

Balonkorf: A co-educational and alternative sport in the physical education classroom

Balonkorf: Un deporte coeducativo y alternativo en el aula de educación física

Laura García-Pérez¹, Rosario Salazar-Ruiz¹, Rafael Caracuel-Cáliz^{3*}, Irwin A. Ramírez-Granizo², Daniel Sanz-Martín³

¹ Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Granada.

² Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Almería.

³ Universidad Isabel I.

* Correspondence: Rafael Caracuel-Cáliz; caracuel@ual.es

ABSTRACT

Alternative sports are characterized by being full of motivation, enjoyment and practical involvement. They are used in physical education classes because of their adaptability and ease of adaptation to the students' abilities, also promoting gender equality. Consequently, the aim of this study was to make a didactic proposal on an alternative sport, "the balonkorf", to work in a playful way on cooperation. It was designed according to the instruction 12/2022 of June 23, for 6th grade of Primary Education with a total of 26 students. The proposal included a seven-session sequence: Session 1 focuses on passing and receiving. Session 2 introduces passing, receiving, and spatial occupation. Session 3 incorporates passing, receiving, spatial occupation, and shooting. Session 4 addresses defensive and offensive tactics. Sessions 5 and 6 integrate passing, receiving, spatial occupation, and tactics. Finally, Session 7 features a formal competition to apply the tactics and techniques developed in previous sessions.

KEYWORDS

Didactic Proposal; Alternative Sport; Physical Education; Primary School

RESUMEN

Los deportes alternativos se caracterizan por estar cargados de motivación, disfrute e implicación práctica. Se utilizan en las clases de educación física por su capacidad de adaptación y facilidad de

adecuación a las habilidades del alumnado, fomentando además la igualdad entre género. Consecuentemente, el objetivo de este estudio fue realizar una propuesta didáctica sobre un deporte alternativo, "el balonkorf", para trabajar de manera lúdica la cooperación. Fue diseñada de acuerdo con la instrucción 12/2022 del 23 de junio, para 6º grado de Educación Primaria con un total de 26 estudiantes. La propuesta incluyó una secuencia de siete sesiones: La sesión 1 se centra en los pases y recepciones. La sesión 2 introduce los pases, recepciones y la ocupación del espacio. La sesión 3 incorpora los pases, recepciones, la ocupación del espacio y los lanzamientos. La sesión 4 aborda las tácticas defensivas y ofensivas. Las sesiones 5 y 6 integran los pases, recepciones, la ocupación del espacio y las tácticas. Finalmente, la sesión 7 presenta una competición formal para aplicar las tácticas y técnicas desarrolladas en las sesiones anteriores.

PALABRAS CLAVE

Propuesta Didáctica; Deporte Alternativo; Educación Física; Educación Primaria

1. INTRODUCCIÓN

La puesta en práctica de cualquier Actividad Física (AF) es crucial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social de los niños, niñas y adolescentes (Watson et al., 2017). La AF es entendida, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), como “un movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente gasto de energía” (párrafo 1). Muros et al. (2017) destacan que, los niveles de AF se reducen durante la adolescencia y tienen una gran influencia en la etapa escolar, pues las consecuencias de realizar AF temprana pueden instaurar en un futuro, un hábito regular de la misma. La OMS (2022) recomienda que durante la infancia y la adolescencia temprana (6-17 años) se practique mínimo 60 minutos de AF diaria, en cambio hay estudios que demuestran que esto sigue sin cumplirse (Solís & Borja, 2019). Contemplando los múltiples beneficios que supone mantenerse activos durante la infancia y la adolescencia, la Conferencia General de la UNESCO aprobó en 2015 la Carta Internacional de la educación física, la actividad física y el deporte; donde se propone el deporte como una herramienta imprescindible para el desarrollo humano y social (UNESCO, 2015).

El deporte ha sido definido por la Organización Mundial de la Salud como cualquier forma de actividad física que, a través de la participación casual u organizada, tienen como objetivo expresar o mejorar la aptitud física y el bienestar mental, formar relaciones sociales u obtener resultados en la competencia a todos los niveles (OMS, 2022). El deporte tiene importantes beneficios cuando está bien

organizado y es conducido por entrenadores calificados o docentes especialistas para desempeñar un rol positivo e inspirador de valores que garanticen un proceso deportivo respetuoso entre niños, niñas y adolescentes.

