

CENTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA

SOFTBOL ESCOLAR





# TABLA DE CONTENIDOS

Propósito de este manual

¿Qué es Softbol?

Equipo de Juego

El Campo de Juego o Lanzamiento -

El Juego de Softbol

Las Técnicas en Softbol

- Bateo - "Hitting"
- Recepción - "Catching"
- Tiro - "Throw"
- Correr Bases - "Running bases"
- Lanzamiento - "Pitching"

Vías para Hacer el Softbol Más DIVERTIDO para Niños:

- Recortar las distancias para niños pequeños
- Recortar la duración del juego
- Introducir diferentes tipos de juegos de softbol solo para niños

Ejemplo de lecciones de las Técnicas

Términos y Palabras en el Softbol -



---

## PROPÓSITO DE ESTE MANUAL

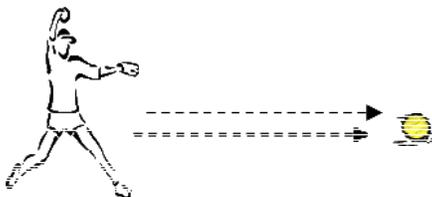
El propósito de este manual es ayudar a miembros de nuestra Federación Internacional de Softbol, a introducir el softbol en su sistema escolar. Dentro de este manual usted aprenderá acerca de los implementos que son utilizados en el juego de softbol, el tipo de terreno o campo en donde es jugado el softbol, usted aprenderá acerca del concepto básico del softbol; cómo el juego es jugado, cómo se gana y algunas reglas simples. Desde el comienzo hasta el fin este manual usted aprenderá acerca del juego en sí, usted será llevado a algunos métodos diferentes para hacer el softbol agradable para que los niños aprendan y algunos planes de lecciones para introducir el softbol dentro de su sistema escolar. Como en cada deporte, hay mucho más de lo cubierto en este manual para llegar a un nivel élite, pero el objetivo es que usted introduzca un emocionante deporte para que niños de todas las edades jueguen en un formato recreativo. Si usted está interesado en aprender más de las técnicas avanzadas involucradas en el juego de softbol, contacte a su Asociación/Federación Nacional, o contacte a la Federación Internacional de Softbol. ¡Ahora comencemos!

---

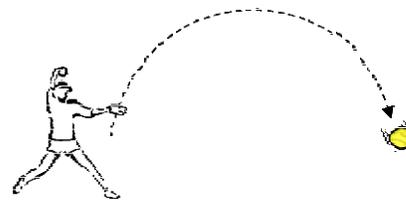
## QUÉ ES SOFTBOL?

El Softbol es un juego muy emocionante jugado por más de 20 millones de hombres, mujeres, niños y niñas en todo el mundo.

Hay dos versiones principales de Softbol; LANZAMIENTO RÁPIDO Y LANZAMIENTO LENTO. En ambas versiones la bola es lanzada por debajo por el jugador llamado lanzador. En lanzamiento rápido es lanzada derecho o en línea recta al receptor, con tanta velocidad como sea posible; aunque algunas veces no será muy rápida si los jugadores son jóvenes o solo están aprendiendo la posición, pero en el mejor nivel como en los Juegos Olímpicos, las bolas lanzadas viajarán a una velocidad mayor a 100Km por hora! En LANZAMIENTO LENTO la bola es lanzada por el lanzador hacia el bateador, en arco y viaja lentamente - tal como el nombre lo dice - lanzamiento lento.



Lanzamiento Rápido



Lanzamiento Lento

**OBJETIVO DEL JUEGO:** El objetivo de un juego de softbol es anotar la mayor cantidad de “carreras” hasta el final de 7 entradas. Una “carrera” puede solo ser anotada por el Equipo Ofensivo y esto ocurre cuando un “corredor” después de batear una bola lanzada, avanza corriendo salvado alrededor de las tres bases y finalmente toca el plato de home.

Una entrada (Inning) es lo que se llama después de que ambos equipos han estado en la ofensa y cada uno de ellos ha tenido tres outs. Eso es una “Entrada”. Un juego de softbol tiene 7 entradas y el equipo con más carreras después de 7 entradas gana!

En algunas formas el softbol es similar a varios tipos de deportes con bates y pelotas jugados alrededor del mundo. Deportes como el Cricket, Rounders y Pesapalo jugados a través de diferentes regiones en el mundo, que en varias cosas son similares al Softbol. Si usted o sus estudiantes conocen algunos de estos juegos, será más fácil enseñar el softbol, si usted puede enfocar las similitudes entre estos juegos. Una vez que los jugadores entiendan que están aprendiendo un juego “similar” a uno que ellos ya conocen, entonces será más fácil para que aprendan el softbol, ya que no lo verán completamente diferente.

---

## EQUIPO DE JUEGO

El softbol puede ser jugado con solo dos piezas de equipo; una bola y un bate, aunque en la mayoría de los casos, los jugadores necesitarán guantes, bases, cascos de bateo y atuendo del receptor (catcher). Vamos a ver las diferentes piezas del material utilizado en el juego de softbol.

### *La Bola*

La bola es probablemente la pieza más importante del material usado en un juego de softbol, pero no como el nombre lo insinúa, la bola reglamentaria de softbol, no es suave. La bola es redonda con una circunferencia de 30.2cm (12 pulgadas) y un peso de 166.5g (6 oz.). También es de color óptico amarillo, con costuras rojas para hacer más fácil que el bateador la vea.



### *El Bate*

El bate es quizás la pieza más importante del material usado en el juego de softbol, porque a todos les gusta golpear la bola con él. Los bates usualmente son hechos de un alto grado de grafito, carbón, magnesio, cerámica o alguna combinación. No deben ser más largos de 34 pulgadas (86.4cm) y no pesar más de 38oz (1077g). Si son bates hechos de maderas está bien, pero no deben ser usados en juegos de Campeonatos ISF.



### *El guante*



Un guante es usado por cada jugador en el equipo defensivo. Estos jugadores son llamados “fielders”, ya que ellos juegan en cualquier posición en el campo de juego. Los guantes son hechos de cuero y tienen un área entre el dedo pulgar y el primer dedo que es llamada “el bolsillo”. Esta área permite que la bola sea agarrada sin herir la mano del jugador.

### *Atuendo de Receptor (catcher)*

Este atuendo es solo usado por el receptor y es para protegerlo de las bolas lanzadas o bateadas, ya que las bolas lanzadas en lanzamiento rápido pueden tener una velocidad de 112km. Por hora (70mph - en un nivel realmente bueno). La máscara es hecha de un metal fuerte y liviano con un forro esponjado para proteger la cara de los jugadores. El protector de pecho es hecho de una tela esponjada, y los protectores de piernas (o canilla), son hechos de un plástico muy fuerte que está doblado en las rodillas y tobillos, entonces el receptor puede moverse a su alrededor fácilmente.



### *Cascos de Bateadores:*

Un casco de bateo es usado por el bateador y todos los corredores de base, para protegerse de cualquier bola desviada, que pueda ser tirada fuera de límites o lanzada pobremente.

## NOTA:

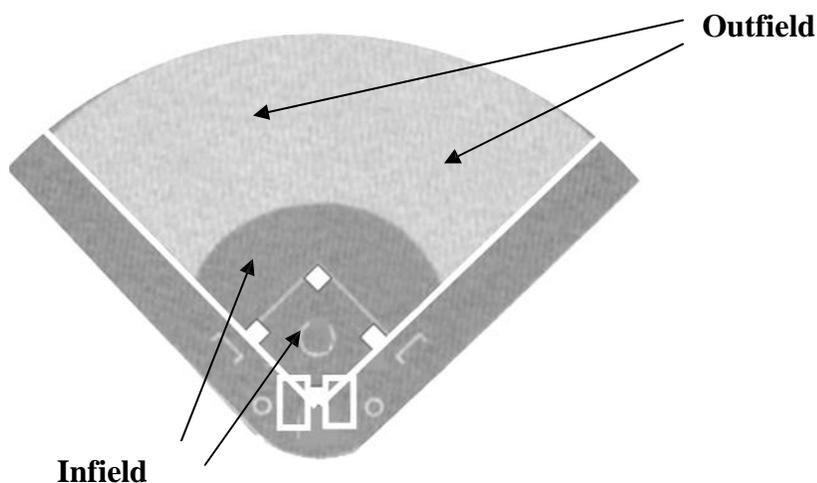


La ISF entiende que conseguir equipo para jugar softbol es un desafío para usted, entonces nosotros hemos elaborado un Programa de Equipo disponible para nuestras asociaciones/federaciones miembros. Por favor contacte a su asociación/federación de softbol nacional, para solicitar Starter Kits de Softbol ISF, para ayudarle a introducir y desarrollar el softbol en su escuela y área.

---

## TERRENO, CAMPO DE JUEGO O PITCH

El softbol es jugado sobre una superficie de grama y tierra que es llamada “campo de softbol”, “terreno de softbol” o “pitch de softbol”. Un campo/terreno de softbol es similar a este:



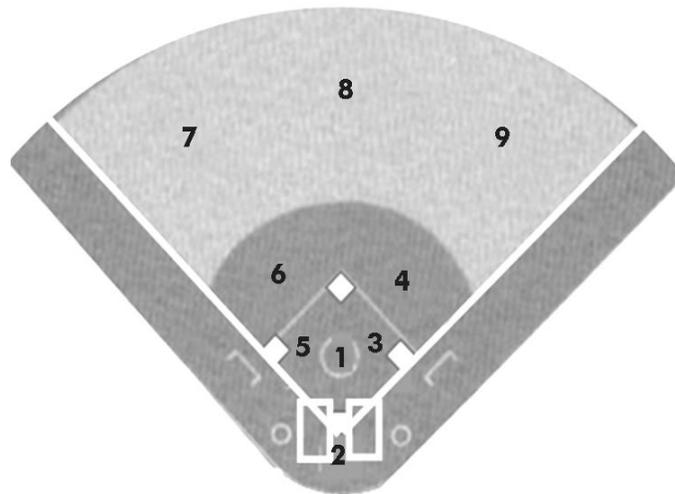
En un campo/terreno de softbol reglamentario, el outfield usualmente es con grama y el infield usualmente es de tierra lisa y firme. Pero, lo más importante acerca del softbol es que usted puede jugarlo en cualquier superficie que tenga disponible, como un campo de fútbol, jockey, un terreno vacío, un parque o cualquier lugar donde pueda encontrar algún espacio. Entre más plano sea el terreno será mejor para los jugadores, así la bola rebotará uniformemente. Si la

bola golpea una roca, puede rebotar hacia arriba y golpear a un jugador y eso no es nada agradable para nadie.

### *Posiciones -*

Los números listados abajo en el diagrama, muestran las posiciones donde juegan los jugadores de la defensa:

- 1 = Lanzador –“pitcher”
- 2 = Receptor–“catcher”
- 3 = Jugador 1ra. base
- 4 = Jugador 2da. base
- 5 = Jugador 3ra. base
- 6 = Shortstop
- 7 = Jardinero Izquierdo
- 8 = Jardinero central
- 9 = Jardinero Derecho



Un campo de softbol tiene forma de diamante (por lo cual un campo de softbol es a menudo llamado un diamante de softbol) y tiene cuatro bases en él. Las bases están separadas a igual distancia. Adicionalmente a estas cuatro bases, hay también en el terreno una goma del lanzador o plato del lanzador y la misma está ubicada en el medio del diamante entre las bases, como se demuestra en el diagrama en la página 8.

Cada una de las bases tiene un nombre, como sigue:

Home Plate/Plato de Home- Esta es la base donde el bateador se para, sobre la cual el lanzador tira la bola y es detrás en donde están parados el receptor y el árbitro y donde el equipo de la ofensiva trata de llegar con el fin de anotar una carrera. Esta también es la única de las cuatro bases que no es cuadrada. El Plato de Home tiene cinco lados como se aprecia en el gráfico:



1<sup>ra</sup>. Base – Esta ubicada a la derecha de plato de home y siempre es a la primera base a donde el corredor corre, tal .....;como el nombre lo indica.

