 15 tienen Cuerpos Directivos Nacionales (NGB).
TERRENO de JUEGO y MATERIAL 	En función de la modalidad a la que se juegue, se utiliza un espacio acorde a la cantidad de participantes: <ul style="list-style-type: none"> • 5 vs. 5 o de equipo - Sala de 18x10m aproximadamente que quepan 3 campos de bádminton. • 2 vs. 2 o de parejas. Se juega en una pista de Squash. Con 4 pelotas • 1 vs. 1 o individual. Se juega en una pista de Squash. Con 3 pelotas. • 1 vs. 1 vs. 1 o individual de triada. Se juega en una pista de Squash. Con 4 pelotas. VstiX son los sticks específicos que tienen dos cestas, similares a las de intercrosse, una en cada extremo. Pelotas similares a las de tenis de baja presión. 
EQUIPOS	Dos equipos de 5 personas, en parejas o de forma individual, de dos o tres personas. Para ayudar en la intensa labor de la contabilización de los puntos, hay dos asistentes además el propio árbitro.
DESARROLLO 	EL SAQUE: Se realiza igual que en Dodgeball, en función de la modalidad se coloca el número de pelotas pertinentes formando una línea central y separadas entre sí todo lo que se pueda. Los equipos se colocan con la espalda tocando en un fondo del terreno de juego opuesto. Toda la sala es jugable, no hay fueros. Durante el tiempo de juego todo el terreno de juego es jugable para los dos equipos, de ahí que sea de cancha compartida.
PRINCIPALES REGLAS 	PUNTUACIÓN: Se consigue un punto al golpear con una pelota a una jugadora entre los hombros y los pies. Se consiguen 3 puntos cuando se caza una pelota con una de las cestas del VstiX. AUTORREGULACIÓN: Siempre que hay un punto el jugador sujeto de la puntuación levanta la mano para que conste que se le ha golpeado o la mano y el VstiX con la pelota si la ha cazado. Se pueden establecer códigos para que las propias jugadoras lleven su puntuación, por ejemplo gritando su color de equipo y la puntuación total. DESPLAZAMIENTO: las jugadoras pueden desplazarse por el terreno de juego libremente. Cuando una jugadora tiene una pelota en posesión solo se puede desplazar realizando autopases entre las cestas de su VstiX, jugada conocida como Rock-it. CONTACTO FÍSICO: No hay contacto físico permitido. Tampoco está permitido chocar los VstiX. INFRACCIONES: Todas las infracciones de las normas se sancionan con 3 puntos a favor del equipo contrario.

Para más información:
 - <http://www.globalvx.org/>
 - <http://www.vxengland.org/>

DANIEL MARTÍNEZ COLMENAREJO

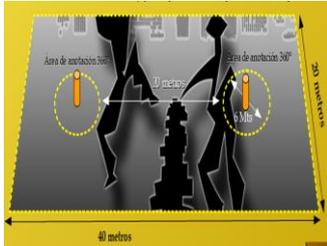




www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 96

CIMABALL (Cimatheu)

<p>OBJETIVO</p>	<p>Ofensiva: Derribar la CIMA y quemar a los tres armadores del otro equipo para lograr el puntaje mayor. Defensa: Tres jugadores del equipo tendrán que ingresar al área 360° para armar la CIMA sin ser alcanzados con el balón por el equipo atacante y gritar CIMA.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>El deporte surge desde una mirada inclusiva en el año 2015 en Argentina, el nombre se desprende de CIMA: alcanzar lo más alto y de MATHEU: el lugar donde se jugó por primera vez, así se fusiono CIMATHEU, también conocido como (CimaBall). Sus reglas tienen cierta libertad que permiten descubrir nuevas formas de movimiento y estrategias, donde cada persona pueda aportar su singularidad al jugarlo. Un juego para la diversidad, compártelo!!!</p>
<p>TERRENO DE JUEGO</p> 	<p>Dimensiones: terreno de pasto, playón o parquet de 40x20, con áreas circulares de juego 360° de 6 metros de diámetro, distancia entre áreas 20 Mts. CIMAS de seis piezas de encastre apilables de mayor a menor, cada una representa a un jugador, sin ellas sería imposible alcanzar lo más alto. Balón de goma espuma, diámetro 55 cm. Equipo de seis jugadores/as, auto arbitrado. Si se juega con límites laterales pierde posesión el equipo que se le fue el balón; sin límites laterales saca el primer equipo que lo recupera.</p> 
<p>MATERIAL</p>  <p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Material alternativo: las CIMAS pueden ser de cualquier material apilable plástico, madera, latas, entre otros, el balón se recomienda que sea blando y que no supere los 60 cm de diámetro para un mejor agarre y lanzamiento. Realiza las configuraciones y ajustes razonables necesarios para dar oportunidades. "La Verdadera CIMA es Alcanzar la Inclusión"</p> <p>Desplazamientos y pases: Con el balón la carrera también es libre, si es tocado el jugador está obligado a detenerse y realizar un pase, sin poder lanzar a la CIMA, (6 segundos de posesión).</p> <p>Inaccesible: bloqueo, obstrucciones, ingresar al área 360°, quitar el balón de las manos y al defender tener contacto con el balón. Accesible: comenzar a armar la CIMA si hay tres armadores dentro del área, también interceptar pases, rebotes y recuperar balones del suelo.</p> <p>Ofensiva, armado y defensa: Seis atacantes quedan fuera del círculo intentando quemar a tres armadores que ingresan al mismo, los otros tres del equipo defenderán a sus armadores, intentado tocar a los lanzadores (ofensiva), al tocarlos consiguen desviar el lanzamiento con el objetivo de quemar, viéndose obligados hacer un pase. Quemando a los tres evitan la CIMA, los quemados salen del círculo y pasan a defender. Si se toca la CIMA con el balón en el momento de la ofensiva, el equipo encargado de armar obtendrá la totalidad de los puntos.</p> <p>Puntuación: Derribar CIMA y SI quemar a los tres armadores (2 puntos). Derribar CIMA y NO quemar a los armadores (1 punto). Saca el equipo que alcanza la CIMA.</p> <p>Zona de Penal: se realizan a seis pasos del área 360° en la ubicación que elija el equipo, los demás jugadores/as se ubicaran en todo el campo a seis metros del lanzador. (Faltas graves).</p> <p>Duración de juego: Son 6 periodos de 8 minutos, con un intervalo de 4 minutos.</p> <p>Arma las CIMAS en tu lugar, priorizando la seguridad todo es posible, ajustar la dimensión y distancias de las áreas circulares según la edad. El primer contacto con el deporte se recomienda que el objetivo solo sea derribar la CIMA del otro equipo y de manera progresiva ir sumando reglas "Armar y Quemar". En contextos escolares se jugó de 8 jugadores/as, se agregan 2 piezas más a las CIMAS y serán 4 armadores los que ingresen al área 360°, con los más chicos cada pieza tiene un puntaje, para hacerlo más motivador. No aplica 6" posesión.</p>



Para más información
 La Puente Lúdica/Mil Vueltas
 Facebook e Instagram
matheualternativo@gmail.com
 WhatsApp +543484537301

FABIO PLANES SÁIZ



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 97

DISCFLECT

<p>OBJETIVO</p>	<p>Objetivo del juego del Discflect es conseguir 21 puntos exactos, introduciendo el disco o frisbee en el contenedor del equipo contrario. Si un equipo introduce el disco directamente en el contenedor (sin la ayuda del receptor-a), bien por la parte superior o bien por la ranura, gana la partida sin necesidad de alcanzar los 21 puntos.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>La idea del Discflect surgió cuando cuatro amigos, en la década de los setenta, jugaban a tirar el frisbee en un cubo de la basura, concretamente en Nueva York. Charles Sciandra y Paul Swisher, los desarrolladores del Discflect, en los años 90 adaptaron este juego y establecieron una compañía. Sin embargo, no fue hasta el año 2005 cuando, después de varios años de desarrollo, se concedió la patente y salió a la venta.</p> <p>La práctica del Discflect se ha extendido por todos los estados de USA, Canadá y también por Europa. Desde el 1999 se están celebrando campeonatos y desde el 2013 se está celebrando el campeonato mundial y el Campeonato de Europa.</p>
<p>MATERIAL</p> <p>JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>Discflect consta de un disco volador y dos contenedores de puntuación que sirven como porterías.</p> <p>Jugadores-as: 2 equipos de 2 jugadores-as cada uno. En total, 4 jugadores-as.</p> <p>Colocación de los contenedores: se colocarán a una distancia aproximada de 15 metros, contando desde la parte frontal de los cubos. Las ranuras de cada contenedor deberán estar enfrentadas.</p> <p>Colocación de los jugadores-as: En cada contenedor se colocarán uno de los componentes de los dos equipos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El LANZADOR-A (jugador-a que lanza el disco), mientras está lanzando el frisbee, se debe mantener por detrás del contenedor. - El RECEPTOR-A (jugador-a del mismo equipo que el lanzador-a que se encarga de redireccionar el disco) puede colocarse donde quiera y moverse por cualquier zona.
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>	<p>La puntuación en el Discflect es de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Lanzamiento ganador-a: el lanzador-a introduce el disco directamente (sin la ayuda del receptor-a) por la parte superior del cubo o por la ranura. ➔ 3 puntos (bucket): el receptor-a redirige el disco y entra en el cubo, bien por la parte de arriba bien por la ranura lateral. ➔ 2 puntos (deuce): el lanzador-a golpea un lado del cubo sin la ayuda del receptor-a. ➔ 1 punto (dinger): el receptor-a redirige el disco para golpear cualquier parte del cubo. <p>Además, hay que tener en cuenta las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ Si el jugador-a que está lanzando el frisbee no permanece detrás del contenedor, no puntúa. ➔ Si el disco toca el suelo ante de golpear el contenedor, tampoco puntúa. ➔ Si un jugador-a interfiere intencionadamente en el juego, su equipo perderá la partida. ➔ Se debe alcanzar 21 puntos exactos. Si en una jugada los puntos que se hacen sobrepasan los 21, en lugar de sumar restan. Es decir, si un equipo tiene 20 puntos y marca 3 puntos, su marcador pasará a ser de 17 puntos. ➔ Si un jugador-a interfiere en el juego del equipo que está lanzando el disco se otorgarán 3 puntos al equipo lanzador. Pero si el equipo lanzador cuenta con 19 ó 20 puntos, entonces sólo se otorgarán 1 ó 2 puntos respectivamente. ➔ Cuando haya empate, cada equipo lanza el disco una sola vez y quien marque más puntos gana. Se realizarán las rondas necesarias para desempatar. <p>En el siguiente video podrás ver cómo se juega al Discflect. Aunque está en inglés, no te preocupes porque te servirás para que veas como se posicionan los jugador-a-es así como las distintas jugadas.</p>
<p>VARIANTES</p>	<p>Existen dos variantes del juego original: *</p> <ul style="list-style-type: none"> Discflect mini: tanto el tamaño del cubo como del disco es más pequeño. Está diseñado para jugar, tanto en el exterior como en el interior. * Discflect Splash: está diseñado para jugar en el agua y tiene una base flotante.



