

ESCUELA: “E.P.E.T. Nº7”

DOCENTES: Prof. Osiris Rubén Muñoz – Email: osirisruben@gmail.com

Prof. Duilio Montion Albornoz

Prof. Julio Albornoz

CURSOS: 2º 1º - 2º 2º - 2º3º Ciclo Básico TURNO: Mañana y Tarde

ÁREA CURRICULAR: Educación Física Varones

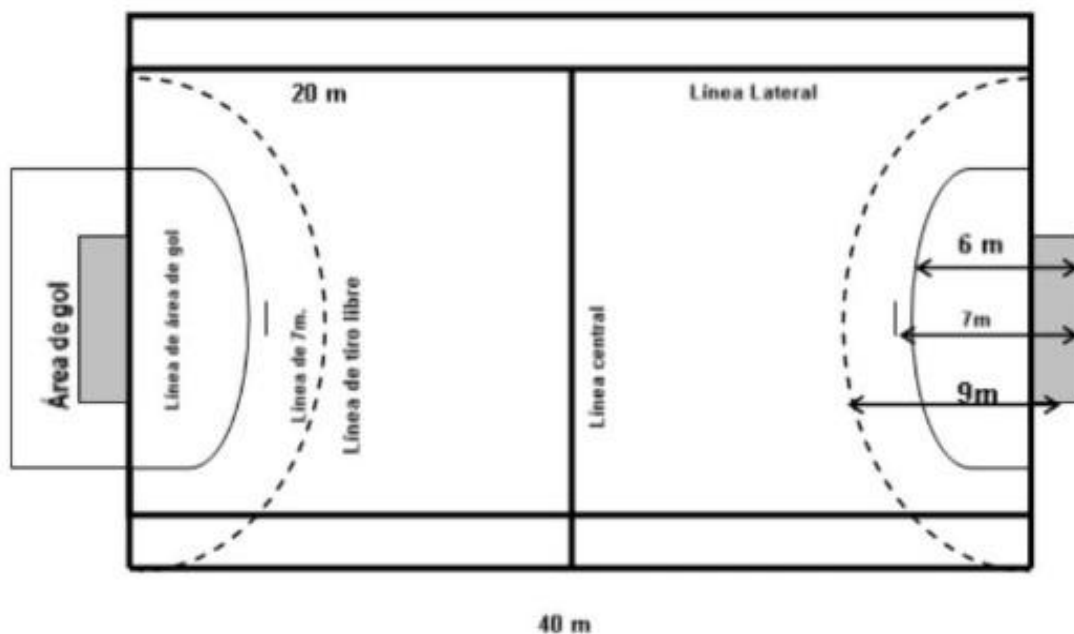
TITULO DE LA PROPUESTA:

“Deporte Handball”



El Campo de juego.

Handball:

