

# *Hockey interior: un deporte para personas con discapacidades psíquicas*

**Miguel Ángel Cartés**

*Licenciado en Pedagogía  
Técnico deportivo ACELL*

## **Palabras clave**

adaptación, seguridad, protecciones, participación, nuevas actividades, stick, disco

## **Abstract**

*In this article we would like to present a sport born from the adaptation of ice hockey, from a proposal of S.O. Canada to improve the level of participation in the winter championships of the Special Olympics.*

*With the adaptation of the ground (any sporting area), of material (stick and disk), learning process, technical regulations, rules and the exclusion of skates, indoor hockey was born as a collective sport of 6 players on the field with a minimum of 8 players and a maximum of 11. It is played in 3 parts of 9 minutes with a change of players every 3 minutes. It is a sport that has given and can offer even more possibilities of participation to sports persons of all levels with different limitations, given that it is fast and easy to learn and very "happy". That's why in the not so distant future it will change into a sport in itself as well as a new didactic recourse for all professionals of physical education.*

## **Resumen**

En este artículo queremos presentar un deporte nacido de la adaptación del hockey sobre hielo, hecha a propuesta de S.O. Canadá para mejorar el nivel de participación en los campeonatos de invierno de Special Olympics.

Con la adaptación del suelo (cualquier pista deportiva), del material (stick y disco), proceso de aprendizaje, normativa técnica, reglamentación y la exclusión de los patines, nació el hockey interior como un deporte colectivo de 6 jugadores en el campo con un mínimo de 8 jugadores y un máximo de 11, que se juega en tres partes de 9 minutos con obligatoriedad de hacer cambios de jugadores cada 3 minutos.

Deporte que ha dado y puede ofrecer aún más la posibilidad de participación a deportistas de muchos niveles y con limitaciones variadas, ya que es un deporte rápido, fácil de aprender y muy "alegre". Por todo ello se convertirá en un futuro no muy lejano en un deporte como tal, así como en un nuevo recurso didáctico para todos los profesionales de educación física.

## **Introducción**

No pasan desapercibidas para nadie la evolución y la consolidación del concepto deporte en la sociedad actual (N. Elías, 1987; M. García Ferrando, 1982, 1986, 1991), así como la creación de infinidad de nuevas prácticas físicas y deportivas de naturaleza muy diversa y heterogénea (deporte espectáculo, praxis deportiva, deporte para todos, actividades recreativas, ...) y podríamos decir que este crecimiento deportivo aún será mayor, ya que se van incorporando nuevas figuraciones deportivas y en este sentido también se van produciendo nuevas adaptaciones.

En la misma línea, estas adaptaciones técnicas se han podido aplicar en la educación de personas con discapacidades y, contrariamente, técnicas nacidas para el tratamiento de estas personas se han convertido en un recurso didáctico para la educación de todas las personas. Presentaremos, pues, una de estas adaptaciones nacidas de un deporte normalizado (ya adaptado para otros ámbitos), que se ha materializado en un deporte para personas con discapacidades psíquicas y que creemos puede convertirse en recurso didáctico para todos los profesionales de la educación física. Este deporte adaptado se llama "Hockey Interior".

## Breve reseña:

### Porqué y cómo nació

En el momento de preparar unos Juegos de Invierno, la organización de Special Olympics se encontró con el handicap de la poca participación, ya sea por la dificultad de las modalidades deportivas (esquí alpino, esquí de fondo, patinaje artístico...), ya sea por las necesidades económicas, de material y de infraestructuras.

Para paliar esta problemática, y después de estudiar la iniciativa de S.O. Canadá, se adaptó el hockey sobre hielo a las personas con discapacidades psíquicas.

Estas adaptaciones se refirieron a los tres problemas más importantes, (hielo, material, y patines), y como consecuencia de esta evolución las adaptaciones se realizaron también en el proceso de aprendizaje y los condicionamientos técnicos.

Las respuestas dadas a estos "handicaps", fueron muy sencillas y fácilmente aplicables:

#### 1. Eliminar la pista de hielo y utilizar cualquier superficie lisa y que permita deslizar el disco (cemento, parquet...)

