



PREMISSOLES



REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE BEISBOL Y SOFTBOL



INDICE

UNIDAD DIDÁCTICA	CONTENIDO
1A	- ¿QUE ES EL PREBEISBOL?
1B	- OBJETIVOS DEL JUEGO: EDUCATIVOS Y RECREATIVOS
2A	- EL CAMPO DE JUEGO (I)
2B	- EL CAMPO DE JUEGO (II)
3A	- EL MATERIAL NECESARIO (I)
3B	- EL MATERIAL NECESARIO (II)
4A	- POSICIONES DEFENSIVAS DE LOS JUGADORES
4B	- REGLAS DE JUEGO: COMO JUGAR (I)
5A	- LA TÉCNICA: CUATRO FUNDAMENTOS BÁSICOS
5B	- REGLAS DE JUEGO: EL PARTIDO (I)
6A	- LA TÉCNICA: COMO BATEAR (I)
6B	- REGLAS DE JUEGO: BATEO (II)
7A	- LA TÉCNICA: COMO BATEAR (II)
7B	- REGLAS DE JUEGO: BATEO (IV)
8A	- LA TÉCNICA: COMO CORRER LAS BASES (III)
8B	- REGLAS DE JUEGO: CARRERAS (PUNTOS) (V)
9A	- LA TÉCNICA: COMO COGER (FILDAR) (IV)
9B	- REGLAS DE JUEGO: ELIMINACIONES (VI)
10A	- LA TÉCNICA: COMO TIRAR (V)
10B	- REGLAS DE JUEGO: EQUIPO DE CAMPO (VII)
11A	- MEJORA TU TÉCNICA: METODOLOGÍA (I)
11B	- REGLAS DE JUEGO: ARBITRO (VIII)
12A	- MEJORA TU TÉCNICA: OFENSIVA (II)
12B	- MEJORA TU TÉCNICA: DEFENSIVA (III)
13A	- MEJORA TU TÉCNICA: OFENSIVA (IV)
13B	- MEJORA TU TÉCNICA: DEFENSIVA (V)
14A	- NORMATIVA: COMO ORGANIZARSE
14B	- DICCIONARIO DEL PREBEISBOL. BIBLIOGRAFÍA

PREBEISBOL



¿QUE ES EL PREBEISBOL?

El juego del Prebeisbol es una actividad indicada para niños y niñas de 7 a 10 años, a contemplar en la práctica deportiva escolar y también en sus horas libres.

Debe ser realizada fundamentalmente como acción pedagógica lúdica, sin espíritu competitivo.

Tiene una gran semejanza con el Beisbol y el Softbol pero, debido a sus reglas simplificadas, es más fácil de jugar que éstos. Necesita poco material, y prácticamente cualquier campo o recinto deportivo es apropiado para practicarlo.

Permite huir de la práctica convencional si procedemos a «batiar» el terreno, consiguiendo así repercutir en el espacio mediante el aprovechamiento de zonas naturales.

El Prebeisbol trata de ayudar a los niños a aprender desde una edad temprana a jugar en grupo, y no acentúa la emulación, sino la deportividad.

Tiene, finalmente, la ventaja de que el contacto personal no es excesivo ni peligroso.



PREBEISBOL

UNIDAD DIDÁCTICA 1A

OBJETIVOS DEL JUEGO: EDUCATIVOS Y RECREATIVOS

El Prebeisbol resulta una posibilidad educativa y formativa muy útil para la escuela, siendo un juego «polivalente» por excelencia. Esta polivalencia del Prebeisbol se pone de relieve en los siguientes hechos:

1. Desarrolla de modo armónico la estructura y el organismo del escolar sin someterlo a esfuerzos excesivos y prolongados.
2. Contribuye a la maduración y afinamiento de las funciones que condicionan el movimiento:
 - La estructuración del esquema corporal en situación estática/dinámica.
 - La percepción espacio-temporal (el ajuste).
 - La estabilización y el control de la lateralidad.
 - El control del equilibrio.
 - El control de la respiración.
 - El control postural.
 - La coordinación dinámica general y segmentaria.
3. Pone en acción diversos esquemas motores: batear, lanzar, coger, correr, saltar.
4. Realiza un equilibrio emotivo-afectivo; ejercita la atención, la inteligencia y la fantasía, hábitos a la disciplina, a la lealtad, a la sociabilidad.

