

Hoquei interior: un esport per a persones amb disminucions psíquiques

Miguel Ángel Cartés

*Llicenciat en Pedagogia
Tècnic esportiu ACELL*

Paraules clau

adaptació, seguretat, proteccions, participació, noves activitats, estic, disc

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.

Resum

En aquest article volem presentar un esport nascut de l'adaptació de l'hoquei sobre gel, feta a proposta de S.O. Canadà per a millorar el nivell de participació en els campionats d'hivern d'Special Olympics.

Amb l'adaptació del terra (qualsevol pista esportiva), del material (estic i disc), procés d'aprenentatge, normativa tècnica, reglamentació i l'exclusió dels patins, va néixer l'hoquei interior com un esport col·lectiu de 6 jugadors en el camp amb un nombre mínim de 8 jugadors i un màxim d'11, que es juga en tres parts de 9 minuts amb l'obligatorietat de fer canvis de jugadors cada 3 minuts.

Esport que ha donat i pot oferir encara més la possibilitat de participació a esportistes de molts nivells i amb limitacions, ja que és un esport ràpid i fàcil d'aprendre i molt "alegre"; és per això que es convertirà en un futur no molt llunyà tant en un esport pròpiament com en un nou recurs didàctic per a tots els professionals de l'educació física.

Introducció

No passen desapercbedes per a tothom l'evolució i la consolidació del concepte d'esport en la societat actual (N. Elias, 1987; M. García Ferrando, 1982, 1986, 1991) així com la creació d'infinides de noves pràctiques físiques i esportives de naturalesa molt diversa i heterogènia (esport espectacle, praxi esportiva, esport per a tothom, activitats recreatives, etc.) i podríem dir que aquest creixement esportiu encara serà més gran, ja que es van incorporant noves figuracions esportives i en aquest sentit també es van produint noves adaptacions.

En la mateixa línia, aquestes adaptacions tècniques s'han pogut aplicar a l'educació de persones amb discapacitats, i a la inversa, tècniques nascudes per al tractament d'aquestes persones han esdevingut un recurs didàctic per a l'educació de totes les persones.

Presentarem, doncs, una d'aquestes adaptacions nascudes d'un esport normalitzat (ja adaptat per a altres àmbits) que s'ha materialitzat en un esport per a persones amb disminucions psíquiques i que creiem pot esdevenir un recurs didàctic per a tots els professionals de l'educació física. Aquest esport adaptat s'anomena "hoquei interior".

Breu ressenya:

Perquè i com va néixer

En el moment de preparar uns Jocs d'Hivern, l'organització d'Special Olympics es va trobar amb el "handicap" de la poca participació, bé per la dificultat de les modalitats esportives (esquí alpí, esquí de fons, patinatge artístic...) bé per les necessitats econòmiques, de material, i d'infraestructures.

Per pal·liar aquesta problemàtica, i després d'estudiar la iniciativa de S.O. Canadà, es va adaptar l'hoquei sobre gel a les persones amb disminucions psíquiques.

Aquestes adaptacions es van referir als tres problemes més importants (gel, material i patins), i com a conseqüència d'aquesta evolució les adaptacions es van realitzar també en el procés d'aprenentatge i es condicionaments tècnics.

Les respostes donades a aquests "handicaps" van ser molt senzilles i fàcilment aplicables:

1. Eliminar la pista de gel i utilitzar qualsevol superfície llisa i que permeti fer lliscar el disc (ciment, parquet..).

Aquesta seria la normativa tècnica pel que fa a les especificacions del terreny:

- Les dimensions del terreny de joc seran de 24m de llargada per 12m d'amplada.
- La superfície del terreny haurà de ser llisa i estarà sense d'obstacles durant tot el desenvolupament del joc.
- El terreny estarà delimitat per línies, parets, proteccions de fusta, etc. però totes aquestes proteccions no hauran de comportar cap perill per als jugadors.
- La part de darrera de la porteria, haurà d'estar a 1m de la línia de fons per permetre-hi el joc.
- Una línia central dividirà el terreny de joc en dues parts iguals.
- Cercles de posada en joc: cada meitat del terreny de joc tindrà dos cercles de posada en joc (quatre en total) i cada cercle tindrà un radi de 75 cm. Estaran situats a la intersecció de dues

Figura 1. Mides de la pista.

línies imaginàries traçades a 2/3 parts de la distància entre el centre de la línia de gol i la línia lateral amb un angle de 45°.

