

I.E. Miguel De Cervantes Saavedra.

Estudiante: Juan Felipe Andrade.

Asignatura: Educación Física.

Tema: El balón mano 2.

Grado: 8-1.

El balón mano.

Motivación.

- Observa y escribe tu reflexión.

A) No debemos hacer las cosas por capricho

Ejercicios.

- De la siguiente presentación del balón-mano realizar un resumen.

B) Introducción al balónmano.

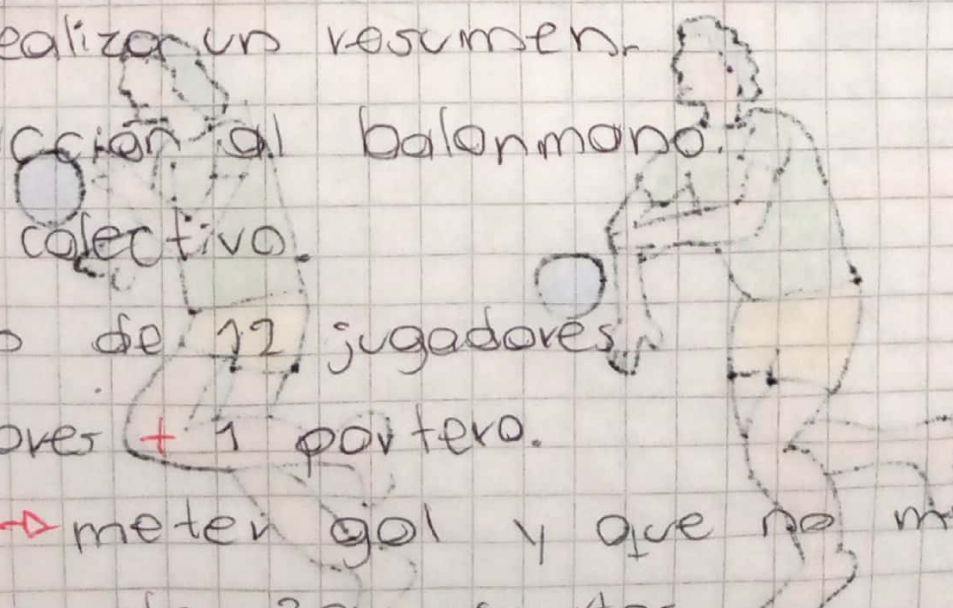
- Deporte colectivo.

- 2 equipos de 12 jugadores.

- 6 jugadores + 1 portero.

- Objetivo $\rightarrow$ meter gol y que no metan.

- 2 partes de 30 minutos.



1 Realizar un mentefacto del tema.

1R1

El balonmano, handball o hándbol es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos, se caracteriza por transportar la pelota con las manos

