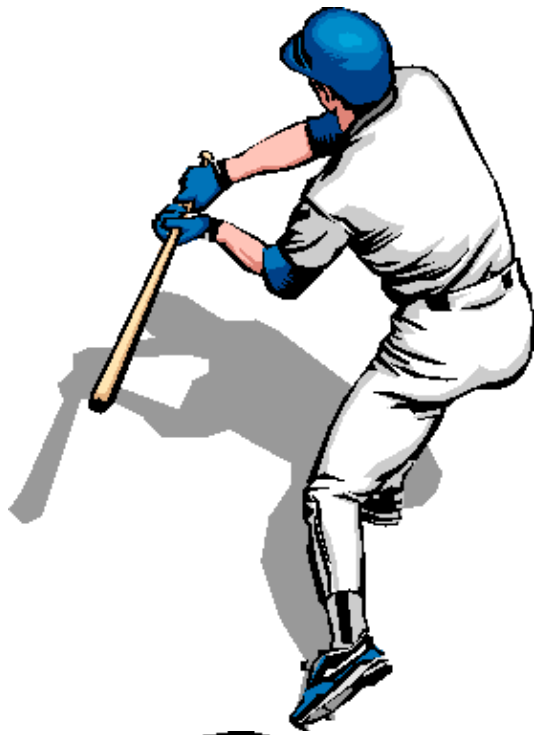






LOS DEPORTES COLECTIVOS

INTRODUCCIÓN (CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES)

Aunque resulta difícil clasificar todas las disciplinas deportivas (que a su vez pueden tener varias modalidades), generalmente se enumeran seis tipos de deporte: atléticos (por ejemplo, atletismo, gimnasia, halterofilia, natación y ciclismo), de combate (boxeo, lucha libre, esgrima, judo, kárate y otras artes marciales), de pelota (fútbol, fútbol americano, rugby, baloncesto, balonmano, voleibol, tenis, tenis de mesa, waterpolo, squash, béisbol y pelota vasca), de motor (automovilismo, motociclismo, motocross), de deslizamiento (esquí, bobsleigh, trineo, patinaje sobre hielo) y náuticos o de navegación (vela, esquí acuático, surf, windsurf, remo, piragüismo).

No obstante, ésta es sólo una de las muchas tipologías válidas que se puede efectuar. Otras más generales serían, por ejemplo, las que distinguen entre deportes individuales y de equipo, o entre deportes de verano y de invierno. También existen modalidades deportivas en el límite con la aventura (los denominados deportes de riesgo), las que se enmarcan en el puro juego (billar, bolos) y las relacionadas con la inteligencia (como el ajedrez).

FÚTBOL

Deporte de equipo practicado por dos conjuntos de once jugadores con una pelota esférica. Es el que más se juega en el mundo y también el más popular entre los espectadores, con un seguimiento de millones de aficionados. En rigor, este deporte se debería llamar fútbol asociación, para distinguirlo de los otros deportes que también tienen el nombre de fútbol; por ello en Estados Unidos se le conoce como *soccer*. El fútbol asociación se distingue de otros tipos de fútbol en que se juega fundamentalmente con los pies y sólo el portero está autorizado a utilizar las manos cuando se encuentra dentro del área de portería. Otra característica propia es que el juego es continuo, teniendo que improvisar los jugadores sus tácticas durante el mismo, cambiando sus posiciones constantemente para recibir o interceptar pases.

Lo único que se necesita para jugar es una pelota y dos porterías que se pueden marcar en el suelo con tiza o cal; y para aquellos que lo deseen y se lo puedan permitir, prendas deportivas como camisetas, pantalones cortos, medias y botas de fútbol. Se puede jugar incluso con los pies descalzos. Esta simplicidad es la razón de la popularidad del juego. Debido a que los contactos no son tan violentos como en otros tipos de fútbol y a que una pelota redonda es más fácil de controlar que una ovalada, el juego pueden practicarlo incluso los más jóvenes.

REGLAS Y REGLAMENTOS

El objetivo del juego consiste en marcar más goles que el equipo contrario, introduciendo la pelota en la portería rival.

El campo de juego o cancha suele ser de hierba, pero se puede jugar en otro tipo de superficies, como tierra, e incluso, en algunas competiciones, sobre césped artificial. El campo no puede medir más de 119 m de largo por 91 m de ancho y tampoco menos de 91 m de largo por 46 m de ancho. Las porterías consisten en dos postes colocados verticalmente y con una separación de 7,32 m, un travesaño (larguero) que los une a una altura de 2,44 m y una red que abarca toda la parte trasera de la portería. La pelota es redonda, con una circunferencia entre 68 y 71 cm y un peso entre 396 y 453 gramos. El juego está controlado por un árbitro ayudado por dos jueces de línea (denominados desde 1996 árbitros asistentes). Normalmente hay dos tiempos de 45 minutos con un intervalo mínimo de descanso de cinco minutos (que habitualmente es de quince). En competiciones eliminatorias, para decidir partidos que han finalizado empatados después de los 90 minutos reglamentarios, se juega un tiempo adicional (prórroga) con dos tiempos de quince minutos. Esta fórmula también ha evolucionado recientemente, adjudicándose el triunfo al equipo que marca primero un gol (comúnmente denominado *gol de oro*). En algunos casos se decide el ganador por medio de tandas de tiros a puerta desde el punto de penalti. Para dar validez a un gol, la pelota tiene que pasar entre los postes de portería, bajo el larguero y sobrepasar completamente la línea de gol. La pelota entera debe rebasar la línea.

Los porteros deben llevar ropa que los distinga del resto de los jugadores, tanto de su propio equipo como del contrario. Las posiciones y alineaciones tradicionales, de cinco delanteros, dos medios, tres defensas y un portero se abandonaron hace tiempo en favor de otras formaciones más flexibles. Están permitidas las sustituciones, pero una vez que un jugador ha sido reemplazado, no puede volver al juego. Cada competición tiene sus reglas propias que regulan el número de sustituciones que puede hacer cada equipo durante un partido. En el fútbol internacional, lo normal son tres sustituciones, entre cinco jugadores suplentes, que se designan antes de comenzar el partido.

Un partido comienza con un saque desde el círculo central del campo, efectuado por un jugador del equipo al que le haya tocado sacar, lo que se decide por medio del lanzamiento de una moneda. Cada vez que se marca un gol, el juego se reanuda desde el mismo círculo central y lo reinicia el equipo que lo haya encajado. Cuando se efectúa un saque desde el centro, los equipos permanecen cada uno en su mitad del campo hasta que se ponga la pelota en juego. La pelota se pone en juego en el momento en que la toca otro jugador del mismo equipo que efectúa el saque. El jugador que efectúa el pase inicial no puede volver a tocar la pelota hasta que otro jugador lo haya hecho. Se considera que la pelota sale fuera de banda cuando toda ella sobrepasa la línea que delimita el terreno de juego (por el suelo o por el aire).

Cuando la pelota sale fuera de banda, vuelve al juego por medio de un saque de banda si ha salido por las líneas laterales del campo, y por medio de un saque con el pie si ha sobrepasado la línea de gol. Los saques los efectúan jugadores del equipo que no ha sido responsable del envío de la pelota fuera del campo. Para efectuar un saque de banda, que debe realizarse en el mismo punto por donde salió la pelota, el jugador coge ésta con las dos manos y la lanza desde detrás y por encima de la cabeza. En el momento del lanzamiento el jugador deber estar de frente al terreno de juego y con ambos pies en el suelo. Cuando la pelota sale fuera del terreno sobrepasando la línea de gol, vuelve al juego, bien por medio de un saque desde el área pequeña de la portería, cuando el último en tocarla fue un jugador atacante, bien desde un saque de esquina si el último en tocarla fue un jugador defensor. Un saque de esquina se saca desde el punto donde se juntan las líneas de banda y de gol más cercanas al lugar por donde salió la pelota. El jugador que efectúa el saque no puede volver a tocar la pelota hasta que lo haya hecho otro jugador. Los defensores deben colocarse a una distancia mínima de 9,15 metros.

La regla más compleja de las 17 básicas de que consta el juego es la que concierne al fuera de juego (regla 11). Dice: un jugador está en fuera de juego si se encuentra más cerca de la línea de gol de los contrarios que la pelota e interfiriendo en el juego o a un contrario en el momento en que la pelota se ha jugado por última vez a no ser que ..., y existen las siguientes excepciones: 1) desde saques de banda o de esquina; pero no tiros libres; 2) si un jugador está en su mitad del campo; 3) si la pelota ha sido jugada en último lugar hacia él por un contrario; 4) si el jugador no está más cerca de la línea de gol que al menos dos contrarios, incluso si uno es el portero. Esta última es la esencia de la norma.

Las violaciones del reglamento están penalizadas con tiros libres y penaltis. Los tiros libres pueden ser directos o indirectos. Se puede marcar un gol directamente con un tiro libre directo, pero no con un indirecto. En este último, otro jugador debe tocar la pelota antes de marcarse el gol. Un tiro libre directo se decreta por infracciones graves, y si ocurre dentro del área se decreta un penalti. Todos los tiros libres (excepto los penaltis) se sacan desde donde se produjo la infracción. Los jugadores contrarios deben situarse como mínimo a una distancia de 9,15 m de la pelota en el momento de sacarse el tiro libre. A menudo, el equipo que saca el tiro lo hace sin esperar a que se sitúe la barrera de defensores. El árbitro puede aplicar la ley de la ventaja y no pitar una falta si el equipo sobre el que se ha cometido sale beneficiado con ello.

Un tiro libre directo se señala por infracciones graves, tales como faltas intencionadas o conducta antideportiva. Hay nueve situaciones de este tipo; seis son faltas cometidas contra un contrario, dos son en contra de un contrario o de un compañero de equipo, y una es técnica. Las seis primeras son: 1) zancadillar o tirar a un oponente; 2) saltar sobre un oponente; 3) cargar sobre un oponente desde atrás; 4) sujetar a un oponente; 5) empujar a un oponente; 6) cargar sobre un oponente de manera violenta o peligrosa. Otras dos faltas graves son: dar o intentar dar una patada a un contrario, y golpear o intentar golpear con la mano a un contrario. También, la desconsideración hacia un contrario. La última infracción consiste en usar manos o brazos deliberadamente para controlar la pelota. Si alguna de las infracciones mencionadas es cometida por el equipo defensor dentro de su área, el árbitro lo sancionará con un penalti. El lanzamiento de penalti se efectúa directamente a gol y los únicos jugadores que pueden estar dentro del área durante el lanzamiento son el jugador que lo lanza y el portero.

Los tiros libres indirectos se sancionan por las infracciones siguientes: 1) juego peligroso (elevación del pie, por encima, o descenso de la cabeza por debajo, de la cintura del contrario); 2) cargar sobre un contrario cuando no tiene la pelota a distancia para jugarla; 3) obstrucción; 4) cargar al portero, excepto cuando éste tiene la pelota o ha salido de su área; 5) pérdida de tiempo deliberada del portero; 6) el portero da más de cuatro pasos estando en posesión de la pelota; 7) cuando un jugador pasa deliberadamente el balón con el pie a su portero y éste la coge o golpea con las manos; 8) protestas; 9) fuera de juego.

Si las infracciones son lo suficientemente graves, el árbitro puede amonestar al jugador (mostrarle la tarjeta amarilla). También puede hacerlo si el jugador: 1) entra o sale del terreno de juego sin autorización del árbitro; 2) persiste en las infracciones; 3) disiente de palabra o acción de una decisión arbitral; 4) por conducta

antideportiva, pérdidas deliberadas de tiempo, dar una patada al balón y enviarlo fuera después de que el árbitro haya pitado una falta, salirse antes de tiempo de una barrera o situarse enfrente de la pelota para impedir el saque de una falta.

Un árbitro puede mostrar la tarjeta roja a un jugador y expulsarle del terreno de juego si: 1) un defensor estorba intencionadamente a un oponente de forma no autorizada por las reglas, cuando éste tiene una oportunidad clara de marcar un gol; 2) un jugador es culpable de conducta violenta o antideportiva de forma grave; 3) un defensor, excepto el portero, toca el balón con las manos o brazos, estando fuera de su área, para evitar un gol o una oportunidad de gol; 4) un jugador usa un lenguaje impropio contra cualquier otro jugador del campo, el árbitro principal o los árbitros asistentes; 5) un jugador persiste en conducta antideportiva después de haber sido amonestado.

