Reglas de Voleibol para Infantil y Juvenil: Guía de estudio

Basada en las Reglas Oficiales de la FIVB 2025-2028 (vigentes desde el 1 de enero de 2025), adaptada para jugadoras de las categorías infantil y juvenil.

1. La cancha y el material

La cancha mide 18 metros de largo por 9 de ancho. La red la divide en dos mitades de 9 x 9 metros, una para cada equipo.

- **Línea central:** está debajo de la red y separa los dos campos.
- **Línea de ataque:** está a 3 metros de la red. Marca la zona delantera (entre la red y esta línea) y la zona trasera.
- **Zona de saque:** está detrás de la línea de fondo, entre dos marcas laterales, con 9 metros de ancho.
- **Líneas:** las líneas forman parte de la cancha. Un balón que toca la línea está **dentro**.
- **Antenas:** son varillas en los bordes de la red. Un balón que las toca está **fuera**.

Altura de la red. En voleibol femenino adulto la red está a 2,24 m. En infantil y juvenil suele ser igual o menor según la edad. Como referencia, en otros países se usan alturas como 2,10 m, 2,18 m y 2,24 m para categorías menores.

2. El equipo

- En cancha juegan **6 jugadoras**: 3 delanteras y 3 zagueras.
- Cada equipo puede inscribir **hasta dos líberos** (especialistas en defensa, con uniforme de color distinto). En infantil y juvenil se usan dos. Sus reglas completas están en la sección 9.
- Cada equipo tiene una **capitana en cancha**. Solo ella puede hablar con el árbitro durante el juego, para pedir aclaraciones o solicitar tiempos y cambios.
- Las reglas FIVB permiten inscribir hasta 12 jugadoras por partido. El número en tu torneo depende del reglamento de la competencia.

3. Cómo se gana un partido

- Se juega con **punto por jugada (rally point)**: cada jugada da un punto al equipo que la gana, haya sacado o no.
- Un set se gana al llegar a **25 puntos con diferencia de 2**.
- En un partido al mejor de 5 sets, el quinto set se juega a **15 puntos con diferencia de 2**.
- Entre sets se cambia de lado. En el set decisivo se cambia de lado cuando un equipo llega a 8 puntos.

4. Posiciones y rotación

Las posiciones en cancha se numeran así, mirando hacia la red:

Atrás	Izquierda	Centro	Derecha
Delante	4	3	2
Detrás	5	6	1

- La jugadora en la posición **1** es la que saca.
- Cuando tu equipo **recupera el saque**, todas rotan un puesto **en sentido horario**: la 2 pasa a la 1, la 1 a la 6, y así sucesivamente.
- Antes de cada set el entrenador entrega la **alineación inicial**, que fija el orden de rotación para todo el set.

Falta de posición. En el momento en que se golpea el balón en el saque, cada jugadora debe estar en su posición correcta respecto a las compañeras que tiene al lado y delante o detrás de ella. Después del saque pueden moverse libremente.

Falta de rotación. Es sacar fuera de turno. El equipo pierde el punto y debe corregir el orden.

5. El saque

1. La sacadora debe estar **detrás de la línea de fondo**, dentro de la zona de saque.
2. Tiene **8 segundos** para sacar desde que el árbitro autoriza el saque con el silbato.
3. Lanza o suelta el balón y lo golpea con **una mano o cualquier parte del brazo**.
4. No puede pisar la línea de fondo ni la cancha hasta que golpee el balón.

5. Si el balón toca la red y pasa al otro campo, **sigue en juego**. Ya no se repite el saque.

Faltas de saque más comunes: pisar la línea, sacar fuera de turno, tardar más de 8 segundos, lanzar el balón y no golpearlo, que el balón no pase la red o pase por fuera de las antenas.

Regla 12.5.3 (ciclo 2025-2028): el equipo que saca no puede levantar las manos por encima de la cabeza durante el golpe de saque y hasta que el balón haya cruzado la red. Si el árbitro sospecha que es una maniobra deliberada para tapar el saque, puede avisar al equipo a través de la capitana en juego.

6. Los toques

Un equipo puede tocar el balón **hasta 3 veces** antes de enviarlo al campo contrario. El bloqueo no cuenta como uno de esos 3 toques.

Reglas básicas:

- Una misma jugadora **no puede tocar el balón dos veces seguidas**. La excepción es después de un bloqueo.
- En el **primer toque del equipo** (recepción o defensa) se permiten contactos consecutivos del balón en la misma acción, por ejemplo en una defensa difícil.
- Se puede tocar el balón con **cualquier parte del cuerpo**.

