



Aarón Martín Fernández

FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL BALONMANO



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



ASPECTOS GENERALES ASIGNATURA

CONTENIDOS

BLOQUE 1. REGLAS DEL JUEGO

BLOQUE 2. TECNICO-TACTICA INDIVIDUAL

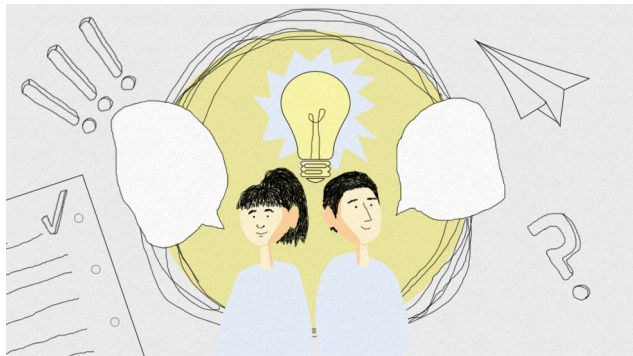
BLOQUE 3. TÁCTICA COLECTIVA

OBJETIVOS PRINCIPALES

- Conocer los elementos básicos del juego y las principales diferencias entre las distintas etapas.
- Diferenciar entre técnica-táctica.
- Conocer las características principales de la técnica y la táctica individual del balonmano.
- Conocer y diferenciar los medios tácticos en balonmano
- Reconocer los distintos sistemas ofensivos y defensivo en balonmano

EVALUACIÓN

DESARROLLO DE UNA SESIÓN.
REFLEXIÓN CRÍTICA SOBRE TEMATICA



TEMA 1 BALONMANO COMO DEPORTE. REGLAS DEL JUEGO

ELEMENTOS DEL JUEGO

NORMAS

SANCIONES

NOMENCLATURA Y SIMBOLOGIA DEL BALONMANO



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



ELEMENTOS DEL JUEGO

¿Cómo es el terreno de juego?
Dimensiones de la pista.

¿Cuáles son las dimensiones del balón de juego?

¿Cuántas personas participan y cómo?

Duración de los encuentros en función de la categoría



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

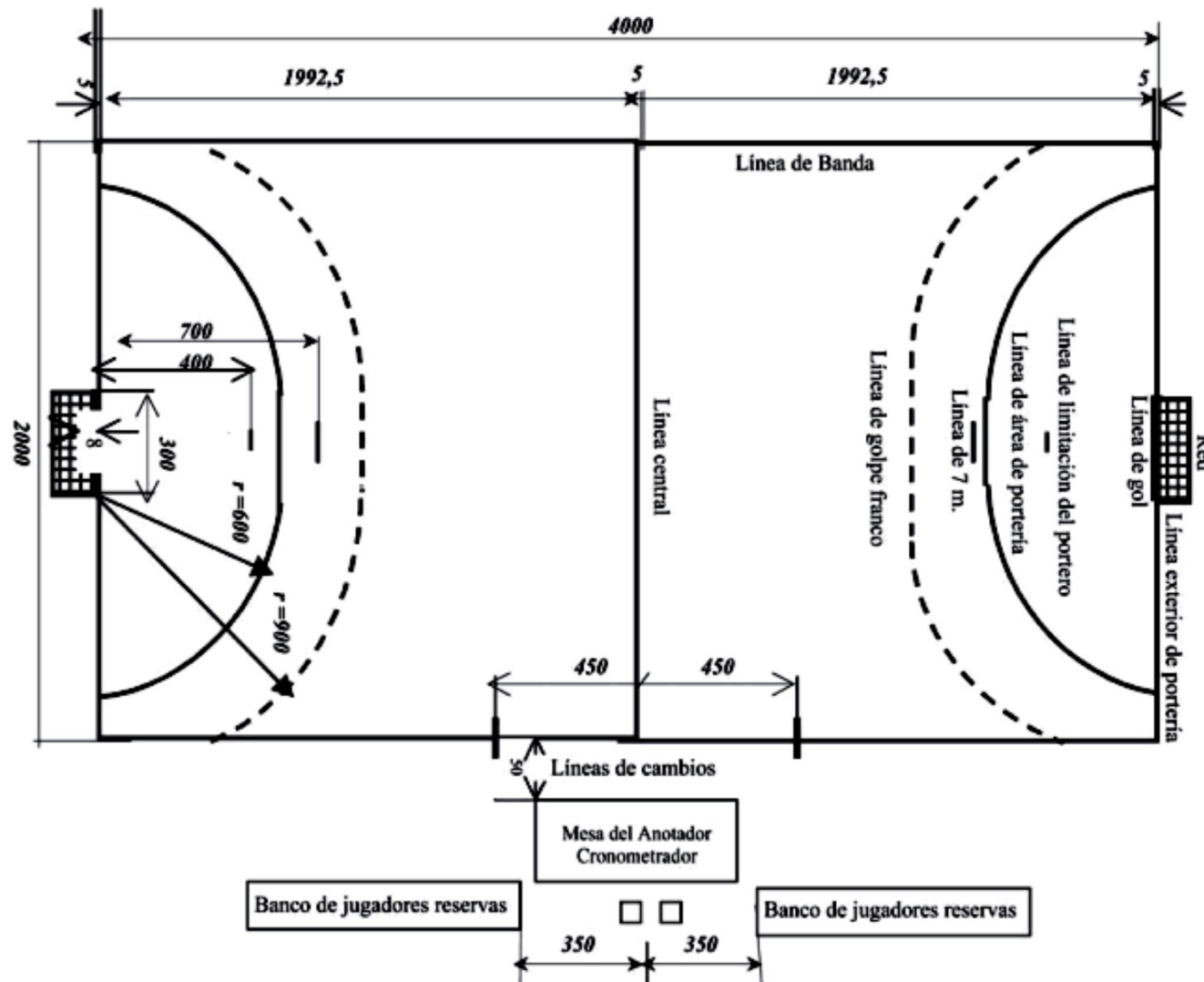
Subvenciona



Colaboran:



DIMENSIONES TERRENO DE JUEGO



1. El terreno de juego

DIMENSIONES TERRENO DE JUEGO

El terreno de juego es un campo rectangular de **40x20 m** que se divide en 2 partes iguales y sirven como referencia para los cambios de rol en las fases del juego.

En las proximidades de cada portería están marcadas sobre el terreno de juego dos zonas de aspecto semicirculares con centro en la base de los postes:

- Una zona con una línea continua que limita el área de portería y tiene **6 m de radio**.
- Una zona con **línea discontinua con 9 m** de radio desde donde se ejecutan los golpes francos.