ESTRATEGIA

La estrategia y las tácticas son muy variadas y han existido muchas combinaciones desde los primeros años del siglo XX. Ahora un equipo se clasifica, en sentido amplio, en delanteros, centrocampistas y defensas. En los comienzos se experimentaron combinaciones como 1-1-1-8 y 1-1-2-7, en las que el portero era el primero de la secuencia. En 1925 se cambió la regla del fuera de juego de forma que el número de oponentes requerido entre el atacante y la línea de gol se redujo de tres a dos. Como resultado surgió lo que se llamó la formación 'WM' de 1-3-2-2-3, así llamada porque si se mira desde detrás forma una 'W' y se mira desde delante una 'M'. En Suiza desarrollaron el sistema 'cerrojo', con una alineación de 1-1-3-2-4. Los suizos inventaron también los principios del *catenaccio* (encadenado). Básicamente es una formación defensiva; sitúa a un jugador 'escoba' por detrás de cuatro defensas, tres mediocampistas y dos atacantes. Los italianos perfeccionaron el *catenaccio* y experimentaron con otras tres alineaciones: 1-1-3-3-3, 1-1-3-4-2 y 1-1-4-3-2. En la década de 1950 los húngaros evolucionaron un sistema 1-4-2-4 y los brasileños lo modificaron. Los sistemas británicos hicieron variaciones como el 1-4-4-2. Los holandeses experimentaron con lo que denominaron 'fútbol total', en el que cualquier jugador puede ser requerido tanto para atacar como para defender, según lo demande la situación. Esto exigía muchísimo a los jugadores. Una variación del sistema de *catenaccio* se desarrolló en Alemania, donde el jugador escoba se transformó en el líbero, que podía atacar desde atrás. Se hicieron otros experimentos de alineación en la Unión Soviética, jugando con formaciones 1-4-5-1. Otra formación de la URSS fue con dos jugadores escoba en una alineación 1-2-3-3-2. En Gran Bretaña muchos equipos adoptaron lo que se conoce como 'pantalla frontal', donde un jugador escoba juega por delante de una línea de cuatro en formación 1-4-1-3-2. También está la formación en forma de 'diamante', donde cuatro centrocampistas se sitúan formando los vértices de la figura de un diamante en alineación 1-4-1-2-1-2. Muy a menudo, las formaciones defensivas comprenden la defensa 'hombre a hombre' o individual, un *catenaccio* en el que cada defensor se encarga de un atacante al que sigue por todas partes, o un sistema 'zonal', en el que el jugador tiene asignada una parte del campo y marca a cualquier atacante que penetra en su zona. En el fútbol actual se puede hablar de dos 'escuelas' bien diferenciadas que, según su cercanía al sistema zonal o individual, definen las principales formas de entender este deporte.

HISTORIA

Los antecedentes más remotos del juego se pueden situar alrededor del año 200 a.C. durante la dinastía Han en China. Su juego se llamaba *tsu chu* (*tsu* significa aproximadamente 'dar patadas' y *chu* denota una bola hecha de cuero relleno). Incluso los emperadores chinos tomaron parte en el juego. Los griegos y los romanos tuvieron una gran variedad de juegos de pelota (como el *episkuros* y el *harpastum*) y algunos probablemente serían tanto para jugar con las manos como con los pies. En el siglo VII los japoneses tuvieron una forma de fútbol llamada *kemari*. En el siglo XIV se disputaba en Florencia un juego llamado *calcio* (*giuoco del calcio*, 'juego de la patada'), que se jugaba por equipos de 27 jugadores con seis árbitros. Este juego permitía usar tanto las manos como los pies.

No es sino hasta el siglo XII que se encuentran evidencias de algún tipo de fútbol practicado en Inglaterra. En la edad media se conocieron varios tipos. Básicamente era un fútbol que tenía lugar entre facciones o grupos rivales en villas y ciudades y también entre pueblos y parroquias. Tomaban parte una gran cantidad de jugadores y las porterías podían estar separadas más de un kilómetro. Estos juegos, que a menudo eran violentos y peligrosos, estaban asociados especialmente con el Carnaval y se llamaron fútbol de carnaval. Algunos de estos juegos sobrevivieron en Inglaterra hasta bien entrado el siglo XX. Una sucesión de edictos reales de reyes ingleses llevaron a la supresión del fútbol. De hecho, estos juegos florecieron durante los periodos Tudor y Estuardo. Oliver Cromwell intentó ponerles freno, pero con la Restauración y el reinado de Carlos II pronto se rehabilitaron. En el siglo XVIII era popular en las escuelas públicas inglesas, pero aún comprendía muchos jugadores por bando. Unas cuantas escuelas públicas desarrollaron una forma más organizada que ha sobrevivido en Eton (*Eton wall game*, *Eton field game*), Harrow (*Harrow football*) y Winchester (*Winchester football*).

En 1846 se realizó el primer intento serio de establecer un reglamento. Fue promovido por H. de Winton y J. C. Thring en la Universidad de Cambridge, que prepararon un encuentro entre representantes de las escuelas públicas más importantes para intentar crear un juego de reglas estandarizado. Llegaron a un acuerdo y formularon diez, conocidas como 'las reglas de Cambridge' y que Thring describió como 'el juego sencillo'.

En 1855 se fundó el Sheffield Football Club, el club más antiguo del mundo, y en 1862 comenzó a existir el Notts County, el club de liga más antiguo del mundo. En octubre de 1863 se fundó la Fútbol Asociación (FA) en la Taberna Freemasons, en la calle Great Queen de Londres. La idea de una Copa de Fútbol Asociación fue del secretario de la FA, Charles Alcock, quien propuso sus planes en una reunión a la que asistieron doce clubes en octubre de 1871. Participaron quince clubes en la primera competición en 1872, que fue ganada por los Wanderers, que batieron a los Royal Engineers. Hasta 1892, casi todas las finales se celebraron en Kennington Oval (Londres), que es más conocido por el críquet. Hasta 1883, todos los ganadores fueron clubes de aficionados. Los Wanderers ganaron seis veces; los Old Etonians ganaron dos veces y fueron segundos en seis ocasiones. También en 1872 se celebró el primer partido internacional (entre Inglaterra y Escocia), y en 1878 se celebró el primer partido con luz eléctrica.

A finales de la década de 1870, comenzó una larga, y a veces mordaz, disputa sobre los pros y los contras del profesionalismo y si los jugadores debían o no ser pagados con dinero como compensación por los salarios perdidos al tomar parte en un partido. En 1885 se legalizó por fin el profesionalismo, pero la discusión continuó durante años y afectó a otros países. Otro evento importante fue la creación de la Liga de Fútbol en 1888; ésta se convirtió en un modelo para otros países que posteriormente la imitaron.

Esta adopción se desarrolló con rapidez en Europa y muchas otras partes del mundo a finales del siglo XIX. Los soldados británicos, así como los marineros, funcionarios de las colonias, hombres de negocios, ingenieros y maestros exportaron el juego a través del mundo, como hicieron con el críquet y otros juegos y deportes. La pauta fue la misma. Mostraban una pelota, comenzaban a jugar y luego invitaban a los locales a unírseles.

En Viena había una gran colonia británica que fue la responsable de la creación del primer club de fútbol de Viena y del Club de Fútbol y Críquet de Viena, del que derivó el FK de Austria. El austriaco Hugo Meisl, un miembro del Club de Críquet de Viena y secretario de la FA de Austria (fundada en 1904), tuvo una gran influencia en el desarrollo del fútbol en Europa y fue el principal impulsor de la Copa Mitropa (el prototipo de los eventos europeos de club modernos) y de las competiciones de la Copa de Naciones. Dinamarca fue otro de los países europeos que comenzó pronto a practicar el juego. En 1879 había un club inglés de fútbol en Copenhague y la FA danesa se fundó en 1889. Los residentes ingleses en Italia fundaron el Club de Fútbol y Críquet de Génova, y el Génova (1892) es el club más antiguo de la liga italiana; la FA italiana se creó en 1898. En Hungría, el juego comenzó en la década de 1890 (la FA se fundó en 1901) y en el primer equipo húngaro había dos jugadores ingleses. En Alemania y los Países Bajos, el juego arraigó hacia 1900 (cuando se fundó la FA alemana). Hacia 1908 había 96 clubes holandeses. La FA holandesa se fundó en 1889. En 1887,

dos propietarios ingleses de hilanderías, los hermanos Charnock, introdujeron el fútbol en Rusia cerca de Moscú. A finales de la década de 1890, la Liga de Moscú estaba funcionando.

A principios del siglo XX, el juego estaba extendido por toda Europa y la mayoría de los países habían formado su asociación de fútbol: Bélgica (1885), Checoslovaquia (1901), Finlandia (1907), Luxemburgo (1908), Noruega (1902), Portugal (1941), Rumania (1908), España (1913), Suecia (1904) y Suiza (1895).

En Sudamérica, los marineros británicos jugaron al fútbol en Brasil en la década de 1870, pero su principal impulsor fue Charles Miller, hijo de unos emigrantes ingleses. Animó a los trabajadores ingleses residentes a formar clubes (algunos ya existían para el críquet). El primer club importante brasileño fue el Associação Atlética Mackenzie en São Paulo. En Argentina, el juego fue introducido por los residentes ingleses en Buenos Aires, y la AFA se fundó en 1891. Sin embargo, arraigó con cierta lentitud y al final fueron los emigrantes italianos los que hicieron popular el juego. Chile formó su federación en 1895, Uruguay en 1900 y Paraguay en 1906. La influencia británica en Sudamérica es evidente en los nombres de algunos clubes: Corinthians en Brasil, Everton y Rangers en Chile, Liverpool y Wanderers en Uruguay, River Plate y Newell's Old Boys en Argentina.

Hasta hace poco y con motivo de la celebración de la Copa del Mundo de 1994, los Estados Unidos no han sido asociados a menudo con el fútbol, pero se ha jugado allí desde casi los comienzos. El club Oneida de Boston se fundó en 1862 y la selección nacional alcanzó las semifinales en la Copa del Mundo de 1930. En África el movimiento colonial británico jugó un gran papel en la introducción del fútbol, pero se desarrolló más despacio que en el continente, mientras que en Canadá y Australia sólo en los últimos años se ha hecho popular.

En 1904 se fundó en París el órgano rector mundial, la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA). Entre las dos guerras mundiales comenzó a practicarse en otros muchos países y después de la II Guerra Mundial muchos países del Tercer Mundo también lo hicieron. En 1992, la FIFA tenía 179 miembros.

FÚTBOL AMERICANO

Deporte de equipo surgido en el siglo XIX en Estados Unidos como una mezcla entre el fútbol y el rugby. Es uno de los deportes más populares de este país y atrae todos los años a miles de practicantes y millones de espectadores. Se juega también en varios países de Europa Occidental (como España), así como en México y Japón.

El antecedente de todos los tipos de fútbol pudo haber sido un juego practicado por los antiguos griegos, llamado *harpaston*, que no tenía límite en el número de jugadores. El objetivo era mover una pelota (realizada con vejiga de buey) a través de una línea de gol, golpeándola, lanzándola o corriendo con ella. La literatura clásica contiene testimonios detallados del juego, incluyendo sus elementos más rudos, como los bloqueos brutales.

Sin embargo, la mayoría de las versiones modernas de fútbol son originarias de Inglaterra, donde una forma del juego era ya conocida en el siglo XII. En siglos posteriores, el fútbol se hizo tan popular que varios monarcas ingleses, como Eduardo II y Enrique VI, lo prohibieron, ya que restaba interés por la práctica del tiro con arco. A mediados del siglo XIX, el fútbol se dividió en dos entidades distintas: el fútbol asociación y el rugby, en los que los jugadores corren con la pelota y anotan. El fútbol americano es el resultado de la evolución de estos dos deportes.