Esta sería la normativa técnica en cuanto a las especificaciones del terreno:

- Las dimensiones del terreno de juego serán de 24 metros de largo por 12 metros de ancho.
- La superficie del terreno deberá ser lisa y sin obstáculos durante todo el desarrollo del juego.
- El terreno estará delimitado por líneas, paredes, protecciones de madera, etc., pero todas estas protecciones no deberán comportar ningún peligro para los jugadores.
- La parte de atrás de la portería, estará a 1 metro de la línea de fondo con el fin de permitir el juego detrás de la misma.
- Una línea central dividirá el terreno de juego en dos partes iguales.
- Círculos de puesta en juego: cada mitad del terreno de juego tendrá dos círculos de puesta en juego (cuatro en total) y cada círculo tendrá un radio de 75 cm. Estarán situados en la intersección de dos

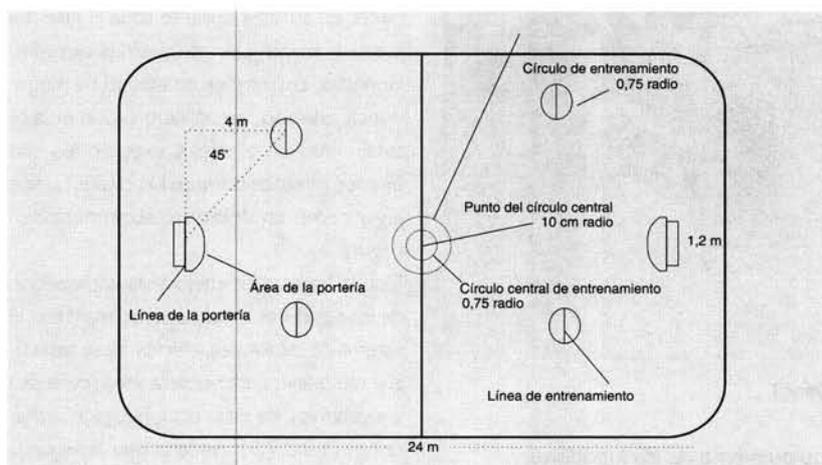


Figura 1. Medidas del campo.

líneas imaginarias trazadas a 2/3 partes de la distancia entre el centro de la línea de gol y la línea lateral con un ángulo de 45°.

- El círculo central, de puesta en juego, estará formado por un punto circular de un radio de 10 cm que estará en la mitad del terreno. Un círculo de un radio de 60 cm con un ancho de línea de 5 cm rodeando el punto central.
- La zona del círculo central tendrá un radio de 1,5 metros y una línea de 5 cm de ancho, que rodeará el círculo de puesta en juego y tendrá igualmente su centro en el punto medio.
- La línea de gol estará trazada entre los dos palos de las porterías y también tendrá una anchura de 5 cm.
- El área de gol estará constituida por un semicírculo de 1,8 m de radio a partir del centro de la línea de gol. (Figura 1)

#### 2. Adaptar el material, de manera que su utilización sea más fácil.

##### Equipamiento de juego (stick y disco):

Hay dos tipos de **sticks** cuando se juega. Un palo recto, de madera o de fibra de vidrio, de un diámetro entre 2,5 cm y 3 cm y una altura entre 90 cm y 150 cm, con una punta redondeada (la extremidad que entra en contacto con el suelo) y cubierta de una funda de vinilo para no estropear el suelo. Este stick es utilizado por los jugadores de campo.



Figura 2.

El otro stick es el del portero, muy parecido a los sticks de los porteros de hockey hielo, con una hoja nivelada de plástico.

El **disco** tendrá la forma de corona circular, con el fin de facilitar su conducción, con unas dimensiones de 20 cm de diámetro y 10 cm de diámetro el círculo interior, de 2,5 cm de alto y un peso de 217 gr.

El material será de fieltro o de un material parecido, reforzado con piel o cuero. De esta manera, se facilita el deslizamiento y evitamos la dureza del disco. (Figura 2)

La **portería** tendrá una longitud de 180 cm, una altura de 120 cm y un fondo de 60 cm. Los lados, así como la parte de atrás, estarán cubiertas por una red.

Con estas adaptaciones del material, la peligrosidad de este deporte se va a reducir en gran medida, pero aún tendremos más aspectos a considerar.



