

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA  
IES JOAN COROMINES

1r de Batxillerat

Dossier de Korfbal



## ÍNDEX

- HISTÒRIA
  - Introducció
  - Orígens
  - Evolució històrica
  
- REGLAMENT
  - Principis del korfbal
  - Normes bàsiques
  
- TÈCNIQUES BÀSIQUES
  - La passada
  - La recepció
  - El llançament o tir
  - L'entrada a cistella
  - El desmarcatge
  - El rebot
  - L'assistència
  - El defensat
  
- FONAMENTS TÀCTICS
  - Posicions dels jugadors
  - Tàctiques o formes de joc
  - Funcions del jugadors
  - Sistemes d'atac
  - Sistemes de defensa
  
- BIBLIOGRAFIA
- DIRECTORI INTERNET



# 1. HISTÒRIA

## 1.1 Introducció

El korfbal és un esport molt popular a Holanda, en altres països minoritari però cada vegada mes conegut. És un esport innovador que va ser ideat per a promoure els principis de la cooperació i la coeducació, que el fan especialment educatiu i apte per a l'entorn escolar, essent a hores d'ara l'únic esport d'equip mixt que es practica en tot el món. En els països on és poc conegut, al korfbal se'l considera com esport alternatiu o com joc esportiu recreatiu i es va incorporant paulatinament a l'esfera dels esports de competició.

El terme korfbal és holandès, i significa korf (cistella) i bal (pilota). La seva traducció és bàsquet, però la paraula holandesa ha romàs per a evitar confusió amb el bàsquet.

En català la denominació és korfbal, korfbol o corfbol. En espanyol s'ha traduït com balonkorf.

En portuguès: corfêbol En anglès: korfbal.



## 1.2. Orígens

Els orígens del korfbal es troben més en la recreació que en l'esport d'alt nivell.

El korfbal es va originar a Holanda a començaments del s. XX. Nico Broekhuysen, professor d'Amsterdam, va elaborar la idea del joc en un curs d'estiu impartit a Suècia, on va determinar les regles. Posteriorment ho va reglamentar, codificar i institucionalitzar. Encara que la forma primitiva del korfbal fos importada de Suècia pel seu creador i fundador, es pot establir que el korfbal és d'origen holandès, doncs durant els seus gairebé 100 anys d'història el joc va evolucionar fins a convertir-se en un esport reconegut a Holanda i, posteriorment, fora d'aquest país.

El korfbal ha anat experimentant una evolució en les normes i en l'estructura de joc, com ha succeït també en altres esports. És històricament un esport d'exterior (outdoor) (1902), i el joc original es fonamentava en 3 seccions de joc: una de defensa, una intermèdia i una d'atac.

Més endavant va aparèixer l'inicialment anomenat micro-korfbal, una adaptació a 2 seccions en sales interiors (indoor) (1952), on es va suprimir la intermèdia, guanyant el joc en velocitat i

vistositat. El micro-korfbal inicial va passar posteriorment a ser l'actual korfbal, practicat tant en camps a l'aire lliure, de dimensions majors, com en pistes cobertes.



### 1.3. Evolució històrica

En 1903 es va fundar la primera associació: l'Associació Holandesa de korfbal (DKA). En 1920 es va estendre a Bèlgica des d'Holanda, fet que converteix a aquests dos països en els pioners en la seva pràctica, i actualment són els clars dominadors en les competicions internacionals. Avui en dia, el número aproximat de practicants que hi ha a Holanda és de 100.000.

La seva expansió europea comença en 1946 per Anglaterra, França i Alemanya i, gairebé simultàniament, en les Antilles Holandeses, Índia, Indonèsia, Xina Taipei i altres països de la zona asiàtica, així com posteriorment en Austràlia i Estats Units d'Amèrica.