EL CAMPO DE JUEGO Y LA PELOTA

El campo de juego del fútbol americano es un rectángulo de 110 m de largo por 48,9 m de ancho. En ambos extremos de su longitud, unas líneas blancas, llamadas líneas de meta o de gol, marcan las entradas a las zonas

de fondo, que tienen 9 m y que son defendidas por cada equipo. Un equipo que pretenda anotar debe llevar, pasar o golpear la pelota hacia dentro de la zona de fondo situada en el área del campo del equipo adversario. Varias líneas paralelas a la zona de fondo cruzan el campo a intervalos de 4,5 m y dan al campo el aspecto de una parrilla. Otro juego de líneas, conocidas como líneas de banda, corren a lo largo de ambos lados del terreno de juego. Además, dos franjas de líneas llamadas *hash marks*, corren paralelas a las líneas de banda y, en la National Football League (NFL, Liga Nacional de Fútbol), están a 21,6 m de cada línea de banda. Cada jugada debe comenzar en, o entre, estas líneas. Antes de cada jugada, los árbitros sitúan la pelota, bien entre las *hash marks*, o bien en la *hash mark* más cercana del final de la jugada anterior.

Situados en el centro de la línea de atrás de cada zona de fondo están los postes de meta, que se componen de un poste vertical de 3 m, por encima del cual atraviesa una barra horizontal, de cuyos extremos se extienden hacia arriba otros postes, que tienen 5,6 m de separación.

La pelota es de goma inflada y está recubierta de cuero o goma. Tiene la forma de un esferoide alargado, con una circunferencia de 72,4 cm alrededor del eje largo y 54 cm alrededor del eje corto; tiene entre 397 y 425 gr de peso.

TIEMPO DE JUEGO

Un partido de fútbol americano está dividido en cuatro periodos llamados *quarters* (cuartos), de quince minutos de tiempo de juego cada uno. Los dos primeros cuartos constituyen el primer tiempo; los dos segundos, el segundo. Entre los dos tiempos hay un periodo de descanso de quince minutos, durante el cual los jugadores pueden abandonar el terreno de juego. Los equipos intercambian las mitades del campo al final de cada cuarto. El reloj se detiene al final de cada cuarto y en algunas ocasiones, cuando ocurren eventos particulares o cuando lo deciden los árbitros.

LOS JUGADORES

El fútbol americano se juega entre dos equipos, cada uno de los cuales tiene once jugadores en el campo que intentan avanzar con la pelota hacia la zona de fondo del equipo contrario. Durante un partido los equipos son designados como equipo ofensivo (el equipo que tiene la pelota) y equipo defensivo (el equipo que defiende la línea de gol contra el equipo ofensivo). Los jugadores cuya misión consiste en dar patadas a la pelota son conocidos como equipo especial. Los once jugadores del equipo ofensivo están divididos en dos grupos: siete hombres de línea (*linemen*), que juegan en la línea de *scrimmage* (una línea imaginaria que marca la posición de la pelota) y otro grupo de cuatro jugadores, llamados *backs*, que están situados en diversas posiciones, detrás de los *linemen*. El *lineman* situado en el centro de la línea se llama centro (*center*). A su izquierda está el guarda izquierdo (*left guard*) y a su derecha el guarda derecho (*right guard*). A la izquierda del guarda izquierdo se sitúa el *tackle izquierdo* y a la derecha del guarda derecho el *tackle derecho*; de forma similar, en los extremos de la línea se encuentran los defensas laterales (*tight end* y *split end*). El *back*, que por lo general se sitúa siempre detrás del *center* y dirige el juego del equipo ofensivo se le conoce como el *quarterback*. Los equipos a menudo utilizan *wide receivers* en los lugares de los *tight ends*, *split ends*, *halfbacks* o *fullbacks*. Los *wide receivers* se sitúan en la línea de *scrimmage*, pero separados del resto de la formación.

El equipo defensivo se compone de una fila de *linemen*, que comprende la línea defensiva, una fila de *linebackers* y varios *backs* defensivos, conocidos como segunda línea. La línea defensiva puede usar cualquier número de jugadores, aunque la mayoría de los equipos usan tres o cuatro *linemen*. Los *linemen* defensivos son responsables de parar el ataque del equipo contrario en situaciones de pases, presionando al *quarterback*. Los *linebackers* se sitúan detrás de la línea defensiva, y, dependiendo de la situación, son usados para detener a los corredores, presionar al *quarterback*, o cubrir a los *receivers* del equipo oponente. Los equipos utilizan como norma tres o cuatro *linebackers*. La segunda línea la componen los *cornerbacks*, que cubren a los *wide*

receivers, y los *safeties*, que cubren a los *receivers*, ofrecen apoyo para detener a los atacantes y presionan al *quarterback*. La segunda línea se compone normalmente de dos *cornerbacks* y dos *safeties*.

EQUIPO PROTECTOR

Para protegerse del violento contacto físico que caracteriza al fútbol americano, los jugadores llevan un equipo muy sofisticado que comprende protectores de plástico muy ligeros y almohadillados que cubren los muslos, las caderas, los hombros, las rodillas y, a menudo, los brazos y las manos. También llevan cascos de plástico con una máscara que cubre la mayor parte de la cara.

LOS ÁRBITROS

Son los encargados de supervisar el juego. Los partidos de profesionales o de las ligas colegiales más importantes cuentan con siete árbitros: un árbitro principal, un ayudante, un juez de campo, un juez de *linesman*, un juez de *back*, un juez de línea y un juez de banda.

El árbitro principal supervisa al resto de los árbitros, decide en todas las materias que no estén bajo la jurisdicción específica de los otros árbitros y decreta las penalizaciones. El ayudante toma decisiones concernientes a la indumentaria de los jugadores, su comportamiento y su posicionamiento. El trabajo principal del *linesman* es marcar la posición de la pelota al final de cada jugada. El juez de campo controla el tiempo con un cronómetro.

FORMA DE JUEGO

Al comienzo de cada partido, el árbitro tira una moneda al aire en presencia de los capitanes de los dos equipos, para determinar cuál da la patada de comienzo (*kickoff*) o recibe la pelota como consecuencia de la misma. En el comienzo de la segunda parte estas condiciones se invierten, es decir, el equipo que da la patada en el comienzo del partido, recibe la pelota en el comienzo de la segunda parte.

Durante el *kickoff*, la pelota se pone en juego apoyándola en un soporte que se sitúa en la línea de 32 m en partidos universitarios o 27,4 m en la NFL. El equipo que da la patada de comienzo se alinea a la altura de la pelota o detrás de ella, mientras que el equipo contrario se sitúa desplegado sobre su territorio en una formación calculada para recuperar la pelota y correr con ella de manera efectiva. Si la patada se queda dentro de los límites del campo, cualquier jugador del equipo que recibe puede atrapar la pelota en el aire o después de un bote y correr con ella, situación en la que el jugador puede ser placado por cualquier oponente, lo que se conoce como derribo (*downed* o *down*). El jugador que lleva la pelota se le considera derribado cuando una rodilla toca el suelo. Los *tacklers* usan sus manos y brazos para detener a los oponentes y tirarles al suelo. Después de que el jugador que lleva la pelota es detenido, el árbitro hace sonar su silbato para detener el juego y pone la pelota en el lugar donde el jugador fue derribado. El juego también se detiene cuando el jugador que corre se sale de los límites del campo; entonces tiene lugar un *scrimmage* (acción para poner la pelota en juego).

Antes de comenzar esta acción, el equipo que tiene la pelota suele formar un círculo, llamado piña, y discuten la próxima jugada que realizarán para intentar hacer avanzar la pelota. Un entrenador, por medio de señales, transmite desde la banda la jugada elegida. También el *quarterback* del equipo puede elegir una de entre la docena de jugadas ensayadas anteriormente. El equipo a la defensiva también forma una piña y establece la táctica para detener el ataque. Cada jugada está designada por un código de números o palabras llamadas señas. Después de que ambos equipos vuelven de sus respectivas piñas, se sitúan en formación, uno frente al otro, en la línea de *scrimmage*.

El juego comienza cuando el *center* se pone en cuclillas sobre la pelota, y, después de una señal (oral), se la pasa rápidamente entre sus piernas al *quarterback*. Siguiendo la jugada escogida, éste puede pasar la pelota,

lanzársela a un compañero o correr con ella. Durante el *scrimmage*, los jugadores del equipo a la ofensiva pueden contener a los defensores usando sus cuerpos, pero no así con sus brazos o manos. El jugador que corre con la pelota está autorizado a usar un brazo para resguardarse de potenciales placajes. Los jugadores a la ofensiva contienen a los defensores o intentan apartarles del camino por medio de maniobras conocidas como bloqueos; un buen bloqueo está considerado como una técnica fundamental en fútbol americano.

Quizás la jugada de ataque más espectacular es el pase o tiro hacia adelante, en el que la pelota es lanzada hacia adelante a un jugador escogido. La pelota la lanza casi siempre el *quarterback* y los que la recogen son los otros tres *backs* y los dos *ends*. Un pase hacia adelante sólo se puede realizar durante el *scrimmage* y siempre desde detrás de la línea de *scrimmage*. Un pase lateral se puede realizar en cualquier lugar del campo mientras la pelota esté en juego.

Los jugadores del equipo defensor tratan de evitar que el equipo atacante avance con la pelota pudiendo usar brazos y manos en su intento de atravesar la línea de los oponentes para alcanzar al jugador que lleva la pelota. El equipo defensor intenta que los atacantes no consigan ganar distancia y, para ello, placar al jugador que tiene la pelota antes de que llegue a la línea de *scrimmage*. El equipo atacante debe avanzar la pelota al menos diez yardas (unos 9 m) en cuatro intentos llamados *downs*. Después de cada jugada, los equipos se alinean de nuevo y tiene lugar un nuevo *scrimmage*. Si el equipo que ataca falla en avanzar los 9 m citados en cuatro intentos, deberá entregar la pelota al equipo contrario después del cuarto *down*.

Un equipo puede dar un puntapié (*punt*) a la pelota en el cuarto *down* si en los tres *downs* anteriores no ha conseguido avanzar los 9 metros. En la acción de *punt*, el jugador tira la pelota al suelo y le da una patada antes de que entre en contacto con él. Al realizar esta jugada, el equipo puede alejar la pelota de su propia zona de fondo antes de entregarla, debilitando de esta forma la posición en el campo del equipo contrario.

FORMAS DE ANOTAR

El objetivo del juego es anotar más puntos que el equipo contrario dentro del tiempo reglamentario. En partidos colegiales el encuentro puede terminar con un empate. En juegos de exhibición o partidos de la temporada regular entre equipos profesionales se juega un periodo extra, llamado muerte súbita, en el que el primer equipo que anote es declarado ganador. Si al finalizar los quince minutos del periodo extra ningún equipo ha conseguido anotar, entonces el resultado se da como definitivo. En los partidos de *play off* entre equipos profesionales no está permitido el empate y se continúa jugando hasta que un equipo anote.

Un equipo anota un *touchdown* cuando uno de sus jugadores alcanza la zona de fondo del equipo contrario con la pelota en su poder o cuando recoge un pase dentro de la citada zona, acción que vale seis puntos y que permite al equipo que lo ha conseguido obtener uno o dos puntos sin que corra el cronómetro: una conversión por medio de un pase o entrando corriendo en la zona de fondo con la pelota vale dos puntos; una conversión conseguida por medio de una patada que hace pasar la pelota entre los dos postes de la portería y por encima de la barra horizontal vale un punto.

Los equipos pueden intentar también marcar un gol de campo (*field goal*), que vale tres puntos, por medio de una patada dada por un jugador mientras otro le sujeta la pelota en el suelo en posición vertical. Para que se considere válido, la pelota debe pasar entre los postes de la portería y por encima de la barra horizontal. Después de que un equipo consigue un *field goal* y la conversión, debe ejecutar un *kickoff* hacia el campo del equipo contrario.

Por último, un equipo a la defensiva consigue dos puntos por un *safety*, cuando obliga al equipo que está en posesión de la pelota a finalizar su jugada por detrás de su propia línea de gol. Si el equipo atacante pone la pelota en el suelo por detrás de su línea de gol (*down*) después de recibir un *kickoff*, la jugada se conoce como un *touchback* y no cuenta para la anotación. Cuando el equipo atacante sufre un *safety* deberá dar una patada a la pelota hacia los oponentes, para reiniciar el juego.

