



# FLOORBALL



**APUNTES**  
**2ª EVALUACIÓN**  
**2º-3º E.S.O.**

**PROFESOR: EMILIO CÓRDOBA VÁZQUEZ-A.**



## INTRODUCCIÓN (DEPORTES ALTERNATIVOS)

Dentro de la Educación Física se conoce con este nombre a un grupo de juegos o deportes escasamente conocidos y practicados en nuestro país y con un sistema de reglas y normas de juego muy flexibles y adaptables al entorno escolar. Hay que tener presente que un juego o deporte puede ser alternativo en un sitio y no en otro. Poseen alguna o todas de las siguientes características:

- ☑ Utilizan materiales novedosos y/o reciclados.
- ☑ Utilizan terrenos de juego y espacios diferentes a los deportes convencionales.
- ☑ Tiene reglas muy flexibles y fácilmente modificables.
- ☑ Son poco o nada conocidos.

Como ejemplo de este tipo de actividades vamos a centrarnos en el floorball o unihockey, para el que todavía no hay federación en España. La existencia de una federación reconocida es una de las condiciones para decir que una actividad es un deporte consolidado.

Algunos otros deportes alternativos son: la indiacá, el lacrosse, ultimate, kin-ball, korfbal, tchouk-ball, etc.

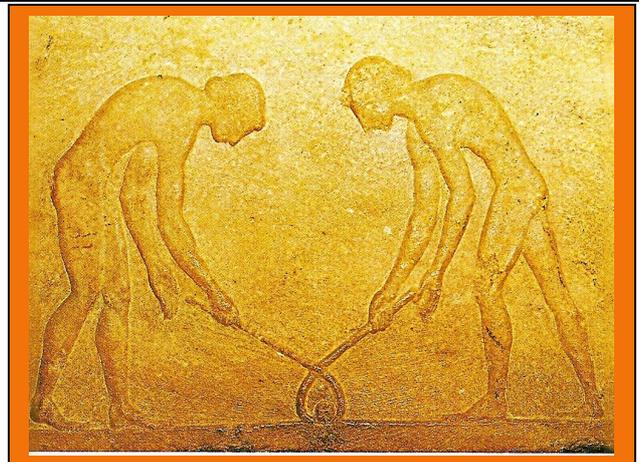
## LAS RAICES DEL FLOORBALL

El floorball o unihockey evidentemente tiene su origen en la historia del hockey, aunque haya sido una derivación más moderna se basa en los mismos principios.

## HISTORIA DEL HOCKEY

El hockey puede ser considerado como una de las actividades lúdico-deportivas más antiguas del ser humano.

La representación más antigua de juego con pelota y palos data de unos dos mil años antes de Cristo, en un relieve esculpido en una tumba egipcia. Otro bajo relieve encontrado en Grecia muestra a dos hombres en una posición muy parecida a la del "bully" o saque neutral cruzando sus palos sobre la bola.



En la actualidad existen varias modalidades de la familia del hockey:

- **El hockey hierba** aparece a finales del siglo XIX. Actualmente España es una potencia a nivel mundial a pesar de los pocos practicantes que existen comparados con otros países. Otra modalidad dentro de la misma federación es el **hockey sala**.
- **El hockey sobre hielo** es originario de Canadá. El floorball proviene de esta modalidad de hockey.
- La última modalidad federada en España es **el hockey patines** que aparece en Gran Bretaña a principios del siglo XX. España es una potencia mundial en este deporte.

## DESARROLLO DEL FLOORBALL

Aunque encontramos un juego similar a mediados del siglo XX en EE.UU, los orígenes del floorball hay que buscarlos en los países Escandinavos a finales del siglo XIX. Concretamente en Suecia en 1880 tenemos noticias de un juego llamado Innebandy que resulta de una evolución más sencilla del hockey hielo. Un siglo después, en 1986 se crea la International Floorball Federation (IFF), difundándose por toda Europa tanto en el ámbito competitivo como educativo.

Los Campeonatos Mundiales se celebran todos los años, en los pares los "masculinos" y en los impares los "femeninos". Además la Copa de Europa se juega todos los años. En 1996 se celebró el primer Campeonato del Mundo masculino en Suecia.

La IFF está formada por 32 países, con más de 3.500 clubes y 200.000 jugadores registrados. El reto futuro de IFF es ser reconocida por el comité Olímpico Internacional (COI) a fin de recibir el estatus de organismo Olímpico para el Floorball.