En 1933 es funda la Federation International de Korfbal (FIK), que en 1982 passa a ser la International Korfbal Federation (IKF). El korfbal té federacions en diversos països agrupades en la IKF, i va ser reconegut pel Comitè Olímpic Internacional (COI) essent esport d'exhibició en els Jocs Olímpics d'Amberes (1920) i en els Jocs Olímpics d'Amsterdam (1928). Cap als 70 s'introduí el korfbal a Portugal i alhora a Espanya. Marbella (Màlaga) va ser on es va iniciar la pràctica a Espanya amb un considerable número de practicants. Posteriorment es va estendre cap a altres zones i amb el transcurs del temps va decaure la pràctica.

Catalunya va ser on va arrelar i és on en l'actualitat s'hi troben la majoria de clubs i entitats. Terrassa va ser la ciutat pionera en la seva pràctica a començaments dels 80. El 1982 es va fundar l'Associació Catalana per a la Promoció i Pràctica del Korfbal (ACPPK). El korfbal va ser reconegut el 1990 per la Secretària General de l'Esport de la Generalitat de Catalunya.

L'ACPPK va crear el 1999 la UCK (Unió Catalana de Korfbal), que té el reconeixement de pre-Federació Esportiva Catalana i actualment és la que manté les relacions amb la IKF i confecciona les seleccions catalanes en diferents categories per a participar als campionats internacionals de seleccions nacionals. Però és justament a l'any 2004 quan la UCK passa a ser Federació Catalana de Korfbal, és un moment trepidant per al korfbal català, ja que es veuen compensats tots els esforços tant en casa com en l'estranger per part de l'entitat catalana.

A l'actualitat el korbfbal català està reconegut internacionalment com a selecció absoluta pròpia, i els esforços per a la promoció han esdevingut vitals per tal d'aconseguir tres categories per edat i diverses lligues i competicions. Els reptes de futur no obstant, passen per consolidar aquest creixement i expandir-se a tot el Principat, fita de moment no aconseguida. El 2003 es va celebrar el centenari del korbfbal i el campionat del món a Holanda. El korbfbal es projecta cap al futur i espera participar aviat en els Jocs Olímpics.