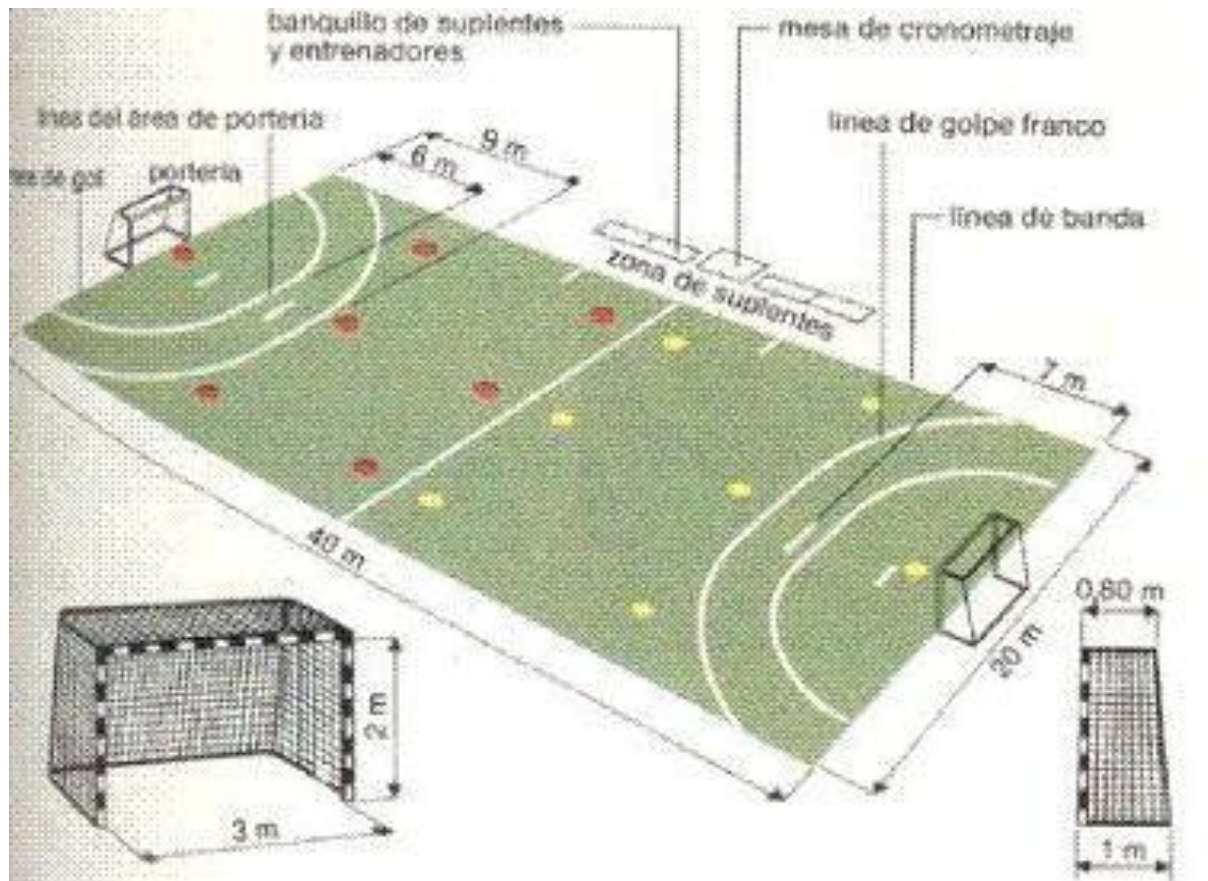


El campo de juego es un rectángulo de 40 metros de largo y 20 metros de ancho, consta de dos áreas de arco y un área de juego. Las líneas más largas que lo limitan son las líneas laterales y las cortas las líneas de gol.

Medidas del arco: Son de 2 metros de alto y 3 metros de ancho, los postes del arco y el travesaño tienen un cuadrado de 8 centímetros. Las líneas de gol son de 8 centímetros de ancho entre los postes del arco mientras que las otras medirán 5 centímetros de ancho.

Zona de cambio: La salida y entrada del terreno de juego debe efectuarse únicamente a través de la propia zona de cambio. Cuando un jugador suplente 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.

Área del arco: El área del arco es exclusivamente para el arquero, este es quien puede moverse libremente en ella. La única forma en la que un jugador de cancha puede invadir la misma es no tocarla con los pies, de modo que hacer un tiro al arco dentro del área rival saltando es una jugada válida.



Reglas Básicas.

Duración del partido: 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.

El equipo: Un equipo está formado por hasta 14 jugadores, 7 entran al campo de juego y uno de ellos es el arquero, los 7 restantes son suplentes.

Las sustituciones: los cambios son ilimitados.

Como debe jugarse la pelota:

Está permitido:

- Lanzar, agarrar, detener, empujar o golpear la pelota usando las manos, brazos, antebrazos, cabeza, tronco, muslos y rodillas.
- Retener la pelota durante 3 segundos como máximo.
- Dar un máximo de 3 pasos con la pelota en la mano.