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

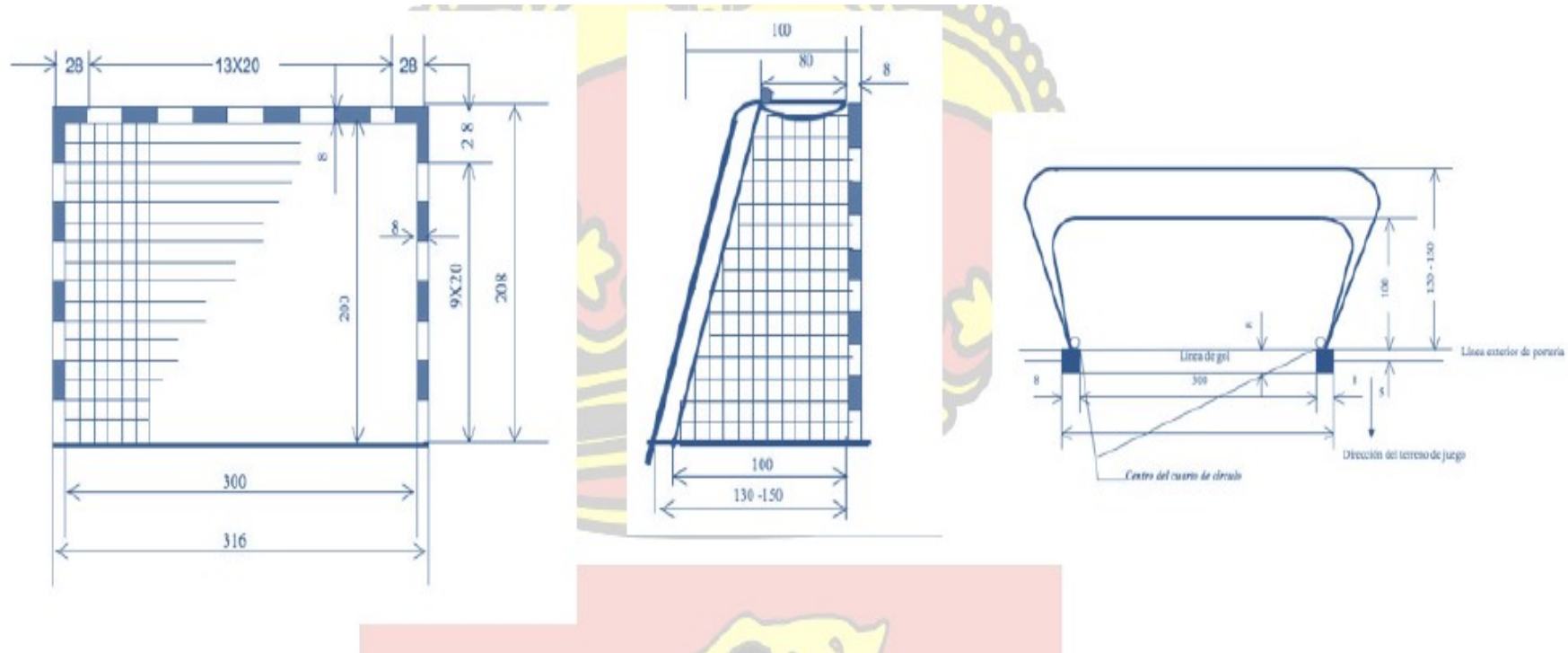
Subvenciona



Colaboran:



DIMENSIONES PORTERIAS



El campo de juego contiene 2 porterías. Cuyas medidas son; 2x3 m.

El poste tiene un grosor de 8 cm.

Reflexión. Dimensiones de porterías en base. Otros deportes.

BALONES

Los árbitros son los responsables de comprobar los balones antes de que comience el partido y deciden qué balones serán utilizados. En todos los partidos debe haber al menos dos balones disponibles.

Existen **distintos tamaños** de balones en función de la circunferencia y el peso, siendo utilizados en las distintas categorías.

Tallas oficiales:

- Tamaño 3: Senior masculina y juvenil masculina
- Tamaño 2: Cadete masculina, senior y juvenil femenina
- Tamaño 1: Infantil masculina, cadete e infantil femenina

Tallas no oficiales:

- Tamaño 0: Alevín
- Tamaño 00: Benjamín



El equipo y la equipación

- Un equipo puede incluir en acta hasta 16 jugadores. ¿CATEGORÍAS ALEVINES?
- Debe tener al menos 5 jugadores al comienzo del partido. Los jugadores y oficiales de equipo que se incorporen después deben obtener la autorización del anotador/cronometrador/árbitro.
- Máximo 7 jugadores presentes en el terreno de juego al mismo tiempo.
- Máximo 4 oficiales de equipo, que no pueden ser sustituidos en el transcurso del partido.
- Debe designarse un **oficial responsable de equipo**. Responsable de que el equipo cumpla el reglamento de la zona de cambios y que en ella permanezca quien esté inscrito en acta y autorizado. Confirma mediante la firma del acta antes del inicio del partido que todos los jugadores están correctamente equipados. En caso de duda deberá consultar a los árbitros.
- Los colores de los equipos deben distinguirse claramente entre ellos y con los porteros de ambos equipos. Los jugadores deben llevar números del 1 al 99, visibles por delante y por detrás. Si un jugador ingresa con un color o número incorrecto no conllevará sanción, sino interrupción del juego y corrección del error.
- No se les permite llevar **objetos** que puedan ser **peligrosos** para otros jugadores o facilitarles obtener una ventaja (*piercing* visibles, pendientes, collares o cadenas, gafas sin bandas protectoras o con montura sólida, etc.).

TIEMPO DE JUEGO

El partido se como pone de 2 tiempos de 30 minutos y un descanso entre tiempo a partir de la categoría cadete. En el resto de categorías es adaptable.

En Andalucía, infantiles 25 minutos y Alevines hacia abajo 40 minutos en 4 tiempos de 10 minutos.

En competiciones eliminatorias, en caso de empate, se establece un sistema de desempate en el siguiente orden: 1º Prorroga, 2º Prorroga (En algunos casos) y 7 metros.

El final de cada tiempo y del partido se lleva a cabo o bien por la bocina de la mesa del partido o bien por los árbitros del encuentro. En esta situación, si se está ejecutando un golpe franco o 7 metros, se deberá repetir a tiempo parado. El lanzamiento no puede ser ejecutado en salto.
(No lanzar ni efectuar saque con -3 segundos)



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



¿Cuándo se para el tiempo? Tiempo muerto.

Tiempo muerto árbitros

Obligatorio:

- Sanciona con 2 minutos de exclusión.
- Se concede un tiempo muerto de equipo
- Suena la señal del cronometrador.
- Los árbitros toman decisiones diferentes.
- Asistencia.

Recomendable:

- Jugador parece lesionado.
- Jugador pierde tiempo
- Balón se desplaza muy lejos
- Influencias externas (Campo sucio)

Nota: Si el equipo atacante es sancionado cuando el balón esta en juego pierde la posesión, no es así si el juego esta parado

¿Cuándo se para el tiempo? Tiempo muerto.



Tiempo muerto equipos

Los equipos pueden solicitar hasta 3 tiempos muertos a lo largo del partido. Dichos tiempos duran 1 minuto.

Un máximo de 2 por período y un máximo de 1 en los 5 últimos minutos del encuentro.

No es posible solicitarlo durante las prórrogas.

Entre 2 tiempos muertos, el adversario debe tener al menos una vez la posesión del balón.

Un equipo puede solicitar un tiempo muerto de equipo únicamente si está en posesión del balón. Se solicita mediante la colocación de una tarjeta verde en la mesa, delante del cronometrador, por parte de un oficial del equipo. En caso de no haber mesa, de viva voz y/o realizando el gesto de time-out

NORMAS DE JUEGO



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



GESTOFORMA

¿Qué pita el árbitro?