Para más información <https://www.kanjam.com/>

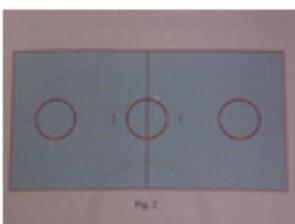
MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO





JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 98

La ROSQUILLA

<p>OBJETIVO</p>	<p>La Rosquilla es un deporte colectivo, Intervienen dos equipos de cuatro o cinco jugadores. Durante el juego se busca ganar puntos obteniendo rosquillas, para ello los jugadores se desplazan pasándose el aro y evitando que el equipo contrario se apodere de él. Una rosquilla se obtiene cuando un jugador situado dentro del área contraria alcanza el aro introduciendo uno de sus brazos en él.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>Deporte elaborado en Mérida-Extremadura-España por C. Manuel Rodríguez Barriga , maestro especialista en E. Física, en 1997</p>
<p>MATERIAL Y TERRENO DE JUEGO</p> 	<p>-El instrumento del juego es un aro de PVC con cinta adhesiva de colores, de 28-30 cm de diámetro interior: de sección redonda con una circunferencia de 65-75mm y un peso de 120-140 gr. -El terreno de juego es una pista rectangular de 28X15m pero pueden valer pistas más pequeñas con dimensiones proporcionales. Tiene dos áreas circulares de 3m de diámetro cuyos centros estarán situados a 4m de cada una de las líneas de fondo. El círculo central tendrá las mismas medidas que las áreas</p> 
<p>PRINCIPALES REGLAS Y CONSIDERACIÓN FINAL</p>  	<p>Una rosquilla vale 3 puntos si el lanzamiento se realiza desde tu propio campo; 2 puntos si se realiza entrando en campo contrario y 1 punto si es consecuencia de tiros libres con barrera. Un jugador no puede invadir su propia área, si lo hace se penaliza con tiros libres con barrera. La defensa al jugador que lleva el aro se hará a una distancia superior a 1 metro. El jugador que lleva el aro solo puede desplazarse dando como máximo 2 pasos y pivotar. Se puede retener el aro un máximo de 5 segundos. No se puede permanecer en área contraria más de 5 segundos continuados. Si el aro cae al suelo, la posesión pasa al equipo contrario que lo pondrá en juego mediante un saque lateral No podrá ganarse rosquilla directamente de un saque lateral.</p> <p>CONSIDERACIÓN FINAL.- En La Rosquilla se cuenta con pocos recursos técnicos y por tanto las posibilidades de éxito dependen del juego colectivo, de conjunto. Será pues la movilidad de los jugadores, la velocidad de desmarque y el apoyo continuo al compañero lo que permitirá ganar las acciones. Por esto podemos decir que La Rosquilla favorece la participación y la integración</p>



Para más información
<https://cmanuelrb.wixsite.com/larosquilla>
<https://www.facebook.com/larosquilladeporte>

C. MANUEL RODRÍGUEZ BARRIGA





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 99

HIT360° MOLKKYANO

<p>DESCRIPCIÓN</p>	<p>Es una modalidad más larga que el Hit360°, con algunas reglas similares al juego del Molkky. Es un juego de lanzamiento y precisión, en el que intentas golpear los bolos según conveniencia. La estaca central y la cuerda de medición proporcionan un campo de juego de 360 grados, por lo que puedes lanzar desde cualquier dirección.</p>	
<p>OBJETIVO</p>	<p>El objetivo del Hit360° Molkkyano es conseguir el máximo de puntuación sacando los bolos fuera del alcance de la cuerda (70 cm.) sujeta a la estaca central en los campos de tierra con el objetivo de conseguir exactamente 50 puntos.</p>	
<p>MATERIAL Y TERRENO DE JUEGO</p> 	<p>6 bolos enumerados (1, 2, 3, 4, 5 y 6), 1 mini testigo (palo de lanzamiento), 1 estaca central para campos en tierra, 1 cuerda de medir de 70 cm. Bolos de 6 cm de largo y 5 cm de diámetro. Testigos de 11,5 cm de largo y 3,8 cm. de diámetro.</p> <p>Terreno de juego libre de obstáculos del punto central o estaca de 2,5 metros con dos marcas de circunferencias alrededor del punto central</p> <ol style="list-style-type: none"> -A 2 metros que marca la zona de lanzamiento alrededor en cualquier lugar en los 360° -A 70 centímetros área de puntuación del bolo derribado. 	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<ol style="list-style-type: none"> -Colocar los bolos alrededor de la estaca en un círculo pequeño de 30 cm. aproximadamente, con el número hacia arriba. Con el orden según el gráfico adjunto, ordenados pero el 2 y el 5 están cambiados. La distancia entre los bolos equivale a la longitud del mini testigo o palo de lanzamiento. -El juego comienza lanzando el participante de mayor edad en la primera ronda en el siguiente juego según el orden inverso de la puntuación de esa partida. En la modalidad individual y por equipos cada participante realiza un lanzamiento de un mini testigo. -Siempre puedes elegir en qué dirección quieres lanzar el testigo detrás del círculo de 2 metros. -Se lanzan por debajo de la cintura con un impulso de atrás hacia adelante con la técnica que quieras. -El objetivo es sacar el bolo del círculo de juego. Se considera que está fuera cuando: <ol style="list-style-type: none"> -Todo el bolo está fuera del límite que marca el círculo o la cuerda. -Si al ponerlo de pie el bolo por la base no numerada queda totalmente fuera. -El bolo derribado y/o que salga del área de juego se lo adjudica el jugador-a que lanzó. -El bolo derribado que no salga del área de juego se pone de pie por la base no numerada dónde esté derribado. -Si sale fuera del círculo un bolo la puntuación correspondiente será la que indique el bolo. En el caso que salga 2 o más bolos la puntuación de registro será el número total de bolos caídos y no la puntuación que indique cada bolo, igual que en el Molkky. -El juego termina cuando se consigue 50 puntos exactamente. En el caso que se pasen volverá a 25 puntos. En la modalidad de patio se protege el testigo con una capa de poliespán o algo similar para reducir el impacto contra el suelo de los lanzamientos 	



Para más información
<https://youtu.be/e2HVQfuiJ74>

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 100

RampShot

<p>OBJETIVO</p>	<p>Objetivo del juego del RampShot es conseguir 15 puntos exactos, introduciendo la bola en la ranura que hay en la caja del equipo contrario. Se pueden conseguir en cada lanzamiento 3, 2, 1 ó 0 puntos. RampShot ayuda a desarrollar habilidades motoras, coordinación ojo-manual, trabajo en equipo y diversión para 4 jugador-aes/as.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>El juego de Rampshot fue inventado, en Estados Unidos, por dos amigos (Josh Bonverre y Kevin Taxino) en el año 2014. Pretendían diseñar un juego que se pudiera practicar al aire libre en los patios de las casas.</p>	
<p>MATERIAL JUGADO- RES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>Para jugar al Rampshot se necesitan 2 especies de cajas o rampas que contienen una ranura con una red. Además, el juego incluye 4 pelotas, 2 de cada color.</p> <p>Se juega por parejas aunque en cada jugada participan directamente 3 jugador-aes/as.</p> <p>Las cajas se colocan a una distancia de aproximadamente 4,5 m (15 pies) separada la una de la otra, si bien se puede ajustar la distancia según la comodidad y necesidades de las jugador-aes/as. Cada uno de los jugador-aes/as del equipo que tiene posesión de la pelota se colocarán con los dos pies detrás de cada una de las cajas/rampas.</p>	 
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>    	<p>En cada jugada participarán 3 de las 4 jugador-aes/as:</p> <ul style="list-style-type: none"> → El LANZADOR-A (shooter): que es el jugador-a que tiene la pelota y va a efectuar el lanzamiento. Se coloca con los dos pies detrás de una de las cajas/rampas. → El LADRÓN-A (stealer): que es el jugador-a del equipo contrario al que posee la pelota. Se coloca al lado del lanzador-a pero los dos pies deben de estar por delante de la caja/rampa. En cuanto el lanzador-a tira la pelota, el ladrón-a puede moverse para coger el rebote hasta la parte de delante de la caja/rampa donde se va a introducir la pelota, pero no puede pasar por detrás de la caja. → El DEFENSA (defender): que es el otro jugador-a del mismo equipo que tiene posesión de la pelota. Se encuentra con los dos pies detrás de la caja/rampa en la que se pretende introducir la pelota. Puede coger de rebote la pelota, pero no puede avanzar y colocarse delante de la caja/rampa. <p>El cuarto jugador-a (no interviene en la jugada) deberá estar colocado en un lugar que no interfiera en el juego.</p> <p>Cada equipo contará con 2 bolas del mismo color y sólo podrá anotar puntos cuando esté lanzando. Se pueden anotar puntos de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> → 3 puntos (triple): introduciendo la bola en la ranura (red) de la caja. También se consiguen 3 puntos si la pelota entra en la ranura y luego rebota de nuevo. → 1 punto: cogiendo la bola que lanza el compañero de equipo, pero que no consigue introducir directamente en la ranura sino que rebota en la caja. Es decir, si se consigue coger el rebote. → 0 puntos: si la pelota rebota en el suelo o, en el caso de que rebote en la caja, el otro compañero de equipo no consigue atraparla. <p>Para conseguir un tiro extra (que es una gran ventaja ya que sólo puede anotar el equipo que está lanzando), es necesario atrapar la bola que rebota en la caja/rampa cuando están lanzando el equipo contrario. Es decir, cuando hay un rebo de pelota se consigue un tiro extra.</p> <p>Por lo tanto, cada equipo lanzará 2 bolas (3 bolas si se tiene un tiro extra) y luego lanzará el equipo contrario. Así, en cada ronda lanzarán las bolas ambos equipos.</p> <p>Para ganar el juego se tiene que conseguir 15 puntos exactos, teniendo en cuenta las siguientes consideraciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si se consiguen más de 15 puntos se vuelve a la puntuación anterior pero no se puede seguir lanzando las pelotas que quedan. • Si los 2 equipos alcanzan los 15 puntos exactos en la misma ronda, hay una prórroga hasta 21 puntos. • Si en la prórroga los 2 equipos alcanzan los 21 puntos exactos en la misma ronda, gana el equipo que consigue más puntos en la siguiente ronda. 	



Para más información
<https://rampshot.com/>

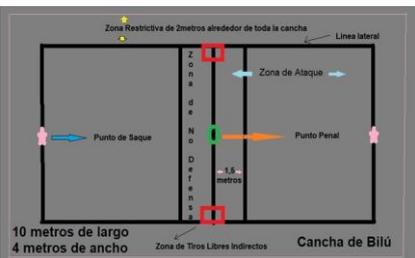
MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO





JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 101

B I L Ú

OBJETIVO	Objetivo del Juego: por turnos dentro de su cancha, se golpea con un palo el útil (especie de botella) con la intención de hacerlo pasar por la línea final del otro equipo, que trata de evitarlo, también con el palo.
HISTORIA	Fue creado en 1981 por Raúl Treviño, en Montevideo Uruguay. El 1er Reglamento se escribió en marzo de 2017. La palabra "Bilú" es de origen Cahrrúa y significa "Bello"
MATERIAL  Y TERRENO DE JUEGO	Este material se disfruta más en asfalto fino o pulido, pero también se puede jugar en pasto, parquet, así como en arena dura (playa), adaptándose la superficie, a las características de los/as jugadores/as. A más edad, más blanda la superficie, lo cual cumple dos funciones: aumenta el rozamiento (el útil se desplaza a menor velocidad sobre la superficie), y previene lesiones (por posibles caídas) 
PRINCIPALES 	-Cancha dividida y golpeo por turnos. -Elementos: cada participante tiene su palo (parecido al de escoba) de un largo tal que permita llegar al suelo sin agacharse, para pegarle al ÚTIL (parecido a una botella de plástico de 1 litro). En el extremo inferior del palo, se coloca una cubierta de goma (o regatón). -Se juega 1vs1 ó 2vs2, al mejor de 3 sets, de 21 puntos cada uno.
REGLAS    	-Gol: cuando el Útil, golpeado con el palo dentro de la zona de ataque, sobrepasa completamente la línea de gol del equipo que defiende. Para que sea valido, el útil no puede pasar por sobre el hombro de la defensa. -Cantidad de golpes: 3 toques máximo por equipo. En un un partido de duplas, una misma persona no puede hacer los 3 toques. Infracción a esta regla se cobra Indirecto. -En la Zona de "De No Defensa" (de seguridad), no se permite presencia de la defensa (ni del palo) -En la Zona "Restringida" (de seguridad), no puede haber nadie, excepto quienes juegan. Si el Útil la traspasa, es fuera; además desde ahí no vale el gol ni golpear, solo empujar el útil. -Es Auto-arbitrado (no hay juez). LOS TIROS LIBRES INDIRECTOS. -"Saque desde línea de gol": se da cuando inicia cada set, o después de cada gol recibido. -"Saque Lateral": cuando cualquier equipo lanza hacia afuera de la Zona Restringida; también cuando el equipo atacante en su lanzamiento, el útil sale por la línea lateral de la defensa (la línea de 5 mts.). Este saque se ejecuta colocando el útil sobre la línea lateral por donde salió. -"Indirecto": cuando se infringe la regla de "cantidad de toques"; cuando un gol es convertido desde fuera de la cancha; todos los contactos involuntarios, del útil con el cuerpo, que generen ventaja "evidente"; todos los contactos voluntarios siempre que no sean evitando un gol (lo cual es penal), y el choque de palos. Se ejecuta colocando el útil en la Zona de Indirecto elegida. -El único tiro libre directo es el "Penal": cuando la defensa toca con su cuerpo el útil evitando un posible gol. También si la defensa defiende en Zona de "No Defensa"

Para más información
encontrarnosjugando@gmail.com

RAÚL TREVIÑO
SANDRA ALDABE





JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 102

CORNHOLE

OBJETIVO

El objetivo del cornhole es conseguir la máxima puntuación lanzando unas bolsas o saquitos llenas de granos de maíz, dos jugadores que lanzan de forma alternativas a una plataforma elevada con un agujero en el otro extremo. Una bolsa que se cuelga por el agujero obtiene 3 puntos, si se queda en el tablero obtiene 1 punto.