2da. Base – Es la siguiente base a la cual el corredor corre y está ubicada arriba en el diamante, directamente al otro lado del plato de home y detrás de la goma o plato del lanzador.

3ra. Base – Es la siguiente base después de 2da. y la última a la cual un corredor corre y toca, antes de correr al plato de home.

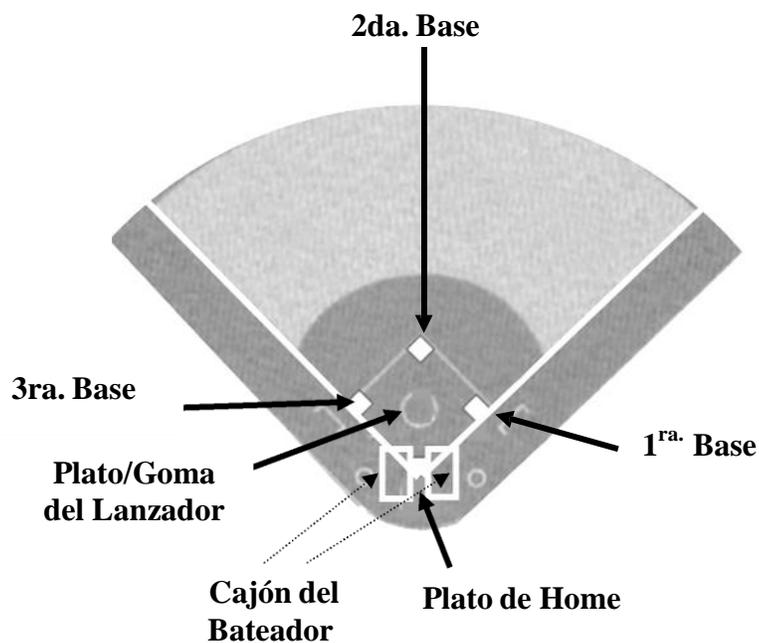
### *Distancias -*

Un campo reglamentario de softbol tiene las siguientes distancias:

BASES – 60 pies de separación (18.29m)

DISTANCIA DEL LANZAMIENTO – 43 pies (13.11 m) desde el plato de home para mujeres  
46 pies (14.0m) desde el plato de home para hombres.

VALLAS DEL OUTFIELD – 220 pies (67.1m) desde el plato de home para mujeres  
250 pies (76.2m) desde el plato de home para hombres.



---

# EL JUEGO DE SOFTBOL

## *Cómo Jugar?*

En un juego de softbol hay dos equipos; uno en la ofensiva y el otro en la defensiva. Es común como en la mayoría de los deportes, que el equipo atacante es en el ofensor y el equipo defendiendo la meta es el defensor.

**OFENSIVA:** En softbol, el equipo ofensivo envía a un jugador a la vez, “al bate” con una pieza de equipo que es llamado bate (para más información sobre bates vea la sección de material de juego). Este jugador se para cerca al plato de home (mostrado en el gráfico del Campo en la página 8) y trata de golpear la bola cuando es lanzada por el lanzador del equipo defensivo.

**DEFENSA:** El equipo de la Defensa tiene a nueve jugadores en el campo al mismo tiempo, cada uno jugando en una de las nueve posiciones defensivas, que están esparcidas alrededor del campo como se muestra en la página 7.

## *Objetivos del Equipo en la Ofensiva:*

- ⊖ El equipo de la ofensiva envía al bate” a un jugador a la vez, “Este jugador se para cerca del plato de home en el cajón del bateador y trata de golpear la bola que el jugador llamado “el lanzador” está tirando con la mano por debajo hacia el receptor, quien está sobre el plato de home.
- ⊖ El objetivo del bateador es golpear la bola fuertemente para que vaya tan lejos como sea posible y no sea atrapada por los jugadores a la defensiva.
- ⊖ Una vez que la bola es golpeada al terreno fear el bateador corre a 1ra base (vea Pág.7) o avanza a tantas bases como sea posible, sin ser puesto fuera/out. (vea la sección de la defensa abajo con relación a “outs”).
- ⊖ Un corredor avanza salvado (otra forma de decir que el corredor no es puesto “out/fuera”), cuando no ha sido tocado por un jugador de la defensiva que sostiene la bola o cuando llega a la siguiente base antes de que la defensa pueda tener la bola en esa misma base.
- ⊖ Una vez que un jugador de la ofensiva toca todas las tres bases y el plato de home, sin que el equipo de la defensiva los haya puesto “fuera/out”, ese corredor anota una “carrera” para su equipo.
- ⊖ Solo el equipo de la ofensiva, el cual es el que se refiere como se encuentra “al bate” es el que está apto para anotar “carreras”.
- ⊖ El equipo con más carreras en siete entradas gana el juego.



*Cada parte de la entrada del equipo (se refiere a la parte de la entrada cuando el equipo está en la ofensiva), finaliza cuando tres de sus bateadores han sido puestos fuera/out.*

### *Objetivos Del Equipo Defensivo:*

- ⊖ El objetivo del equipo defensivo es realizar tres outs y no permitir anotar al equipo ofensivo.
- ⊖ La defensa hace que un jugador ofensivo sea puesto fuera/OUT por:
  - a. Una bola golpeada por el bateador (jugador de la ofensiva) es agarrada en el aire por cualquier jugador de la defensiva, antes de que la misma rebote.
  - b. La bola rebota antes de encontrar al jugador de la defensa y entonces ese jugador, tira la bola a la base a donde un corredor de base está yendo, antes de que el jugador llegue allí.
  - c. Un jugador de la defensiva toca con la bola a un corredor de base, mientras el corredor no está parado en cualquiera de las bases.
  - d. El bateador alcanza tres “strikes” sin golpear una “Bola Fair” (“una “bola fair” es cualquier bola golpeada en la porción del campo donde juega la defensa - infield o el outfield).
  - e. Un jugador de la ofensiva es también puesto “out/fuera”, si el bateador- corredor es golpeado por una bola bateada, mientras no está parado en base.

### *¿Qué Es Un “Strike”?*



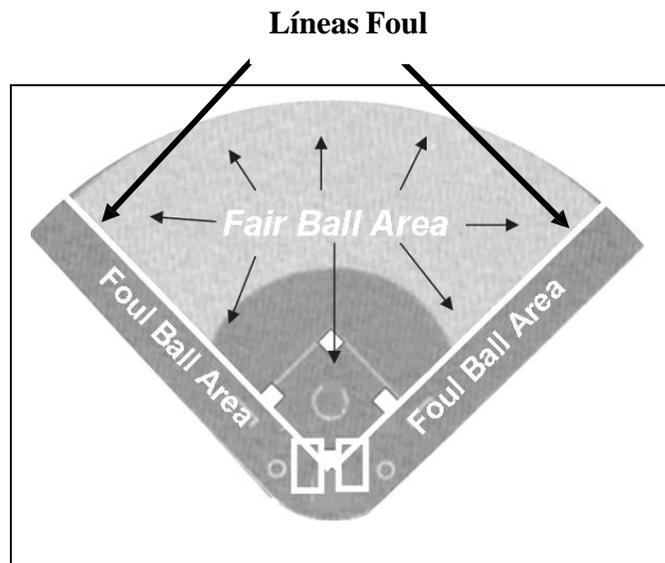
Un Strike es cualquiera de lo siguiente:

- ⊖ Un lanzamiento que va hacia la “zona de strike” sin ser golpeado,
- ⊖ Un lanzamiento que el bateador trata de batear y lo pierde completamente, o no hace ningún contacto con la pelota.
- ⊖ Un lanzamiento que el bateador batea y va hacia el territorio “foul”

La “Zona de Strike” es el área mostrada en el rectángulo del dibujo arriba - entre las rodillas del bateador y la axila, directamente sobre el plato de home, dentro de un rectángulo imaginario o invisible. Es trabajo del árbitro (quien está posicionado directamente detrás del receptor), determinar si el lanzamiento pasó a través de esta área imaginaria.



## Bolas Fair y Bolas Foul -



Una “Bola Fair” es cualquier bola BATEADA que va a LA PARTE INTERNA del terreno de juego, entre las dos líneas blancas a lo largo del campo, las cuales también son conocidas como “líneas foul”.

Una “Bola Foul” es cualquier bola golpeada que:

- ⊖ Va hacia atrás
- ⊖ Para y se va moviendo hacia fuera del territorio de “bola fair”.
- ⊖ Después de haber sido bateada al aire (llamada “bola fly”, no cae en territorio de “bola fair” o es tocada por la defensa mientras está fuera del área de “bola fair”
- ⊖ Sobre una bola al piso o ground (una bola que es bateada al terreno), o igualmente es tocada por la defensa mientras está en el área de “bola foul” o para rodando en el área de “bola foul”.

---

## LAS TÉCNICAS DEL SOFTBOL

Con el fin de jugar softbol sus estudiantes necesitarán aprender las técnicas básicas involucradas para correr y batear, así como también cómo parar y tirar una bola.

Las técnicas básicas del softbol incluyen lo siguiente:

- ⊖ Batear - “Hitting”
- ⊖ Recepción - “Catching”
- ⊖ Tirar - “Throwing”
- ⊖ Corriendo bases - “Running bases”
- ⊖ Lanzamiento - “Pitching”



## BATEO o HITTING:

Esta técnica también es llamada bateo o “hitting” y es considerada la más divertida de todas las técnicas del softbol. Una vez que un jugador puede golpear una bola lanzada, es algo emocionante de hacer. Esta técnica involucra una buena coordinación de mano, ojo y tiempo y puede hacerse más fácil para los jóvenes y niños que ya han desarrollado completamente tal técnica. El bateador golpea con un bate (vea equipo de juego en la pág.7), que sostiene con ambas manos, ubicando su mano más débil, cerca de la parte más pequeña al final (perilla) del bate.

El bateador se para en el cajón del bateador con el lado hacia el lanzador y su ombligo igualado con el plato de home. Voltea su cabeza para ver al lanzador, ya que el lanzador estará enviando la bola que él va a tratar de batear.

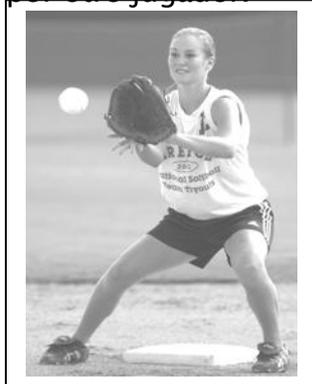
Para batear la bola, el bateador hará lo siguiente:

- ⊖ Dar un pequeño paso hacia el lanzador con el pie más cercano al Lanzador.
- ⊖ Con ambas manos, abanique el bate hacia la bola tratando de hacer contacto con la ella, justo antes de que la bola cruce el plato de home
- ⊖ El peso del bateador deberá desplazarse hacia adelante cuando golpee la bola.

Después de que el bateador haga el contacto con la pelota, debe soltar el bate y correr a 1ra. Base....



**AGARRANDO – ATRAPANDO:** Aunque hay una posición en softbol llamada “el receptor/catcher”, en esta sección estamos hablando acerca de cualquier jugador que “agarra” una pelota que ha sido golpeada o tirada a ellos, por otro jugador.



Para estar listo a agarrar una bola tirada, un jugador deberá tener sus pies y hombros–separados y las rodillas ligeramente dobladas y relajadas.

Los brazos deberán estar relajados con las manos en frente a su cuerpo y su guante listo.

El jugador agarra la bola con su guante y siempre que sea posible su cuerpo debe de estar detrás de la bola y tratará de agarrar la bola con las dos manos. El jugador tendrá sus codos ligeramente doblados, cuando recibe de la bola para absorber en parte la velocidad que trae la bola.

Si la bola es tirada a alguno de los lados del jugador, el receptor deberá mover sus pies y tratar de poner su cuerpo al frente de la bola.