- Infracciones del atacante



*Dobles



*Pasos



*Falta en ataque



*Aviso juego pasivo



*Juego pasivo

Implican cambio de posesión - Previo a este gesto el árbitro debe señalar la dirección correspondiente



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



GESTOFORMA

*Golpe franco – dirección



*Saque de portería



*Saque de banda



*Time-out



*No respetar distancia 3m



*Gol



*Permiso para entrar 2 personas autorizadas en el terreno de juego

GESTOFORMA

- Relacionado con sanciones disciplinarias



- *Amonestación (Amarilla)
- *Descalificación (Roja)
- *Descalificación c/informe (Azul)



*Exclusión

empujar



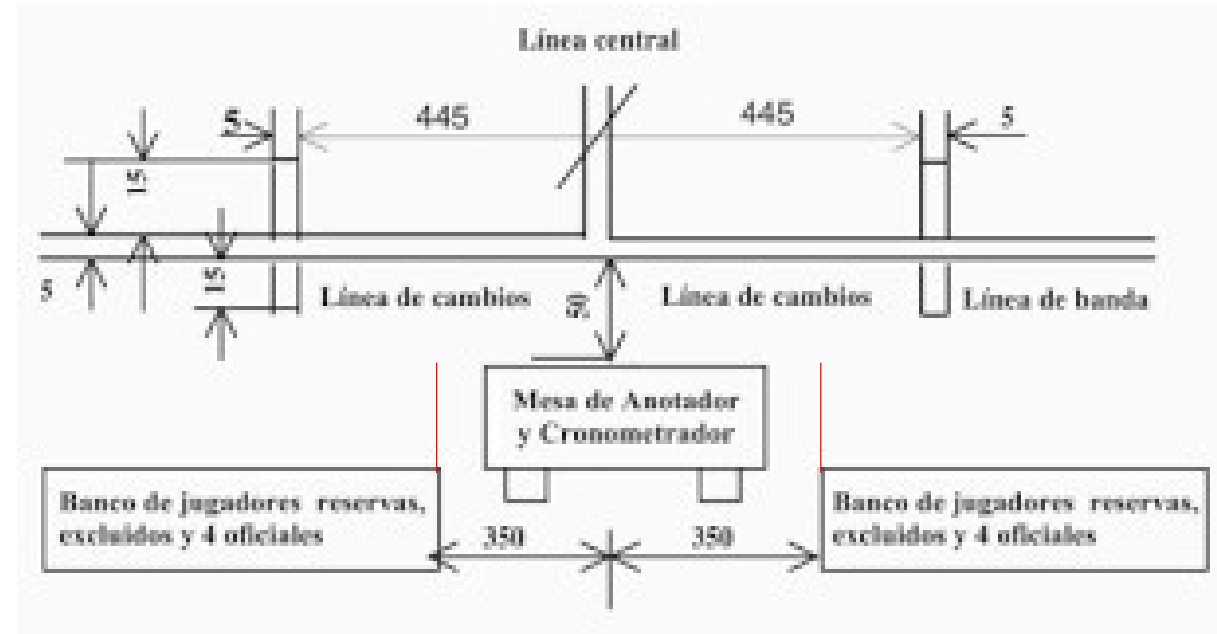
*Agarrar



*Golpear

REGLAMENTO DE LA ZONA DE CAMBIOS

- Área de entrenadores: Fuera de la línea de banda, desde el inicio de los banquillos (3,5 m de la línea central), hasta el final de los banquillos.
 - En principio, se permite **un solo oficial de pie**. Movimiento con libertad para dirigir al equipo o proporcionar cuidados médicos. Su posición o comportamiento no deberán interferir en las acciones de los jugadores del terreno de juego. Pueden abandonar la zona para consultas con la mesa y pedir Tiempo muerto. Salvo autorización no pueden penetrar en el terreno de juego.
 - Totalmente vestidos con ropa civil o deportiva. Los **colores** que puedan causar confusión con los jugadores de campo del **equipo contrario**, no serán permitidos.



REGLAMENTO DE LA ZONA DE CAMBIOS



- Zona de cambios: Desde la línea central, hasta el final de los banquillos. Las sustituciones se realizan hasta la línea de cambio (4,5 m). Sólo pueden permanecer en ella jugadores y oficiales inscritos en acta.

- Jugadores: En principio, deben estar sentados en el banquillo. Pero pueden moverse detrás del mismo para calentar, sin balón, con la condición de que haya suficiente espacio y no molesten.
- Oficiales y jugadores: No están autorizados a mantener una actitud antideportiva con el equipo arbitral, jugadores u oficiales contrarios o espectadores. No pueden abandonar la zona de cambios con el fin de influir en el juego, ni pueden dirigir al equipo fuera de esta zona.

Sustituciones y lesiones

- Los jugadores pueden entrar en el terreno de juego repetidamente, siempre y cuando lo hagan por su línea de cambios y entren después de que otro jugador haya salido previamente (A partir de juveniles).
- Un **cambio antirreglamentario** será sancionado con 2 minutos de exclusión para el jugador infractor. Al igual que si un jugador adicional penetra en el terreno de juego sin que se produzca un cambio, o si un jugador interfiere ilegalmente en el partido desde la zona de cambios.
- Si un jugador entra en el terreno de juego mientras cumple una exclusión de 2 minutos, recibirá una exclusión adicional, que comenzará inmediatamente. El equipo se reduce en otro jugador más, durante la coincidencia de tiempo entre la primera y la segunda exclusión.
- Si **un jugador tiene sangre** en el cuerpo o en el uniforme, debe salir inmediata y voluntariamente del terreno de juego, con el fin de parar la hemorragia, cubrir la herida y limpiar la sangre.



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



Jugador Lesionado



- En caso de una **lesión**, los árbitros pueden dar permiso para que dos personas autorizadas entren en el terreno de juego durante un time-out, con el propósito específico de asistir al jugador lesionado (dar instrucciones a los jugadores o dirigirse a los adversarios o a los árbitros, se considerará conducta antideportiva).
 - Si los oficiales de equipo se niegan a proporcionar asistencia médica al jugador, el “oficial de equipo responsable” será sancionado de manera progresiva.
 - Asistencia = **3 ataques**. Directrices: *No detener el tiempo para una asistencia cuando no sea imprescindible. *No perjudicar a un equipo por esa detención.
- Los árbitros están absolutamente seguros de que el jugador necesita asistencia (preguntan al jugador), detendrán el juego y el jugador asistido deberá permanecer fuera del terreno de juego durante 3 ataques. Excepciones:
 - Si la asistencia es consecuencia de una acción antirreglamentaria por parte de un jugador contrario que ha sido sancionado disciplinariamente por los árbitros
 - Si el balón impacta en la cabeza del portero
 - Sólo se aplica la sanción de 3 ataques en categorías con anotador-cronometrador. Pero la filosofía es la misma.

