|  |  |
| --- | --- |
| **Guía número 10 “práctica de deporte individual y colectivo”** | |
| NOMBRE DE ESTUDIANTE: | CURSO: |
| FECHA: | |
| OBJETIVO DE APRENDIZAJE  OA-3: Reconocer en la práctica deportes colectivos las reglas, normas y principios fundamentales.  OA-8: Determinar la intensidad del esfuerzo físico utilizando escalas de percepción de esfuerzo.  OA-2: Ejecutar juegos colectivos y deportes, creando tácticas y estrategias defensivas y en ataque, demostrando formas para resolver un problema en relación con el espacio, el objeto y los adversarios. | |
| OBJETIVO DE LA CLASE:   * Reconocer reglas y normas básicas del deporte hándbol * Reconocer principios del juego | |

Actividades:

Presentamos la guía n° 10, correspondiente a la asignatura de educación física y salud. Lee atentamente las indicaciones, ¡Sigue adelante!

A continuación, busca en los siguientes links sugeridos; normas, reglas y principios básicos del hándbol

Documento reglas: <https://www.lifeder.com/reglas-del-handball/>

Documento reglas: <https://www.sportmember.es/es/reglamentos-deportivos/reglas-balonmano>

Doc. principios de juego: <https://corrernoesdecobardesiesfrios.blogspot.com/2011/02/los-principios-del-juego-en-los.html>

video: <https://www.youtube.com/watch?v=l6wzG7bM2dY>

video: <https://www.youtube.com/watch?v=vWgduHv1oRI>

A partir de tu búsqueda responde las siguientes preguntas.

1. ¿Cuántos pasos es el máximo que se puede avanzar en ataque sin dar un bote de balón?

R:

1. ¿Cuál es la cantidad de jugadores por equipo, incluyendo al arquero?

R:

1. ¿Qué zona es exclusiva del arquero, donde ningún jugador de campo puede ingresar?

R:

1. ¿Cuáles son las formas de recuperar el balón contra el equipo que tiene la posesión y ataque? Mencione dos.

R:

1. Mencione 3 principios del juego fundamentales para la práctica del hándbol y para los deportes colectivos en general.

R:

|  |  |
| --- | --- |
| **SOLUCIONARIO O RESPUESTA ESPERADA** | |
| **NÚMERO DE PREGUNTA** | **RESPUESTA** |
| **1** | 3 pasos como máximo |
| **2** | 7 jugadores |
| **3** | El área del arquero y zona de 6 metros |
| **4** | Quitar en el aire y quitar en un bote |
| **5** | Progresar en ataque con todo el equipo, evitar goles en la portería, evitar la progresión del rival |