RUGBY UNION

Deporte de equipo que enfrenta a dos conjuntos integrados por quince jugadores cada uno (también por equipos de siete jugadores, siendo conocido entonces como rugby a siete).

REGLAS

Los postes de meta en una cancha estándar están separados 5,64 m y tienen un travesaño a una altura de 3 metros. La pelota es ovalada y mide de 28 a 30 cm de largo y 58 a 62 cm de circunferencia. El juego está controlado por un árbitro ayudado por dos jueces de línea. En las competiciones, los partidos constan de dos tiempos de 40 minutos cada uno, con un descanso de 5 minutos en el intermedio. Los puntos se anotan de las formas siguientes: ensayo, lo consigue un jugador llevando la pelota al suelo en la zona de ensayo del equipo contrario (vale cinco puntos); transformación o gol, se consigue dando una patada al balón (a balón parado, o por medio de un *drop* o patada a bote pronto) por encima del larguero y entre los postes. Las transformaciones se pueden conseguir tras convertir un ensayo (dos puntos) y por un golpe de castigo (tres puntos). En la práctica, la mayoría de las transformaciones o goles se consiguen a balón parado. También está la transformación de *drop*, cuando se da una patada, a bote pronto, en medio del juego (tres puntos).

Un equipo se compone de ocho delanteros y siete zagueros o defensas. Hay dos pilieres, un central, dos segundas líneas, dos alas o aleros y un número 8. Los zagueros son: un medio melé, un medio volante, dos tres cuartos centrales, dos tres cuartos aleros y un zaguero de cierre.

Un partido comienza con una patada a balón parado desde el centro del campo; el segundo tiempo se reanuda de la misma manera. Después de la consecución de un tanto, el juego se reanuda con una patada de *drop*, también desde el centro del campo. A continuación cada equipo intenta ganar la posesión de la pelota y, por medio de maniobras y pases (además de por patadas al balón para ganar terreno y la posición), anotar ensayos. Igual que en el rugby a 13, la pelota debe pasarse hacia atrás o lateralmente, para poder avanzar. La pelota puede golpearse, lanzarse o pasar de un jugador a otro en cualquier dirección, excepto hacia adelante. Si un jugador, sin querer, lanza la pelota hacia adelante, el árbitro decreta una melé o grupo compacto de fuerza en el lugar donde se ha producido la infracción. Una melé se forma por dos grupos de delanteros que se aproximan inclinándose unos contra otros, para que la pelota se ponga en juego sobre el suelo, en el túnel que se forma entre ellos. Cada grupo lo componen un mínimo de cinco jugadores por equipo; normalmente son ocho. Debe haber tres jugadores de cada equipo formando la primera fila de la melé. Las filas frontales se enfrentan y conectan de forma que ninguna cabeza quede junto a la de un compañero. El resto de los jugadores en la melé deben engancharse, por lo menos, con un brazo y una mano alrededor del cuerpo de un compañero. Hay dos formaciones de melé que adoptan los equipos: la 3-2-3 y la 3-4-1; la última es a menudo la preferida, con variaciones como la 3-3-2 y la 3-3-1, para tomar contacto con los defensas medios. Cuando se introduce la pelota en la melé (normalmente lo hace el medio melé), tiene que hacerse en el medio del túnel que queda entre las dos filas frontales de los equipos, que intentarán tocar la pelota hacia atrás con sus talones, de manera que pueda comenzar otro movimiento, a menudo con los defensas medios y los tres cuartos. También se decreta una melé cuando se produce un pase o un rechace adelantado, situación que se produce cuando un jugador pierde la posesión de la pelota y sale hacia adelante o cuando la pelota golpea a un jugador, en el brazo o la mano, y sale rebotada hacia adelante tocando el suelo o a otro jugador antes de que el jugador que ha sido tocado pueda atraparla.

Dos rasgos importantes y que se repiten en el juego son: la melé espontánea y los amontonamientos. Una melé espontánea se forma por uno o más jugadores de cada equipo, en contacto físico y de pie, empujándose alrededor de la pelota cuando está en el suelo entre ellos. Un amontonamiento se produce cuando hay uno o más jugadores de cada equipo en contacto físico y de pie, alrededor de un jugador que lleva la pelota y termina cuando la pelota cae al suelo, cuando la pelota o el jugador que la lleva se sale del amontonamiento, o cuando se decreta una melé. Cuando la pelota está inmóvil en un amontonamiento se decreta una melé. Ni la

melé espontánea ni el amontonamiento se pueden dar en las zonas de ensayo. Placar (como en el rugby a 13 o en el fútbol americano), es una parte esencial del juego. Un jugador es placado cuando está en posesión de la pelota y es sujetado por un oponente y tirado al suelo o cuando es sujetado y la pelota cae al suelo. El jugador que lleva la pelota se considera que es placado cuando al ser sujetado pone una o las dos rodillas en el suelo, o se sienta en el suelo, o encima de un jugador que está tirado en el suelo. Un jugador que ha sido placado debe soltar la pelota o pasarla. Cuando un jugador es tirado al suelo, debe intentar salir inmediatamente del lugar donde se encuentra la pelota. Cualquier jugador que esté en el suelo después de un placaje debe ponerse en pie antes de volver a tomar parte en el juego. Una vez que el jugador placado suelta la pelota, los demás jugadores deben estar de pie para poder jugarla. Ningún jugador puede caer intencionadamente sobre otro que esté en el suelo o cerca de él; también es ilegal tirarse encima de la pelota cuando ésta sale de una melé espontánea o de un amontonamiento.

La formación de saque de *touch* y el lanzamiento del mismo son una parte importante del juego. Las primeras se componen, al menos, de dos jugadores por cada equipo, alineados en dos filas paralelas, en ángulo recto con respecto a la línea de *touch*. El equipo que efectúa el saque determina el número máximo de jugadores que deberá alinearse por equipo (los oponentes pueden alinear menos, pero nunca más). Debe haber una distancia de 1 m entre las dos líneas de jugadores. Las formaciones empiezan a una distancia de 5 m de la línea de *touch* y se pueden extender hasta los 15 metros. La pelota se debe lanzar en línea recta por un jugador situado fuera de esa línea y debe recorrer un mínimo de 5 m antes de que toque el suelo o a otro jugador. Si el saque es incorrecto, los oponentes pueden elegir entre hacer ellos el saque o una melé a 15 m de la línea de *touch*.

Durante el transcurso normal del juego, el jugador que lleva la pelota o la pelota misma, salen por la línea de *touch*, se le concede un saque de *touch* al equipo contrario, pudiendo ser un saque rápido o una formación en regla. Cuando se efectúa un saque de *touch*, la pelota se debe lanzar como sigue: si el saque es consecuencia de un golpe de castigo, o una patada desde dentro de la línea de 22 m en la zona de ensayo del equipo que la ha golpeado, se sacará desde el lugar por donde ha salido; si la pelota sale del terreno sin haber botado dentro previamente, en otro caso que no sea el anteriormente citado, o si el jugador que da la patada la ha efectuado desde fuera de la línea de 22 m, el saque se producirá desde un lugar opuesto a donde fue golpeada, o desde el lugar por donde salió, en el caso de que éste estuviera más cerca de la zona de ensayo del equipo que lanza; en un saque rápido, desde cualquier punto entre el que la pelota salió y la zona de ensayo del que hace el lanzamiento.

Las patadas a la pelota son una parte muy importante de las tácticas y estrategias del juego. Además de la patada a balón parado y el *drop*, está el puntapié, que se usa con frecuencia. Para hacer un puntapié, el jugador deja caer la pelota y antes de que toque el suelo le da una patada. Un especialista en puntapiés puede darle efecto a la pelota, de manera que la lance en una dirección determinada y luego afecte a su vuelo y a la forma de botar en el suelo. El puntapié se usa para conseguir saques de *touch* y para ganar terreno. Puede recorrer pocos metros o sobrepasar los sesenta. Hay patadas que envían la pelota baja y luego bota por el suelo, método usado habitualmente para conseguir un saque de *touch* o ganar una posición en el campo. Otro tipo de patada es el *chip*, un puntapié corto sobre las cabezas de los contrarios que se puede seguir. Una variación es el arriba y abajo, una patada muy alta que permanece en vuelo el tiempo suficiente para que los jugadores del equipo que la efectúa corran hacia adelante y se coloquen debajo de donde se espera que caerá la pelota. Por último, está el puntapié cruzado, que se usa cuando un tres cuartos alero u otro jugador, mientras corre cerca de la banda, es rodeado por contrarios y da una patada alta y cruzada, hacia el centro del campo, para que otros jugadores la sigan y atrapen.

El puntapié para ganar terreno y posición suele usarse cuando se lanza un tiro libre por una infracción, y en muchas ocasiones, cuando se lanza un golpe de castigo. En los tiros libres, los oponentes deben retirarse hacia su zona de ensayo hasta que estén a 10 m de la marca y el equipo del jugador que golpea debe estar detrás de él. El pateador puede elegir entre hacer un tiro libre rápido o tocar ligeramente la pelota con el pie para

avanzar él mismo y luego pasarla. De nuevo, los contrarios deben retirarse a 10 metros. También se obtiene un tiro libre por una recepción, realizada por un jugador que mientras está en su propia área de 22 m, recoge la pelota limpiamente en el aire, lanzada por un puntapié de un contrario, teniendo al menos un pie en el suelo y gritando la palabra *mark*, al tiempo que realiza la cogida. En este caso, el tiro libre lo realiza el mismo jugador que efectúa la cogida. Un golpe de castigo puede ser un *drop*, una patada a balón parado, un saque rápido al pie o un puntapié. El objetivo puede ser conseguir una transformación, ganar terreno con un saque de *touch* (en este caso no se puede usar la patada a balón parado), o ganar terreno dando una patada hacia adelante para que el equipo corra e intente ganar la posesión de la pelota. Otra vez, los oponentes se retirarán 10 m y el equipo del que da la patada se colocará detrás de él. Si el pateador intenta una transformación, los oponentes no pueden moverse hasta que haya realizado el tiro.

Si de una patada de *drop*, la pelota sobrepasa la línea de balón muerto o un defensor la manda al suelo en su propia área de ensayo sin haber sido él el responsable de enviarla sobre su propia área de ensayo, es obligatorio reanudar el juego desde la línea de 22 m y esta patada se llama habitualmente *drop-out* o un 22.

Hay un gran número de infracciones posibles en el rugby, más que en ningún otro juego de campo, y debido a ello es muy difícil de arbitrar. Las reglas más complejas conciernen al fuera de juego o fuera de lugar. Básicamente, un jugador está en fuera de juego cuando se encuentra por delante de un compañero que tiene la pelota, o del compañero que la jugó por última vez. De hecho, sucede con frecuencia y es un fuera de juego técnico. Esta situación le coloca temporalmente fuera de juego, y se le penalizará si interviene en la jugada o intenta participar en la misma mientras esté en posición de fuera de juego. Si lo hace, se le penaliza con un golpe de castigo en el lugar de la falta. No se produce infracción si la posición del jugador es inevitable y se retira sin interferir a un jugador contrario. Hay al menos 15 infracciones por fuera de juego, y la regla para estos casos en las melés, saques de *touch*, melés espontáneas y amontonamientos requieren su aplicación minuciosa.

El pase adelantado y el rebote adelantado son infracciones usuales además de otras como elevar a un compañero en un saque de *touch*, usar el brazo erróneo en un saque de *touch*, obstrucciones, meter la pelota oblicuamente en una melé; colocarse encima en una melé espontánea, y abalanzarse sobre la pelota.

