

Handball

1º E.S.O.



*Colegio Menesiano
Sto. Domingo de la Calzada*

Tercera Evaluación

HISTORIA

El creador del balonmano fue un profesor de educación física de Dinamarca en 1898.

La selección masculina de España ha sido campeón del mundo dos veces (Túnez 2005 y España 2013).

Tanto la selección masculina, como la femenina, han conseguido varias medallas de plata y bronce en Olimpiadas y campeonatos de Europa.

OBJETIVO

Introducir la pelota en la portería contraria.

Gana el equipo que más goles marca.

TERRENO DE JUEGO

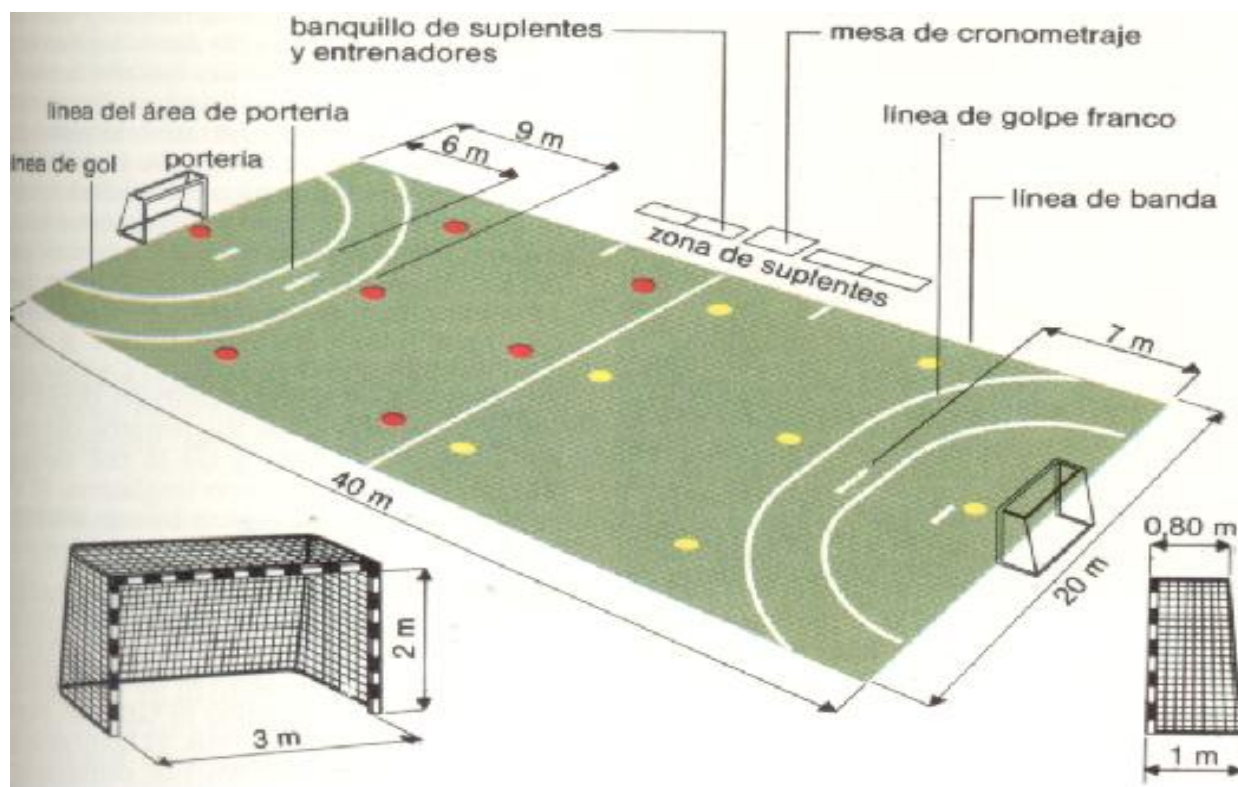
Las dimensiones del campo de balonmano son 40 metros de largo y 20 metros de ancho.

La línea del área de portería está a 6 metros de esta.

