

Balón mano

1 Responder las preguntas de la motivación

- Qué observas en la imagen.

En esta se puede ver los jugadores en un partido, el tipo de balón que utilizan para este deporte y se puede ver como un jugador hace un lanzamiento.

- Qué movimientos se están ejecutando.

Se están realizando pases, recepciones, lanzamientos.

De cadera

Este se efectúa bajo
línea de la cadera



Rectificación de Caída

Se apoya el pie en
el suelo y con el tronco
paralelo



la Vaselina

Consiste en superar el
portero por arriba.



Suspensión

El jugador salta y
gira el tronco y
lanza estirando su
brazo.



3 Realiza un cuadro sinóptico con las principales reglas del balón mano,

Reglas del balonmano

No se puede dar más de 3 pasos sin botar, pasar o tirar el balón.

No se puede pisar el área del portero

No se puede tocar el balón por debajo de las rodillas

Los jugadores deben manejar el balón solo con sus manos

DD

MM

AA

5

1 Duración del partido

consta

Dos tiempos de
media hora.

Con un descanso
de 10 minutos.