EJECUCIONES DE SAQUE

1. Saque de portería
2. Saque de banda
3. Saque de centro
4. Golpe franco
5. Lanzamiento de 7 metros



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:

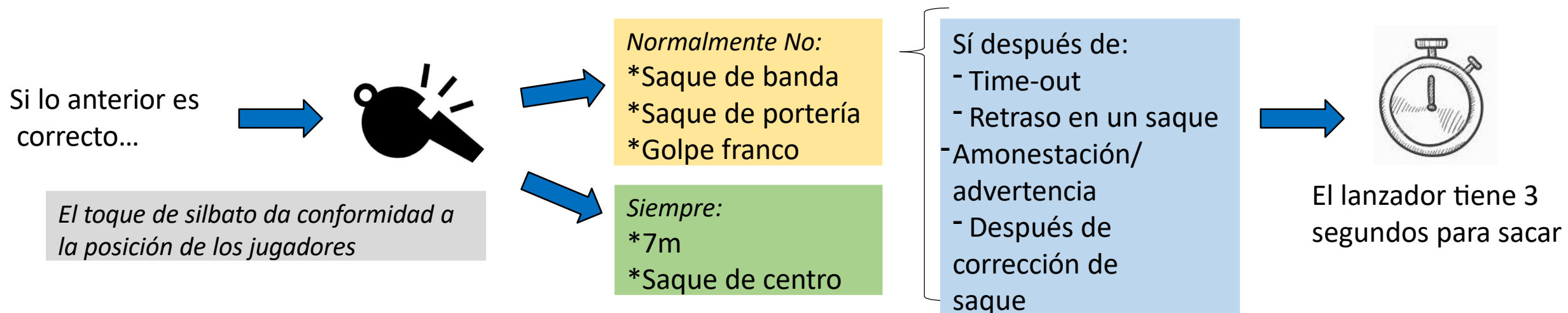


- El lanzador:**
- Estar en la posición correcta y tener el balón en la mano para la ejecución
 - Tener un pie en contacto con el suelo hasta que el balón haya salido de su mano, excepto en el saque de portería (el portero puede sacar en salto)
 - El lanzamiento se considera ejecutado cuando el balón ha salido de su mano, excepto en el saque de portería (cuando el balón ha rebasado la línea del área)
 - No puede tocar de nuevo el balón hasta que lo toque otro jugador o la portería

Los compañeros del lanzador: - Estar en las posiciones correctas hasta que el balón haya salido de la mano del

lanzador, excepto en saque de centro (hasta el toque de silbato)

- Los defensores:**
- Estar en las posiciones correctas hasta que el balón haya salido de la mano del lanzador (Siempre a 3 metros en GF, saque de centro o de banda y 7m; fuera del área, en saque de portería)
 - Las posiciones incorrectas no deben ser corregidas, si no suponen una desventaja para los atacantes

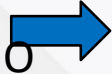


Si existe una infracción durante una ejecución:

❖ **Atacantes:**



NO



Corrección



SÍ



Golpe franco en contra

Saques de banda, portería y GF

(ej. saques en salto, fuera de sitio, jugadores sin salir de

9m...)

Será de aplicación el concepto de **ley de ventaja**. Si el equipo atacante pierde inmediatamente la posesión después de una ejecución incorrecta, se considerará que el lanzamiento ha sido ejecutado y el juego continúa.

Principio: No beneficiar al infractor.

❖ **Defensores:** Las infracciones podrán ser sancionadas independientemente del toque de silbato

- Advertencia (ej. distancia de 3m en GF)
- Sanción disciplinaria (ej. interrupción saque rápido)



*En el tiempo entre que se decreta una acción y se produce un saque **el balón no está en juego**. Este punto será importante en las sanciones disciplinarias...*

1. El saque de portería

¿Cuándo?

- Contrario invade el área con balón, o sin él pero obteniendo una ventaja
- Contrario toca el balón rodando en el área
- Balón en el área parado en el suelo o controlado por el portero
- Balón sobrepasa línea de fondo después de tocar contrario o portero

¿Cómo?

- Por el portero y desde dentro del área
- Se considera ejecutado cuando el balón ha salido de la mano del portero y ha rebasado completamente la línea del área de portería
- Se permite a los jugadores estar justamente fuera de la línea del área de portería, pero no se les permite tocar el balón hasta que éste haya rebasado completamente dicha línea



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



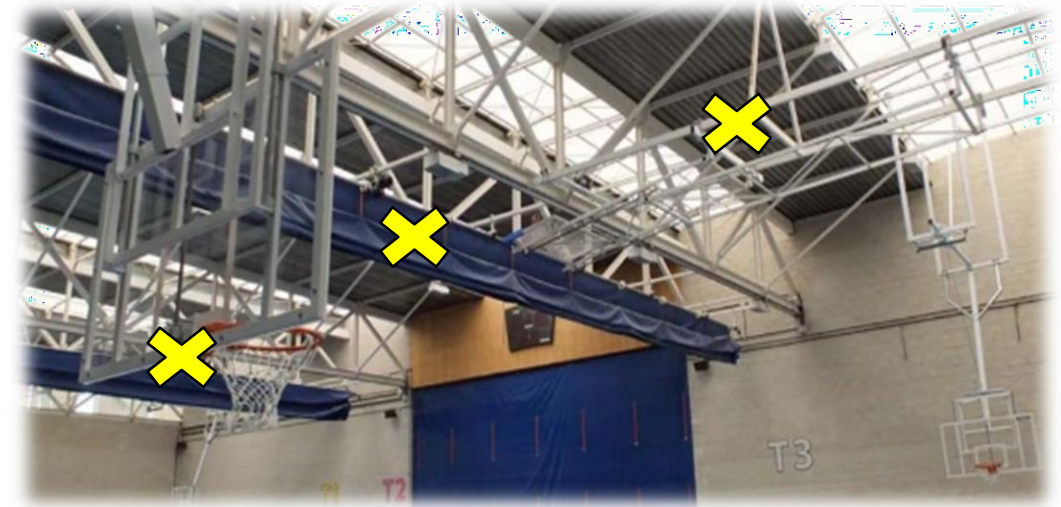
Colaboran:



2. El saque de banda

¿Cuándo?

- Balón cruza la línea de banda, o la línea exterior de portería después de ser tocada por un defensor
- Balón toca el techo o un objeto fijo sobre el terreno de juego (canastas, cortinas, redes...)



¿Cómo?

- Lo ejecuta el equipo contrario al que hubiera tocado el balón en último lugar
- Desde el lugar por donde salió el balón o el córner si éste salió por la línea de fondo
- El lanzador con un pie sobre de la línea de banda hasta ejecutar el saque con el pie



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



3. El saque de centro

¿Cuándo?

- Al inicio del partido, el equipo que le corresponda por sorteo y el contrario en el segundo tiempo
- Reanudación de juego después de que un equipo encaje un gol

¿Cómo?

- Con toque de silbato, dentro de 3 segundos, hacia cualquier dirección
- El lanzador con un pie sobre de la línea central, 2º pie sobre la línea o detrás (sin pisar campo contrario)
- Los compañeros del lanzador en su campo hasta el toque de silbato
- Los contrarios mínimo a 3 metros del lanzador, pueden estar en cualquier parte del campo

Importante: Los árbitros tratarán de proteger el saque de centro rápido y facilitar a los equipos su uso, pero tratando de evitar situaciones injustas para el adversario con respecto a cuándo y dónde se ejecuta el saque.



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



4. El golpe franco

Concepto de **ley de ventaja**:

“Permitir la continuidad del juego evitando interrumpirlo prematuramente por una infracción del defensor”.

