

OCW. JARDUERA FISIKO INKLUSIBOA
Gomendio, M., Fuentes, M., Zulaika, Lm.



BOLEIBOLA



HISTORIA

1988. urtetik aurrera nazioarteko txapelketetan jokatzeko da kirol hau.

Bi modalitate daude kirol honen barruan: Alde batetik zutik jokatzeko dutenak daude; eta bestetik, eserita jokatzeko dutenak. Urritasuna duten pertsona askok jokatzeko aukera ematen du bi modalitate hauek egoteak.

Eserita jokatzeko duten kirolariak, mozketak dituztenak izan ohi dira. Urritasun minimoa nahikoa da kirol honetara jokatzeko. Joko denboran, aldiko, talde bakoitzak urritasun minimoa duen jokalaria bakarria izan dezake joko zelaian.

Zutik jokatzeko den boleibolean, taldeko sei kirolarien artean gehienez 26 puntu batu ditzakete. Puntuazioa horiek medikuek egindako sailkapen taula baten arabera ezartzen dira.

OINARRIZKO ARAUTEGIA

Zutik jokutzen den boleibolean protesiak erabili daitezke, eta goi aldeko urritasuna duten jokalaria zein behe aldeko urritasuna dutenak sartzen dira talde honetan.

Eserita jokutzen den boleibolari dagokionean, baditu oinarrizko araudian egokitzapen txiki batzuk, baina, oro har, araudi berdina izango da.

EGOKITZAPENAK

Zelaia ohikoa baino txikiagoa da, bere neurriak 6 x 10m-koa da. Bestalde, sarearen kokapena ere baxuagoa da 1.15m-tako altura du.

Jokatzeko moduari dagokionean, **ipurmasail bat behintzat beti egon behar da lurrean** baloia ateratzerakoan zein baloia sarearen beste aldera pasatzerakoan. Ateratzerakoan, gainera, ipurdia atzeko marratik kanpora egon beharko da.

EKARPENIK ADIERAZGARRIENAK

Eserita jokutzen den boleibolean **gorputzaren konpentsazioa** ematen da, enborra eta goiko atalaren arteko konpentsazioa hain zuzen ere.

Koordinazioa, abiadura, oreka, talde lana eta taktika asko lantzen da.

Desplazamenduetan azkartasun izugarria lortzen da, izan ere, azkar mugitu behar da lurrian alde batetik bestera.