La Asociación Española de Unihockey y Floorball (AUEF) se creó en 1998, y desde entonces organiza campeonatos, exhibiciones y cursos de formación.

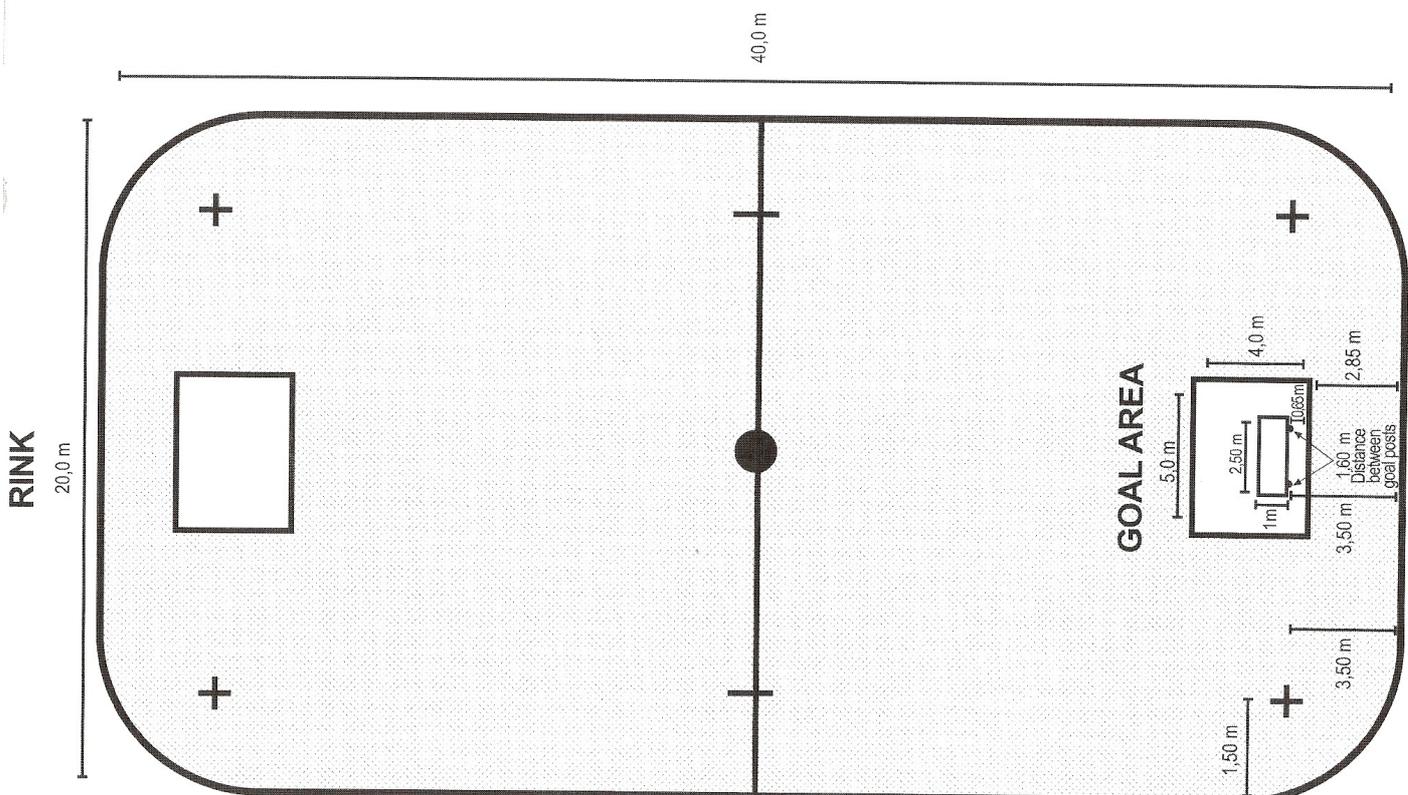
El floorball es un deporte muy similar al hockey hielo y al hockey-sala y los países con tradición en estos deportes están

El objetivo del juego es marcar un mayor número de goles que el rival respetando las reglas de juego.

El floorball presenta fundamentalmente dos modalidades de juego:

- ★ **6 contra 6** (5 jugadores y un portero) competición oficial.
- ★ **4 contra 4** (sin portero)

En el medio educativo se pueden modificar las reglas en función de las características del entorno (espacio, material, nº de alumnos/as, edad, etc.), pero es importante conocer el juego real.