- Si los defensores obtienen la posesión del balón inmediatamente después de una infracción de los atacantes
- Si los atacantes pueden mantener la posesión pese a la infracción de los defensores y sin incurrir ellos en una

Si una sanción disciplinaria fuera necesaria, los árbitros deberían esperar a que finalice la situación existente, si esto es más beneficioso para el equipo no infractor. Excepto infracciones en la zona de cambios (entrada de jugadores adicionales, cambios antirreglamentarios, etc.) .

Si se toma la decisión de golpe franco contra el equipo que está en posesión del balón, cuando el árbitro haga sonar el silbato el jugador que esté en posesión del mismo en ese momento deberá soltarlo o dejarlo en el suelo, de forma que pueda ser jugado inmediatamente.



4. El golpe franco

- Normalmente sin toque de silbato, excepto:

- Time-out - Después de corrección de saque
- Retraso en saque - Amonestación/advertencia

- Normalmente desde el lugar en el que se cometió la infracción, excepto:

Si se interrumpe el juego debido a una infracción en la zona de cambios y el lugar donde estaba el balón es más favorable

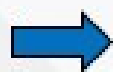
- Nunca desde dentro de la propia área de portería, ni desde dentro de la línea de 9m de los contrarios
- Los contrarios mínimo a 3 metros del lanzador y los compañeros en la posición correcta hasta que se ejecute el saque (recordar instrucciones generales...)

Si existe una infracción durante una ejecución:

Atacantes:



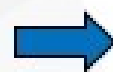
NO



Corrección



SÍ



Golpe franco en contra

Ej. saques en salto, fuera de sitio,
jugadores sin salir de 9m...

5. El lanzamiento de 7 metros

¿Cuándo se señala 7m?

- Se destruye antirreglamentariamente una clara ocasión de gol en cualquier parte del terreno de juego por un jugador u oficial del equipo contrario
- Interferencias externas o fuerza mayor en el momento de una clara ocasión de gol (un toque de silbato injustificado, un espectador entra en el campo, un corte de luz...)
- Una descalificación del equipo defensor en los últimos 30 segundos

No se señala 7m



Si pese a la infracción del defensor, el atacante mantiene totalmente el control del balón y de su cuerpo
"Ley de ventaja"

Los árbitros se abstendrán de señalar 7m, si se consiguiera el gol pese a la infracción del defensor, siempre que el atacante no incurra en una infracción al marcar ese gol (goles en pasos, desde dentro del área...).



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



5. El lanzamiento de 7 metros

¿Clara ocasión de gol?

- Un jugador con el control del balón y de su cuerpo junto la línea del área de portería contraria, tiene la oportunidad de lanzar a portería sin que ningún contrario pueda impedir el lanzamiento por métodos reglamentarios. **“Espacio frontal libre”** entre jugador y portería. También se aplica si el jugador aún no controla el balón pero está listo para una inmediata recepción, sin haber ningún contrario en una posición tal que pueda evitar la recepción del balón con métodos legales.
- Un jugador está corriendo o botando solo hacia el portero en un **contraataque**, sin que ningún oponente sea capaz de ponerse delante. También si el jugador aún no tiene el balón, en un choque con el portero.
- Un portero ha salido de su área de portería y un jugador contrario, con el balón y el control de su cuerpo, tiene una clara oportunidad, sin obstáculos, de lanzar el balón a la **portería vacía**.



5. El lanzamiento de 7 metros

¿Cómo se ejecuta un 7m?

- Lanzamiento a portería, después de toque de silbato, antes de 3 segundos
- El lanzador y sus compañeros no pueden tocar el balón hasta que toque la portería o a un contrario
- Lanzador sin pisar la línea, pero no a más de un metro de ella
- Los compañeros fuera de la línea de golpe franco
- Los contrarios fuera de la línea de golpe franco y a 3m (*si hay infracción y no es gol, se repetiría el 7m*)
- El portero no puede sobrepasar la línea de restricción hasta que el balón haya salido de la mano del lanzador. Si mantiene al menos un pie en el suelo sobre o por detrás de la línea (4m), le está permitido mover el resto del cuerpo más allá de dicha línea (*si hay infracción y no es gol, se repetiría el 7m*)
- Cambio de porteros: No permitido si lanzador está preparado para ejecutar el lanzamiento, con el balón en la mano y en la posición correcta. Se sancionará como conducta antideportiva. Como excepción, se permite este cambio en defensa en infantil y cadete.

¿Cómo no se ejecuta un 7m?...

Si el lanzador de un 7 metros golpea la cabeza del portero y el portero no mueve su cabeza en la dirección del balón, será descalificado



¿Cómo puede jugarse el balón?

1. Lo que está permitido
2. Lo que no está permitido
3. Juego Pasivo



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



1. Lo que está permitido

- Lanzar, coger, parar, empujar o golpear el balón, utilizando las manos (abiertas o cerradas), brazos, cabeza, tronco, muslos y rodillas
- Retener el balón durante un máximo de 3 segundos
- Dar un máximo de **3 pasos con el balón controlado**
- Botar el balón y cogerlo de nuevo con una o ambas manos
- Pasar el balón de una mano a otra sin perder el contacto con él
- Jugar el balón estando de rodillas, sentado o tumbado en el suelo
- Si el balón toca a un árbitro dentro del campo el juego continúa

Se considera un paso cuando:

- Un jugador levanta un pie y lo vuelve a colocar en el suelo, o desplaza un pie de un lugar a otro
- Un jugador toca el suelo con ambos pies simultáneamente
- El primer apoyo tras repcionar el balón en suspensión* no cuenta como un paso (“punto cero”).

** No incluye ir botando y coger el balón. El balón debe venir de un compañero/contrario o la portería.*

Es conforme a las reglas si un jugador con balón cae al suelo, se desliza, se levanta y juega el balón. También si un jugador se lanza al suelo a por el balón, lo controla y se levanta para jugarlo.

2. Lo que no está permitido



- Tocar el balón con el pie o pierna **por debajo de la rodilla**, excepto si el balón ha sido directamente lanzado contra el jugador por un contrario.
- **Si el balón ha sido ya botado y controlado** por el jugador, no es posible **volver a botarlo**, hasta que el balón haya tocado a otro jugador o la portería. *Una “recepción defectuosa” cuando un jugador intenta controlar o parar el balón, no se sanciona ni se considera un bote. Sí se considera bote si el jugador apoya el balón en el suelo.*
- Botar el balón implica dirigirlo hacia el suelo, pudiendo palmearlo posteriormente (no manejarlo como en baloncesto).
- Que un jugador en posesión del balón **salga del terreno de juego** tratando de obtener una **ventaja**, aún estando el balón dentro del terreno de juego (ej. para evitar a un defensor).
- Si un jugador del equipo en posesión del balón se sitúa fuera del terreno de juego sin el balón, los árbitros le indicarán que debe colocarse dentro del campo. Si el jugador no lo hace así, o si la acción es posteriormente repetida por el mismo equipo, se sancionará con golpe franco en contra.



3. El juego pasivo

- Esta norma busca impedir formas de juego poco atractivas y retrasos intencionados en el partido.
- No se permite que un equipo conserve la posesión sin hacer un intento reconocible de atacar o lanzar, ni que retrase repetidamente la ejecución de los saques.
- Cuando se observa una tendencia al juego pasivo, se realiza la gestoforma de aviso de juego pasivo. Si la forma de ataque no cambia después de que se haya hecho esta señal de advertencia, los árbitros podrán señalar juego pasivo en cualquier momento. El equipo atacante deberá lanzar a portería en un máximo de 6 pases.



