

**-INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ ANTONIO ENCINAS"  
TUMBES**



**INFORME DE INVESTIGACIÓN**

**ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE COLABORATIVO PARA MEJORAR LOS  
FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL BALONMANO EN ESTUDIANTES  
DEL 6° DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 013 "LEONARDO  
RODRÍGUEZ ARELLANO" EN EL AÑO 2023.**

**PRESENTADO POR:**

- + CASTRO CHUYES, Angie Sara**
- + CHAVEZ ROMERO, Géiser**
- + ESTRADA OLAYA, Marleny**
- + RODRÍGUEZ MASIAS, Edson Denilson**
- + SANJINEZ SERNA, Jharon Smith**

**ASESOR: DOCENTE FORMADOR. CÓRDOVA ARENA, Manuel Yan E.**

**PARA OPTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: Enseñanza y Aprendizaje**

**TUMBES – PERÚ**

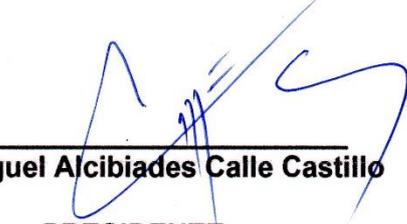
**2024**

**INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA  
"JOSÉ ANTONIO ENCINAS"  
TUMBES II**

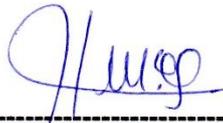


**ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE COLABORATIVO PARA MEJORAR LOS  
FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL BALONMANO EN ESTUDIANTES  
DEL 6° DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 013 "LEONARDO  
RODRÍGUEZ ARELLANO" EN EL AÑO 2023.**

**JURADO CALIFICADOR**

  
\_\_\_\_\_  
**Mag. Miguel Alcibiades Calle Castillo**  
**PRESIDENTE**

  
\_\_\_\_\_  
**Mag. Luis Alberto La Torre Ramírez**  
**SECRETARIO**

  
\_\_\_\_\_  
**Prof. Wilmer Felipe Loconi Enríquez**  
**VOCAL**

**TUMBES – PERÚ**

**2024**

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA

Los estudiantes del programa de Educación Física del Instituto de Educación Superior Pedagógica Pública "José Antonio Encinas":

CASTRO CHUYES, Angie Sara, CON Cedula:

CHAVEZ ROMERO, Geiser, con DNI N°

ESTRADA OLAYA, Marleny con DNI N°

RODRÍGUEZ MASIAS, Edson Denilson, con DNI N°

SANJINEZ SERNA, Jharon con DNI N°

Autores del trabajo de investigación titulado: Estrategias de aprendizaje colaborativo para mejorar los fundamentos técnicos básicos del balonmano en estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa N° 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" en el año 2023.

### **Declaramos bajo juramento que:**

El trabajo de investigación es nuestro.

Hemos respetado los estándares internacionales de citas y referencias de las fuentes consultadas. Por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado, autoplagiado, en su totalidad o en parte.

Si se identifica la falta de fraude, plagio o autoplagio, asumimos las consecuencias y sanciones que se deriven de nuestras actuaciones, sometiéndonos a la normativa legal vigente.

.....  
CASTRO CHUYES, Angie S.  
Cda:N°

.....  
CHAVEZ ROMERO, Geiser  
DNI N°

.....  
ESTRADA OLAYA, Luz M.  
DNI N°

.....  
RODRÍGUEZ MASIAS, Edson D.  
DNI N°

.....  
SANJINEZ SERNA, Jharon  
DNI N°

## **INFORME DEL DOCENTE ASESOR SOBRE EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**1.1. Profesor Asesor:** CÓRDOVA ARENA, Manuel Yan E.

**1.2. Graduados:** CASTRO CHUYES, Angie Sara, CHAVEZ ROMERO, Geiser, ESTRADA OLAYA, Marleny, RODRÍGUEZ MASIAS, Edson Denilson, SANJINEZ SERNA, Jharon.

**1.3. Título del trabajo:** Estrategias de aprendizaje colaborativo para mejorar los fundamentos técnicos básicos del balonmano en estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa N°. 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" en el año 2023.

**1.4. Fecha:** Tumbes, 14 de febrero de 2023

### **II. DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

2.1. El grupo de Tesis solicitó asesoramiento para la realización de su Trabajo de Campo: Sí ( X ) No ( )

2.2. El grupo de Tesis solicitó asesoramiento para la redacción de la  
Contenido: Sí (X) No ( )  
Redacción: Sí (X) No ( )  
Ortografía: Sí (X) No ( )  
Presentación: Sí (X) No ( )

2.3. Opinión del asesor:

El Informe de Tesis está listo y revisado para solicitar una fecha de apoyo ante la Dirección "JAE" del IESPP.

Sí(X) No()

2.4. Si la respuesta es negativa, indique si los estudiantes han sido informados de las observaciones que necesitan ser corregidas y/o mejoradas. Sí ( ) No ( )

-----

**Firma del Asesor**

## **DEDICATORIA**

A nuestros queridos padres por ser el pilar fundamental en todo lo que somos, en toda nuestra educación, tanto académica, como de la vida; a todos quienes de alguna manera apoyaron nuestra aspiración en la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo. Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.

***Los autores***

## **AGRADECIMIENTO**

Primero a Dios quien con su infinita bondad nos permite seguir superándonos cada día.

A nuestros profesores por su profesionalismo y dedicación durante los estudios de esta especialidad, ellos nos enseñaron a querer y valorar el área de Educación Física.

Estamos seguros que nuestras metas planteadas con este trabajo darán fruto en el futuro. Un agradecimiento muy especial a los maestros de especialidad por permitirnos desarrollar nuestro informe de investigación y brindarnos todas las facilidades para su correcta ejecución.

A esta prestigiosa Institución formadora de maestros, la cual abrió y abre sus puertas a tanto joven con vocación y con ganas de superación como nosotros, brindándonos la oportunidad de prepararnos para un futuro competitivo y formándonos como maestros de calidad y personas de bien

***LOS AUTORES***

## **TABLA DE CONTENIDOS**

Resumen

Abstracto

<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	11
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	13
2.1. Formulación del problema	13
2.2. Justificación del estudio	14
2.3. Objetivos	14
• General	
• Específicos	
<b>III. MARCO TEÓRICO</b>	16
3.1. Antecedentes del estudio	16
3.2. Teóricas relacionadas	17
3.3. Marco Teórico Conceptual	19
3.4. Hipotesis	28
Variables	
<b>IV. METODOLOGÍA</b>	29
4.1. Tipo y diseño de la investigación	29
4.2. Variables y operacionalización	29
4.3. Población y muestra.	31
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	31
4.5. Procedimiento	32
4.6. Metodología de análisis de datos	
332	
4.7. Aspectos éticos.	33
<b>V. RESULTADOS</b>	34
<b>VI. DISCUSIÓN</b>	44
<b>VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	49
<b>7.1. Conclusiones</b>	49
<b>7.2. Recomendaciones</b>	50

**VIII. REFERENCIAS**

51

**IX. ANEXOS**

## RESUMEN

En los últimos tiempos, el balonmano ha experimentado una transformación como un deporte de alta velocidad, moderno y atractivo, cautivando cada vez más a espectadores y seguidores. Desde nuestra perspectiva, vemos fundamental para el futuro aprovechar la creciente popularidad de este deporte en nuestra región, especialmente para fomentar el interés de los niños y adolescentes por las escuelas donde se practica el balonmano.

El presente trabajo que hemos realizado en la I.E. N° 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" de Tumbes, cuenta con VII capítulos, siendo los más importantes el Enunciado del problema con su formulación del problema, la metodología utilizada para la recolección de la información y finalmente los resultados obtenidos donde se presenta la aplicación de la encuesta y evaluación realizada por quienes realizan este trabajo.

Siempre hemos tratado de utilizar el lema "Diversión, Pasión y Salud", como parte de la motivación hecha a los alumnos de 6º grado que siempre demostraron su interés por aprender este deporte competitivo que se considera en los juegos deportivos escolares nacionales y que nuestro objetivo era que tuvieran el dominio básico de los fundamentos de esta disciplina deportiva.

## **ABSTRACT**

In recent times, handball has undergone a transformation as a high-speed, modern and attractive sport, increasingly captivating spectators and followers. From our perspective, we see it as essential for the future to take advantage of the growing popularity of this sport in our region, especially to encourage the interest of children and adolescents in the schools where handball is practiced.

The present work that we have carried out in the I.E. N° 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" of Tumbes, has VII chapters, the most important being the Statement of the problem with its formulation of the problem, the methodology used for the collection of the information and finally the results obtained where the application of the survey and evaluation carried out by those who carry out this work is presented.

We have always tried to use the motto "Fun, Passion and Health", as part of the motivation made to the 6th grade students who always showed their interest in learning this competitive sport that is considered in the national school sports games and that our goal was for them to have the basic mastery of the fundamentals of this sports discipline.

## I. INTRODUCCIÓN

Los investigadores buscan similitudes y conexiones con los juegos de los griegos y romanos para rastrear los orígenes del balonmano. Es plausible pensar que desde las civilizaciones antiguas, la destreza manual de los seres humanos podría haberlos llevado a usar sus manos en los juegos. Sin embargo, el balonmano, tal y como lo conocemos hoy en día, es un deporte relativamente nuevo, ya que surgió en el primer cuarto del siglo XX.