Figura 3.

#### Equipamiento de los jugadores:

El casco de hockey es la parte más importante del equipo protector y deberá cubrir y dar la máxima protección a la cabeza. Para fijarlo será obligatoria una correa por debajo de la barbilla.

Otros elementos del equipo protector son los guantes y las protecciones para los codos, para las rodillas y para las piernas. El casco del portero llevará también máscara protectora.

### 3. Evitar los patines y poder utilizar cualquier calzado deportivo.

Con todas las adaptaciones y modificaciones realizadas en los aspectos de infraestructura, hacía falta profundizar en los aspectos reglamentarios y normativos, así como en las habilidades técnicas necesarias, dando definición a la esencia del deporte. En este momento, ya podremos jugar al hockey interior, pero antes daremos un repaso a su normativa.

### Cómo se juega

Uno de los primeros aspectos básicos, lo encontramos en la composición del equipo y las rotaciones.

El equipo está compuesto por 11 jugadores, con 6 jugadores de campo (1 portero, 2 defensas y 3 delanteros). Otros jugadores complementarios pueden formar parte del equipo, pero siempre serán considerados como reservas.

Un jugador clave en la formación del equipo será el portero. Tiene que perma-

necer en su área durante toda la fase del juego y en posición de piernas semi-flecionadas, con el stick en actitud de juego, nunca estirado, arrodillado o con el stick totalmente en el suelo, excepto los dos últimos minutos durante los cuales puede jugar como un delantero suplementario. (Figura 3)

Con la finalidad de mejorar la participación de los jugadores en el juego, se mantiene el sistema de rotaciones, efectuándose de la siguiente manera: La primera línea (defensiva 2 jugadores), de cada equipo jugará 5 rotaciones (1,3,5,7,9) mientras que la segunda línea (ofensiva 3 jugadores), de cada equipo jugará 4 rotaciones (2,4,6,8). El portero podrá jugar el partido completo o podrá dividir el tiempo de juego con otro portero.

#### ¿Cómo se hacen las rotaciones cuando un equipo no está formado por 11 jugadores?

Las rotaciones siempre se hacen por líneas ofensivas y defensivas, lo que cambia es el número de jugadores a rotar, es decir, si el equipo tiene 10 jugadores se cambian 2 jugadores de cada línea en cada rotación, si tiene 9 jugadores se substituye un jugador defensivo y dos ofensivos en cada rotación, y si el equipo se compone de 8 jugadores, los cambios serán de 1 jugador por línea en cada rotación. Nunca un equipo podrá jugar con menos de 8 jugadores.

#### El segundo aspecto característico es la duración del juego y las substituciones

El partido se juega en tres tiempos de 9 minutos, con un minuto de descanso entre cada tiempo (cada equipo tiene derecho a un tiempo muerto de 1 minuto por partido y el entrenador pedirá al arbitro este tiempo muerto formando una "T" con las manos).

Únicamente se para el tiempo cuando se señale falta, durante las rotaciones, al final de cada parte y cuando el árbitro juzgue necesario hacerlo. Se volverá a poner en marcha cuando el juego vuelva a empezar.

Por cada tiempo habrá tres cambios de líneas (rotaciones), cada tres minutos. El juego volverá a empezar desde el círculo de puesta en juego más cercano al lugar donde se para. Al final de cada tiempo el juego volverá a empezar desde el círculo central de puesta en juego.

Después del quinto cambio de líneas, los equipos cambiarán de campo, excepto si los entrenadores han decidido lo contrario antes de empezar el partido.

En el caso de que el portero sea expulsado del campo por cometer alguna falta, cualquier jugador del equipo (en juego) podrá ocupar su lugar.

Un equipo no podrá jugar nunca con menos de 4 jugadores, por este motivo, si dos jugadores son penalizados al mismo tiempo, las penalizaciones se harán sucesivamente.

En el caso que un equipo con superioridad numérica marque un gol, el jugador del equipo penalizado puede entrar en el terreno de juego.

Si hay un cambio de líneas, con un jugador penalizado, un jugador de la línea que entra en el terreno de juego quedará fuera el resto de la penalización.