Si la bola está arriba de la cintura del jugador, sus dedos deberán estar apuntando hacia arriba cuando agarra la bola.

Si la bola está debajo de su cintura cuando hace la recepción, entonces

sus dedos deberán apuntar hacia abajo. En tiros bajos, ambas manos deberán ir abajo para la recepción y deberá doblar sus rodillas.

Tiro y Recepción debe ser practicado todos los días, ya que son las técnicas más importantes en el softbol.



## TIRAR

Tirando es como los jugadores defensivos encuentran la bola de un jugador a otro. Ellos “tiran” la bola por el aire al compañero de equipo, con el fin de tratar de poner a uno de los jugadores de la ofensiva “fuera/out” (tratando de tirar la bola a la base, antes de que el corredor alcance esa misma base. O poniendo la bola a un compañero de equipo con el fin de “etiquetar(tag)” a un corredor de base con la bola mientras que está fuera de una de las bases). Nota: jugadores de la defensiva NO TIRAN bolas a los corredores de base.

Un jugador debe “tirar” una bola así:

- ⊖ Mantener la bola firmemente con sus dedos sin apretarla muy fuerte (o sino, no le será fácil dejarla salir).
- ⊖ El movimiento de tirar involucra dos acciones o movimientos separados:
  - 1) El movimiento de la mano (y brazo) con la bola en un movimiento circular.
  - 2) Un paso con el pie opuesto de la mano que el jugador usa para tirar. (por ejemplo, si el jugador tira la bola con su mano derecha, entonces dará un paso con su pie izquierdo).



El jugador comienza con la bola en frente de su cuerpo a la altura de su cintura, entonces en un movimiento circular la bola va hacia atrás (como se muestra en la fecha en la foto de la izquierda). Al mismo tiempo que lleva la bola hacia atrás, el jugador da un paso con su pie del lado opuesto, hacia su blanco adelante, como se ve en la foto

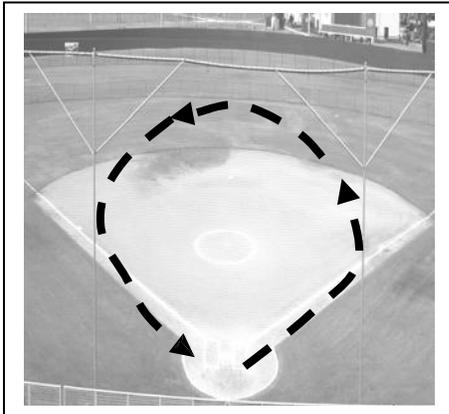
Para liberar la bola, el jugador completará el movimiento circular de su mano y la bola (como se ve en la foto a la derecha); entonces, dejará salir la bola cuando su mano esté en frente de su blanco.



Mantenga en mente – cuando tire– que la bola irá en la dirección en que su mano esté apuntando al momento de liberar la bola.

## CORRIENDO BASES – RUNNING BASES

“Correr” a través de las bases es lo que el jugador hace después de que ha bateado la bola. Los jugadores siempre corren alrededor de las bases en dirección opuesta al reloj, como se demuestra aquí:



Los corredores de base deben solo correr hacia la siguiente base que ellos creen que pueden alcanzar, antes de ser eliminados con la bola, por la defensa. Y deberán siempre usar sus cascos para proteger sus cabezas, en caso de que sean golpeados por una bola tirada o bateada.

## LANZAMIENTO – PITCHING

Como mencioné al comienzo de este manual, hay dos formas de jugar el softbol: lanzamiento rápido y lanzamiento lento.

El Lanzamiento es la técnica con la que se comienza un juego de softbol, por la persona que está jugando en la posición de lanzador, “lanzando” la



bola con la mano por debajo hacia el receptor. El objetivo es lanzar la bola sobre el plato de home, al área entre las rodillas y las axilas del bateador.

Los pasos involucrados en el lanzamiento de una bola (LANZAMIENTO RÁPIDO), es lanzar la bola con la mano por debajo, muy similar a tirar pero con la diferencia de que para tirar es requerido tirar la bola por encima; el jugador hace un círculo con su mano (y la bola) y da un paso hacia el blanco con el pie del lado opuesto. La gran diferencia entre tirar y lanzar es que los jugadores tirarán la bola con la mano por arriba y lanzaran la bola con la mano por debajo.



Si vemos (foto a la izquierda) al lanzador en su movimiento, lo veremos en una posición que se parece mucho a una que vimos antes cuando el jugador tiraba la bola con la mano arriba.



En la segunda foto, usted puede ver como se ve cuando el lanzador libera la bola. Esta es una foto de una lanzadora del softbol élite, quien usa una cantidad de fuerza para liberar la bola muy rápido, un jugador joven no podrá poner un poder como este en su lanzamiento.

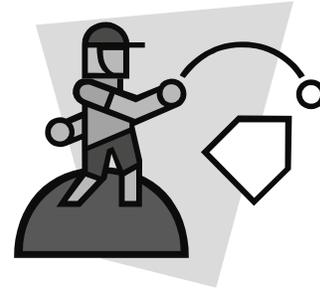
Es muy común ver a jóvenes lanzadores, o lanzadores nuevos en la técnica de lanzamiento, lanzando muy cuidadosamente tratando de no cometer un error. En el proceso, ellos usualmente tirarán muy despacio y no tendrán mucho control sobre hacia donde irá la bola. Esto es común y es parte del aprendizaje de la posición. Una cosa que puede ayudar a los nuevos lanzadores a aprender esta técnica fácilmente, es diciéndoles:

- ☹ Trate y deje salir la bola al mismo tiempo en que su paso toca el piso.
- ☹ La bola irá a donde su mano esté apuntando cuando la deje salir.

Si sus alumnos se sienten frustrados cuando estén aprendiendo, entonces trate de ubicarlos más cerca a una pared, backstop/valla para

retener la pelota, o algo que limite a donde ellos puedan ir cuando persigan un mal lanzamiento.

El LANZAMIENTO LENTO es fácil de aprender por jóvenes y niños y éste involucra al lanzador lanzando la bola también con la mano por debajo, pero en movimiento en ángulo o en curva; al liberarla, la bola sale por “arriba” hacia el receptor, yendo usualmente más alto de la cabeza del bateador en su vía hacia abajo al receptor, pero con el fin de que sea llamado un strike, esta debe pasar hacia la zona de strike (el área en el plato de home y entre las rodillas y las axilas del bateador).



## NOTA:



Usted puede encontrar información con más detalles sobre las técnicas del softbol, mirando los videos educativos de la ISF, disponibles en su Asociación/Federación Nacional o en la ISF: ([isf@internationalsoftball.com](mailto:isf@internationalsoftball.com)). Estos videos están disponibles en formatos NTSC y PAL, en Español e Inglés.



---

## VÍAS PARA HACER EL SOFTBOL MÁS DIVERTIDO PARA NIÑOS

Como profesores y entrenadores, debemos hacer todo lo que podamos para hacer cualquier juego más divertido para niños, en este caso el SOFTBOL. El tipo de softbol en lanzamiento rápido jugado en los Juegos Olímpicos es divertido para aquellos atletas de nivel elite, pero ellos tienen técnicas de nivel elite. Los niños no tienen todavía ese tipo de coordinador de ojo y mano, entonces debemos encontrar formas creativas para hacer fácil para que los niños golpeen una bola lanzada, agarren una bola tirada y entiendan que puede ser un juego complejo.

Aquí hay algunas claves para hacer el softbol más DIVERTIDO para niños:

☞ USE BOLAS MÁS PEQUEÑAS – El tamaño de la bola reglamentaria de softbol es de 12 pulgadas (o, 30.48cm). Esta usualmente es demasiado grande para las manos de un niño pequeño.

☞ USE BOLAS MÁS GRANDES – Esto quizás suena cosa de locos, ya que antes recomendamos usar bolas más pequeñas. Cuando enseñamos a jugadores jóvenes batear una bola, puede ser mucho más fácil con una bola más grande. Una cosa en la cual se debe tener cuidado es de asegurarnos que una bola más grande, no sea dura y pueda hacer que el bate rebote hacia el niño. Esto quizás suceda si usted usa una bola de básquetbol. En vez, trate de usar una bola de tipo flexible, una pelota de voleibol o una pelota de inflar que se usa en la playa, si puedes encontrar una. Una pelota de futbol/soccer, puede ser un poco dura para jugadores de 8 años o menos. Usted quizás tiene que ser creativo para encontrar vías, para usar una bola más grande cuando esté enseñando a los niños a batear, pero el esfuerzo valdrá la pena.



☞ USE DISTANCIAS MÁS CORTAS - En vez de usar las distancias reglamentarias entre las bases y plato o goma del lanzador, recorte las distancias y así hará más fácil a los niños que tienen piernas más cortas, el correr las bases, de manera que usted sienta que es el tamaño apropiado para los jugadores con lo que usted está tratando. Para ayudarlo a comenzar, aquí hay algunas sugerencias:

| Edades:      | Distancia Lanzamiento: | Distancia de las Bases: | Tamaños regulados para las Bolas: |
|--------------|------------------------|-------------------------|-----------------------------------|
| 8 y menores  | 30 pies (9.144 m)      | 50 pies (15.24 m)       | 9 pulgadas (22.86 cm)             |
| 10 y menores | 35 pies (10.66 m)      | 55 pies (16.764 m)      | 11 pulgadas (27.94 cm)            |
| 12 y menores | 35 pies t (10.66 m)    | 60 pies (18.28 m)       | 11 pulgadas (27.94 cm)            |
| 14 y menores | 40 pies (12.19 m)      | 60 pies (18.28 m)       | 12 pulgadas (30.48 cm)            |
| 16 y menores | 40 pies (12.19 m)      | 60 pies (18.28 m)       | 12 pulgadas (30.48 cm)            |

Mantenga en mente que estos son solo sugerencias y no una cosa que debe ser seguida. Usted quizás encuentre que una distancia de lanzamiento más corta, que las listadas para bases, resulta mejor para el grupo de edad con el cual usted está trabajando, eso está bien. No tema de hacer algo diferente en relación a las distancias.

☞ USE UNA ESTRUCTURA DE MENOS TIEMPO - Un juego de softbol reglamentario dura siete entradas, pero eso es mucho para un niño de 8 o 10 años de edad. Entonces use un período de tiempo más corto para niños. En vez de siete entradas trate de permitir a cada uno, en cada equipo batear una vez y luego finalizar el juego. O, solo juegue tres entradas. Debe saber que los niños tienen un promedio de periodo de atención menor que los adultos, entonces recortar la duración del juego, puede ayudar a los niños con el promedio de período de atención.

☞ USE LAS VERSIONES MÁS FÁCILES EN LA REGULACIÓN DE JUEGO - Cuando los niños aprendan el juego de softbol, sus técnicas aun no serán suficientemente desarrolladas para jugar una versión reglamentaria, jugada en los Olímpicos. Entonces, en vez de que cada uno se sienta frustrado tratando de lanzar una bola al receptor, batear una bola de un lanzador, fildear una bola que ha sido golpeada por un bateador y tirar a un corredor que está yendo

a primera base, use este manual que le ofrece diferentes tipos de versiones de “Conducir Juegos” de softbol, que le ayudará a sus jugadores a “conducir” un juego reglamentario en forma divertida, para que sus niños jóvenes aprendan este gran juego de SOFTBOL!!!!

---

## EJEMPLOS DE LECCIONES DE TÉCNICAS

Lo que sigue son lecciones para ayudarle a enseñar a sus estudiantes, las diferentes técnicas de softbol. Usted también encontrará muchas variedades de “Conducir Juegos” – esas versiones de softbol que involucran lanzar (pitching), bateo, recepción (catching) y correr, de una manera que ha sido alterada, para hacer para que los niños aprendan el juego de forma más fácil y divertida.