A lo largo de la historia, ha habido numerosos juegos que involucraban el uso de las manos y una pelota. Sin embargo, el balonmano moderno es una creación más reciente, con sus primeras reglas documentadas a finales del siglo XIX, y la estandarización definitiva de estas reglas no se produjo hasta 1926. En ese año se establecieron las reglas del juego con equipos de once jugadores en espacios al aire libre.

Inicialmente, esta modalidad de balonmano se incluyó en los Juegos Olímpicos de Berlín en 1936. Sin embargo, con el tiempo, el balonmano comenzó a jugarse en canchas cubiertas, lo que llevó a la reducción del número de jugadores a siete. Aunque el balonmano de once y siete jugadores coexistió durante un tiempo, finalmente solo la variante de siete jugadores perduró y debutó como deporte olímpico en los Juegos Olímpicos de Múnich de 1972.

En el presente estudio de investigación, se tuvo como objetivo mejorar los fundamentos técnicos del balonmano a través de la aplicación de estrategias de aprendizaje cooperativo en los estudiantes del sexto grado de Educación Primaria de la I.E. N° 013 "LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO", el año 2023.

Creemos que la estrategia que propusimos influyó en nuestra investigación, que es de carácter aplicado, desarrollando un programa donde se mejoró el dominio de los fundamentos técnicos del balonmano, así como la estrategia de aprendizaje cooperativo que creemos produce un efecto positivo en el desarrollo del juego en equipo y la mejora de fundamentos como el regate, pases, desplazamientos, fintas y lanzamientos como fundamentos técnicos del balonmano de los alumnos en cuestión.

El balonmano, un deporte de equipo, ha cobrado cada vez más importancia en

los últimos años, tanto en su práctica como en las instituciones educativas. Esto se debe no solo a su naturaleza de deporte alternativo, sino también a su capacidad para desarrollar habilidades fundamentales como la coordinación, el equilibrio, la fuerza, la potencia y el trabajo en equipo. En este sentido, la relevancia del Balonmano en el ámbito escolar depende en gran medida de la dedicación e interés de profesores y entrenadores.

Además, es importante señalar que la práctica del balonmano en los niveles de educación primaria y secundaria se ve obstaculizada por el número limitado de horas disponibles en el horario escolar. Desde nuestra experiencia en el ejercicio preprofesional de la educación secundaria, concretamente en el área de la educación física, hemos visto la necesidad de ampliar el tiempo dedicado al balonmano y otras actividades deportivas con el fin de favorecer su desarrollo adecuado.

## **II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El área de Educación Física se enfoca en la formación integral del estudiante desde diferentes dimensiones como la corporal, espiritual, cognitiva, estética y otras. Y centrándonos en el desarrollo de la corporalidad desde su amplia dimensión y como educadores físicos desde los niveles educativos de la escuela inicial, primaria y secundaria, desarrollamos la educación física para la vida y la mejora de hábitos saludables en los estudiantes.

El deporte, el juego y la recreación son medios de educación física que utilizamos para desarrollar capacidades en los estudiantes y que fortalecen el desarrollo integral bajo la interacción social que el estudiante debe practicar con un carácter significativo. Según el DCN MED (2019), el fundamento de la psicomotricidad es una visión unitaria del ser humano y el cuerpo humano es considerado como una unidad psico-afectivo-motora; que siente, piensa y actúa de manera integrada en los siguientes aspectos: motor, psíquico y afectivo. En la enseñanza de la educación básica básica general elemental, con el objetivo de la formación integral de los estudiantes en los diferentes ámbitos y diferentes ciclos educativos, haciendo énfasis en el cultivo de habilidades, la escuela juega un papel protagónico desde el nivel elemental, formando una formación integral en los aspectos cognitivos, físicos, estéticos, afectivos, espirituales y sociales, fortaleciendo así a los futuros ciudadanos. La práctica del deporte es sin duda la base de la formación integral de los estudiantes, ya que puede desarrollar la capacidad integral, la capacidad física, la capacidad de coordinación y otras capacidades, fortaleciendo así la formación del ser humano.

### **2.1. Formulación del problema**

¿Cómo contribuyen las estrategias de aprendizaje colaborativo a las mejora de los fundamentos técnicos básicos del balonmano en los alumnos del 6to grado de primaria de la institución educativa N° 013 "¿LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO", el año 2023?

## **2.2. Justificación del estudio**

La justificación de esta investigación se basa en la necesidad de mejorar el proceso de aprendizaje cooperativo en balonmano, con el objetivo de generar conocimiento de forma más rápida y eficiente. Esta premisa adquiere una importancia crucial, ya que los resultados obtenidos contribuirán significativamente al desarrollo de nuevas estrategias en el ámbito del balonmano. En este contexto, se ha optado por un enfoque de aprendizaje basado en el cooperativismo, que busca fomentar la colaboración y el trabajo en equipo como pilares fundamentales para el éxito en este deporte.

El proyecto se presentó como factible gracias a la disponibilidad de las herramientas necesarias para llevar a cabo la investigación de manera efectiva. Contamos con un equipo de recursos humanos altamente capacitados, así como con los recursos logísticos necesarios para llevar a cabo e implementar este estudio. Esta combinación de factores nos dio la confianza de que podíamos realizar una investigación rigurosa y obtener resultados valiosos que beneficiaran tanto a los estudiantes de 6º grado como a la comunidad deportiva de la institución educativa.

En síntesis, esta investigación buscó promover el aprendizaje cooperativo en balonmano, generando nuevos conocimientos que permitieran el desarrollo de estrategias más efectivas en este deporte. La viabilidad del proyecto se vio respaldada por nuestros recursos y habilidades adquiridas en nuestra casa de formación, lo que nos permitió abordar esta investigación de forma sólida y comprometida.

## **2.3. Objetivos**

- **General**

Generar una propuesta de aprendizaje colaborativo que permita mejorar los fundamentos técnicos básicos del balonmano en alumnos del 6º de primaria de la I.E. No. 013 "LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO", en 2023.

- **Específico**

Determinar el nivel de conocimientos teóricos y prácticos del balonmano como deporte de competencia escolar.

Desarrollar un programa de juegos cooperativos como estrategia para mejorar los fundamentos básicos del balonmano en los alumnos de 6to grado de primaria de la Institución Educativa No. 013 "LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO", el año 2023.

Evaluar el nivel de dominio de los fundamentos técnicos del balonmano a través de una prueba de entrada y salida en la que determinaremos la mejora que se conseguirá con la aplicación del programa de aprendizaje.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes del estudio

##### A nivel internacional

Suquilanda E. José D. (2020) en su tesis titulada: “La cultura Física y su incidencia en la masificación del balonmano en los sextos y séptimos años de educación básica de las escuelas fiscales urbanas de la ciudad de Loja; durante el periodo lectivo 2012 - 2013”.

**Resumen:** El presente trabajo de tesis está enfocado en realizar, un diagnóstico, análisis y contribuir a la masificación del Balonmano en las Escuelas Urbanas de la ciudad de Loja, a través de la propuesta de una planificación curricular para el Área de Cultura Física. Este proyecto de tesis se realizó en los Centros Educativos: Tnte. Hugo Ortiz, José ingenieros N°2, Zoila Alvarado de Jaramillo, Miguel Riofrio N°1, Ciudad de Loja, José Ángel Palacios, Bernardo Valdivieso, Pedro Victor Falconi, Cuarto centenario, Lauro Damerval Ayora N°2, Rosa Grimanesa Ortega, Julio Ordoñez, Alonso de Mercadillo, 18 de Noviembre, a los Estudiantes de los sextos y séptimos años de Educación Básica y por ello se justifica, académica, social y económicamente porque forma parte de un estudio investigativo y tiene un fin social.

**Autor:** Dr. Hassan (2020). Enseñanza del Balonmano en la Escuela Introducción al balonmano para niños entre 5 y 11 años. Editor: Allan Lund (DEN), Dietrich Späte (GER). Developed by the IHF working group „Handball at school“: Philippe Bana (FRA)

**Resumen:** Durante los últimos años, el balonmano se ha convertido en un juego de gran velocidad, moderno y atractivo, que ha fascinado cada vez más a espectadores y aficionados. Para mí, por tanto, es una tarea muy importante para el futuro intentar beneficiarse de la popularidad de nuestro deporte para conseguir especialmente que los niños y adolescentes en la escuela se interesen por el balonmano. Como una de las primeras instituciones internacionales deportivas, la Federación Internacional de Balonmano ha lanzado un programa de educación y capacitación en todo el mundo para profesores en las escuelas.

De acuerdo con el lema "Diversión, pasión y salud", competentes expertos de la IHF en la enseñanza del balonmano en la escuela, en una primera fase, impartirán cursos para profesores que tengan a su cargo niños de 5 a 11 años en todos los continentes.

El presente folleto es un libro de ayuda para estos cursos, que ofrecerá a todos los profesores asistencia práctica para poder impartir clases atractivas. Estoy convencido de que los ejercicios prácticos de este folleto contribuirán a despertar el interés del niño por el balonmano.

Para obtener más información y detalles sobre las "reglas de juego", por favor diríjense a [www.ihf.info](http://www.ihf.info). Cuando se afronta la enseñanza del Balonmano en la escuela es imprescindible conocer los principios más básicos que rigen las reglas. Pero también debemos tener en cuenta que se puede enseñar balonmano fácilmente a los estudiantes si conseguimos simplificar y modificar las reglas del juego adaptándolas a la escuela. La IHF ofrece una visión general sobre las reglas simplificadas que pueden utilizarse en el balonmano en la escuela.