HISTORIA

Cornhole moderno se inventó en 1883 como un juego llamado "Parlor Quoits" que sustituyó las herraduras por bolsas de frijoles para que el juego se pudiera jugar en interiores. Tenía características muy similares al actual "Cornhole" pero el agujero era cuadrado se utilizaba bolsa de frijoles y la tabla era inclinada.

En 1974, la revista Popular Mechanics publicó un artículo escrito por Carolyn Farrell sobre un juego similar llamado "Bean-bag Bull's-eye". La diana de la bolsa de frijoles se jugó en una tabla del mismo ancho que las tablas modernas de cornhole pero más corta que la actual el agujero estaba centrado la dinámica y puntuación ya era la misma que la actual.

El juego se extendió en Chicago, Illinois y la región noroeste de Indiana a fines de la década de 1970 y principios de la de 1980. La popularidad del juego en el lado oeste de Cincinnati en la década de 1980 se extendió a las áreas circundantes en Kentucky y el sureste de Indiana.

La Organización Americana Cornhole ("ACO"), establecida en 2005 y con sede en Milford, Ohio. A partir del 1 de agosto de 2019, ACO afirmó en su sitio web ser el "organismo rector del deporte de cornhole".

La American Cornhole Association ("ACA") es una organización para ayudar a los jugadores de Cornhole a disfrutar del juego.

La American Cornhole League ("ACL") fue fundada en 2015 por Stacey Moore. Según el sitio web de ACL, promueve y desarrolla cornhole como un deporte en todos los niveles, creó software y aplicaciones para administrar ligas cornhole, torneos, eventos especiales y desarrollo de jugadores.

World Cornhole Organization - WCO Organización Mundial Cornhole se crea en 2017

MATERIAL

-El tablero de madera mide 60/120 cm. +/- 1 cm. Tiene un grosor 1 / 1,27 cm. El agujero tiene un diámetro de 15 cm y tiene un borde frontal ubicado a 91 cm. del borde de la plataforma. La altura del tablero al principio debe estar de 7 a 10 cm. y al final de 30 cm.

-Las bolsas deben medir 15X15 cm +/-1cm. Y tener un peso de 400 a 460 con granos de maíz.

-Los tableros se sitúan de 8 a 8,23 m. Menores de 12 años se sitúa a 6 m. y menores de 10 años a 4 m.

-El terreno de juego tiene las dimensiones siguientes +2,5/3 m. por 12/14 m..

-La zona o caja de lanzamiento mide 0,90 por 1,20 m. junto al tablero. Se juega a nivel individual o por parejas.



JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO



PRINCIPALES REGLAS

-Cada equipo lanza cuatro bolsas de forma alternativa
-La puntuación es de 3 puntos colando una bolsa por el agujero "Cornhole" o de 1 punto si la bolsa se queda en el tablero sin tocar el suelo "Woody". Al final de la ronda, se cuentan las puntuaciones totales de ambos equipos y la diferencia se otorga al equipo con mayor puntuación, "Puntuación por cancelación".

- Se juega un partido de cornhole hasta que el primer jugador/a o equipo alcance 21 puntos al completar una ronda. El equipo ganador no necesita ganar por dos o más puntos. No hay posibilidad de empate

-En cada ronda comienza a lanzar el equipo que ganó la anterior ronda.

VARIANTES:

-En formato virtual se puede jugar lanzando los 4 sacos de forma individual en cada "ronda". Cada "Set" de clasificación será de 20 rondas (80 lanzamientos) y se podría dividir en retransmisiones en directo de 10 rondas.

-Se puede jugar contra un "fantasma de 4, 6, 8..." Con el "fantasma 6" en cada ronda siempre puntúa con 6 puntos y el objetivo es saber quién llega antes a 21 puntos.

-Existe otras variantes de puntuaciones por ejemplo: 2 puntos si la bolsa se queda colgando en el agujero o llegar a 21 puntos exacto y si te pasas vuelves a 15 puntos.



Para más información <https://apefadal.es/index.php/asociacion-espanola-de-cornhole/>

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS – Ficha 103

POULL BALL

<p>OBJETIVO</p>	<p>El Poull Ball es un juego por equipos mixto, que se disputa con una gran pelota en una cancha de baloncesto. En este juego de cooperación el objetivo es dejar caer uno de los dos dados, situados cada uno en un lateral de la pista. Se puede elegir cualquiera de los dos dados, ya que no pertenecen a ningún equipo. Se puede entonces atacar deliberadamente los dos lados.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>El deporte fue inventado en 2009 por François Poull. Un profesor de educación física en Bélgica que quería crear un juego mixto para la integración y la inclusión.</p>	
<p>MATERIAL</p> <p>JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>		<p>Una gran pelota (55 cm. de diámetro).</p> <p>Dos plataformas (inmóviles).</p> <p>Dos dados (colocados sobre las bases).</p> <p>Dos zonas circulares impenetrables.</p>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Poull Ball 5c/5</p> <p>¿Cómo marcar?</p> <p>El objetivo es revertir un cubo situado en uno de los dos pedestales. La técnica de tiro es libre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con una o dos manos • En recepción o remate <p>Circulación de la pelota en progresión.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obligatorio: 3 pases antes de disparar, máximo 5 segundos pelota en mano • Autorizado: 3 pasos con la pelota en mano • Prohibido: hacer regates, la penetración de zonas intransitables (círculos) <p>La marca</p> <p>Cuando los equipos marcan uno o dos puntos, el conjunto de los jugadores se ve invitado a aplaudir el gesto, cualquiera que sea el equipo concernido.</p> <p>¡Buen partido!</p>	



Para más información
<http://www.poull-ball.com/>

FRANÇOIS POUILL





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 104

RECICURLING

<p>OBJETIVO</p>	<p>Se trata de un juego "ecológico" de estrategia consistente en deslizar botellas "arrugadas" de agua con diferentes pesos con el fin de dejar el mayor número posible de ellas más cerca del objetivo que el jugador del equipo contrario.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>Surge como consecuencia de la combinación de dos modalidades deportivas similares en cuanto a filosofía de juego: la petanca y el curling</p>	
<p>TERRENO de JUEGO</p>	<p><u>TERRENO DE JUEGO</u> El juego se desarrolla en una zona con suelo deslizante. Las medidas deben ser las siguientes: - Una raya de lanzamiento de 1,5 m de longitud. - A 2,5 metros un rectángulo de 2,5 m de largo x 1,5 m de ancho</p>	
<p>MATERIAL</p>	<p><u>MATERIAL</u> - 8 botellas de agua "arrugadas" de 1,5/2 litros ("SLIDERS") cada una con diferente cantidad de agua: "slider 0" = vacía, sin agua "slider 1" = 100 ml "slider 2" = 200 ml "slider 3" = 300 ml - 1 botella de agua "arrugada" de 500 ml ("TARGET") rellena con 100 ml - cinta adhesiva de colores</p>	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2 jugadores Tras sorteo al inicio del juego o el jugador que sumó punto al último desliza el "target" hasta la zona de juego El mismo jugador que lanzó el "target" lanza su "slider nº0" y acto seguido lo hace su oponente Continúa lanzando el jugador que tenga su "slider" más lejos del "target" hasta conseguir colocar alguno más cerca del mismo que el de su oponente Se deben lanzar los "sliders" en orden numérico ascendente Una vez lanzados todos los "sliders", el que lo tenga más cerca del "target" se anota tantos puntos como "sliders" tenga entre el "target" y el primer "slider" del oponente Los "sliders" que pierdan la verticalidad y aquellos que salgan de la zona de juego se eliminan y se van retirando del juego Si es el "target" el que se derriba o se saca de la zona de juego, se comienza de nuevo el juego, lanzando el "target" y realizando el primer lanzamiento el jugador que derribó el "target" o lo sacó de la zona de juego, anotándose un punto al jugador contrario Al inicio se pactan los juegos y la puntuación necesaria para ganar la partida 	
<p>ACCIONES DEL JUEGO</p>	<p>"CLOSE": lanzamiento de aproximación al "target" "TAKE OUT": lanzamiento para alejar o derribar algún "slider" oponente "GUARD": lanzamiento para proteger un "slider" propio bien situado "TAP BACK": lanzamiento para golpear y aproximar un "slider" propio al "target" "ON TARGET": lanzamiento para desplazar el "target" a una posición más ventajosa</p> <p style="text-align: right;">Click aquí para ver </p>	

Para más información:
- <http://www.actiweb.es/bottlebol/>
- joseantonioamadorcarretero@gmail.com

JOSÉ ANTONIO AMADOR CARRETERO

Physical Education CLIL resources - Game 28

CROSSMINTON

Age	12 years old and on
Learning objectives	- To develop the basic skills of racket sports.
Resources /equipment	A racket (any racket can be used; the crossminton racket is larger than a traditional badminton racket and similar to a squash racket) and a tennis ball or shuttlecock (a foam tennis ball or the badminton shuttlecock are good options; the crossminton shuttlecock is heavier and more resistant to wind, making it easier to play).
Game description	Crossminton is a variation of badminton that combines different elements of badminton, squash, padel and tennis. The main difference is that is played without a net. The playing field is described in the picture (half a tennis court is a good size), where players must hit the ball or shuttlecock within their playing areas. The service must be from hip level of below (as in padel). The winner is the first player to reach 16 points with a two-pint advantage. Each player has three consecutive serves. A point is scored if the ball or shuttlecock hits the ground in the opponent's square or when your opponent's ball lands outside the playing square.
Variations	<ul style="list-style-type: none"> - Increase/decrease the size of the playing squares. - Increase/decrease the distance between the playing squares. - Use different types of rackets and/or balls or shuttlecocks. - Play in pairs
Specific vocabulary	Crossminton, shuttlecock, racket sports
Image/Picture	

JAIMÉ PRIETO BERMEJO

Physical Education CLIL resources - Game 29

TAG RUGBY

Age	12 years old and on
Learning objectives	- To develop the basic skills of rugby and other contact invasion games.
Resources /equipment	A rugby ball (a foam rugby ball is a good option) and a belt with flags/tags for all players.
Game description	Tag rugby is an alternative sport to traditional rugby league. The main difference is that tag rugby is a non-contact team sport. Players wear a belt with flags/tags attached by Velcro around the waist. An alternative option is to wear shorts with Velcro patches. The game is played by two teams of 7 players each. The attacking team (the one in possession of the ball) should try to move the ball up the pitch by passing it to hand or kicking it. By hand, the ball can only be passed backwards. Teams have six attempts or plays to advance the ball. The defenders should try to prevent the opposing team from scoring by pulling out the flag/tag from the ball carrier. This action is equivalent to a tackle in rugby.
Variations	<ul style="list-style-type: none"> - Increase/decrease the playing area. - Increase/decrease the number of players in each game. - Use different types of balls (different sizes, materials and shapes).
Specific vocabulary	Tag rugby, flag, tag, belt, tackle
Image/Picture	<p>The illustration shows a green field with several 'X' marks representing players on the left and a vertical line of blue ovals representing a goal or line on the right. Two players are shown in the foreground: one in an orange shirt and one in a blue shirt, both with flags on their waists. The player in the blue shirt is holding a black ball and is being tackled by the player in the orange shirt.</p>