En caso de partido empatado después de los tres períodos, se jugará una prórroga de seis minutos; si persiste el empate se hará una segunda parte de 3 minutos y si aún así persiste el empate, se dará el partido por empatado. Si fuese necesario designar un vencedor, se efectuaría una tanda de cinco penaltis por equipo. En caso de continuar el empate, los penaltis serán alternativos hasta que un equipo falle.

#### El tercer elemento básico. ¿Cómo iniciamos el juego? La puesta en juego

Para iniciar el juego, todos los jugadores, con sus sticks, se encontrarán en sus campos respectivos y los jugadores que vayan a efectuar la puesta en juego (se situarán uno delante de otro) y sus sticks estarán a la misma distancia del disco. Los sticks estarán al lado del disco. (Figura 4)

El juego se inicia con un toque de silbato, entonces el disco será barrido hacia el exterior del centro de puesta en juego, sin que la punta del stick entre en contacto con el agujero del disco. Una vez fuera del centro, el disco sólo puede ser tocado por otro jugador diferente.

Siempre en todas las puestas en juego, faltas o penalizaciones, el disco se disputará entre dos jugadores (uno de cada equipo) desde el círculo más cercano si la falta la ha cometido un defensor dentro de su terreno defensivo y desde el círculo opuesto si la falta la comete un atacante dentro del terreno defensivo. (Figuras 5 y 6)

Para realizar un **penalti** el disco se situará en el centro del campo. El jugador que efectúe el lanzamiento iniciará la carrera y la conducción del disco desde su campo y lo lanzará desde la posición que crea más conveniente antes de penetrar en el área del portero.

El **gol**, será el último punto a tener en cuenta, pero su normativa es muy parecida a la del resto de deportes.

Para considerar gol, tendrá que flanquear la línea de gol el disco completo. Pero para una mejor protección del portero, los jugadores atacantes no pueden lanzar el disco desde dentro del área.

Tampoco se considera gol cuando el disco pase la línea de gol por medio de un golpe de pie. Aunque todas las protecciones, la normativa, y los elementos de juego están pensados en función de la seguridad y para una evolución más deportiva del juego, no sería posible alcanzar un desarrollo del mismo más participativo y deportivo sin tener en cuenta las faltas (menores) y las penalizaciones (menores y mayores).

Se consideran **faltas menores (el juego se parará y se efectuará una puesta en juego)**:

La puesta en juego del disco hacia adelante del portero con las manos a un compañero de equipo; cuando cualquier jugador que no sea el portero toque el disco con la mano; cuando un jugador retenga y bloquee con el pie o contra los límites del campo el disco más de tres segundos, intencio-

nadamente; cuando el portero inmovilice el disco durante más de tres segundos; cuando un atacante y su stick entre en el área de gol (el jugador defensor puede recoger el disco con su stick de dentro del área, pero nunca entrar) y por último cuando el disco esté en posesión de un jugador más de 5 segundos, transcurrido este tiempo el jugador tendrá que pasar el disco.

¿Cuándo se aplican **las penalizaciones menores? (2 minutos de exclusión)**.

Si se impide la progresión de un jugador, esté o no en posesión del disco (bloqueo); hacer tropezar, cargar a un jugador; frenar de manera deliberada el juego colocándose encima del disco o lanzarlo fuera del terreno de juego; dar golpes en las piernas; levantar los sticks por encima del hombro; utilizar cualquier parte del cuerpo (codos por ejemplo) con la finalidad de modificar por contacto el sentido del juego; que el portero se encuentre con los dos pies fuera de su área (esta penalización no será válida cuando el portero salga del área si su equipo está en posesión del disco y no participa en el juego); si el portero se sienta, se estira y se arrodilla en el suelo o mantiene el stick horizontal durante el juego; los insultos o comportamientos antideportivos de cualquier jugador y entrenador hacia el resto de jugadores, entrenadores (sean o no del mismo equipo), y árbitros (en este caso la puesta en juego será sin oponente).

El resto de acciones: agresiones, provocaciones, conducta antideportiva, faltas menores que a criterio arbitral sean cometidas deliberadamente con la finalidad de herir a otro jugador, un entrenador o un árbitro y lanzar intencionadamente con el stick el disco hacia un jugador, son sancionables con **penalizaciones mayores (exclusión definitiva con sustitución y al jugador que entra en juego 2 minutos de penalización)**.