Aspectos técnicos en ataque

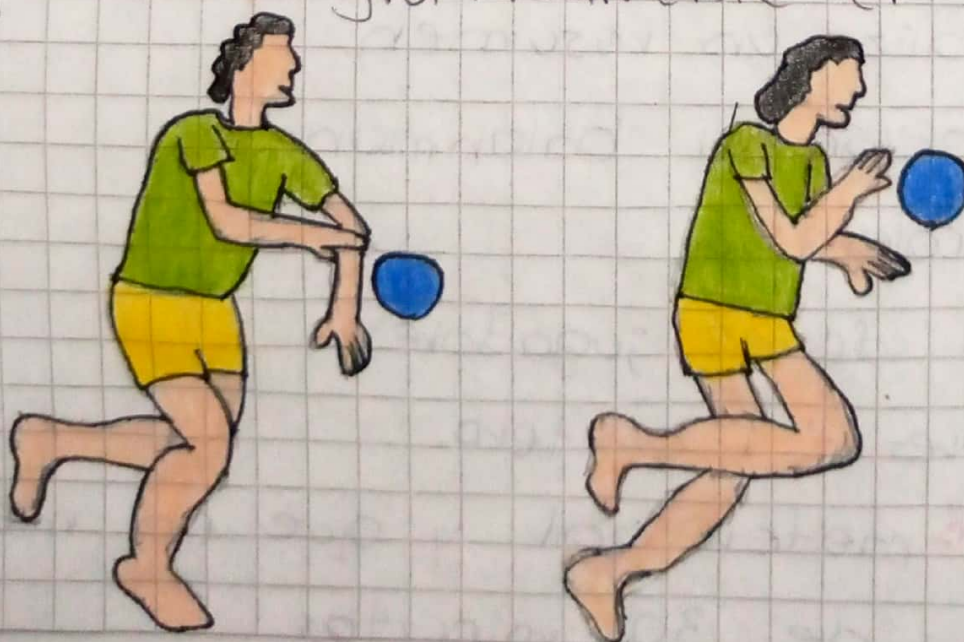
Balonmano

El bote
el pase
el lanzamiento
la finta

Rectificado superior
Clásico
Bajo
De cadera

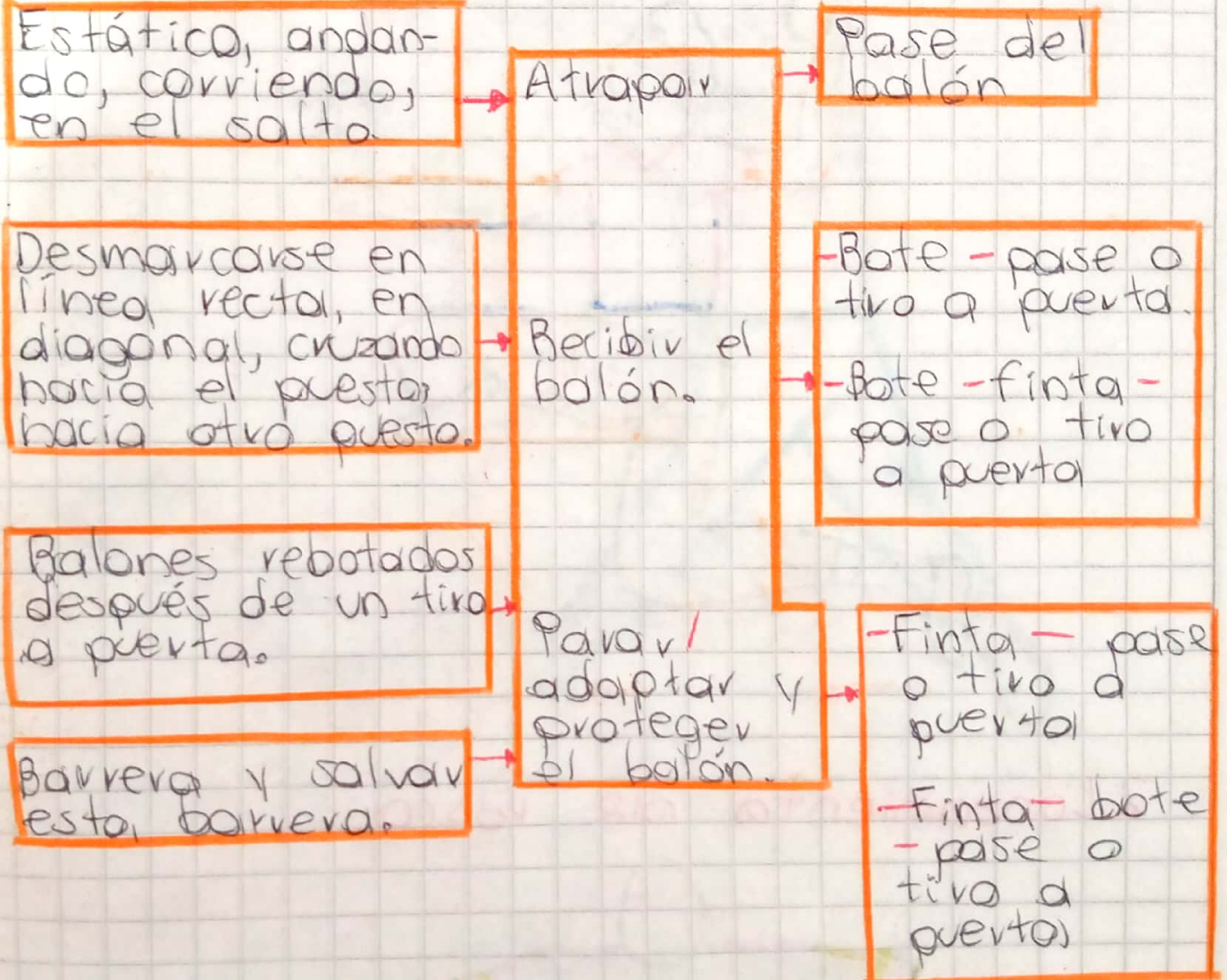
2 Representa gráficamente el bote.