JAIME PRIETO BERMEJO



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 105

DATCHBALL

<p>OBJETIVO</p>	<p>El objetivo del Datchball es eliminar golpeando con la pelota de espuma a todo el equipo contrario. Los partidos oficialmente son a 3 partidas ganadas quedando 3-0,3-1 ó 3-2.</p>
<p>HISTORIA</p>   <p>DATCHBALL</p>	<p>El datchball nace en el colegio Diputación Provincial de Brea de Aragón (Zaragoza) en el año 2005 a través de su maestro de educación física Roberto Navarro. Ese año se creó el primer reglamento. En los sucesivos años se elabora el logo oficial y se desarrolla un reglamento más elaborado mostrando este recurso didáctico a los diferentes docentes en las X Jornadas de Educación Física en Calatayud (Zaragoza) en el año 2010. En el año 2012 se crea la primera Asociación de Datchball, el Club Datchball Utebo y comienzan a impartirse este deporte fuera de su horario escolar. En el año 2016 es considerado deporte por el Gobierno de Aragón y en el año 2018 se crea la Federación Aragonesa de Datchball. Actualmente pertenecemos a la EDF (Federación Europea de Dodgeball) y a la WDF (Federación Mundial de Dodgeball).</p>
<p>MATERIAL JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>  	<p>El material necesario es sencillo, 3 pelotas de espuma y una cuerda. Comienzan el juego 6 VS 6 y este deporte es obligatoriamente mixto, teniendo mínimo 2 jugadores de género masculino o femenino. El terreno de juego varía en función de la edad teniendo un campo de 7m de ancho por 14m de largo desde los 6 a los 9 años. 7m de ancho por 16m de largo de los 10 a los 12 años y 8m de ancho y 18m en las categorías junior, absoluta y veterana.</p> 
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Al comienzo de la partida los 6 jugadores se encuentran pisando la línea del extremo de su campo y al grito de ¡Datchball!, los que lo deseen pueden ir a coger alguna de las 3 pelotas situadas en la línea central pero sin tocar la cuerda o pasar al lado contrario. Desde el momento que coges una pelota puedes lanzarla para golpear al equipo contrario. Todo lanzamiento con o sin botes que toca a un jugador y luego toca el suelo o la pared elimina. Eso quiere decir que puedes lanzar con bote, raso o sin bote. La pelota se desactiva al golpear una pared. Si un jugador atrapa una pelota en el aire lanzada por el otro equipo se considera "aire" y salva a un jugador de su equipo pero no elimina al jugador que ha lanzado. Las líneas laterales y de fondo no eliminan si las pisan, pero el árbitro te advertirá si te sales del campo para esquivar. Los jugadores se pueden mover libremente por su campo. La pelota te puede servir de escudo. Defendiéndote con ella pero ten cuidado, porque la pelota que te lancen si golpea en el escudo y luego te da estarás eliminado o si da a un compañero tuyo estará eliminado. Si haces un aire podrá salir hasta un séptimo jugador llegando a estar el máximo de jugadores posibles. Si te eliminan levantas la mano, lo reconoces y te sientas en el banco. El primer jugador en salir será el que más tiempo lleve esperando pero respetando la mínima proporcionalidad de género 4-2. En los colegios naturalmente las reglas las adaptamos pero tienen que saber que es un deporte mixto. Cada vez que eliminas a todo el equipo contrario se cambia de campo. El que gana 3 partidas gana. Para mantener un juego dinámico hay líneas de acortes en los campos. Eso quiere decir que a los 4 minutos el campo se hace más pequeño y debes estar más cerca de la línea central</p> <p>¡Seguro que disfrutas jugando! No hay edad para jugar. ¡Datchball!</p>

Para más información <https://www.datchball.com/>

ROBERTO NAVARRO ARBUÉS





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 106

M À D E L

<p>OBJETIVO</p>	<p>El màdel és una nueva modalidad de pelota a mano, de cancha dividida, practicada en las pistas de pádel. El objetivo del juego es golpear la pelota con la mano al aire o tras el primer bote, para hacerla pasar por encima de la red, y que el equipo adversario no pueda devolverla.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>El màdel nació en 2013 en Valencia, con la finalidad de aprovechar las pistas de pádel para la práctica de la pelota a mano. Canchas que mantienen claras semejanzas con los "trinquets" de "pilota grossa", modalidad de "pilota valenciana" muy arraigada hasta principios del siglo XX, y que en la actualidad cuenta con muy pocas instalaciones para su práctica.</p> <p>La afición al màdel ha crecido con fuerza durante los últimos años, con muy buena acogida entre aficionados a la pelota y nuevos practicantes, gracias a su facilidad de aprendizaje.</p> <p>Desde el 2013, numerosos clubes de pelota han organizado torneos y multitud de actividades, a lo largo del País Valenciano, con gran aceptación entre el público de todas las edades y sexos. Algunos de estos torneos se han consolidado con el "Circuit Intercomarcal de Màdel", competición disputada año tras año des de 2017.</p>	
<p>MATERIAL</p> <p>JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>La pelota idónea és la pelota oficial de màdel, elaborada artesanalmente y diseñada específicamente para el juego. Blanda, para no tener que usar protecciones para la mano, y con un bote reducido, tiene un peso entre 40 y 42g y un diámetro de 5,6cm.</p> <p>A màdel se puede jugar por parejas, sin diferenciar categorías por sexos, en una pista estándar de pádel de 20x10m, o de manera individual, utilizando solo la mitad de la pista estándar o las pistas individuales de 20x6m.</p> <p>Para la iniciación se pueden adaptar el juego a otro tipo de instalaciones y utilizar otros tipos de pelota.</p>	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>	<p>La regla más característica es el saque, que se realiza con la mano no dominante del jugador, que golpeará la pelota tras botarla detrás de la línea de saque, y sin poder pisarla ni sobrepasar los pies antes del golpeo. La pelota entrará dentro del rectángulo del jugador restador, sin tocar la valla metálica antes o después del bote ni la pared lateral antes del bote. Las líneas son buenas.</p> <p>La pelota solo puede ser golpeada una vez por equipo, que cuando no consigue pasar la pelota por encima de la red y dentro de los límites de la pista establecidos pierde el punto. Durante el juego, la pelota puede rebotar en las diferentes paredes solo después del bote en el suelo.</p> <p>Un equipo gana una partida cuando llega a 10 juegos, aunque se puede adaptar el número según la competición o el tiempo disponible. Los juegos se pueden contar de 1 en 1 o de 5 en 5, y está compuesto por 4 puntos o "guinzes", 15, 30, "Val" y "Joc".</p> <p>El reglamento oficial completo se puede descargar en la página web madelpilota.com</p> <p>Variantes: En la pilota valenciana existen diversas modalidades que se practican en diferentes recintos de juego pero que se pueden adaptar a las instalaciones disponibles. Todas ellas se describen detalladamente en la página web pilotadidactica.com.</p>	



Para más información
<https://www.madelpilota.com>

RICARD SENTANDREU SEBASTIAN

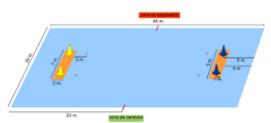
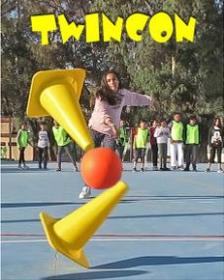




www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 107

TWINCON

<p>OBJETIVO</p> 	<p>El <i>Twincon</i> se clasifica como juego de invasión colectivo entre dos equipos mixtos de 6 jugadores en el que deben disponer con un número mínimo de 2 para cada sexo. El juego basa su principal acción motriz en pases de un balón con una o dos manos entre los compañeros de un mismo equipo y en lanzamientos de precisión hacia los conos adversarios. Si derriban un cono, el equipo obtiene un punto y acto seguido se pasa al lanzamiento de un penalti llamado <i>Twin</i>. La duración del partido puede ser a puntos o a tiempo. En el juego a puntos, el partido durará hasta que un equipo consiga 17 puntos, debiendo existir una diferencia mínima de 2 puntos o 60 minutos; lo que primero ocurra. El juego a tiempo, dependerá de la categoría de los jugadores. Ambas modalidades jugarán 2 mitades con un descanso intermedio.</p> <p>El reglamento técnico y táctico de su práctica es común de juegos como el balonmano, el rugby, el baloncesto, la pelota valenciana, el <i>ultimate</i> y el <i>floorball</i>.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>El <i>Twincon</i> fue creado en 2018 por el maestro de E.F; Pau Morant con su alumnado con el fin de: motivar a los alumnos que no le gustaba practicar actividad física, cohesionar los grupos-clase mediante el deporte e incluir aquél alumnado que en los deportes colectivos de cooperación-oposición con terreno de juego compartido tiene poca participación ya fuese por su poco desarrollo en las habilidades y capacidades básicas o la poca práctica de jugar en equipo para conseguir un mismo objetivo.</p>	
<p>MATERIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 4 conos (2 azules y 2 amarillos) con una altura de 40cm y una base de 25 cm por cada lado. - 1 balón de espuma recubierto de piel de 16 cm de diámetro y un peso aproximado de 110gr. - Zona defensiva (puede estar marcada al suelo o puesta con cinta o cuerda) 	
<p>TERRENO DE JUEGO</p>	<p>Campo rectangular liso de 40 metros de largo por 20 metros de ancho (pista polivalente). El campo dispone de 4 conos: dos amarillos y dos azules. El par de conos amarillos estarán ubicados en su campo defensivo a una distancia de 5 metros de la línea de meta dentro del rectángulo delimitado con un área (zona defensiva). Los dos conos azules estarán ubicados de igual manera en la otra mitad de campo.</p>	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realizar pases y recepciones para conseguir el lanzamiento al cono para derribarlo y anotar un punto. Acto seguido se procede a lanzar un lanzamiento de penalti llamado <i>Twin</i> a una distancia de 3 metros, con opción de conseguir hasta 2 puntos extra. ✓ Todos los jugadores pueden desplazarse libremente por el terreno de juego, a excepción del jugador receptor del balón, el cual debe pararse y solamente puede pivotar con un pie; no se le permite el desplazamiento. Además de retener el balón un tiempo máximo de 10". ✓ Si durante la jugada, cae el balón al suelo, se producirá un cambio de posesión de balón y se sacará desde la banda más próxima. ✓ Los jugadores del equipo defensor solamente pueden interceptar el balón durante el vuelo. ✓ Si en el vuelo del balón, cuando un jugador del equipo atacante y otro del equipo defensor cogen al mismo tiempo el móvil, tiene preferencia de posesión el del equipo atacante. ✓ Los marcajes entre jugadores será de 1 contra 1 y con un distanciamiento de 1 metro entre adversarios y poseedor del balón. ✓ Cuando se comete una falta sin gravedad se para la jugada y se sacará desde la banda más próxima. ✓ Además, existen 3 tipos de faltas graves, más el cono defensivo. 	