#### **A nivel nacional:**

**Autores:** PAJUELO C. Jesús M. MAMANI A. Verónica; SEBASTIAN A. Yan. (2021)

**Título:** La estrategia del aprendizaje cooperativo y los fundamentos técnicos del balonmano en los estudiantes del primer año de secundaria en la II.EE GUE "LEONCIO PRADO" – Huánuco 2019

**Resumen:** En el presente estudio de investigación se orienta a mejorar los fundamentos técnicos del balonmano mediante la aplicación de la estrategia del aprendizaje cooperativo en los estudiantes del primer grado de Educación Secundaria de la Gran Unidad Escolar "Leoncio Prado" de Huánuco. La hipótesis con que se operativizó es como sigue: La estrategia del aprendizaje cooperativo influye positivamente en el desarrollo de los fundamentos técnicos del balonmano, así como también la estrategia del aprendizaje cooperativo produce un efecto positivo en el desarrollo del bote,

del pase, del desplazamiento, de las fintas y del lanzamiento como fundamentos técnicos del balonmano de los estudiantes en mención. Realizamos una investigación de tipo aplicada a nivel experimental, en la metodología de investigación se utilizó el diseño cuasi experimental con un grupo control y un grupo experimental, los sujetos de la muestra constituyeron las secciones A y B del primer grado del nivel secundario, los datos se obtuvieron a través de una lista de cotejo que consistió en recoger las respuestas del desarrollo de los fundamentos técnicos del balonmano, es decir, de la variable dependiente.

**Conclusión:** Las estrategias del aprendizaje cooperativo producen un efecto positivo en el desarrollo de las fintas como fundamento técnico del balonmano en los estudiantes del primer año de secundaria de la II.EE. GUE Leoncio prado – Huánuco 2019. Como el valor de  $Z = 11,54$  es superior a  $Z_c = 1,64$ .

Peralta Á. Rolando E. (2019) en su tesis titulada; Enseñanza - aprendizaje del balonmano como alternativa para ampliar y mejorar el deporte escolar en el nivel secundario de las Instituciones Educativas del distrito del Cusco.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes se presentan dificultades que no permiten el desarrollo de algunas competencias, esto ocurre a diversos factores, como es el caso de la falta de noción del balonmano esto por la pérdida de la curiosidad y necesidad de aprendizaje, que el hombre comienza a experimentar conforme se va desarrollando, esto ocurre usualmente en estudiantes púberes y adolescentes.

En este contexto es necesario prestar la debida atención en el desarrollo de la creatividad, porque involucra directamente a las diferentes acciones o forma en como el estudiante se enfrenta a sus problemas personales y escolares, es ahí donde el desarrollo de las habilidades y capacidades se hacen notar; ante esto el estudio busca responder a la importancia de la creatividad en los estudiantes lo cual es un factor crucial para el desarrollo de capacidades y competencia en el ámbito de la educación, sobre todo en el nivel secundario.

**Conclusión:** La enseñanza – aprendizaje del balonmano utilizada como alternativa, permite ampliar y mejorar el deporte escolar en el nivel regular, de la

relación directa y significativa en un 18,75% en la actividad de los alumnos del nivel secundario de las instituciones educativas del distrito del Cusco.

**A nivel regional:**

**Autor:** ANGULO CH. Wismar, E. (2019)

**Título:** La iniciativa del balonmano en el nivel secundario

**Objetivo:** **Conocer** la competencia básica de "Iniciativa Personal" en estudiantes de la Categoría "C", para el JDEN.

**Conclusión:** Desarrollar la responsabilidad de los individuos a través de la práctica del deporte del Balonmano, creando las condiciones necesarias para que cada jugador sea realmente un actor (y no sólo un intérprete más o menos eficaz).

Cabe recalcar que en nuestra región no existe otra tesis de esta disciplina deportiva por lo que la presente se ha tomado como referencia.

### **3.2. Teorías Relacionadas**

Aquí hay algunas teorías que sustentan el deporte colectivo, como el balonmano:

**Teoría del Juego Social de Roger Caillois:**

Caillois propuso que los juegos pueden clasificarse en cuatro categorías, una de las cuales es "agon" (competencia). Los deportes colectivos, como el balonmano, se ajustan a esta categoría, ya que implican competición y estrategia en un entorno social

**Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erikson:**

Según Erikson, la formación de identidad y la adquisición de habilidades sociales son esenciales para el desarrollo psicosocial. Los deportes colectivos proporcionan un ambiente donde los individuos pueden desarrollar habilidades sociales, aprender a trabajar en equipo y afrontar desafíos juntos.

### **Teoría del Funcionalismo de Durkheim:**

Durkheim argumentó que las actividades sociales, como el deporte, desempeñan un papel crucial en la cohesión social y la integración de la sociedad. Los deportes colectivos fomentan la cooperación, el compañerismo y la solidaridad, contribuyendo así a la estabilidad social.

### **Teoría del Aprendizaje Social de Bandura:**

Bandura sostuvo que las personas aprenden a través de la observación y la imitación. En el contexto de los deportes colectivos, los jugadores pueden aprender habilidades técnicas y estrategias observando a sus compañeros de equipo y oponentes.

### **Teoría de la Motivación de la Autodeterminación de Deci y Ryan:**

Esta teoría sugiere que las personas tienen necesidades psicológicas básicas, como la autonomía, la competencia y la relación. Los deportes colectivos pueden satisfacer estas necesidades al proporcionar un entorno donde los individuos trabajan juntos para lograr metas comunes, experimentan competencia saludable y establecen relaciones sociales.

### **Teoría del Juego de Johan Huizinga:**

Concepto: Huizinga describió el juego como una actividad fundamental en la cultura humana. Los deportes colectivos, incluido el balonmano, se pueden ver como formas de juego que cumplen funciones sociales y culturales, promoviendo la diversión, la camaradería y la expresión creativa.

### **Teoría de la Catarsis de Freud:**

Freud sugirió que el juego y la actividad física proporcionan una forma de liberar tensiones y emociones reprimidas. Los deportes colectivos, al ofrecer una salida para la energía física y emocional, pueden contribuir a la salud mental y emocional de los participantes.

Estas teorías resaltan la importancia de los deportes colectivos, como el balonmano, en aspectos sociales, psicológicos y culturales, subrayando cómo

estos juegos contribuyen al desarrollo y bienestar de los individuos y la sociedad.

### **3.3. Marco Teórico Conceptual**

#### **Historia del Balonmano**

El balonmano es un deporte de reciente creación, aunque hay expertos que señalan que sus orígenes se remontan a la antigüedad. Así, en la antigua Grecia ya se practicaba un juego de pelota con la mano, conocido como el "Juego de Urania", en el que se utilizaba una pelota del tamaño de una manzana y los participantes tenían que asegurarse de que no tocara el suelo. Este juego fue descrito por Homero en la "Odisea". En la época romana, un médico llamado Claudio Galeno recomendaba a sus pacientes que jugaran al "Hapaston", que se jugaba con una pelota. Durante la Edad Media, los juegos de pelota con la mano se jugaban principalmente en la corte. Fueron bautizados por los trovadores como los "Primeros Juegos de Verano". En cualquier caso, se trataba de juegos y prácticas deportivas no estructuradas, sin ningún tipo de reglas o reglas. Sin embargo, los orígenes modernos del balonmano se remontan a finales del siglo XIX, cuando se utilizaba como complemento para entrenar y preparar a los gimnastas. En 1892, un profesor de gimnasia, Konrad Koch, creó el "Raffballspied", con características muy similares al balonmano actual. En aquella época, en Checoslovaquia, se jugaba un partido en las escuelas en el que cada equipo estaba formado por siete jugadores. Se llamaba "Hazena" y su primera regulación apareció en 1905. En una escuela secundaria de Dinamarca, un profesor de gimnasia, Holger Nielsen, introdujo un nuevo juego con una pelota pequeña en 1898, al que llamó "Haandbol". Se trataba de marcar goles en una portería, de forma similar al fútbol, pero manejando el balón con las manos. Pero los pocos historiadores que se han atrevido a ahondar en los orígenes del balonmano actual señalan a un profesor de Educación Física afincado en Berlín llamado Max Heiser como el verdadero y legítimo "padre" de este deporte. Tocó con sus alumnos en una de las principales avenidas de Berlín en 1907. El juego que creó se llamó "Torball", basado en otros juegos similares. Dos años más tarde, un compatriota de Heiser, Carl Schelen, "inventó" un nuevo juego, que

se llamó "Hanball", inspirado principalmente en el fútbol. Las reglas eran idénticas, con la diferencia de que se jugaba con la mano. Cada equipo estaba formado por 11 jugadores y se practicaba en un campo de fútbol.

Después de la Primera Guerra Mundial, este juego se estableció definitivamente. En Alemania, prácticamente se convierte en el deporte oficial. Sin embargo, Uruguay reclama la paternidad de este deporte, donde en 1916 comenzó a conocerse un juego muy similar al actual. Dos años más tarde, se jugó un partido oficial en el estadio de Montevideo. En 1926 se estableció el Reglamento Internacional de Balonmano. En 1928, la Federación Internacional de Balonmano Amateur fue fundada por 11 países durante los Juegos Olímpicos de Verano. Este organismo se convirtió más tarde en la actual Federación Internacional de Balonmano (IHF)

### **El balonmano como deporte**

Según López, Ricondo. (2002). Es un juego de cancha o campo jugado por dos equipos cuyo propósito es colar la pelota en la portería contraria lanzándola con una mano que delimita el área de portería. Como juego de campo, los equipos están compuestos por once jugadores; Al jugar en canchas cerradas, que es lo más común, los equipos están formados por cinco o siete jugadores. Un partido dura una hora dividida en dos mitades. Hay un anotador y un cronometrador, así como dos árbitros.