2R1



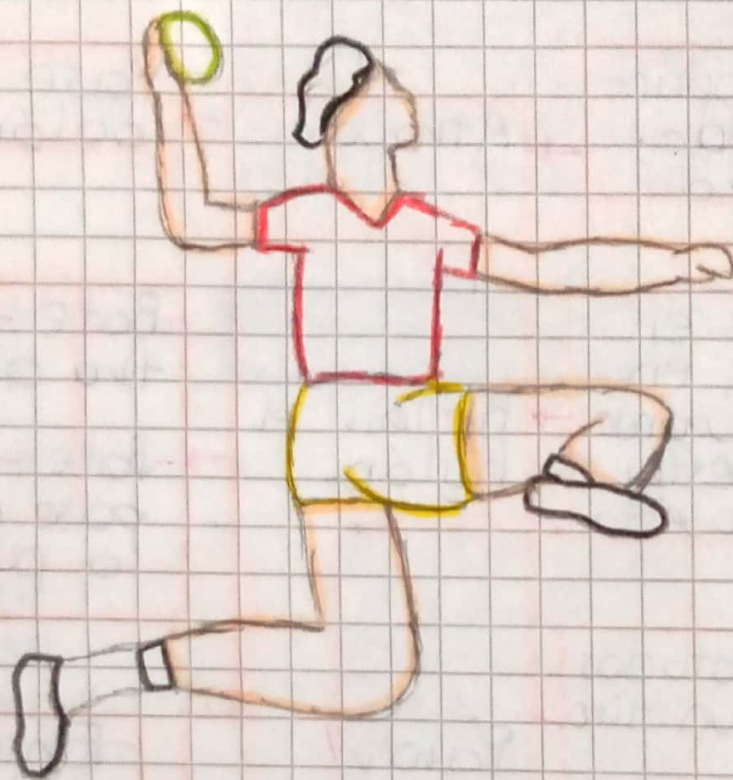
3 Realizar una tabla donde identifique los diferentes tipos de recepción y describelo y realiza un dibujo.