## 2. REGLAMENT

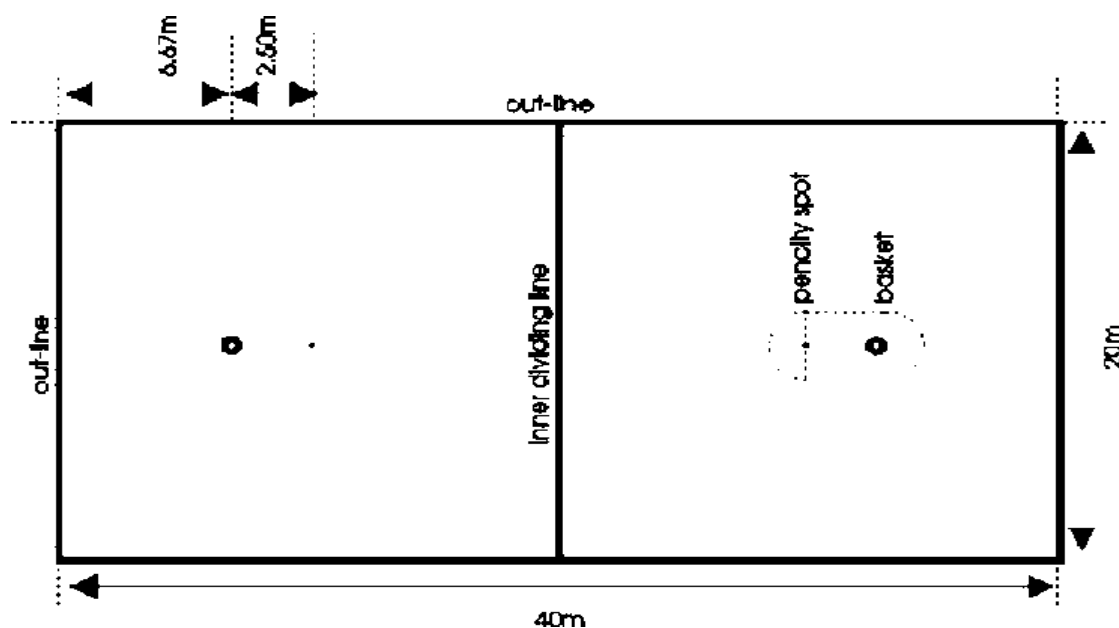
### 2.1. Principis del korbfbal

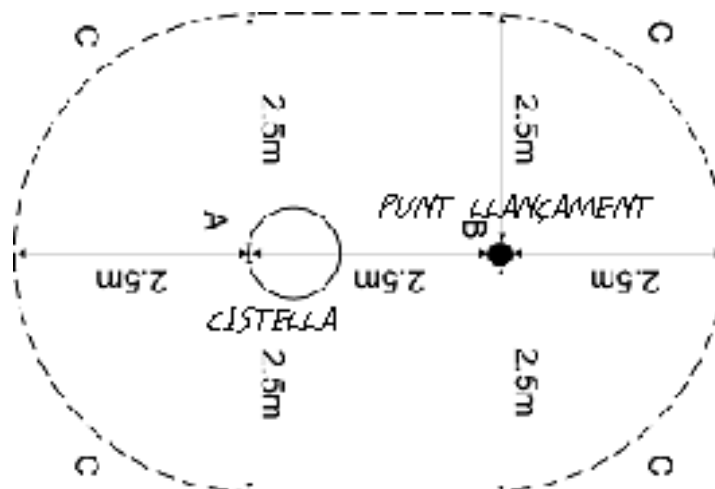
- **COOPERACIÓ** : Un jugador amb la pilota a les mans sols té la mobilitat que li permet una passa o el "pivot" de la mateixa sobre un peu. És prohibit desplaçar-se amb la pilota i jugar individualment. Això obliga a jugar amb la resta dels companys i evita el joc individual d'un sol jugador.
- **NO VIOLÈNCIA** : La tècnica i l'agilitat són per sobre la força física i el joc brut. Impedir el moviment lliure del contrari és prohibit, tant si es fa amb intenció o sense. Així com treure la pilota de les mans a un altre jugador.
- **JOC MIXT** : Per a fer que tothom tingui les mateixes oportunitats, és prohibit defensar a un jugador del sexe contrari, ja sigui per impedir un llançament a cistella o una passada.
- **NO ESPECIALITZACIÓ** : Cada dues cistelles es canvia de funció i de zona. Els atacants es converteixen en defensors i els defensors en atacants.
- **HABILITAT** : Per llançar a cistella cal estar desmarcat. El defensor intentarà mantenir al seu atacant en posició de "defensat". És "defensat" quan un jugador defensa al seu atacant estant més a prop del korb o cistella, a menys d'un braç de distància i amb la mà intentant tapar la pilota en posició de llançament.
- **COEDUCACIÓ** : Possibilitat als centres d'ensenyament de practicar un esport mixt originari. Implantació d'igualtat de funcions al terreny de joc, ja que en un mateix equip cohabituen, juguen, comparteixen, cooperen més, es relacionen i competeixen nois i noies.

## 2.2. Normes bàsiques

L'objectiu del korbfbal és encistellar una pilota dins una cistella d'una alçada de 3.5 metres.