Para más información del reglamento, dossieres descargables, videos y unidades didácticas, visita <https://twincon.es>

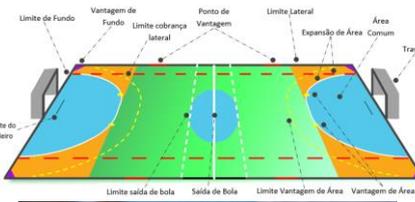
PAU MORANT BERTOMEU





JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 108

T A P E M B O L

<p>OBJETIVO</p>	<p>Tapembol es un deporte de cancha, donde juegan 06 (seis) por equipo, disputando el balón entre sí, dando uno o dos toques con una mano abierta sin sostener, con el objetivo de marcar un gol en el equipo contrario.</p>	
<p>HISTORIA</p>	<p>Creado el 27 de julio de 2007, en la ciudad de Caeté, Minas Gerais, Brasil, por el profesor de Educación Física Marco Aurélio Cândido Rocha, Tapembol se originó a partir de un simple juego en las clases de Educación Física del antiguo CEW PROMOVE College, que se estaba adaptando con reglas y formas de juego, que buscan la participación de todos, independientemente del biotipo o destreza en otros deportes.</p>	
<p>MATERIAL</p> <p>JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p> 	<ul style="list-style-type: none"> -Tapembol se juega en un área rectangular con sus respectivas zonas y áreas comunes, con marcas específicas del deporte como las líneas de límite (laterales, centro y espalda), así como los Puntos de ventaja, Ventaja de área y Expansión de área -Juegan seis jugadores por cada equipo. -Tapembol tiene su propia pelota para practicar en versiones oficiales e infantiles. 	 
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Un partido de Tapembol tiene la duración de 2 periodos de 12 minutos, con seis jugadores de cada lado, siendo: 01 portero, 02 defensas, 02 extremos y 01 central que pueden tocar el balón uno o dos a la vez, sin sujetar, con el gol de gol.</p> <p>Tapembol se juega con una mano para tocar, atrapar y someter y con ambas para bloquear.</p> <p>No se pueden usar otras partes del cuerpo con la intención de detener o empujar la pelota. Si la pelota golpea involuntariamente cualquier parte del cuerpo, cuenta como un toque.</p> <p>Cualquier falta dentro del área común es la más grave, siendo imputada la ventaja de área, donde dos jugadores contrarios cargan contra el portero.</p> <p>Las reglas generales están disponibles en www.tapembol.com.br/downloads.</p> <p>Siganos: @tapembol (Instagram, Twitter, Youtube, Facebook, Tik Tok)</p>	

T A P E M B O L

Para más información
<https://www.tapembol.com.br>

MARCO AURÉLIO CÂNDIDO ROCHA



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 109

C H E S S R I N G

<p>OBJETIVO</p>	<p>El Chess - Football o ChessRing es una variación del fútbol 3x3 donde las técnicas originales se mantienen, pero cambiamos ligeramente medidas, espacios y capacidad de movimiento de los jugadores, o incluso el móvil de juego. Lo que más interesa en este juego es potenciar el conocimiento táctico orientado a la ocupación de espacios libres y el desmarque. Las reglas que se presentan se pueden adaptar a otras modalidades: Interchess, Ringuette, Floorball...</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>Esta variación surge como necesidad en el curso 2020/2021 de cara a conseguir que los jugadores mantengan la distancia en posiciones aisladas y al mismo tiempo puedan interactuar en las diferentes fases de juego de los deportes colectivos</p>
<p>MATERIAL JUGADORES AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>¿Porqué CHESS - football? Porque el diseño del campo será siempre una cuadrícula, en la medida de lo posible de 3x3 metros cada cuadro (o 2x2 en el caso de no ser posible), lo cual nos recuerda a un tablero de ajedrez. Por lo que respecta a las medidas del CAMPO DE JUEGO tendremos unas similares a las de un campo de fútbol 3x3 (9x18). Variamos las líneas de campo para el movimiento de los jugadores y limitar sus acciones Necesitaremos un balón de fútbol sala o bien un aro plano de unos 30 centímetros de diámetro.</p> <div data-bbox="884 824 1278 1115" style="float: right;"> </div>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> <div data-bbox="124 1451 343 1653" style="float: left; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Possibilidades de movimiento del jugador SIN balón</p> </div>	<p>Saque - Se decide a suerte y siempre se inicia desde el fondo de campo del propio equipo. En el caso de campeonatos saca el equipo con menos victorias tenga. Desplazamientos - Sólo podemos desplazarnos hacia delante, atrás, derecha o izquierda. Nunca en diagonal. En el caso de ir hacia un cuadro libre se considera ocupado cuando se pisa el punto en su zona central y no se puede ir a otro cuadro sin antes pasar por ese punto. En el caso de entrar dos jugadores en un cuadro, siempre tiene ventaja el jugador que está en su propio campo. Jugador sin balón - El jugador SIN balón se puede mover libremente por el espacio, siempre que respete la regla de ir hacia delante, atrás, derecha o izquierda. Nunca podrá desplazarse en diagonal o a un cuadro ya "conquistado" (ocupado). Jugador con balón - El jugador con balón no puede desplazarse entre cuadros, pero sí moverse dentro de su propio cuadro. Pases - Se puede pasar el móvil a cualquier jugador y a cualquier zona. Lanzamientos - No se puede lanzar a portería desde el propio campo. Hay que pasar a campo contrario para tener la opción de lanzar a meta. Otras consideraciones - - Se pueden interceptar pases en el caso de que el móvil pase por el cuadro que se ocupa. Si el móvil va hacia una zona en la que no hay un jugador no se puede interceptar hasta que no entre en un cuadro que ocupe un jugador, es decir, si no hay jugador en el cuadro es el móvil el que indica que un cuadro está ocupado y no se puede entrar. Es decir, espero al móvil en mi cuadro, no puedo ir al cuadro que ocupe el móvil. En el caso de que el móvil se detenga antes de ser recuperado por algún equipo la posesión pasa al equipo del campo donde se haya detenido el móvil.</p>

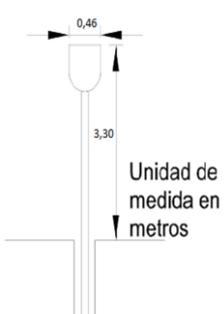
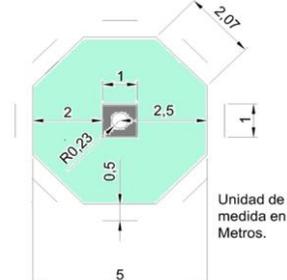
MIGUEL ÁNGEL FERNÁNDEZ MIR
ISMAEL LÓPEZ LEMUS



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 110

N I G B O L

<p>OBJETIVO</p>	<p>El objetivo del Nigbol es hacer la mayor cantidad de puntos encestando al aro y complejizar el juego del contrincante teniendo en cuenta las posibilidades dadas según las reglas.</p>	
<p>HISTORIA</p> 	<p>Este deporte surge como un juego para pasar el tiempo entre los estudiantes. El nombre resulta de la unión de "Nicolás" e "Ignacio" que fue sugerido a modo de broma, pero finalmente quedó. El día Martes 1º de octubre de 2019 fue presentado el deporte alternativo Nigbol en el 31º Congreso Mundial FIEP y 1º en Argentina en la ciudad de Termas de Río Hondo, Santiago del Estero. La presentación tuvo un éxito inesperado, a tal punto que se le presentó por parte de la organización del congreso una nueva posibilidad de disertar al día siguiente en la plaza central. Posterior a esto en el año 2020 utilizando la virtualidad como una estrategia se lanzó el "NigbolChallenge" que tuvo cierto éxito en redes sociales incluso siendo patrocinado por el jugador Emanuel Mammana y esto lo llevó a presentarse en el eCongreso Mundial de Juegos y Deportes Alternativos siendo el primer deporte alternativo presentado en dos congresos mundiales creado por estudiantes.</p>	
<p>MATERIAL JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>La pelota es esférica de 65-67 cm de circunferencia. El material puede ser de cuero sintético, goma o Pvc. Ubicado verticalmente sobre la zona de amenaza se encuentra el aro de nigbol, cuya altura es de 3,30 m. Los equipos pueden ser compuestos por mujeres, varones o mixtos en modalidad 3 vs 3. El terreno de juego debe ser preferentemente de material o algún terreno sólido con el fin de que la pelota tenga mejor rebote y así facilitar el juego.</p>	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> 	<p><u>Tiempo:</u> Se juega a 2 tiempos de 20' minutos con 5' de descanso. En caso de empate se jugará un desempate a 7 puntos. <u>Puntaje por zona:</u> 3 puntos la pelota embocada desde el saque. 2 puntos desde fuera de la zona de juego. 1 punto si el jugador desde la zona de juego. 2 puntos si el jugador golpea desde la zona de amenaza. Si la pelota, luego del golpe desde la zona de juego, picara fuera de la misma el rival gana 1 punto y su derecho al saque. Golpear y/o mover el aro. Lanzar o mantener un contacto prolongado con la pelota (a excepción de jugar la pelota en la zona de amenaza) Golpear la pelota sin intención de dirigirla a la zona de juego o aro. Golpear la pelota de manera descendente fuera de la zona de amenaza Golpear dos veces la pelota el mismo jugador en su turno. Dejar rebotar dos veces la pelota</p>	

Para más información
<https://www.instagram.com/nigbol/>

Juan Ignacio Mansilla
 Matias Nicolas Marcón



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 111

DUEBALL

<p>OBJETIVO</p>	<p>El Dueball es una modalidad deportiva parecida al Balonmano, el objetivo es introducir el balón por un agujero que hay en un tablero que está situado a 4 metros de altura. Si el gol se consigue desde dentro de los 2,5 metros (desde la línea central) marcada con la línea de puntos, entonces se contará como 2 goles.</p>
<p>HISTORIA</p> 	<p>El fundador "Mr. Firoz Khan" ha trabajado intensamente para promover y desarrollar el juego de dueball en la India y en todo el mundo. La primera copa federativa se organizó en el año 2013 en Nagpur, Maharashtra. La "Federación de Dueball de la India" ha organizado muchas competiciones a distintos niveles de edad y recientemente se ha creado la Federación Internacional de Dueball. El juego se popularizó en países cercanos a la India y Nepal como Sri Lanka, Bután, Pakistán, Bangladesh, Indonesia, Malasia, Maldivas y Emiratos Árabes Unidos. La expansión y el desarrollo del juego de dueball han llegado a diecisiete países de todo el mundo</p>
<p>MATERIAL JUGADORES Y TERRENO DE JUEGO</p>	<ul style="list-style-type: none"> -El balón deberá pesar de 180 a 185 gramos. La circunferencia del balón hinchado será de 41,5 a 42 cm. -El tablero de la portería mide 1,20 X 1,20 metros. Con un círculo de 30 cm. de radio en el centro del tablero. El tablero estará a 4 metros de altura. -Un equipo consta de un máximo de 12 jugadores compuestos por un máximo de 7 jugadores en el campo, uno de ellos portero y hasta cinco suplentes. -El portero o portera podrá ponerse guantes y otras protecciones y debe tener una camiseta distinta a la de los dos equipos. -El campo de juego es rectangular, de 40 X 20 metros. 
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<ul style="list-style-type: none"> -Los jugadores de campo no deben detener, patear o llevar la pelota con ninguna parte de su cuerpo excepto con las manos. -El portero puede bloquear o controlar el balón con cualquier parte del cuerpo dentro del área de portería. -Ninguno de los jugadores, excepto el portero, debe tocar la línea exterior del área o entrar en ella. -Ningún jugador o jugadora que no sea portero puede tocar o entrar en el área de la portería, entonces se pita un Golpe DUE si es defensor o un tiro libre si es atacante. -Un partido consta de dos períodos de 20 minutos y un intervalo de medio tiempo de 5 minutos. -Al comienzo de cada tiempo y después de un gol se sacará desde el centro del campo. Todos deben estar dentro de su campo y fuera del círculo central menos el que saca. -El balón está fuera de juego cuando pasa completamente por encima de la línea lateral o línea de fondo. El juego es reiniciado por un jugador del equipo que no fue el último equipo en tocar o jugar la pelota antes de que saliera del campo. -El portero reinicia el balón con un tiro libre cuando el balón salió por la línea de fondo sin conseguir gol. -Si el balón es tocado en último lugar por el jugador o el portero del equipo defensor el equipo atacante realiza un saque de esquina. -El portero no puede jugar ni entrar en la mitad del campo contrario.



Para más información
www.dueballindia.com

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ
DANIEL MARTINEZ COLMENAREJO

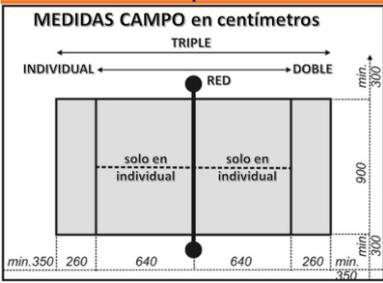


www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 112

F U T N E T

<p>OBJETIVO</p>	<p>2 equipos se enfrentan en un campo de juego dividido por una red, en el que el objetivo es rebotar el balón a campo contrario sin que sea devuelto.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>El Futnet comenzó a existir en Checoslovaquia durante los entrenamientos de jugadores de fútbol-juvenil (el nombre del club era Slavia Prague) aproximadamente en 1920. El objetivo era divertirse con una pelota, jugar al tenis con los pies. Al principio jugaron sobre un banco de madera, luego usaron una cuerda en lugar de la red. Era un deporte para todos, con reglas muy sencillas, llamado al principio al fútbol sobre la cuerda.</p>
<p>JUGADORES Y TERRENO DE JUEGO MATERIAL</p>	<p>Superficie de juego homogénea dimensiones de la cancha 9 metros por 12.8 metros</p> <p>Con dos equipos formados dependiendo de la modalidad, individual, doble o triple,</p> <p>Una red a la altura de 1,10 metro que divida el campo</p> <p>Un balón de Futnet.</p>



Dos equipos se enfrentan a ambos lados de una red de 1,10 m. de alto, para conseguir puntuar haciendo rebotar el balón en el campo contrario sin que sea devuelto; el balón puede tocarse con cualquier parte del cuerpo excepto los brazos y los jugadores no pueden tocar la red en ningún caso.

