



Docente: MAURICIO URIBE Grado: NOVENO Área: ED. FISICA Período: 2do

TEMA: BALONMANO

TEÓRICO

1. ESCRIBA LA HISTORIA DEL BALONMANO HACIENDO ESPECIAL ÉNFASIS EN LOS SIGUIENTES ASPECTOS: ORÍGENES, EVOLUCIÓN Y BIOGRAFÍA DEL CREADOR DEL DEPORTE.
2. EN UNA HOJA TAMAÑO CARTA DISEÑE LA CANCHA DE BALONMANO, DISCRIMINANDO TODAS LAS ZONAS DE JUEGO, MEDIDA DE LAS LÍNEAS Y DIMENSIONES DE LA MISMA. LAS ZONAS DE LA CANCHA DEBEN IR COLOREADAS SEGÚN EL CAMPO OLÍMPICO.
3. DESCRIBA BREVEMENTE EL REGLAMENTO DEL VOLEIBOL Y DIBUJE EL BALÓN INDICANDO EL PESO Y EL MATERIAL DE ACUERDO A LAS CATEGORIAS.
4. QUE PROCESOS DE COORDINACIÓN SE DESARROLLAN CON LA PRÁCTICA DEL BALONMANO.
5. GRAFIQUE LAS SEÑALIZACIONES DE LOS JUECES CON SU RESPECTIVA EXPLICACION.
6. CUALES SON LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BALONMANO Y EXPLIQUE CADA UNO DE ELLOS.

PRÁCTICO

1. REALIZAR DIEZ LANZAMIENTOS A LA PORTERIA.
2. REALIZAR DIEZ PASES A DIFERENTES ALTURAS.
3. REALIZAR 5 DESPLAZAMIENTOS CON CAMBIOS DE DIRECCION
4. REALIZAR UN EJERCICIO DONDE SE EVIDENCIE LAS HABILIDADES DE AMAGUEL O FINTA.

NOTA:

EL TRABAJO SE DEBE ENTREGAR EN HOJAS BLOCK Y ELABORADO A MANO



Docente: MAURICIO URIBE Grado: NOVENO Área: ED. FISICA Período: 2do

TEMA: BALONMANO

- 1.- ¿EN QUÉ CONSISTE EL JUEGO DEL BALONMANO?
- 2.- ¿CUÁNTOS JUGADORES HAY POR EQUIPO EN UN PARTIDO DE BALONMANO?
- 3.- ¿CUÁNTO MIDE UN CAMPO DE BALONMANO?
- 4.- ¿QUÉ ES EL ÁREA DE PORTERÍA?
- 5.- ¿A CUÁNTOS METROS ESTÁ LA LÍNEA DE PENALTI?
- 6.- ¿LA LÍNEA DE TIRO LIBRE O GOLPE FRANCO ES CONTINUA O DISCONTINUA?
- 7.- ¿HASTA CUÁNTOS METROS SE PUEDE ADELANTAR UN PORTERO, DESDE LA LINEA DE PORTERÍA, CUANDO LE VAN A LANZAR UN PENALTI?
- 8.- VERDADERO O FALSO: "EL PORTERO PUEDE UTILIZAR SUS PIES Y PIERNAS PARA DEFENDER SU PORTERÍA SIEMPRE Y CUANDO SE ENCUENTRE DENTRO DE SU PROPIA ÁREA".
- 9.- ¿QUE LABOR Y CARACTERÍSTICAS TIENE EL JUGADOR **CENTRAL** EN UN PARTIDO DE BALONMANO?
- 10.- ¿QUÉ LABOR Y CARACTERÍSTICAS TIENEN LOS **LATERALES** EN UN PARTIDO DE BALONMANO?
- 11.- ¿QUÉ LABOR Y CARACTERÍSTICAS TIENEN LOS **EXTREMOS** EN UN PARTIDO DE BALONMANO?
- 12.- ¿QUÉ LABOR Y CARACTERÍSTICAS TIENE LE **PIVOT** EN UN PARTIDO DE BALONMANO?
- 13.- VERDADERO O FALSO:" UN JUGADOR DE BALONMANO PUEDE DAR MAS DE TRES PASOS SEGUIDOS CON EL BALÓN EN LAS MANOS SIN BOTARLO"
- 14.- ¿QUÉ FALTA COMETE UN JUGADOR QUE BOTA EL BALÓN, LO COGE Y VUELVE A BOTARLO?
- 15.- ¿QUÉ FALTA COMETE UN JUGADOR QUE CON EL BALÓN EN LAS MANOS DA MAS DE TRES PASOS SEGUIDOS SIN BOTARLO?
- 16.- ¿EN QUÉ CONSISTE LA REGLA DE LOS TRES SEGUNDOS?
- 17.- ¿QUÉ DIFERENCIA HAY ENTRE UN LANZAMIENTO EN APOYO Y OTRO EN SUSPENSIÓN?

NOTA:

EL TRABAJO SE DEBE ENTREGAR EN HOJAS BLOCK Y ELABORADO A MANO