Faltas de toque:

- **Cuatro toques:** el equipo toca el balón 4 veces.
- **Doble contacto:** una jugadora toca dos veces seguidas el balón, salvo las excepciones de arriba.
- **Retención (conducción o acompañamiento):** el balón se detiene, se agarra o se lanza en lugar de ser golpeado con claridad.
- **Golpe asistido:** la jugadora se apoya en una compañera o en un objeto para alcanzar el balón.

7. La red y el juego en el centro

- Tocar la red con cualquier parte del cuerpo **mientras se juega el balón** es falta. Tocarla sin jugar no es falta, salvo que moleste al juego.
- No se puede pasar por debajo de la red si se estorba a la rival.

- Está permitido pasar el pie a la cancha contraria **solo si una parte del pie queda tocando la línea central o sobre ella**.
- Pasar la mano al campo contrario durante el bloqueo está permitido, siempre que no se toque el balón **antes** de que lo ataque la rival. Después del golpe de ataque de la rival sí está permitido.
- No se puede tocar el balón en el espacio de la rival.

8. Ataque y bloqueo

Ataque (remate):

- Cualquier jugadora delantera puede rematar.
- Una jugadora **zaguera** puede rematar, pero **debe saltar detrás de la línea de ataque**. Puede caer dentro de la zona de ataque, pero no puede golpear el balón por encima del borde superior de la red desde la zona delantera.
- El **líbero no puede rematar** si el balón está por encima del borde superior de la red.

Bloqueo:

- Solo las **delanteras** pueden bloquear. Es acercar las manos por encima de la red para interceptar el balón que viene del otro campo.
- Las zagueras y el líbero **no pueden bloquear ni intentar bloquear**.
- Tocar el balón en el bloqueo no cuenta como toque del equipo, así que después del bloqueo el equipo sigue teniendo 3 toques.

9. El líbero

Cada equipo puede inscribir **hasta dos líberos** en el acta, y en infantil y juvenil se usan las dos. Solo una puede estar en cancha a la vez (Reglas 19.1.1 y 19.1.3).

Quién es quién

- **Líbero actuante:** la que está en la cancha en ese momento.
- **Segundo líbero:** la otra, que espera en el banco.
- Ambas se anotan en las líneas especiales del acta **antes del partido**. Cuando la entrenadora y la capitana firman el acta, la lista ya no se puede cambiar.
- Ninguna líbero forma parte de las seis titulares ni cuenta como sustituta del set.
- Cualquiera de las dos puede ser capitana del equipo o capitana en juego.

Uniforme

- Camiseta de **color dominante distinto** al del resto del equipo, que contraste claramente.
- Lleva número como las demás jugadoras.
- Las dos líberos pueden vestir uniformes distintos entre sí.

Qué puede hacer y qué no (Regla 19.3.1)

- **Sí puede:** reemplazar a cualquier jugadora que esté en posición **zaguera**, recibir, defender y pasar.
- **No puede jugar como delantera.** Solo actúa como zaguera.
- **No puede sacar.**
- **No puede bloquear ni intentar bloquear**, ni sola ni en bloqueo colectivo.
- **No puede rematar** desde ningún lugar, incluida la zona libre, si en el momento del contacto el balón está **completamente por encima del borde superior de la red**.
- **Pase de dedos desde la zona de frente:** si la líbero pasa con dedos (manos altas) estando dentro de la zona de frente, ninguna compañera puede rematar ese balón por encima del borde de la red. Si hace el mismo pase desde fuera de la zona de frente, el balón se puede rematar libremente. La restricción es solo para el pase de dedos.

Cómo se hace el reemplazo (Regla 19.3.2)

1. Los reemplazos de líbero **no cuentan como sustituciones** y son **ilimitados**.
2. Debe haber **una jugada completada** entre dos reemplazos de líbero. Las excepciones son cuando un castigo provoca una rotación y la líbero pasa a la posición 4, o cuando la líbero actuante queda impedida de jugar.
3. Solo se hacen con el balón **fuera de juego** y **antes del silbato de saque**.
4. La líbero y la jugadora reemplazada entran y salen **solo por la zona de reemplazo del líbero**: la parte de la zona libre del lado del banco, entre la prolongación de la línea de ataque y la línea final.
5. Al **inicio de cada set**, la líbero no puede entrar hasta que el segundo árbitro revise la formación inicial y autorice el reemplazo con una titular.
6. Cada reemplazo se anota en la hoja de control del líbero (o en el acta electrónica).