El juego ofrece la posibilidad a cada jugador de destacar individualmente, al mismo tiempo que reclama de éste su incorporación a un esfuerzo colectivo con los demás compañeros de equipo.

Esta característica nos permite hablar del Prebeisbol como un juego, a la vez, individual y colectivo.

PREBEISBOL

UNIDAD DIDÁCTICA 1B



EL CAMPO DE JUEGO (I)

Diagrama 1



PREBEISBOL

UNIDAD DIDÁCTICA 2A



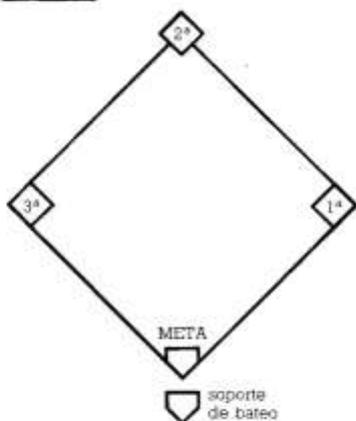
EL CAMPO DE JUEGO (II)

Como se ha dicho, cualquier espacio libre de cierta amplitud puede ser útil para practicar el juego del PREBEISBOL. Tal espacio puede encontrarse en una pista polideportiva, una cancha, un campo con hierba, etc., siempre que el suelo sea suficientemente homogéneo y nivelado.

El espacio destinado al juego se divide en dos: TERRENO BUENO y TERRENO FUERA (Véase diagrama 1).

- **Terreno bueno.** Es el espacio comprendido en el interior de las líneas de fuera (estas líneas deberán estar marcadas).
- **Terreno fuera.** Es aquél situado fuera de los límites señalados.

Diagrama 2



EL CUADRO

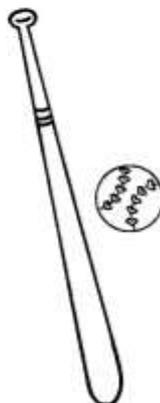
Dentro del terreno bueno se diseñará un cuadrado de 12 mts. de lado en cuyas esquinas se dispondrán las bases:

«primera base», «segunda base», «tercera base» y «base de meta» (home).

El punto de partida y de destino de los jugadores es la meta (home).



EL MATERIAL NECESARIO (I)



- El **bate** es de material plástico, de un peso aproximado de 450 gramos.

- La **pelota** es de goma, al objeto de que no dañe y pueda ser usada en cualquier espacio cerrado, pesa alrededor de 125 gramos.

(Una pelota de tenis puede servir perfectamente para la práctica del Prebéisbol).

- Cada jugador del campo podrá utilizar un **guante** de cuero. Aunque se puede jugar sin guante.



EL MATERIAL NECESARIO (II)

En el campo de juego habrá

- Una **base de meta**, de caucho (un pentágono con dos lados de 16,5 cm., dos de 23 cm. y uno de 33 cm.)

- **Tres bases**, de caucho (33 x 33 cm.). Las bases y la base meta deberán colocarse según el diagrama correspondiente.

- Para el bateo se utilizará un **soporte** (véase dibujo) ajustable.

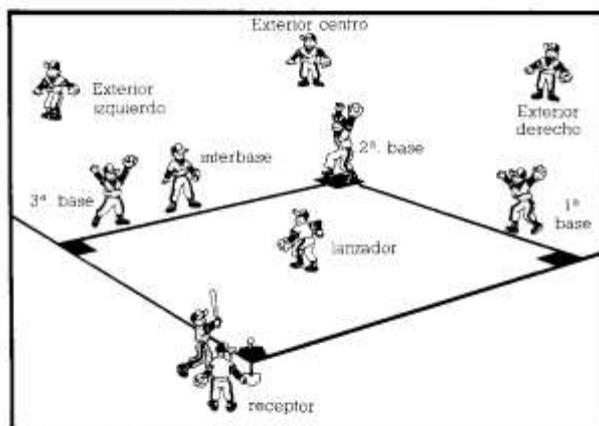


Soporte de bateo.

POSICIONES DEFENSIVAS DE LOS JUGADORES

El equipo de campo, a la defensiva, se colocará, a excepción del receptor, en terreno bueno. Estas posiciones son teóricas o aproximadas.

Cada equipo consta de NUEVE jugadores: LANZADOR, RECEPTOR, 1ª BASE, 2ª BASE, 3ª BASE, INTERBASE, EXTERIOR IZQUIERDO, EXTERIOR CENTRO y EXTERIOR DERECHO. (Véase dibujo).