Situaciones en las que se **anula la advertencia** de pasivo:

- a. Cambio de posesión.
- b. El equipo atacante lanza a portería y el balón vuelve al mismo equipo tras tocar en la portería o el portero.
- c. Un jugador u oficial del equipo defensor recibe una sanción disciplinaria.

- En algunas situaciones los árbitros también podrán sancionar el juego pasivo directamente, sin señal de advertencia previa (ej. cuando un jugador se abstiene intencionadamente de aprovechar una clara situación de gol).
- La infracción por juego pasivo implica un GF a favor del equipo defensor desde el lugar donde estaba el balón cuando se interrumpió el juego.



3. El juego pasivo

¿Cuándo solemos verlo?

- Un equipo tiene una pequeña ventaja en el marcador en los momentos finales del partido
- Un equipo tiene un jugador excluido
- La defensa del equipo contrario está siendo superior

Criterios sobre los pases:

- El pase tiene que haberse completado de un jugador a otro (si una falta o un corte de balón lo impiden no contará).
- Se cuenta como un pase, si se bloquea un lanzamiento o pase y el balón regresa al lanzador o a un compañero.
- **Tras el 4º pase**, el equipo atacante tiene la posibilidad de realizar **un pase adicional** si:
 - Se señala un golpe franco o un saque de banda en favor del equipo atacante (en caso contrario sólo cabría lanzamiento directo).
 - Si un lanzamiento a portería es bloqueado por el equipo defensor y el balón se dirige al propio lanzador o un jugador de su equipo.

Indicadores:

- Cambios lentos o tardíos
- Movimiento lento de balón
- Fase de construcción muy larga

- Si el equipo ha intentado un contrataque pero se ha visto bien defendido, se le debe permitir realizar cambios una vez ha finalizado esta fase del ataque.
- Si se acaba de anular el aviso de pasivo al equipo en posesión del balón se le debe permitir una nueva fase de construcción.

El portero dentro del reglamento



Dentro del área de portería:

- Tocar el balón con cualquier parte de su cuerpo, en una acción defensiva.
- Desplazarse con el balón controlado, sin las restricciones de los jugadores de campo (pasos, dobles...), sin retrasar el saque de portería.

Fuera del área de portería:

- Participar en el juego como un jugador de campo más.
- Tocar en el balón en el área y jugarlo de nuevo fuera de ella si no ha logrado controlarlo.

Se considera que el portero ha salido del área de portería tan pronto como cualquier parte de su cuerpo toca el suelo fuera de la línea del área.



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



El portero dentro del reglamento



- Salir del área de portería con el balón controlado: Repetición de saque de portería. Si el árbitro hubiera pitado para el saque, GF para el equipo contrario.
- Tocar el balón cuando está parado o rodando en el suelo fuera del área: GF en contra.
- Sobrepasar la línea de restricción del portero en un 7m: Debe esperar a que el balón haya salido de la mano del lanzador. Si mantiene al menos un pie en el suelo, que esté sobre o detrás de la línea (4m), le está permitido mover el resto del cuerpo más allá de dicha línea.
- Tocar el balón con el pie cuando éste se mueve del área de portería al área de juego.
- Volver a entrar en el área de portería desde el área de juego con el balón.
- Poner en peligro al contrario en una acción defensiva.



Portero lesionado: Si el portero recibe un balonazo y queda imposibilitado para jugar, la protección al portero es una prioridad. Los árbitros deberían esperar a ver donde va el balón y quien obtiene la posesión, para hacer time-out. Y posteriormente reanudar con el saque correspondiente (en ningún caso es posible 7m).



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



El portero: 2 reglas especiales

Descalificación del portero – Regla 8:5 Comentario

Situaciones en las que un portero sale del área de portería con la intención de interceptar un pase dirigido a un contrario y provoca una **colisión/choque** con un oponente.

El portero será descalificado con independencia de si consigue o no el balón. Se reanudará con 7m salvo que el balón no pudiera ser alcanzado por el jugador contrario. **Es responsabilidad del portero** asegurarse de que no se produce una situación peligrosa para la integridad física del contrario.

Nueva regla: Sanción de exclusión tras lanzamiento a la cara del portero. Si el portero recibe un impacto en la cara en una Posición natural y tras un lanzamiento claro de un jugador de campo, el jugador que efectúa el lanzamiento será sancionado



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



El área de portería

Se considera que se ha entrado en el área (se incluye la línea del área de portería), cuando un jugador de campo la toca con cualquier parte de su cuerpo. Sólo se permite al portero entrar en el área de portería. Decisiones si entra un jugador:

- Jugador atacante entra en el área de portería con el balón o entra sin el balón, pero obtiene una ventaja al hacerlo
- Jugador defensor entra en el área de portería y obtiene una ventaja, sin destruir ocasión de gol (ej. rechace del portero)
- Jugador defensor entra en el área de portería y debido a esto destruye una clara ocasión de gol (Requiere pisar claramente dentro, no sólo tocar la línea del área)
- Cualquier jugador entra sin el balón y no obtiene ventaja al hacerlo



Saque de portería



Golpe franco



Lanzamiento de 7m



No se sanciona – Continúa el juego



El área de portería

- Si un **jugador juega el balón hacia su propia área** de portería (existe intención, no es un rebote o blocaje) las decisiones serán las siguientes:
 - a) Si el balón entra en la portería: *Gol*
 - b) Si el balón queda parado en el área de portería, o si el portero toca el balón y éste no entra en la portería: *GF*
 - c) Si el balón sale por la línea exterior de gol: *Saque de banda* (desde el córner)
 - d) Si el balón pasa a través del área de portería y vuelve al área de juego, sin haber sido tocado por el portero: *Continúa el juego*
- Si un **jugador coge el balón en el área** de portería, las decisiones serán las siguientes:
 - a) Si el balón está parado: *Saque de portería*
El balón no está en juego, es del portero.
 - b) Si el balón está rodando: *Saque de portería* (si es el área contraria) – *Golpe franco en contra* (si es su propia área) El jugador debe esperar a que el balón salga del área para jugarlo.
 - c) Si el balón botando en el área de portería: *Continúa el juego*
El jugador puede coger el balón antes de que salga del área de portería. Incluso puede botar el balón dentro del área.



MODIFICACIONES DE REGLAMENTO EN CATEGORIAS BASE

	BENJAMIN	ALEVIN	INFANTIL	CADETE
TERRENO DE JUEGO	REGLAMENTO	REGLAMENTO	REGLAMENTO	REGLAMENTO
TIEMPO DE JUEGO	4X10	4X10	2X25	2X30
BALÓN	TALLA 0	TALLA 0	TALLA 1	TALLA 2 (1 EN FEM)
Nº JUGADORES	6+1	6+1	6+1	6+1
JUGADORES ACTA	No máximo. Mínimo 5.	Máximo 18. Mínimo 5.	Máximo 16. Mínimo 5.	Máximo 16. Mínimo 5.
CAMBIOS	Ilimitados mins 5.	Ilimitados mins 5.	Ilimitados.	Ilimitados.
TIME OUT	NO	NO	3	3
SAQUE DE GOL	Centro del campo	Centro del campo	Centro del campo	Centro del campo
RESULTADO	GOLES TOTALES	GOLES TOTALES	GOLES TOTALES	GOLES TOTALES
PORTERO	Participación de 2 porteros	Participación de 2 porteros	REGLAMENTO	REGLAMENTO
SANCIONES	Exclusión= 1mins	Exclusión= 1mins	Exclusión= 1mins	Exclusión= 1mins
DEFENSAS NO	DEFENSA ZONAL	DEFENSA EN 1 LINEA	DEFENSAS MIXTAS	TODAS LAS DEFENSAS PERMITIDAS

ADAPTACIONES DEPORTE BASE

Cuestiones especiales - ¿Qué pasa si...?