La práctica deportiva en el contexto de la Educación Física (EF) se ha nutrido casi siempre de deportes considerados tradicionales (Calderón & Zapatero, 2022). En cambio, en la última década se ha observado una revolución con los deportes alternativos cargados de motivación, disfrute e implicación práctica (Jaquete & Ramírez, 2021). Además, hay autores que describen los deportes alternativos como herramientas para favorecer el trabajo cooperativo, alcanzar un correcto desarrollo físico y motriz y desarrollar un carácter cognitivo óptimo ante la creatividad y la autonomía; persiguiendo además la igualdad de género (Calderón & Zapatero, 2022).

Por lo tanto, se propone la implementación de un deporte alternativo en las clases de EF en Educación Primaria, en este caso el “Balonkorf” o también conocido como “Balónforf”; “Coorball” y “Korfball”.

Es un juego procedente de Holanda (Países Bajos) comparable y muy parecido al baloncesto, pero con la diferencia de que es el único equipo mixto en el mundo, pudiendo competir por igual hombre y mujeres con las mismas oportunidades (Castro, 2010). Es un deporte enclavado en los denominados alternativos o recreativos y dentro de los clasificados de cooperación-oposición, en el se valora la no diferenciación de sexos y la coeducación como elementos fundamentales, donde todos y cada uno de los jugadores luchan en conjunto por un objetivo final (Castro, 2010).

El juego se basa en introducir un balón en una canasta jugándolo con las manos sobre un terreno rectangular dividido en dos partes iguales por una línea central. A 6,50m (+/- 6,6m) de la línea de fondo de cada campo se sitúa un poste con una altura de 3,50m (pudiendo sustituirse por canastas de baloncesto a nivel escolar) (Rodríguez et al., 2007). Las bases del juego se presentan en la siguiente tabla:

Tabla 1. Características básicas del juego propuesto

CARACTERÍSTICAS	DEFINICIÓN
Terreno de juego	La superficie de juego es rectangular, teniendo unas dimensiones de 40x20 m si se realiza en pabellón cubierto y 60x30 m si es al aire libre. El terreno de juego está dividido en dos partes iguales por la línea central del campo de juego. El punto de penalti debe estar situado frontalmente al cesto y a una distancia de 2,5 m.
Postes y cestos	Los postes poseen una forma cilíndrica, de 4,5 a 8 cm. de diámetro, compuesto de distintos materiales (madera o metálicos) y están situados en el eje longitudinal del terreno de juego. Los cestos también tienen forma cilíndrica y se caracterizan por la ausencia de red y de cualquier tipo de material que se sitúe en el fondo del cesto. Los cestos tienen un diámetro que oscila entre 39 y 41 cm. y su borde superior se encuentra a 3,50 m. del suelo. Se ubican sobre los postes, dentro del terreno de juego y a una distancia de 6,60 m desde las líneas de fondo.
Balón	El balonkorf se juega con un balón del número 5, utilizando dos colores, preferiblemente blanco y negro. La circunferencia oscila entre 68 y 70,5 cm. y el peso se encuentra entre 425 y 475 gramos.
Jugadores	Cada equipo está constituido por 10 jugadores, pero salen a jugar 8 (4 jugadores y 4 jugadoras) por cada equipo, quedando 2 como reservas. De los 8 jugadores que participan por cada equipo, se reparten 4 en ambas zonas. Tanto en zona de ataque como de defensa, tienen que situarse 2 jugadores y 2 jugadoras por equipo (figura 3). Se permite dos sustituciones por equipo y siempre manteniendo el mismo número de jugadores y jugadoras. Aquel jugador sustituido, no podrá volver a incorporarse al juego.
Duración	Un partido de balonkorf tiene una duración de 60 minutos, divididos en 2 partes de 30 minutos cada uno, con un descanso de 10 minutos ente ambos periodos. Cada equipo posee 2 tiempos muertos, de 60 seg. cada uno, por partido.
Objetivo	El balonkorf consiste en introducir un balón completamente por el cesto del equipo contrario, valiendo cada enceste 1 punto. El equipo que consiga más puntos a la finalización del tiempo de juego, se le considerará ganador del partido.