Posiciones defensivas (de campo)



REGLAS DE JUEGO

COMO JUGAR

- Regla 1. Pueden participar en las competiciones de esta categoría los niños y niñas de siete a diez años, inclusive.
- Regla 2. Los equipos no deben estar integrados por más de quince jugadores ni menos de doce, pudiendo ser mixtos.
- Regla 3. El juego tiene lugar entre dos equipos: el que batea (atacante) y el de campo (a la defensiva).
- Regla 4. Cada uno de los equipos elegirá un capitán que numerará a los jugadores por orden de bateo y les asignará un puesto en el campo.
- Regla 5. Los nueve jugadores iniciales deberán ser sustituidos durante el juego, hasta posibilitar que cada jugador participe al menos en dos entradas completas.
- Regla 6. Únicamente una persona adulta podrá actuar como guía en las líneas de bases.



REGLAS DE JUEGO (II)

EL PARTIDO

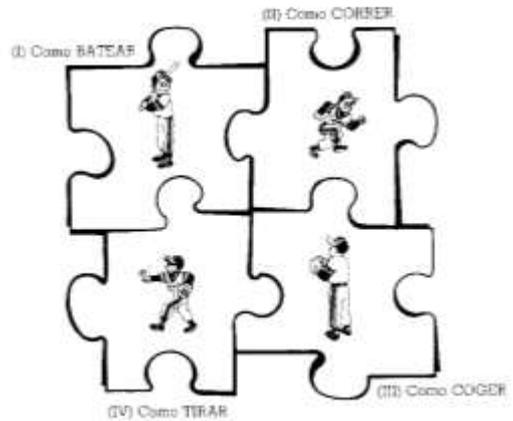
- Regla 7. En la primera fase del juego el equipo a la defensiva no puede anotar puntos (carreras). Los jugadores defensivos han de procurar hacer «eliminaciones» para que los contrarios no hagan carreras.
- Regla 8. El equipo que está en el banco, fuera del terreno de juego, será el equipo que ataca y podrá anotar puntos.
- Regla 9. El equipo que defiende pasará a atacar cuando hayan bateado todos los jugadores del equipo contrario (a la ofensiva). No se cuentan los eliminados, sólo las carreras.
- Regla 10. Cuando ambos equipos hayan completado un turno en defensa y otro en ataque se terminará una entrada.
- Regla 11. Los juegos reglamentarios tienen una duración de cinco entradas, pero no deberán superar nunca los 45 minutos (tres cuartos de hora).
- Regla 12. Ningún juego continuará más de seis entradas. Si la anotación está empatada en la parte final de ésta, el juego será declarado empatado.

LA TECNICA: CUATRO FUNDAMENTOS BASICOS

No es propósito de estas Unidades Didácticas profundizar en los aspectos técnicos de este juego, no obstante, dadas sus particulares características (su polivalencia) no dudamos en ofrecer algunos FUNDAMENTOS BASICOS que es preciso conocer y perfeccionar mediante su práctica. Para de esta manera conseguir enseñar jugando las cuatro habilidades esenciales del PREBEISBOL.

CUATRO FUNDAMENTOS BASICOS

Fundamentos ofensivos: BATEAR y CORRER
Fundamentos defensivos: COGER y TIRAR



LA TECNICA: COMO BATEAR

El jugador a quien le toque batear se colocará en una posición con respecto al soporte de bateo que le permita alcanzar bien la pelota.

Cojerá el bate con su mano izquierda abajo y la derecha arriba, en sentidos opuestos, y manteniendo los segundos nudillos de la mano de arriba en línea recta con el centro de las falanges de la mano de abajo. Si el jugador es zurdo la posición de las manos será la inversa de la descrita anteriormente.

Hecho esto observará los siguientes FUNDAMENTOS BASICOS:



Listos para batear

- Sostendrá el bate en la mitad de la mano, rodeando el mango con los dedos.
- Mantendrá el bate suelto hasta el momento de la realización del «swing».
- Distribuirá el peso corporal en ambos pies y en la parte anterior de éstos.
- La separación entre los pies equivaldrá al ancho de los hombros.
- Los hombros deben permanecer a la misma altura.
- Separará los brazos moderadamente del tronco y pondrá las manos bajo el hombro derecho.
- Siempre manteniendo la vista fija en la bola.



REGLAS DE JUEGO (III)

BATEO

- Regla 13. Cada uno de los jugadores del equipo atacante bateará en el orden que el capitán haya comunicado al árbitro.
- Regla 14. El bateador conectará la pelota colocada sobre el soporte de bateo que estará situado a 30 cms. de distancia detrás de la meta y en línea con la misma.
- Regla 15. La pelota bateada será «buena» cuando caiga dentro de terreno bueno o sobre las líneas de fuera.
- Regla 16. La pelota bateada será «mala» cuando caiga fuera de terreno bueno. Y el bateador ha de volver a batear.
- Regla 17. El bateador debe golpear la pelota perfectamente sin hacer contacto con el soporte de bateo. Si toca o derriba éste se considerará «mala» y deberá repetir.
- Regla 18. Cada jugador podrá intentar conseguir por tres veces consecutivas una pelota «buena». De no realizarlo será eliminado.



LA TECNICA: COMO BATEAR (II)

El movimiento de bateo («swing»)

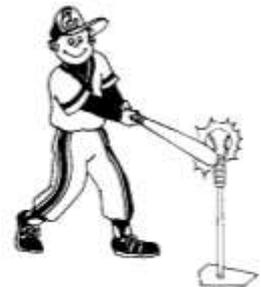
Es un movimiento potente y continuo que en su primera fase consiste en un ligerísimo enrollamiento armónico del tronco, de los hombros, de las caderas y de los brazos sobre el eje que constituye la columna vertebral. Para inmediatamente después realizar la acción contra la pelota («swing») teniendo presente conseguir un buen ritmo.

Aspectos Técnicos

- Dar un paso adelante con el pie izquierdo hacia el lanzador.
- Batear después del paso con la pierna izquierda firme.
- Rotar las caderas para realizar un «swing» rápido.
- Rotar el pie derecho consiguiendo que pivotee sobre sí mismo elevando el talón.
- Batear con los brazos extendidos y lejos del cuerpo.
- Realizar un «swing» horizontal al suelo y sobre la pelota.



- Terminar el «swing» con las manos sobre el hombro izquierdo y siempre en equilibrio.
- Dejar caer el bate al suelo sin fuerza para evitar lesiones a otros jugadores.



REGLAS DE JUEGO (IV)

- Regla 19. El intento fallido de golpear la pelota se considerará como «mala».
- Regla 20. La pelota no podrá ser empujada de su soporte, ni bateada suavemente de forma intencionada. El bateador tiene que repetir y se le cuenta una «mala».
- Regla 21. En el caso de que la pelota sea bateada (buena) y vaya a terreno bueno, el bateador abandonará el bate y tratará de alcanzar la 1.ª base antes de que la pelota esté en poder del defensor de esta base. En caso contrario será eliminado.
- Regla 22. Los jugadores del equipo de bateo que no estén bateando, aguardarán su turno en el banco.
- Regla 23. Cuando una pelota bateada sea cogida, en terreno bueno o fuera de él, por el equipo de campo (a la defensiva) sin que toque el suelo, el bateador-corredor quedará eliminado.
- Regla 24. Cuando batea y la pelota va por terreno bueno, el bateador se convierte en corredor.

LA TECNICA: COMO CORRER LAS BASES

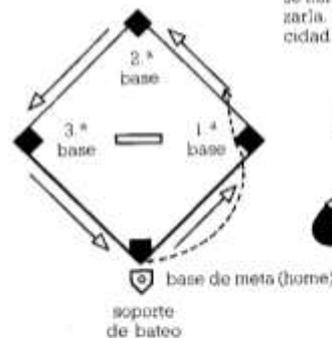
Quando el jugador haya bateado la pelota y pueda correr, deberá hacer una rápida arrancada. Para un bateador derecho (la gran mayoría), una buena arrancada consistirá en inclinar su cuerpo hacia la primera base y dar el primer paso con el pie derecho impulsándose sobre el izquierdo.

En los batazos al cuadro la forma de correr hacia 1.ª base es en línea recta y a lo largo de la línea de fuera, sin disminuir la velocidad hasta pisarla.

Si el batazo nos permite avanzar más de una base, el corredor se abrirá hacia la parte exterior de la línea de fuera para disminuir el ángulo de giro. Pisará la base en su esquina interior, con cualquier pie, continuando su carrera hasta donde le permita el batazo.

Quando un jugador se encuentre en una base y sea impulsado por un compañero a la base inmediata, deberá correr fuerte hasta alcanzarla. Sin saltar hacia ella pues esto resta velocidad.

