



GUÍA N°2 SEGUNDO SEMESTRE EDUCACIÓN FÍSICA 2° AÑO MEDIO

Objetivo aprendizaje: Perfeccionar y aplicar controladamente las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en:
- Un deporte de oposición y colaboración (OA1).

Nombre del estudiante: _____
Correo electrónico: _____
Fecha de realización: _____

****Si surge alguna pregunta, no dudes en contactarme al correo amgd.gomez@gmail.com, o al whatsapp +56 9 64349754****

DEPORTES COLECTIVOS “BALON MANO”

I. Lee con atención el texto que se presenta a continuación:

Este juego, según expertos, se remonta a la antigüedad griega. Se cree que en esa época se jugaba un juego que consistía en que una pelota del tamaño de una manzana no tocara el suelo. Así fue descrito en el libro La Odisea de Homero. Este juego se conocía con el nombre de “Juego de Urania”.

El juego balonmano, como hoy lo conocemos, tiene sus orígenes a finales del siglo XIX en Europa central. En 1892, el profesor de gimnasia Konrad Koch, inventó un juego de características similares al actual balonmano: el “Raffballspied” como forma de entrenamiento para los gimnastas. Pero es Max Heiser considerado como el padre del balonmano moderno. Uruguay también se disputa el origen de este juego.

El handball forma parte de los Juegos Olímpicos desde 1972 en categoría masculina y desde 1976 en la femenina.





Del texto anterior responde las siguientes preguntas:

1.- ¿De dónde surge el deporte? (1 pto)

2.- ¿En qué libro fue descrito el “Juego de urania”? (1 pto)

3.- ¿En qué año el Handball femenino forma parte de los juegos olímpicos? (1pto)

EL CAMPO DE JUEGO

El terreno de juego es un rectángulo de 40 metros de largo y 20 metros de ancho, que está formado por dos áreas, una donde están los arqueros y otra donde juegan los equipos. Es decir, un área de portería y un área de juego.

Las líneas exteriores más largas se llaman líneas de banda y las más cortas líneas de portería, las cuales se encuentran entre los postes de la portería, y también líneas exteriores de portería, que están a cada lado de la portería.

Obviamente, las características del terreno de juego no pueden ser modificadas en beneficio de un solo equipo en ningún aspecto. Las zonas deben ser iguales para ambos equipos.

Debería rodear el terreno de juego una zona de seguridad de 1 metro de ancho por el exterior de las líneas de banda y de 2 metros detrás de las líneas de portería.

El objetivo del juego es conseguir meter más goles que el rival en la portería contraria. Para conseguir un gol, los jugadores deben lanzar el balón desde fuera del área de 6 metros o bien saltando, también desde fuera del área, por encima de ella y lanzando antes de caer. El balón debe sobrepasar totalmente la vertical de línea de gol para que el gol sea válido.



II.- Dibuja una cancha de handball o balón mano con sus líneas, áreas de juego y medidas. (10 puntos)



REGLAMENTO DEL HANDBALL O BALON MANO

- 1.- No demorarse con el balón más de 3 segundos
- 2.- No tocar el balón por debajo de la rodilla ni pies (esto no aplica para el arquero en el área)
- 3.- No driblar, tomar la pelota con ambas manos y volver a driblar (caminar)
- 4.- No pisar el área del portero.
- 5.- En caso de obstrucción de un tiro con clara oportunidad de gol como estando frente al arquero se cobra penalti.
- 6.- Si hay una falta cerca al área se cobra tiro franco.
- 7.- El saque de banda debe efectuarse pisando la línea con un pie y sacando con las manos.
- 8.- La cancha debe medir 20x40m, tiene una línea de tiro franco 9 m de la portería, la línea de penalti a 7m , línea de arquero a 4m y un área de 6m, y su portería es de 3x2m.
- 9.- Cada equipo en la cancha consta de 14 jugadores en el juego hay 6 campo y un portero y el resto en el banco de suplencia.
- 10.- El balón debe ser redondo sin superficie resbalosa ni brillante debe estar fabricada con piel o material sintético su tamaño debe ser de 58 a 60 cm de circunferencia.
- 11.- No se puede impedir el paso a un jugador con los brazos o las piernas.
- 12.- Dentro de la línea, el portero no será castigado si se hace pasos o dobles.
- 13.- En esta categoría se prohíbe la utilización de sustancias adhesivas o pegamentos.
- 14.- Se permite al portero salir de su área de portería sin tener que hacer la jugada de portero jugador.
- 15.- Debe entenderse que un equipo está en posesión del balón: cuando cualquier jugador del equipo tiene el balón; o cuando se va a realizar un saque o lanzamiento a favor.
- 16.- Se prohíben las Defensas Mixtas.
- 17.- En el acta del partido se reflejara como resultado final dicha diferencia.
- 18.- La duración de cada partido será de 60 minutos divididos en dos tiempos de 30 minutos





III. - Responda las siguientes preguntas a partir del texto anterior “Reglamento del balón mano”

1.- Elija 3 reglas nómbrelas y explíquelas con sus propias palabras, contextualizándolas en un juego real de balón mano. (2 pts. c/u)

a) _____

b) _____

c) _____

2.- Jugador A, corre con el balón 3 segundos y le da un pase al jugador B, el jugador B tiene el balón por 2 segundos y se lo pasa al Jugador C, quien corre al área y anota un gol, demorándose 4 segundos. ¿Es válido el gol del jugador? ¿Qué se debería cobrar en este caso? Fundamenta tu respuesta. (2 puntos)

3.- ¿Has jugado balón mano alguna vez? ¿Qué te parece este deporte? ¿Te gusto el tema de la guía? (1 punto)





IV.- Crear balón de handball (10 puntos)

Materiales:

- 1.- Globo
- 2.- Cinta adhesiva (scotch)
- 3.- Papel de diario
- 4.- Bolsa plástica (de negocio)
- 5.- pintura o plumones para decoración

Paso 1: Infla el globo con un diámetro de 20 cms. Aproximadamente, hazle un nudo.

Paso 2: Cubre el globo con papel de diario y pégalo con cinta adhesiva, repite este paso al menos 4 veces.

Paso 3: Cubre el balón con la bolsa plástica y vuelve a colocarle cinta adhesiva.

Paso 4: Decora el balón lo más similar a uno de balón mano.

Luego tomaras una fotografía del balón y enviarla a mi correo:

Amgd.gomez@gmail.com, en el correo mencionar nombre y curso.

****Este balón deberás guardarlo hasta la siguiente entrega de guías, ya que lo usarás para la actividad.****