La mejor forma para usar estas diferentes lecciones sería escoger una o dos técnicas diferentes y conducir el juego para tratar y enseñar cada vez que usted se encuentre con los estudiantes. Hacer esto podría tomar acerca de una hora, entonces si tiene más tiempo, usted podría usar más lecciones y si tienes menos tiempo, usted podría eliminar unas cuantas, para permitir un tiempo de enseñanza más corto.

La clave para que sus estudiantes aprendan softbol es que ellos sientan **DIVERSIÓN** en el proceso. No es importante que ellos ejecuten todas las técnicas correctamente o jueguen de una vez el juego en versión de nivel élite. Es importante que ellos disfruten aprendiendo las técnicas y esperando regresar para aprender más.

Abajo hay lecciones de técnicas que le ayudarán a trabajar sobre las diferentes técnicas de softbol. Usted notará que todas las técnicas del softbol no están listadas, porque batear es mejor practicado durante la “Conducción de Juegos” y usualmente toma una cantidad de material y espacio extra para practicar individualmente esta técnica. Estas son dos cosas con las que usualmente los profesores no cuentan.

*Varias de estas Lecciones de Técnicas y Conducción de Juegos fueron tomadas del programa del Softbol de Canadá “Aprenda a Jugar”. Este es un excelente programa del cual usted puede aprender más visitando la website del Softbol de Canadá:*  
<http://www.softball.ca/softballincanada/news.aspx>

---

## TÉCNICAS Y LECCIONES

### **Corriendo Bases-Running bases**

- Gimme 5
- 4,3,2,1

### **Bateo - Hitting**

- Abanicadas secas

### **Lanzamiento - Pitching**

- Camine y Lance (sin una bola)
- Camine y Lance (con una bola)
- Lanzamiento con bola grande
- Alto, Bajo

### **Tirando y Receptando “Catching”**

- Poder de la bola
- Bola al Cielo
- Alcance al Entrenador
- Deletree su nombre
- Pie grande
- Cuadrangular - Jonron
- 15 Arriba
- Papa caliente
- Gol

### **Conduciendo Juegos**

- Orientación en el Diamante
- Scrub
- Dizzy Izzy
- Skip Ball
- Base lejana
- Bola en el Tobo - Bucket Ball -
- Congele al Corredor
- 10 Minutos de Softbol
- bola pequeña
- Field 3
- Semi Círculo de Softboll
- RoadRunner

## NOTE:

Dentro de algunas de estas Lecciones de Técnicas usted verá que una pieza de equipo mencionada, no está listada en la sección de “EQUIPO” de este manual. “Esa pieza es una T de Bateo. Esta no es mencionada como EQUIPO porque es un aparato de entrenamiento y NO algo que es usado durante un juego de softbol reglamentario. Una T de bateo es una pieza de plástico o goma dura que se coloca en frente del plato de home. Una bola es ubicada sobre la T para hacer más fácil golpear, ya que esta pieza está fija allí y no se mueve hacia ellos, como podría ser si estuviese siendo lanzada. Esto ayuda en el proceso de aprendizaje para jugadores jóvenes. Abajo puede ver un dibujo de un niño bateando desde una T de bateo.



## CORRIENDO BASES – RUNNING BASES

### ACTIVIDAD 1 - GIMME 5

**TÉCNICAS:** Corriendo hacia 1ra. Base (1B), desarrollo de velocidad

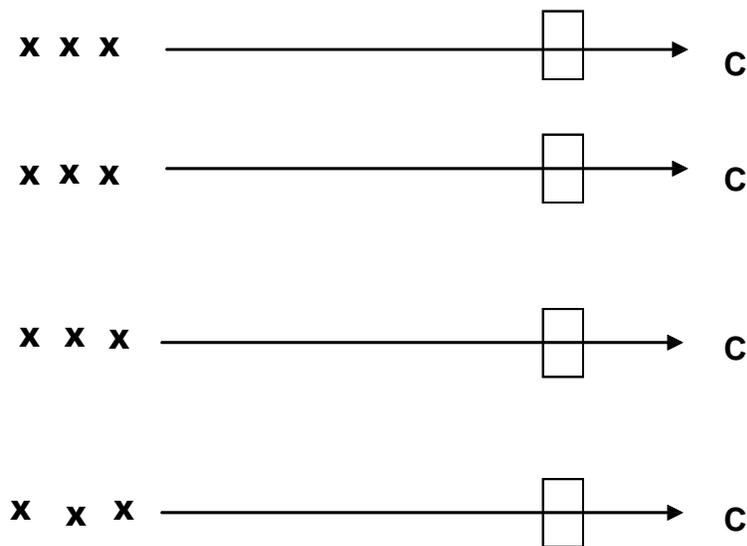
**EQUIPO:** 4 bases

**ORGANIZACIÓN:** Poner las bases 30' – 40' de distancia de los jugadores.

Formar 4 grupos de 3

#### ACTIVIDAD:

- jugadores (**X**) en turno, da un batazo a una bola imaginaria,
- después de abanicar, los jugadores tiran el bate y corren tan rápido como sea posible pasando su base, da al entrenador (**C**) un “5 de altura”
- Los jugadores después regresan a la base como si corrieran a 2da. Base (2B), tocar la base.
- Después de retocar la base los jugadores gritan “LUZ VERDE” al siguiente jugador en alineación, señalando que tiene que salir
- Asegúrese de que los jugadores corran a bastante velocidad hacia la bolsa, bajando la velocidad después de tocarla.



**ACTIVIDAD 2****3, 2, 1** (5 minutos)**TÉCNICAS**

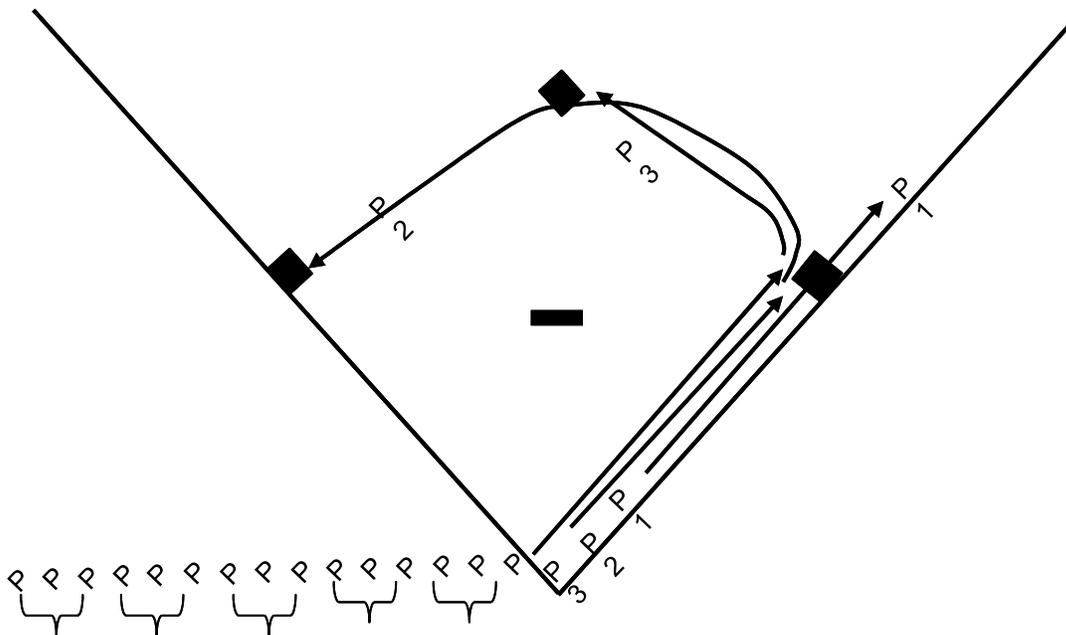
Corriendo hacia 1ra. Base (1B), desarrollar velocidad

**EQUIPO****4 bases****ORGANIZACIÓN**

Poner las 4 bases en la distancia correcta y separar a sus jugadores en grupos de 3

**ACTIVIDAD**

- un grupo (de 3) irá a la misma vez.
- Cada jugador en el grupo de 3 es numerado; el jugador de 1ª. Base es el #3, el jugador de 2da base es el #2 y el último jugador es el #1.
- Todo el grupo de 3 comienza a correr al mismo tiempo
- Cada jugador corre a la base correspondiente a su número – por consiguiente, jugador #3 corre a 3ra base, jugador #2 corre a 2da base y el jugador #1 corre a 1ra base.
- Después de que un grupo ha finalizado, los jugadores dejan las bases y se continúa con el próximo grupo
- Después de que cada grupo hace esto una vez, los jugadores deben tomar otra posición en el grupo, entonces correrán a otra base
- Haga cada actividad con cada grupo tres veces, entonces así cada jugador podrá correr a cada base.



## **TIRANDO Y AGARRANDO (“CATCHING”)**

**ACTIVIDAD 1** - **PODER DE LA BOLA** (5 minutos)

**TÉCNICAS** Tirando, cogiendo - atrapando (catching), cooperación

**EQUIPO** 1 bola por cada dos jugadores

**ORGANIZACIÓN** se alinean los jugadores con un adulto asignado por cada dos jugadores, a una distancia segura entre cada jugador.

### **ACTIVIDAD**

- enseñe los pasos para apropiadas técnicas de tiro
- los jugadores comenzarán sin bola y practicarán el movimiento de tirar
- Después cambiarán, para tirar una bola a un adulto.

**ACTIVIDAD 2** **BOLA AL CIELO** (10 minutos)

**TÉCNICAS** uso apropiado de un guante y posición cuando recibe bola en el aire (fly balls).

**EQUIPO** 1 bola y un guante por cada jugador

**ORGANIZACIÓN** 1 adulto por cada dos jugadores

**ACTIVIDAD** \* los jugadores practicarán recibiendo bolas altas tiradas por un adulto.

- vea si los jugadores pueden agarrar todas las veces los tiros altos.
- Una vez que los jugadores hayan tratado esta actividad por un rato, entonces trate de tirar la bola un poquito más lejos desde cada jugador para ayudarles a practicar el movimiento de encontrar la bola por debajo.

**ACTIVIDAD 3**                      **ALCANZAR AL ENTRENADOR** (10 minutos)

**TÉCNICAS**                              Uso apropiado del guante y posición para fildear bolas al suelo (ground balls)

**EQUIPO**                                1 bola por cada jugador

**ORGANIZACIÓN**                      1 adulto por cada dos jugadores. Cada grupo dibuja una Serie de líneas paralelas separadas (de 1.52m a 3.04m).

**ACTIVIDAD**

- Cada par de jugadores empezará en la línea que se encuentra más lejos del entrenador. El objetivo es alcanzar al entrenador en el menor número de tiros.
- una bola al suelo (ground ball) tirada a cada jugador en turno, si el jugador agarra la bola, debe avanzar a la siguiente línea.
- El primer jugador que alcanza al entrenador gana
- Usted también puede hacer estos ejercicios con bolas al aire (fly balls).

**ACTIVIDAD 4**                      **PIE GRANDE** (10 minutos)

**TÉCNICAS**                              Tirando y Cogiendo - Atrapando (catching)

**EQUIPO**                                1 bola por cada dos jugadores

**ORGANIZACIÓN**                      los compañeros comienzan en las líneas, enfrentados uno al otro, aproximadamente a 10 pies (3.04m) de separación. Un adulto por cada dos jugadores.

**ACTIVIDAD**

- Los jugadores se tiran uno al otro o/a los tiradores adultos si el nivel de técnicas es demasiado bajo para tiros precisos.
- Cada vez que un jugador agarra una bola, debe dar un paso agigantado hacia atrás.
- La pareja de jugadores que se encuentra más lejos, que todavía puede agarrar la bola, alcanza el premio PIE GRANDE.