- Jugadors: El partit enfronta a 2 equips, formats per 8 jugadors cadascun, els quals es divideixen a raó de 2 jugadors i 2 jugadores per zona.
- Superfície: El korbfbal es practica en una zona rectangular de 40x20 metres, dividida en dues zones iguals.
- Subjeccions: Les subjeccions es col·loquen cadascuna a una zona a l'eix longitudinal del terreny, a 6.6 metres de la línia de fons. Les cistelles es col·loquen una alçada de 3.5 metres sobre aquestes subjeccions de metall.
- Cistelles o korfs: A cada pal s'acobra un cilindre de vímet sense fons. Les cistelles tenen 25cm d'alçada i 29-41cm de diàmetre. A l'any 2003 es va canviar la tradicional cistella per una de més moderna.
- Pilota: s'utilitza la mateixa que la de futbol del número 5, i amb un pes d'entre 425 grams i 475 grams.
- Àrbitre: És qui s'encarrega de fer respectar i seguir les regles del joc i sancionar tot comportament dolent que puguin fer els jugadors.
- Canvi de zones: Cada dues encistellades es farà un canvi de zona i de funció: els defensors passen a l'atac i els atacants a la defensa.
- Llançament de falta: Es realitzarà en contra de l'equip que hagi comès una infracció del reglament oficial i es farà efectiu en el lloc on s'ha comès. (No es pot llençar directament a la cistella). La resta de jugadors hauran de estar 2,5m del lloc on es realitza la falta i l'executant té 4seg per passar la pilota.
- Llançament de penalty: És la sanció màxima i més severa i consisteix en un llançament directe a cistella a una distància de 2,5m de distància.
- Guanyarà el partit l'equip que hagi encistellat més pilotes a la cistella.





### 2.3. Infraccions o faltes

- Defensat: Serà defensat quan un atacant llença a cistella tenint el seu defensor possibilitat de tocar-li el pit o la pilota amb la mà. Es a dir serà defensat quan el defensa estigui entre l'atacant i la cistella i tingui el braç aixecat a menys d'un metre de distància de l'atacant.
- Tall: Serà tall o bloqueig quan un atacant provoqui que el seu defensa topi amb un altre atacant.

## 3. TÉCNIQUES BÀSIQUES

### 3.1. La passada

Com que el reglament impedeix qualsevol desplaçament amb la pilota, la passada és el fonament tècnic més important del korbball.

La més emprada és la passada amb una mà des de dalt, perquè dona velocitat a les diferents accions i possibilita canvis de joc amb desplaçaments llargs. La passada de pit també és força freqüent, especialment per a distàncies curtes.

També es poden fer servir la passada de cullera i la passada a una mà amb bot (picada).

### 3.2. La recepció

La passada i la recepció van estretament units. No pot haver continuïtat al joc d'un equip sense que els jugadors dominin aquesta tècnica.

Per fer una bona recepció al moment d'agafar la pilota hem de tenir els braços estirats i un cop es contacta amb la pilota, flexionar-los cap al cos. Es tracta de recollir i esmorteir la força que porta la passada.

### 3.3. El llançament o tir

La majoria de vegades el llançament ha de ser des d'una distància llunyana al korf.  
La tècnica de tir varia en funció de la distància i dels peus recolzats.

#### 3.3.1 El tir en funció de la distància

Hem d'agafar la pilota amb les mans en forma de triangle: els polzes formen la base i els índexs es col·loquen als costats. Els braços i les cames els tindrem flexionats.

Pel llançament hem de saltar alhora que estirem cames i braços i deixem anar la pilota al moment que es trobi al punt més alt. Els braços i els dits han de restar en direcció al korf.

Si la distància de tir és més gran de 6m el punt de partida de la pilota serà de sota la barbeta; a mida que la distància és més curta la pilota es col·locarà més elevada a la posició inicial, fins i tot damunt del cap, i els braços es trobaran menys flexionats.