Las reglas sobre faltas y comportamiento son extensas. Un jugador no puede golpear, dar patadas, abalanzarse o zancadillear a un oponente, aunque sí puede empujar con la palma de la mano abierta a un contrario que intenta placarle. Tampoco pueden hacerse placajes peligrosos (por ejemplo, un bloqueo o placaje alrededor del cuello o de la cabeza) o placar con el brazo rígido. No se puede cargar, agarrar u obstruir a un oponente que no tenga la pelota, excepto en un amontonamiento o melé espontánea. Todas estas infracciones pueden conllevar la expulsión del jugador, en cuyo caso, éste no puede volver al partido. Un pase o rebote adelantados de manera deliberada se penalizan con un golpe de castigo. También se concede un golpe de castigo en contra de un jugador que pase o lance la pelota deliberadamente fuera de la línea de *touch*. Un árbitro puede decretar un ensayo de penalti (aunque es poco frecuente), si considera que el jugador hubiera podido conseguir un ensayo, de no haberse producido el juego sucio o la interferencia prohibida cometida por el equipo defensor. En este caso, el ensayo se concede entre los postes.

La estrategia y las tácticas de juego son complejas y variadas y difieren según el desarrollo del juego y la fortaleza o debilidad de los oponentes. Principalmente, es función de los delanteros conseguir buenas posesiones de pelota en las melés, saques de *touch*, amontonamientos y melés espontáneas, para que los medios de melés y los tres cuartos puedan comenzar a correr con ella y efectuar pases de ataque, en los que con frecuencia, los delanteros pueden, en ciertas circunstancias, verse implicados.

Una característica muy importante del juego es la jugada de segunda fase. Es la colocación deliberada en una melé espontánea o en un amontonamiento, con el objetivo de conseguir una posesión de la pelota en una segunda fase. Los métodos habituales son los siguientes: un delantero rompe desde la melé, o desde la

formación de saque de *touch*, con la pelota y es placado. A esto sigue una melé espontánea o un amontonamiento con todos o con la mayoría de los delanteros involucrados, con lo que obligan a los defensores a participar; de igual manera ocurre con el jugador que hace el placaje, que queda temporalmente fuera de la acción. Cuando los defensores entran en acción, el bando que ataca lanza la pelota hacia sus tres cuartos, para que corran con ella; en segundo lugar, el medio melé saca la pelota de la misma o de un saque de *touch* (o de una melé espontánea o de un amontonamiento) y la pasa lejos hasta la posición del central interior; éste corre y se sigue exactamente la misma táctica que en el caso anterior; por último, cuando desde un saque en corto se le entrega la pelota a un delantero fuerte, que carga y consigue todo el terreno que pueda; después el procedimiento es, de nuevo, como en el primer caso. Este movimiento se puede hacer dos o tres veces sucesivas. Hay variaciones en los principios básicos que afectan al medio volante, al número 8 y a los delanteros de los flancos. Todos estos movimientos deben tener presente un uso particular de la zona ciega y de la zona abierta (la zona ciega es el área de terreno entre la melé, el amontonamiento, o la melé espontánea, que está más cercana a la línea de *touch* y que es más estrecha; la zona abierta es el otro lado de la melé, amontonamiento, o melé espontánea).

Todos los miembros de un equipo tienen funciones defensivas. Los medios y los tres cuartos deben marcar a sus opuestos y el zaguero es la última línea de defensa. Todos los delanteros se involucran en aspectos defensivos del juego, en especial al cubrir el terreno en profundidad. Los aleros tienen misiones defensivas de ataque (por ejemplo, placar a los medios y tres cuartos del equipo contrario).

La variación principal del rugby a 15 es el rugby a 7. Se juega en un campo de las mismas dimensiones pero sólo hay siete jugadores por cada equipo y el partido dura siete minutos por tiempo, con un minuto de descanso entre ellos. Básicamente, hay tres delanteros y cuatro zagueros; una melé la forman tres delanteros por equipo. Las tácticas son muy diferentes de las del rugby a 15.

La Rugby Football Union ha inventado también el rugby mini y midi: una serie de variaciones del rugby a 15 para que los niños puedan iniciarse en este deporte. También está el rugby de nueva imagen una forma de rugby de contacto que comprende equipos desde tres a doce jugadores. Hay reglamentos separados para estas variaciones.

HISTORIA

Según la tradición, el juego fue inventado por un estudiante llamado William Webb Ellis, en la Rugby School de Inglaterra. En noviembre de 1823 se cree que hizo trampas técnicamente durante un partido del entonces fútbol tosco y popular que se jugaba en la escuela cuando con un refinado desprecio a las reglas del fútbol de la época cogió la pelota con las manos y corrió con ella. De hecho, había otras formas de juego con las manos mucho antes de que Webb cometiera esta infracción. Por ejemplo, el camp, que se jugaba en East Anglia en el siglo XV, el hurling (sin sticks), que se jugaba en Irlanda y Cornualles (era una forma de balonmano), el fútbol Shrovetide, y el juego escocés tradicional del Jethart Ba' (pelota).

Una vez que la idea del rugby cuajó, se extendió con rapidez por las escuelas en forma rudimentaria con una variedad de reglamentos. Se jugó en la Universidad de Cambridge en 1839, y en 1843 se fundó el Guy's Hospital Rugby Football Club (el club de rugby más antiguo que existe). En los 30 años siguientes se fundaron muchos otros clubes en Inglaterra, Escocia, Irlanda y Gales. En 1871 se creó la Rugby Football Union (RFU) y se estableció un primer reglamento. El mismo año se jugó el primer partido internacional (Inglaterra contra Escocia, con veinte jugadores por equipo). En 1872 tuvo lugar el primer enfrentamiento Oxford–Cambridge que se convirtió en un evento anual (excepto durante la I Guerra Mundial), celebrándose desde 1922 en Twickenham (Londres). Las dos universidades han tenido una influencia considerable en el juego y muchos de sus estudiantes se han convertido en jugadores internacionales.

A finales del siglo XIX, el juego estaba bien establecido en Inglaterra, Escocia e Irlanda sobre todo a través de

la influencia de las escuelas públicas y universidades y en Gales, donde fue llevado por los mineros y se convirtió casi en un sustituto de la religión. Estos países formaron la base del torneo de selecciones más importante del mundo, el de las Cinco Naciones, la quinta es Francia, que se unió posteriormente, que goza de gran tradición y prestigio internacional.

Desde 1875, la mayoría de los partidos eran ya jugados por equipos de quince jugadores, pero las alineaciones variaban mucho. En aquel tiempo había diez delanteros, dos medios atacantes y tres zagueros, que eran fundamentalmente defensivos. Una gran modificación fue pasar a un zaguero defensor a jugar con los medios (que se convirtió en el primer tres cuartos). Hacia 1880 era normal tener nueve delanteros, dos medios, tres cuartos (a menudo llamados treses) y un zaguero. Más tarde, se introdujo un tres cuartos más y la melé se estableció en ocho delanteros. Sin embargo, la puesta en acción de una melé todavía varió. En una fecha tan tardía como 1930, el equipo de Nueva Zelanda jugaba con una formación 2-3-2 con sólo dos hombres en la fila frontal.

El rugby fue incluido en los Juegos Olímpicos de 1908 y de nuevo en 1920 y 1924, pero participaron pocos equipos y Gran Bretaña mostró poco interés en los eventos; ambos años los respectivos equipos de Estados Unidos ganaron la medalla de oro.

Desde la II Guerra Mundial el juego se ha desarrollado enormemente en muchas partes del mundo, aunque el mayor porcentaje de victorias se ha inclinado hacia los neozelandeses, surafricanos y australianos. Desde la década de 1950 en adelante se han incrementado el número de giras de equipos o selecciones de las principales naciones donde se juega al rugby (aunque Suráfrica estuvo muy restringida durante muchos años debido a su política de *apartheid*) y también Japón, Canadá, Fiji, Argentina y Samoa Occidental. Francia comenzó a producir equipos extraordinariamente fuertes y el juego creció en Italia, donde se juega sobre todo en la región del norte. En España, Dinamarca y Zimbabue también tuvo un destacado desarrollo. En 1954 se celebraron los primeros campeonatos de la FIRA, en los que tomaron parte Francia, Italia y España. No volvieron a realizarse hasta 1965-1966, pero desde entonces se celebraron cada año.

La primera Copa del Mundo se jugó en Australia y Nueva Zelanda en 1987; Nueva Zelanda derrotó a Francia en la final. La segunda edición se jugó en Francia y Gran Bretaña en 1991, cuando Australia venció a Inglaterra en la final. El tercer campeonato se celebró en Suráfrica, donde el equipo anfitrión derrotó a los All-Blacks en la final. En 1991 también hubo una Copa del Mundo femenina, cuando doce naciones compitieron en Cardiff (Gales); la final fue ganada por Estados Unidos, que derrotó a Inglaterra. Este campeonato reflejó el gran interés de las mujeres en el juego, que había crecido incesantemente en las décadas de 1970 y 1980. Se jugó mucho en escuelas y universidades.

Durante la segunda mitad del siglo XX ha habido un gran desarrollo de técnicas y teorías sobre cómo jugar mejor al rugby. El rugby continúa siendo un deporte aficionado, pero ha habido numerosas discusiones sobre las ventajas e inconvenientes de los pagos extras y compensaciones a los jugadores y el tema del profesionalismo encubierto. Como en otros deportes y juegos, los intereses comerciales (patrocinadores y publicidad), han tenido gran influencia.

BALONCESTO O BASKETBALL

deporte de equipo, jugado normalmente en pista cubierta, en el que dos conjuntos, de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos (o canastas) lanzando una pelota, de forma que descienda a través de una de las dos cestas o canastas suspendidas por encima de sus cabezas en cada extremo de la pista. El equipo que anota más puntos, convirtiendo tiros de campo o desde la zona de tiros libres, gana el partido. Debido a su dinamismo, espectacularidad y a la frecuencia de acciones anotadoras, es uno de los deportes con mayor número de espectadores y participantes en el mundo.

PISTA Y EQUIPOS

Las medidas de las pistas o canchas de baloncesto difieren levemente según los países; en cualquier caso, es un área rectangular con unas dimensiones que oscilan entre los 29 por 15 m hasta 22 por 13 m y en cada extremo hay un tablero vertical de aproximadamente 2 por 1 m que está anclado en un muro, suspendido del techo o montado de otra manera, de forma que su borde inferior esté a 2,7 m sobre el suelo. Las cestas o canastas se encuentran firmemente sujetas a los tableros a una altura de 3 m sobre la superficie de juego; cada una tiene un diámetro de 46 cm y consiste en un aro horizontal de metal, de cuyo borde cuelga una red de malla blanca. La pelota oficial es de cuero o nailon, pesa de 567 a 624 g y tiene una circunferencia de alrededor de 76 centímetros.

Un equipo convencional de baloncesto, que está dirigido por un entrenador, se compone de pívot, ala-pívot, alero, escolta y base. En el comienzo de un partido los jugadores se colocan alrededor de un círculo central de 61 cm de radio situado en el centro de la pista, excepto un jugador por equipo, que se sitúa en el centro del mismo para intentar conseguir la posesión del balón en el saque inicial.

REGLAS

Las reglas de este deporte cambian frecuentemente para intentar dar más velocidad a sus acciones, aumentar el marcador y aminorar las ventajas de los equipos con jugadores muy altos. Normas algo diferentes regulan el baloncesto internacional, el universitario, el escolar, el profesional y el femenino en Estados Unidos. En 1971 las reglas del baloncesto femenino se modificaron y se hicieron más parecidas a las de los partidos masculinos. Los partidos están supervisados por árbitros, anotadores y cronometradores.

JUEGO

El partido comienza cuando el árbitro lanza la pelota al aire en el círculo central donde los pívots de cada equipo saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros. El equipo que consigue la pelota trata de avanzar hacia la canasta defendida por sus oponentes para encestar y conseguir dos o tres puntos, dependiendo de la distancia desde donde tire el jugador. Un jugador puede hacer avanzar la pelota pasándosela a un compañero o correr con ella a lo largo de la pista botándola y esquivando a los jugadores contrarios. Si un jugador corre con la pelota sin botarla, comete una infracción llamada pasos, que le da la posesión de la pelota al otro equipo. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia adelante para anotar.

