

Tema: Handball

1. Definición o concepto del handball

El balonmano, handball o hándball (términos procedentes del término idioma inglés Handball) es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos y se caracteriza por transportarla con las manos. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo, valiéndose fundamentalmente de las manos, para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina gol.

La palabra balonmano también conocida como handball, es originaria de Alemania. Es un deporte moderno y el más joven dentro de los que se juegan con balón. Consiste en un deporte de campo en el que se enfrentan dos equipos constituidos por siete jugadores, seis de ellos de campo y un portero, cuyo objetivo principal es colocar la pelota en la portería del equipo contrario para marcar la mayor cantidad de goles

2. Fundamentos

Son movimientos indispensables que debe aprender todo jugador principiante que permiten el desarrollo de jugadas, ataques, defensas y tácticas. estos son:

- Agarre
- Recepción
- Pases
- Lanzamiento
- Pique o Bote
- Finta

3. Ciclo de pasos- Ritmo de 3 tiempos

Este tipo de desplazamiento ofensivo determina el *ciclo de pasos* en el handball. El mismo hace referencia a la cantidad de pasos que puede dar un jugador cuando tiene la pelota en sus manos, es decir, un jugador puede dar hasta 3 pasos con la pelota en sus manos y luego lanzar o pasar la pelota a otro compañero.

4. Posiciones

- **Central:** Jugador encargado de comandar las acciones tácticas y estratégicas ofensivas a partir de la lectura del juego defensivo. Es el principal jugador que toma

decisiones globales y que impulsa al equipo a realizar ataques a partir de las informaciones e indicaciones que este jugador entrega. En el campo de juego solo hay 1 jugador con este rol

- **Laterales:** Son los jugadores que acompañan al central en lo que se denomina primera línea de ataque. Son los principales encargados en finalizar las acciones ofensivas tácticas a través de lanzamientos, principalmente alejados de la defensa usualmente por arriba de ella), pero también a través de penetración (es al espacio existente entre dos defensores. En esta posición, hay dos jugadores en el campo de juego, el lateral izquierdo y el derecho.
- **Extremos:** Estos jugadores tienen el rol principal de finalizar las acciones tácticas y estratégicas comandadas por el central, cuando el ataque no ha podido ser resuelto por la primera línea. Su función se caracteriza principalmente por realizar tiros desde las esquinas de la cancha, a pesar del poco ángulo favorable de tiro. Además, son usualmente los jugadores que inician la transición del contra ataque cuando hay recuperación del balón. En esta posición, al igual que los laterales, son dos en la cancha, el extremo derecho y el izquierdo.
- **Pivote:** Esta posición, junto con la de los extremos, componen la denominada segunda línea de ataque. Este jugador se sitúa entre medio de la defensa, ocupando un espacio en la zona defensiva con el objetivo de entorpecer los desplazamientos de los defensores realizando bloqueos, cortinas y pantallas. Por lo general, sólo hay un pivote, pero muchas veces jugadores de primera línea o extremos toman la posición temporalmente, situando así dos pivotes dentro de la defensa. También hay situaciones estratégicas en la cual el entrenador directamente envía dos pivotes a la defensa, modificando el sistema completo de ataque
- **Portero:** Es el encargado de defender la portería evitando, con todo su cuerpo, que el equipo contrario marque un gol. Su labor es interponerse entre el balón y la portería y es el único jugador que tiene permitido mantener contacto con el área de portería (por eso su nombre). También, el portero es el primer jugador que impulsa un ataque cuando, debido a un lanzamiento que sobrepasa la defensa, hay recuperación del balón. Sólo puede haber 1 portero dentro del campo de juego.



Imagen 1: cuadro ilustrativo de puesto de los atacantes

5. Sistemas defensivos

Los sistemas defensivos se denominan y describen a partir de su ubicación en la pista respecto a la cercanía de la portería que protegen y de la cantidad de líneas con las cuales se procederá a defender. En la actualidad, los sistemas defensivos existentes son los siguientes:

- **Defensa 6-0:** Este sistema defensivo está formado por seis jugadores en la primera línea defensiva (zona más cercana a la portería) y su función principal se basa en la responsabilidad individual por puesto específico ofensivo, pero con la particularidad de que existe una colaboración en bloque de todo el sistema, generando una constante basculación (salvo excepciones) para mantener un mayor volumen de jugadores cercano a la zona donde se encuentra el balón siempre y cuando no existan lanzadores sobresalientes.
- **Defensa 5-1:** Sistema defensivo compuesto por cinco jugadores en primera línea defensiva y solo uno en segunda línea defensiva. Su función principal es similar a la defensa 6-0 pero con un jugador que presiona cuando existe un atacante sobresaliente y hábil en lanzamientos a distancia. En este sentido, la idea es limitar la participación de dicho jugador.
- **Defensa 4-2:** Esta defensa se basa en valorar las zonas de mayor ángulo de tiro, dejando a los extremos con mayor libertad, limitando la fluidez en la creación de juego por parte de la primera línea ofensiva al existir constante presión a dichos jugadores y al mismo tiempo constantes intervenciones a las líneas de pase con acoso y disuasiones.

- **Defensa 3-3:** Sistema defensivo abierto de dos líneas. Eso quiere decir que existe mucho espacio disponible para el desplazamiento y la circulación de los jugadores atacantes por entre medio de la defensa. Sin embargo, este sistema está diseñado para provocar errores en la construcción del ciclo de ataque buscando interponerse en las trayectorias tanto de jugadores como de los balones. Es una defensa que busca alejar de la portería el armado y la resolución del ataque, principalmente de la primera línea e inducir constantemente al error.
- **Defensa 3-2-1:** Es un sistema que nace como una variante de la defensa 5-1, el cual fue inventado por la selección yugoslava en los años 80 (García, 2006). La característica de este sistema es que ocupa los fundamentos de la defensa 3-3 (defensa abierta) buscando inducir el error, al mismo tiempo que los fundamentos de la 5-1 (defensa cerrada), procurando mantener los espacios cerrados para el desplazamiento ofensivo, pero manteniendo alejado a los lanzadores sobresalientes. Su mayor dificultad es el alto nivel de esfuerzo físico que requiere al compararla con otros sistemas defensivos.

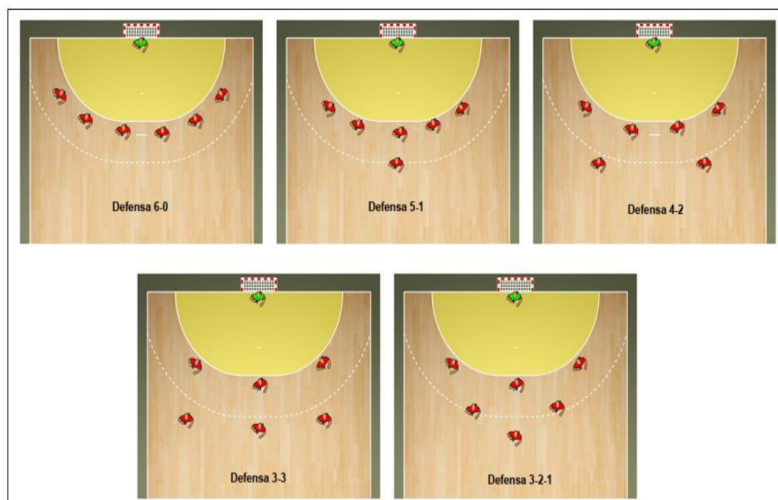


Imagen 2: cuadro ilustrativo de los sistemas defensivos

6. Reglamento de handball

En el siguiente link encontrarán el reglamento de handball. Deben realizar una lectura del mismo para luego llevarlo en práctica durante el juego.

- **Atención:** tener en cuenta la regla nº 2, 7, 8, 10, 11,12 y 14
- Link: <https://ecea.edu.ar/recursos/educacion-fisica/Reglamento-de-Handball.pdf>