**ACTIVIDAD 5****CUADRANGULAR (Jonron)** (10 minutos)**TÉCNICAS**

Tirando con precisión

**EQUIPO**

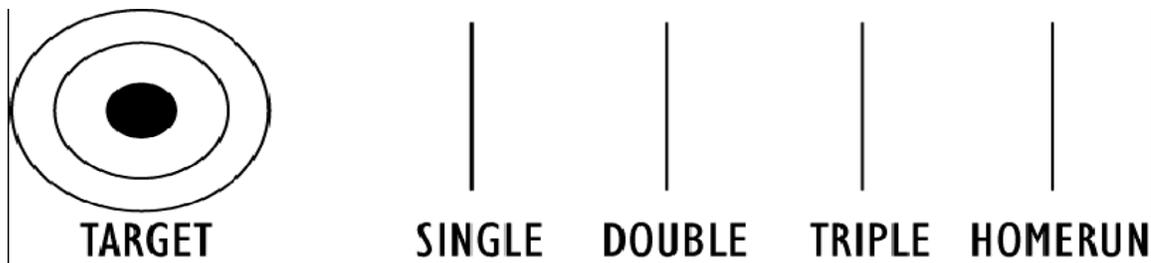
2 blancos y cuatro bolas

**ORGANIZACIÓN**

4 grupos de 3 jugadores, con dos grupos de 3 en cada blanco. Los blancos están colgados sobre cualquier valla o pared. Marque 4 líneas a varias distancias del blanco. Las distancias pueden ser de acuerdo al nivel de técnicas del grupo. Un éxito grande es lo que tendrás después.

**ACTIVIDAD**

- los jugadores escogen la distancia en que ellos tirarán con el fin de golpear el blanco, los puntos de calificación son como siguen: sencillo = 1 punto; doble = 2 puntos; triple = 3 puntos; cuadrangular o jonrón = 4 puntos.
- el objetivo puede ser, ver si cada jugador puede alcanzar más puntos en cada tiro consecutivo o puede hacerse competitivo con otros grupos, totalizando los puntos por cada grupo.

**ACTIVIDAD 6****DELETREE SU NOMBRE** (10 minutos)**TÉCNICAS**

Tirando y cogiendo - atrapando (catching)

**EQUIPO**

1 bola por cada dos jugadores

**ORGANIZACIÓN**

Los compañeros deben ser seleccionados por técnica y separados de acuerdo al espacio – Mejor jugador - más lejos.

**ACTIVIDAD**

- Los compañeros deben tirar la bola - atrás y delante - con la mano por arriba
- Ellos toman una letra de su nombre cada vez que agarran una bola
- Cuando completen su nombre, se mueven hacia atrás dando dos pasos agigantados.
- Continúe el proceso hasta completar el tiempo límite o pare si el porcentaje de éxito es bajo.
- NOTA: Un adulto puede ser el tirador si el nivel de técnica es demasiado bajo.

**ACTIVIDAD 7****15 ARRIBA** (5 minutos)**TÉCNICAS**

Tirando y Cogiendo - Atrapando (catching)

**EQUIPO**

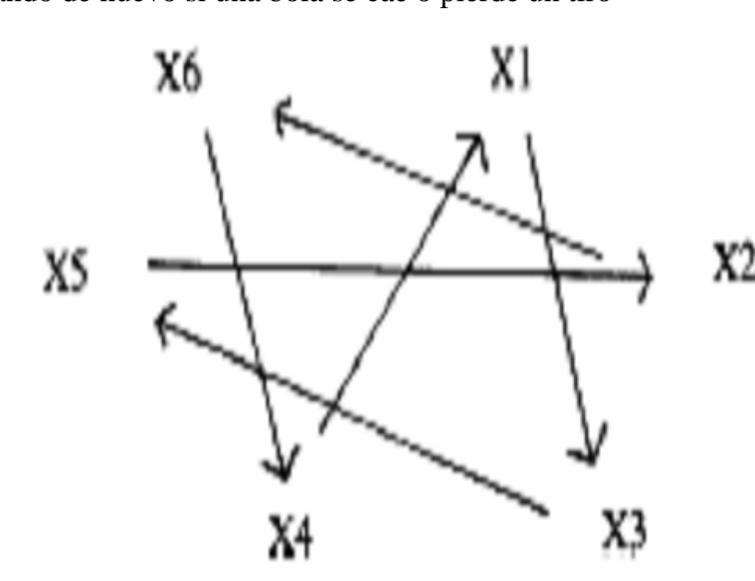
2 bolas

**ORGANIZACIÓN**

**2 equipos de 6 jugadores en cada grupo.** Cada grupo juega separadamente. Los jugadores permanecen en círculos grandes. Asegúrese que los equipos estén espaciados, para que los jugadores no sean golpeados por bolas perdidas por el otro equipo.

**ACTIVIDAD**

- Los jugadores tratan de completar 15 cogidas consecutivas tirando cruzadamente entre ellos a otro compañero.
- Vea cuál equipo puede completar primero 15 cogidas.
- Para establecer un patrón, tire cada vez al mismo jugador
- NOTA: El número de tiros puede ser ajustado. Puede ser hecho más desafiante, empezando de nuevo si una bola se cae o pierde un tiro



## ACTIVIDAD 8

## PAPA CALIENTE (5 minutos)

### TÉCNICAS

Pasar bolas de un jugador a otro, tirando y recibiendo

### EQUIPO

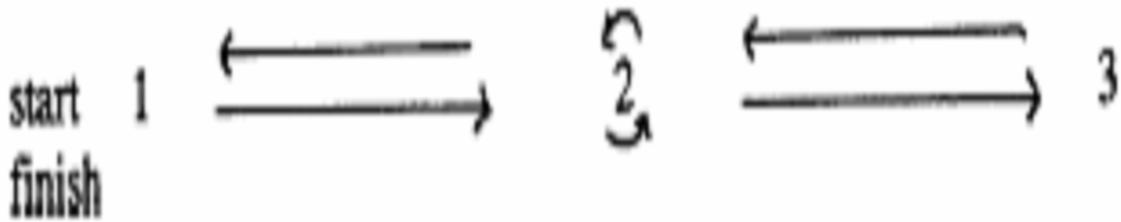
1 bola por cada tres jugadores

### ORGANIZACIÓN

**4 equipos de 3 jugadores alineados como se demuestra en el gráfico abajo**

### ACTIVIDAD

- en grupos de 3, la bola se pasa desde el 1 al 2, al 3 y viceversa
- primero vaya despacio para concentrarse en el turno oportuno del jugador 2, en el centro.
- Rote los jugadores en todas las tres posiciones, así cada uno tendrá la experiencia como jugador relevo en el centro.



## ACTIVIDAD 9

## GOL (10 minutos)

### TÉCNICAS

fildeando bolas al piso (ground balls)

### EQUIPO

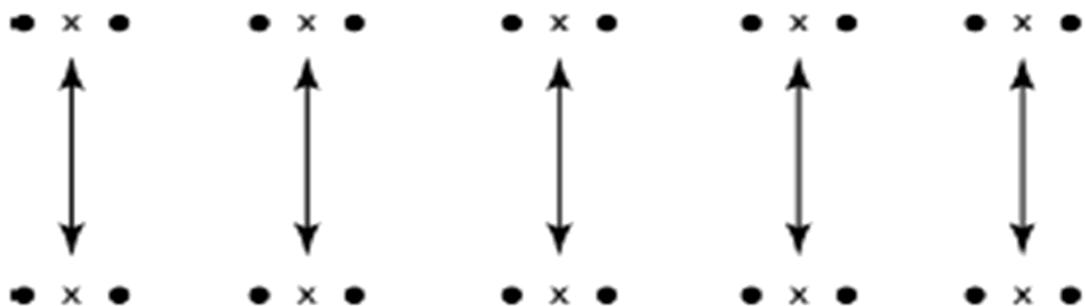
1 bola por cada dos jugadores

### ORGANIZACIÓN

**marque un área de "gol" para cada jugador con un compañero oponente. La distancia depende del nivel de técnica (hasta 10 pies – 3.04m – de separación)**

### ACTIVIDAD

- cada jugador trata de anotar un gol tirando una bola baja (ground ball) a su compañero a través de los postes marcados para gol.
- Anote un punto por cada gol
- Cambie ocasionalmente los compañeros



## **LANZAMIENTO – “PITCHING”**

### **ACTIVIDAD 1**

### **CAMINAR Y LANZAR – SIN LA BOLA** (10 minutos)

#### **TÉCNICAS**

aprendiendo el movimiento del lanzador

#### **EQUIPO**

no se necesita equipo

#### **ORGANIZACIÓN**

todos los jugadores tratarán esta actividad al mismo tiempo. Ponga a sus jugadores en una fila larga en frente a usted, o si hay demasiados jugadores, entonces divida el grupo en dos filas en frente a usted y cada fila por lo menos con 10pies (3.04m) de distancia entre ellas.

#### **ACTIVIDAD**

- Todos los jugadores actúan como si tuviesen una bola en la mano que podrían usar para tirar
- Cuando usted diga “Comenzar”, cada jugador da un paso con el pie opuesto a la mano lanzadora, mientras hace un círculo con la bola imaginaria.
- Ayude a sus jugadores a pensar –“tome un paso y haga un círculo con su mano”
- Ayudará a algunos jugadores si tratan de imaginar que están dejando salir la bola, al mismo tiempo que su pie toca el terreno
- NOTA: El círculo comienza con la mano yendo hacia delante (en frente de ellos) y finalizando atrás de ellos – permaneciendo todo, sobre el mismo lado de su cuerpo).

### **ACTIVIDAD 2**

### **CAMINE Y LANCE – CON LA BOLA** (10 minutos)

#### **TÉCNICAS**

aprendiendo el movimiento del lanzador

#### **EQUIPO**

todos los jugadores tienen una bola (si es posible)

#### **ORGANIZACIÓN**

todos los jugadores tratarán esta actividad al mismo tiempo. Ponga a sus jugadores en una fila larga en frente a usted, o si hay demasiados jugadores, entonces divida el grupo en dos filas en frente a usted y cada fila por lo menos con 10pies (3.04m) de distancia entre ellas.

#### **ACTIVIDAD**

- Todos los jugadores tienen una bola en la mano, que usarán para tirar
- Cuando usted diga “Comenzar”, cada jugador da un paso con el pie opuesto a la mano lanzadora, mientras hace un círculo con la bola y la lanza a la pared o valla.
- Ayude a sus jugadores a pensar en –“tomar un paso y hacer un círculo con su mano”.
- Ayudará a algunos jugadores si tratan de imaginar que están dejando salir la bola, al mismo tiempo que su pie toca el terreno
- NOTA: asegúrese de que sus jugadores no lancen la bola, hasta que no haya nadie en frente de ellos.



## **CONDUCIENDO JUEGOS**

### **ACTIVIDAD 1**

### **ORIENTACIÓN EN EL DIAMANTE (5 minutos)**

#### **TÉCNICAS**

familiarizándose con el plano de un campo o diamante de softbol y con algunas palabras o términos de softbol

#### **EQUIPO**

las 4 bases estipuladas para un juego reglamentario

#### **ORGANIZACIÓN**

ponga a un adulto encargado de 2 jugadores. Asegúrese de que los jugadores conozcan el nombre de sus compañeros y del adulto que está encargado de su grupo, así como también, el nombre de los entrenadores.

#### **ACTIVIDAD**

- familiarice a los jugadores con el plano del diamante y con algunos de los simples términos de softbol
- Comience con los jugadores en el plato de home haciéndolos familiar con el nombre (home) y que ahí es donde el bateador se para a batear la bola.
- Deje que los jugadores se imaginen que batean y corren a 1ra base, entonces corren a 2da base, luego a 3ra base y finalmente corren toda la vía alrededor de las bases hasta Home.
- Los Jugadores entonces regresan a la base como si corrieran a 2b, tocar base.