## EL MATERIAL

### PORTERÍAS

Las porterías miden 115 cm (alto) x 160 cm (ancho) x 60 cm (fondo). Están fabricadas con tubo de 65 mm y pintadas de rojo. También llevan una red. Están bordeadas por dos áreas:

- **Área del portero** de 2.5 x 1 m. y marcada a 3,5 m. de las vallas del fondo.
- **Área de portería** de 5 m de ancho y 4 m de largo y que dista con el fondo 2.85 m.

*(4x4) Las porterías de 60 x 90 cm. estarán situadas en cada extremo y separadas del fondo 2.85 m. El área de portería es un rectángulo de 3x1.5 m., que no podrá pisar ningún jugador.*

### EL PALO O STICK

Está normalmente fabricado con materiales plásticos para hacerlo muy ligero y resistente y su peso no excederá de 380 gr. El mango debe ser redondeado y la pala del stick se puede curvar un máximo de 30 mm, para ayudar al control de la bola; jugar con una pala más doblada o rota no está permitido.

La longitud del stick es otro factor importante y está en relación con la altura del jugador, no excederá de 110 cm desde la base hasta el final del mango. Se mide colocándolo verticalmente delante del jugador. Para niños debe llegar al esternón y para adultos al ombligo.

Se puede golpear la pelota con las dos caras de la pala del stick y con el mango que deberá ser redondeado.

**SEGURIDAD:** A la hora de manejar un stick debes tener en consideración que se trata de un objeto contundente con el que puedes lesionar tanto a compañeros como adversarios, por lo tanto debes manejarlo con responsabilidad de acuerdo a tus posibilidades y respetando el reglamento.



La bola, esférica y de color variable dependiendo del "rink", será de material plástico y tendrá un diámetro de 72 mm y 26 agujeros colocados de forma simétrica de 10 mm de diámetro. Su peso no excederá de 23 gr.

## DURACIÓN DEL PARTIDO

La Federación Internacional de Floorball (IFF) establece que, en competición oficial y para jugadores a partir de 16 años, el partido dura tres tiempos de 20 minutos cada uno con un descanso de 10 min. entre periodos. La duración puede variarse en función de la edad de los jugadores o las características de un torneo o competición concretos.

Puede haber un tiempo extra de 10 min. si se produce un empate y la competición así lo requiere. Finaliza cuando uno de los equipos mete gol. Si continuase el empate se realizaría una tanda de 5 penaltis por equipo. O cuando así lo indique el árbitro.

El tiempo sólo se detendrá tras la consecución de un gol, en el penalti, tiempo muerto  
**(4x4)** La duración del juego es de dos tiempos de 8 minutos con un descanso de 2 minutos.

## COMPOSICIÓN DE LOS EQUIPOS Y SUSTITUCIONES

Debido a la intensidad del juego y la duración del mismo los equipos pueden estar formados hasta por 20 jugadores, con un máximo de 6 jugadores (incluido el portero) a la vez dentro del terreno de juego.

El número de sustituciones es ilimitado y se puede realizar en cualquier momento. Las zonas de sustitución están situadas en las bandas laterales a 5 m. a cada lado de la línea central. Se pueden realizar tantas sustituciones como se deseen, de forma que puedan ser sustituidos varios jugadores a la vez, y que un jugador pueda ser sustituido varias veces.

Al iniciar el partido el equipo debe contar al menos con 5 jugadores, si no es así se da por perdido el encuentro. Una vez comenzado el juego, un equipo podrá continuar jugando siempre que disponga sobre el terreno de 4 jugadores, en caso contrario perdería el partido.

**(4x4)** Los equipos estarán formados por un máximo de 8 jugadores, de los cuales jugarán 4.

## EL PORTERO

El equipamiento del portero consiste en unos pantalones largos, camiseta de manga larga, casco, guantes y zapatillas. También se recomienda el uso de rodilleras y coquilla. No lleva stick.

Le está permitido tocar y golpear la pelota con todas las partes del cuerpo, incluidos brazos y cabeza. Si sale del área grande de portería actuará y será considerado como un jugador de campo pero sin stick. Se considera que ha salido del área si no toca con ninguna parte de su cuerpo dicha área o sus líneas.

Puede para y retener la pelota con las manos durante 3 segundos, si excede este tiempo se sancionará con golpe franco al borde del área de portería.