Fuente: adaptado de Rodríguez et al. (2007)

Teniendo en cuenta todo lo mencionado, la propuesta didáctica que se presenta está diseñada para 6º de primaria con un total de 26 alumnos. Se promedia una duración de 1 hora y secuenciada en tres partes diferenciadas: parte principal o calentamiento, parte principal y vuelta a la calma o parte final.

1.1. Elementos Curriculares

1.1.1 Saber básico

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1.1.2 Objetivo de etapa

K. Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

1.1.3 Objetivos específicos

O.E.1. Conocer técnicas y tácticas básicas del Balonkorf.

O.E.2. Aplicar ejercicios que favorezcan el desarrollo de habilidades motrices generales y específicas del Balonkorf: lanzamientos, pases, recepciones, desplazamientos y táctica colectiva.

O.E.3. Desarrollar independencia y autonomía al mismo tiempo que se favorece el trabajo en equipo y la cooperación, mejorando así la táctica colectiva.

1.1.4 Competencia específica principal

2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivomotrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

1.1.5 Criterios de evaluación

2.1.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

2.2.a. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.

2. MÉTODOS

La técnica de enseñanza utilizada será la instrucción directa con modificación de mando directo y asignación de tareas, indicando los ejercicios en cada momento, siendo los estudiantes protagonistas de estos. La información inicial se realizará a través de explicaciones y demostraciones que llevará a cabo el docente. El conocimiento de los resultados será a través de feedback a lo largo de las actividades y una reflexión final. La estrategia de la práctica será mixta. La organización de los alumnos a lo largo de la propuesta será variada, ya que hay actividades que se realizan de forma individual, por parejas, pequeños grupos y gran grupo. En lo que respecta a las interacciones socio-afectivas, se dan interacciones profesor-alumno (explicaciones y demostraciones) y alumno-alumno (interacciones diversas en el desarrollo de las actividades).

3. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

Esta propuesta didáctica estaría formada por 7 sesiones distribuidas en el tiempo. En la presente comunicación se desarrolla la clase N5: lanzamientos, recepciones, ocupación del espacio y tácticas de defensa y ataque.

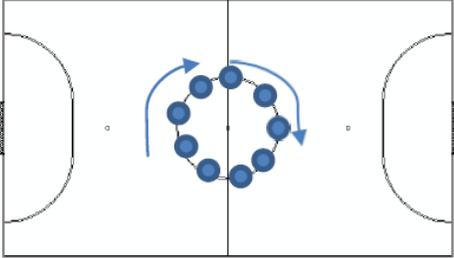
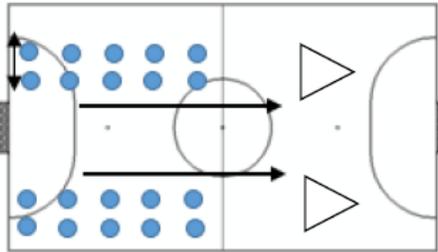
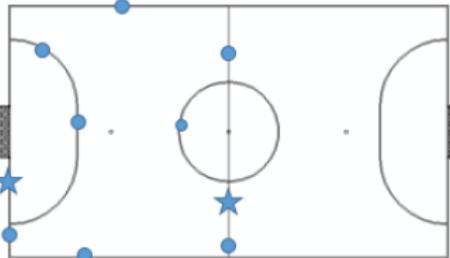
De forma el general, el planteamiento de toda la secuencia didáctica sería el siguiente:

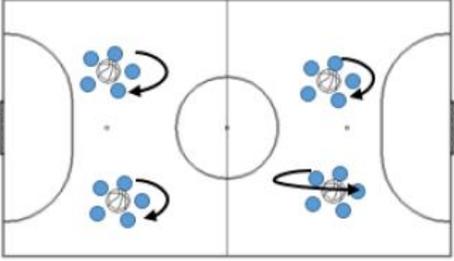
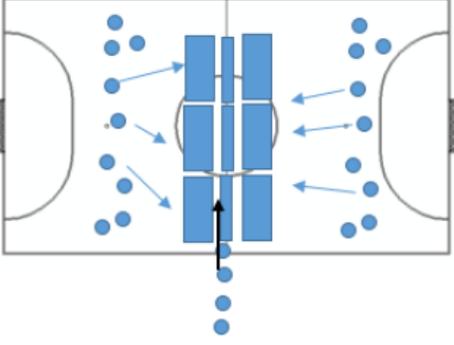
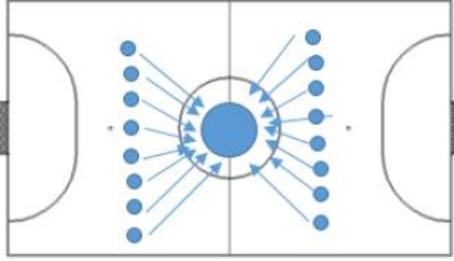
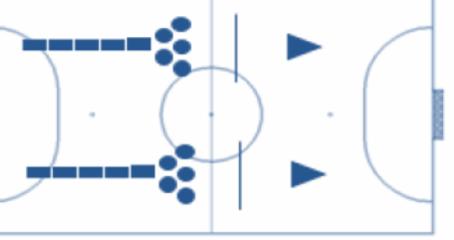
- Clase 1. Lanzamientos y recepciones
- Clase 2. Lanzamientos, recepciones y ocupación del espacio
- Clase 3. Lanzamientos, recepciones, ocupación del espacio y tiros a canasta
- Clase 4. Tácticas de defensa y ataque
- Clase 5. Lanzamientos, recepciones, ocupación del espacio y tácticas de defensa y ataque.
- Clase 6. Lanzamientos, recepciones, ocupación del espacio y tácticas de defensa y ataque.
- Clase 7. Competición formal integrando las tácticas y técnicas de las seis sesiones anteriores.

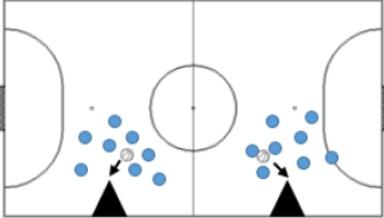
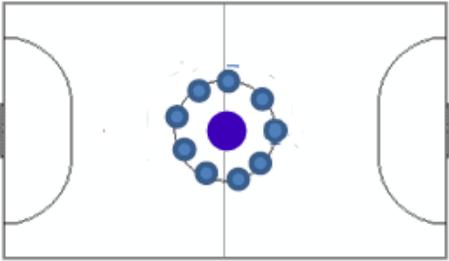
4. DESARROLLO DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA

La siguiente tabla presenta la descripción del desarrollo de la propuesta didáctica para la Clase 5.

Tabla 2. Descripción del desarrollo de la propuesta didáctica – Clase 5

		CLASE 5	
		TAREA Y DESARROLLO	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
CALENTAMIENTO	Tarea 2 y 3. Activación.	<p>Tarea 1. Movilidad Articular. Para el desarrollo de esta parte, se llevará a cabo mediante la canción “LA BATALLA DEL CALENTAMIENTO”. El docente empezará a cantar la canción dando una vuelta en círculo con todos los alumnos, una vez se haya dado la vuelta comenzará con la movilidad articular (empezando por el tren inferior hasta llegar al superior), siendo esta quien indique la próxima persona que salga para realizar otro movimiento. Además, para trabajar el contenido de nuestra unidad didáctica, incorporaremos una pelota, pasándola a quien siga con la movilidad articular.</p> <p>La canción será la siguiente: <i>“En la batalla del calentamiento hay que seguir la orden del sargento: tobillos, rodillas, caderas...”</i>.</p> <p>Tiempo: 3’</p> <p>Material: Pelota de balonkorf</p>	
		<p>Carrera continua: por parejas mixtas tendrán que realizar dos filas (enfrentados). Cada pareja dispondrá de un balón y comenzarán a correr a lo largo de la pista (en línea recta) hasta el otro extremo lanzándose el balón de diferentes maneras: pases al pecho, dos botes y pases, bote central bombeada, entre otras. Una vez que lleguen al final de la pista, la persona de la pareja que tenga el balón deberá lanzarlo a canasta. Una vez el balón haya sido lanzado volverán a la fila y repetirán el ejercicio, pero se turnará el compañero que lance a canasta.</p> <p>Tiempo: 3’</p> <p>Material: pelotas de balonkorf y canastas</p>	
		<p>Pilla-pilla botando: Utilizaremos medio campo de fútbol sala; el campo estará delimitado por las líneas negras. El juego que se realizará será el pilla-pilla botando, donde se la quedará una o dos personas y todos tendrán un balón el cual deberá siempre ir votando según las directrices del docente.</p> <p>Las pelotas serán diferentes (tamaño, material, etc.), la persona que pille llevará un pañuelo identificador que entregará al compañero cuando sea pillado.</p> <p>Variantes: botar con mano derecha, botar con mano izquierda, botar mientras se salta a la pata coja, etc.</p> <p>Tiempo: 5’</p> <p>Material: pelotas de balonkorf, pelotas de baloncesto, pelota de gomaespuma, pelotas de balonmano y pañuelos.</p>	