FALTAS Y TIROS LIBRES

El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado falta personal, tiene derecho a lanzar uno o dos tiros libres desde una línea situada a 4 m de la canasta, siempre que éste se encontrara en posición de tiro o que el equipo contrario hubiera llegado a un número determinado de faltas (que es variable en cada país); cada tiro enceestado vale un punto. Faltas típicas son empujar, agarrar y cargar. El jugador al que se le hace falta en el momento en que está tirando y que consigue encestar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se conoce como jugada de tres puntos. En baloncesto profesional el exceso de faltas penaliza, ya que concede al contrario oportunidades extra de tiros libres. Un jugador que exceda el número permitido de faltas (cinco o seis según las diferentes normativas de las asociaciones correspondientes), queda eliminado del partido. Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un defensor se llama tapón ilegal y se da por válida la canasta; si lo hace un jugador en ataque se llama interferencia y la canasta no es válida.

Los partidos se componen, normalmente, de dos tiempos de 20 minutos de juego real, excepto en la NBA, que constan de cuatro tiempos de 12 minutos cada uno. Otra particularidad del baloncesto es la regla que obliga a lanzar a canasta dentro de un límite de tiempo desde que se pone la pelota en juego.

TÉCNICAS DE ATAQUE

Las principales técnicas de ataque que necesita cualquier jugador, además de pericia esquivando o controlando la pelota, son pasar y tirar. Los pases a los compañeros incluyen pases frontales, pases por detrás de la espalda, pases saltando y pases botando la pelota; un pase que da lugar a una canasta se denomina asistencia.

La habilidad más importante en baloncesto consiste en tirar a canasta con precisión. Entre los tipos de tiros del baloncesto moderno se encuentran la dejada o bandeja, en el que se aproxima lo más posible la pelota a la canasta y se le deja entrar; el tiro en suspensión, en el que se salta estando en posesión de la pelota y en el momento en el que el jugador se queda suspendido en el aire, lanza a canasta; el gancho, tiro en arco sobre la cabeza impulsado con un solo brazo, habitualmente en trayectoria lateral, cuando el jugador se está saliendo del área de canasta; y finalmente el mate, en el que el tirador salta elevando la pelota por encima de la cesta y la introduce violentamente utilizando una o dos manos. El tiro desde una posición fija o con el jugador detenido, tan popular cuando el juego era más lento, es muy raro en el baloncesto moderno. Los tiros de falta se lanzan desde la línea de tiros libres.

Rebotear significa ganar la posesión de la pelota que viene rebotada del tablero cuando se ha fallado un tiro. También consiste en palmear dentro de la canasta después de un fallo previo.

Una defensa presionante a lo largo de toda la pista sobre los jugadores que tienen que sacar y avanzar, impide el movimiento fluido del balón y dificulta la anotación al contrario. También es esencial en baloncesto el bloqueo o pantalla, en el que un jugador permanece quieto (pone un bloqueo), de manera que impide el movimiento de un jugador defensivo y deja libre a un compañero para que tire a canasta.

Hablando comúnmente, una estrategia de ataque puede contar con pautas deliberadas de ataque o soltarse en un estilo más improvisado de juego. En todo caso, el objetivo es invadir la cancha contraria y esforzarse para tirar a canasta desde la posición más cómoda o pasar a un compañero que tenga mejor oportunidad de marcar.

TÁCTICAS DE DEFENSA

Las principales tácticas defensivas en baloncesto son la defensa en zona y la defensa individual. En la defensa en zona, cada jugador es responsable de defender un área de la pista alrededor de la canasta donde intenta encestar el equipo contrario. En la defensa individual, cada jugador se encarga de marcar a un contrario. La defensa en zona no está permitida en la NBA pero sigue siendo parte importante del baloncesto.

Las técnicas defensivas individuales comprenden la destreza de bloquear tiros sin hacer faltas (taponar), interceptar pases y robar balones. Quitar la posesión del balón al equipo contrario durante el juego se denomina *turnover* (recuperación). El llamado 'dos contra uno' se produce cuando dos jugadores controlan a un oponente potencialmente peligroso. En otras ocasiones, todo un equipo presiona al otro, realizando un marcaje muy férreo en toda la pista. Una técnica vital tanto para la defensa como para el ataque es el rebote, que permite conservar la posesión de la pelota bajo la canasta después de un fallo en un tiro.

HISTORIA

El baloncesto podría ser una derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: el tlachtli o juego de la pelota. Los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual. El recinto estaba compuesto por un patio central y dos transversales (uno en cada extremo del central), formando una I mayúscula. El patio central estaba flanqueado por gruesos muros inclinados y decorados, que tenían adosados los 'marcadores': anillos de piedra para hacer que una pelota de hule pasara por su centro. La pelota era durísima y lastimaba al jugador, por lo que éste llevaba

protectores en los brazos y la cintura, zonas con las que debía golpear la pelota para que el juego fuera válido. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en Chichén Itzá.

El baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el clérigo, educador y físico canadiense James Naismith. Naismith introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizó un pasatiempo que consideraba apropiado para jugar en pista cubierta durante el invierno. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol. Los equipos tenían nueve jugadores y las canastas eran de madera fijadas a los muros. Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores. El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por hombres como por mujeres; también llegó a ser un popular deporte informal al aire libre. Los soldados estadounidenses participantes en la II Guerra Mundial popularizaron el deporte en muchos otros países.

Un gran número de colegios universitarios estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 se celebraron los primeros juegos intercolegiales en el Madison Square Garden de la ciudad de Nueva York y el baloncesto universitario comenzó a despertar un gran interés. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores, consolidándose de este modo el camino para el crecimiento del interés en el baloncesto profesional.

La primera liga profesional, la National Basketball League, se formó en 1898 para proteger de la explotación a los jugadores y promover un juego menos duro. Aunque sólo estuvo vigente durante cinco años su desaparición propició un número de ligas inconexas en el noreste de Estados Unidos. Uno de los primeros y más grandes equipos profesionales fue el Original Celtics, organizado en 1915 en la ciudad de Nueva York; jugaron 150 partidos por temporada y dominaron hasta 1936. Los Harlem Globetrotters, grupo que se fundó en 1927, un notable equipo de exhibición, se especializó en juegos divertidos y malabarismos en el manejo de la pelota.

En 1949 dos ligas profesionales posteriores, la National Basketball League (formada en 1937) y la Basketball Association of America (1946) se unieron para crear la National Basketball Association (NBA). Los Boston Celtics, liderados por su pívot Bill Russell, dominaron la NBA desde finales de la década de los 1950 hasta finales de la década siguiente. En esa misma época, equipos profesionales jugaron anualmente de costa a costa ante millones de espectadores. Wilt Chamberlain, un pívot de Los Ángeles Lakers, fue otro jugador estrella de la época y sus batallas con Russell se esperaban ansiosamente. Kareem Abdul-Jabbar, otro pívot, sobresalió durante la década de 1970. Jabbar perfeccionó su famoso tiro *sky hook* (gancho del cielo), mientras jugaba para Los Ángeles Lakers y dominaban la competición.

La NBA sufrió un bajón de popularidad a finales de la década de 1970, pero resucitó a través del crecimiento de la fama de sus jugadores más destacados: a Larry Bird de los Boston Celtics y a Earvin *Magic* Johnson, de Los Ángeles Lakers, se les atribuye haber transmitido emoción en la liga gracias a su mayor habilidad y a su rivalidad durante la década. A finales de la década de 1980 Michael Jordan de los Chicago Bulls ascendió a la categoría de estrella y ayudó a su equipo a dominar la NBA a comienzos de la década de los 1990. Una nueva generación de estrellas, como Shaquille O'Neal, de Los Angeles Lakers, y Vince Carter, de los Toronto Raptors, han sostenido el aumento de la fama de la NBA.

BALONMANO

Juego de pista o campo disputado por dos equipos cuya finalidad es enviar la pelota a la portería contraria, lanzándola con una mano desde fuera de la línea que delimita el área de puerta. Como juego de campo cada equipo tiene once componentes; jugado en pista cerrada, que es lo más común, los equipos están formados por cinco o siete jugadores. La pista tiene 40 m de largo y 20 m de ancho, con una portería en cada uno de los lados menores. La pelota tiene una circunferencia de 58 a 60 cm y pesa de 425 a 480 g.

Un partido dura una hora, dividido en dos mitades. Hay un anotador y un cronometrador así como dos árbitros. El partido comienza con un saque desde el centro del campo y el juego se desarrolla entre pases, lanzamientos y regates con la pelota. Los jugadores pueden parar, lanzar, coger, botar o golpear la pelota preferentemente con sus manos, aunque pueden utilizar cualquier parte del cuerpo excepto los pies. Al portero se le permite usar los pies para defender su portería, y es la única persona que puede pisar el área de gol. Los jugadores pueden retener la pelota un máximo de tres segundos y pueden dar un máximo de tres pasos mientras la tengan en su poder. Estas restricciones no se aplican al portero. La pelota se puede pasar en cualquier dirección, incluso rodando por la pista. Un jugador puede golpear directamente la pelota con el puño pero no puede lanzarla al aire y luego darle un puñetazo. No existe regla de fuera de juego y esto ayuda a hacer que el mismo sea fluido y ágil, con la pelota moviéndose con rapidez de un lado a otro de la pista. No hay mucho juego de media pista y la mayoría de la acción está concentrada alrededor de las áreas de portería.

HISTORIA

El juego se creó en la década de 1890 cuando un instructor de gimnasia alemán llamado Konrad Koch estableció sus reglas. Después de la II Guerra Mundial otros dos alemanes (Hirschman y Schelenz) lo hicieron popular, cuajando con rapidez en muchas instituciones académicas de Europa Occidental. El primer partido internacional se jugó en Halle en 1925 entre Austria y Alemania. Se introdujo en los Juegos Olímpicos de Berlín en 1936 como juego de exterior de once jugadores por equipo. Cuando se reintrodujo en los Juegos de Munich en 1972, era ya un deporte de interior de siete jugadores. Esta versión ha predominado desde 1952. El órgano rector actual es la Federación Internacional de Balonmano (IHF) fundada en 1946, que cuenta con más de 130 federaciones nacionales. Los Campeonatos del Mundo masculinos se celebraron por primera vez en 1938 y los femeninos en 1949. La Copa de Europa masculina se celebró por primera vez en 1957 y la femenina en 1961. También está la Recopa (en la categoría masculina se inició en 1976 y en la femenina en 1977) y la copa IHF, celebrada por primera vez en 1982. Tanto en competiciones masculinas como femeninas, los equipos de Alemania, la antigua Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS), la antigua Yugoslavia, Rumania y Hungría han sido los contendientes más fuertes.

VOLEIBOL

Juego de pista entre dos equipos de seis jugadores por lado que se juega golpeando una pelota al lado contrario por encima de una red. Los puntos se anotan cuando el balón toca el suelo en el lado de la pista de los oponentes o cuando éstos fallan una devolución.

PISTA Y EQUIPO

La pista de voleibol tiene una superficie de 9,14 por 18,29 m. Está dividida en dos lados de 9,14 m separados por una red más alta que la cabeza de los jugadores. Las reglas para jugar en un recinto interior recomiendan que haya al menos 8 m de altura sin ningún obstáculo en toda la pista. La red tiene 9,75 m de largo por 0,91 m de ancho y está confeccionada con hilo de bramante negro o castaño oscuro formando una malla de cuadrados de 10,2 cm de lado que se mantiene a través de la pista tensa y tirante sujeta por sus cuatro esquinas. La altura del borde superior de la red es de 2,44 m para los hombres, 2,29 m para las mujeres y 2,13 m o menos para los niños. Una línea de 5,1 cm de anchura se extiende a través de cada una de las dos áreas de juego, desde un lado hasta el otro, paralela a la línea de centro o de red, y a una distancia de 3,05 m de la misma.

La pelota es una esfera de un material inflado recubierto de cuero. Más pequeña y ligera que la de baloncesto (básquetbol), tiene una circunferencia entre 63,5 y 68,6 cm y pesa entre 255 y 283 gramos.

