****

**Departamento de**

**Educación Física**

**Y deportes**

**Guía de trabajo Taller Deportivo Balonmano**

**Profesor**: Carlos Infante Rojas

Nivel: **1° y 2° Medio**

**Nombre del Estuduiante** :

Objetivos:

1) Conocer las reglas del Hándbol

2) Aplicar las reglas del hándbol en ituaciones de juego específicas

**Instrucciones**

* El presente trabajo se realiza individualmente
* Leer comprensivamente el texto y contestar el cuestionario en su cuaderno.
* El contenido de esta guía le servirá para resolver el cuestionario, además si es necesario puede investigar en internet.

**Balonmano**

**¿** El terreno de juego es un rectángulo de 40 m. de largo y 20 m. de ancho; los lados más largos se llaman"líneas de banda" y los cortos "líneas de portería". Éste rectángulo se encuentra dividido en dos mitades,separadas por una línea central paralela a las líneas de portería. El área mide 6 metros, el tiro de penal 7 metros y la zona de tira libre mide 9 metros, con respecto al arco.

Para equipos de más de 16 años, la duración del partido será de dos tiempos de 30 minutos, con 10

minutos de descanso.

Para los equipos de jóvenes de 12 a 16 años, la duración del partido será de dos tiempos de 25 minutos y

para los niños de 8 a 12 años, dos tiempos de 20 minutos y en ambos casos con un descanso de 10

minutos.

Para niños menores de 8 años, la duración del juego es de dos tiempos, tiempos de 15 minutos, siempre con un descanso de 10 minutos entre cada tiempo.

Un equipo está integrado por 12 jugadores, los cuáles deben inscribirse en el acta de partido.

En el terreno de juego sólo debe haber un máximo de 7 jugadores (6jugadores de campo y 1 portero). En la

zona de cambio no se admite más que a los reservas, jugadores excluidos y 4 oficiales.

Se deben presentar un mínimo de cinco jugadores para dar comienzo al encuentro.

Se considera a un jugador autorizado para jugar, cuando está presente e inscrito en el acta en el momento

en que se efectúa el golpe de silbato del saque de centro inicial.

Un jugador autorizado puede entrar en cualquier momento en el terreno de juego desde su zona de cambio.

Los jugadores y oficiales que lleguen después de haberse iniciado el partido deben obtener del anotador cronometrador

la autorización para participar en el mismo. Si un jugador no autorizado entra en el terreno de

juego, los árbitros ordenan un golpe franco en contra de su equipo y una descalificación al jugador.

Durante el partido los reservas podrán entrar en cualquier momento y de manera repetida, sin avisar al anotador-cronometrador, siempre que los jugadores que deben sustituirse hayan abandonado el terreno de juego

.La salida y entrada del terreno de juego debe efectuarse únicamente a través de la propia zona de cambio.

Cuando un jugador reserva penetra en el terreno de juego indebidamente o interviene de manera ilícita fuera del procedimiento normal del cambio, será sancionado con dos minutos de exclusión y otro jugador debe abandonar el terreno de juego por dos minutos.

Al arquero se le permite:

-Sobre el área de portería, tocar el balón con cualquier parte del cuerpo siempre que lo haga con intención defensiva.

-Sobre el área de portería, desplazarse con el balón sin restricción alguna.

-Abandonar el área de portería sin estar en posesión del balón y tomar parte en el juego. Entonces queda sometido a las mismas reglas que rigen para los jugadores de campo.

-Abandonar el área de portería, en una acción defensiva con el balón, sin haberlo controlado y continuar jugándolo fuera de dicha área.

- Poner en peligro al adversario en cualquier acción defensiva.

- Lanzar intencionalmente el balón ya controlado detrás de su propia línea de portería, fuera de la portería

- Salir del área de portería con el balón controlado

- Tocar el balón fuera del área de portería, después de un saque de portería, si no ha sido tocado mientras tanto por otro jugador.

- Introducir el balón dentro del área de portería que esté parado o rodando en el suelo exterior de dicha área.

- Entrar con el balón en su propia área de portería procedente del terreno de juego.

