



Special Olympics

Voleibol de Olimpiadas Especiales

Reglas, protocolo y etiqueta del
voleibol



Tabla de Contenidos

Enseñanza de las Reglas de Voleibol.....	2
Reglas de Deportes Unificados de Olimpiadas Especiales (Unified Sports®)	5
Procedimientos de protesta	6
Protocolo y etiqueta del voleibol	7
Deportividad	8
Glosario de voleibol.....	10



Enseñanza de las Reglas de Voleibol

El mejor momento para enseñar las reglas de voleibol es durante la práctica. Por ejemplo, durante un partido de entrenamiento, un jugador toca la red, este sería un buen momento para parar el juego y explicar porqué no se puede tocar la red mientras se está intentando jugar el balón. Como programa deportivo internacional, Olimpiadas Especiales ha adoptado y modificado las Reglas de la Federación Internacional de Voleibol (FIVB). Consultar las **Reglas de Deportes Oficiales de Olimpiadas Especiales** para ver el listado completo de reglas de voleibol tal y como han sido aprobadas y modificadas por Special Olympics Inc. Como entrenador, es su responsabilidad conocer y entender las reglas del juego y enseñárselas a sus jugadores y a los otros entrenadores. Para ayudarle en esta responsabilidad, a continuación se listan unas reglas concretas que rigen el deporte del voleibol.

Ocasionalmente, la situación se produciría cuando un equipo debidamente registrado con un mínimo de seis jugadores en la lista de inscripción no puede poner en juego a seis jugadores durante cualquier momento de la competición a causa de alguna lesión u otro tipo de problema. Por debajo del nivel nacional, el Director de la Competición **puede** permitir que el equipo continúe jugando por voluntad propia siempre y cuando el equipo no reciba una ventaja competitiva. Los equipos de Special Olympics Unified Sports® nunca tendrán más compañeros que atletas en la cancha al mismo tiempo.

Cancha

Se recomienda que se use una cancha con las dimensiones reglamentarias. Sin embargo, la modificación de Olimpiadas Especiales permite que la línea de servicio se acerque a la red pero no más cerca de 4,5 metros. Si no se dispone de una cancha de dimensiones reglamentarias (18 metros por 9 metros, rodeada por una zona libre de un mínimo de 3 metros de ancho por todos los lados) se pueden hacer las modificaciones pertinentes para que el juego resulte seguro. En las Competiciones de Equipo Modificadas, la cancha puede reducirse hasta 7,62 metros (25 pies) de ancho y 15,24 metros (50 pies) de largo. La altura de la red debe ser:

- ◆ Competición masculina y mixta: 2,43 metros (7 pies 11 5/8 pulgadas)
- ◆ Competición femenina: 2,24 metros (7 pies 4 1/8 pulgadas)
- ◆ Competición de Deportes Unificados: 2,43 metros (7 pies 11 5/8 pulgadas) para masculina y mixta, y 2,24 metros (7 pies 4 1/8 pulgadas) para femenina.

Cuerpo arbitral

En la competición, los equipos puede que tengan que proporcionar árbitros para ocupar los siguientes cargos.

Primer árbitro (R1)

El primer árbitro se encarga del partido y tiene la última palabra en todos los asuntos. El R1 se sitúa en una plataforma enfrente del apuntador y toma todas las decisiones relacionadas con al manejo del balón, recepciones, lanzamientos, etc. El árbitro comunica las decisiones con un silbato y señales con las manos. Estas señales pueden consultarse en el Reglamento de la Federación Internacional de Voleibol. Todas las decisiones del R1 son finales.

Segundo árbitro (R2)

El segundo árbitro está en el piso, enfrente del R1 y cerca de los banquillos de los equipos y del anotador. El R2 es el responsable principal del control de la red, vigilando las posibles infracciones. El R2 también puede ayudar al R1 en las llamadas referentes al manejo del balón dándole alguna señal discreta si el R1 no ha podido ver la jugada. El R2 no hará sonar el silbato en este caso, pero debe asistir al R1 cuando así se le solicite. El R2 es responsable de controlar al anotador y de administrar todas las solicitudes de sustitución.

Anotador

El anotador es el responsable de seguir el puntaje según las reglas del juego y de otras tareas que se le hayan autorizado. También es su responsabilidad asegurarse de que el panel de puntaje visual es correcto.