REGLAS

Los seis jugadores de un equipo de voleibol comprenden tres atacantes, que están cerca de la red, y tres

defensores. El jugador que comienza sirviendo se sitúa detrás del tercio derecho de la línea trasera de su campo y sirve por encima de la red al campo contrario, lanzando la pelota al aire y golpeándola con su mano o muñeca. En el servicio sólo está permitido un intento. Golpeando la pelota atrás y adelante por encima de la red, con las manos, muñecas, antebrazos, cabeza, o cualquier parte del cuerpo por encima de la cintura, el juego continúa hasta que un equipo falle, es decir, no devuelva la pelota o cometa una violación de las reglas. La pelota debe ser devuelta por uno de los equipos por encima de la red después de un máximo de tres toques y ningún jugador puede golpear la pelota dos veces sucesivas. La devolución sobre la red debe hacerse sin agarrar, empujar o sujetar la pelota, sin que ningún jugador toque la red y sin entrar en el espacio del equipo rival. Sólo puede anotar un punto el equipo que está sirviendo; un jugador tiene el servicio mientras su equipo anote puntos; en caso contrario, el privilegio de servir cambia al otro equipo. En un cambio de saque todos los miembros del equipo que le toca servir rotan una posición moviéndose a favor de las agujas del reloj, pasando el jugador que estaba en la posición delantera derecha a la parte trasera derecha o posición de servicio.

El primer equipo que anote quince puntos gana el set, siempre que la diferencia sea de al menos dos puntos. Un partido de voleibol se juega al mejor de cinco sets. Si hay empate a catorce puntos, se continúa jugando hasta que un equipo saque dos puntos de ventaja. Los partidos son controlados por un árbitro principal, un ayudante, un cronometrador, un anotador y jueces de línea.

ESTRATEGIA

Una jugada vital en voleibol es el mate, un potente *smash* sobre la red. Para efectuar un mate un jugador debe saltar alto en el aire y golpear con fuerza la pelota hacia abajo a la pista del rival, en un sitio donde sea virtualmente imposible la devolución. Los jugadores de atrás (defensores) pueden efectuar mates sólo desde detrás de la línea de 3,05 m. Una pelota bien situada, alta y cerca de la red, para que un compañero efectúe un mate, es una colocación. Una dejada es una pelota que se pasa a la pista opuesta después de haber sido golpeada de forma ligera; normalmente la usa el colocador para sorprender a los jugadores del equipo contrario que intentan anticiparse para bloquear un mate.

Están permitidas las recuperaciones de pelotas que dan en la red, es decir, una pelota que ha tocado la red en el primer o segundo toque puede continuar en juego, siempre que no agote los tres toques y que ningún jugador golpee la pelota dos veces consecutivas. Una pelota que golpea la red cerca del borde superior suele caer verticalmente hacia el suelo, pero una que golpee en la parte de abajo normalmente sale impulsada hacia atrás y se puede recuperar.

Defensivamente se utilizan los bloqueos, que pueden ser individuales o múltiples. En esta jugada, uno o varios jugadores de la delantera saltan cerca de la red con los brazos y las manos situadas frente al posible mate del atacante, e intentan bloquear la pelota o desviarla hacia un compañero que pueda devolverla.

Una serie de habilidades contribuyen al éxito del equipo, en especial un servicio preciso a un punto débil del lado opuesto bien efectuado con fuerza e imprimiéndole velocidad, o bien lento y con efecto, haciendo que se bambolee en el aire de forma incierta. También es importante el control al recibir un servicio, recepcionando un mate o colocando la pelota en el lugar preciso para que un compañero la devuelva a la pista contraria. El trabajo de equipo en voleibol se desarrolla por una buena compenetración entre los jugadores, intuyendo cada uno lo que van a hacer los otros y practicando varios tipos de jugadas.

HISTORIA

El juego lo inventó en 1895, como un pasatiempo, el estadounidense William G. Morgan, director de educación física de la Asociación Cristiana de Jóvenes de Holyoke, en Massachusetts. Su juego, que originalmente fue llamado *mintonette*, se hizo popular rápidamente no sólo en Estados Unidos sino en todo el mundo.

Se jugó por primera vez en 1913 en los Juegos del Lejano Oriente, celebrados en Manila, Filipinas. La Federación Internacional de Voleibol (FIVB) se formó en 1947. Los primeros campeonatos del mundo se celebraron en 1949, con una periodicidad de cuatro años desde 1952. En la competición masculina han dominado la antigua Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS) y la anterior Checoslovaquia. En la competición femenina, la antigua URSS, Japón y China han obtenido los mayores éxitos. Fue incluido en los Juegos Panamericanos en 1955 y ha estado en los Juegos Olímpicos desde 1964. Los campeonatos de Europa (instituidos en 1948 para hombres y en 1949 para mujeres), han estado dominados casi exclusivamente por los equipos de la anterior URSS (tanto en hombres como en mujeres). Hay una Copa del Mundo que se celebra cada cuatro años desde 1965 para hombres y desde 1973 para mujeres. También hay una Liga Mundial que se celebró por primera vez en 1990 y la componen en la actualidad diez países. En 1993 se introdujo un *Grand Prix* femenino compuesto por los equipos de los ocho mejores países clasificados del mundo.

WATERPOLO

Deporte acuático de equipo que se juega en una piscina en el que los equipos competidores intentan introducir una pelota flotante dentro de porterías situadas a ambos extremos del área de juego. Cada equipo está compuesto por 11 jugadores, pero sólo 7 pueden estar en el agua al mismo tiempo.

ÁREA DE JUEGO Y EQUIPO

Para competiciones internacionales la piscina debe medir 20 m de ancho por 30 m de largo, con una profundidad de 1,8 m; para el juego femenino las dimensiones son 17 m de ancho por 25 m de largo. La pelota, que se parece a la de fútbol, es una esfera de goma muy inflada, de 68 a 71 cm de circunferencia y un peso de 400 a 450 g. Las porterías son estructuras rectangulares de madera, metal o plástico, cubiertas con una red y sujetas a los lados de la piscina por medio de unas bandas que las mantienen a flote; miden 30 cm de profundidad, 3 m de ancho y 90 cm de altura sobre la superficie del agua.

EQUIPO Y ÁRBITROS

Un equipo de waterpolo está formado por 7 jugadores: un portero que debe defender la portería sin colgarse de ella ni usar los lados de la piscina y seis jugadores, además de cuatro suplentes. Con la excepción del portero, los jugadores sólo pueden usar una mano cada vez. Tienen que llevar gorros de diferentes colores para facilitar su identificación; las reglas oficiales estipulan blanco para un equipo, azul para el otro y rojo para los porteros. Un partido requiere dos árbitros, dos cronometradores y dos anotadores y están divididos en cuatro periodos de siete minutos con un intervalo de dos minutos entre ellos.

REGLAS DE JUEGO

El juego comienza cuando un jugador de cada equipo, que se encuentra desplegado en su área de portería, avanza hacia el centro de la piscina, donde se encuentra la pelota; el jugador que consiga su posesión intenta avanzar hacia la portería del oponente, pasándosela entre los compañeros de equipo, driblando a los contrarios con sus antebrazos. Cada gol vale un punto. Los jugadores pueden mover la pelota con cualquier parte del cuerpo, pero sólo pueden usar una mano a la vez y no pueden utilizar los puños cerrados. Ningún jugador, excepto el portero, cuando está defendiendo una portería en una piscina con poca profundidad, puede andar o usar el fondo de la piscina ni hundir la pelota por debajo de la superficie del agua. Los jugadores no deben impedir el libre movimiento de los adversarios, salvo el del jugador que tenga la pelota. Por las infracciones se imponen faltas: una falta leve da lugar a un tiro libre y una falta grave otorga al oponente un tiro libre desde la línea de cuatro metros (pudiendo defender la portería sólo el portero) o la expulsión de un jugador durante 35 segundos, o hasta que se marque un gol, o hasta que el equipo defensor vuelva a tener posesión de la pelota, lo que ocurra en menor tiempo. Cuando un jugador acumula tres faltas graves, debe ser reemplazado por un sustituto.

HISTORIA

El juego se desarrolló en Gran Bretaña entre 1869 y 1870 y se llamó polo porque los primeros jugadores iban montados en barriles que parecían caballos y golpeaban la pelota con mazos. Después se llamó waterpolo y fútbol en agua. En 1877 el escocés William Wilson redactó una serie de reglas que llegaron a ser las bases de las reglas internacionales. El juego sigue las directrices de la Federación Internacional de Natación (FINA), desde 1908.

Pronto se hizo popular en Europa y América y se jugó por primera vez en unos Juegos Olímpicos en 1900. Ha sido un deporte fuerte en Europa, sobre todo en Hungría, Italia, España, Alemania, la anterior Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS) y los Países Bajos. También es muy popular en Oceanía. Hungría ha sido el país dominante desde principios de la década de 1930, habiendo ganado los Juegos Olímpicos seis veces y el Campeonato de Europa en numerosas ocasiones. El Campeonato del Mundo se celebró por primera vez en 1973 (ganó Hungría) y la Copa del Mundo FINA en 1979 (que también ganó Hungría). La primera competición internacional femenina se desarrolló en 1978. Los equipos femeninos de los Países Bajos son los más fuertes de Europa Occidental.

BÉISBOL

Deporte de competición que se practica con una bola dura y un bate entre dos equipos de nueve jugadores cada uno. Se considera el deporte nacional de Estados Unidos, debido a su fuerte tradición y gran popularidad; también se juega en muchas partes del mundo por personas de todas las edades.

El béisbol es uno de los deportes más antiguos y populares. El juego, tal como se le conoce hoy, se desarrolló con carácter aficionado a principios de 1800. En la actualidad, el béisbol profesional atrae cada año en Estados Unidos a millones de espectadores a los estadios, y entretiene a muchos más millones a través de la radio y la televisión.

¿CÓMO SE JUEGA AL BÉISBOL?

Un partido de béisbol se divide en nueve periodos de juego, cada uno de los cuales se llama *inning* (entrada). El equipo que anote más carreras a lo largo de las nueve entradas gana el partido. El juego comienza cuando un jugador, denominado *pitcher* (lanzador), lanza la bola hacia el bateador del equipo contrario, quien intenta batear (golpear con el bate) la bola hacia el interior del terreno de juego. Los jugadores anotan carreras bateando la bola y corriendo alrededor de una serie de bases, antes de que les elimine algún jugador de campo del equipo contrario. Los bateadores y corredores pueden ser eliminados de diferentes maneras.

Las entradas están divididas en dos mitades, llamadas principio y final de entrada. Durante el principio de una entrada, un equipo batea mientras el otro está en el campo. Cuando el equipo que batea tenga tres jugadores eliminados, los dos equipos intercambian sus papeles y comienza el final de una entrada. Si el resultado permanece empatado al final de nueve entradas, los dos equipos continúan jugando hasta que, al final de una o más entradas suplementarias, uno anote más carreras que el otro.

EL CAMPO

El béisbol se juega en un campo nivelado, que ocupa normalmente alrededor de 0,8 hectáreas. El terreno de juego se divide en *infield* (campo interno) y *outfield* (extracampo). Estas dos áreas juntas constituyen la *fair* (zona buena), mientras que el resto del campo se llama *foul* (zona mala).

El *infield* es un terreno en forma de cuadrado, llamado 'diamante', de 27 m de lado, una de cuyas esquinas está marcada por una pieza de goma, con forma de pentágono irregular, llamada *home plate* (meta). Los bateadores, dependiendo de sus preferencias, golpean la bola desde una posición situada al lado derecho o izquierdo de la meta. En las otras tres esquinas del campo interno, moviéndose desde la meta en dirección contraria a las agujas del reloj, se encuentran la primera, segunda y tercera bases, cada una marcada con una almohadilla.

El montículo del lanzador, un trozo de terreno levemente elevado, se encuentra cerca del centro del campo interno entre la meta y la segunda base y tiene una banda de goma clavada en lo más alto del mismo, a una distancia de 18,4 m de la meta; los lanzadores deben tener un pie en contacto con la banda cuando ponen la bola en juego.

Las líneas de base se extienden desde la meta hacia la primera y la tercera base, con prolongaciones llamadas líneas de falta, que llegan alargándose hasta el borde exterior del *outfield* y dividen el terreno de falta y el *fair*. Las líneas de base se extienden también desde la primera a la segunda y la tercera base, marcando el pasillo de un corredor. El extracampo detrás de la primera base se llama campo derecho, el de la segunda, centro del campo, y el de la tercera, campo izquierdo. Una valla recorre el límite más lejano del extracampo.