- Un equipo presenta menos de 5 jugadores. No puede comenzar el partido, se entenderá como no presentado, se dará por perdido el partido 10-0, puede haber actuación sancionadora del Comité de Competición.
- En alevín, infantil y cadete no se permiten los cambios si el equipo no está en posesión del balón. En Alevín no se permiten los cambios durante los 5 primeros minutos de los cuartos (salvo lesión). Se sanciona con exclusión, como un cambio antirreglamentario.
- Un equipo está realizando una defensa no permitida. Mixtas en infantil, cerradas en benjamín y alevín. Existe un protocolo de actuación:
 - Si el árbitro identifica una defensa no permitida detendrá el juego y efectuará una advertencia pública al oficial responsable de ese equipo, para que su jugador o jugadores dejen de realizar dicha defensa.
 - Si la situación fuera reiterada por ese equipo, el árbitro detendrá el juego y decretará 7 metros a favor del equipo atacante, sin opción de rechace. Una vez efectuado el lanzamiento, el equipo volverá a tener posesión del balón. Esta decisión podrá adoptarse las veces que sean precisas.

REFLEXIÓN: ¿Qué consideramos mixta? ¿Como hacer mixta en infantiles?

Sanciones disciplinarias

- Lo que está o no permitido
 - Amonestación
 - Exclusión
 - Descalificación
- Descalificación con informe



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



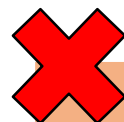
¿Qué se permite?

Comportamiento con el contrario

Está permitido:

- Utilizar una mano abierta para quitar el balón de la mano de otro jugador
- Utilizar los brazos flexionados para tomar contacto corporal con un contrario, controlarle y seguirle
- Utilizar el tronco para bloquear* al contrario, en la lucha por una posición

**Bloquear significa impedir que un oponente se mueva hacia un espacio abierto. Establecer el bloqueo, mantenerlo y salirse de él debe hacerse de forma pasiva en relación con el contrario*



No está permitido:

- Tirar del balón o golpearlo cuando el contrario lo tiene en sus manos
- Bloquear* al contrario con los brazos, las manos, las piernas o usar cualquier parte del cuerpo para desplazarle o empujarle; esto incluye el uso peligroso del codo
- Agarrar a un contrario (del cuerpo o del uniforme), incluso si sigue libre para continuar jugando
- Arrollar a un contrario o lanzarse contra él



NOMENCLATURA Y SIMBOLOGIA EN BALONMANO



C.D. URCI ALMERÍA
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:



NOMENCLATURA Y SIMBOLOGIA EN BALONMANO

○ **Jugador en Ataque**

●
○ **Jugador en Ataque Con Balón**

△ **Defensor**

--- → **Pase**

--- / --- → **Finta de Pase**

==> **Lanzamiento**

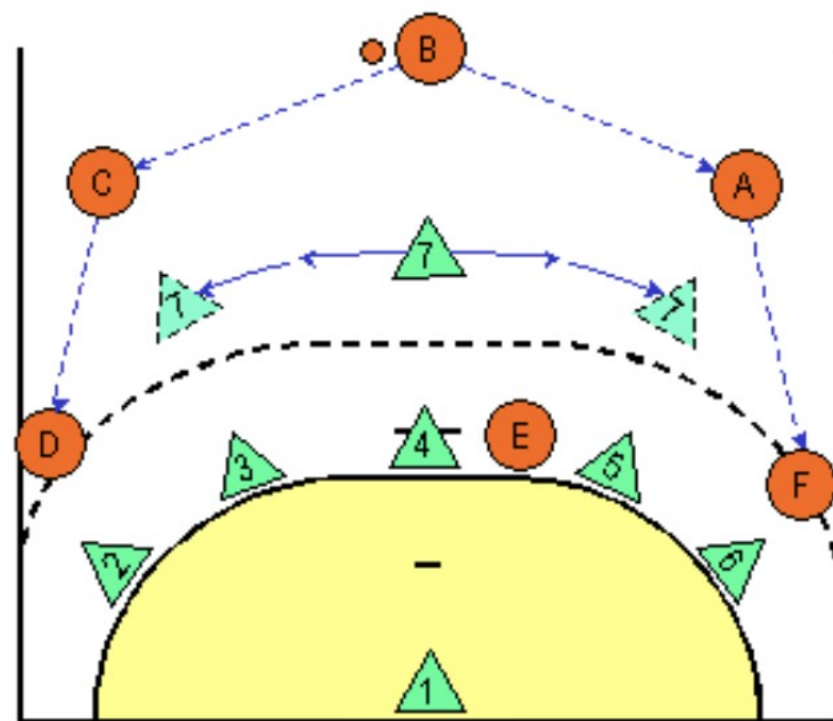
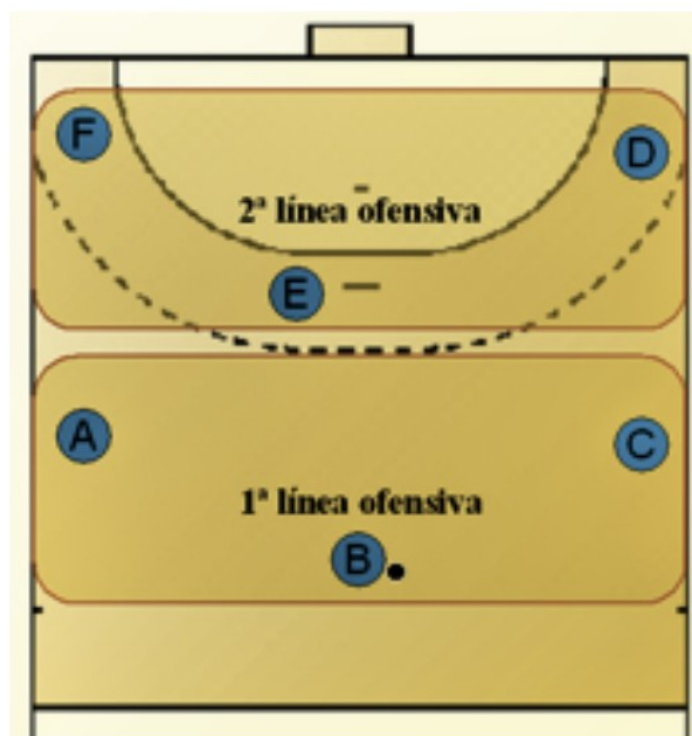
—→ **Desplazamiento**

