

BOLA COLA

<p>CARACTERÍSTICAS</p>	<p>La Bola Cola o Scatch Tail es un juego de lanzamiento y de recogida en el que la precisión es la principal cualidad que se desarrolla.</p> <p>El Scatch Tail es una bola de la que sale una larga cola de tela de 95 cm. de longitud. Existen dos modelos: el profesional "PRO" y el junior "JR".</p> <p>El modelo junior tiene la bola de gomaespuma de 9 cm. de diámetro y en el modelo Pro la bola es más pesada, del tipo de Béisbol y tienen un diámetro de 7 cm.</p>
<p>TÉCNICA DE LANZAMIENTO Y RECEPCIÓN</p>	<p>Para LANZAR el Scatch Tail, cogemos por el extremo de la cola se dan dos, tres o cuatro giros en la dirección deseada, y la soltamos en el momento de mayor impulso y con la trayectoria que nos interese.</p> <p>Para RECEPCIONAR el Scatch Tail se debe atrapar por la cola y cuanto más cerca de la bola mayor puntuación se tendrá. En la fase de iniciación se podrá recepcionar después de dar un bote en el suelo.</p> 
<p>PUNTUACIÓN</p>	<p>La PUNTUACION en la recepción depende del lugar en el que cojamos el Scatch Tail. Si lo recepcionamos por la bola, serán 0 puntos, si lo cogemos del primer color que hay junto a la bola (rosa) ser n 5 puntos, entre el primer color y el segundo (por la costura del rosa y el verde) serán 4 puntos, por el segundo color (verde) serán 3 puntos, por el segundo y el tercer color (por la costura del verde y amarillo) serán 2 puntos y si lo cogemos por el tercer y último color (amarillo) la puntuación será de 1 punto.</p>
<p>MODALIDADES</p>	<p>JUEGOS COLECTIVOS</p> <p>"PRO JUEGO". Se juega en un campo de Ultimate-Balonmano (40 por 20 metros), entre dos equipos de dos a cinco jugadores y/o jugadoras que se sitúan dentro de su respectiva zona de gol (6 metros de la línea de fondo). Con el modelo Scatch Tail "Pro".</p>
<p>VARIANTES</p>	<p>VARIANTE 1.-Se juega con el mismo número de Scatch Tail que de jugadores/as por equipo. Se lanzan simultáneamente o alternativamente, con el objetivo de que caigan dentro de la zona de gol opuesta sin que puedan capturarlos por cualquier parte de la cola antes de que caigan al suelo.</p> <p>VARIANTE 2.-Se juega con un Scatch Tail y para puntuar se tienen en cuenta el lugar de captura del Scatch Tail, de 0 a 5 puntos y si la bola cae fuera de la zona de gol, el equipo receptor consigue 3 puntos. Si la bola cae dentro de la zona de gol el equipo que lo lanza consigue 5 puntos. El Scatch Tail es lanzado desde el lugar de captura por el mismo jugador o jugadora que lo recepcione.</p> <p>VARIANTE 3.-Aplicamos la variante 1 sin límites en el fondo de la zona de gol.</p> <p>VARIANTE 4.-Aplicamos la variante 2 sin límites en el fondo de la zona de gol.</p>

Para más información consultar el libro:
 * "Educación del Ocio y Tiempo Libre con Actividades Físicas Alternativas".
 Manuel Martínez Gámez. Editorial Esteban Sanz. Madrid, 1995.

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