No está permitido:

- Tocar la pelota más de una vez después de que haya sido controlada.
- Tocar la pelota con el pie o pierna por debajo de la rodilla.
- Que un jugador en posesión de la pelota se mueva apoyando uno o ambos pies fuera del campo de juego.

Juego pasivo:

Cuando un jugador demora en realizar un saque de centro, tiro libre, lateral

o un saque de arco se denomina juego pasivo y debe ser sancionado con tiro libre.

El arquero tiene permitido:

- Tocar la pelota con cualquier parte del cuerpo siempre con intención defensiva dentro del área del arco.
- Abandonar el área del arco sin la pelota y tomar parte del partido.
- Abandonar el área de del arco con la pelota retomando el juego nuevamente en el área de juego.

El arquero no tiene permitido:

- Demorar en la ejecución del saque de arco.
- Abandonar el área con la pelota en su control (Implicaría tiro libre).
- Tocar la pelota que esta parada o rodando por fuera del área del arco.

Faltas y actitudes antideportivas:**Está prohibido:**

- Arrebatar de las manos de un adversario la pelota.
- Bloquear al jugador adversario con los brazos manos o piernas.
- Retener o agarrar del cuerpo o vestimenta a contrincante, así como golpearlo empujarlo correrlo o saltarlo.

Está permitido:

- Utilizar los brazos y manos para bloquear la pelota o apoderarse de ella.
- Usar la mano abierta para quitar la pelota a un adversario.
- Utilizar el cuerpo para obstruir a un adversario.
- Hacer contacto corporal con el jugador adversario con los brazos flexionados con el propósito de controlarlo y acompañarlo.

Saque central:

- Es ejecutado por el equipo que gana el sorteo mientras que los adversarios eligen el campo. En el segundo tiempo cambian de campo y lo ejecuta el equipo contrario al que lo hizo el primer tiempo.
- Después de un gol, el equipo al que le han anotado el mismo debe realizar uno.
- Se comienza con un toque de silbato; es ejecutado a 3 segundos de dicha señal.
- Los compañeros del jugador no pueden cruzar la línea central antes de la señal

(Todos deben estar en la mitad del campo propio).

Saque lateral:

- Es realizado cuando la pelota cruza totalmente una línea lateral.
- Es ejecutado sin toque de silbato.
- Cuando hay saque lateral los jugadores no pueden acercarse a más de 3 metros.

Saque de arco:

- Es penalizado cuando un jugador invade el área del arco.
 - Si el arquero controla la pelota en su área o la pelota está estacionada sobre el piso del área del arco.
 - Cuando la pelota cruza la línea del fondo.
-

- Un jugador adversario ha tocado la pelota mientras esta estaba en el área del arco.

Tiro libre:

- Si el equipo que la posee la pelota comete una infracción e implica la pérdida de la posesión el a misma.
- Se ejecuta sin toque de silbato.
- Se ejecuta desde el lugar en que se cometió la infracción.
- Cuando se ejecuta un tiro libre los jugadores adversarios deben mantenerse al menos a 3 metros de distancia.

Lanzamiento de 7 metros:

Es sancionado cuando:

- Una clara ocasión de gol es interrumpida en forma antirreglamentaria por un jugador.
- Hay un toque de silbato no justificado en una ocasión de gol.

Actividad 1: Responder el siguiente cuestionario.

- 1) ¿cuánto mide el terreno de juego?
- 2) ¿Nombre las líneas del campo de juego?
- 3) ¿Cómo se debe jugar la pelota?
- 4) ¿Qué jugador o jugadores pueden entrar al área de arco?
- 5) ¿Cuántos cambios puede realizar un equipo durante un partido?



Link Reglas del Handball

<https://www.youtube.com/watch?v=vWgduHv1oRI#action=share>

Director: Lic. Enrique D.Rame