



U.T.P.

SEMANA N°21 DEL 17 AL 21 DE AGOSTO.

GUÍA N°16 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD CUARTOS BÁSICOS 2020

Profesor: LEONARDO MENESES INOSTROZA.

Nombres:	Apellidos:	Curso:	Fecha:

***Objetivo de aprendizaje:** Reconocer características generales y específicas del Balonmano.

***Habilidad:** Reconocer.

ACTIVIDAD.

***Actividad 1:** Selección múltiple. Escoger alternativa correcta según la descripción del deporte.

Instrucciones: Lee la descripción del deporte, analiza y responde lo siguiente:

El **Balonmano o Hándbol** es un deporte **Colectivo de colaboración y oposición**, en el que se enfrentan dos equipos, se caracteriza por transportar un balón con las manos. Cada equipo se compone de siete jugadores (seis de campo y un portero), pudiendo el equipo contar con otros siete jugadores (o menos, o ninguno) reservas que pueden intercambiarse en cualquier momento con sus compañeros. Se juega en un campo rectangular, con una portería a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través de la cancha, utilizando fundamentalmente las manos, para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina gol.

1. El Balonmano es: a) Una actividad recreativa. b) Un deporte con oposición. c) Un deporte sin oposición. d) Un deporte individual.	2. Jugadores total en cancha: a) 10 jugadores. b) 5 jugadores. c) 6 jugadores. d) 14 jugadores.	3. Es un deporte con OPOSICIÓN ya que: a) Hay un solo equipo. b) Hay un balón. c) Hay 2 equipos. d) Hay un árbitro.
4. Por equipo hay: a) 1 portero y 8 jugadores. b) 1 portero y 6 jugadores. c) 1 portero y 10 jugadores. d) 1 portero y 7 jugadores.	5. El objetivo del juego es: a) Golpear el balón. b) Encestar el balón. c) Lanzar el balón y anotar un gol. d) Botear el balón.	6. Puede existir un cambio de jugador: a) En cualquier momento. b) Cuando hay un gol. c) Cuando el árbitro lo decide. d) Ninguna de las anteriores.



U.T.P.

***Actividad 2:** Reconocer e indagar sobre **Fundamentos técnicos del Balonmano** y su utilidad.

Instrucciones: Leer descripción del Fundamento técnico y responder.

*BOTE: Ejecución técnica que se realiza con una mano (se puede alternar o cambiar de mano). Acción de enviar el balón al suelo con el objetivo de que vuelva hacia la misma mano o la otra.		
a) Puedo botear con ambas manos al mismo tiempo. b) Puedo utilizar los pies. c) Puedo botear con una mano. d) Puedo botear con los codos.	a) Me sirve para lanzar. b) Me sirve para avanzar. c) Me sirve para golpear. d) Me sirve para hacer un gol.	Dibujar la acción del Bote.

*PASE: Ejecución técnica que se realiza con una o las dos manos. Acción de enviar el balón hacia un compañero de equipo.		
a) Puedo pasar con los pies. b) Puedo pasar con la cabeza. c) Puedo pasar con el pecho. d) Puedo pasar con las manos.	a) Me sirve para lanzar. b) Me sirve para hacer un punto. c) Me sirve para lucirme. d) Me sirve para jugar en equipo.	Dibujar la acción del Pase.

*LANZAMIENTO: Ejecución técnica que se realiza con una o dos manos. Acción de enviar el balón hacia el arco o portería contraria.		
a) Eleva la posibilidad de convertir. b) Asegura un pase. c) Asegura un bote. d) Asegura un gol.	a) Puedo lanzar a mi portería. b) Puedo lanzar con la cabeza. c) Puedo lanzar con el pie. d) Puedo lanzar con una mano o dos manos a la portería contraria.	Dibujar la acción del Lanzamiento.

ENVIAR GUÍA N°16 A:

***WhatsApp Educación Física y salud:** +569 20672798 (fotografía)