PARTE PRINCIPAL	<p>Tarea 4. Pásala: Se dividirá la clase en pequeños grupos (4-5 personas), distribuidos por el pabellón, deberán hacer un círculo e ir pasándose la pelota entre ellos. A quien se le pase la pelota, este se tendrá que pasar a la posición del compañero, así sucesivamente.</p> <p>Variantes: Solo con la mano derecha, solo con la mano izquierda, dando un bote, con ambas manos y rotando las posiciones al tiempo que pasan el balón.</p> <p>Además, se tendrán que ir uniendo grupos, hasta alcanzar un círculo entre todos los compañeros y para ello iremos añadiendo varias pelotas.</p> <p>Tiempo: 5´</p> <p>Material: pelotas de balonkorf</p>	
	<p>Tarea 5. Al pasar el puente: En este juego de lanzamientos se colocará un puente, es decir, se utilizarán 3-4 bancos suecos, rodeados con colchonetas al lado, por el que pasar de una orilla a la otra. Para ello, se harán dos equipos; uno tiene que intentar pasar de una orilla a otra, el otro tiene que intentar evitarlo a través de lanzamientos, desde una distancia razonable. Los puntos se contabilizarán según los alumnos que pasen de un lado a otro. Para evitarlo el otro equipo hace lanzamientos, de tal modo que si le dan a alguien consigue neutralizarlo y si alguien se cae, también. Se realizarán cambios de rol de los equipos.</p> <p>Tiempo: 5´</p> <p>Material: pelotas de gomaespuma, bancos suecos y colchonetas.</p>	
	<p>Tarea 6. ¡A pasar la pelota gigante!: Se distribuirá la clase en dos grupos. Cada uno con un número amplio de pelotas (más que el número de alumnos que haya por grupo). Cada grupo se dispondrá en un lado del pabellón (cancha de baloncesto), y en el centro, se colocará una pelota gigante (fitball). A la señal, cada equipo deberá lanzar sus respectivos balones intentando conseguir que la pelota gigante pase al lado contrario. Cuando ésta llegue al final de uno de los campos, el juego acabará, ganando el equipo contrario al campo donde se encuentre la pelota.</p> <p>Tiempo: 7´</p> <p>Material: fitball y pelotas de balonkorf.</p>	
	<p>Tarea 7. Circuito individual: Recorrido que los alumnos realizarán teniendo en su poder un balón de baloncesto o balonkorf. Se harán dos filas y esto posteriormente servirá para formar dos equipos y poder introducir variantes al circuito. En primer lugar deberán de avanzar con botes hasta llegar a las picas, donde realizarán zig-zag. Tras ello, deberán de alternar botes para que el balón toque cada uno de los cinco aros; y correr botando hasta llegar a una zona delimitada para propiciar un tiro a canasta. Se volverá a hacia la posición inicial realizando pases de avance. Se podrá hacer por parejas y compitiendo a la vez con parejas del otro equipo, intentando avanzar lo más rápido posible y evitar que los contrincantes efectúen su tiro a canasta.</p>	