PRINCIPALES REGLAS

Hay tres modalidades en Futnet determinadas por el número de jugadores: individual, doble y triple.



Individual: un jugador, dos toques, un bote del balón en su campo en todas las categorías, dimensiones de la cancha 9 metros por 12.8 metros. El saque se lleva a cabo en diagonal desde la derecha o la izquierda dependiendo de la puntuación del jugador que atiende: con números pares desde la derecha, con los impares desde la izquierda.



Doble: dos jugadores, hasta tres toques (no dos toques consecutivos por el mismo jugador), un bote del balón en su campo permitido para hombres y dos botes del balón en su campo para mujeres y juniors, dimensiones de la cancha 9 metros por 12.8 metros

Triple: tres jugadores, hasta tres toques (no dos toques consecutivos por el mismo jugador), un bote del balón en su campo permitido para hombres y dos botes del balón en su campo para mujeres y juveniles, dimensiones de la cancha 9 metros por 18 metros.



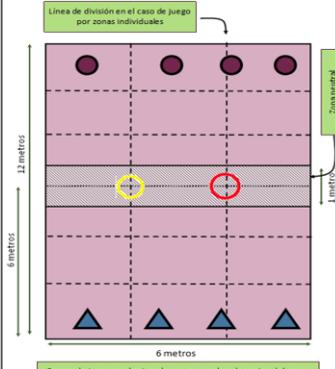
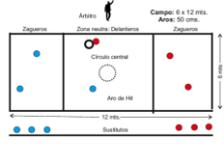
Para más información <https://www.futnetspain.com>

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE FUTNET



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 113

DODGERING

<p>OBJETIVO</p>	<p>El DodgeRing es una adaptación del Dodgeball y de todas sus versiones (School, NDL, Extreme...) y adaptaciones a clase de EF (Datchball). En este caso mantenemos las medidas de los campos y adaptamos el reglamento en cuanto al móvil (aro o aros de diferentes tamaños) y la forma de "tocar" y capturar el móvil. El objetivo del juego es que el aro toque en el pie de un contrincante para que este se considere "tocado" y sea eliminado. El juego exige un auto-arbitraje por parte de los jugadores.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>Surge de la necesidad de limitar el contacto entre jugadores y materiales en el curso 2020/2021. Tiene su origen en los centro IES Rodríguez Moñino e IES Zurbarán de Badajoz.</p>
<p>MATERIAL JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>El campo de juego tiene unas medidas aproximadas de 6 x 12 metros. De forma estándar los móviles son dos aros planos de plástico de unos 30 cm de diámetro. Hay una zona de activación y una zona neutra en la que no se puede atacar al equipo contrario. De forma opcional el campo puede estar dividido en cuadrículas para que cada jugador sólo ocupe dicha zona o sólo pueda pasar a zona contigua si no está ocupada por otro jugador. Se puede contar con un "Big Ring" de 50 o 60 cm de diámetro, funcionando en este caso como blocker y los pequeños como stingers.</p>  <p>Participación y jugadores - Juegan 4/5 jugadores por equipo en campo. Pero hay posibilidad de regeneración. Es decir, si hay menos de 4/5 jugadores en campo (depende de los jugadores con los que se quiera iniciar) podrá entrar un nuevo jugador si mi equipo consigue un "tocado defensivo" (Regeneración)</p>
<p>PRINCIPALES REGLAS</p> 	<p>Se pueden adaptar muchas formas de juego, pero optamos por explicar el modo de puntuación. Gana el primer equipo que alcanza los 20 puntos o bien tiene mayor puntuación en una ronda de juego de 20 minutos</p> <p>Sistema de puntuación y tocados - Se consigue punto por cada jugador tocado. Se considera tocado cuando:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tocado de ataque (Hit) - Un aro golpea en el pie de un jugador de forma directa (cuando viene de un lanzamiento del equipo contrario) o cuando venga de "tocar" a otro compañero (tocado múltiple). En todo caso no me puede "tocar" alguien de mi propio equipo al lanzar. - Tocado defensivo (Captura) - Un aro es detenido por un jugador del equipo contrario al meter el pie POR COMPLETO dentro del aro. En este caso el tocado es el jugador que lanzó el aro. - Tocado por infracción - Todo jugador que comete una falta está considerado automáticamente como tocado y debe abandonar el campo. Por ejemplo, en las siguientes situaciones: <ul style="list-style-type: none"> * Elevación: cuando un lanzador eleva el aro por encima de la altura de las rodillas. * Límite: cuando un jugador pisa un campo que no sea el suyo (zona neutral o zaguera) o sale por un lateral. * Doble: cuando un jugador golpea dos veces consecutivas el aro. * Falta: cualquier infracción por falta de respeto o agresividad supondrá la eliminación del jugador. * Tiempo: cuando el aro permanece más de 10" en un campo el equipo sufrirá una baja (elegido por el equipo rival) * Falta de Activación: cuando en la apertura el delantero golpea el aro hacia el campo contrario sin haberlo retrocedido y pasado a un zaguero. * Cuatro toques: el jugador que dio el cuarto toque de equipo será eliminado. <p>Lanzamientos y golpes - El aro ha de ser golpeado en todo momento con el pie. Si el aro se eleva en el aire se comete falta. El aro puede ser detenido de dos maneras: pisando el aro o bien metiendo el pie POR COMPLETO dentro del aro. Un aro debe ser detenido antes de ser lanzado de nuevo. El aro puede detenerse sólo en cualquier parte del campo, en cuyo caso lo pone en juego el jugador más cercano al mismo. Se dispone de 10 segundos para hacer un lanzamiento una vez se ha detenido un aro. En el caso de que el aro se haya detenido sólo y pasen 10 segundos el juego, el jugador más cercano será eliminado.</p> <p>Inicio del juego: Se comienza el set con un "open rush" (apertura de inicio), colocándose los jugadores al fondo de su campo. A la tercera señal del árbitro pueden salir a coger los aros que están colocados en el centro del campo (zona neutral). El que primero meta el pie en el aro es el propietario, debiendo pasarlo hacia atrás (Activar el aro).</p> <p>Puntuación: Se juega a cinco sets de 3 minutos de duración a tiempo corrido. Al finalizar los tres minutos se contabiliza el número de jugadores que permanecen en el campo. Si antes de los 3 minutos se eliminan a todos los jugadores contrarios se acaba el set y el equipo ganador sumará puntos (uno por jugador que permanece) Se contabiliza el número de puntos ganados durante todos los sets jugados.</p>
<p>VARIANTES</p>	<p>Se pueden concretar roles de jugadores como "delantero y zaguero" con sus propias zonas de acción. Así, con equipos formados por 6-8 jugadores, comienza el juego con tres jugadores de campo (dos zagueros y un delantero) y el campo estará rodeado por límites físicos (paredes o bancos). Se puede jugar con un aro o hasta con 5 dependiendo de las dimensiones del campo.</p>

MIGUEL ÁNGEL FERNÁNDEZ MIR
ISMAEL LÓPEZ LEMUS





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 114

QUINBOL

<p>OBJETIVO</p>	<p>La característica única de Quimbol es ser el primer y único deporte colectivo de raqueta en el mundo. El objetivo del juego es que cada equipo defienda y envíe el balón regularmente con las raquetas por encima de la red al campo contrario. La pelota se pone en juego con servicio desde el fondo de la cancha y continúa hasta que uno de los equipos lanza la pelota fuera de las líneas limítrofes o comete alguna irregularidad en las reglas del juego.</p>	
<p>HISTORIA</p> 	<p>Quimbol, tal y como se registró y conoció (aunque tiene la versión en inglés - Quimball), es un deporte nuevo construido sobre las ideas del Sr. Joaquim Bueno de Camargo, conocido como "Quim", nacido en Santa Bárbara D´ Oeste / SP el 14 de agosto de 1926, pero habiendo residido en nuestra ciudad, Piracicaba / SP, desde 1968, y fallecido el 3 de diciembre de 2004 en Piracicaba.</p> <p>El nombre del deporte es un merecido homenaje a su creador, haciendo una alusión al cariñoso nombre con el que "Quim" se dio a conocer a todos, y también a su corazón club, el glorioso Esporte Clube XV de Novembro de Piracicaba, más conocido y cariñosamente llamado "Nhô Quim", de ahí el nombre del deporte - Quimbol.</p>	
<p>MATERIAL</p> <p>JUGADORES-AS Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>El quimbol es practicado por dos equipos de 4 (cuatro) atletas en cada cancha, en una cancha delimitada para voleibol (u otros espacios adaptados), utilizando la red y el poste de fijación, que también funciona como limitación de el juego aéreo. La altura (oficial) de la red actualmente para el juego masculino adulto es de 2,30 m, para la hembra de 2,20 my para la categoría infantil es de 2,10 m. Los participantes practican el juego con raquetas especiales de madera cubiertas por goma, también aptas para el toque de la pelota, golpeando una pelota de espuma rígida de aproximadamente 30 gramos.</p>	
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>El juego se divide en cuatro períodos cronometrados de diez minutos. En cada mitad, el entrenador del equipo desfavorecido tiene permitido una solicitud de suspensión de un minuto (tiempo de entrenador). Otra alternativa aceptada es contar por puntos (series de 15 o 25 puntos, como en el voleibol).</p> <p>Las jugadas se realizan mediante toques realizados con la raqueta en el balón, ambos del propio Quimbol. Además de utilizar la raqueta, también puedes utilizar el suelo 4 veces durante la serie como recurso alternativo, así como partes del cuerpo, a excepción de las manos y brazos para, de la misma forma, ayudar en la recepción y pasando la pelota.</p> <p>El objetivo del juego es que cada equipo defienda y envíe regularmente el balón por encima de la red al campo contrario. La pelota se pone en juego con servicio desde el fondo de la cancha y continúa hasta que uno de los equipos lanza la pelota fuera de las líneas limítrofes o comete alguna irregularidad en las reglas del juego.</p> <p>Al final de la primera y tercera parte hay intervalos de tres minutos y al final de la segunda parte, un intervalo de seis minutos, cuando se cambia de lado en la cancha.</p> <p>El partido finaliza en la cuarta parte con la victoria del equipo que más puntos obtuvo. En caso de empate, hay un quinto tiempo (al mejor de cinco puntos) sin cambio de lado, iniciado por el equipo que anotó el último punto.</p> <p>Es el primer y único deporte de raqueta colectiva del mundo.</p>	

