



Guía de Trabajo N° 11 Educación física y salud

Profesor(a) Fabián Campaña Osorio

Curso: 3ro Básico. Fecha:

____/____/____

Nombre alumno(a) _____

- **Objetivos de aprendizaje:** Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: participar en actividades de calentamiento en forma apropiada; escuchar y seguir instrucciones; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad; asegurar que el espacio está libre de obstáculo
- **tareasedfisicajbd@gmail.com**

Indicaciones:

- Para quienes NO tengan la posibilidad de imprimir esta guía, **pueden copiar y responder en sus cuadernos**
- Vamos a responder estas dos encuestas, en el primer recuadro solo marcar alternativa y en el segundo responder en el recuadro que esta en medio.

1.- LA PALABRA BALONMANO PROVIENE DE LA PALABRA INGLESA...

- A) Handball.
- B) Basketball.
- C) Volleyball.

2.- ¿QUÉ ES EL BALONMANO?

- A) Un deporte en el que juegan 8 jugadores más el portero.
- B) Hay dos tiempos de 40 minutos cada uno.
- C) Un deporte de pelota donde se enfrentan dos equipos.

3.- ¿CUÁNTOS JUGADORES JUEGAN A BALONMANO?

- A) Cada equipo lo forman 7 jugadores de campo y 1 portero.
- B) Cada equipo lo forman 6 jugadores de campo y 1 portero.
- C) cada equipo lo forman 8 jugadores de campo y 1 portero

4.- EL OBJETIVO DEL BALONMANO ES...

- A) Conseguir que el equipo contrario consiga menos goles.
- B) Conseguir marcar gol con la pelota en la mano en la meta del equipo rival.
- C) Conseguir marcar gol con la pelota en los pies en la meta del equipo rival.

5.- UN PARTIDO DE BALONMANO TIENE UNA DURACIÓN DE...

- A) Dos partes de 25 minutos.
- B) Dos partes de 30 minutos.
- C) Dos partes de 35 minutos.

6.- OTRAS MODALIDADES DEL BALONMANO SON...

- A) El minibalonmano y el balonmano basket.
- B) El balonmano playa y el balonmano basket.
- C) El minibalonmano y el balonmano playa.

7.- ¿DE DÓNDE VIENE LOS ORÍGENES DEL BALONMANO?

- A) El Balonmano es un deporte muy antiguo.
- B) Es un deporte similar a juegos propios de los griegos y de los romanos.
- C) Es un juego aconsejado a los enfermos.

8.- EN CASO DE EMPATE AL TERMINO DEL TIEMPO REGLAMENTARIO...

- A) Se juega 2 tiempos de 5 minutos cada uno.
- B) Se juega 2 tiempos de 10 minutos cada uno.
- C) El partido que da empatado.

9.- UN EQUIPO DE BALONMANO ESTÁ FRMADO POR...

- A) 15 Jugadores.
- B) 12 Jugadores.
- C) A y B son falsas.

10.- EN BALONMANO SE PUEDE...

- A) Hacer cambios de manera continuada.
- B) Sólo se puede cambiar en los tiempos muertos.
- C) Sólo se puede cambiar en el descanso.

11.- PODEMOS DECIR QUE EL PORTERO EN BALONMANO ES...

- A) Es el defensa que no ataca.
- B) Es el primer defensor y el primer atacante.
- C) El portero no puede salir de su área.

12.- EN BALONMANO ESTÁ PERMITIDO...

- A) Jugar el balón con el cuerpo, de la rodilla hacia arriba.
- B) Lanzar, golpear y empujar el balón
- C) A y B son correctas.

13.- EN BALONMANO NO ESTÁ PERMITIDO...

- A) Tocar el balón por debajo de la rodilla
- B) Entrar en el área de portería.
- C) A y B son correctas.

14.- EN BALONMANO ESTÁ PERMITIDO...

- A) Quitar el balón de las manos del adversario, sin brusquedad y con la mano abierta.
- B) Quitar el balón de las manos con violencia.
- C) Obstruir el paso con las manos o las piernas

15.- SI EN BALONMANO SE PRODUCE UN AGARRE AL ADVERSARIO SERÁ CASTIGADO CON...

- A) Penalti
- B) Golpe franco.
- C) Falta.

16.- SI LA FALTA SE COMETE ENTRE LAS LÍNEAS DE 6 Y 9 METROS, SE SACA DESDE...