El juego comienza con un saque de banda desde el centro del campo y el juego se desarrolla entre pases, tiros y regates con el balón. Los jugadores pueden parar, lanzar, atrapar, botar o golpear el balón preferiblemente con las manos, aunque pueden usar cualquier parte de su cuerpo excepto los pies. El portero puede usar sus pies para defender su portería, y es la única persona a la que se le permite entrar en el área de portería. Los jugadores pueden sostener el balón durante un máximo de tres segundos y pueden dar un máximo de tres pasos mientras están en su posesión. Estas restricciones no se aplican al portero. La pelota se puede pasar en cualquier dirección, incluso rodando por la cancha. Un jugador puede golpear directamente la pelota con el puño, pero no puede lanzarla al aire y posteriormente golpearla.

No hay regla de fuera de juego y esto ayuda a que el juego sea fluido y ágil, con el balón moviéndose rápidamente de un lado a otro de la cancha. "No hay mucho juego en la mitad de la cancha y la mayor parte de la acción se concentra alrededor de las áreas de macetas". (Citado por Jesús López Ricondo. 2002) El balonmano es un juego de pelota que se asemeja al fútbol, pero se juega con las manos y se castiga el toque con el pie por parte de los jugadores, los porteros son inmunes. La pelota es esférica, más ligera y menos corpulenta que una pelota de fútbol. Las dimensiones de una cancha de balonmano requieren una longitud de 30 a 50 metros y un ancho de 15 a 25 metros. Las porterías miden 3 metros de alto y 2 metros de ancho. El área de portería es semicircular y exclusiva para el portero, castigando la entrada en ella de cualquier otro jugador. El partido se divide en dos tiempos, hay expulsiones temporales y se castiga la retención del balón.

Profesor Carl Schellenz. (1919) menciona que una nueva modalidad con once jugadores, aunque más tarde fue la variedad con siete jugadores, que surgió en los países escandinavos, la que prevaleció en todo el mundo. En 1919 se creó la Federación Internacional, y en 1936 se disputó el primer campeonato mundial de siete jugadores, aunque con once jugadores fue deporte olímpico en 1936, entró en los Juegos Olímpicos de 1972 en la modalidad de siete jugadores.

### **Balonmano para niños**

Empezar a jugar al balonmano debe significar asumir tres ideas principales:

1. El niño debe comprender los elementos principales del juego.
2. El niño debe ir adquiriendo progresivamente los hábitos de la práctica deportiva.
3. Se debe hacer que el niño aprenda la técnica y los conceptos tácticos básicos. (David Marín G. y Antón, 2009). Pág. 1.

A partir de estos planteamientos, se debe tener en cuenta la edad a la que los niños son capaces de realizar una u otra habilidad y destreza para poder hacer la selección adecuada de las actividades a realizar en las clases de Educación Física.

*Cualquier programa de educación física, incluyendo su contenido, métodos y medios recomendados, debe tener siempre en cuenta las particularidades del crecimiento del organismo del niño, ya que el desconocimiento de las particularidades anatómico-fisiológicas y psicológicas del infante puede llevar a aplicaciones incorrectas en la metodología de enseñanza de esta asignatura y, como consecuencia, alteraciones en su estado de salud. (Jaime Cruz Cerón N., 1984).*

La enseñanza, a edades tempranas (tanto a nivel escolar como a nivel de clubes y asociaciones), debe tratar de aprovechar al máximo los elementos lúdicos para promover un mejor aprendizaje de un deporte como el balonmano. Se ha demostrado que un niño aprende mejor cuando lo hace en un contexto lúdico, ya que esta situación no se percibe como agresiva, imperativa u obligatoria. (Navarro R., 2010a)

La transición del juego al deporte debe ser progresiva, de esta manera aparece la iniciación deportiva, que es muy similar en acciones motrices al deporte original. Sin embargo, existe una mayor flexibilidad y sencillez en las reglas del juego, así como la adaptación de las distancias, pesos o tiempos, necesarios respetando las características fisiológicas de los niños. (Navarro R., 2010b).

### **¿Qué enseñar?**

Al igual que en otros deportes aplicados en la escuela, concretamente en el balonmano debemos tratar contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales. De estos contenidos mencionados, y dadas las características de nuestra área, debemos destacar los contenidos procedimentales y actitudinales.

Dentro de los contenidos procedimentales se deben incluir los elementos técnico-tácticos básicos del balonmano y hay que tener en consideración que tenemos (2 horas semanales de 45 minutos cada una), tiempo en el que es

muy difícil que los alumnos progresen motoramente en un deporte concreto, por lo tanto las actividades que se deben proponer a los niños deben ir dirigidas a un entrenamiento multideportivo básico con situaciones de aprendizaje contextualizadas donde estén practicando en el mismo tiempo. Se han introducido una serie de elementos técnico-tácticos.

Como, por ejemplo, cuando enseñamos el pase, es más efectivo proponer un juego donde también se practiquen otros elementos como el regate, el desmarcaje, la ocupación de espacios libres.

La práctica del deporte en la escuela no debe reducirse a aspectos meramente motrices, sino que debemos intentar educar a nuestros alumnos en valores y mejorar sus actitudes.

De todas las asignaturas, la más propicia para educar en valores es la nuestra, la Educación Física, y dentro de esta, un contenido muy proclive a ello es el deporte. Dentro de estos contenidos actitudinales podemos tratar:

- Respeto a los compañeros de equipo.
- Saber ganar y perder.
- Juego limpio.
- Cooperación con colegas.
- Tolerancia y respeto a las normas.
- Una actitud crítica hacia ciertos comportamientos propios del deporte de alta competición (ganar a costa de todo). (Manuel López Parralo, 2006). Pág. 1.

### **Aprendizaje colaborativo**

En el ámbito académico, se ha generalizado la aplicación de enfoques activos a la enseñanza, como el aprendizaje cooperativo y el aprendizaje colaborativo. Algunos investigadores, como Aldana (2012) y Zubieta (2013), utilizan estos dos conceptos indistintamente en sus investigaciones sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, es importante aclarar ambas ideas.

**a) El Aprendizaje Cooperativo**, muy común en los entornos escolares, surge como una alternativa al enfoque individualista y competitivo que impera en la educación tradicional. Este enfoque reconoce que no todos los

estudiantes aprenden de la misma manera, sino que lo hacen de acuerdo con sus características y estilos cognitivos. En las aulas donde se aplica el Aprendizaje Cooperativo, se produce un cambio en la forma de trabajar, en la disposición de los alumnos, en los objetivos educativos y en la interacción grupal. A pesar de ello, el papel del docente sigue siendo fundamental (González y Díaz, 2005). Según la definición de Johnson, Johnson y Holubec (1999), el aprendizaje cooperativo implica "el uso de grupos pequeños en los que los estudiantes colaboran para maximizar su propio aprendizaje y el de los demás" (p. 5).

**b) En cuanto al Aprendizaje Colaborativo**, varios autores lo han conceptualizado de diferentes maneras. Barkley, Cross y Major (2007) lo definen como un proceso en el que el conocimiento se genera socialmente, a través del consenso de los miembros del grupo, a través del diálogo y el acuerdo sobre el tema (Lillo, 2013, p. 115). Según Bruffee, el aprendizaje se entiende como un proceso de aculturación y reaculturación, en el que la identidad con una cultura y una comunidad de conocimiento se transfiere a otra (González y Díaz, 2005, p. 25). Esta definición de Aprendizaje Colaborativo es fundamental en la planificación de cursos con esta metodología.

Galindo, Galindo, Martínez, Ley, Ruiz y Valenzuela (2012) analizan el concepto de Aprendizaje Colaborativo desde tres perspectivas. Desde un enfoque filosófico, argumentan que los individuos, al ser seres inherentemente sociales, se adaptan y construyen nuevos conocimientos a partir de las interacciones con otros miembros de su entorno. Desde una perspectiva psicológica, se apoyan en Vygotsky para afirmar que la educación debe promover el desarrollo sociocultural e integral de los estudiantes, ya que el entorno y la cultura les brindan las herramientas para modificar su mundo físico y social. Desde una perspectiva pedagógica, sostienen que la educación debe generar cambios cualitativos en las personas, que les permitan integrarse socialmente, aprender, asumir nuevos conocimientos y crear las condiciones para la generación de nuevos conocimientos, adoptando así una postura constructivista.

Roselli (2011) se sitúa en la misma posición al considerar el Aprendizaje Colaborativo como la construcción de conocimiento a través de la interacción social para generar conocimiento científico.

### **Fundamento pedagógico**

Para la enseñanza del balonmano en la escuela, es muy necesario tener en cuenta las recomendaciones que expresan los autores sobre la acción didáctica de la educación física, la cual se divide en varias etapas según la edad cronológica de los niños, específicamente de los 8 a los 10 años, lo cual es el responsable de este trabajo de investigación.

### **Establecer habilidades motrices básicas: (10 a 12 años)**

El objetivo del ciclo medio de la escuela primaria debe ser la creación de una amplia base motriz inespecífica sobre la que se construirá el resto de las habilidades motrices. Por lo tanto, los contenidos que prevalecerán y sobre los que girarán las actividades en este ciclo serán las habilidades y destrezas motrices básicas.

