



Liceo Manuel Arriaran Barros  
Obra Don Bosco  
Departamento de Ed. Física

## **GUIA DE ULTIMATE FRISBEE**

**Departamento de Educación Física**

**Unidad didáctica: Juegos deportivos y deportes**

## **Historia**

El primer Frisbee apareció en California, Estados Unidos de América, aproximadamente en 1903, cuando grupos de jóvenes de ésta ciudad se entretenían tirándose unos a otros la base de los moldes de latas que quedaban de los pasteles fabricados por la empresa Frisbie Pie Company. Esta manifestación de ocio tomó popularidad y se expandió en los consumidores de pasteles. Entonces Walter Frederick Morrison, un lanzador entusiasta, aprovechó la llegada del plástico y se ideó la nueva forma de un frisbee.

En 1964 se construyó y salió a la venta el primer modelo profesional. Después de un tiempo, el simple juego de lanzar el frisbee tomó modificaciones y aparecieron modalidades como el Disc Golf, que consistía en hacer lanzamientos e ir pasando por varios puntos ubicados en un espacio libre y variaciones de otros deportes, como el Guts Frisbee.

En **1967** estudiantes de secundaria en Maplewood, New Jersey, crearon una mezcla de otros deportes como el football americano, el fútbol y el baloncesto, y se jugaba con un frisbee. Un estudiante, David Leiwant, lo denominó Ultimate, como la máxima experiencia deportiva, de aquí su nombre **ULTIMATE**

En 1972, las universidades de Princeton y Rutgers, E.E.U.U, efectuaron el primer Ultimate Match intercollegiate del disco volador, donde se reunieron y jugaron los practicantes de esta modalidad deportiva.

En 1975 se organizó el primer torneo de Ultimate Frisbee, en la Universidad de Yale, Estados Unidos.

En 1979 se crea también en Estados Unidos la asociación de jugadores de Ultimate (UPA, Ultimate Players Association).

En **1984** es creada la federación mundial del disco volador (world flying disc federation) **wfdf**. En 1984. En este año los deportes practicados con discos voladores eran más conocidos y se fueron popularizando en varios países.

## **Ultimate Frisbee**

### **Objetivo**

El objetivo del Ultimate es anotar puntos recibiendo o realizando pases a los compañeros de equipo hasta llegar a la zona de anotación del oponente. El ganador de un partido es quien anota una mayor cantidad de puntos en un tiempo determinado o el que anote cierto número de goles más rápido.

### **El Equipo**

Regularmente el Ultimate es jugado por 2 equipos de 7 jugadores cada uno. En partidos informales, el número de jugadores puede variar dependiendo del tipo de juego. No hay un límite en el número de sustituciones, pero solo se pueden hacer cuando alguno de los 2 equipos anote un punto y los equipos pueden generalmente tener alrededor de 14 jugadores en su lista en un torneo importante. Una escasez de jugadores puede forzar a equipos a jugar el juego entero sin sustituciones, una condición conocida como salvaje o ironman.

## El Equipamiento

Se juega usando un disco volador de 175 gramos; para algunos torneos nacionales e internacionales, solamente los discos que han sido aprobados por el cuerpo responsable de ese torneo pueden ser utilizados.

## Desarrollo del juego

El objetivo del juego es anotar. Se juega en playas y en canchas solo y exclusivamente con un disco volador o frisbee. No hay ningún arbitraje; Los jugadores son los que se encargan de auto arbitrar el partido.

## Espíritu de Juego

- El ULTIMATE tradicionalmente se ha apoyado en el principio de "Espíritu deportivo" el cual delega sobre cada jugador en cancha la responsabilidad de "jugar limpio" " ser honesto" y "respetuoso".
- El ULTIMATE es un deporte altamente competitivo, pero nunca a costa de la relación de mutuo respeto que existe entre los jugadores, adherencia a las reglas acordadas, y un básico placer de jugar .

## El lanzamiento pull o saque

Los jugadores se alinean en el borde de sus zonas de anotación respectivas, y el equipo que inicia defendiendo realiza el lanzamiento inicial, o el Pull, a los jugadores del equipo ofensivo para comenzar el juego. Los Pull son normalmente lanzamientos largos, que flotan, dando a la defensa tiempo de cruzar el campo y llegar a marcar al equipo atacante. El equipo que lanza para comenzar el juego es generalmente decidido mediante un sorteo, eligiendo uno de los lados del disco, y lanzando el disco hacia arriba como si fuera una moneda, el ganador, decide si ataca o defiende. Otra manera popular de realizar este sorteo es tomando un disco en cada equipo y lanzando de la misma manera ambos discos solo que en lugar de elegir una cara del disco se eligen "iguales" o "diferentes". Si el jugador conjetura correctamente, su equipo consigue decidir si desean comenzar en ataque o defensa.

## Moviendo el disco

El disco se puede mover en cualquier dirección mediante pases a un compañero de equipo. El jugador que coge el disco no puede correr con él, solo puede girar en torno al pie de **pivote**. Una idea falsa común es que un jugador debe elegir un pie como pivote antes de que pueda lanzar el disco. De hecho, el jugador puede lanzar el disco antes de parar dentro de los primeros de pasos después de que gane la posesión del disco. **Un lanzador puede atrapar su propio lanzamiento si otro jugador toca el disco en el aire.**

Sobre la recepción del disco, un jugador tiene diez segundos para pasarlo. Una vez que un marcador esté a 3m del lanzado, o ella puede iniciar una cuenta. Esto consiste en el llamado del marcador, "Stalling" o "Contando", y después el conteo en intervalos de un segundo hasta diez. Si el lanzador no suelta el disco al primer sonido de la palabra "Diez", entonces ocurrirá un cambio de posesión con un chequeo. Si durante el conteo, la defensa cambia de marcadores, el nuevo marcador debe comenzar una nueva cuenta en cero. En el caso de un Conteo, el una vez marcador, ahora jugador ofensivo, no tiene que tomar el disco después del

chequeo. El una vez lanzador, ahora marcador, le chequea el disco al nuevo lanzador. Si él o ella no quiere el disco, el marcador "Chequea" el disco colocándolo en el suelo y llamando "En Juego" o "Contando".