## ACTIVIDAD 2

**ANULANDO** (20 minutos)

### TÉCNICAS

todas las técnicas del softbol

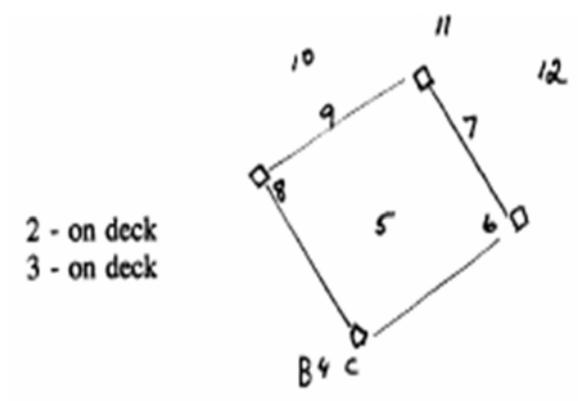
### EQUIPO

bates, bolas, equipo de receptores (catcher) y todas las 4 bases

**ORGANIZACIÓN** 12 jugadores – 9 en el terreno de juego en la defensa. Cada posición es nombrada como se demuestra abajo:

### ACTIVIDAD

- un bateador batea cada vez, de un lanzador adulto, con un receptor con su vestimenta, en posición
- Use las reglas del softbol reglamentarias con las siguientes modificaciones:
  - cuando un bateador es puesto fuera, todos los jugadores rotan una posición con el Bateador (#1) yendo al jardín derecho (#12), el jardinero derecho yendo al jardín central (#11), el jardinero central yendo al jardín izquierdo (#10), y el jardinero izquierdo yendo a Torpedero o jardinero corto (#9), el jardinero corto yendo a 3ra base (#8), el 3ra base yendo a 2da base (#7), segunda base yendo a 1ra base (#6) y el 1ra base yendo a la posición de lanzador (#5), el Lanzador yendo a Receptor (#4), el Receptor yendo a turno al bate (#2) y el turno al bate ir al bate (#1)
- Si después de que el 3er bateador batea la bola y los otros 2 jugadores están en base todavía, entonces el corredor que aventaja va a home pero no anota carreras.
- NO ES DADA BASE POR BOLA (permita 3-6 strikes dependiendo del nivel técnico).
- Si el nivel de bateo es muy bajo, permita un máximo de 6 bolas lanzadas y haga que el jugador vaya a 1ra base aunque no haya golpeado la bola (hasta que 3 bolas hayan sido abanicadas).
- Si un fielder agarra una bola al aire, ese jugador intercambia con el bateador.
- Un máximo de 2 veces bateando por cada jugador, si el jugador no es puesto fuera después de dos veces al bate, de todas maneras cámbielo.



### ACTIVIDAD 3

### DIZZY IZZY (10 minutos)

#### TÉCNICAS

bateando, fildeando, agarrando y tirando

#### EQUIPO

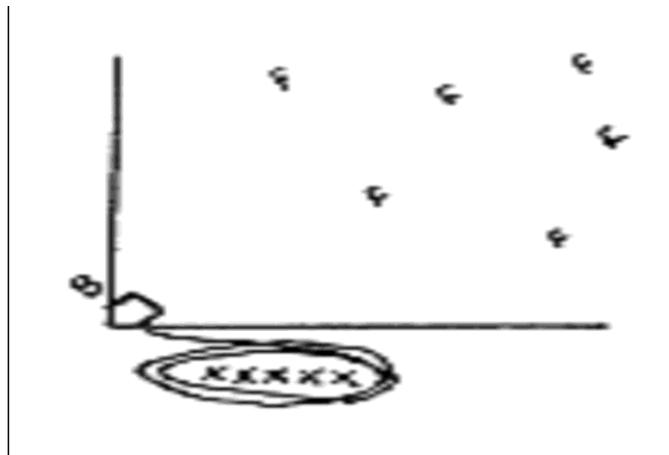
1 bate y 1 bola

#### ORGANIZACIÓN

2 equipos de 6; un equipo en la defensiva y otro en la ofensiva.

#### ACTIVIDAD

- un bateador batea cada vez de un T-bate o de un lanzador adulto.
- después de batear la bola, el jugador corre alrededor y alrededor de SU PROPIO EQUIPO, el cual es alineado en una corta, pero segura distancia, lejos del plato de home.
- Cada vuelta que el equipo ofensivo haga alrededor de su propio equipo, antes de que la bola vaya al plato de home, anota una carrera. La cuenta deberá decirse en voz alta, cuando el bateador circule alrededor de sus compañeros de equipo.
- El equipo defensivo DEBE tirar la bola a todos los 6 jugadores de su equipo, antes de tirar la bola al plato de home. Ellos pueden igualmente tirar o correr la bola a cada uno de los seis jugadores defensivos.
- Cuando la bola encuentra el plato de home la defensa grita PARE y el número de vueltas alrededor del equipo ofensivo en ese momento, es el total de carreras de la ofensiva.
- Cambie la ofensiva y la defensa cuando cada uno de todos sus 6 jugadores haya tenido oportunidad de batear.



#### **ACTIVIDAD 4**

#### **BOLA BRINCADA (25 minutos)**

##### **TÉCNICAS**

batear, fildear, receptar, tirar, brincar para un rápido desarrollo de los pies.

##### **EQUIPO**

1 bate, 1 bola, plato de home, 1 base, casco de bateador y vestimenta de receptor.

##### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo sobre la defensa y uno sobre la ofensa. 1ra base es ubicado a una distancia del plato de home de acuerdo al nivel de técnicas de sus jugadores – usualmente entre 30-55 pies (9.14 m – 16.76m).

##### **ACTIVIDAD**

- un bateador batea cada vez de un T-bate o de un lanzador adulto.
- después de batear la bola, el jugador corre alrededor de la 1ra base y **BRINCA** alrededor de esta por 5 veces, entonces corre a home.
- El equipo fildeador regresa la bola y hace 8 tiros antes de correr o tirar la bola a home.
- El equipo fildeador **DEBE** tirar la bola a todos los 6 jugadores y no puede hacer tiros consecutivos al mismo jugador
- Una **CARRERA** se anota si el bateador toca el plato de home antes de que la bola llegue allí
- Todos los 6 jugadores batean antes de que cambie a defensa
- **NOTA:** el número de tiros y brincos pueden ser ajustados para hacer la competencia más cercana si es necesario.

#### **ACTIVIDAD 5**

#### **CORRECAMINOS (20 minutos)**

##### **TÉCNICAS**

bateando de un T-bate, tirando, receptando, corriendo bases, cooperación y trabajo de equipo.

##### **EQUIPO**

1 bate, 1 bola, plato de home, 1 casco de bateador y un T bate.

##### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo en la ofensa (los correccaminos) y otro en la defensa (los Coyotes). Los coyotes tienen un receptor en el plato de home y los otros 5 jugadores defensivos están distribuidos alrededor del campo, en donde ellos creen que necesitarán estar para hacer la jugada.

##### **ACTIVIDAD**

- El correccaminos golpea la bola de un T-bate y corre alrededor de todas las bases antes de que los Coyotes puedan enviar la bola de regreso al receptor en el plato de home.
- Si la bola es agarrada en el aire el bateador es **OUT**
- Los fildeadores no pueden correr con la bola, esta debe ser tirada a home
- Contar cuantas bases el bateador/correccaminos toca antes de que la bola llegue al receptor en home. Cada base tocada es un punto
- Todos los 6 bateadores batean o 3 outs, cualquiera sea primero, y entonces cambiar el equipo.

## **ACTIVIDAD 6**

## **SEMI CÍRCULO - SOFTBOL (20 minutos)**

### **TÉCNICAS**

tirar, cogiendo - atrapando (catching), cooperación y trabajo de equipo

### **EQUIPO**

1 bola, 4 bases y marcadores /conos

### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo en la defensiva y otro en la ofensiva.

### **ACTIVIDAD**

- Haga un semi-círculo con marcadores o conos aproximadamente en el eje del campo (cerca de 21.3 mts o 70 pies desde el plato de home)
- El equipo defensivo tiene un jugador en home y el resto de los 5 jugadores en sus posiciones alrededor del campo, a una misma distancia aproximada.
- Ambos marcadores y jugadores pueden ser ajustados de acuerdo al nivel de técnica y tamaño
- El equipo ofensivo trata de tirar la bola sobre o a través de los marcadores y entonces corren hacia 1ra. Base
- El jugador ofensivo recibe 1 punto si la bola va a través de los marcadores o 2 puntos si la bola va sobre los marcadores
- No se conceden puntos si la bola es cogida o parada en los marcadores
- La defensa tira la bola a home tan rápido como sea posible
- Cambie de lados después de que cada jugador de la ofensiva tire la bola
- El equipo con más puntos después de que termine el límite del tiempo gana.

## **ACTIVIDAD 7**

## **BALDE/CUBO o BOLSA PARA BOLA (25 minutos)**

### **TÉCNICAS**

tirando, fildeando, corriendo bases, cooperación y trabajo de equipo.

### **EQUIPO**

2 bolas, 4 bases, 1 caso de bateador, 1 balde/cubo o bolsa.

### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo en la defensa y uno en la ofensiva. El equipo defensivo tiene un receptor en el plato de home con los otros 5 jugadores esparcidos en el campo. El balde/cubo o bolsa es ubicado en el plato de home. El equipo ofensivo tiene un jugador para TIRAR la bola desde el plato de home y el otro jugador ofensivo espera su turno a una distancia aparte y segura

### **ACTIVIDAD**

- El "bateador" de la ofensiva tira dos bolas fuera, en orden rápido y entonces corre alrededor de las bases, tratando de llegar a home antes de que el equipo fildeador ponga ambas bolas en el balde/cubo o bolsa.
- Si la bola es cogida en el aire por la defensa, entonces el bateador es OUT
- Los fildeadores no pueden correr con la bola, esta debe ser tirada a home. Releve la bola si es necesario y recuerde a los jugadores de asegurarse, que el receptor siempre esté buscando coger ambas bolas y ponerlas dentro del balde/cubo o bolsa.

## **ACTIVIDAD 8**

**10 MINUTOS DE SOFTBOL** (20 minutos en total, 10 por equipo al bate)

### **TÉCNICAS**

tirando, fildeando, cogiendo - atrapando (catching), bateando, corriendo y abriéndose paso.

### **EQUIPO**

1 bate, 1 bola, 4 bases, cascos de bateador y equipo de receptor

### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo en la defensiva y otro en la ofensiva. El equipo defensivo tiene un receptor, un 1ra base y otros 4 jugadores en posiciones en donde la ofensa probablemente bateará la bola. Fijar las bases en el diamante para un juego regular.

### **ACTIVIDAD**

- Un bateador cada vez bate de un T-bate o de un lanzador adulto. Cada equipo tendrá 10 minutos cada uno para anotar tantas carreras como sea posible.
- Los jugadores deben abrirse paso cuando ellos cambian de ofensa a defensa, con el fin de encontrar el máximo de números al bate en su tiempo.
- Anotar 1 punto por cada base tocada
- El equipo fildeador tiene un out por cualquier bola agarrada en el aire, o si ellos ponen out a un corredor en una base.
- Después de 3 outs se limpian cualquier corredor de las bases, pero el equipo ofensivo permanece en el bate hasta que terminan sus 10 minutos.
- NOTA: usted podrá tener que jugar en el campo para ayudar directamente el juego. Los jugadores en la defensa deberán ser circulados alrededor, para darles una oportunidad de jugar todas las posiciones.
- El equipo con más puntos después de sus 10 minutos gana.

## **ACTIVIDAD 9**

## **CONGELE AL CORREDOR (20 minutos)**

### **TÉCNICAS**

tirando, cogiendo - atrapando (catching), bateando, corriendo bases, cooperación y trabajo de equipo

### **EQUIPO**

2 bates, 1 bola, 4 bases, 4 cascos de bateador.

### **ORGANIZACIÓN**

2 equipos de 6; un equipo en la defensa y uno en la ofensa.