- A) La línea de 9 metros.
- B) La línea discontinua.
- C) La línea de 6 metros.

17.- UNA SANCIÓN DISCIPLINARIA EN BALONMANO PUEDE SER...

- A) Golpe franco.
- B) Amonestación.
- C) A y B son correcta.

18.- UN GOLPE FRANCO EQUIVALE A...

- A) Falta.
- B) Penalti.
- C) A y B son correctas.

19.- SI SE PRODUCE UNA AMONESTACIÓN:

- A) El árbitro sacará Tarjeta amarilla.
- B) El árbitro sacará Tarjeta azul.
- C) El árbitro lo expulsará.

20.- SI SE PRODUCE UNA EXCLUSIÓN, EL ÁRBITRO ESTARÁ...

- A) Con el brazo extendido y dos dedos indica que el jugador abandone el terreno de juego el número 2, y el equipo juega en inferioridad.
- B) Con el brazo extendido y dos dedos indica que el jugador abandone 2 minutos, durante ese tiempo el equipo juega en inferioridad.
- C) A y B son correctas.

21.- UNA DESCALIFICACIÓN EN BALONMANO SUPONE...

- A) Tarjeta roja, el jugador abandona el juego y el banquillo y el equipo se queda con un jugador menos durante 2 minutos, pero pasado ese tiempo puede entrar otro jugador.
- B) Tarjeta azul, el jugador abandona el juego y el banquillo y el equipo se queda con un jugador menos durante 2 minutos, pero pasado ese tiempo puede entrar otro jugador.
- C) Tarjeta amarilla, el jugador abandona el juego y el banquillo y el equipo se queda con un jugador menos durante 2 minutos, pero pasado ese tiempo puede entrar otro jugador.

22.- SI HAY UNA AGRESIÓN EN BALONMANO...

- A) El árbitro descalificará al jugador que produce la agresión.
- B) El árbitro expulsará al jugador que produce la agresión para el resto del partido.
- C) El árbitro sacará tarjeta roja al jugador agresor.

23.- EL PIVOT EN BALONMANO TIENE LA FUNCIÓN DE...

- A) Luchar contra la defensa rival.
- B) Abrir huecos constantemente y facilitar balones en buenas condiciones a los laterales.
- C) A y B son correctas.

24.- LOS LATERALES EN BALONMANO DESTACAN POR...

- A) Ser muy rápidos y ágiles.
- B) Ser grandes lanzadores, ágiles y tener un buen dominio de balón.
- C) A y B son falsas.

25.- LOS EXTREMOS EN BALONMANO PERMITEN...

- A) Jugar por el centro.
- B) Jugar por las bandas.
- C) Jugar directamente.

26.- LOS CENTRALES ORGANIZAN...

- A) El juego ofensivo.
- B) El juego defensivo.
- C) A y B son correctas.

27.- SI EL PORTERO ENVÍA EL BALÓN POR LA LÍNEA DE FONDO...

- A) Hay córner.
- B) Saca el equipo contrario.
- C) Saca el portero.

28.- SI EL BALÓN SALE POR LA LÍNEA DE BANDA...

- A) Saca el equipo contrario.
- B) Saca el portero.
- C) Hay córner.

29.- CUANDO UN JUGADOR QUE LANZA A PORTERÍA Y SE ENCUENTRA A PORTERÍA Y SE ENCUENTRA CON VENTAJA CLARA PARA CONSEGUIR GOL, RECIBE UNA FALTA, EL ÁRBITRO PITARÁ...

- A) Falta.
- B) Penalti.
- C) A y B son falsas.

30.- DE LAS SIGUIENTES AFIRMACIONES CUAL ES LA CORRECTA...

- A) El penalti se lanza desde la línea de 7 metros y el portero no puede pasar de una línea situada a 4 metros de la portería.
- B) Todos los jugadores deberán retrasarse hasta la línea de 9 metros (o de golpe franco).
- C) A y B son correctas.

31.- LAS FASES DEL JUEGO EN BALONMANO SON...

- A) Ataque y contraataque.
- B) Repliegue y defensa.
- C) A y B son correctas.

32.- UN SISTEMA DE ATAQUE SERÍA...

- A) 2-4.
- B) 6-1.
- C) 3-3.

33.- UN SISTEMA DE DEFENSA SERÍA...

- A) 5-1.
- B) 6-0.
- C) A y B son correctas.



