

Escuela: E.P.E.T N°2

Docentes:

- Esteban Muñoz Carratú
- Fabio Castro
- Carlos Robuschi
- Fernando Pelletier
- Norberto Molina
- Dalmiro Pintor
- Verónica Flores
- Ana Marta Navarro

Curso: 1°, 2° y 3°año.

Turno: mañana y tarde

Área curricular: Educación Física

Título: Handball en CASA

Propósito: * Conocer el reglamento del deporte.

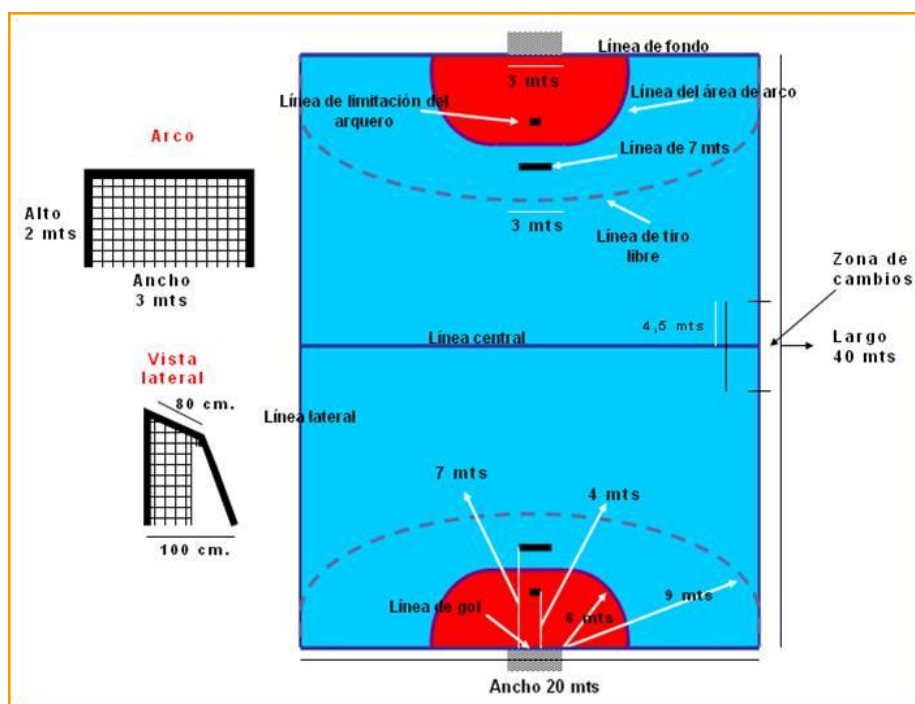
Desarrollo de Actividades:

- 1) Investigue en el reglamento oficial del Handball <https://encasa.ecea.edu.ar/recursos/educacion-fisica/Reglamento-de-Handball.pdf> y conteste la siguiente guía

Esteban Muñoz, Carlos Robuschi, Fabio Castro, Dalmiro Pintor, Norberto Molina, verónica flores, Ana Navarro



- 1- ¿Qué es el handball?
- 2- Medida del terreno de juego
- 3- Medida del arco o portería
- 4- Superficie del área de portería
- 5- Describa la línea de golpe franco
- 6- Distancia de la línea de limitación del arquero
- 7- Distancia de la línea para penales.
- 8- Dibuje un campo de juego
- 9- <https://youtu.be/7CyFUysiQr8> (juego)
- 10- <https://youtu.be/8lk82YdbVOA> (entrenamiento físico)



Actividad física:

- *Abdominales: 6 series x 10 repeticiones*
- *Espinales: 6 series x 10 repeticiones*
- *Salto rodillas al pecho: 6 series x 5 repeticiones*
- *Fuerza de brazos: 6 series X 5 repeticiones*

Director: Lic. Néstor Lepez.