3R/

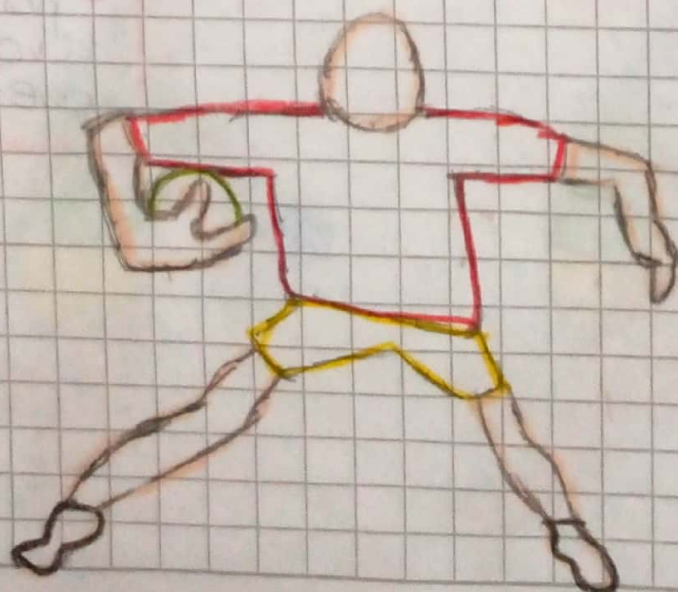


4 Identifica los diferentes lanzamientos y realiza su representación grafica.

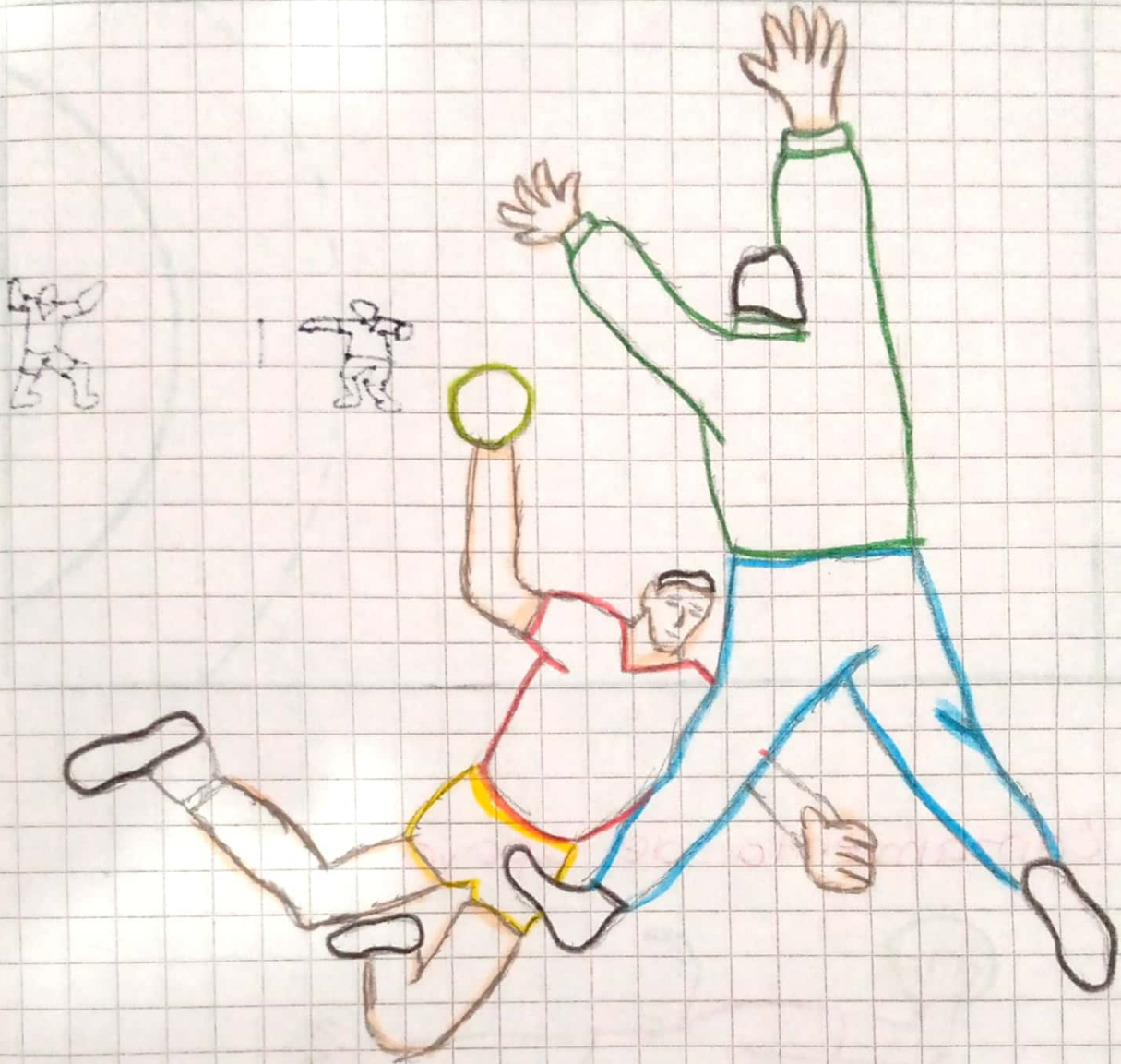
4R1 1 Lanzamiento de suspensión.



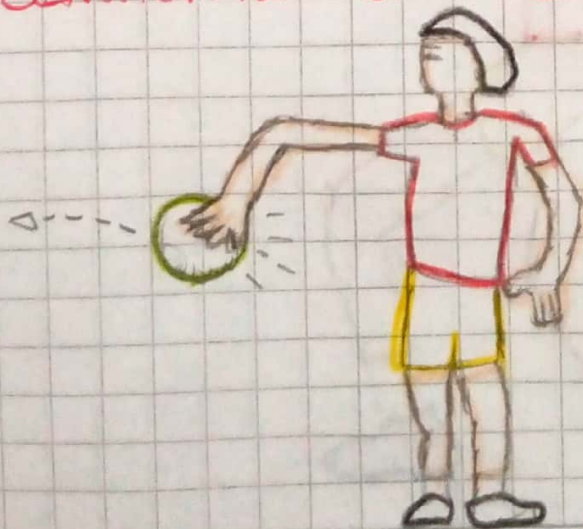
2 Lanzamiento de rosca.