Puede realizar pases con la mano, pero la bola debe tocar el suelo, el rink o algún jugador o su stick antes de traspasar la línea central.

**(4x4)** No hay portero.



## REGLAS BÁSICAS

## EL GOL

Es gol cuando toda la bola cruza la línea de gol. No es válido si un atacante dirige o patea la bola hacia la portería con el cuerpo o el pie.

En caso de que se mueva la portería y entre la bola, sólo será válido si la movió un defensor.

También es válido si la bola golpea involuntariamente el pie y entra.

Para iniciar el juego tras la consecución de un gol se efectúa un saque neutral o "bully" desde el centro del campo.

## SAQUE INICIAL

Para comenzar el juego la bola se coloca en el punto central y se efectúa un saque neutral o "bully". Un miembro de cada equipo disputará la bola a la señal del árbitro. Cada jugador se colocará de frente a la línea de fondo del equipo contrario, colocando sus pies perpendiculares a la línea central y a la misma distancia de ella. Las palas se colocan a cada lado de la bola, sin tocarla, y perpendicularmente a la línea central. El jugador del equipo visitante elegirá en qué lado de la bola sitúa su stick. El saque puede ir directamente a portería. Cada equipo debe permanecer en su propio campo. Todos los jugadores, excepto los que participan en el "bully", se colocarán a una distancia no inferior a 3 m, stick incluido.

## SAQUE NEUTRAL

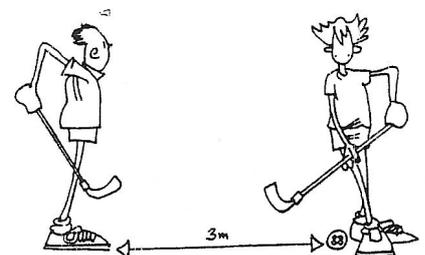
También se denomina "bully" o "face-off" y proviene del hockey hielo. Se señala en las siguientes situaciones:

- La bola es deteriorada (aplastada) de forma involuntaria o la bola no puede ser jugada correctamente.
- Las vallas del "rink" se han separado en una zona próxima a donde se juega la bola.
- La portería ha sido desplazada involuntariamente y no puede ser colocada rápidamente.
- Se produce una lesión grave o que afecta directamente al juego.
- Tienen lugar circunstancias especiales (la entrada de personas no autorizadas, objetos en la pista, falta de luz, etc.).
- El árbitro no puede decidir el equipo infractor en un saque o golpe franco, o se produce una acción antirreglamentaria simultáneamente por ambos jugadores.

## SAQUE DE BANDA

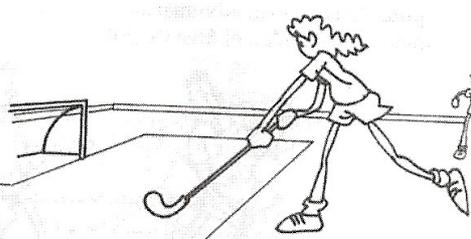
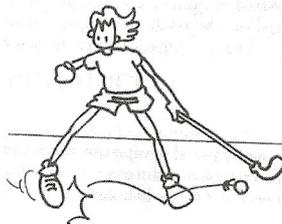
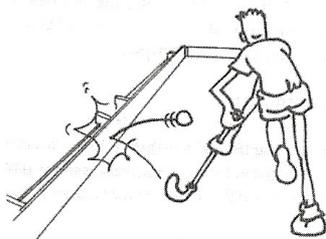
Cuando la bola sale del terreno de juego por encima de las vallas ("rink") que limitan el campo, el juego se reanuda desde el lugar por donde salió y a una distancia de la banda de 1.5 m. pone la bola en juego el equipo contrario al jugador que tocó la bola en último lugar. El resto de jugadores respetarán una distancia mínima de 3 m, sticks incluidos. El jugador que saca no puede volver a tocar la bola hasta que haya sido tocada por otro jugador. La bola no puede ir directamente hacia portería, tiene que tocar antes a otro jugador.

Este deporte empezó llamándose floorball, pero por influencia de una marca comercial de material (Unihoc) se le empezó a denominar también unihockey, y hoy en Suiza y Alemania se le conoce así. También recibe otros nombres como: Innebandy, Salibandy, Unihoc o Floorhockey.