Con referencia a este propósito, el área de Educación Física especifica que la capacidad motriz también incluye la mayor eficiencia en las actividades que desarrollan las habilidades básicas (actividades de movimiento, girar, lanzar, recibir, saltar...) que son la base de las adquisiciones posteriores. Estas habilidades hay que trabajarlas tanto desde el aspecto cuantitativo (saltar más, correr más...) como desde el cualitativo (explorar todas las posibilidades de saltar, moverse, manipular objetos...). El trabajo de acondicionamiento físico no debe ser considerado como una meta en este ciclo, ya que estará implícito en el desarrollo de los demás contenidos. (Sergio Alemán Martín; María Luisa Cáceres Ponce.) págs. 29-30.

De esta forma, el balonmano puede ser utilizado como un medio para lograr este desarrollo motor, adaptando las actividades desarrolladas a la etapa del proceso evolutivo de los niños.

El aprendizaje significativo es un proceso a través del cual la nueva información se relaciona con un aspecto relevante de la estructura de conocimiento del individuo. Este aprendizaje se produce cuando la nueva información se vincula con las ideas relevantes de atrincheramiento que ya existen en la estructura cognitiva del alumno. (Ausubel, 1970).

Para Ausubel, estas son algunas de las características del aprendizaje significativo:

- La nueva información se relaciona con la información ya existente en la estructura cognitiva de una manera sustantiva, no arbitraria y no literal.
- El estudiante debe tener una actitud y disposición favorable para extraer significado del aprendizaje.

### **Fundamento psicológico**

La competencia en niños menores de trece años no debe ser promovida o alentada, solo se debe alentar la práctica por diversión, y los entrenadores deben hacer que todos los niños jueguen. En estos estadios, lo único que importa es la dirección lúdica (al mismo tiempo que aprenden a tocar las técnicas) y no los resultados deportivos. (Dante Nieri, 2005). Pág.1.

### **Diferencias entre aprendizaje cooperativo y colaborativo**

El texto se centra en la distinción entre el aprendizaje cooperativo y el aprendizaje colaborativo, dos enfoques pedagógicos que se utilizan en la enseñanza para fomentar el aprendizaje de los estudiantes. El autor cita a varios investigadores para destacar las diferencias entre estos dos enfoques.

El aprendizaje cooperativo se caracteriza por centrarse en los procedimientos que el profesor puede establecer para facilitar el aprendizaje de los alumnos. En este enfoque, el profesor juega un papel más directivo y orientador, ya que los alumnos se encuentran en una etapa formativa en la que el profesor da respuesta a sus preguntas.

Por otro lado, el aprendizaje colaborativo promueve la autogestión de los estudiantes. En este caso, el profesor actúa como guía y se apoya en las estructuras de aprendizaje sugeridas. Los estudiantes universitarios participan de forma voluntaria y buscan un mayor autocontrol y autonomía en su aprendizaje. Se fomenta el diálogo, la discusión y la exposición de diferentes puntos de vista, lo que conduce a la formación de un nuevo marco conceptual y a la generación de nuevos conocimientos.

En resumen, el aprendizaje cooperativo se centra en la orientación directa del profesor en un entorno más formativo, mientras que el aprendizaje colaborativo busca la autonomía del alumno y fomenta la discusión y la construcción conjunta del conocimiento, con un papel más orientador por parte del profesor.

### **Resultados de la interacción con el estimulador**

Procesar la información de manera efectiva, mejora la retroalimentación, alienta a la pareja a lograr sus objetivos, genera confianza en sus compañeros para lograr un beneficio mutuo al reducir la ansiedad y la tensión. Interdependencia positiva: Existen tres mecanismos para proporcionar acceso a la interdependencia positiva, que son el ajuste de la carga de trabajo, la asignación de roles y el uso estratégico del método de calificación.

### **Responsabilidad individual y de equipo**

La responsabilidad individual radica en el autoconocimiento, por lo que ya rivaliza contigo en el trabajo en equipo. Cada miembro que es consciente de su aprendizaje contribuye de manera efectiva y contribuye al equipo

### **Metodología Activa en Educación Física**

#### **a. El método lúdico:**

El juego es una actividad esencial en la formación y desarrollo de la personalidad del niño, mejora sus habilidades y manipula sus conductas para su mejor desempeño en la sociedad.

**b. Método interactivo:**

El método interactivo en el proceso de aprendizaje desarrolla acciones educativas fructíferas para la interacción y relación de los niños y los maestros de aula.

**c. Método de exploración libre:**

Desarrolla la creatividad dando respuestas a las diferentes preguntas de la vida social y su entorno, logrando mejorar su autoestima y comprensión de su entorno.

**3.4. Hipótesis**

Las estrategias de aprendizaje cooperativo influyen positivamente en el desarrollo de los fundamentos técnicos básicos del balonmano en los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E. N° 013 “LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO” el año 2023.

**Variables:**

**Variable Independiente:** Estrategias de aprendizaje colaborativo

• **Indicadores**

Participación del equipo  
Resolución de problemas  
Desarrollo de liderazgo de equipo  
Interacción entre los miembros.

**Variable dependiente:** Fundamentos técnicos básicos del balón mano

• **Indicadores**

Agarre  
Recepción  
Pase  
Lanzamiento o remate

## IV. METODOLOGÍA

### 4.1 Tipo y diseño de la investigación

El tipo de investigación utilizado para el presente trabajo de investigación es aplicada, correlacional con un grupo de muestra, porque gracias a éste modelo hemos podido enseñar los fundamentos teóricos y técnicos sobre el Balonmano en dos etapas del proceso de intervención del para el a los estudiantes del 6° de Primaria de la I.E. "LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO, en la sesión de Educación Física.

El diseño de la presente investigación es no experimental de corte transversal, el recojo de la información se realizó a través de una prueba de entrada y un post test en el proceso de intervención del trabajo propuesto a través de la aplicación del proyecto de investigación.

### 4.2 Variables y operacionalización

**Variable independiente:** Estrategia de aprendizaje colaborativo

**Definición:** son enfoques pedagógicos que fomentan la interacción y colaboración entre los estudiantes para lograr un aprendizaje más significativo

**Variable dependiente:** Fundamentos técnicos básicos del balón mano

**Definición:** Son habilidades técnicas fundamentales que nos proporcionan el dominio de los fundamentos básicos de este deporte y son esenciales para un juego fluido, la creación de oportunidades de gol y la defenza efectiva.

**VARIABLE INDEPENDIENTE: Estrategia de aprendizaje colaborativo**

Conceptualización	Dimensión	indicadores	Niveles	Técnica e Instrumentos
son enfoques pedagógicos que fomentan la interacción y colaboración entre los estudiantes para lograr un aprendizaje más significativo	Planificación Metodología Sesiones de aprendizaje Criterios de evaluación.	-Participación del equipo -Resolución de problemas -Desarrollo de liderazgo de equipo -Interacción entre los miembros.	Individual En Equipo	Rúbricas de evaluación.

**VARIABLE DEPENDIENTE: Fundamentos técnicos básicos del balón mano**

Conceptualización	Dimensión	indicadores	Niveles	Técnica e Instrumentos
Son habilidades técnicas fundamentales que nos proporcionan el dominio de los fundamentos básicos de este deporte y son esenciales para un juego fluido, la creación de oportunidades de gol y la defensa efectiva.	Escolar Club deportivo Juegos reglados	Agarre Recepción Pase Lanzamiento o remate	Competencia Interna Participación en los JNDE	Prueba de entrada. Prueba de salida

### 4.3. Población y muestra.

Hernández et al. (2010) indican que la población se define como el conjunto de todos los casos que concuerdan con ciertas especificaciones (p.174).

#### **Población**

La población tomada para el trabajo de investigación está conformada por los 1438 estudiantes de la I.E. N° 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" en el año 2023

#### **Muestra**

Hernández et al. establecen que la muestra es censal, ya que los datos se recogen y deben ser representativos de la misma (p.173). La muestra está conformada por 120 estudiantes del 6to grado de primaria N° 013 "LEONARDO RODRÍGUEZ ARELLANO" en el año 2023

<b>Población</b>	<b>Muestra</b>
<b>Institución Educativa</b>	<b>6º de primaria</b>
<b>1,438</b>	<b>120</b>

### 4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### **Instrumentos:**

**El cuestionario:** El cuestionario es un documento compuesto por un conjunto de preguntas que deben estar redactadas de forma coherente, y organizadas, secuenciadas y estructuradas, según un plan determinado, para que sus respuestas puedan ofrecernos toda la información necesaria.

**Observación:** Esta técnica consiste en visualizar el fenómeno y su contexto que se pretende estudiar. Nosotros, como investigadores, debemos ser más

que la vista, debemos tener tacto y escuchar. Es un procedimiento práctico que nos permite descubrir, evaluar y contrastar realidades en el campo de estudio.

**Observación directa:** Se utiliza en la recopilación de información directamente en el campo de estudio. Obtienes información de primera mano.

**Registro de Observación:** Instrumento Estructurado, es un instrumento que permite registrar la información recolectada durante la observación. La estructura del formato es mayoritariamente sistemática en la descripción de la realidad en la que se sitúa la atención de la observación.

**Observación no directa:** Se utiliza en la recopilación de información de forma indirecta, que es proporcionada por otros sujetos.