Un reemplazo hecho después del silbato de saque pero antes del golpe de saque no se rechaza. Al terminar la jugada se avisa a la capitana, y si se repite hay sanción por demora.

Quién puede reemplazar a quién

- La jugadora regular reemplazada puede reemplazar y ser reemplazada por **cualquiera de las dos líberos**.
- La líbero actuante solo puede ser reemplazada por **la jugadora regular a la que reemplazó** o por **la segunda líbero**. Nunca por otra compañera.
- Cuando la rotación llevaría a la líbero a la posición 4 (delantera), sale y entra la jugadora regular, porque la líbero solo actúa como zaguera.

Ejemplo. La líbero 1 entra por la #7, que está en posición 5. Después de una jugada completada, la líbero 1 puede salir por la #7 o por la líbero 2. Si entra la líbero 2, ella puede salir por la #7 o por la líbero 1. La #12 no puede entrar por ninguna de las dos líberos.

Reemplazos ilegales

Un reemplazo es ilegal, entre otros casos, si no hubo una jugada completada entre dos reemplazos, o si la líbero es reemplazada por una jugadora que no es la que ella reemplazó ni la segunda líbero. Se trata como una sustitución ilegal:

- Si se descubre **antes de la siguiente jugada**, los árbitros lo corrigen y el equipo recibe una **sanción por demora**.
- Si se descubre **después del golpe de saque**, pasa lo mismo que con una sustitución ilegal: punto y saque para el rival, se corrige el cambio y se cancelan los puntos que el equipo anotó desde la falta.

Si una líbero no puede seguir

- Una líbero queda **impedida** si se lesiona, se enferma, o es expulsada o descalificada. La entrenadora puede declararla impedida por cualquier razón (si no está, la entrenadora asistente o la capitana en juego).
- Con **dos líberos**, el equipo sigue jugando con la que queda. No se puede designar otra líbero, a menos que la segunda también quede impedida por el resto del partido.
- Si la líbero actuante es expulsada o descalificada, la **segunda líbero** la reemplaza de inmediato.
- Si ya no queda ninguna líbero, la entrenadora puede **re-designar** como líbero, por el resto del partido, a cualquier jugadora que no esté en cancha en ese momento (excepto la regular reemplazada). Su número se anota en el acta y debe vestir un uniforme o pechera de color distinto. La líbero impedida no vuelve a jugar en ese partido.

Errores frecuentes

Error	Qué dice la regla
La líbero saca	No puede sacar.
La líbero remata un balón sobre el borde de la red	Solo puede atacar si el balón está por debajo del borde superior de la red.
La líbero bloquea o intenta bloquear	Es falta de bloqueo, aunque no toque el balón.
Cambio de líbero sin jugada completada entre medias	Reemplazo ilegal.
La #12 entra por la líbero	Solo puede salir por la jugadora que reemplazó o por la segunda líbero.
Entrar o salir por la banda o por la mesa	Solo por la zona de reemplazo del líbero.
Cambio después del silbato de saque	La primera vez se avisa a la capitana. Si se repite, hay sanción por demora.

10. Tiempos y cambios

- Cada equipo tiene **2 tiempos muertos por set**, de **30 segundos** cada uno.
- Cada equipo puede hacer hasta **6 sustituciones por set**.
- Solo la capitana en cancha o el entrenador pueden solicitar un tiempo o un cambio.

11. Faltas más comunes en un vistazo

Falta	Qué pasa
Balón fuera	Punto para el equipo rival
Balón no pasa la red o cae en el piso propio	Punto para el rival
Cuatro toques	Punto para el rival
Doble contacto	Punto para el rival
Retención o conducción	Punto para el rival

Falta	Qué pasa
Tocar la red mientras se juega el balón	Punto para el rival
Pisar la línea de fondo al sacar	Punto para el rival
Falta de rotación	Punto para el rival y se corrige el orden
Falta de posición	Punto para el rival
Remate de zaguera desde la zona delantera	Punto para el rival

12. Conducta y sanciones

El árbitro puede sancionar la mala conducta. De menor a mayor gravedad:

1. **Amonestación (tarjeta amarilla):** solo advierte. No hay castigo en puntos.
2. **Penalización (tarjeta roja):** punto y saque para el equipo rival.
3. **Expulsión (roja y amarilla por separado):** la jugadora sale por el resto del set.
4. **Descalificación (roja y amarilla juntas):** la jugadora sale por el resto del partido.

El respeto a las compañeras, las rivales, las árbitras y el público también es parte del reglamento.