## ACCIONES PERMITIDAS

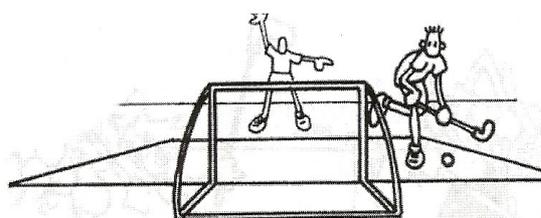
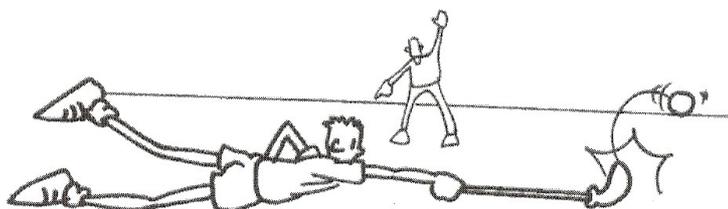




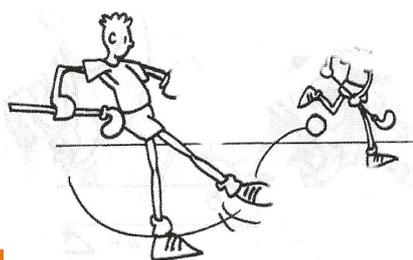
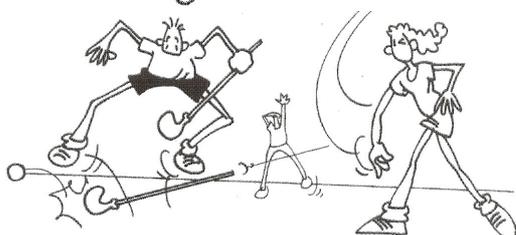
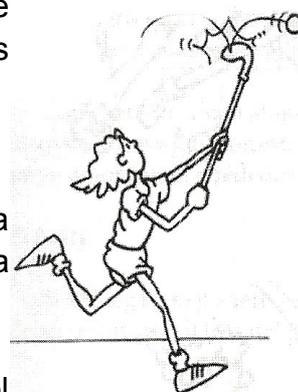
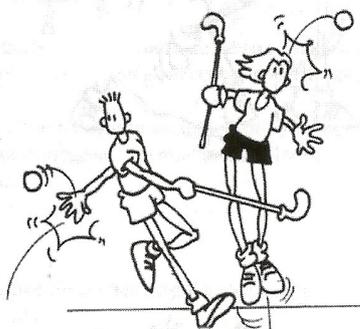
- ✓ Golpear o dirigir la bola con cualquier parte del stick.
- ✓ Parar o tocar la bola con cualquier parte del cuerpo excepto la cabeza y las extremidades superiores.
- ✓ Jugar con las bandas ("rink").
- ✓ Meter el palo en el área de portería, siempre que la bola se encuentre dentro.
- ✓ Se permite dirigir la pelota con el pie hacia el stick, pero no se puede dar más de un toque seguido.



## ACCIONES NO PERMITIDAS



- ✗ Entrar en el área de portería. Se señalará un golpe franco si quien entra es un atacante y penalti si es un defensor.
- ✗ Levantar la pala del stick por encima de la cintura.
- ✗ Pasar a otro jugador con el pie o meter gol.
- ✗ Parar la bola con la cabeza, el brazo o con la mano, e intervenir en salto con los dos pies fuera del suelo.
- ✗ Jugar la pelota tumbado en el suelo.
- ✗ Golpear, bloquear o interferir los movimientos del stick del contrario.
- ✗ Lanzar el stick (penalti)
- ✗ Empujar, agarrar o zancadillear al contrario (penalti).
- ✗ No está permitido jugar la bola en el aire por encima de la altura de la rodilla.



## INFRANCCIONES Y PENALIZACIONES





## GOLPE FRANCO

Ante cualquier infracción en el juego, el árbitro concederá un saque de golpe franco al equipo contrario. La bola se pone en juego desde el lugar donde se cometió la infracción, excepto si se produce detrás de la prolongación de la línea imaginaria de gol, que se sacará en el punto de face-off más cercano.

Los jugadores defensores mantendrán una distancia mínima de 3 metros respecto a la bola, incluidos los sticks. Ningún saque se realizará a una distancia inferior a 3 m. del área de portero.

Puede conseguirse gol como consecuencia de un saque directo de golpe franco.

## PENALTI

Se sanciona con un lanzamiento de penalti a todo jugador que comete una infracción grave ante una situación clara de gol, o cuando un defensor permanece en el interior del área del portero para evitar el lanzamiento a portería o el gol.