Anotador asistente

Para los programas que usen el jugador Libero, se necesitará una autoridad deportiva más para hacer un seguimiento de los reemplazos del jugador líbero.

Jueces de línea (LJ)

Los jueces de línea son una parte importante del cuerpo arbitral. Están de pie en las esquinas izquierdas (detrás de la posición del zaguero izquierdo) de la cancha y ayudan al R1 a la hora de pitar el balón dentro, el balón fuera y los toques tal y como instruye el R1.

SOOPA

El Programa de Cuerpo Arbitral para Atletas de Olimpiadas Especiales ha sido diseñado para asistir en el desarrollo de atletas de Olimpiadas Especiales a la hora de ser entrenados en las destrezas necesarias para officiar a diferentes niveles de responsabilidad según el nivel de habilidad del atleta. En voleibol, la filial local de Olimpiadas Especiales tiene que cooperar con la filial del Organismo Competente Nacional para animar a un miembro de SOOPA a conseguir su certificación al través del Organismo Competente Nacional.

Reunión previa al partido

Durante la reunión previa al partido, el R1 se encontrará con los representantes de cada equipo para:

1. Clarificar los procedimientos de calentamiento.
2. Explicar las reglas del evento/torneo/partido y las reglas de las instalaciones.
3. Determinar qué equipo tiene el servicio primero y desde qué lado sacará.

Principio del partido

Cuando esté preparado, el R1 ordenará a los jugadores que se dispongan en la línea de fondo. A la señal del R1, los jugadores se moverán hacia el terreno de juego y se posicionarán según la rotación correcta mientras el R2 verifica su posición en la cancha

Principio de set

Cuando todos los jugadores hayan ocupado sus posiciones y ambos equipos estén preparados para jugar, el R1 dará la señal para que se efectúe el saque. Esta señal se hará mediante un silbato y con un movimiento de brazos. Consultar el reglamento de la Federación Internacional de Voleibol para conocer las señales que usan los dos árbitros.

Rotación de servicio

Cuando el equipo receptor haya ganado el derecho a servir, los jugadores rotan en la dirección de las varillas del reloj. Hay dos excepciones:

1. En Deportes Unificados Voleibol, cuando el equipo que tiene el servicio ha conseguido 3 puntos de forma consecutiva, se debe hacer la rotación en sentido de las varillas del reloj y siguen teniendo el servicio. El equipo receptor NO rotará.
2. En la Competición de Equipo Modificada de voleibol, se usa la regla de servicio de tres o cinco puntos. Una vez un jugador haya marcado tres o cinco puntos, habrá una pérdida automática de posesión haciendo que el oponente consiga el servicio sin anotarse ningún punto.

Balón dentro/fuera



Un balón que cae dentro de la cancha o sobre cualquier parte de la línea se considera bueno. Un balón que cae fuera de la cancha o completamente por fuera de la línea se considera fuera.

Método de puntaje

El voleibol se juega usando al método de puntaje de acción-punto. Cada vez que se pone un balón en juego, se consigue un punto. La excepción es cuando el árbitro ordena una repetición (una balón de otra cancha entra en la cancha, etc.). No hay que estar en posesión del servicio para anotar un punto.

Time out o tiempo muerto

Cada equipo puede pedir 2 tiempos muertos por set, de 30 segundos de duración cada uno.

Ganar un set/partido

Los equipos tienen que anotar 25 puntos para ganar el set (el set decisivo es a 15 puntos). Hay que ganar con una diferencia de 2 puntos como mínimo. Los partidos se juegan a los mejores dos sets de tres o a los mejores tres sets de cinco. Por favor, asegurarse que se comprueba previamente el formato de la competición con el director de la competición. Algunos partidos pueden alargarse o acortarse en base al tiempo y espacio disponibles.

Sanciones

Tarjeta amarilla

Una amonestación a un jugador o entrenador que resulta en un punto para el equipo contrario.

Tarjeta roja

Una sanción a un jugador o entrenador que resulta en una expulsión del set.

Tarjetas roja y amarilla juntas

Una sanción a un jugador o entrenador que resulta en la descalificación del partido. El director de la competición podrá decidir si el incidente requiere que el jugador o el entrenador sea expulsado del torneo.