Para más información
@quimbolpaginaoficial



Johnny Godoy



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 115

DISC GOLF

DESCRIPCIÓN	El disc golf es una modalidad deportiva practicada con un disco volador que hay que encestar en canastas metálicas.	
¿CÓMO SE JUEGA?	Se juega como el golf tradicional, pero en vez de usar bolas y palos, los jugadores lanzan un disco volador o Frisbee y en vez de hoyos, los objetivos son canastas donde hay que meter los discos ayudado por cadenas que facilitan la parada del disco. El objetivo del juego es completar en orden todos los hoyos del recorrido, metiendo el disco en cada canasta acumulando el menor número de lanzamientos posibles.	
¿DÓNDE SE JUEGA?	Lo especial y bonito de esta modalidad de deporte practicado con disco volador, es que la orografía y la vegetación constituyen los obstáculos naturales del campo. Con ello, es el deporte el que se adapta al medioambiente, y no al revés, respetándolo y cuidándolo para poder disfrutar de él y, por ende, del deporte mismo. En general, en competiciones y en torneos de nivel se juega en un campo específico de disc golf diseñado con salidas, canastas y señales concretas de este deporte.	
 <p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Los jugadores se organizan por grupos y se elige al azar el orden de los mismos para lanzar en el primer hoyo. El primer lanzamiento se hace desde la base de salida (tee) y el lanzador debe estar a < 2 m de la línea. Esta línea se puede cruzar una vez se haya soltado el disco.</p> <p>Una vez que todos los jugadores hayan lanzado, se avanza hasta donde cayó tu disco.</p> <p>Después de que todos los jugadores hayan lanzado desde el tee, el jugador cuyo disco está más alejado de la canasta es el que debe lanzar a continuación, y así sucesivamente hasta la finalización del hoyo, independientemente del orden de salida.</p> <p>El jugador que completó con menor cantidad de lanzamientos el hoyo anterior es el primero en jugar en el siguiente hoyo. (El resto de jugadores deben estar siempre por detrás de la marca del jugador que lanza, por seguridad y para no distraer al jugador de turno)</p> <p>El jugador termina el hoyo cuando encesta su disco en la canasta. No existe un límite de lanzamientos en un hoyo.</p> <p>El pateo, que es cualquier lanzamiento a < 10 m de la canasta, no permite dar un paso hacia delante para completar el movimiento.</p> <p>El ganador es el jugador que complete el recorrido en el menor número de lanzamientos posible.</p>	



Para más información
<https://www.madridinternationaldiscgolf.com/>
<http://www.aediscgolf.es/>

JORGE
 BERÁSTEGUI-SAMPEDRO





www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 116

NUMANBALL

OBJETIVO	El objetivo del juego es recibir el menor número de tantos posibles, e introducir todos los que se puedan en las otras 3 porterías contrarias, ganando un partido el equipo que menos puntos reciba.	
HISTORIA	El <u>numanball</u> surge de la necesidad de encontrar una solución a uno de los problemas que encontramos en las clases de educación física: la gran cantidad de alumnado por clase y el espacio reducido de los gimnasios. Desarrollado por profesores de educación física de Soria hace un guiño a la historia de Numancia primando la defensa frente al ataque.	
MATERIAL JUGADORES - AS Y TERRENO DE JUEGO	<p>El terreno de juego es un cuadrado de 28 metros de lado. Dispone de un círculo central de 3,60 m. de diámetro desde donde los tantos conseguidos valen 3 puntos y otro exterior de 12 metros, desde donde valen 2 puntos. Así como un área de 3 m. de ancho x 6 de largo en cada portería en la que no puede entrar ningún jugador.</p> <p>Un partido se disputa por 4 equipos compuestos de 5 jugadores cada uno.</p> <p>Para su desarrollo se necesitan 4 porterías redondas específicas situadas a un metro del suelo y una pelota de <u>policloruro</u> de vinilo de entre 650 y 670 <u>mm</u>.</p>	
 PRINCIPALES REGLAS 	<p>El juego se desarrolla en 3 tiempos de 15 minutos. Cada equipo trata de no recibir tantos en su portería, al mismo tiempo que intenta que los otros equipos sumen puntos a su marcador. Al final de cada tercio se da una puntuación (<u>numanpoints</u>) en función de los puntos recibidos por cada equipo. En caso de empate se realiza una tanda de penaltis para desempatar, al igual que al final del partido entre los equipos que estén empatados.</p> <p>El poseedor de la pelota no se puede desplazar ni tampoco puede ser tocado por ningún oponente. Sólo se permite jugar la pelota con codos antebrazo y manos. Se puede recepcionar la pelota, pero es obligatorio que los pases y lanzamientos se realicen con un <u>golpeo seco</u> (no se puede lanzar).</p> <p>Cada vez que la pelota sale del terreno de juego, saca el equipo que defiende ese lado.</p> <p>El saque inicial se realiza mediante un salto entre 4, un jugador de cada equipo, y después de que un jugador cometa una infracción del reglamento (pasos, dobles, etc.), se realiza un salto entre 3, entre un jugador de cada equipo que no haya cometido la infracción.</p> <p>Tras una falta a un contrario (empujón, manotazo, etc.) el juego se reanuda con el saque por parte de un componente del equipo que recibe la falta, pudiendo ser un lanzamiento de penalti desde la línea que delimita el círculo exterior si el árbitro lo considera.</p>	
VARIANTES	Existe una modalidad reducida en la que juegan 4 equipos de 4 jugadores en un espacio de 20 metros de lado (medio campo de balonmano o fútbol sala). En esta modalidad sólo existe el círculo central de puntuación. Esta modalidad es más fácil de marcar el campo ya que se aprovechan las líneas laterales de los campos de fútbol sala o balonmano.	

Para más información
<https://pelotanutantina.blogspot.com>

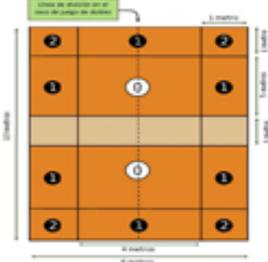
IVÁN ASTUDILLO ARANCÓN



www.apefadal.es

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 117

SET & MATCH

<p>OBJETIVO</p>	<p>El objetivo del juego es que el aro entre en una zona de puntuación y que el jugador contrario no logre detenerlo. Quien sume antes 3 puntos con este sistema se lleva el juego.</p>
<p>HISTORIA</p>	<p>El deporte de <u>Set&Match</u> es una adaptación del juego de mesa <u>Set&Match</u>. Se trata de un deporte de cancha dividida, con la posibilidad de jugar en individuales o dobles, y que tiene como objetivo hacer que un móvil se deslice a campo contrario y obtener la mayor puntuación para conseguir el punto de juego. El resto de puntuaciones serán igual que en tenis.</p>
<p>MATERIAL JUGADORES Y TERRENO DE JUEGO</p>	<p>El CAMPO DE JUEGO tiene unas medidas de 6 x 13 metros. Las divisiones de campo marcan las puntuaciones en cada uno de los casos. El marcador se puede entregar en papel a los jugadores o marcar en los laterales de campo. En el caso de jugar partidos de dobles se mantiene la medida, pero cada jugador es responsable de un lado de campo sin poder ocupar nunca el de su compañero. Se juega con un aro plano pequeño de 20 o 30 cm de diámetro.</p> 
<p>PRINCIPALES REGLAS</p>  	<p>Sistema de puntuación - Es el mismo que en tenis: dentro de un set la puntuación será 15, 30, 40 y juego. Para conseguir avanzar en dicho sistema de puntuación hay que obtener 3 puntos parciales o <u>minipuntos</u> antes que tu oponente. (Ejemplo: al inicio de un juego 0 - 0, el jugador que sirve consigue 3 puntos parciales o <u>minipuntos</u> antes que su oponente, por lo que el marcador pasaría a 15 - 0). Si se llega a 40 - 40, habrá que obtener ventaja antes de ganar el juego. Es decir, tenemos al marcador para cada punto (<u>minipuntos</u>), uno para los juegos (15, 30, 40; puntos del juego), y para set (de 1 a 6 juegos).</p> <p>Minipuntos o puntos parciales - Si un aro lanzado por un jugador llega a una zona y el jugador contrario lo detiene pisando dentro del aro, se suma la puntuación que marca la zona en la que lo ha parado (0, 1 o 2 puntos). Si el aro no es detenido por el jugador y le golpea el pie o se detiene el solo, se suma el doble de la puntuación de la zona, es decir, en la zona 0 se suma 1 punto, en la zona 1 se suman 2 puntos y en la zona 2 se suman 4 puntos. Si un aro se sale del campo tras un golpeo (<u>out</u>) el jugador defensor consigue tantos puntos como por la zona que ha salido. (1 o 2 puntos).</p> <p>Secuencia de juego/puntuación ("sogatic") - Es una simulación de un intercambio de golpes entre dos jugadores. Al comenzar un juego ambos jugadores tienen 0 <u>minipuntos</u>. El jugador al servicio saca y consigue 2 <u>minipuntos</u> (por ejemplo, porque el aro ha sido detenido metiendo el pie, por el jugador al resto en zona 2), el jugador al resto devuelve y consigue 2 <u>minipuntos</u> (por ejemplo porque ha conseguido que el aro golpee al otro jugador en el pie en zona 1), el intercambio continúa hasta que uno llegue a 3 puntos, pero... ¿Esto es muy fácil de conseguir, no? Pues no, porque en el ejemplo de estas líneas el jugador al servicio ha hecho 2 puntos, pero el del resto otros 2, que han de restarse a los que obtuvo su oponente, por lo que lleva 0 puntos. Esto es, el punto del jugador al servicio suma en positivo y el del jugador al resto en negativo. El primero en alcanzar los 3 puntos se adjudica el juego. Es como si ambos jugadores estuvieran tirando de sus respectivas puntuaciones hasta poder llegar a su objetivo.</p> <p>Servicio - El servicio lo realiza cada vez un jugador. Para considerar que el saque es bueno el aro ha de sobrepasar por completo la zona de red. Si toca la red de alguna manera tendrá 1 o 2 saques más como en tenis. Si se queda dentro de la red tendrá 1 saque más o ninguno. Con una doble falta pierde el punto.</p> <p>Ace o saque directo - El jugador al servicio puede obtener un "ace" o saque directo si consigue que el aro se detenga, o golpee sin detener al jugador al resto, en las zonas de puntos 1 y 2.</p>
<p>VARIANTES</p>	<p>Se pueden jugar partidos de dobles en cuyo caso el campo se divide de forma longitudinal para que cada jugador respete su zona de acción. Se pueden incluir dos aros de juego, lo que hace que sea más rápido y complejo. Sólo se suman las puntuaciones cuando ambos aros están detenidos.</p>

MIGUEL ÁNGEL FERNÁNDEZ MIR
ISMAEL LÓPEZ LEMUS



RELACIÓN DE FICHAS 1

0.- INTRODUCCIÓN

- | | |
|---------------------------------|-------|
| 1. -BÓTEBOL | |
| 2. -INDIACA | |
| 3. -FÚTBOL GAÉLICO | JDT1 |
| 4. -PALADÓS | |
| 5. -CUATRO X CUATRO | |
| 6. -BÓDIBOL | |
| 7. -REBOTÓN | |
| 8. -ULTIMABOLA | |
| 9. -MAZABOLA | |
| 10.-RINGORED | |
| 11.-CESTOMÓVIL | |
| 12.-MANODÓS + | |
| 13.-PÉGOL | |
| 14.-INTERCROSSE | JDT2 |
| 15.-CROQUET | JDT3 |
| 16.-RINGO - PICA | |
| 17.-BALONKORF | |
| 18.-VÓRTEBAL 1 | |
| 19.-VÓRTEBAL 2 | |
| 20.-BOLPA | |
| 21.-PÁDEL FRONTÓN | |
| 22.-PELOC | |
| 23.-HURLING | JDT4 |
| 24.-VOLANTÓN | |
| 25.-BOLA COLA | |
| 26.-RED COLECTIVA | |
| 27.-UNIHOKEY | |
| 28.-KAITO | |
| 29.-NBA2BALL (2 PARA 1) | |
| 30.-BEISBOLPIÉ | |
| 31.-CALVA | JDT5 |
| 32.-BOLA Z | |
| 33.-CHITO | JDT6 |
| 34.-CRICKET 1 | |
| 35.-CRICKET 2 | |
| 36.-CHANCAS | |
| 36.-CHANCAS | |
| 37.-STREETBALL ("3 X 3") | |
| 38.-TAMBURELLO | JDT7 |
| 39.-RANA | JDT8 |
| 40.-PITA 1 | JDT9 |
| 41.-PITA 2 | JDT10 |
| 42.-RAQUE-PLUMÓN | |
| 43.-BOLO VAQUEIRO | JDT11 |
| 44.-THROWBALL | |
| 45.-KIN-BALL | |
| 46.-EL DUNI | |
| 47.-SLACKLINE | |
| 48.-TCHOUKBALL | |
| 49.-THE WAVE (BOARD) | |
| 50.-MONOCICLO | |
| 51.-SNAKEBOARD | |
| 52.-CARIOCAS | |
| 53.-ASTROJAX | |
| 54.-COLPBOL | |
| 55.-AERO SPORT | |
| 56.-FLAG FOOTBALL | |
| 57.-BOLPA | |
| 58.-PADBOL | |
| 59.-STACKING | |
| 60.-BIJBOL | |
| 61.-LUCHA DEL GARROTE | JDT12 |
| 62.-FUT VOLEY | |
| 63.-KITESURF | |
| 64.-BOSSABALL | |
| 65.-SWINGBOL | |
| 66.-KUBB | JDT13 |
| 67.-STAND UP PADDLE - SUP (1) | |
| 68.-STAND UP PADDLE - SUP (Y 2) | |
| 69.-PADELPLAYA O | |
| 70.-SPEED BÁDMINTON | |
| 71.-PALA CÁNTABRA | JDT14 |
| 72.-PICKLEBALL | |