El punto de penalti, está a 7 metros.

La línea de golpe franco está a 9 metros.

La portería mide 3 metros de ancho y 2 metros de alto.



NORMAS BÁSICAS

El balón sólo se puede jugar con las manos. No se le puede dar con el pie (debajo de la rodilla), excepto el portero dentro del área de meta.

Ningún jugador de campo puede entrar dentro del área de meta.

- Si el jugador que entra es del equipo defensor, se sanciona con penalti.
- Si el jugador que entra es del equipo atacante, se sanciona con falta.

Hay córner, siempre que no sea el portero el último defensor en dar al balón.

El jugador debe pasar, botar o lanzar a portería antes de cumplirse 5" desde que cogió el balón.

No se puede impedir el paso a un jugador con los brazos o las piernas. Pero sí con el tronco.

Si los árbitros consideran que un equipo pierde tiempo, retardando demasiado el lanzamiento a portería, pueden castigar a esta situación indicando "pasividad".

EL PARTIDO

Se juega dos partes de 30' con un descanso de 10'

Juegan **SIETE** jugadores y hay otros **CINCO** en el banquillo.

El entrenador puede hacer todos los cambios que quiera.

Cada uno de los **7** jugadores de campo, tiene una función específica y ocupa un lugar determinado.

Portero:

- Defiende la portería.
- Puede tocar el balón con cualquier parte del cuerpo.

Central:

- Es el jugador que organiza el ataque de su equipo.

Laterales:

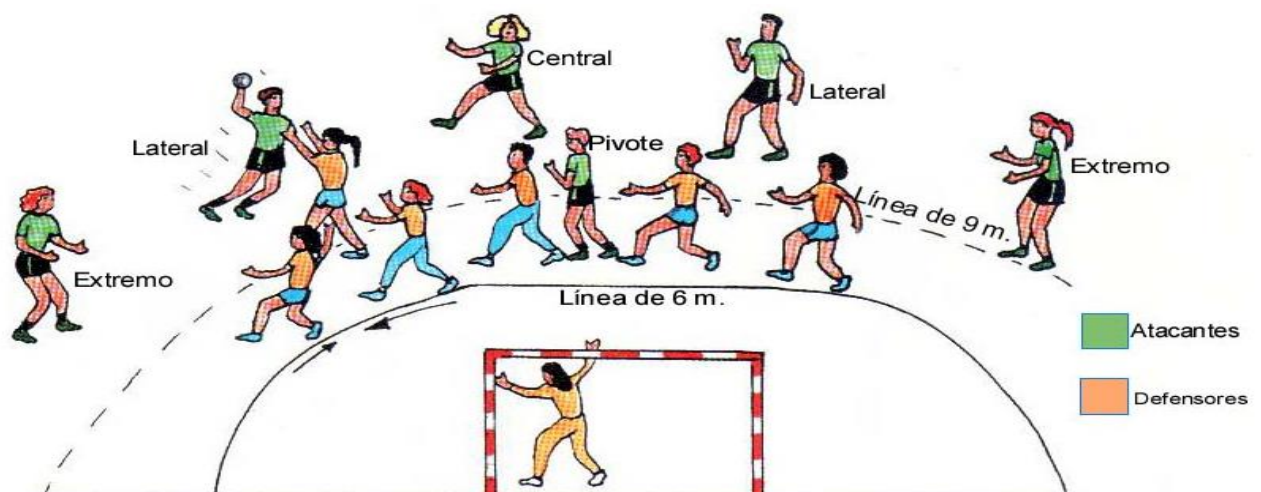
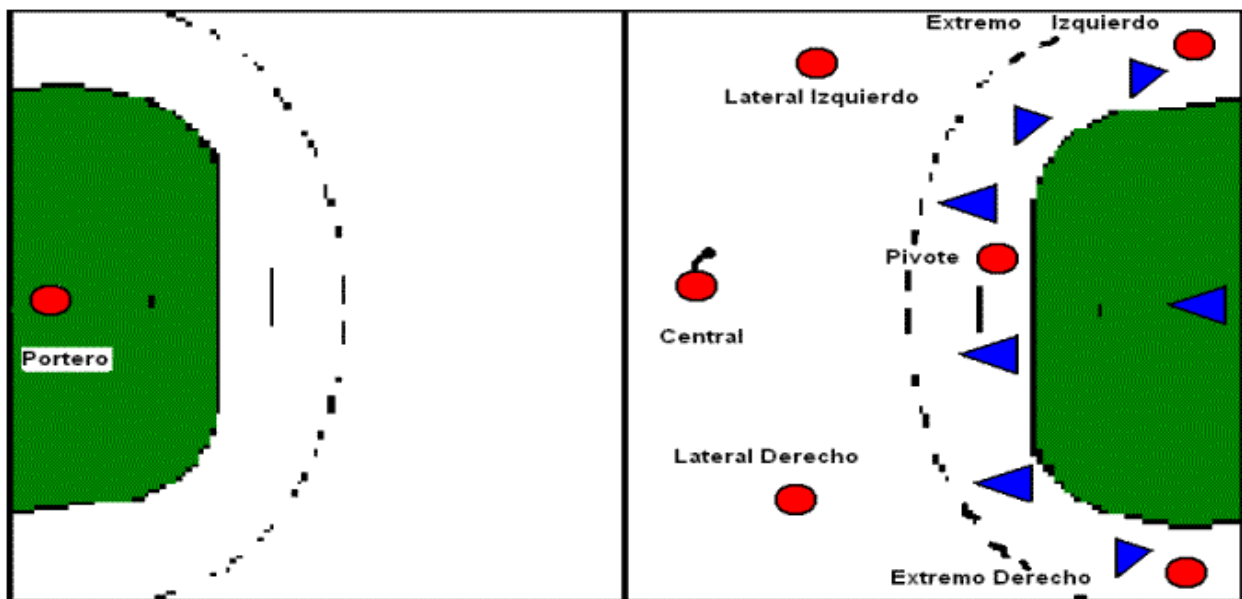
- Destacan por su altura y la potencia en el lanzamiento a portería.

