

Guía docente de la asignatura

**Fecha última actualización: 07/07/2021****Fecha de aprobación: 07/07/2021****Fundamentos de los Deportes II:  
Balonmano****Grado**Grado en Ciencias de la  
Actividad Física y del Deporte**Rama**

Ciencias Sociales y Jurídicas

**Módulo**Fundamentos y  
Manifestaciones Básicas de la  
Motricidad**Materia**

Fundamentos de los Deportes

**Curso**1<sup>o</sup>**Semestre**2<sup>o</sup>**Créditos**

4

**Tipo**

Obligatoria

**PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES**

Tener los dominios básicos y conocimientos adecuados sobre: El manejo del ordenador (para búsquedas documentales y presentaciones escritas y visuales).

**BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)**

Fundamentos e iniciación de las habilidades en balonmano.

**COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA****COMPETENCIAS GENERALES**

- CG01 - Capacidad de análisis y síntesis
- CG03 - Comunicación oral y escrita
- CG06 - Capacidad de acceso y gestión de la información
- CG09 - Capacidad de trabajo en equipo
- CG13 - Capacidad crítica y autocrítica
- CG17 - Autonomía en el aprendizaje

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- CE01 - Diseñar y dirigir tareas progresivas para el aprendizaje de las habilidades específicas deportivas en el ámbito recreativo, educativo y de iniciación deportiva.
- CE02 - Ejecutar suficientemente las técnicas básicas de los diferentes deportes
- CE03 - Analizar gestos técnicos detectando los errores básicos de las habilidades específicas deportivas descubriendo las posibles causas que los provocan.



- CE05 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte entre las diferentes poblaciones
- CE07 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
- CE08 - Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de act. Físicas inadecuadas
- CE11 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
- CE12 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y el deporte entre la población escolar
- CE25 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones de resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo
- CE27 - Conocer y actual dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

1. Adquirir un conocimiento genérico del ámbito del balonmano en lo referente a reglamentación básica, historia, lógica interna del juego, etc.
2. Conocer de forma básica elementos y medios de ataque y defensa mínimos para el desarrollo del deporte y su posible aplicación docente o científica.
3. Adquirir unas destrezas mínimas que permitan asegurar el perfil demostrativo del futuro profesor de E.F.
4. Adquirir destrezas mínimas como educador en ámbito de la formación en un deporte colectivo de cooperación-oposición como es el caso del balonmano.
5. Favorecer la creación de ideas, por parte del alumno, relacionadas con nuestro contenido concreto.
6. Permitir y favorecer la participación activa del alumno en su proceso de formación.

## PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

### TEÓRICO

Tema 1: Introducción a los fundamentos de los deportes colectivos y su aplicación en el desarrollo de tareas aplicadas a la enseñanza del balonmano.

Tema 2: Evolución y desarrollo histórico del balonmano.

Tema 3: Simbología y terminología específica.



Tema 4: Conceptos generales del juego de balonmano y su aplicación en el ámbito de las Ciencias del Actividad Física y el Deporte.

Tema 5: Análisis de los protagonistas implicados en la fase de ataque y las intenciones tácticas del juego.

Tema 6: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el jugador atacante.

Tema 7: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el jugador defensor.

Tema 8: Conceptos técnico-tácticos relacionados con el puesto específico del portero.

Tema 9: Análisis de los medios elementales.

Tema 10: Análisis de los medios simples.

Tema 11: Análisis de los medios tácticos básicos.

Tema 12: Análisis de los medios tácticos inmediatos.

Tema 13: Análisis de los medios tácticos preventivos.

Tema 14: La correlación de las fases del juego, como introducción al juego colectivo complejo.

## PRÁCTICO

Bases prácticas del balonmano adaptado: balonmano 3x3, balonmano mediterráneo.

Sesiones Individuales:

Fase de control: Adaptación, manejo/desposesión.

Fase de finalización: Pase, recepción/interceptación.

Fase de enlace: Desplazamiento, bote, finta/Marcaje, quite.

Fase de finalización: Lanzamiento/blocaje.

Sesiones colectivas:

Fase contraataque/repliegue.

Fase realización sistema de juego. Medios elementales, medios inmediatos.

Fase realización sistema de juego. Medios simples.

Fase realización sistema de juego. Medios básicos, medios preventivos.

## BIBLIOGRAFÍA



## BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

Antón, J.L. (1990). Balonmano, fundamentos y etapas en el aprendizaje. Madrid. Gymnos

## BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Andrade, M. D. S., Fleury, A. M., de Lira, C. A. B., Dubas, J. P., & da Silva, A. C. (2010). Profile of isokinetic eccentric-to-concentric strength ratios of shoulder rotator muscles in elite female team handball players. *Journal of Sports Sciences*, 28(7), 743–749. <http://doi.org/10.1080/02640411003645687>

Antón, J.L. (2001). Balonmano recreativo para todos y en cualquier lugar. Madrid. Gymnos.

Antón, J.L.; Chiroso, L.J.; Ávila, F.M.; Oliver, J.F. y Sosa, P.I. (2000). Balonmano. Alternativas y factores para la mejora del aprendizaje. Madrid. Gymnos.