Recorrido de los corredores





REGLAS DE JUEGO (V)

CARRERAS (PUNTOS)

- Regla 25. El corredor deberá pisar las bases en el orden siguiente: 1.ª base, 2.ª base, 3.ª base, base de meta (home).
- Regla 26. El corredor que llegue a la base de meta, después de pisar las cuatro esquinas (bases) del cuadrado conseguirá un punto para su equipo.
- Regla 27. En cada base sólo podrá haber un corredor.
- Regla 28. Un corredor solamente podrá abandonar su base cuando el bateador haya golpeado la pelota.
- Regla 29. El corredor que abandone su base antes de tiempo quedará eliminado.
- Regla 30. Después de una pelota «maia» el corredor regresará a su base.

LA TÉCNICA: COMO COGER (FILDEAR)

Todos los jugadores del equipo tienen que saber coger (fildear) correctamente las pelotas bateadas, ya sean aquellas que van rodando o las elevadas.

Para coger **pelotas rodadas** el jugador adoptará una posición frente al bateador, con los pies cómodamente separados, las rodillas flexionadas y el peso del cuerpo apoyado en la parte delantera de los pies. Desde esta posición partirá hacia la pelota, para colocar el guante sobre el terreno con las palmas de las manos dando frente a la bola y permitir que ésta ruede dentro del guante, sujetándola entonces con la mano libre.

Para coger **pelotas elevadas**, bateadas de aire, es necesario correr hasta situarse debajo de la pelota y esperar a que ésta termine de caer dentro del guante. La posición en la cual debemos aguardar a que la pelota sea cogida es con el guante ligeramente sobre nuestra cabeza y con la palma de la mano hacia arriba y los pulgares unidos, para tan pronto caiga dentro del guante asegurarla con la mano libre.



REGLAS DE JUEGO (VI)

- Regla 31. Cuando por un tiro malo la pelota vaya a parar a terreno fuera por encima de las bases 1.ª o 3.ª, los corredores tendrán derecho a la siguiente base.
- Regla 32. Los corredores de bases no podrán avanzar en los tiros malos cada vez que la pelota saiga del cuadro, aún cuando ésta permanezca en terreno bueno en los exteriores.
- Regla 33. El corredor sólo tiene derecho a una base cuando la haya pisado antes de que la pelota se encuentre en poder del defensor de esta base.

ELIMINACIONES

- Regla 34. Cuando un jugador del equipo a la defensiva toca con la pelota a un jugador contrario que se deja sorprender fuera de la base o cuando aún no ha llegado el corredor tocado es eliminado.
- Regla 35. Un corredor es eliminado cuando sale fuera de la línea de bases para evitar ser tocado.

EQUIPO DE CAMPO

- Regla 36. Ningún jugador del equipo a la defensiva sobrepasará la línea imaginaria que une la 1.ª y la 3.ª bases hasta que el bateador haya golpeado la pelota colocada en el soporte.



LA TÉCNICA: COMO TIRAR

Lo primero que hemos de tener en cuenta a la hora de realizar tiros a las bases es el modo de colocar los dedos sobre la pelota que ha de ser siempre igual. Los dedos índice y medio sujetan la pelota por su parte superior, algo separados el uno del otro, mientras que el pulgar se apoya por la parte inferior.

La mecánica para el tiro más utilizado en el juego es sencilla y consiste en cargar el peso sobre el pie derecho al mismo tiempo que hacemos un paso en dirección a la base que tiramos, llevando el brazo hacia abajo y atrás.

El agarre de la pelota

Una vez completado el paso el cuerpo inicia el movimiento hacia adelante con una correcta rotación de caderas que imprima mayor potencia al tiro.



En cada tiro la pelota se suelta un poco por encima de la cabeza, con el antebrazo paralelo al suelo y con una trayectoria descendente, gracias al golpe final de la muñeca con el que se concluye la acción de tirar.

Una vez que la pelota haya abandonado la mano del jugador nuestro cuerpo continuará el movimiento hasta que la pierna trasada se iguale con la otra.

De todos los fundamentos técnicos éste — por ser el más empleado — requiere mucha atención.