Infracciones comunes

- ◆ Retenido
- ◆ Acompañamiento
- ◆ Doble golpe
- ◆ Más de tres golpes
- ◆ Tocar la red al jugar el balón
- ◆ Infracción de la línea central (por debajo de la red)
- ◆ Falta de rotación
- ◆ Mal servicio
- ◆ Ataque de zaguero
- ◆ Falta de pie del servicio



Reglas de Deportes Unificados de Olimpiadas Especiales (Unified Sports®)

Existen algunas diferencias en las reglas de competición de Deportes Unificados de Olimpiadas Especiales tal y como se especifica en las Reglas Oficiales de Deportes de Olimpiadas Especiales. Las diferencias se detallan a continuación:

1. La lista de jugadores consiste en un número proporcionado de atletas y compañeros. Aunque la distribución exacta de las plazas de la lista no está especificada, una lista de jugadores de voleibol que contenga ocho atletas y dos compañeros no satisface los objetivos del Programa de Deportes Unificados.
2. Una alineación para una competición debe contener el mismo número de atletas que de compañeros. Deportes Unificados Voleibol consiste en 3 atletas y 3 compañeros que se alternan en la hoja de alineación (por ejemplo: un compañero, un atleta, etc.). En circunstancias excepcionales, un director de competición puede permitir más atletas que compañeros y si considera que sigue respetando el espíritu de Deportes Unificados.
3. En los deportes de equipo, la asignación de las categorías se basa en los mejores jugadores de la lista, no en la habilidad media de todos los jugadores.
4. Los deportes de equipo deben tener un entrenador adulto que no juegue. En los deportes de equipo, no se permite que los entrenadores jueguen.

Deportes Unificados Voleibol ha sido diseñado para contribuir a la integración de las personas con discapacidades intelectuales reuniendo en un mismo equipo a individuos con discapacidad intelectual y a individuos sin discapacidad tratándolos a todos como iguales. La igualdad entre todos los miembros del equipo mejora cuando los miembros del equipo son de edades y habilidades similares. La selección de atletas y compañeros de edades y habilidad similares es esencial para las competiciones y entrenamientos de Deportes Unificados Voleibol.

Es muy importante que los compañeros de Deportes Unificados conozcan su papel en el equipo y en Olimpiadas Especiales en general. Que un compañero de Deportes Unificados acabe dominando el juego acaba frustrando el objetivo del programa y no deja que los atletas demuestren sus talentos. Un buen compañero es aquel que juega junto al atleta y tiene una habilidad similar. En un mundo perfecto, sería imposible diferenciar las contribuciones de un atleta de las de un compañero de Deportes Unificados.



Procedimientos de protesta

Los procedimientos para presentar una protesta se rigen por las reglas de la competición. El papel del equipo directivo de la competición es velar por el cumplimiento de las reglas. Como entrenador, su deber para con sus atletas y su equipo es protestar ante cualquier acción o suceso que se produzca mientras sus atletas estén compitiendo que considere que está violando las **Reglas Oficiales de Voleibol**. Es extremadamente importante que no haga protestas porque usted o su atleta no consigan lo que buscan. Las protestas son asuntos serios que afectan al programa de la competición. Antes de la competición, revise con el director de la competición los procedimientos de protesta para cada evento.

Generalmente hay dos tipos de protestas: elegibilidad y Reglas del Juego.

Elegibilidad

Las protestas relacionadas con la elegibilidad deben cumplimentarse de acuerdo con los procedimientos aprobados por el equipo directivo de la competición.

Reglas del juego

Las protestas las debe hacer el capitán en juego antes del siguiente servicio. Un juicio no es una situación que se pueda protestar. Una protesta válida sería una regla que el árbitro o juez no ha aplicado correctamente según el entrenador y el capitán. Un ejemplo sería un número equivocado de miembros en la cancha o la falta por parte de la autoridad por no haber cumplido el número de sustituciones reglamentario en un juego en concreto.