**Diario de Campo:** Es un instrumento no estructurado, considerado un instrumento indispensable para registrar la información del día a día de las actividades y acciones de la práctica investigativa en el escenario de estudio. La estructuración del formato es la descripción y narración de los hechos o fenómenos observados.

#### **4.5. Procedimientos**

Para el análisis e interpretación de los resultados se utilizará una prueba de ingreso, que se reflejará en tablas estadísticas para la interpretación de las variables, de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación.

#### **4.6. Método de análisis de datos**

Los datos se recopilarán e introducirán en una hoja de cálculo de Office Excel 2013.

- Cuadros de Estadística
- Análisis e interpretación de los datos.
- Los cuadros estadísticos, vendrán a constituir los resultados de nuestra investigación, las mismas que están debidamente analizadas e interpretadas

#### **4.7 Aspectos éticos.**

En el marco de esta investigación, se da especial importancia a la consideración de los aspectos éticos que son fundamentales en el desarrollo del estudio, dada la población objetivo involucrada, compuesta por estudiantes de educación primaria. La ética de la investigación es un pilar esencial que garantiza la protección de los derechos y el bienestar de los participantes.

Con el fin de asegurar la integridad de la investigación y respetar los principios éticos, se llevará a cabo un proceso formal para solicitar autorización al director de la Institución Educativa No. 013 "Leonardo Rodríguez Arellano", la autorización es indispensable para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos de investigación en el ámbito escolar.

Es importante señalar que esta solicitud de autorización no es solo un requisito administrativo, sino que también refleja nuestro compromiso de respetar la autonomía de la institución educativa y la protección de los derechos de los estudiantes. La colaboración y aprobación del director son un testimonio de la transparencia y ética con la que se llevará a cabo esta investigación.

Una vez obtenida la autorización, se procedió al estricto cumplimiento de los protocolos éticos, asegurando la confidencialidad de la información, el consentimiento informado de los participantes y la salvaguarda de cualquier dato sensible. La ética seguirá siendo un principio rector a lo largo de todo el proceso de investigación, garantizando la validez y credibilidad de los resultados obtenidos.

## V. RESULTADOS

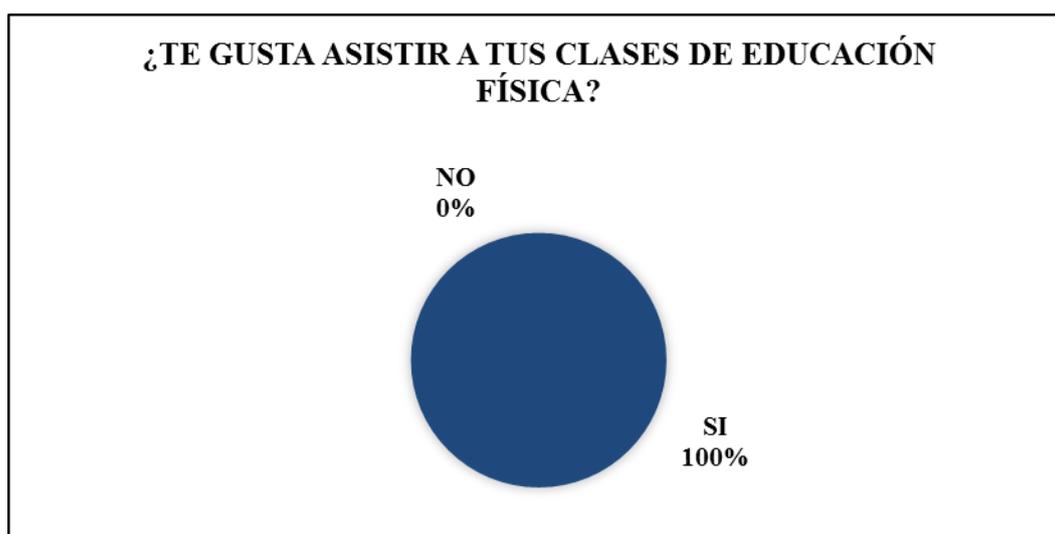
### Resultados finales de la aplicación de la encuesta

#### 1. ¿Te gusta asistir a tus clases de Educación Física?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SÍ	120	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de Primaria

#### Gráfico 1.- ¿Te gusta asistir a tus clases de Educación Física?



Fuente: Estudiantes de 6° de Primaria

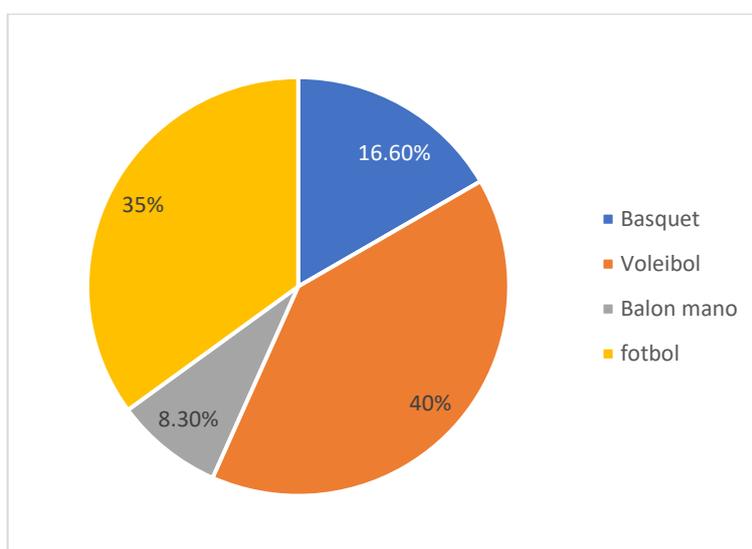
De acuerdo al cuestionario realizado a todos los estudiantes, se puede observar que todos ellos expresan su entusiasmo por participar en las sesiones de Educación Física. Es crucial destacar que, en estas etapas de desarrollo, la motivación se encuentra en su punto más alto a nivel emocional. Tal como lo señaló Bernardo (1991, p. 122), "muchos educadores fracasan debido a la falta de una motivación adecuada en sus clases". En consecuencia, "la motivación representa una de las preocupaciones más significativas para los profesores novatos en la actualidad".

## 2. ¿Cuál es tu deporte que prefieres jugar?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
FÚTBOL	42	35%
BÁSQUET	20	16.6%
VOLEY	48	40%
BALONMANO	10	8.3%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: 6° de educación Primaria

**Gráfico 2. -Deporte que prefieres jugar**



Fuente: Niños de 6° de educación Primaria

Del total de alumnos encuestados, el 35% de ellos manifiestan que su deporte favorito es el fútbol, mientras que el 40% se inclina por el Voleibol para el basquetbol los estudiantes son un 16.6% mientras el balonmano obtuvo un 8.3%, reflejando poca difusión del balón mano en esta I.E.

### 3. ¿Qué deportes te enseñan en tus clases de Educación Física?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
FÚTBOL	120	100%
BÁSQUET	50	41.6%
VOLEY	120	100%
BALONMANO	30	25%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes de 6to de educación Primaria

**Gráfico 3.- Deportes que te enseñan en Educación Física**



Fuente: Estudiantes del 6to de educación Primaria.

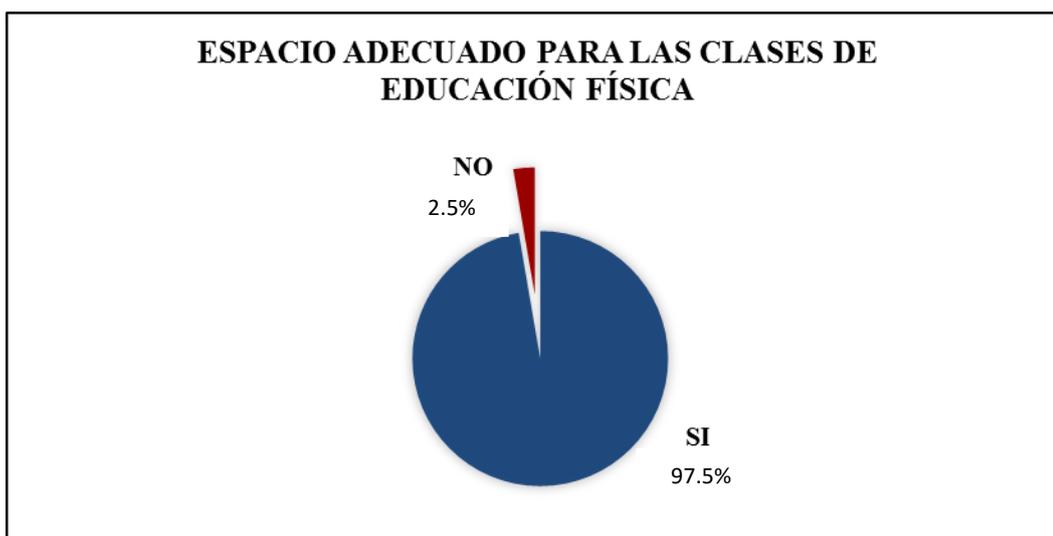
En la I.E N° 013, el 100% de los estudiantes encuestados han manifestado que prefieren que les enseñen fútbol, al igual que el voleibol, mientras que el 41% quisiera que le enseñaran balón mano, y solo, el 25% prefiere el basquetbol, la preferencia por la enseñanza de los deportes se va fortaleciendo por las competencias que tienen los estudiantes a través de los juegos deportivos nacionales escolares.