MATERIAL

El material básico de este deporte incluye una bola dura, un bate de madera o aluminio, un guante almohadillado de cuero para cada jugador, zapatos de tacos y cascos protectores para los bateadores. Los *catchers* (receptores) llevan un equipo especial de protección que consta de un casco, una máscara, un peto protector almohadillado para el pecho y espinilleras.

La bola de béisbol tiene un centro de corcho envuelto con capas de goma y cuerda, y está recubierta por piezas de cuero que han sido atadas con fuerza. Una bola de béisbol mide alrededor de 23 cm de circunferencia. Los bates son normalmente de aluminio o madera elástica, como la de fresno, y sus dimensiones máximas son 6,9 cm de diámetro y 107 cm de longitud. Reglas específicas describen también la medida y fabricación de los guantes, zapatos de clavos, cascos de bateo y cualquier otro material empleado en el béisbol.

EL EQUIPO DE BÉISBOL

Un equipo de béisbol tiene nueve jugadores de campo, en donde cada uno de ellos es responsable de una posición particular. El lanzador pone la bola en juego lanzándola hacia la meta. Cada tiro se llama lanzamiento. Sujetando la bola de forma especial y ajustando sus efectos, los lanzadores pueden ejecutar lanzamientos variados, combinando estas técnicas con cambios de velocidad en los lanzamientos, para hacer más difícil a los bateadores golpear la bola. El receptor recibe la bola y la devuelve al lanzador a menos que el bateador logre golpear la bola antes. El receptor defiende también la meta cuando un corredor trata de anotar una carrera.

Los jugadores de primera base, segunda base y tercera base están situados en una base o cerca de ella, mientras que el *shortstop* se encuentra entre la segunda y la tercera base. Son responsables de atrapar la bola cuando es bateada al campo interno o *infield* y de eliminar a los corredores cuando intentan avanzar alrededor del diamante. Tres *outfielders* (exteriores) se sitúan individualmente en el campo derecho, centro del campo y campo izquierdo, siendo responsables de atrapar las bolas golpeadas hacia el *outfield* o extracampo.

Mientras un equipo está en el campo, el otro realiza su turno de bateo: un jugador detrás de otro, de acuerdo con un orden especificado previamente. Las reglas de bateo varían ligeramente en las Grandes Ligas. En la Liga Nacional, el *pitcher* es también bateador, mientras que en la Liga Americana, un jugador, llamado bateador designado, batea en el lugar del *pitcher*. El bateador designado, cuando hay intercambio de papeles,

no ocupa posición en el terreno de juego.

MÁNAGERS Y ÁRBITROS

En el béisbol, varias personas ayudan a que el juego se desarrolle apropiadamente: *mánagers*, entrenadores y árbitros.

El *mánager* es el líder del equipo, responsable de la estrategia del mismo y su director. Los *mánagers* determinan qué miembros del equipo juegan, en qué posiciones y el orden en que batean. Durante el partido, los *mánagers* dan instrucciones desde el banquillo. Dos o más entrenadores, situados más cerca del campo, ayudan al *mánager* a comunicarse con los jugadores. Por ejemplo, los *mánagers* pueden decidir qué tipo de lanzamiento debe realizarse, cuándo deben los bateadores intentar golpear un lanzamiento y cómo se deben mover los corredores alrededor de las bases. El *mánager* transmite estas decisiones con las manos, a través de señas especiales que repiten los entrenadores para comunicárselas a los jugadores.

Los árbitros son responsables de interpretar y hacer cumplir las reglas del juego. Deciden el resultado de una jugada y tienen completa autoridad sobre el juego. Por ejemplo, un árbitro decide cuándo está eliminado un jugador y pueden expulsar a jugadores, *mánagers* o entrenadores que quebranten reglas de comportamiento. En las Grandes Ligas, se asigna un equipo de cuatro árbitros para cada partido que se sitúan en la meta a lo largo de las líneas de base de primera y tercera, y en el campo interno, cerca de la segunda base.

REGLAS BÁSICAS

En un partido de béisbol se designa a un equipo como local y al otro como visitante, que es siempre el primero que batea, mientras que el equipo local se sitúa en el terreno de juego. Los equipos anotan carreras cuando sus jugadores alcanzan la primera base tras batear la bola en primer lugar; luego corren hasta la segunda y la tercera base y cruzan la meta con éxito. Cuando un equipo está en el campo, intenta eliminar a los jugadores contrarios antes de que puedan moverse alrededor de las bases. Después de tres eliminados, termina la mitad de una entrada y los equipos intercambian los papeles.

PITCHEAR O LANZAR

Desde el principio hasta el final del partido, el juego gira alrededor de la acción entre el lanzador y el bateador. El lanzador tiene la primera oportunidad de eliminar al bateador. Los lanzadores intentan lanzar la bola por dentro de la zona de *strike*, área situada directamente encima del *home*, dirigiéndola aproximadamente a la zona que hay entre los codos y las rodillas del bateador. Los lanzamientos dentro de esa área que no sean golpeados por el bateador se denominan *strikes* o bolas buenas. Son también *strikes*: los lanzamientos que el bateador intenta golpear sin conseguirlo y las dos primeras veces que el bateador golpea la bola hacia terreno de falta. Un bateador es eliminado después de tres *strikes*. Los lanzamientos fuera de la zona de *strike* que el bateador no intente golpear, se llaman bola mala o simplemente bola. Si un lanzador lanza cuatro bolas, al bateador se le concede la primera base, lo que se conoce como base por bolas o *walk*. Un árbitro determina si los lanzamientos son *strikes* o bola.

LLEGAR A BASE Y CORRER LAS BASES

Si un bateador alcanza una base bateando una bola de forma que los jugadores del equipo contrario no consigan atraparla con éxito, el jugador ha conseguido un *hit*, y el corredor intenta avanzar, sin que le eliminen, el mayor número de bases posible. El *hit* con el que el bateador consigue alcanzar la segunda base se llama doble; con el que alcanza la tercera, se llama triple.

Los bateadores pueden alcanzar la primera base de varias formas además de por *hits* y base por bolas. Las más usuales son: cuando el bateador es golpeado por un lanzamiento; cuando una bola, que ha sido bateada a

terreno *fair* y que puede ser atrapada con un esfuerzo razonable, no es atrapada por el jugador de campo y, como consecuencia, el bateador alcanza la base (jugada conocida como un error); cuando el receptor interfiere al bateador al ir a batear la bola y, por último, cuando al receptor se le cae la bola correspondiente al tercer *strike* y el bateador alcanza la primera base antes de que un jugador de campo, en poder de la bola, toque la almohadilla de la base o al corredor.

Los bateadores que alcanzan la base sin ser eliminados se convierten en corredores. Pueden progresar hasta la próxima base cuando la bola es golpeada por un bateador posterior. Si una bola bateada es atrapada en un *fly* (esto es, agarrada en el aire o cachada), el corredor puede avanzar, pero sólo puede abandonar la base en la que se encuentra en ese momento. Bateadores posteriores, a veces, sacrifican su oportunidad de conseguir un golpe bueno, para que el corredor consiga avanzar. Una forma de hacerlo es batear un sacrificio o *sacrifice fly* (golpe no muy duro que permite que la bola sea atrapada en el aire con facilidad); otra forma es 'tocar plancha', lo que supone ponerse de frente al lanzamiento y amortiguar el impacto de la bola con el bate, de forma que salga suavemente hacia el campo interno. Normalmente, en un *sacrifice fly* el bateador es eliminado y el corredor adelanta una base de forma segura.

Los corredores también pueden avanzar 'robando base' bajo ciertas circunstancias, como cuando el lanzador está ejecutando un lanzamiento, o cuando al receptor se le cae la bola. Para evitar los robos, los jugadores deben tocar a los corredores con la bola.

FILDEAR O FIELDING (ACCIÓN DE ATRAPAR LA BOLA)

Si el bateador golpea la bola, los *fielders* tienen la oportunidad de evitar que éste alcance la primera base, es decir, eliminarle. Así, un bateador es eliminado si un *fielder* atrapa la bola bateada antes de que ésta toque el suelo, en terreno bueno o malo. También queda eliminado si un *fielder*, con la bola en su poder, toca al bateador o la primera base antes de que el bateador logre alcanzarla. Los *fielders*, normalmente, atrapan la bola bateada y se la lanzan al jugador que cubre la primera base y éste toca la almohadilla. Si el bateador llega antes a la base, todavía existen oportunidades para eliminarle y evitar una carrera. Si un corredor ocupa una base a la que un bateador o corredor posterior debe avanzar, los corredores son forzados a moverse a la siguiente base. En este tipo de jugada forzada, los *fielders* pueden eliminar al corredor tocando la base antes de que sea alcanzada por éste. Si no hay jugada forzada, es decir, si no hay ningún corredor avanzando desde la base precedente, los *fielders* tienen que tocar al corredor.

Si los *fielders* consiguen dos eliminados en la misma jugada se produce un *double play* (doble) y si se eliminan a tres, se llama *triple play* (triple). Una jugada típica de doble ocurre cuando el bateador golpea la bola rodando hacia el campo interno; mientras el corredor intenta avanzar desde la primera a la segunda base, un *infielder* agarra la bola, toca la segunda base eliminando al corredor forzado y luego lanza la bola rápidamente al jugador que cubre la primera base para eliminar al bateador.

RESULTADOS

Un corredor anota un tanto, llamado 'carrera', cuando recorre con éxito todas las bases y cruza la meta sin haber sido eliminado. Una carrera es normalmente el resultado de una combinación de saques o bateos, base por bola o sacrificio; habilidad corriendo las bases y errores del equipo a la defensiva. A veces el bateador consigue todas las bases con un solo *hit*, jugada que se conoce como un *home run*; normalmente se consigue cuando el bateador golpea la bola y la envía por encima de la valla del extracampo. En raras ocasiones el bateador consigue recorrer todas las bases sin batear la bola por encima de la valla, lo que se conoce como *inside-the-park home run*. Si hay corredores en las bases cuando se produce el *home run*, éstos recorren las bases libremente y anotan también, mientras que si hay corredores en las tres bases (bases cargadas), cuando el bateador logra el *home run*, el equipo anota cuatro carreras y la jugada se llama *grand slam*.

LA HISTORIA DEL BÉISBOL

Aunque está claro que el béisbol moderno se desarrolló en Norteamérica, el origen exacto del juego es difícil de determinar. La mayoría de los estudiosos creen que el béisbol evolucionó desde una variedad de juegos similares. Una leyenda popular reclama que Abner Doubleday, que llegó a ser oficial del Ejército de la Unión durante la Guerra Civil estadounidense (1861–1865), inventó el béisbol en Cooperstown (Nueva York) en 1839. Aunque no existe mucho apoyo para esta historia, el Salón de la Fama y Museo Nacional de Béisbol se encuentra ubicado en esa ciudad.

ORÍGENES

Existen evidencias de que se han practicado juegos con un palo y una bola desde los primeros días de la civilización. Culturas antiguas en Persia, Egipto y Grecia practicaron juegos con *stick* y bola para divertirse y como parte de ciertas ceremonias. Juegos de este tipo se extendieron durante la edad media por toda Europa y se hicieron populares en formas variadas. Los europeos introdujeron juegos similares en sus colonias de América hacia 1600. Sin embargo, fueron considerados como juegos infantiles hasta 1700.

A comienzos de 1800, varios juegos de *stick* y bola se hicieron populares en Norteamérica, la mayoría originarios de Gran Bretaña. Mucha gente en ciudades del noroeste como Boston, Nueva York y Filadelfia jugaron al críquet. No obstante, un juego inglés llamado *rounders*, que se jugaba normalmente en zonas rurales y comunidades urbanas por todo Norteamérica, se parecía más al béisbol moderno.

En el *rounders* un bateador golpeaba una bola y corría alrededor de unas bases y sólo era eliminado atrapando la bola en el aire o en algunos casos después de un bote. El *rounders* también establecía la práctica del *plugging*, donde los fildeadores eliminaban a los corredores arrojándoles la bola mientras corrían entre las bases. Las reglas del *rounders* variaban ampliamente de lugar en lugar y la gente usaba varios nombres para describirlo, como *town ball*, *one o' cat* y, finalmente, béisbol.