### **ACTIVIDAD**

- El bateador de la ofensiva **TIRA** la bola al área de juego y corre alrededor de las bases hasta que es gritado **CONGELADO – CONGELADO** puede ser gritado más de una vez en las edades jóvenes.
- El equipo defensivo fildea la bola **TIRADA** y entonces la tira; entonces **CADA** jugador agarra la bola – el último jugador en agarrar la bola grita **CONGELADO**.
- Anotar puntos contando el número de bases tocadas
- Si el corredor está entre las bases cuando se grita **CONGELADO** entonces se cuenta la última base tocada
- Después de que cada uno ha tenido un turno **TIRANDO** la bola en la ofensiva, cambie y deje que la ofensiva juegue en la defensa y la defensa esté en la ofensiva.
- Mantenga el total de bases tocadas por cada equipo para ver quien gana
- **NOTA:** los jugadores en la defensiva probablemente necesitarán ayuda de los adultos para hacer que todos corran, después de que todos lo hagan una vez y sepan a donde tirar el próximo. Falta de técnica de recepción significará que se está haciendo muy poca recepción, pero que por lo menos cada jugador alcanzará a tocar y a tirar la bola.

**ACTIVIDAD 10**                      **BOLA PEQUEÑA** (25 minutos)    **NOTA:** esto es similar a 10 minutos de softbol

**TÉCNICAS**                              todas las técnicas de softbol

**EQUIPO**                                bates, bolas, vestimenta de recepción (catcher) y todas las 4 bases.

**ORGANIZACIÓN**                      divida a los jugadores en 3 equipos de 4

**ACTIVIDAD**

- Un equipo por vez estará en la ofensa mientras los otros 2 equipos en la defensa. Cada equipo bateará por 7 minutos no importando si tienen 3 o más outs.
- Puede usar a un lanzador adulto o permitir a los jugadores golpear la bola de una T-bate.
- Equipo 1 comenzar en la Ofensa – equipos 2 y 3 en la defensa
- Equipo 2 en la Ofensa – equipos 1 y 3 en la Defensa
- Equipo 3 en la Ofensa – equipos 1 y 2 en la Defensa
- Mantener las anotaciones y outs como en un juego de softbol regular
- Gana el equipo que anota más carreras mientras está en la ofensa.

**ACTIVIDAD 11**                      **CAMPO 3** (20 minutos)

**TÉCNICAS**                              bateo, fildeando, cogiendo - atrapando (catching), tirando.

**EQUIPO**                                2 bates, 2 bolas, 2 conjuntos de equipo de recepción (si es disponible) y conjuntos de todas las 4 bases.

**ORGANIZACIÓN**                      2 equipos de 6; 1 bateador, 1 receptor, el resto son fildeadores. 2 áreas separadas de actividades son establecidas, a una distancia segura de separación. 1 lanzador adulto en cada área por cada grupo de 6. Fijar las bases en cada área.

**ACTIVIDAD**

- 1 bateador a la vez batea de un lanzador adulto, con un receptor con su vestimenta.
- Cuando el fildeador ha fildeado 3 bolas al piso (ground ball) exitosamente, o ha agarrado 1 bola al aire (fly ball), ese fildeador se convierte en bateador.
- Los jugadores rotan posiciones en la defensa
- Asegúrese que todos los jugadores tengan una oportunidad de batear y recibir.

## **ACTIVIDAD 12**

## **BASE LEJANA (25 minutos)**

### **TÉCNICAS**

todas las técnicas de softbol

### **EQUIPO**

1 bate, 1 bola, 1 base, equipo de receptor (catcher), cascos de bateador, plato de home y un T-bate

### **ORGANIZACIÓN**

fije una base directamente desde el plato de home donde usualmente podría estar 1ra base. 2 equipos; un equipo en la defensa con un receptor y el otro equipo en la ofensa.

### **ACTIVIDAD**

- Los miembros del equipo al bate toman el turno para batear. Una bola fair es cualquier bola golpeada al frente del plato de home
- En un batazo fair, el bateador corre a la base más lejana. Puede igualmente permanecer allí o regresar inmediatamente a home. Cuando el siguiente bateador batea, no se requiere que el primer corredor deje la base más lejana.
- Tantos jugadores como desee pueden ocupar la base más lejana al mismo tiempo y puede regresar a home en cualquier orden, o igualmente todos al mismo tiempo.
- Un corredor puede ser puesto out solo cuando sea golpeado con la bola
- Un bateador es out con 2 strikes o si una bola es agarrada en el aire
- 3 bolas (si son lanzadas) o 3 pérdidas usando el T-bate, permite que el bateador avance a la base más lejana.
- Cada equipo batea hasta que todos los jugadores hayan tenido un turno al bate, entonces el otro equipo batea. El juego puede continuar por tantas entradas como lo desee el entrenador o el profesor.

## TÉRMINOS DE SOFTBOL

**Asistencias – assist** - Para las estadísticas de la defensiva se acredita a cada fielder que tira o desvía una bola bateada o tirada en tal forma que provoca un out, o que puede tener un subsecuente error por cualquier fielder.

**Banco – dugout** – el área casi cerrada al lado del campo de juego en donde los jugadores se sientan cuando no están activamente involucrados en el juego.

**Base** – es uno de los cuatro puntos en el infield que deben ser tocados por un corredor con el fin de anotar una carrera. También se aplica a la goma o bolsa que comprende la primera, segunda y tercera base, así como también el plástico duro o plato de goma conocida como plato de home.

**Bases Cargadas – bases loaded** - se refiere al equipo ofensivo cuando tiene corredores en primera, segunda y tercera base.

**Base por Bolas (BB) y Base por Bola Intencional – “walk”** – el otorgamiento de la primera base a un bateador, que durante su tiempo al bate, recibe cuatro lanzamientos fuera de la zona de strike; los lanzadores pueden también otorgar una base intencional sin tirar esos cuatro lanzamientos, caso el cual el árbitro debe ser notificado y el árbitro inmediatamente caminará al bateador a primera base.

**Base Robada - steal** – un corredor de base que exitosamente avanza de una base a la siguiente durante un lanzamiento que no es bateado.

**Batazo de Línea – line drive** – una bola bateada potentemente en línea recta, mas o menos paralela al piso.

**Bate Alterado - altered bat** - cuando la estructura física de un bate de softbol legal ha sido cambiada.

**Bateador – batter o “hitter”** - un jugador ofensivo que toma su posición en el cajón de bateador para tratar de batear el lanzamiento.

**Bateador Designado (DH) designated hitter** – un jugador que batea en lugar de un compañero designado en el turno al bate.

**Bateador Emergente - pinch hitter** – Un bateador que batea en el lugar de un compañero.

**Bateo - Hit** – bateos limpios que la defensa no pudo contener. Cuando un bateador alcanza primera base (o cualquier base sucesiva) sobre una fair ball la cual cae al campo o toca una valla antes de ser tocada por un fielder, o la cual va limpia a una valla; cuando un fielder alcanza la primera base seguro sobre una bola bateada fair con tanta fuerza, o

despacio, que cualquier intento del fielder a hacer un juego con esta no tiene oportunidad de hacerlo; cuando un bateador alcanza primera base seguro en una fair ball la cual hace un rebote inusual, entonces ese fielder no puede manejarla con esfuerzo ordinario, o la cual toca la goma del lanzador sobre cualquier base (incluyendo el plato de home) antes de ser tocada por un fielder y rebota, entonces un fielder no puede manejarla con esfuerzo; cuando un bateador alcanza primera base seguro en una fair ball, la cual no ha sido tocada por un fielder y la cual está en territorio fair, cuanto esta alcanza el outfield a menos que a juicio del anotador, esta pudo haber sido manejada con esfuerzo; cuando una bola fair que no ha sido tocada por un jugador toca a un árbitro, cuando una fair ball no ha sido tocada por un fielder y tocada a un corredor o a un árbitro, cuando un fielder no tiene éxito en los intentos de poner fuera a un corredor precedente, y a juicio del anotador el bateador no pudo poner fuera al primera base con esfuerzo ordinario.

**Bateo de sacrificio -- sacrifice hit** – una estadística de la ofensiva, un toque de sacrificio es anotado cuando: Antes de que dos estén fuera, el bateador avanza a uno o mas corredores con un toque y es puesto fuera en primera base, o pudo haber sido puesto out en primera base, excepto por un error de fildeo, o antes de que dos estén puestos out, los fielder manejen una bola tocada sin error en un intento sin “éxito para poder fuera al corredor precedente.

**Bola – ball** - Cantada por el árbitro, un lanzamiento que no entra a la zona de strike en vuelo y no es golpeada por el bateador.

**Bola Buena – Fair ball** – una bola bateada dentro del terreno legal de juego.

**Bola con Cambio de Velocidad - change-up** – un lanzamiento tirado con apariencia de normal velocidad, pero lento para sorprender al bateador

**Bola foul– foul ball** – bola bateada que cae en territorio de falta entre el home y primera base, o entre el home y tercera base, o que repica pasando primera o tercera base, en o después del territorio de falta o que primero cae sobre el territorio de falta mas allá de primera o tercera base, o que, mientras está en o sobre territorio de falta toca a un árbitro o jugador, o cualquier objeto en el terreno natural. Una fly en falta debe ser juzgada de acuerdo a la posición relativa de la bola y la línea de falta, incluyendo el poste de falta , y no como si el infielder estba en territorio legal en el momento en que él/ella toca la bola.

**Bola Hacia Arriba-Trepadora – rise ball** - una técnica usada por el lanzador para hacer que la bola curve hacia arriba para hacer fallar al bateador.

**Bola Recta Rápida – fastball** - una bola lanzada con la velocidad más rápida de un lanzador.

**Cajón del Bateador – batter’s box** - un área rectangular al lado del plato de home en donde el bateador debe pararse para batear el lanzamiento.

**Campo Interno – Diamante Interno – Infield** – el área con forma de diamante en territorio fair formado por las tres bases y el plato de home que es normalmente cubierto por los jugadores de la defensiva (conocidos como infielders).

**Carrera - run** – el punto anotado cuando un bateador o corredor de base avanza al plato de home.

**Carrera Ganada – earned run** - una carrera por la cual el lanzador es considerado responsable.

**Carreras Impulsadas - (RBI) run batted in** - estadística de la ofensiva acreditada a un bateador por cada carrera en que encontró el plato de home, por un batazo seguro del bateador, toque de sacrificio, fly de sacrificio, preferencia de infield out por el fielder, o el cual es forzado sobre el plato de home por razón de que el bateador se convirtió en corredor con las bases cargadas (o una base por bolas, o el otorgamiento de primera base por haber sido tocado por una bola lanzada, o por interferencia u obstrucción).

**Círculo de Espera - on deck** – (jugador de la ofensiva) lugar de calentamiento para el siguiente bateador

**Corredor de Base – base runner** - un bateador que alcanza la base con seguridad.

**Corredor Emergente – pinch runner** – un jugador que entra al juego a una base para correr por otro jugador.

**Cuadro de Resultados – Box score** - el resumen de un juego que lista la alineación de cada equipo, incluyendo sustituciones, las estadísticas de la ofensiva tales como al bate, carreras, hits y carreras impulsadas. El cuadro de resultados también lista las estadísticas de la defensiva tales como lanzador ganador, lanzador perdedor (créditos del lanzador), salvados, errores, lanzamientos desviados y bolas pasadas.

**Dejado en Base – left on base** - Esos corredores que no han anotado y no han sido puestos out permaneciendo en base en el momento del tercer out en la mitad de la entrada.

**Doble – double** - Para las estadísticas de anotación, acreditada a un bateador cuando él/ella batea una bola de hit (golpe limpio) y puede avanzar a segunda base sin la ayuda de errores de la defensiva.

**Encerrada – rundown** - corriendo entre dos bases – cuando un corredor de base que se encuentra en la línea de base, entre la base en donde estaba y la base siguiente, a la cual está tratando de avanzar o a la cual regresa en un esfuerzo de no ser puesto out.

**Entrada - inning** – es la porción del juego dentro del cual los equipos alternan la ofensiva y defensiva y en el cual hay tres puestos out por cada equipo. Cada mitad de entrada comprende cada equipo al bate.