El penalti en floorball es una situación de 1 contra 1; se inicia en el centro del campo desde donde el jugador que lanza el penalti se acercará a la portería y el portero espera en su línea de gol. El jugador puede tocar la bola tantas veces como quiera mientras esta se mantenga en movimiento y siempre hacia delante. El resto de jugadores no intervienen en la jugada. La acción termina cuando se consigue gol, la pelota sobrepasa la línea imaginaria de gol o es parada o rechazada hacia delante por el portero. Si este comete alguna falta se repetirá el penalti.

**(4x4)** *El penalti se lanza desde el centro del campo. Todos los jugadores se colocarán por detrás de la bola y a una distancia de al menos 3 m., hasta que sea impulsada.*

## EXPULSIONES

Los jugadores pueden ser sancionados con expulsiones temporales o definitivas por acciones o comportamientos antideportivos, realizar acciones que comporten peligro o por su reincidencia en las faltas. La duración de las expulsiones temporales va desde los 2 a los 10 minutos.

### De 2 minutos cuando:

- Golpea, obstruye o da una patada al contrario sin la posibilidad de alcanzar la bola.
- Comete juego peligros en el uso del stick.
- Agarra a un contrario, le empuja contra la banda o le hace tropezar.
- Obstruye a un contrario sin bola.
- Juega la bola desde sentado o tumbado, o juega la bola intencionadamente con la mano, brazo o la cabeza.
- Juega sin el palo.
- Se produce una sustitución incorrecta.
- Se pierde tiempo o se retrasa el saque.
- Un jugador o miembro del cuerpo técnico protestan la decisión arbitral.

### De 5 minutos cuando:

- Lanza su stick para intentar desviar o jugar la bola.
- En gancha intencionadamente con el stick a otro jugador.
- Comete repetidas acciones sancionadas con expulsión de 2 minutos.
- El jugador se niega a obedecer a los árbitros.

El jugador expulsado se irá al banquillo de sanción hasta que termine el tiempo de expulsión y no podrá ser sustituido por otro jugador.

## LA TÉCNICA





## EL AGARRE DEL STICK

El stick se coge por el extremo superior del mango con la mano menos hábil, mientras que la mano más hábil se coloca a unos 20 cm de la primera, sobre la parte media del stick. Aunque normalmente la mano izquierda se coloca en la parte superior y la derecha más baja, hay quién se encuentra más cómodo al revés. La más baja no aprieta demasiado el stick para facilitar el giro del mismo con el movimiento de la mano superior.

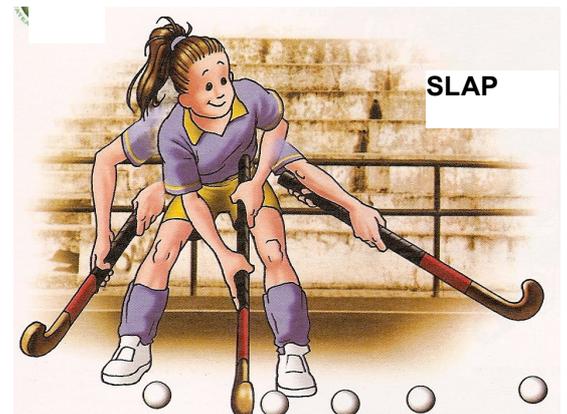
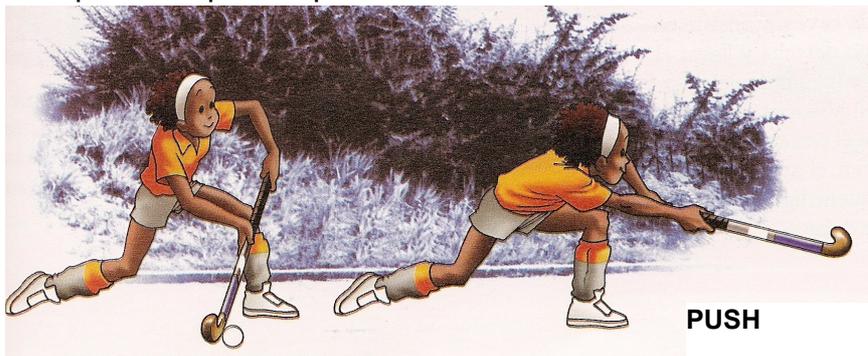
Las rodillas están semiflexionadas para dar más estabilidad y proteger la espalda.