Personas que quieran subir su modalidad de Juego o Deporte Alternativo puede pedirnos el modelo de ficha para completar y poder compartir en el grupo. También la podremos publicar de forma oficial para su reconocimiento en nuestra revista Pedagógica ADAL si está interesado@. Contactar con faeda@apefadal.es



JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - JDA

RELACIÓN DE FICHAS 2

- | | | |
|-----------------------------------|-------|--|
| 73.-360 BALL | | |
| 74.-MÖLKKY | JDT15 | |
| 75.-ROUNDNET | | |
| 76.-BALONCODO | | |
| 77.-BOWLS 1 | JDT16 | |
| 78.-GOUBAK | | |
| 79.-PALA ELÁSTICA | | |
| 80.-KUBB VARIANTES | JDT17 | |
| 81.-DODGEBALL | | |
| 82.-BOLILLOS DE VILLANUEVA | DT18 | |
| 83.-RINGOL | | |
| 84.-SKATE-BOTTLE | | |
| 85.-PINFUVOTE | | |
| 86.-QUIDDITCH | | |
| 87.-JUGGER | | |
| 88.-XECBALL O AJEDREZ MOTOR | | |
| 89.-BOTTLEBOL | | |
| 90.-QUIÑIGOL | | |
| 91.-CROSSGOAL | | |
| 92.-BOTTEMATE | | |
| 93.-BOWLS 2 | JDT19 | |
| 94.-HIT360 ^e | | |
| 95.-VX (ROCK-IT-BALL) | | |
| 96.-CIMABALL | | |
| 97.-HIT360 ^e MOLKKIANO | | |
| 98.-ESPORTS | | |
| 99.-DISCFLECT | | |
| 100.-RAMPSHOT | | |
| 101.-BILÚ | | |
| 102.-CORNHOLE | | |
| 103.-POULL BALL | | |
| 104.-RECICURLING | | |
| 105.-DATCHBALL | | |
| 106.-MÁDEL | | |
| 107.-TWINCON | | |
| 108.-TAPEMBOL | | |
| 109.-CHESSRING. | | |
| 110.-NIGBOL | | |
| 111.-DUEBALL | | |
| 112.-FUTNET | | |
| 113.-DODGERING | | |
| 114.-QUIMBOL | | |
| 115.-DISC GOL | | |
| 116.-NUMANBALL | | |
| 117.-SET&MATCH | | |



Personas que quieran subir su modalidad de Juego o Deporte Alternativo puede pedirnos el modelo de ficha para completar y poder compartir en el grupo. También la podremos publicar de forma oficial para su reconocimiento en nuestra revista Pedagógica ADAL si está interesad@. Contactar con faeda@apefadal.es



Ficha de INSCRIPCIÓN

SOLICITO SER SOCI@ de la ASOCIACIÓN de PROFESORADO de EDUCACIÓN FÍSICA “ADAL”

Enviar por E-mail a:
info@apefadal.es

APELLIDOS		SOCIO/A N ^a	
NOMBRE	N.I.F: N.R.P:	AÑOS EXPER:	
DIRECCIÓN: CALLE, NÚMERO Y PISO		POBLACIÓN	
e-mail:		C.P.	TLFs
NIVEL QUE IMPARTE (Táchese lo que proceda) <input type="checkbox"/> EDUCACIÓN INFANTIL <input type="checkbox"/> PRIMARIA <input type="checkbox"/> EDUCACIÓN ESPECIAL <input type="checkbox"/> EDUCACIÓN DE ADULTOS <input type="checkbox"/> E.S.O <input type="checkbox"/> ENSEÑANZA SECUNDARIA <input type="checkbox"/> BACHILLERATO <input type="checkbox"/> FORMACIÓN PROFESIONAL		<input type="checkbox"/> ENS. ARTÍSTICA EN GENERAL <input type="checkbox"/> ESCUELA OFICIAL DE IDIOMAS <input type="checkbox"/> OTR.PROFESORES/PROFESIONALE <input type="checkbox"/> PROFESORES EN PARO <input type="checkbox"/> PERS.OTROS ÁMBITOS ADM TVOS <input type="checkbox"/> PROF. NACIONALIDAD EXTRANJER <input type="checkbox"/> PROFESORADO UNIVERSITARIO <input type="checkbox"/> PERS. DOC SERV ED. CENTR-PROV <input type="checkbox"/> OTROS PROFESION CONVENIO	
CENTRO DE TRABAJO: TFNO: FAX:		LOCALIDAD: C.P:	
SITUACIÓN ADMINISTRATIVA (Táchese lo que proceda) <input type="radio"/> Funcionari@ <input type="radio"/> Interin@ <input type="radio"/> No funcionari@ concertado		<input type="radio"/> No funcionari@ no concertado <input type="radio"/> Otros funcionarios <input type="radio"/> Parad@s <input type="radio"/> Contratad@	
ESTUDIOS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA <input type="radio"/> Estudiante de <input type="radio"/> Licenciad@			

INSCRITA en el Registro de Asociaciones de la Comunidad de Madrid
El 10 de abril de 1997 con el N.R.: 16.519 y con el C.I.F. G: 81.721.607

CUOTA ANUAL:
15,02 Euros

NOMBRE			
BANCO O CAJA		DIRECCIÓN DEL BANCO	
LOCALIDAD	C. P	PROVINCIA	SUCURSAL

La cuota la abonaré por domiciliación bancaria.

..... a de de
(Firma)

IBAN	ENTIDAD	OFICINA	D.C	Nº CUENTA
E S				





LIBROS EDITADOS

El Escaparate Deportivo es un proyecto educativo innovador que plantea al menos dos apuestas interesantes, una presente y otra futura. La primera consiste en que el alumnado consigue formación dentro de una propuesta integral, mientras que la segunda supone que este joven ciudadano pueda conseguir información sobre dónde encontrar la actividad física en su barrio, una vez que tiene una demanda o una necesidad deportiva que satisfacer. Esta experiencia permite, además de la utilización de la biblioteca escolar como centro de recursos de una manera directa para la búsqueda documental, la puesta en acción de una exposición itinerante, en los diferentes centros de la misma localidad multiplicando las posibilidades de difusión del proyecto.



Escaparate Deportivo

Proyecto educativo para fomentar la actividad físico-deportiva saludable en el entorno. Aula Estable de las Actividades Físico-Deportivas

Isidoro Freire González



Diagnóstico y perfil formativo del docente de Educación física escolar

Juan-Carlos Luis-Pascual

Una adecuada intervención en la formación en servicio requiere el diagnóstico de los intereses, necesidades y demandas del profesorado. Este proceso de valoración es de gran complejidad, con partes cuantificables y también no cuantificables, lo que obliga a buscar una complementariedad metodológica. El hecho de utilizar tanto la metodología cualitativa como la cuantitativa no pretende fusionar los distintos tipos de datos, sino articular una concatenación de métodos que permita investigar al docente de Educación física de una manera más completa, de tal manera que los resultados de los análisis anteriores puedan ser utilizados para elaborar y depurar los instrumentos de los métodos posteriores.

El tipo de perfeccionamiento que le interesa al profesorado de Educación física se centra generalmente en lo novedoso, aunque se trabaje de una manera superficial. Le suele llamar la atención cualquier contenido o metodología que al ser diferentes le saquen de la rutina.

Algunos de los problemas que tiene el profesorado en su actualización son, por un lado, la poca aplicación de la formación llevada a cabo en las clases de Educación física y por otra, la poca variedad de los contenidos ofertados, quizás excesivamente genéricos y repetitivos.

El mundo del aprendizaje motor, antes de distanciarse lo suficiente como para poder reflexionar sobre él, es lejano, distante y arduo, pero poco a poco según vas profundizando en cada uno de sus tópicos se vuelve apasionante y atractivo.

El cambio de enfoque que ha tenido la educación a lo largo del tiempo es similar a las transformaciones operadas desde las primeras teorías que trataron de explicar los principios del aprendizaje motor hasta la actualidad. Es decir, se pasa desde un planteamiento puramente externo, general, cuantificable y dando primacía a los productos hasta uno interno, personal, interpretable y donde se valora, de una manera especial, el proceso.

Las 10 claves del aprendizaje motor nos facilitará, sin duda, dicho acercamiento al plantear de una forma sencilla y clara las nociones que nos abrirán las puertas de este campo de conocimiento.



Las 10 claves del aprendizaje motor

Juan-Carlos Luis-Pascual (coord.)
Ana María Díaz García
Julio Yuste Florido
Cristina Pizarro Ballesteros

DISTRIBUIDORA



LIBRERÍA DEPORTIVA ESTEBAN SANZ S.L.

Calle Paz, 4 28012 Madrid / www.libreriadeportiva.com / esm@expocenter.com Tfo: (34) 915213868 Fax: (34) 915227873

MATERIAL Y SESIONES DE FORMACIÓN 2021-2022

TCHOUKBALL



135 € X 2 porterías
 Con balón, bomba, conos,
 cable 3m. reglas, manual...

Desde 58 €

*Precios con IVA incluido
 A todos los modelos hay que sumarle
 los gastos de envío y el precio es por
 UNIDAD

KANJAM



38 €

2 canastas y un disco oficial KanJam
 Canastas desmontables
 + gastos de envío

SESIÓN de FORMACIÓN de KanJam, CORNHOLE, TCHOUKBALL, STACKING, KUBB, SLACKLINE, MÖLKKY, ROUNDNET Duración: de 45 a 120 minutos. Participantes: de 20 a 60. Profesorado Colegiado y especialista. Coste de la actividad: 3 s 5 Euros por participante.

STACKING

Juego de 12 vasos, 8'49 €
 Alfombrilla, 10'44 €



ROUNDNET

54 € + gastos de envío. 3 juegos de Roundnet 147 € (la unidad sale a 49€). 6 juegos de Roundnet 270 € (la unidad sale a 45). + gastos de envío. También tenemos disponible el **modelo PRO**. 1 a 85 €. 4 a 320 € y 6 a 456 Euros



CORNHOLE*

TABLEROS Oficiales - 1 Tablero y 8 saquitos 45 €. 2 Tableros, 8 saquitos y 1 marcador 80 €.

Módulos escolares: 1 Tablero y 8 saquitos 30 €. 2 Tableros, 8 saquitos y 1 marcador 55 €. 4 Tableros, 16 saquitos y 2 marcadores 100 €. (+ gastos de envío)



MÖLKKY Oficial

Modelo oficial del campeonato del mundo. Contiene: 12 bolos, Mölkky, Mölkkaari y caja de madera **1 a 45 Euros. 3 a 120 Euros** (+ gastos de envío)



KUBB Oficial

Modelo oficial del campeonato del mundo. Contiene bolsa especial **1 a 64,5 Euros. 3 a 190 Euros** (+ gastos de envío)



KUBB

Juego completo oficial AEK + bolsa **30 €**
 4 X 100 Euros
 Bolsa de transporte y conservación **3 €**.
 + gastos de envío



* SI QUIERES CONSEGUIR ESTE MATERIAL CON DESCUENTO PONTE EN CONTACTO CON NOSOTROS
 info@apefadal.es Tfno. 644 44 83 04

COLABORAN :



COLABORAN EN EL PLAN DE FORMACIÓN



ASOCIACIÓN DE PROFESORADO "ADAL"

Avda. Arcas del agua, 9 * 28905 Getafe * Madrid

www.apefadal.es - info@apefadal.es