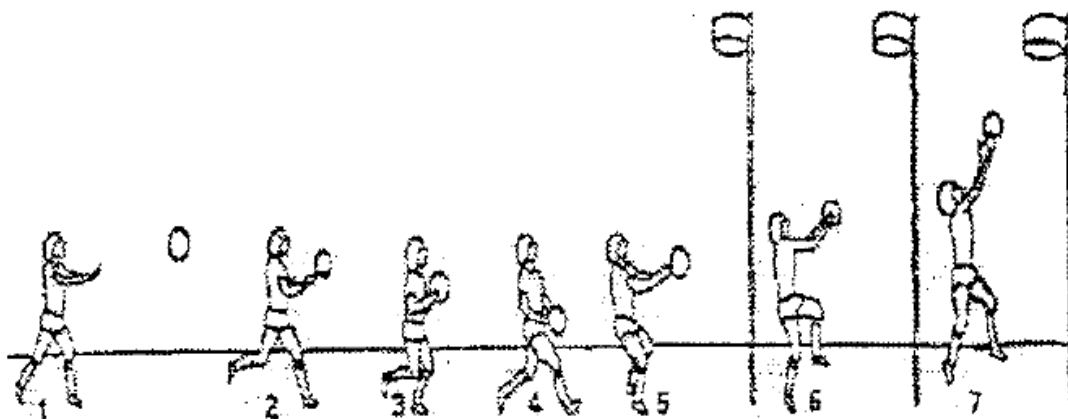
#### 3.3.2 El tir en funció dels recolzaments

Amb dos recolzaments: la col·locació de braços i cames serà la que hem explicat anteriorment. El principal és que s'han de mantenir els dos peus amb contacte amb el terra. Les cames estaran lleugerament separades i els peus orientats cap al korf. Després del salt hem de caure al mateix lloc.

Amb un recolzament: és un tir en moviment i fa que el defensor tingui més dificultat per tancar el llançament. S'aprofita la sortida d'una finta per enllaçar el tir amb un desmarcatge. El moviment de braços i la posició de la pilota de partida són les mateixes que amb dos recolzaments, però hem d'impulsar el salt amb un sol peu.

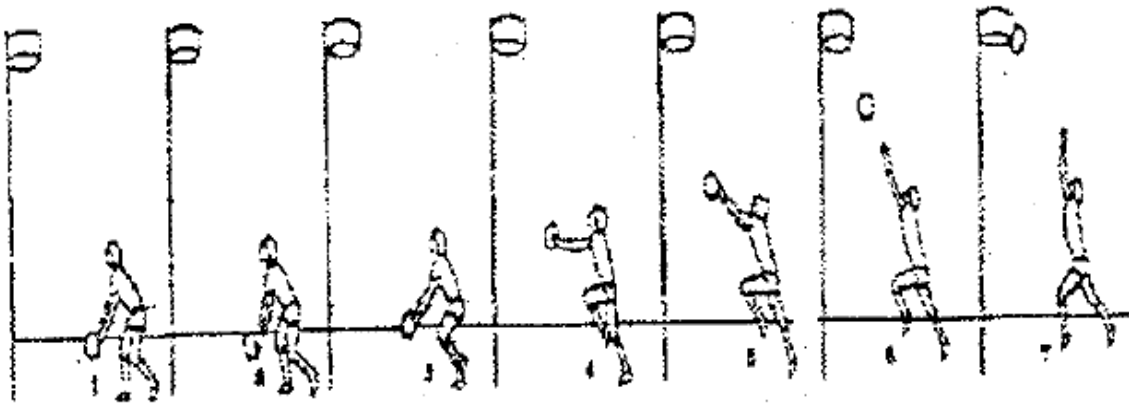
### 3.4 L'entrada a cistella

Es produeix quan l'atacant es dirigeix directament cap al korf deixant enrera el seu marcador i, per tant, quedant-se lliure. S'ha de fer un petit salt al moment de rebre la pilota, aprofitar els dos recolzaments (un de cada peu) que permet el reglament i es llançarà de manera relaxada, saltant i aixecant el genoll de la cama amb que hem fet el 1r recolzament. La pilota s'agafa per la base i es va aixecant amb els braços flexionats des de la cintura, deixant-la anar al moment que es trobi el més amunt possible. Els braços han de quedar estirats i en direcció al korf.