- tocar con el pie o la pierna por debajo de la rodilla el balón que se halla en el área de portería o que se dirige al campo de juego.

- Franquear la marca de 4 metros o su prolongación imaginaria cuando se ejecuta un lanzamiento de 7 metros hasta que el balón haya salido de la mano del lanzador.

Sólo el portero tiene derecho a encontrarse en el área de portería. Todo jugador de campo que con

cualquier parte de su cuerpo toque el área de portería, incluida la línea de área de portería, se considerará que ha penetrado en ella.

La violación del área de portería por un jugador de campo, se sancionará con:

- Tiro libre, si un jugador de campo penetra en el ella con el balón

- Tira Libre, si un jugador penetra en el área de portería sin balón, consiguiendo así alguna ventaja.

- Lanzamiento de 7 metros si un jugador del equipo defensor penetra en el área de portería obteniendo una ventaja sobre el jugador atacante que está en posesión del balón.

- Cuando un jugador después de haber jugador el balón, penetra en el área de portería, con la condición que ello no suponga una desventaja para el contrario.

- Cuando un jugador sin balón viola el área de portería y no obtiene ninguna ventaja.

- Cuando un defensor penetra en el área de portería durante o después de una intervención defensiva sin prejuicio para el contrario.

-En el área de portería, el balón pertenece al portero. Se prohíbe a cualquier otro jugador tocar el balón que se encuentre en contacto con el suelo, parado o en movimiento, o en poder del portero. El balón que se encuentra en el aire encima del área de portería puede jugarse libremente.

- El balón que llega durante el juego al área de portería, debe ser puesto de nuevo en juego por el portero.

- Cuando un jugador del equipo defensor toca el balón con propósito defensivo y el balón es controlado por

el portero o queda en el área de portería, no se interrumpe el juego.

- Gol, si el balón entra en la portería

- Tiro Libre, si el portero toca el balón sin que se produzca gol

- Tiro Libre, si el balón queda sobre el área de portería o franquee la línea exterior de portería o por encima de la portería.

- El juego prosigue si el balón atraviesa el área de portería sin tocar al portero. El balón que vuelve al campo de juego desde el área de portería, continúa el juego.

El balón puede jugarse de la siguiente manera:

- Lanzar, golpear, empujar, golpear con el puño, parar, o coger el balón con ayuda de las manos, brazos, cabeza, tronco, muslos y rodillas.

- Tener el balón durante tres segundos como máximo tanto en las manos, como si se encuentra en el suelo.

- Dar tres pasos como máximo, con el balón en las manos.

1- Cuando un jugador, con los dos pies en contacto con el suelo, levanta uno y lo vuelve a colocar en el suelo, levanta o desplaza uno.

2- Cuando un jugador con un pie en el suelo, recepción el balón y toca a continuación el suelo con el otro pie.

3- Cuando un jugador en suspensión toca el suelo con un sólo pie y vuelve a saltar sobre el mismo pie, o toca el suelo con el segundo pie.

4- Cuando un jugador en suspensión toca el suelo con los dos pies al mismo tiempo y levanta un pie y lo vuelve a colocar en el suelo o desplaza un pie.

¿Cuándo se considera balón botado?

Se considera que el balón es botado o lanzado al suelo cuando el jugador lo toca con cualquier parte del cuerpo, intencionalmente, dirigiéndolo al suelo.

El balón puede ser de nuevo lanzado al suelo y recogido si, entretanto, ha tocado otro jugador o la portería. el resto del partido, por lo que

debe abandonar inmediatamente el terreno de juego y la zona de cambio. El requerimiento de abandonar la zona de cambio implica también que el jugador u oficial no puede situarse en ningún lugar desde el que pueda tener alguna influencia sobre el equipo.

El equipo al que se ha descalificado un jugador debe jugar con un jugador menos pero una vez transcurrido el tiempo de dos minutos de exclusión, el equipo puede jugar en el terreno de juego con el mismo número de jugadores que antes de la descalificación.

2- En caso de actitud antideportiva grave o agresión con descalificación no obstante el equipo puede

comenzar el partid con 12 jugadores.