- El cercle central, de posada en joc, estarà format per un punt circular d'un radi de 10 cm que estarà a la meitat del terreny. Un cercle d'un radi de 60 cm. Amb una amplada de línia de 5 cm cerclarà aquest punt central.
- La zona del cercle central tindrà un radi d'1,5 m i una línia de 5 cm d'amplada, envoltarà el cercle de posada en joc i tindrà igualment el seu centre al punt mig.
- La línia de gol serà traçada entre els dos pals de les porteries i també tindrà una amplada de 5 cm.
- L'àrea de gol estarà constituïda per un semi-cercle d'1,8 m. de radi a partir del centre de la línia de gol

2. Adaptar el material, de manera que la seva utilització sigui més fàcil.

Equipament de joc (estici disc):

Hi ha dos tipus d'estics quan es juga. Un pal recte, de fusta o de fibra de vidre d'un diàmetre entre 2,5 cm i 3 cm i una alçada entre 90 cm i 150 cm, amb una punta arrodonida (l'extremitat que entra en contacte amb el terra) i cuberta d'una funda de vinil per no fer malbé el terra. Aquest estic es utilitza pels jugadors de camp.

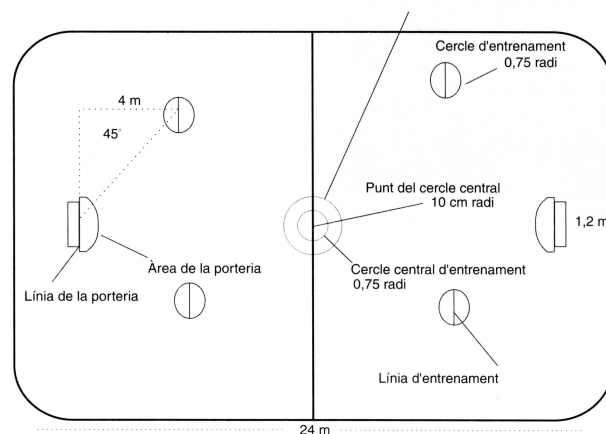


Figura 2.

L'altre estic és el del porter, molt semblant als estics dels porters de l'hoquei gel, amb una fulla nivelada de plàstic.

El disc tindrà la forma de corona circular, per tal de facilitar la seva conducció, amb unes dimensions de 20 cm de diàmetre i 10 cm de diàmetre el cercle interior, de 2,5 cm d'alçada i un pes de 217 g.

El material serà de feltre o d'un material semblant, reforçat de pell o cuir. D'aquesta manera, es facilita el lliscament i evitem la duresa del disc. (Figura 2)

La porteria tindrà una longitud de 180 cm, una alçada de 120 cm i un fons de 60 cm. Els costats, així com la part del darrera, estaran coberts per una xarxa.

Amb aquestes adaptacions del material, la perillositat d'aquest esport es reduirà en bona mesura, però encara tindrem més aspectes a considerar.

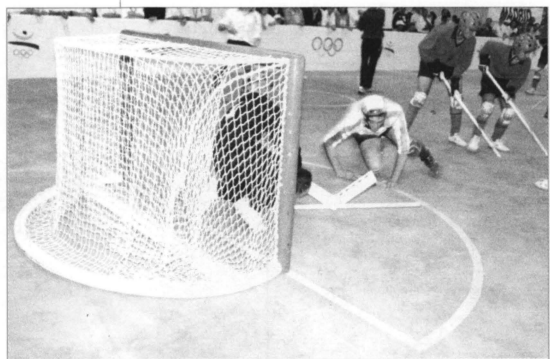


Figura 3.