Pivote:

- Juega en el centro del ataque, de espaldas a la portería contraria.
- Jugador fuerte, que lucha en contacto continuo contra los defensas.
- Abre espacios a sus compañeros.

Extremos:

- Son los jugadores que actúan más cerca de la línea de banda.
- Su principal característica es la velocidad.
- Tiene una gran habilidad para el lanzamiento en las posiciones difíciles.



SANCIONES TÉCNICAS

* Golpe franco

- Lanzamiento que realiza un jugador para poner la pelota en juego, cuando su equipo recibe una falta.
- Se lanza desde el lugar donde se comete la falta.
- Los defensores, se deben poner a una distancia de 3 m de la pelota.



* Penalti:

- Sanción máxima a un defensor, por haber cometido una falta antirreglamentaria de una situación clara de gol.
- El punto de penalti está a 7 m de la portería.
- El portero se puede adelantar hasta los 4 m.
- Todos los jugadores se deben colocar detrás de la línea de 9 metros



Pasos:

- Falta cometida por un jugador, que camina o da más de tres pasos sin botar la pelota.
- Se sanciona con un golpe franco.

Dobles:

- Falta cometida por un jugador cuando corre botando la pelota, se para y vuelve a botar.
- Sí puede dar otros tres pasos después de coger el balón
- Se sanciona con golpe franco.

TÉCNICA DE ATAQUE

Pase:

- Forma habitual y más rápida de intercambiar el balón entre dos jugadores.
- Se puede hacer de diferentes formas (frontal, con bote, en suspensión...)

Recepción:

- Acción de recibir un pase.
- Debe haber postura preparada para amortiguar el balón.

Bote:

- Lanzamiento de la pelota al suelo, sin perder el control.
- Permite avanzar por el campo.

Lanzamiento:

- Acción de enviar la pelota hacia la portería contraria, con intención de marcar un gol.
- El tipo de lanzamiento, varía en función de la posición del jugador en el campo y del defensor