Si el árbitro (R1) ha aceptado la protesta, éste saldrá de la plataforma y consultará el reglamento. Si después de consultar el libro de reglas, el capitán en juego sigue queriendo protestar, el R1 enviará un representante competente a localizar al director de la competición. Durante este proceso, el apuntador deberá anotar todos los hechos pertinentes del partido (puntaje, hora de la protesta, sustituciones usadas, tiempos muertos, etc.) El director de la competición o el Árbitro Jefe dictaminará una regla sobre la protesta. Si es denegada, el juego comenzará inmediatamente. Si la protesta se confirma, la jugada en cuestión se repetirá y el problema quedará solventado. Estas decisiones son finales. No hay apelación posible. El set se reanudará inmediatamente en base a la decisión que se ha tomado.



Protocolo y etiqueta del voleibol

Durante la práctica

La buena etiqueta y protocolo del voleibol comienzan en la práctica. El haber enseñado a su equipo el espíritu de deportividad y respeto al cuerpo arbitral, a los compañeros, a los oponentes y a los voluntarios se pondrá de manifiesto en el momento de la competición. Su papel como entrenador marca el ejemplo que seguirá su equipo. Intente siempre predicar con el ejemplo.

En la práctica, asegúrese de que su equipo está siguiendo las reglas que tendrán que respetar en el momento de la competición. Cuanto mejor entiendan las reglas, mejor preparados estarán para entender por qué se ha pitado algo. Muchas acciones que se pitan en el voleibol son subjetivas, y el ser consistente a la hora de pitadas en la práctica reducirá la confusión y la frustración de los competidores. El enseñar el respeto al cuerpo arbitral y a los oponentes comienza en la práctica. El entrenador necesita establecer un nivel alto de deportividad.

Durante la competición

El voleibol es un deporte muy competitivo que se juega mejor con muchas emociones positivas. El mantener las emociones bajo control y canalizarlas a través de la deportividad puede ser un reto para el entrenador.

Durante los calentamientos, asegúrese de que todos los jugadores y balones están en el lado correcto de la red. Algo que ocurre comúnmente durante los calentamientos es que un balón suelto va rodando hasta el otro lado de la red donde puede que haya alguien saltando y que acabe cayendo sobre el balón. Es una buena costumbre gritar "balón" o "stop" si un jugador o un entrenador ve que un balón suelto se dirige hacia el otro lado de la red, especialmente si hay riesgo de lesión. El buen espíritu deportivo sería agradecer al equipo que ha prevenido la posible lesión.

Sólo el capitán en juego puede hablar a los árbitros. Este jugador representa al equipo en la reunión de capitanes con los árbitros y debe informar al entrenador y a los compañeros de equipo de las reglas de la cancha y de cualquier otro aspecto que haya mencionado el árbitro. Las reglas deben conocerlas todos los jugadores, no sólo los capitanes, así se consigue que el partido fluya mejor.

Cuando el R1 indica al equipo que se alinee, los seis jugadores que comienzan más el libero se alinean en la línea de fondo. Con la señal del árbitro, los equipos se dirigen en el sentido de las agujas del reloj a estrechar la mano a los oponentes. Algunos equipos tienen pequeños obsequios para sus oponentes (por ejemplo pins o algún recuerdo de su región). Esto se suele hacer en el nivel de los juegos nacionales o mundiales, pero siempre es un gesto de agradecer.

Durante el set, los jugadores tratan al cuerpo arbitral, a los oponentes y a los compañeros de equipo con respeto. No se permite levantar la voz a un oponente desde el otro lado de la red y hacerlo ser razón para sancionarlo con una tarjeta amarilla (amonestación) o una tarjeta roja (expulsión). Discutir a un árbitro también puede resultar en las mismas sanciones.

Después del último set, el árbitro dirige a los equipos a la línea de fondo y a continuación les hace reunirse en la red para estrechar las manos y felicitar a sus oponentes por el buen partido jugado.

Recuerde que puede que haya un partido programado justo después del suyo por lo que intente recoger sus pertenencias y liberar la cancha para que los equipos siguientes puedan empezar a calentar.

Por normal general, el voleibol tiene una buena reputación en lo que a deportividad y respeto entre los jugadores, entrenadores y cuerpo arbitral se refiere. Como entrenador, debería asegurarse de que destaca esto a su equipo y predica con el ejemplo. Sus atletas harán lo que hace el entrenador. Si un entrenador levanta la voz al cuerpo arbitral, sus jugadores harán lo mismo. Un entrenador que respeta al cuerpo arbitral, a los otros jugadores y al otro entrenador y que permanece positivo tendrá una influencia positiva sobre su equipo y su comportamiento. Si un jugador no se comporta correctamente en la cancha o durante el calentamiento, es responsabilidad del entrenador hablar con el atleta y hacerle saber que se espera de él un buen espíritu deportivo y que el mal comportamiento no se puede tolerar.