La tècnica per **llançar el penalty** és la mateixa que per l'entrada. L'única diferència és que s'ha de fer des d'una posició estàtica. Es col·loca un peu una mica més avançat que l'altre i s'aixeca la pilota per sobre el cap al mateix temps que s'aixeca el genoll de la cama contrària. No es pot recolzar el peu d'aquesta cama abans que no hagi sortit la pilota de les mans.



### 3.5 El desmarcatge

És imprescindible perquè l'atacant pugui aconseguir una posició lliure per llançar. Per fer un desmarcatge serà necessari combinar una parada, un canvi de direcció i un canvi de ritme. Per evitar córrer d'esquenes és molt important també controlar els desplaçaments laterals (cames i peus miren cap a on es corre però tronc i cap estan orientats cap a la pilota).

### 3.6 El rebot

És un dels conceptes clau del joc. Quan es fa un llançament és molt probable que la pilota no entri al korf i caigui fóra. Per aquesta raó és molt important que un jugador sàpiga col·locar-se de manera que aconseguixi impedir que el contrari agafi una millor posició. Es tracta de situar-se a l'interior d'una circumferència imaginària d'un metre al voltant del korf i impedir amb el cos (no amb braços ni cames...) que cap contrari hi entri.

### 3.7 L'assistència

L'assistent és el jugador que fa la passada perquè un company pugui llançar lliurement. Es pot fer des de qualsevol part del camp però les zones més "calents" són entre 2 i 3 metres davant la cistella. Per ocupar aquestes posicions serà necessari efectuar un canvi de direcció i un canvi de ritme.

### 3.8 El defensat

És el gran recurs del defensor. S'ha de fer complint els tres requisits que marca el reglament:

- a) Estar a la distància d'un braç i mirant el contrari.
- b) Intentar bloquejar el llançament.
- c) Trobar-se més a prop del korf que l'atacant.

Cal una pressió forta en defensa i una bona capacitat de reacció contra el desmarcatge.



## 4. FONAMENTS TÀCTICS

### 4.1 Posicions dels jugadors

- **Rebot:** Es trobarà en posició de rebot aquell jugador que hagi aconseguit col·locar-se entre el seu defensor i la cistella i a més es trobi prop d'aquesta. Es a dir, el rebot serà aquell jugador que està preparat per recollir les pilotes que no entren a la cistella després d'un llançament.
- **Mig o assistent:** Es trobarà en la posició de mig aquell jugador atacant que es col·loqui d'esquena a la cistella i amb el seu defensor darrera. Es una posició per assistir als companys, servirà fonamentalment per rebre i donar passades.
- **Quadre d'atac:** Grup de 4 jugadors, dos homes i dos dones, que tenen com a funció atacar. Ocuparan un mig camp.
- **Quadre de defensa:** Grup de 4 jugadors, dos homes i dos dones, que tenen com a funció defensar. Ocuparan un mig camp.