REGLAS DE JUEGO (VII)

- Regla 37. El receptor se colocará a una distancia segura (dos metros) del soporte, frente al bateador, cuando haya que batear y cerca de la base de meta cuando la pelota esté en el campo.
- Regla 38. El receptor se encargará de que la pelota vuelva al soporte lo antes posible:
 - Cuando comience el juego
 - Cuando se interrumpa el juego
 - Al cambiar después de cada entrada

ARBITRO

- Regla 39. El árbitro vigilará que se cumplan las reglas del juego.
- Regla 40. El árbitro será responsable de la buena marcha del juego y de la seguridad durante el mismo, y si lo considera necesario podrá interrumpirlo gritando «Tiempo!»
- Regla 41. El árbitro anotará el orden de bateo de los equipos y el resultado.
- Regla 42. En Prebeisbol se pueden utilizar uno, dos, tres o cuatro árbitros.

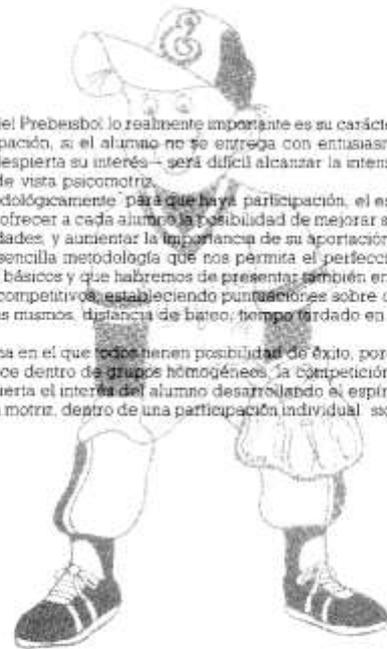
PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 10B

MEJORA TU TECNICA: METODOLOGIA

En la práctica del Prebeisbol lo realmente importante es su carácter lúdico. Pero si no hay participación, si el alumno no se entrega con entusiasmo al juego — porque éste no despierta su interés — será difícil alcanzar la intensidad prevista desde el punto de vista psicomotriz.

Así pues, metodológicamente para que haya participación, el esquema de organización debe ofrecer a cada alumno la posibilidad de mejorar su técnica individual, sus habilidades, y aumentar la importancia de su aportación. De ahí la necesidad de una sencilla metodología que nos permita el perfeccionamiento de los Fundamentos básicos y que habremos de presentar también en forma de juegos o ejercicios competitivos, estableciendo puntuaciones sobre distancia de tiro, control de los mismos, distancia de bateo, tiempo tardado en correr las bases, etc.

Con este sistema en el que todos tienen posibilidad de éxito, porque la competencia se establece dentro de grupos homogéneos, la competición individual es formativa y despierta el interés del alumno desarrollando el espíritu de equipo, la comunicación motriz, dentro de una participación individual significativa.



PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 11A



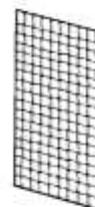
REGLAS DE JUEGO (VIII)

- Regla 43. El árbitro principal se situará a tres metros detrás del soporte de bateo y los árbitros de bases, que decidirán sobre las bases, próximos a éstas.
- Regla 44. La función del árbitro principal será decidir si el bateador golpea reglamentariamente a la pelota (pelota buena) o no lo consigue (pelota mala). Contando el número de intentos.
- Regla 45. En el caso de que sólo exista el árbitro principal su situación en el terreno será detrás del lanzador, lo que le permitirá jugar mejor lo que sucede en las bases.
- Regla 46. Dado el elevado número de componentes por equipo podremos emplear a los que están inactivos como «árbitros de base» para interesar a los niños por el juego.
- Regla 47. Los «árbitros de base» establecerán:
 - Si el corredor es eliminado o no. De no serlo gritará «¡Quietos!»
 - Si la pelota ha sido bateada en terreno bueno o terreno fuera.
 - Si el corredor ha salido antes o después de que el bateador haya bateado la pelota en forma válida.
- Regla 48. El árbitro decidirá en cuantas situaciones se presenten y no estén contempladas en el presente Reglamento.

PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 11B

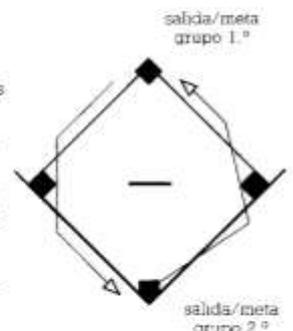


MEJORA TU TECNICA: OFENSIVA



Fundamento: BATEAR
 Objetivo: Realizar un mayor número de «swings» por jugador y ganar en habilidad.
 Procedimiento:
 - Utilizamos un pequeño espacio.
 - Situamos el soporte de bateo frente a una red o lona colgada en un rincón y bateamos contra ella tan fuerte como podamos.
 - Se realizan varias series con el mayor número de pelotas disponibles.
 - Anotamos cuantas pelotas han sido correctamente bateadas.