*Durante el descanso:*

3- En caso de actitud antideportiva, con una amonestación

4- En caso de actitud antideportiva repetida o grave, o agresión, con descalificación.

*Después del partido:*

5- Informe escrito.

Se ordena lanzamiento de 7 metros en los casos siguientes:

1- Cuando con una infracción en cualquier parte del terreno de juego, se frustra una clara ocasión de gol, incluso si la comete un oficial.

2- Cuando un defensor entra en su propia área de portería obteniendo una ventaja sobre el jugador

atacante en posesión del balón.

3- Señal de fin de partido, no justificada, existiendo una clara ocasión de gol

4- Evitar una clara ocasión de gol por la intervención de una persona no participante en el juego.

Cuando se ordena un lanzamiento de 7 metros, los árbitros deben detener el tiempo de juego.

El lanzamiento de 7 metros tiene que ser efectuado directamente hacia la portería y dentro de los tres segundos siguientes al toque de silbato del árbitro central.

Cuando se ejecuta un lanzamiento de 7 metros el jugador que lanza no debe tocar ni franquear la línea de 7 metros antes que el balón haya salido de su mano.

Después de un lanzamiento de 7 m el balón sólo podrá jugarse de nuevo después de que haya tocado de nuevo al portero o a la portería.

Cuando se ejecuta un lanzamiento de 7 m únicamente el lanzador puede permanecer entre las líneas de área de portería y de golpe franco.

Si un jugador del equipo atacante toca o rebasa la línea de tiro libre antes que el balón haya salido de la mano del lanzador, se sanciona con un golpe franco favorable al equipo defensor.

Cuando se ejecuta un lanzamiento de 7m los jugadores contrarios deben mantenerse a 3m como mínimo de la línea de 7 m. Si un jugador del equipo defensor toca o rebasa la línea de tiro libre o se acerca a menos de 3 m. de la línea de 7 m. antes de que el balón haya salido de su mano, se decide lo siguiente:

1- Gol, si el balón entra en la portería

2- Repetición del lanzamiento de 7 m. en todos los demás casos.

cuando el portero franquea la línea de limitación para el portero, línea de 4 m., antes de que el balón salga de la mano del lanzador, el lanzamiento de 7m. se repetirá si no se ha conseguido gol.

**Cuestionario**

1-¿Dónde deben ubicarse los jugadores que no están jugando?

2.-¿ Cuál es la función del capitán del equipo?

3.-¿Cuál es la función del entrenador del equipo?

4.-¿Cuál es el número de jugadores que debe tener el equipo para comenzar el partido

5.-¿Cuál es la sanción que recibe un jugador reserva que ingresa sin autorización al campo de juego.

6.-Menciona una de las situaciones de juego que deben suceder para sancionar con tiro de 7 metros.

7.-¿Describe una de las acciones de juego que se le permite al arquero

8.-¿Cuándo y en que zona se permite el ingreso de un jugador sustituto

9.-¿ ¿ En que momento puede ingresar un jugador reserva al campo de juego

10.-¿Cómo se denominan las posiciones de los jugadores

11.-¿ Cuál es el máximo de sustituciones que se permiten?

12.-¿Qué sucede en el caso que un jugador sea expulsado o descalificado?

13.-¿Cuándo el balón está afuera?

**Tabla de Puntajes 15 Puntos al 60%**

**1 Punto por pregunta correcta**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Puntos*** | ***Nota*** | ***Puntos*** | ***Nota*** | ***Puntos*** | ***Nota*** |
| ***15*** | ***7,0*** | ***8*** | ***3,7*** | ***1*** | ***1,3*** |
| ***14*** | ***6,5*** | ***7*** | ***3,3*** | ***0*** | ***1,0*** |
| ***13*** | ***6.0*** | ***6*** | ***3,0*** |  |  |
| ***12*** | ***5,5*** | ***5*** | ***2,7*** |  |  |
| ***11*** | ***5,0*** | ***4*** | ***2,3*** |
| ***10*** | ***4,5*** | ***3*** | ***2,0*** |