Deportividad

"Déjame ganar. Pero si no puedo ganar, déjame ser valiente al intentarlo".

La buena deportividad es el compromiso de los atletas y entrenadores de jugar limpio y de mostrar un comportamiento ético e integridad. En la teoría y en la práctica, la deportividad se define como esas cualidades que se caracterizan por la generosidad y preocupación genuina por el prójimo. Todas lideradas por el ejemplo. A continuación, resaltamos algunos puntos en los que centrarse e ideas sobre cómo enseñar o entrenar la deportividad a sus atletas.

Esfuerzo competitivo

- ◆ Dar el máximo esfuerzo durante cada evento.
- ◆ Practicar las destrezas con la misma intensidad con la que se haría en competición.
- ◆ Siempre acabar el partido: no abandonar nunca.

Juego limpio en todo momento

- ◆ Siempre cumplir con las reglas.
- ◆ Demostrar siempre deportividad y juego limpio.
- ◆ Respetar siempre las decisiones del cuerpo arbitral.

Lo que se espera de los entrenadores

1. Dar siempre un buen ejemplo a seguir a los participantes y aficionados.
2. En todo partido hay un equipo ganador y uno perdedor. Instruir a los participantes en las responsabilidades adecuadas de deportividad y pedir que hagan de la deportividad y la ética su prioridad principal.
3. Dar refuerzo positivo al atleta sobre su rendimiento.
4. Respetar las decisiones del cuerpo arbitral, respetar las reglas del evento y no mostrar un comportamiento que pudiera incitar a los aficionados.
5. Tratar con respeto a todos los participantes y aficionados.
6. Estrechar manos con los miembros del cuerpo arbitral y con el entrenador contrario en público tanto antes como después del partido.
7. Desarrollar y poner en vigor penalizaciones para los participantes que no cumplan con las normas de la deportividad.

Lo que se espera de los atletas y compañeros de Deportes Unificados de Olimpiadas Especiales

1. Tratar a sus compañeros de equipo con respeto.
2. Animar a sus compañeros de equipo cuando cometen un error.
3. Tratar a los oponentes con respeto: darse la mano antes y después de los enfrentamientos.
4. Respetar las decisiones del cuerpo arbitral en los enfrentamientos, cumplir con las reglas del enfrentamiento y no exhibir ninguna conducta que pueda incitar a los aficionados.



5. Cooperar con el cuerpo arbitral, los entrenadores o directores y con los participantes compañeros para conducir un enfrentamiento justo.
6. No responder (verbal ni físicamente) si el otro equipo demuestra mala conducta.
7. Aceptar seriamente la responsabilidad y privilegio de representar a Olimpiadas Especiales.
8. Definir el ganar como dar lo mejor de uno mismo.
9. Cumplir con la norma más alta de deportivismo establecida por su entrenador.

Consejos para el entrenamiento

- ◆ Enseñe a sus jugadores a respetar al cuerpo arbitral y sus decisiones.
- ◆ Enseñe a los jugadores a luchar respetando las reglas.
- ◆ Enseñe a los jugadores las reglas generales de voleibol.
- ◆ Premie o mencione la deportividad después de cada partido o sesión práctica.
- ◆ Siempre elogie a los atletas cuando demuestren deportivismo.

Recuerde

- ◆ El deportivismo es una actitud que se muestra por la forma que usted y sus atletas actúan dentro y fuera del campo de juego.
- ◆ Sea positivo sobre competir.
- ◆ Respete a sus oponentes y a usted mismo.
- ◆ Siempre manténgase bajo control, aún si se siente enfadado o molesto.