## LA CONDUCCIÓN

Permite al jugador con la bola desplazarse de un lugar a otro. Se caracteriza porque se puede golpear la bola con ambas caras de la pala del stick, por lo que el agarre también puede hacerse con la derecha o la izquierda. El stick se cruza por delante del cuerpo, formando un ángulo con el suelo entre 45 y 60 grados. La bola se mantiene delante de los pies y ligeramente a un lado, se va orientando en función de la dirección hacia la que queramos desplazarnos.

## EL PUSH

El push es uno de los golpes más efectivos, y se emplea para **pasar la bola a distancias cortas de forma precisa y rápida**. La posición básica del jugador que ejecuta este golpe se caracteriza por: situarse de lado de tal forma que el hombro adelantado apunte en la dirección de pase, piernas ligeramente flexionadas, los pies separados la anchura de los hombros y el peso del cuerpo se reparte entre ambas piernas; las manos bien separadas en el stick y la bola en un punto intermedio entre los pies o ligeramente retrasada. A partir de ahí se produce un movimiento de empuje o acompañamiento de la bola con la pala del stick a la vez que el peso del cuerpo se lleva a la pierna adelantada. En la última parte del movimiento la mano situada en la parte superior del mango retiene el stick para producir un movimiento de palanca que facilite la impulsión de la bola. Hay que continuar el movimiento del stick una vez perdido el contacto con la bola, de forma que este quede apuntando en la dirección del lanzamiento.



## EL SLAP

Este gesto técnico se utiliza para hacer **pases largos y para lanzar a portería**. Es muy efectivo en el ataque aunque requiere cierta habilidad para golpear la bola en movimiento de forma precisa. La técnica empleada es la siguiente: las manos han de estar casi pegadas al extremo superior del stick, los pies separados la anchura de los hombros, el tronco situado lateralmente con el hombro adelantado apuntando en la dirección de pase o tiro. La bola se coloca en medio de los pies y ligeramente adelantada. En el slap se golpea la bola en lugar de acompañarla (*push*). Hay que prestar atención para no elevar el stick demasiado en el movimiento previo al golpeo de la bola y al finalizar el gesto.

## EL FLICK Y LA CUCHARA





Se trata de gestos técnicos utilizados **para elevar la bola**. La "cuchara" se emplea para enviar la bola a mayor distancia y se produce un movimiento más acentuado de acompañamiento de la bola con el stick. El "flick" se emplea para elevaciones rápidas a baja altura.

Ambos golpes se ejecutan metiendo la pala, oblicuamente al suelo, por debajo de la bola. El movimiento ha de terminar con el stick mirando hacia la dirección de pase.

## PARADA O RECEPCIÓN

Es una de las técnicas más importantes, sino se sabe parar adecuadamente la bola no se podrá controlarla y será complicado volver a pasarla. En la recepción se realiza un movimiento con el stick de acompañamiento o desaceleración de la bola hasta detenerla. La pala del stick debe colocarse ligeramente inclinada hacia delante para que la bola no salte por encima.

## LA TÁCTICA

Al tratarse el floorball de un deporte de cooperación y oposición, debemos elaborar nuestras funciones en el juego pensando en colaborar con nuestros compañeros y dificultar la acción de nuestros adversarios. Para ello no olvidaremos cuáles son las funciones del jugador con la bola (ataque) y las del jugador sin ella (defensa).

EN ATAQUE	EN DEFENSA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conservar la bola.</li> <li>• Progresión de la bola y los jugadores hacia la portería contraria.</li> <li>• Marcar gol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuperar la bola.</li> <li>• Impedir la progresión de los adversarios y la bola hacia la portería propia.</li> <li>• Proteger la portería para no encajar un gol.</li> </ul>

En floorball las dos distribuciones básicas son:

- 3:2 Tres defensas y dos delanteros
- 2:3 Dos defensas y tres delanteros.



**PÁGINAS WEB**

[WWW.unihockey-esp.com](http://WWW.unihockey-esp.com)

[WWW.floorball.org](http://WWW.floorball.org)

[WWW.uhkmadrid.com](http://WWW.uhkmadrid.com)

[WWW.salmingfloorball.com](http://WWW.salmingfloorball.com)

Suecia fue la impulsora de la extensión del floorball por toda Europa, con la creación de su propia federación en 1981.

