

Centro Educativo: IPET 132 “PARAVACHASCA”

NIVEL: Medio CICLO: C.B. MODALIDAD: Teórica/ Práctica

CURSO: Primeros y Segundos

DOCENTE: Delgado, Marcela y Moschella, Mariela

TRABAJO PRÁCTICO N 3

TEMA: Iniciación al Hándbol

INTRODUCCIÓN: Es un deporte que sus características se asemeja al fútbol deporte conocido por todos y con gran intervención de capacidades básicas que a la edad de 12 a 14 años traen de la primaria. Deporte que es practicado en las primarias de esta ciudad por lo tanto tienen conocimientos

La intención es refrescar y en algunos casos enseñar contenidos mínimos que luego lo pondrán en práctica a la vuelta a las escuelas.

OBJETIVOS:

- ✓ .. Conocer el desarrollo del handball como una actividad de valor recreativo y lúdico, que favorece el desarrollo personal y mejora la salud y la calidad de vida.
- ✓ .. Valorar los efectos positivos que ofrece el conocer los fundamentos básicos para su posterior practica.

CLASE 1

ACTIVIDADES

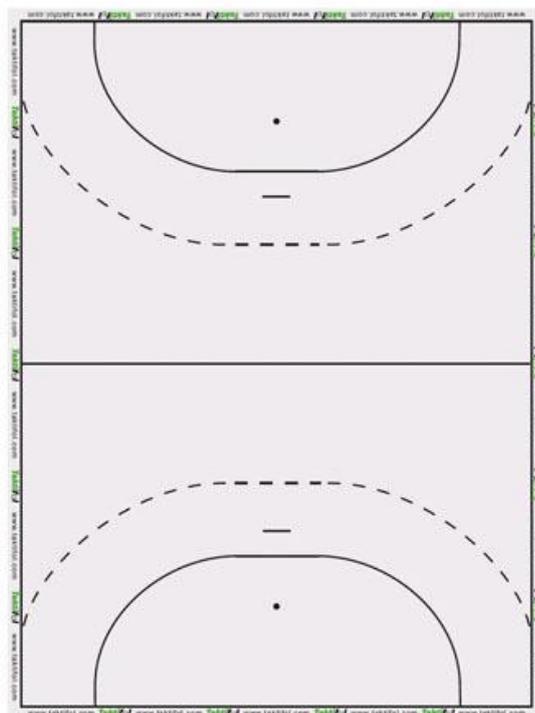
➤ **Inicio:**

Es un deporte que se juega de acuerdo a una serie de reglas. Se practica con una pelota de tamaño mediano. Donde participan 2 equipos de 7 jugadores cada uno, 6 van al campo de juego y 1 es el arquero. El objetivo es meter gol en el arco del equipo contrario.

➤ **Desarrollo**

CANCHA:

Es un rectángulo de 40 metros de largo por 20 metros de ancho, lo divide una línea al medio de los 40 m. Un arco de 3 metros de ancho por 2 metros de alto. Dos áreas que son un semicírculo con un radio que se mide de los palos del arco un área tiene un radio de 6 metros y la otra área 9 metros de radio. Hay un punto de penal a 4 metros del fondo y otra de tiro libre a 7 metros del fondo.



ACTIVIDAD N°1:

- Con la imagen anterior pintamos las líneas y colocamos los arcos y marcamos el punto de tiro libre y el de penal aproximadamente y le colocan nombre.
- Listado de lo que tienen que marcar: Línea de fondo, línea central, línea lateral, área de tiro libre, area del arquero, punto penal y punto de tiro libre.

ACTIVIDAD N°2:

- Ubica con **x** un equipo y con **●** el otro equipo dentro de la cancha.

➤ **Cierre**

*Buscar recortes de diarios o revistas sobre hándbol y pégalos.

CLASE 2

➤ **Inicio**

Técnica

La técnica es un conjunto de movimientos propios del hándbol seleccionados para el logro del éxito frente, al contrario, con los cuales los jugadores obtienen mejores resultados.

➤ **Desarrollo**

De acuerdo a la cancha y sabiendo que el hándbol se juega con la mano

ACTIVIDAD N°1:

- Describe o dibuja 3 formas en que puedo dar un pase a mi compañero

ACTIVIDAD N°2:

- Dibuja o escribe 2 formas de desplazarse por la cancha sin cometer falta (falta: caminar)

➤ **Cierre**

- Ya que nos desplazamos y pasamos la pelota dibuja como recibe tu compañero la misma.

VIDEO

➤ **Inicio:**

Entrada en Calor

➤ **Desarrollo:**

Juegos que pueden reinventar

➤ **Cierre:**

Filmarse haciendo actividad con los mismos juegos o reinventando

Adjuntamos: video a modo ejemplo.

ELEMENTOS Y RECURSOS:

- Material resumido y de fácil comprensión para los alumnos
- Consultas de los alumnos por WhatsApp

EVALUACIÓN:

- Por la presentación del trabajo
- Resolución de consignas

SACA FOTO DE LA ACTIVIDAD Y MANDASELO A TU DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Podrás consultar y enviar al WhatsApp de tu profe:

- Mariela Moschella – Cel. 3547-592877 (Primero y Segundo B y D)
- Marcela Delgado – Cel.3547-465529 (Primero y Segundo A y C)