4. ¿El espacio es adecuado para el desarrollo de las clases de Educación Física?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	117	97.5%
NO	3	2.5%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

Gráfico 4.- Espacio adecuado para las clases de Educación Física



Fuente: Estudiantes del 6to de educación primaria.

El 97.5% de los estudiantes del 6° grado de la Institución Educativa N° 013 manifestaron que la institución sí cuenta con un espacio adecuado para el desarrollo de las clases de Educación Física, mientras que el 2.5% restante considera que el espacio con el que cuenta la institución no es adecuado.

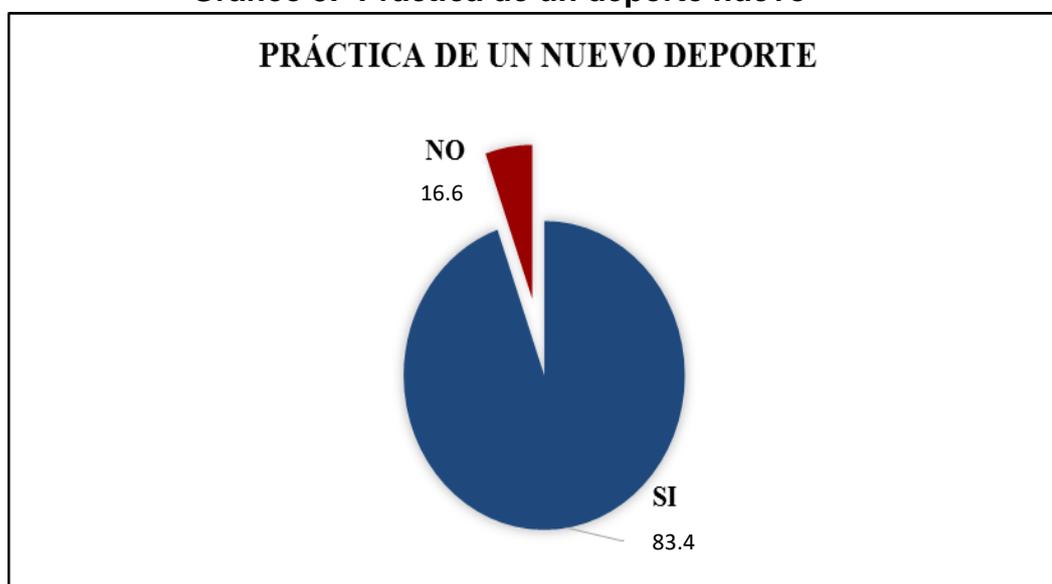
Según López Moyá (2002:87) “para poder desarrollar los distintos programas, es necesario que las infraestructuras deportivas de los Centros Escolares tengan unas condiciones adecuadas”.

5. ¿Te agradaría practicar un nuevo deporte?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	100	83.4%
NO	20	16.6%
TOTAL	120	100%

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

Gráfico 5.- Práctica de un deporte nuevo



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

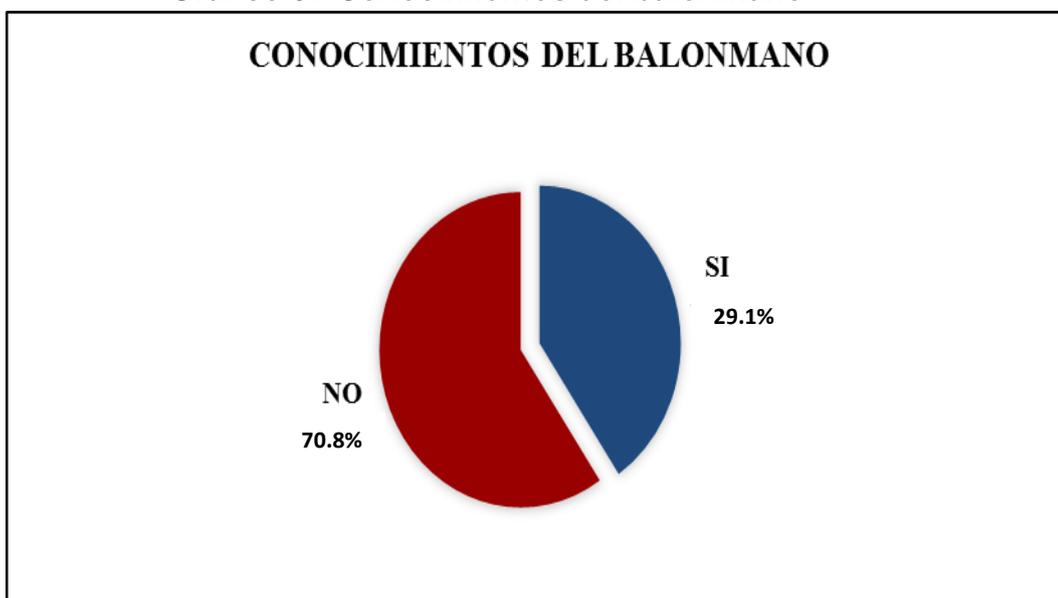
De los estudiantes encuestados del 6° grado de la Institución Educativa N° 013, el 83.3% manifestaron que les gustaría practicar un deporte nuevo, mientras que un 16.6% manifestaron un desacuerdo, evidenciándose la predisposición de los niños a trabajar otro deporte en las clases de educación física, diferente a los practicados actualmente en la institución.

## 6. ¿Conoces algo sobre el balonmano?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SÍ	35	29.1%
NO	85	70.8%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

**Gráfico 6.- Conocimientos del balonmano**



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

El 59% de los estudiantes encuestados de la Institución Educativa N° 013 manifestó desconocer totalmente sobre el balonmano, mientras que el 29.1% tenían algunos conocimientos sobre el balonmano.

Sobre este tema en la “Gran Enciclopedia de los Deportes”, (2002) se manifiesta: “La mayoría de especialistas coinciden en que el balonmano deriva de un juego de pelota que se celebraba en los Balcanes y en Checoslovaquia a finales del siglo XIX, cuyo inventor, J. Klener, lo llamó ceska-hatzena.”

### 7. Conocimiento, en el balonmano, el balón es transportado con:

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
LAS MANOS	120	100%
LOS PIES	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

**Gráfico 7.- Pregunta sobre el balonmano**



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

Al profundizar en el análisis de esta pregunta, se hace evidente que el 100% de los estudiantes encuestados está de acuerdo en que el balón se maneja principalmente con las manos en el contexto de este deporte. Sin embargo, es importante señalar que la totalidad de los encuestados reveló que no poseen un conocimiento exhaustivo de todas las reglas y directrices que rigen la práctica del balonmano.

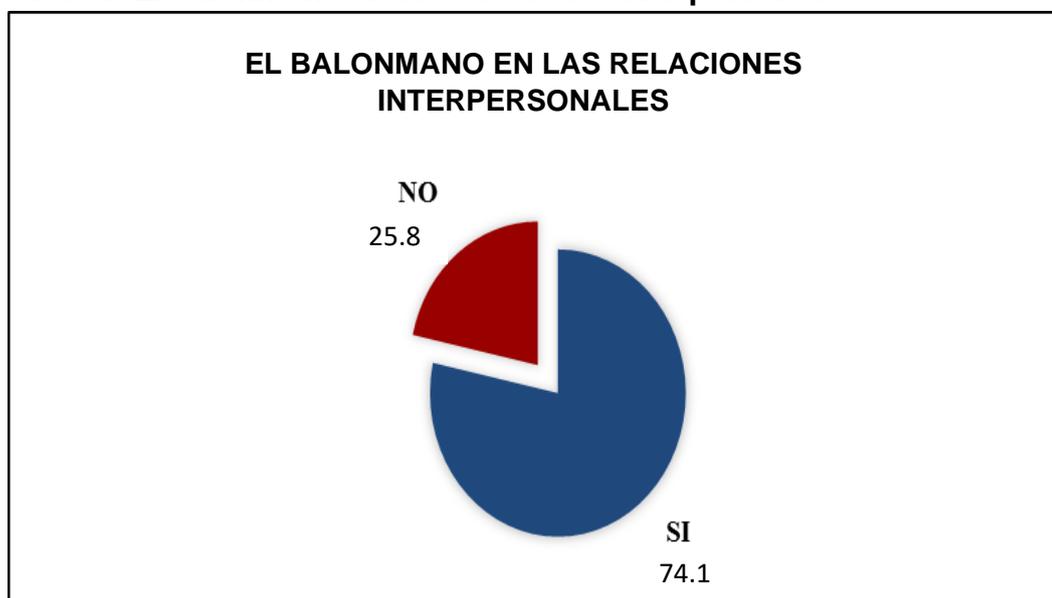
Este hallazgo resalta la necesidad de una mayor educación y comprensión de las reglas del juego, ya que la falta de conocimiento de las reglas podría afectar la calidad y la seguridad de la participación en este deporte. En consecuencia, se podría argumentar que se requiere un mayor énfasis en la instrucción y la promoción de la familiaridad con las reglas del balonmano entre los estudiantes y aquellos interesados en su práctica. Esto no solo contribuirá a un juego más justo y seguro, sino que también fomentará una participación más informada y apasionada en este emocionante deporte.