↗→ **Finta de Desplazamiento**

~~~~~→ **Bote de Balón**

== / ==> **Finta de Lanzamiento**

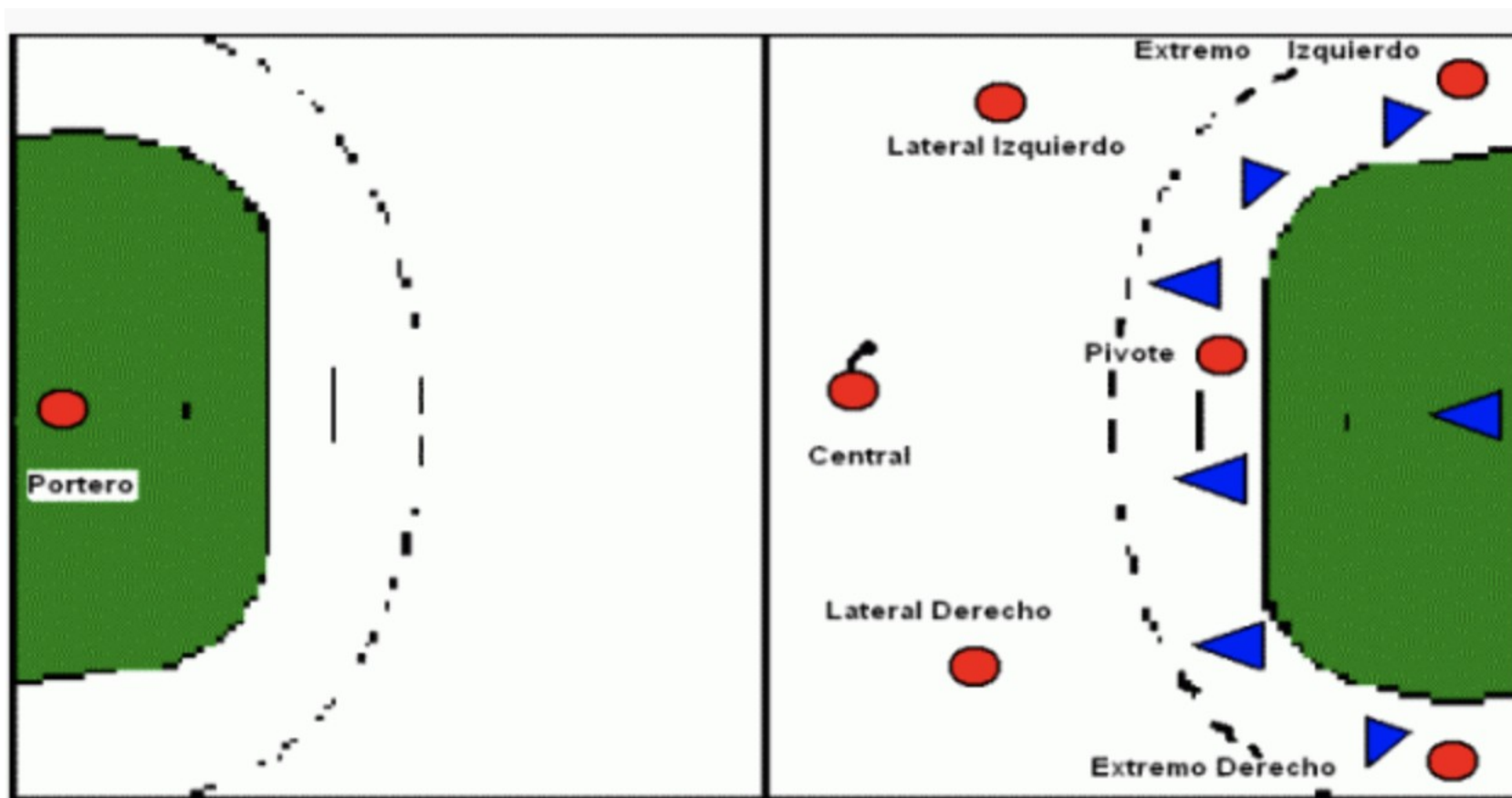
# NOMENCLATURA Y SIMBOLOGIA EN BALONMANO



C.D. URCI ALMERÍA  
Programa de Deporte Educativo - Balonmano



## NOMENCLATURA Y SIMBOLOGIA EN BALONMANO



C.D. URCI ALMERÍA  
Programa de Deporte Educativo - Balonmano



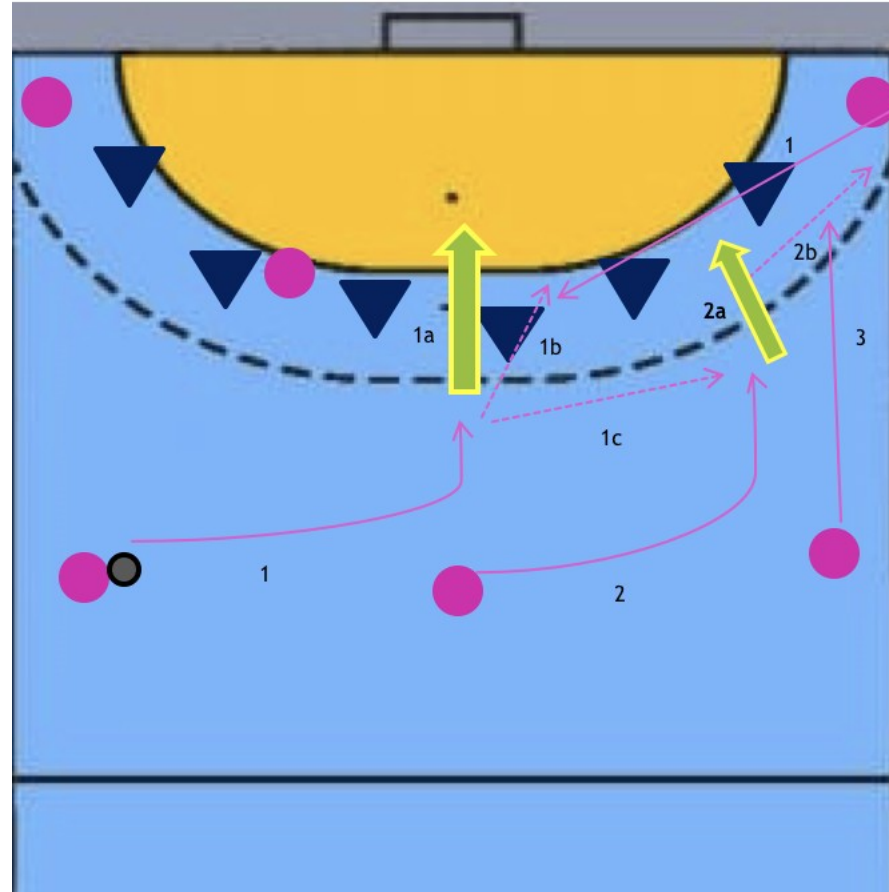
Subvenciona



Colaboran:



## SITUACIÓN TÁCTICA DISEÑADA



C.D. URCI ALMERÍA  
Programa de Deporte Educativo - Balonmano



Subvenciona

DIPUTACIÓN  
DE ALMERÍA



Colaboran:

F A BM  
Delegación  
de Almería



# PARA ACABAR Y PENSAR EN LA PROXIMA CLASE...

¿Qué entendemos por técnica individual? ¿Y por táctica individual?



C.D. URCI ALMERÍA  
Programa de Deporte Educativo - Balonmano

Subvenciona



Colaboran:

