

Trabajo Práctico:

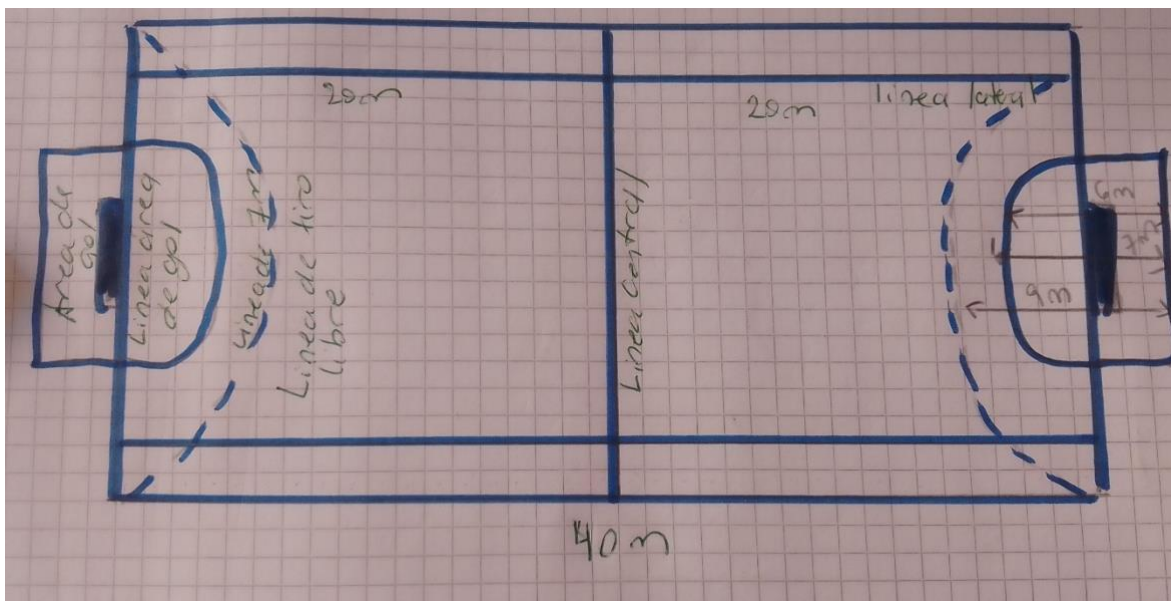
Handball

Elías Quinteros

3 B



- 1- Handball o balón mano es un deporte en el que dos equipos compiten por el dominio de un balón inflado empleando sus manos para controlarlo y arrojarlo dentro del arco del equipo contrario lo cual equivale a anotar un gol. Se juega al aire libre o bajo techo
- 2- El terreno de juego es un rectángulo de 40m de largo por 20 m de ancho, dividido en dos partes iguales.



- 3- Cada equipo está formado por 7 jugadores cada uno.
- 4- La duración del partido es de dos partes de 30 minutos. Entre un lapso y otro existe un descanso obligatorio de 10 minutos
- 5- Los jugadores que actúen de manera Anti reglamentaria pueden ser sancionados con una tarjeta amarilla y dos minutos fuera del juego, si es sancionado tres veces en el mismo partido, el jugador deberá abandonar el partido (tarjeta roja).
- 6- El jugador expulsado puede ser sustituido por otro una vez transcurrido 2 minutos de juego efectivo después de la expulsión.
- 7- Si el balón sale por la línea de fondo cuando el último que la tocó fue un jugador atacante o el portero defensor, se concede a este último un saque de meta dirigido a un jugador de su equipo. Si el último en tocar fue un miembro de la defensa, el equipo atacante consigue un saque de córner.
- 8- Un doble dribling es una falta que se comete cuando un jugador pica un balón, se detiene y lo vuelve a picar, o pica la pelota con ambas manos al mismo tiempo. Para realizar un dribling en handball el jugador debe:
  - Flexionar las piernas en función de la altura del bote

- Flexionar ligeramente el tronco hacia adelante
- Separar el brazo del cuerpo
- Mantener la cabeza regida para tener un mayor campo visual.

9-

- 1- Los penales se ejecutan desde la línea de 7 metros.
- 2- En handball puede haber empate, como en el fútbol. Pero si en un partido debiera haber un ganador se juega una prórroga de 10 minutos, con dos tiempos de 5 minutos cada uno, finalizado ese periodo, y el empate sigue hay un segundo periodo de prórroga.
- 3- No tienen permitido permanecer inmóviles más de 3 segundos ni dar más de tres pasos, transcurrido ese tipo debe picar la pelota o pasársela al otro jugador.
- 4- Los jugadores pueden entrar y salir del campo sin detener el juego, siempre que lo hagan por la línea de cambio.
- 5- El balón se puede tocar con las manos, los brazos, los hombros, la cabeza, el estómago, el muslo y la rodilla.
- 6- Los porteros pueden usar cualquier parte del cuerpo para interceptar el balón.