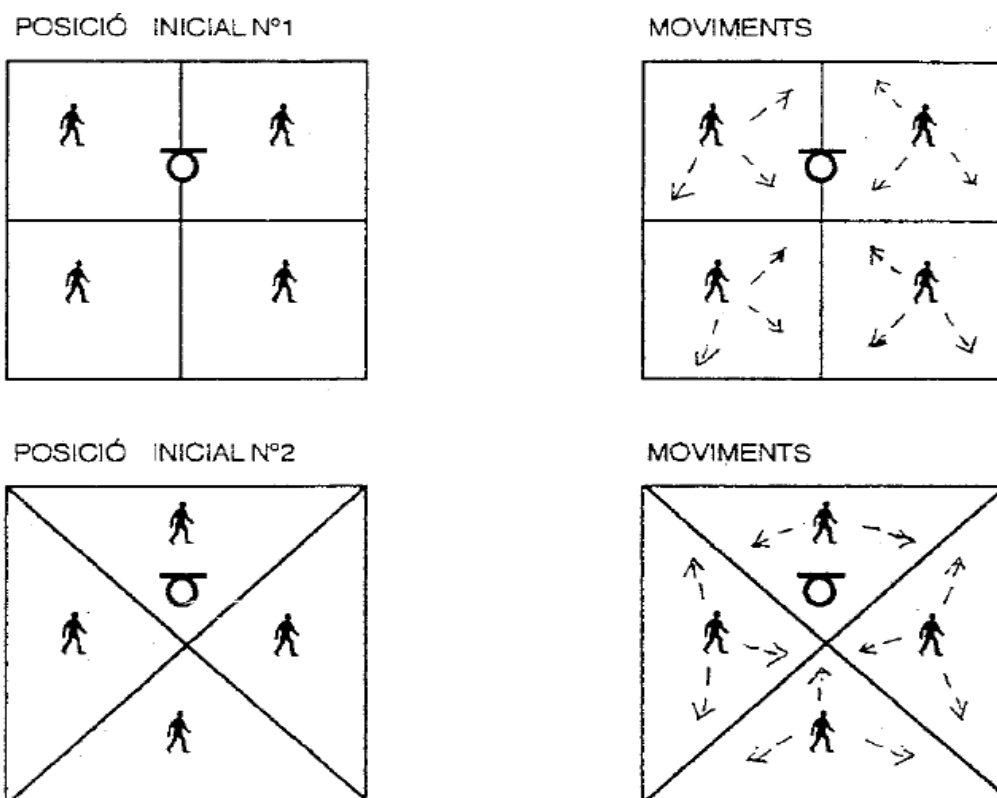
## 4.2 Tàctiques o formes de joc

- Defensa rebot: És aquella defensa que té com a objectiu que els atacants no aconseguixin la posició de rebot. Per tant, el defensor marcarà sense pressionar al seu atacant.
- Defensa pressionant: També anomenada 'for checking', serà aquella defensa que intenta evitar el llançament dels atacants. Per tant, el defensor pressionarà al seu atacant defensant des de molt a prop.
- Defensa mixta: És aquella defensa on una part de l'equip fa una defensa rebot i l'altra defensa pressionant.

## 4.3 Funcions dels jugadors

És molt important l'ocupació de les zones lliures de l'espai de joc. Com que cap jugador té una posició fixa al camp, les funcions de rebotador, assistent o llançador són ocupades per tothom així que és fonamental saber-se desplaçar dins el camp per obtenir la màxima eficàcia.

Hi ha dues posicions inicials o maneres de distribuir-se el camp i cada una d'elles implica diferents moviments dels jugadors:



Quan un jugador es desplaça de la seva zona un dels seus companys ha de fer també un canvi de posició. D'aquesta manera els jugadors podran anar rotant permanentment i al mateix temps mantenir ocupat tot el camp. La pilota s'ha de passar sempre avançada respecte on es desplaça el company; si la passéssim just a on es troba impedirem el moviment i la posició de l'equip seria totalment estàtica. A més, el jugador que rep la pilota ha de fer una finta (desmarcatge) cap al costat contrari al que vol rebre, d'aquesta manera impedirà interceptar la pilota al defensor.

## 4.4 Sistemes d'atac

Depenen de la situació al camp dels llançadors, rebotador i assistent. Podem establir quatre sistemes:

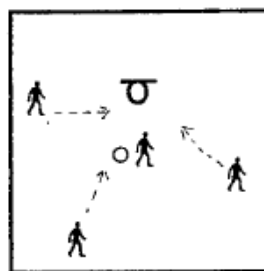
- Tres llançadors exteriors i un rebot.
- Tres exteriors que provaran d'entrar a cistella i un assistent.
- Dos exteriors (tir o entrada), un assistent i un rebot
- Tres exteriors (tir o entrada) i un assistent-rebot.

SISTEMA (A): 3-0-1



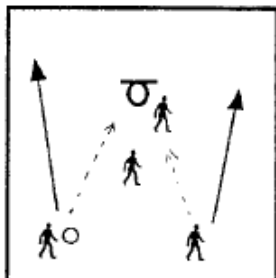
Tres llançadors exteriors i un rebot.