En referencia al proceso de aprendizaje y sus adaptaciones, así como a las habilidades técnicas, no haremos una profundización, ya que ésta sería motivo de otro artículo, pero sí creemos oportuno hacer una aproximación al respecto.



Figura 4.



Figura 5.



Figura 6.

Resumiendo, salvando los reduccionismos que esto supone (sin olvidar la reflexión previa del aprendizaje motor como un elemento fundamental de reforzamiento a la persona con un historial de posibilidades y limitaciones) podríamos decir que nos tendríamos que basar en los **contenidos mínimos**: control del disco y stick, los pases, los



Figura 7.

lanzamientos y la conducción del disco (Figura 7).

Conseguido este punto estaríamos en disposición de trabajar los objetivos tácticos genéricos y sus encadenamientos:

- Situaciones ofensivas y defensivas (desmarcages, "driblings", pases, pivots de protección del disco, lanzamientos, bloqueos, movimientos de los pies y brazos con el stik,...)
- Táctica elemental (individual y de equipo) y todo esto en relación con el propio equipo contrario.

Sea como sea, las **situaciones fundamentales** que podríamos ver como temas principales dentro del proceso de aprendizaje son: lanzamiento a puerta / defensa de la portería; crear ocasiones de juego / cortar el juego contrario; montar un ataque / anular un ataque.

La experiencia nos ha demostrado que las formas fundamentales de juego son el punto de práctica del aprendizaje. Se tra-

ta de proponer ejercicios susceptibles de colocar al jugador en las situaciones fundamentales de un partido. También nos ha demostrado que la disponibilidad de los deportistas, sean del nivel que sean, jóvenes o adultos, es débil cuando se trata de trabajar en previsión de un objetivo lejano y es por ello que las situaciones fundamentales:

1. Se darán de forma condensada en partidos, siendo suficiente presentar una o dos situaciones.
2. Tendrán que ser accesibles a todos los jugadores, y por esto tendrán tendencia a la máxima simplicidad.
3. Han de poderse adaptar a los condicionantes físicos y a su variabilidad permitiendo el hecho de ir complicando el juego hasta transformarlos en verdaderos partidos.

### Conclusión

Después de todas las adaptaciones realizadas el deporte ha resultado un juego fácil de enseñar, gracias a una reglamentación y normas técnicas sencillas, por tanto el nivel y número de participaciones con diferentes problemáticas (basado en las necesidades motrices especiales) en esta actividad ha sido mucho mejor, así como, el nivel de participación de los mismos deportistas.

Esta participación en la actividad se ha reflejado en un juego más rápido y de acción constante dándose mucha variabilidad de situaciones y procesos.

Por todos estos motivos Special Olympics y ACELL optaron por este deporte, así como el fomento del mismo. Por tanto, por todas estas razones creemos en el futuro de esta actividad hasta el punto de poder trascender el mismo concepto de deporte adaptado, ya que son prácticas que han abierto una posibilidad excepcional para que un gran número de personas, con muchas dificultades hasta hoy, puedan disfrutar de la posibilidad de practicar un deporte y de llevar a cabo actividades físico-deportivo-recreativas que mejoren su percepción como personas y ser más partícipes en su realidad, y en este sentido el hockey interior es aplicable a todos los ámbitos de la "normalidad".

### Bibliografía

- ACELL (1997), "Reglament esportiu oficial d'hoquei interior". Barcelona: Federació Catalana d'esports i lleure per a Disminuïts psíquics.
- ALGECIRAS, J. M., "Hoquei interior", Monogràfic: discapacitat psíquica, IV Jornades societat, esport i diversitat. Barcelona.
- ELIAS, N. y DUNNING, E. (1992), *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México: FCE.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1990), *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza.
- LAGARDERA, F. (1994), *Deporte y actividad física: fenómeno social en La actividad física y el deporte para disminuidos psíquicos*. Lleida: Minusval '94.
- SPECIAL OLYMPICS, "Hockey, sports skills instructional program". Special Olympics, Inc. Washington, D.C.