Equipament dels jugadors:

El **cas** d'hoquei és la part més important de l'equip protector i haurà de cobrir i donar la màxima protecció al cap. Per fixar-lo serà obligatòria una corretja per sota la barbeta.

Altres elements de l'equip protector són els **guants**, les **proteccions** per als colzes, per als genolls i per a les cames. El casc del porter durà també **màscara protectora**.

3. Evitar els patins i poder utilitzar qualsevol calçat esportiu.

Amb totes les adaptacions i modificacions realitzades en els aspectes d'infraestructura, calia aprofundir en els aspectes reglamentaris i normatius, així com en les habilitats tècniques necessàries, donant definició a l'essència de l'esport.

En aquest moment, ja podem jugar a l'hoquei interior, però abans donarem un repàs a la seva normativa.

Com es juga

Un dels primers trets bàsics, el trobem en la **composició de l'equip i les rotacions**.

L'equip està format per 11 jugadors, amb 6 jugadors de camp (1 porter, 2 defenses i 3 davanter). D'altres jugadors complementaris poden formar part de l'equip, però sempre seran considerats com a reserves.

Un jugador clau en la formació de l'equip serà el porter. Ha de romandre a la seva

àrea mentre duri el joc i en posició de cames semi-flexionades, amb l'estic en actitud de joc, mai estirat, agenollat o amb l'estic totalment a terra, excepte els dos últims minuts durant els quals pot jugar com un jugador davanter suplementari. (Figura 3)

Amb la finalitat de millorar la participació dels jugadors en el joc, es manté el sistema de rotacions, efectuant-se de la següent manera:

La primera línia (defensiva de 2 jugadors), de cada equip jugarà 5 rotacions (1,3,5,7,9) mentres que la segona línia (ofensiva de 3 jugadors) de cada equip jugarà 4 rotacions (2,4,6,8). El porter podrà jugar el partit complet o podrà dividir el temps de joc amb un altre porter.

¿Com es fan les rotacions quan un equip no està format per 11 jugadors?

Les rotacions sempre es fan per línies ofensives i defensives, el que canvia és el nombre de jugadors a rotar, és a dir, si l'equip té 10 jugadors es canvien 2 jugadors de cada línia a cada rotació, si té 9 jugadors se substitueix 1 jugador defensiu i 2 ofensius a cada rotació, i si l'equip es compon de 8 jugadors, els canvis seran d'1 jugador per línia en cada rotació. Un equip mai no podrà jugar amb menys de 8 jugadors.

El segon tret característic és la durada del joc i les substitucions

El partit es juga en tres temps de 9 minuts, amb 1 minut de descans entre cada temps (cada equip té dret a un temps mort d'1 minut per partit i l'entrenador demanarà a l'àrbitre aquest temps mort formant amb les mans el signe "T").

Únicament s'atura el temps quan sigui assenyalada una falta, durant les rotacions, al final de cada part i quan l'àrbitre jutgi neces-

sari fer-ho. Es tornarà a posar en marxa quan el joc torni a començar.

Per cada temps hi haurà tres canvis de línies (rotacions), cada tres minuts. El joc tornarà a començar des del cercle de posada en joc més propera al lloc on s'aturà. Al final de cada temps el joc tornarà a començar des del cercle central de posada en joc.

Després del cinquè canvi de línies, els equips canviaran de camp, excepte si els entrenadors han decidit el contrari abans de començar el partit.

En el cas que el porter sigui expulsat del camp per cometre alguna falta, qualsevol jugador de l'equip (en joc) podrà ocupar el seu lloc.

Un equip no podrà jugar mai amb menys de 4 jugadors, és per això que si dos jugadors són penalitzats al mateix temps, les penalitzacions es fan successivament.

En el cas que un equip amb superioritat numèrica marqui un gol, el jugador de l'equip penalitzat pot entrar en el terreny de joc.

Si hi ha un canvi de línies, amb un jugador penalitzat, un jugador de la línia que entra al terreny de joc quedarà fora la resta de la penalització.