Fundamento: CORRER LAS BASES
 Objetivo: La enseñanza del corrido de bases empleando los juegos de relevos.
 Procedimiento:
 - Dos grupos de jugadores situados uno en la base-meta y otro en la 2.ª base.
 - A una señal convenida salen, uno por equipo, a realizar el recorrido lo antes posible, siempre pisando las bases, dando el relevo a otro compañero.
 - Gana el equipo que finaliza primero.
 - El juego permite otras variaciones siguiendo el sistema de relevos.

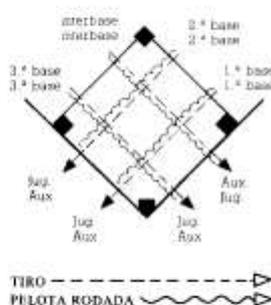


PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 12A

MEJORA TU TÉCNICA: DEFENSIVA

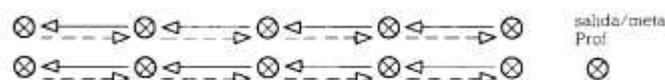
Fundamento: COGER (FILDEAR)
Objetivo: Coger pelotas rodadas, bateadas directamente hacia los jugadores del cuadro.

Procedimiento:
 - Dividimos los jugadores en cuatro grupos.
 - En cada grupo unos ocupan las posiciones defensivas y se turnan para coger todas las bolas que otro compañero -situado enfrente- les batea por el suelo.
 - Un jugador auxiliar recibe la pelota que le devuelven sus compañeros del cuadro.
 - Anotamos el número de pelotas cogidas y tiros bien hechos.



Fundamento: TIRAR
Objetivo: Mejorar la mecánica y la perfecta aplicación de los fundamentos relativos a los tiros.

Procedimiento:
 - Dividimos a los jugadores en grupos y los colocamos en filas, separados entre sí unos doce metros.
 - A una señal se irán pasando la pelota, sin que ésta se caiga y tratando de conseguir terminar antes que los otros el recorrido (ida y vuelta).
 - Tras uno de prueba, se realizan varios intentos sumándose las victorias.

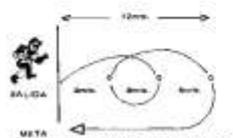
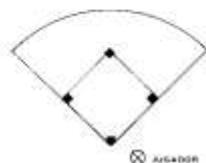


PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 12B

MEJORA TU TÉCNICA: OFENSIVA

Fundamento: BATEAR
Objetivo: Alcanzar la coordinación óculo-manual necesaria para batear.

Procedimiento:
 - El jugador situado en la base-meta (home) con el bate y un bola.
 - Arroja la bola al aire y trata de golpearla con el bate hacia el campo.
 - Tras algunas prácticas realiza 20 intentos.
 - Se anotan las pelotas bateadas y las pelotas fallidas.



Fundamento: CORRER LAS BASES
Objetivo: Desarrollar la agilidad de movimientos y la velocidad de reacción.

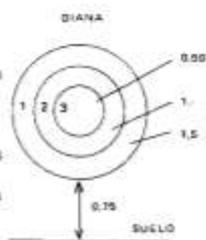
Procedimiento:
 - Colocamos tres guantes en el suelo, con una bola en su interior, separados 4 mts. entre sí.
 - El jugador sentado y de espaldas al recorrido con una bola en la mano.
 - A una señal se levanta y corre siguiendo en este orden: guante 2, guante 1, guante 3 y meta.
 - Cambiará la bola con una sola mano -sin tirarla- en cada guante.
 - Se anotará el tiempo empleado en el recorrido.

PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 13A

MEJORA TU TÉCNICA: DEFENSIVA

Fundamento: TIRAR
Objetivo: Mejorar la precisión con que puede ser tirada una pelota.

Procedimiento:
 - En una pared se pinta con tiza la diana del dibujo.
 - Utilizando la técnica para tirar se efectúan diez tiros (tras dos de práctica).
 - Los tiros se realizan desde detrás de una línea situada a 10 mts. de la diana.
 - La anotación es el total de puntos alcanzados.



