

# GUÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA - HANDBALL

**Colegio: Santa Rosa de Lima**

**Tema: Handball**

**Nombre y apellido: Emiliana**

**López Maturano**

**Curso: 6      División: B**

**Año: 2025**

## **Cuestionario**

**1. Dibuje y marque las medidas de la cancha:**

**La cancha de handball mide 40 metros de largo por 20 metros de ancho.**

**Área de arco: radio de 6 metros.**

**Línea de 7 metros: para lanzamientos de penal.**

**Línea de 9 metros: línea discontinua para tiros libres.**

**Zona de cambio: frente al banco, de 4,5 metros.**

**2. ¿Cuántos cambios se pueden realizar durante un partido?**

**Los cambios son ilimitados, siempre que se hagan por la zona**

**de cambio y sin interrumpir el juego.**

### **3. ¿Cuándo se considera una falta antideportiva?**

**Cuando un jugador actúa con violencia, agresividad o falta de respeto hacia un rival, árbitro o espectador. Ejemplo: empujar bruscamente, insultar o golpear.**

### **4. ¿Cuánto dura un partido?**

**Un partido dura 60 minutos, divididos en dos tiempos de 30 minutos con un descanso de 10 minutos.**

**5. ¿El arquero puede tomar la pelota cuando está fuera de la zona del área?**

**Sí, puede hacerlo fuera del área, pero no puede volver a entrar con la pelota en las manos.**

**6. ¿Cuándo se considera penal?**

**Se cobra penal (lanzamiento de 7 metros) cuando un defensor impide con una falta clara una ocasión manifiesta de gol.**

**7. ¿Cuántos pasos puedo realizar con la pelota en la mano?**

**Se pueden dar tres pasos con la pelota sin botarla.**

**8. Explique brevemente la regla**

**17: Sanciones Disciplinarias**

**Algunas sanciones importantes son:**

**Amonestación (tarjeta amarilla): advertencia por conducta incorrecta.**

**Expulsión por 2 minutos: el jugador debe salir del campo por ese tiempo.**

**Descalificación (tarjeta roja): el jugador no puede volver a jugar el resto del partido.**

**9. ¿Cuántos jugadores integran un equipo de handball?**

**Cada equipo tiene 7 jugadores en cancha (6 de campo y 1 arquero) y hasta 7 suplentes.**

**10. ¿Qué cosas permite el arquero y qué lo diferencia del resto de los jugadores?**

**El arquero puede:**

**Tocar la pelota con cualquier parte del cuerpo dentro del área.**

**Desplazarse libremente dentro del área.**

**Lo diferencia que solo él puede estar dentro del área de 6 metros**

**11. ¿Qué jugador tiene permitido dirigirse verbalmente al árbitro para realizar algún reclamo?**

**Solo el capitán del equipo puede hacerlo, de forma respetuosa.**

**12. Nombrar las funciones que cumplen cada jugador:**

**Arquero: evita los goles.**

**Extremos (derecho e izquierdo): atacan desde los costados y aprovechan espacios.**

**Laterales (derecho e izquierdo):** lanzan desde media distancia.

**Central:** organiza el ataque.

**Pivote:** se ubica cerca del área para recibir y generar jugadas de gol.

**13. ¿Cuántas tarjetas utiliza el árbitro? Explique cada una:**

**Amarilla:** advertencia.

**Roja:** expulsión definitiva.

**Azul (en algunas competencias):** expulsión con informe por conducta muy grave.

## **14. ¿Cómo se realiza el lanzamiento de los 7 m?**

**El jugador lanza desde la línea de 7 metros, solo frente al arquero, después del silbato del árbitro. Ningún jugador puede cruzar la línea antes del lanzamiento.**

## **15. Explique el saque de banda:**

**Se realiza cuando la pelota sale completamente por las líneas laterales.**

**El jugador debe tener un pie sobre la línea al realizar el pase, y los rivales deben estar a 3 metros de distancia.**

## **16. Nombre y explique los fundamentos del Handball:**

**Pase:** acción de lanzar el balón a un compañero.

**Recepción:** atrapar la pelota correctamente.

**Dribbling o bote:** hacer rebotar la pelota para avanzar.

**Lanzamiento:** intento de hacer un gol.

**Desmarque:** moverse para quedar libre de marca.

**Finta:** engañar al rival con un movimiento.