Barcenas, D. y Román, J.D. (1991). Balonmano. Técnica y metodología. Madrid. Gymnos.

Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona. Hispano Europea.

Bayer, C. (1982). Técnica de balonmano, la formación del jugador. Barcelona. Hispano Europea.

Bengue, L. (2020). Fundamentos transversales para la enseñanza de los deportes de equipo. Barcelona. Inde.

Bonnefoy, G.; Lahuppe, H. y Né, R. (1997). Sports collectifs. Jouer en équipe. Colléges et Lycées. Handball y Volley-Ball. París. Éditions Actio.

Caballero, C., Luis, V., Sabido, R., & Caballero Sánchez, C. (2012). Efecto De Diferentes Estrategias De Aprendizaje Sobre El Rendimiento Y La Cinemática En El Lanzamiento Del Armado Clásico En Balonmano. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 28, 83–100.

Cercel, P. (1980). Balonmano. Ejercicios para las fases del juego. Bucarest. Sports-Turism.

Chiroso, L.J. (1997). Modelo de iniciación en balonmano. Jornadas de actualización en Educación Física. Sevilla.

González-García, I. (2020). Balonmano Actual. Análisis del Juego e indicadores de rendimiento. Sevilla. Wanceulen.

Mariot, J. (1996). Balonmano. De la escuela a las asociaciones deportivas. Lérida. Agonos.

Martini, K. (1980). O andebol. Técnica, táctica y metodología. Lisboa. Europa-América.

Muller, M.; Gersts-stein, H.; Kozang, G. y Kozang, B. (1996). Balonmano, entrenarse jugando. Barcelona. Paidotribo.

Né, R.; Bonnefoy, G. y Lahuppe, H. (2000). Enseñanza del balonmano para jugar en equipo. Barcelona. Inde.

Paula, S. A. (2014). Amplitude de movimento de ombro em atletas de handebol. *Saúde (Santa María), Santa María, Ahead of Print*, 40, 33–38.



Pérez-Feito, J.M. Y Oliveros-Alvárez, J.M (2018). Fundamentos del balonmano: Etapas de aprendizaje, fundamentos técnicos y tácticos, entrenamiento de porteros, balonmano playa. Madrid. Tutor.

Prisăcaru, I. R. (2014). Using the Overtaking Manoeuvre in High Performance Handball. Procedia -Social and Behavioral Sciences, 117, 197–202. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.02.201>

Román, J.D.; Sánchez, F. y Torrecusa, L.C. (1988). El niño y la actividad física y deportiva. Iniciación al balonmano. Madrid. Gymnos.

Román, J.D.; Sánchez, F. y Torrecusa, L.C. (1988). Guía metodológica. Iniciación al balonmano. Madrid. FEBM.

Rodríguez, D.; García, A.; Ruiz, F. y Casado, C. (2001). La iniciación al balonmano en el medio escolar. En Ruiz, F; García, A. y Casimiro, A. Nuevas tendencias metodológicas. La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos. Madrid. Gymnos.

Rousanoglou, E., Noutsos, K., Bayios, I., & Boudolos, K. (2014). Ground Reaction Forces and Throwing Performance in Elite and Novice Players in Two Types of Handball Shot. Journal of Human Kinetics, 40(1), 49–55. <http://doi.org/10.2478/hukin-2014-0006>

Yamada, E., Aida, H., & Nakagawa, A. (2011). Notational Analysis of Shooting Play in the Middle Area by World-class Players and Japanese Elite Players in Women's Handball. International Journal of Sport and Health Science, 9, 15–25. <http://doi.org/10.5432/ijshs.20100028>

Varios (1991). Balonmano. Madrid. COE.

## ENLACES RECOMENDADOS

- [www.rfeb.com](http://www.rfeb.com)
- [www.asobal.es](http://www.asobal.es)
- [www.ihf.org](http://www.ihf.org)

## METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva
- MD02 Sesiones de discusión y debate
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD05 Prácticas de campo
- MD07 Seminarios
- MD08 Ejercicios de simulación
- MD09 Análisis de fuentes y documentos



## EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

### EVALUACIÓN ORDINARIA

**Evaluación continua:** La evaluación de la asignatura en este modelo tiene las siguientes partes:

La evaluación de la asignatura tiene las siguientes partes:

Aplicación práctica (20 %)

Aplicación teórica (30%)

Trabajos relacionados con la materia de carácter individual (20 %)

Trabajos relacionados con la materia de carácter colectivo (30%)

### EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Prueba teórica (50%)

Aplicación práctica (50%)

Se optará a esta evaluación previa petición y aceptación al Departamento de Educación Física durante el período establecido para ello.

### EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

- Examen final (100% de la nota) Con 10 preguntas desarrollo de y realización de un supuesto práctico a través de la plataforma prado, en el supuesto que no se puede hacer virtual

## INFORMACIÓN ADICIONAL

**IMPORTANTE:** En la última semana de curso se realizarán actividades junto a otras asignaturas. Lo que implica el uso de todas las instalaciones y todos los grupos por cada uno de los deportes. La organización en el horario se les indicará a los alumnos al inicio del semestre.