Fundamento: COGER (FILDEAR)
Objetivo: Desarrollar la velocidad con que el jugador coge pelotas rodadas y tira.
Procedimiento:
 - El jugador se situará a 4 mts. frente a una pared lisa.
 - Tira la pelota directamente contra la pared y la recibe de rebote por el suelo.
 - Cada jugador realiza 10 tiros.
 - Se anotan el número de recepciones, cogidas, bien hechas en el menor tiempo posible.

NORMATIVA: ¿COMO ORGANIZARSE?

I. Definición de UNIDAD DE PROMOCION ELEMENTAL (UPE) de Prebéisbol

Constituyen una unidad de promoción elemental de prebéisbol los siguientes elementos:

- Jugadores**
Un mínimo de tres equipos y un máximo de cuatro equipos.
- Director de Liga**
Un sólo director de Liga ayudado por un monitor auxiliar del propio Centro en que se encuentre la UPE, llevará a cabo toda la tarea deportiva y de organización de la citada unidad.
- Material deportivo**
El material mínimo necesario para el funcionamiento de la UPE consiste en:
 - uno o dos soportes ajustables, para batear
 - una o dos bases meta y tres o seis, de caucho
 - cuatro u ocho bates de plástico
 - cuatro u ocho pelotas de goma

II. Definición y funcionamiento de la estructura de Promoción

La estructura de Promoción consta de los siguientes eslabones:

- Comité de Promoción de una Federación Territorial.
- Director de Liga.
- Monitor auxiliar.

III. Mecanismo de captación

- Búsqueda de Centros interesados en la práctica del Prebéisbol.
- Tramitación ante la Federación Territorial de Licencias específicas de promoción (gratuitas) acompañadas de la documentación correspondiente.

PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 13B

PREBEISBOL UNIDAD DIDACTICA 14A

**DICCIONARIO:**

- **Base de meta (home):** al lado se coloca el bateador y es el punto dónde se anotan las carreras.
- **Batazo:** golpe del bate sobre la pelota.
- **Batazo de vola (fly):** pelota que sale muy alta y puede caer directamente en manos de un defensor.
- **Bate:** el palo con que se golpea la pelota.
- **Coger (fildéar):** coger pelotas bateadas (rodadas o elevadas).
- **Entrada:** cada uno de los cinco turnos (en defensa y en ataque) en que se desarrolla un juego.
- **Home run:** el batazo que permite un recorrido de cuatro bases sin interrupción y hace que el corredor se apunte una carrera.
- **Pelota rodada (rolling):** pelota bateada a ras de suelo (que va dando botes).
- **Strike:** pelota mala para el bateador. Intento fallido de golpear la pelota del soporte.
- **Swing:** conjunto de movimientos para golpear la pelota (acción de batear).

BIBLIOGRAFIA

1. **PEANUTBAL: Un juego para chicos y chicas.**
Koninklijke Nederlandse Baseball en Softball Bond (KNBSB)
Amsterdam, 1975.
2. **TIBOL: «Palo dei Quartieri Romani».**
Comune di Roma.
Federazione Italiana Baseball Softball (CONI Provinciale Roma)
Roma, 1983.
3. **PRIMO APPROCCIO al BASEBALL e al SOFTBALL.**
Hal Smeltzly, Florida Southern College.
Comitato Nazionale Tecnici (CONI/FIBS) 1979.
4. **TEE BALL.**
Softball Canada.
Programme national de Certification des Entraîneurs.
Centre national des Sports et de la Récréation.
Ottawa, 1981.
5. **MINI-BASEBALL.**
Dansk Baseball Softball Forbund.
Gentofte (Denmark), 1985.
6. **REGLAS OFICIALES DE JUEGO**
Real Federación Española de Beisbol y Softbol, 1987.

*Presidente:* Miguel Ortín Rull*Vicepresidente 1º:* Julio César Renteros Prieto*Vicepresidente 2º y Tesorero:* Rafael López Mesa*Miembros:**Presidente Comité Béisbol:* Pedro Ignacio Legarrea Hermosilla*Presidente Comité Softbol:* Ricardo Ibañez Julva*Presidente Comité Árbitros y Anotadores:* Fernando Prieto Subador

Julio Ferras López

Miguel Ángel Pozueta Uribe-Echeverría

José Ballster Sacabia

Juan Pastor Pascual

Secretario General: Luis Ángel Melero Martín*Director Técnico:* Ricardo Coria Abul*Presidente del Comité de Competición:* Emilio Perota Guamo*Presidente del Comité de Apelación y Asesor Jurídico:*

Jesús González-Puelles Canal

Asesor Económico: Joaquín Méndez Claver

