



Fecha: 13/11/2024

Prof.: Marcos Funes

Curso:...6.... Año...2024... División.: A..

Nombre y apellido: Aixa Sosa

**CALIFICACIÓN:**

- 1) ¿Cuáles son las faltas más comunes en handball?
- 2) ¿Cuáles son las reglas más importantes del handball?
- 3) ¿Qué es lo más importante que se desarrolla en handball?
- 4) ¿Qué es lo que no está permitido en el handball?

1) Cargar o empujar a un oponente: Es una de las faltas más frecuentes. Los jugadores no pueden cargar, empujar, sostener, golpear o poner en peligro a un oponente.

Pasos: Los jugadores pueden dar hasta tres pasos sin botar el balón. Más de tres pasos sin botarlo se considera una falta.

Dobles: Si un jugador bota el balón, lo recoge y lo vuelve a botar, se considera una falta.

Juego pasivo: Cuando un equipo no intenta avanzar hacia la portería contraria y juega de manera pasiva, el árbitro puede sancionar el juego pasivo.

Entrar en el área del portero: Ningún jugador, excepto el portero, puede entrar en el área de seis metros alrededor de la portería.

2) El área del portero: Solo el portero puede estar dentro del área de seis metros alrededor de la portería. Si un jugador ofensivo entra en esta área, se considera una falta.

Pasos: Los jugadores pueden dar un máximo de tres pasos con el balón en las manos sin botarlo. Después de tres pasos, deben pasar, tirar o botar el balón.

El tiempo de posesión: Los equipos deben evitar el juego pasivo, lo que significa que deben intentar avanzar hacia la portería contraria de manera continua. Si el árbitro considera que un equipo no está intentando atacar, puede sancionar el juego pasivo.

Dobles: Un jugador no puede botar el balón, detenerse y luego volver a botarlo. Esto se considera una falta de "dobles".

Contacto físico: Está permitido cierto grado de contacto físico, pero no se puede empujar, golpear, agarrar o poner en peligro a un oponente de manera brusca.

3) Habilidades físicas: El handball mejora la resistencia cardiovascular, la velocidad, la agilidad, la coordinación y la fuerza muscular. Los jugadores necesitan correr, saltar y cambiar de dirección rápidamente.

Trabajo en equipo: La cooperación y la comunicación son esenciales en handball. Los jugadores deben trabajar juntos para defender y atacar, lo que mejora las habilidades de colaboración y estrategia en equipo.

**Toma de decisiones rápidas:** El juego es rápido y los jugadores deben tomar decisiones en fracciones de segundo. Esto mejora la capacidad de pensar rápidamente y de tomar decisiones bajo presión.

**Disciplina y dedicación:** Como cualquier deporte, el handball requiere práctica constante, disciplina y dedicación para mejorar y tener éxito.

**Confianza y autoestima:** El desarrollo de habilidades y el éxito en el campo de juego pueden aumentar la confianza y la autoestima de los jugadores.

**4) Violencia y juego brusco:** No se permite empujar, golpear, agarrar o poner en peligro a un oponente. Cualquier contacto físico excesivo puede ser sancionado.

**Dobles:** Un jugador no puede botar el balón, detenerse y luego volver a botarlo. Esto se considera una falta.

**Pasos:** Los jugadores pueden dar un máximo de tres pasos con el balón en las manos sin botarlo. Más de tres pasos sin botarlo se considera una falta.

**Juego pasivo:** Los equipos deben evitar el juego pasivo, es decir, deben intentar avanzar hacia la portería contraria de manera continua. Si el árbitro considera que un equipo no está intentando atacar, puede sancionar el juego pasivo.

**Entrar en el área del portero:** Ningún jugador de campo puede entrar en el área de seis metros alrededor de la portería.

**Retención del balón:** No se puede retener el balón durante más de tres segundos sin pasarlo, lanzarlo o botarlo.

**Obstrucción:** Los jugadores no pueden obstruir a un oponente con el balón mediante el uso del cuerpo de manera ilegal.

**Saque incorrecto:** Los saques deben realizarse desde las posiciones correctas y de acuerdo con las reglas establecidas.