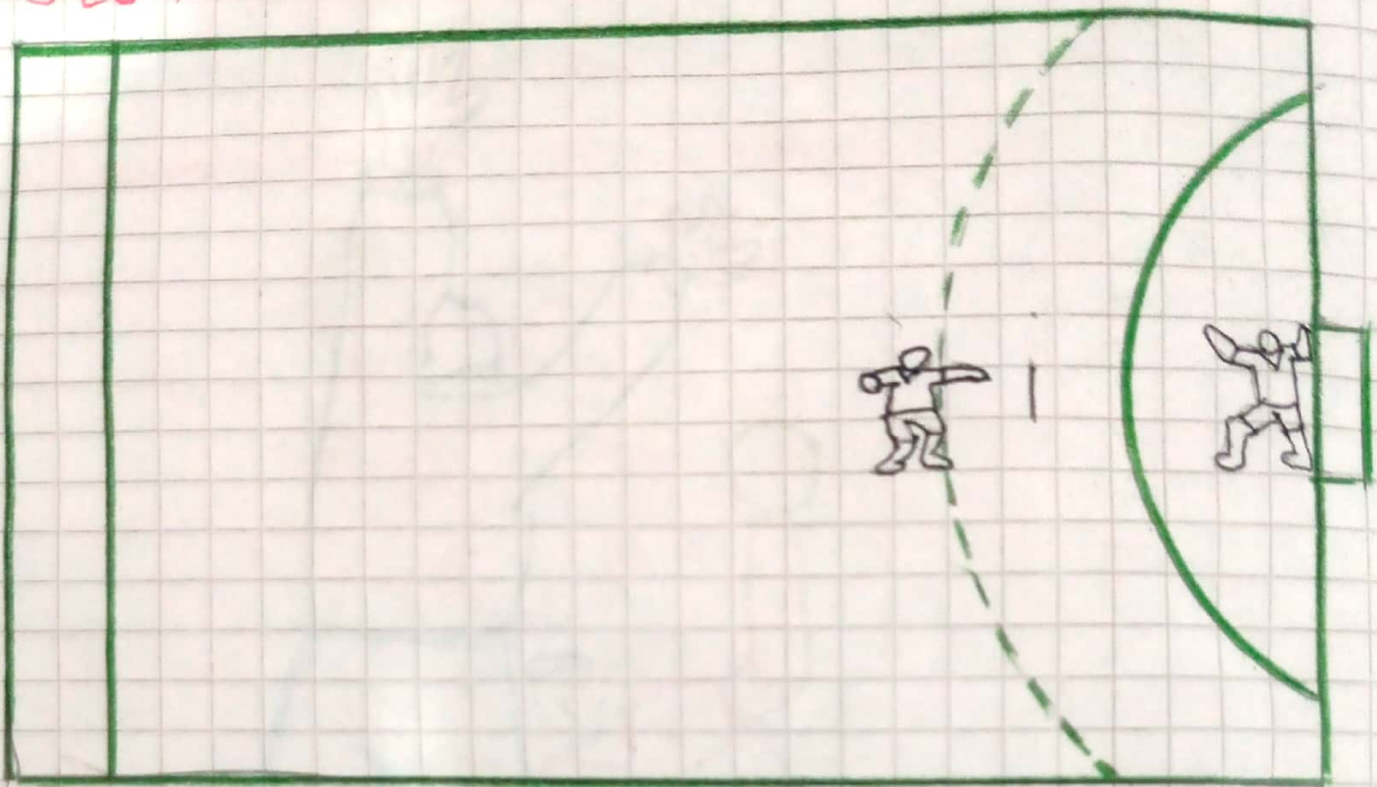
3 Lanzamiento rectificado.



4 Lanzamiento de cadera



5 Lanzamiento de 7 metros.



6 Lanzamiento de apoyo

