

JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS - Ficha 17

BALONKORF

<p>OBJETIVO</p> <p>CARACTERÍSTICAS</p>	<p>El BALONKORF es la única modalidad deportiva que está reglamentada a nivel internacional en grupos mixtos, su origen está en los Países Bajos. El Balonkorf o Korfbal obliga a cooperar y excluye el individualismo. Entre sus características más importantes cabe destacar que se trata de un juego con balón practicado con las manos y cuyo fin es introducir éste en un cesto sin fondo. Se intenta evitar la especialización que existe en otros deportes tanto en la defensa como en el ataque..</p>	
<p>TERRENO DE JUEGO</p>	<p>El terreno de juego es un rectángulo de 40 por 20 metros. Se divide en dos partes iguales A y B que corren paralelas a la anchura del mismo. Los postes se alzarán en las divisiones A y B, en los ejes longitudinales del campo, a una distancia de los extremos igual a un tercio de un cuadro. En cada poste se fijará un cesto. Este deberá estar situado hacia la división central y el borde superior del mismo, a una altura de 3,50 m. sobre el terreno.</p>	
<p>MATERIAL</p>	<p>Además de los cestos anteriormente citados está el balón que será el mismo que el de fútbol, del número 5, con un peso entre 425 y 475 gr. al comienzo del partido.</p>	
<p>Nº PARTICIPANTES</p>	<p>El partido se juega entre dos equipos, cada uno de ellos compuesto de cuatro chicas y cuatro chicos, de los que dos chicos y dos chicas estarán situados en cada división del campo.</p>	
<p>DESARROLLO DEL JUEGO Y PRINCIPALES REGLAS</p>	<p>SINTESIS DEL REGLAMENTO DURANTE EL JUEGO NO ESTA PERMITIDO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.-Tocar el balón con la pierna o pie, el puño o tumbado. 2.-Correr con el balón. Cuando se apodera del balón quedará parado/a. -SI se puede: <ul style="list-style-type: none"> -Dar los pasos necesarios para parar cuando se recibe el balón corriendo. -Jugar el balón sin parar después de recibirlo corriendo o saltando. -Pivotar sobre un pie. 3.-Jugar de forma individual con autopases o regateando. 4.-Arrebatarse el balón de las manos de otro jugador/a. 6.-Defender a un contrario/a del sexo opuesto. 7.-Defender a un contrario/a que ya está defendido/a por un compañero/a. 8.-Jugar fuera del cuadro que le corresponda. 9.-Tirar a canasta en posición de defendido/a, desde el cuadro de defensa o cuando un jugador/a juega sin defensa personal por inferioridad numérica del equipo contrario. El tiro debe ser considerado "defendido" cuando el defensor/a que cubre esté en una de las siguientes condiciones: -Debe estar a una distancia de un brazo. -Debe de tratar de impedir el tiro a canasta. -Debe estar más cerca del poste que el jugador/a atacante. 10.-Influir en un lanzamiento a canasta moviendo el poste.11.-Retener el balón más de 4 s. <ul style="list-style-type: none"> -Un equipo obtendrá un tanto cuando el balón pasa a través del cesto del equipo contrario. -Cada vez que se consiga un número de tantos par, los jugadores/as de los equipos cambiarán, de forma que los que defendían pasen a atacar y viceversa. <p>Tras el descanso se efectuará cambio de canastas.</p> 	

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

MANUEL MARTÍNEZ GÁMEZ