SISTEMA (B): 3-1-0



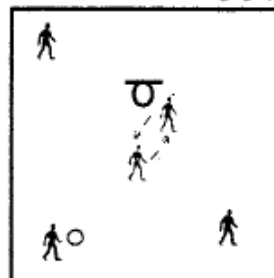
Tres exteriors que provaran d'entrar a cistella i un assistent.

SISTEMA (C): 2-1-1

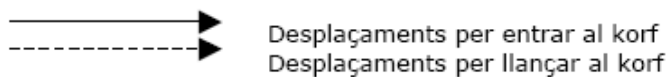


Dos exteriors (tir o entrada), un assistent i un rebot.

SISTEMA (D): 3-1-0  
3-0-1



Tres exteriors (tir o entrada) i un assistent-rebot.



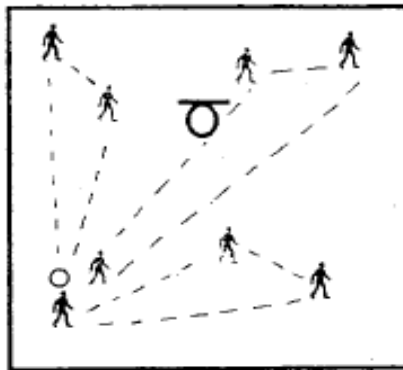
Recorda que els jugadors no ocupen funcions fixes al camp (no especialització) i, per tant aquestes poden anar variant al llarg del joc.

#### 4.5. Sistemes de defensa

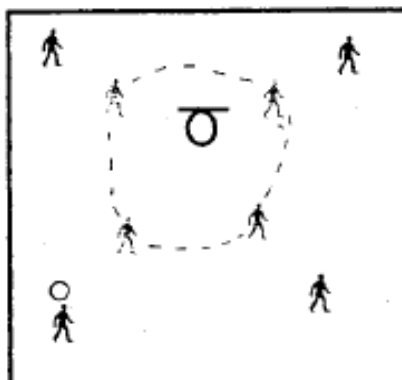
- Defensa individual: Es tracta d'evitar el llançament dels rivals utilitzant el "defensat" Cal, per tant, seguir el contrari per tot arreu amb un marcatge individual pressionant.



- Defensa en triangle: Es busca tallar les passades del contrari. Cal controlar la situació de la pilota i del rival. Cal evitar qualsevol opció d'entrada o llançament fent servir el defensat.



- Defensa de rebot: L'objectiu és impedir que el contrari guanyi la posició de rebot. No es pressiona el llançament llunyà (6-7m). Els llançaments propers es tapan amb el defensat.



## **BIBLIOGRAFIA**

- Arderiu, M. i Castillo, J.M.: Apunts Curs d'Estiu INEFC 1998. "Korfbal: un deporte mixto".
- Padró, F. et alt. : Unidades didácticas para secundaria X: Korfbal. Fútbol americano. Editorial Inde. Barcelona 1999.
- Virosta, Alberto: Balonkorf en Deportes Alternativos (pp 81-88). Editorial Gymnos. 1994.

## **DIRECTORI INTERNET**

- <http://www.korfbalers.com> Federació Catalana de Korfbal. Reglament oficial, fòrum, informació de clubs, competicions..
- <http://www.korfbalworld.com> Informació general sobre el món del korfbal. Galeria de fotos molt bones i explicatives.
- <http://www.ikf.org> Federació Internacional de Korfbal.
- <http://www.korfbalnet.com/> Informació general sobre korfbal.

## **Cal veure!**

Enllaç a un video on es parla del korfbol:

[http://video.xtec.cat:8080/ramgen/edu3tv/video/tvc/esports/001\\_74833.rm](http://video.xtec.cat:8080/ramgen/edu3tv/video/tvc/esports/001_74833.rm)