En cas de partit empatat després dels tres períodes, es jugarà una pròrroga de sis minuts, si encara continua l'empat es farà una segona part de 3 minuts i si encara persisteix, es donarà el partit per empatat. Si calgués designar un vencedor, s'efectuaria una tanda de cinc penals per equip. Si encara continués l'empat els penals es fan alterns, fins que un equip falli.

El tercer element bàsic.

¿Com iniciem el joc?

La posada en joc

Per iniciar el joc, tots els jugadors, amb els seus estics, es trobaran en els seus camps respectius i els jugadors que vagin a efectuar la posada en joc (se situaran un davant de l'altre) i els seus estics estaran a la mateixa distància del disc. Els estics estaran al costat del disc. (Figura 4)

El joc s'iniciarà amb un toc de xiulet, llavors el disc serà escombrat cap a l'exterior del centre de posada en joc, sense que la punta de l'estic entri en contacte amb el forat del disc. Un cop fora del centre, el disc només podrà ser tocat per un altre jugador diferent.

En totes les posades en joc, faltes o penalitzacions, el disc es disputarà entre dos jugadors (un de cada equip) des del cercle més proper si la falta l'ha comès un defensor dins el seu terreny defensiu i des del cercle oposat si la falta és comesa per un atacant dins del terreny defensiu. (Figures 5 i 6)

Per realitzar un **penalt** els disc se situarà al centre del camp. El jugador que efectui el llançament iniciarà la carrera i la conducció del disc des del seu camp i el llençarà des de la posició que cregui més convenient abans de penetrar a l'àrea del porter.

El **gol** serà el darrer punt a tenir en compte, però la seva normativa és molt semblant a la de la resta dels esports.

Per considerar gol, el disc complet haurà d'haver flanquejat la línia de gol. Però, per a una millor protecció del porter, els jugadors atacants no poden llençar el disc des de dins de l'àrea.

Tampoc no es considera que hi hagi gol quan el disc passi la línia de gol i hagi estat impulsat amb el peu. Encara que totes les proteccions, la normativa, i els elements de joc estiguin pensats en funció de la seguretat i per una evolució més esportiva del joc, no seria possible assolir un més gran desenvolupament més participatiu i esportiu sense tenir en compte les faltes (menors) i les penalitzacions (menors i majors).

Es consideren **faltes menors (el joc s'aturarà i s'efectuarà una posada en joc)**:

- La posada en joc del disc cap endavant del porter amb les mans a un company d'equip; que qualsevol jugador que no sigui el porter toqui el disc amb la mà; quan un jugador retingui i bloquegi amb el peu o contra els límits del camp intencionadament, el disc més de tres segons; quan el

porter immobilitzi el disc durant més de tres segons; quan un atacant i el seu estic entri a l'àrea de gol (el jugador defensor pot recollir el disc amb el seu estic de dins l'àrea, però mai entrar-hi) i per últim, quan el disc estigui en possessió d'un jugador més de 5 segons, transcorregut aquest temps el jugador haurà de passar el disc.

¿Quan s'apliquen **les penalitzacions menors? (2 minuts d'exclusió)**:

- Si s'impedeix la progressió d'un jugador, estigui o no en possessió del disc (bloqueig); fer ensopegar, carregar a un jugador; frenar de manera deliberada el joc col·locant-se a sobre del disc o llençar-lo fora del terreny de joc; donar cops a les cames; aixecar els estics per damunt de les espatlles; utilitzar qualsevol part del cos (colzes per exemple) amb la finalitat de modificar per contacte el sentit del joc; que el porter es trobi amb els dos peus fora de la seva àrea (aquesta penalització no serà vàlida quan el porter surti de l'àrea si el seu equip està en possessió del disc i no participa en el joc); si el porter seu, s'estira i s'agenolla a terra o manté l'estic horitzontal durant el joc; els insults o comportaments antiesportiu de qualsevol jugador i entrenador envers els altres jugadors, entrenadors (siguin o no del mateix equip), i àrbitres (en aquest cas la posada en joc serà sense oponent).