Glosario de voleibol

Término	Definición
Antena	Una vara flexible que sobresale verticalmente de la red como si fuera una extensión de la misma cuya función es delimitar lateralmente el espacio de paso
Línea de ataque	La línea que cruza el campo a 3 metros de la línea central. Los zagueros no pueden atacar el balón sobre o delante de esta línea.
Ataque de zaguero	Cuando un zaguero ataca el balón sobre o delante de la línea de ataque.
Bloqueo de zaguero	Cuando un zaguero bloquea un balón en la red
Balón dentro	El balón cae en la cancha, sobre o dentro de la línea delimitante
Balón fuera	El balón cae fuera de la cancha
Posición base	La posición designada para un atleta en el momento del saque
Bloqueo	La destreza de saltar a la red para evitar que un balón entre en propio campo
Línea central	La línea justo debajo de la red
Contacto doble	Una infracción en la que el jugador toca dos veces sucesivas el balón o el balón toca varias partes de su cuerpo de forma sucesiva
Contacto sucesivo	Una jugada reglamentaria que se produce durante el primer toque de un equipo en la que se permiten contactos sucesivos con varias partes del cuerpo de jugador en una misma acción de la jugada
Contactos consecutivos	Una infracción en la que un jugador toca el balón dos veces consecutivas. (Reglas de excepción 9.2.3, 14.2 y 14.4.2)
Balón muerto	El balón está fuera de juego, así declarado por el juez
Set decisivo	El set final (tercero o quinto) que se juega si el partido está empatado
Dig o pase de mano baja	Normalmente la primera recepción de un equipo después de un ataque no bloqueado
Categorización	Un proceso para evaluar equipos con el fin de alcanzar paridad en categorías y divisiones competitivas
Falta de pie	Un jugador al sacar pisa la línea de fondo en el mismo momento que contacta el balón
Balón retenido	Una balón que se agarra o se lanza y no se juega de forma limpia
Atacante/rematador	Un jugador que ataca el balón con fuerza hacia el campo del oponente



Rodilleras	Equipo de protección opcional para proteger las rodillas del jugador
Libero	Un especialista en la defensa que sólo juega en una posición trasera; este jugador lleva una indumentaria de un color diferente y tiene otras varias restricciones
Partido	Número de sets predeterminados
Cuerpo arbitral	Primer árbitro: en la plataforma (R1); segundo árbitro: en el piso, cerca de la mesa del anotador (R2); anotador; anotador asistente y jueces de línea
Falta de rotación	Una falta que se comete cuando los jugadores están en una rotación incorrecta en el momento preciso del servicio
Plancha	Una jugada en la que un defensa pone la palma de mano sobre el piso para evitar que el balón toque el piso
Pase	Normalmente el primer contacto con el balón de un miembro del equipo hacía el colocador
Reemplazamiento de jugador	Acción en la que un jugador libero entra o abandona el juego
Capitán en juego	El jugador en la cancha que representa a su equipo y es el único miembro del equipo que puede hablar al árbitro
Puntos que ganar	Se necesitan 15 o 25 puntos para ganar un set; para ganar un equipo tiene que estar por lo menos a 2 puntos de distancia (la dirección de la competición puede determinar otros límites bajo ciertas circunstancias)
Peloteo	El hecho de pasarse un balón por encima de la red
Puntaje de acción-punto	Cada jugada resulta en un punto a menos que se tenga que repetir la jugada
Tarjeta roja	Una sanción que causa la expulsión de un jugador o entrenador del set por un comportamiento grosero o inaceptable sin la adjudicación del punto
Repetición	Cuando un juez o árbitro obliga a un equipo a repetir el punto a causa de un error u otra razón
Servicio	La técnica de poner el balón en juego
Colocador	Un jugador (normalmente el del segundo contacto) que entrega el balón al rematador
Rotación	Cuando un equipo gana el servicio al oponente, sus jugadores rotan una posición en sentido de las varillas del reloj
Remate	Un balón golpeado con fuerza hacia el campo del oponente, normalmente mediante un movimiento de brazos por arriba de la cabeza
Sustitución	La acción mediante la cual un jugador entra en un set para ocupar la posición de otro jugador que tiene que abandonarlo
Time out	Una interrupción del juego solicitada por el capitán en juego o entrenador y



	aceptada por el R1; la duración del time out depende de la regla
Toque	Un balón que es tocado por un jugador tanto intencionada como accidentalmente; ambos casos cuentan como toque
Tarjeta amarilla	Una amonestación a un jugador o entrenador por un comportamiento inaceptable que da un punto al otro equipo