	<p>Variantes: mano derecha, mano izquierda, a contrarreloj, por parejas. Tiempo: 7´ Material: pelotas de balonkorf o baloncesto, picas y ladrillos, aros y canastas.</p>	
	<p>Tarea 8. Simulamos un partido: En este juego se dividirá la clase en dos grandes grupos, propiciando dos partidos distintos y dentro de cada uno de ellos se realizarán dos subgrupos siendo estos cada uno de los equipos que se formarán. El profesor irá modificando e introduciendo cada vez más variaciones. El objetivo será ganar puntos introduciendo el balón en canasta y evitar que lo haga el equipo contrario. Gana el que más puntos haya conseguido. Variantes: todos los miembros del equipo han de tocar el balón para poder tirar a canasta; no es necesario que lo toquen todos los miembros del grupo; no puedo quitarle el balón a una persona de mi sexo contrario o viceversa, del mismo sexo; asignación de roles: defensa y ataque. Tiempo: 15´ Material: pelotas de balonkorf y canastas</p>	
<p>VUELTA A LA CALMA</p>	<p>Tarea 9. La bomba: Se forma un corro. Todos de pie, menos uno que está en el centro y hace de reloj. El corro tiene una pelota que tiene que ir pasándose de uno a otro en la mano. En el centro del corro hay un reloj que cuenta del 1 al 5 y cada vez que llegue al cinco saca una manecilla -su mano- primero la derecha horizontalmente, luego la izquierda horizontalmente, luego la derecha verticalmente, luego la izquierda verticalmente y, por último, da una palmetada y dice: “Bomba”. El que tenga la pelota en ese momento se tiene que sentar en el suelo y el juego continúa. Tarea 10: reflexión general y feedback de la clase realizada. Tiempo: 10´</p>	

5. REFERENCIAS

1. Calderón, P., & Zapatero, J. A. (2022). Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria. *Retos*, 46, 1004-1014.
2. Castro, A. (2010). Unidad didáctica: el korbball. *Revista Digital-Buenos Aires*, 14(141), 1-5.
3. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2019). La actividad física en niños, niñas y adolescentes. Prácticas necesarias para la vida. UNICEF Oficina de Investigación.
4. Jaquete, C., & Ramírez, E. (2021). Datchball y Colpbol como recursos para promover la inteligencia interpersonal: Experiencia didáctica aplicada con chicas y chicos de Educación Secundaria. *Retos*, 42, 470- 477. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.86991>

5. Muros, J. J., Salvador, F., Zurita, F., Gámez, V. M., & Knox, E. (2017). The association between healthy lifestyle behaviors and health-related quality of life among adolescents. *Jornal de Pediatria*, 93(4), 406-412. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2016.10.005>
6. Organización Mundial de la Salud. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behavior*. OMS. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240014886>
7. Organización Mundial de la Salud. (2022). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
8. Plataforma de Infancia (2022). Guía divulgativa sobre las implicaciones y obligaciones de la LOPIVI en el ámbito del deporte. Plataforma de Infancia. <https://www.plataformadeinfancia.org/wp-content/uploads/2022/09/el-deporte-un-entorno-seguro-para-la-infancia-y-adolescencia-guia-para-entidades-y-personas-adultas.pdf>
9. Rodríguez, M., Quintana, R., Lindell, O., Barrera, A., & Gómez, A. (2007). El Balonkorf: un deporte mixto para el fomento de la coeducación. Una propuesta didáctica. *Revista Digital-Buenos Aires*, (104). <https://www.efdeportes.com/efd104/balonkorf-deporte-mixto-para-la-coeducacion.htm>
10. Solís, P., & Borja, V. (2019). Niveles de actividad física y sedentarismo en escolares de Educación Primaria. *Revista Digital de Educación Física*, 10(56), 119-132. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6751147.pdf>
11. UNESCO (2015). Carta Internacional de la Educación Física, la actividad y el deporte. UNESCO ORG. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa
12. Watson, A., Timperio, A., Brown, H., Best, K., & Hesketh, K.D. (2017). Effect of classroom-based physical activity interventions on academic and physical activity outcomes: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 1-24. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0569-9>

AUTHOR CONTRIBUTIONS

All authors listed have made a substantial, direct and intellectual contribution to the work, and approved it for publication.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declare no conflict of interest.

FUNDING

This research received no external funding.

COPYRIGHT

© Copyright 2024: Publication Service of the University of Murcia, Murcia, Spain.