La resta d'accions: agressions, provocacions, conducta antiesportiva, faltes menors que a criteri arbitral siguin comeses deliberadament amb la finalitat de ferir un altre jugador, un entrenador o un àrbitre i llençar intencionadament amb l'estic el disc cap a un altre jugador, són sancionables amb **penalitzacions majors (exclusió definitiva amb substitució i al jugador que entra en joc 2 minuts de penalització)**.

En referència al procés d'aprenentatge i les seves adaptacions, així com a les habilitats tècniques, no aprofundirem en els aspectes del procés d'aprenentatge, adaptacions i habilitats tècniques; però sí que en parlarem breument.



Figura 4.



Figura 5.



Figura 6.

Resumint, salvant els reduccionismes que això suposa (sense oblidar la reflexió prèvia de l'aprenentatge motor com un element fonamental de reforçament a la persona amb el seu bagatge de possibilitats i limitacions) podríem dir que ens hauríem de basar en els **continguts mínims**: control del



Figura 7.

disc i estic, les passades, els tirs i la conducció del disc. (Figura 7)

Assolint aquest punt estarem en disposició de treballar els objectius tàctics genèrics i els seus encadenaments:

- Situacions ofensives i defensives (desmarcatges, "driblings", passades, pivots de protecció del disc, tirs, bloqueig, moviments dels peus i braços amb estic...).
- Tàctica elemental (individual i d'equip) i tot això en relació amb el propi equip i l'equip contrari.

Sigui com sigui, les **situacions fonamentals** que podríem veure com a temes principals dins del procés d'aprenentatge són: tir a porta/ defensa de la porteria; crear ocasions de joc/ tallar el joc contrari; montar un atac/ anul·lar un atac.

L'experiència ens ha demostrat que les formes fonamentals de joc són el punt de

pràctica de l'aprenentatge. Es tracta de proposar exercicis susceptibles de col·locar el jugador en les situacions fonamentals d'un partit. També ens ha demostrat que la disponibilitat dels esportistes, siguin del nivell que sigui, joves o adults, és débil quan es tracta de treballar en previsió d'un objectiu llunyà i és per això que les situacions fonamentals:

1. Es donaran de forma condensada en partits, n'hi haurà prou amb presentar una o dues situacions.
2. Hauran de ser accessibles a tots els jugadors, i per això tindran tendència a la màxima simplicitat.
3. S'han de poder adaptar als condicionants físics i la seva variabilitat permetrà el fet d'anar complicant el joc fins a transformar-los en veritables partits.

Conclusió

Després de totes les adaptacions realitzades l'esport ha resultat un joc fàcil d'ensenyar, gràcies a una reglamentació i normes tècniques senzilles, per tant el nivell i nombre de participants amb diferents problemàtiques (basat en les necessitats motrius especials) en aquesta activitat ha estat molt millor, així com el nivell de participació dels esportistes.

Aquesta participació en l'activitat s'ha reflectit en un joc més ràpid i d'acció constant i s'hi han donat processos i situacions molt variables.

És per a tots aquests motius que Special Olympics i ACELL van adoptar aquest esport per fomentar-lo. Per tant, per totes aquestes raons creiem en el futur d'aquesta activitat fins el punt de poder transcendir el mateix concepte d'esport adaptat, ja que són pràctiques que han obert una possibilitat excepcional perquè un gran nombre de persones, amb moltes dificultats fins avui, puguin gaudir de la possibilitat de practicar un esport i de dur a terme activitats físico-esportives-recreatives que millorin la seva percepció com a persones i ser més participants en la seva realitat, i en aquest darrer sentit l'hoquei interior es aplicable a tots els àmbits de la "normalitat".

Bibliografia

- ACELL (1997), "Reglament esportiu oficial d'hoquei interior". Barcelona: Federació Catalana d'esports i lleure per a Disminuïts físics.
- ALGECIRAS, J. M., "Hoquei interior", Monogràfic: discapacitat psíquica, IV Jornades societat, esport i diversitat. Barcelona.
- ELIAS, N. i DUNNING, E. (1992), *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Mèxic: 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.