**Equipo Defensivo – defensive team** - los nueve jugadores en el terreno – field (lanzador, receptor, 1ra, 2º y tercer hombre de base, torpedero corto o shortstop, jardinero izquierdo, jardinero central y jardinero derecho).

**Equipo Ofensivo – offensive team** - el equipo que está al bate

**Error** – Para la estadística defensiva carga por cada jugada mala (estropeada, desperdiciada o tiro desviado), el cual prolongue el tiempo al bate de un bateador o prolonga la vida de un corredor, o que permite que un corredor avance a una o más bases.

**Fly de Sacrificio – sacrifice fly** - bomba de sacrificio – una estadística anotada a la ofensiva cuando anotó antes de que dos estuvieran out, el bateador batea un bola aire o fly ball o un batazo de línea el cual es manejado por un jugador de la defensiva en el outfield la cual: es cogida, y un corredor anota después de la cogida o se le cae, y un corredor anota, si a juicio del anotador el corredor podría haber anotado después que fly ball ha sido tomada.

**Foul tip** – una bola bateada que va cortante y directamente del bate a las manos del receptor y es legalmente cogida. No es un foul tip a menos que sea cogida, y cualquier foul tip que es cogido es un strike y la bola está en juego. Esta no es una bola cogida si rebota, a menos que la bola toque primero el guante del receptor o la mano.

**Globo – fly ball** – una bola bateada al aire

**Golpeado por lanzamiento - hit by pitch” (HBP)**; un bateador que ha sido golpeado por una bola legalmente lanzada (el bateador le es otorgado primera base).

**Grand Slam - Jonron** - un jonron con corredores en cada base, anotando cuatro carreras.

**Hombre en Primera Base – first baseman** - el jugador de la defensiva en la porción del infield cerca de la almohadilla a donde el bateador inicialmente correrá (línea invisible que va desde el receptor al hombre de primera base y al jardín derecho).

**Hombre en Segunda Base – second baseman** – el jugador de la defensiva en el infield, ubicado cerca de la almohadilla detrás del lanzador (línea invisible que va desde el receptor al lanzador, al hombre de Segunda base y al jardinero central).

**Tercera Base – third baseman** - el jugador de la defensiva en el infield ubicado cerca de la última almohadilla que un corredor de base pudiese tocar antes de ir al plato de home (línea invisible que va desde el receptor a tercera base en el jardín izquierdo).

**Interferencia – interference** - un acto por un receptor que obstaculiza o interfiere a un bateador de batear un lanzamiento. Sobre cualquier interferencia, la bola es muerta y le es otorgada al bateador la primera base.

**Jardinero Central – center fielder** –el jugador defensivo que es posicionado cerca del centro del campo exterior.

**Jardinero Derecho – right fielder** – el jugador de la defensiva en el campo exterior más cerca a la línea foul de primera.

**Jardinero Izquierdo – left fielder** - El jugador de la defensiva en el outfield más cerca de la línea de foul en tercera base.

**Jonron – home run** - a safe hit, un batazo limpio donde no hay error o resultados out, lo cual permite al bateador alcanzar todas las cuatro bases y anotar una carrera, usualmente una bola al aire “fly ball” en territorio fair la cual va sobre la valla del outfield.

**Juego Completo – complete game** - la estadística de un lanzador cuando él/ella ha lanzado todos los lanzamientos para su equipo durante un juego.

**Jugada Doble – double play** - un juego defensivo en el cual dos jugadores de la ofensiva son puestos fuera, como resultado de acción continua, proveyendo que no hay error entre los que han sido puestos fuera.

**Juego Perfecto** –En las estadísticas, crédito al lanzador cuando él/ella completa un juego y no permite a nadie del equipo opositor encontrar primera base.

**Jugador - fielder** - cualquiera de los nueve jugadores en el equipo defensivo (lanzador, receptor, hombres de 1ra., 2da. y 3ª base, torpedero corto (short stop), jardinero izquierdo, jardinero central y jardinero derecho).

**Jugador Designado (DP) – designated player** - un jugador designado a batear por cualquier jugador abridor, sin que afecte el estatus de jugador(es) en el juego. Diferente al Bateador Designado (DH), este jugador puede jugar en una posición de defensa por cualquier otro jugador en el juego.

**Jugada triple - triple play** – una continua acción de juego por la defensa en la cual tres jugadores de la ofensiva son puestos fuera.

**Jugador Utility – utility player** - un jugador que puede aparecer en más de una posición de juego o estrictamente designado como un bateador.

**Lanzador - pitcher** – el jugador que lanza la bola al bateador desde la placa central.

**Lanzamiento Desviado – wild pitch** – un lanzamiento muy alto, muy lento, o muy alejado del plato de home que no puede ser manejado por el receptor con un esfuerzo ordinario.

**Lanzamiento Ilegal – illegal pitch** - una infracción cometida por el lanzador no permitido por las reglas, con o sin corredor en base. Si hay corredores en base, cada uno avanza una base. En cada caso el bateador es acreditado con una bola.

**Línea de base – baseline** - es el área a lo largo entre cada base por donde generalmente el corredor en base debe correr.

**Línea de falta –línea de foul** - Las dos líneas rectas que se extienden desde el plato de home pasando los ejes del lado de afuera, de primera y tercera base a la valla del outfield.

**Malla protectora; Red de Protección – backstop** – red o reja detrás del cajón del bateador (el árbitro permanece detrás del receptor con su espalda al backstop).

**No-hitter** en las estadísticas de lanzamiento, crédito al lanzador cuando completa un juego sin permitir hits al equipo opositor.

**Orden al Bate – batting order** - la lista oficial dando la secuencia en la cual los miembros del equipo (ofensivo) deben venir al bate.

**Out forzado- forceout** – un eliminado o out hecho cuando un corredor de base, es forzado a correr porque otro compañero debe correr a la base ocupada, y no puede alcanzar la siguiente base seguro.

**Parador Corto – Torpedero - shortstop** – un jugador de la defensiva quien normalmente está posicionado en territorio fair, entre segunda y tercera base.

**Pasbol – passball** - un lanzamiento que puede haber sido sostenido o controlado por el receptor.

**Pelota Curva - Bola que Dobla - curveball** – un lanzamiento tirado con una rotación que hace que la bola doble es decir que vaya en curva.

**Pelota Viva - live ball** – una bola en juego

**Plancha –Toque de Sorpresa – bunt** –Es una bola bateada sin movimiento de abanico en donde se ha de tocar la bola sin demasiado impulso del bate.

**Plato de Home – home plate** – la pieza de goma con cinco lados de color blanco cercana a donde el bateador se ubica para batear el lanzamiento.

**Ponchado - strikeout** – anotado cuando: un bateador es puesto fuera por un tercer strike cogido por el receptor, un bateador es puesto fuera por un tercer strike no cogido cuando

hay un corredor en primera antes que dos sean puestos fuera, un bateador se convierte en corredor, porque un tercer strike no es cogido; un bateador golpea una bola en territorio foul después de dos strikes ( a menos que tal golpe resulte en una bola al aire o fly, la cual es cogida por un fielder. Esto no es considerado un ponchado, pero un puesto fuera por el fielder).

**Porcentaje en Base – on-base percentage** - estadística de la ofensiva, para cualquier jugador, divide el total de hits, todas las bases por bolas, y hit por lanzamiento por el total de veces al bate, todas las bases por bolas, batazo por lanzamiento y fly de sacrificio.

**Preferencia del fielder— fielder’s choice** - el acto de un jugador defensivo que maneja una bola al terreno y, en vez de tirar a primera base para poner fuera al bateador, lo tira a otra base en un intento de poner fuera al corredor que precede.

**Promedio de Bateo – batting average** - Para las estadísticas de ofensiva, es el número de hits salvados dividido por el número de turnos válidos al bate.

**Promedio de juego – fielding average** - una estadística de la defensiva, también llamada promedio de fildeo, esto es la suma de números de veces eliminado o puestos fuera, y de asistencias dividido por la suma de veces eliminados, asistencias y errores en cada posición fildeada por un jugador

**Porcentaje de Potencia de bateo– slugging percentage** - estadística de bateo, el total de número de bases encontradas por hits seguros, dividido por el total de veces al bate (o total al bate).

**Posición de Anotación – scoring position** – una buena posición para anotar una carrera sobre más hits, se refiere específicamente a la posición de un corredor de base en segunda o tercera base.

**Promedio de Bateo** – una estadística de ofensiva, es el número de hits salvados dividido por el número al bate.

**Promedio de Carreras Ganadas (ERA) – earned run average** - el número de carreras cargadas al promedio de un lanzador sobre siete entradas, determinado multiplicando el total de carreras ganadas contra un lanzador por siete y dividiendo el resultado por el total de números de entradas que él/ella haya lanzado. (Ejemplo: si un lanzador cede una carrera ganada en una entrada de juego, el ERA de él/ella sería 7.0. Si el mismo lanzador ha sido cargado con 20 carreras en 60 entradas, su ERA sería 2.33, o, un promedio de 2.33 carreras cedidas por cada siete entradas lanzadas).

**Puesto Out – putout** – acreditado a cada fielder que: coge una fly ball o un batazo de línea, ya sea fair o foul, que coge una bola tirada la cual pone fuera a un bateador o corredor, o toca a un corredor cuando el corredor está fuera de la base a la cual el corredor tenía derecho.

**Receptor – catcher** – jugador de la defensiva que normalmente se posiciona detrás del plato y recibe lanzamientos.

**Regla de Carrera - run rule** – también llamada regla de carrera internacional, regla de diferencia de carreras, regla de misericordia; si un equipo está perdiendo por 20 carreras después de tres entradas, 15 carreras después de cuatro entradas, o siete carreras después de cinco entradas, el juego se finaliza en ese punto.

**Salvado – save** - Estadística en donde es acreditada a un lanzador cuando ell/ella encuentra todas las tres condiciones siguientes: es en lanzador final en un juego ganado por su equipo, no es el lanzador ganador, y califica dentro de las siguientes condiciones: entra al juego con una ventaja de no más de tres carreras y lanza por lo menos en una entrada, o; entra al juego con el potencial de carreras empatadas o en base, o al bateo en el círculo de espera (que es, la posible carrera de empate, ya sea en base o es una de los primeros dos bateadores que él/ella enfrente), o, lanza efectivamente por lo menos en tres entradas. No más de un salvado puede ser acreditado en cada juego.

**Sencillo – single** - un batazo que permite al bateador encontrar seguro la primera.

**Sustituto – substitute** - cualquier miembro de una lista de equipo que no está listado como un jugador abridor, o un jugador abridor que vuelve a entrar al juego.

**Tiempo – time** – término usado por el árbitro para ordenar la suspensión del juego.

**Timonero - Slap** — ejecutado en general por bateadores zurdos, en un intento para batear una bola hacia el terreno con un movimiento corto controlado de hachazo con el bate (en vez de un abanicazo completo). Un slap no se considera un bunt.

**Zona de Calentamiento de lanzadores de relevo – bullpen** – el área en el territorio foul, adyacente al outfield en donde los lanzadores esperan y hacen calentamientos durante el juego, excepto el lanzador que en el momento esté siendo usado en el juego.

**Zona de Strike – strike zone** - el espacio sobre cualquier parte del plato de home entre la axila y la parte arriba de la rodilla, cuando él/ella asume una postura natural de bateo.

## RECORDATORIO PARA SOLICITAR MÁS AYUDA:

Si usted está interesado en obtener más información acerca del Softbol, equipo o cualquier ayuda adicional, por favor contacte a su Asociación/Federación Nacional de Softbol – o contacte a la Federación Internacional de Softbol.

Para ubicar a su Federación Nacional de Softbol, vaya a:

[www.internationalsoftball.com](http://www.internationalsoftball.com) y haga un clic sobre MIEMBROS



Gracias por su interes en el SOFTBOL y DISFRUTE este gran juego!!