### **Tiempo de Juego.**

Cada mitad dura 24 minutos de tiempo efectivo Cada tiempo extra dura 5 minutos de tiempo efectivo, El reloj empieza a correr cuando: o Un jugador ofensivo toma el disco y establece un pie pivote después de un "lanzamiento inicial", o El Lanzador reanuda el juego después de una llamada de "foul" o después de una violación, o El Lanzador pone el disco en juego después de haber salido del campo de juego. El reloj se detiene cuando: o Después de un gol, o Al final de un periodo de juego, o Por tiempos fuera, o Por jugadores lastimados. o Por llamadas de Fouls y violaciones.

### **Cambios de posesión.**

Un pase incompleto, interceptado, bloqueado, tirado o fuera del campo de juego conllevan a la pérdida de posesión del disco. Las siguientes acciones resultan en un cambio de posesión con un "Check" o "Chequeo" del disco:

- Si el conteo del marcador llega al número máximo.
- Si el disco es pasado de mano a mano.
- Si el lanzador rebota un pase a si mismo en otro jugador intencionalmente
- Si el lanzador atrapa su propio pase. Pero si el disco es tocado en su vuelo por otro jugador, es considerado pase completo y no hay cambio de posesión.

### **Fauls.**

Los fauls son el resultado del contacto físico entre jugadores de equipos contrarios. Un foul solo puede ser cantado por el jugador que ha sido fauleado y debe de ser anunciado gritando la palabra "Faul" inmediatamente después de que el foul haya sido cometido.

2.- El jugador que inicia el contacto es culpable del foul.

3. **Fauls de lanzamiento:** Un foul es cantado cuando hay contacto entre el lanzador y el marcador.

- El contacto ocurrido con el movimiento del brazo (una vez que el disco haya sido lanzado) no es suficiente para un foul pero debe de ser evitado cuando sea posible.
- Cuando se comete un foul de lanzamiento, la posesión del disco vuelve al lanzador y este se pondrá en juego siguiendo el proceso de "Chequeo" del disco.
- Si existe un foul de lanzamiento pero el disco es atrapado por el co- equipero, el foul se declina ante la acción y el juego continuo desde donde ha sido atrapado automáticamente. (play -on)
- Si el marcador es fauleado por el lanzador en el acto de lanzamiento y el disco no es atrapado, la acción continua sin interrupción desde donde se encuentra el disco. Si el pase es completo, el disco es devuelto al lanzador y se continua la cuenta progresiva desde donde se interrumpió.

#### 4.- Existen Fouls en la recepción cuando hay contacto entre dos o más

Jugadores de equipos opuestos, el jugador que inicia el contacto físico es el que comete la infracción, durante el acto de recepción, Intercepción y Bloqueo del disco. Existirán cierta cantidad de contactos accidentales durante o Inmediatamente después de las acciones antes descritas que no constituirán un foul.

- Interferencia: Si un jugador hace contacto con un oponente antes de que el disco llegue al lugar donde es atrapable y por lo tanto dicho contacto causa que el oponente no pueda atrapar el disco, se deberá marcar el foul.
- Si un jugador hace contacto con un oponente con el afán de hacer una jugada con el disco, y este oponente se encuentra posicionado legítimamente, entonces existirá un foul.
- Si un foul es cometido en la recepción y no es cuestionado por el infractor entonces el jugador fauleado gana la posesión del disco en el punto de la infracción. Si el foul es cuestionado y discutido por ambos jugadores involucrados la posición del disco se regresa a la posición del lanzador. Si un foul que no fue cuestionado ocurre en la zona de anotación del equipo que está defendiendo, entonces el disco se pondrá en juego en el punto más cercano a donde se cometió el foul pero en la línea de anotación.

#### Violaciones

"Traveling" o "caminando" es una violación que será marcada por cualquier jugador que ve que se ha cometido cualquiera de las siguientes acciones no permitidas:

- En todo momento el lanzador deberá mantener en contacto su pie pivote con el lugar en que este ha sido fijado en el campo de juego.
- Un receptor no podrá tomar más pasos de los necesarios para detener su movimiento, si lo hace entonces habrá incurrido en esta violación.
- Si un receptor toma posesión del disco, marca tres contactos con el campo, y antes de detenerse realiza un pase habrá incurrido en "Traveling"
- Si se ha marcado Este tipo de violación mientras la cuenta progresiva se estaba realizando esta se regresa al punto en que fue interrumpida o a 5 si sobrepasaba este lapso de tiempo.
- 2.- "Strip" es una violación que indica que: Ningún jugador puede tocar el disco mientras está en posesión del lanzador o receptor. Si el defensivo lo hace y ocasiona la caída del disco, el jugador que tenía posesión del disco marca la Violación mediante la pronunciación de la palabra "Strip" en voz alta. Si la cuenta estaba en progreso cuando se llama esta violación, la cuenta progresiva regresa a cero. Este tipo de violación es cuestionada por el defensivo de la misma forma en que se cuestiona un foul en la recepción. Esta violación no cuestionada, en la zona de anotación, es un gol automáticamente.