**8. ¿Crees que el practicar balonmano en las clases de Educación Física te ayudaría a mejorar las relaciones con tus compañeros?**

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	89	74.1%
NO	31	25.8%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

**Gráfico 8.- El balonmano en las relaciones interpersonales**



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

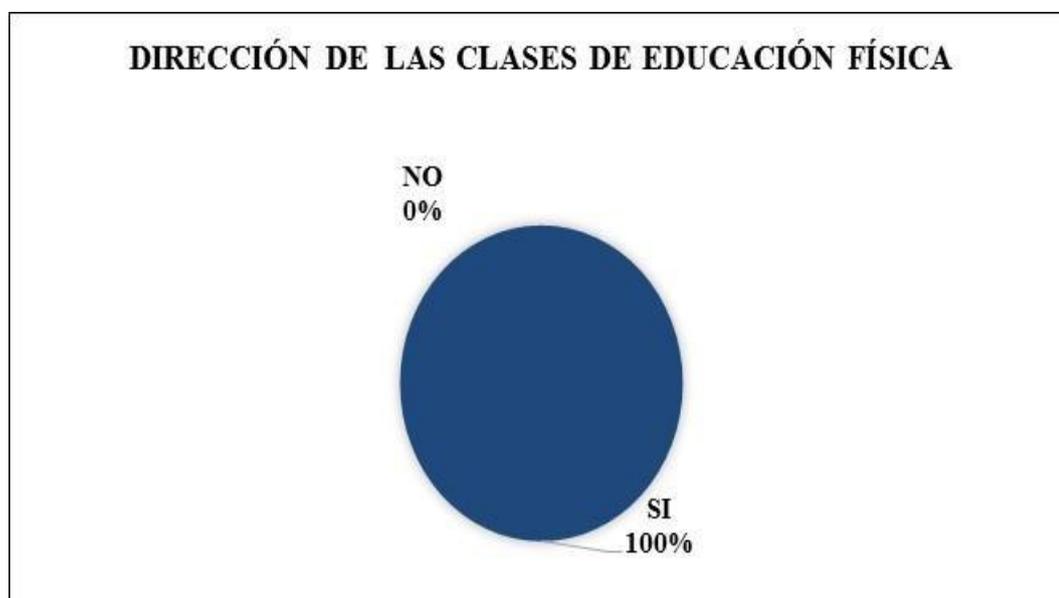
El 74.1% de los estudiantes encuestados de la Institución Educativa N° 013, manifestó que la práctica del balonmano les ayudaría a “llevarse” mejor entre ellos, mientras que el restante 25.8% restante considera que este deporte no les beneficia en cuanto a las relaciones interpersonales con sus otros compañeros.

**9. ¿Te gustaría que te enseñara balonmano el profesor de Educación Física?**

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	120	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

**Gráfico 9.- Dirección de las clases de Educación Física**



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

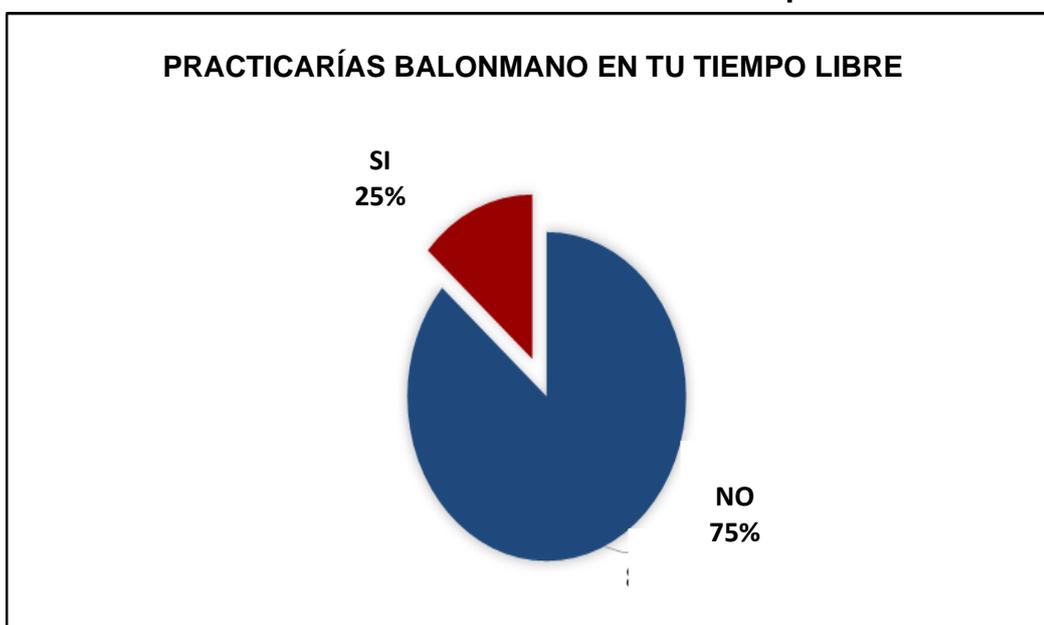
El 100% de los estudiantes encuestados manifestó que les gustaría que las clases de Educación Física sean impartidas por un profesional del área que les enseñe sobre este deporte, quien debe conocer los aspectos referentes al desarrollo evolutivo de los educandos para poder contribuir de manera positiva al mejoramiento de las habilidades motrices básicas de los estudiantes.

### 10. ¿Practicarías el balonmano en tu tiempo libre?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	25%
NO	90	75%
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>100%</b>

Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

Gráfico 10.- Práctica del balonmano en el tiempo libre



Fuente: Estudiantes del 6° de educación primaria

El 75% de los Estudiantes encuestados de la Institución Educativa N° 013, manifestó que practicarían el balonmano en su tiempo libre, mientras que un 25% no lo harían; lo que contribuirá de manera positiva a aquellos estudiantes en la utilización su tiempo de ocio a través de la práctica de este deporte que estuvimos motivando para su práctica.

## VI. DISCUSIÓN

La educación es el principal medio de utilización de los recursos de nuestro entorno natural. Pero hay problemas que se convierten en obstáculos para utilizar todo en nuestro entorno a través de la educación. El objetivo general de esta investigación fue diseñar un programa que permita mejorar el nivel de dominio de los fundamentos técnicos del balonmano en alumnos de 1º de I.E. N° 013 "LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO", año 2023.

A partir de los hallazgos de datos obtenidos a través de entrevistas y una guía de observación, así como del análisis bibliográfico de la literatura especializada sobre el tema. Los datos fueron recolectados de la muestra representativa de los estudiantes de la Institución Educativa, los resultados de esta investigación contribuyen a la búsqueda de los retos de la enseñanza del balonmano para lograr el desarrollo de las habilidades motrices. A partir del hallazgo de los datos obtenidos a través de los cuestionarios recogidos, se llegó a las siguientes conclusiones: el 100% de los estudiantes considera atractivas las clases de Educación Física, y que solo el 8,3% sabe jugar al balonmano, mientras que el 97,5% de los estudiantes considera que los espacios son adecuados para las clases de educación física.

Como se pudo observar, los profesores de Educación Física brindan oportunidades para que los estudiantes desarrollen habilidades motrices, durante las clases observadas también observamos que, durante la práctica y teoría del balonmano en la clase, no hay una participación completa de los estudiantes demostrando poco conocimiento de este deporte. Debido a esto, los estudiantes a menudo prefieren que se les enseñen deportes de equipo como el balonmano, en el que hay una preferencia del 74,1% de los estudiantes que prefieren jugar al balonmano en las sesiones de aprendizaje de educación física.

Asimismo, existe un 100% que corresponde a 120 estudiantes que tienen interés en la práctica del balonmano, respondieron que tienen la predisposición a aprender este deporte, estos son los resultados más

relevantes de nuestro trabajo en comparación con otros podemos apreciar los siguientes.

La presente investigación denominada: *pedagogía no lineal en la enseñanza del balonmano*, tiene como objetivo conocer el impacto que ejerce la nueva regla, que permite que el portero sea sustituido por un jugador de campo extra asumiendo el riesgo de jugar con la portería vacía, en los partidos correspondientes a la fase final (semifinales, final y partido por el tercer puesto) del Campeonato Mundial Masculino celebrado en Dinamarca y Alemania en 2019.

Debido a la reciente implantación de la norma, no existen muchos estudios con los que comparar los resultados obtenidos en nuestra investigación. El análisis descriptivo muestra que el nuevo estándar se utiliza en el 17,1% de los ataques, porcentaje ligeramente inferior al 19,98% utilizado en el Campeonato Mundial Masculino celebrado en 2017 (Marczinka & Gál, 2018). Cuando ambos equipos están numéricamente igualados, la sustitución del portero por un jugador de campo extra para obtener una ventaja numérica sobre la defensa solo se utiliza en el 4,6% de los ataques. No parece ser un recurso ventajoso, ya que el ataque posicional obtiene una tasa de éxito del 31,3% cuando se juega con portería vacía, porcentaje inferior al 39,2% obtenido en ataques donde no se utiliza la nueva regla. Asimismo, jugar con portería vacía penaliza la fase de retirada, ya que en el 18,8% de los ataques, el contragolpe posterior es exitoso, siendo un porcentaje superior al 13% obtenido al no jugar con portería vacía.

La educación es el principal medio de utilización de los recursos de nuestro entorno natural. Pero hay problemas que se convierten en obstáculos para utilizar todo en nuestro entorno a través de la educación. El objetivo general de esta investigación fue determinar las alternativas metodológicas para la enseñanza-aprendizaje de las habilidades motrices que se utilizan dentro de la unidad educativa. A partir de los hallazgos de datos obtenidos a

través de entrevistas y una guía de observación, así como del análisis bibliográfico de la literatura especializada sobre el tema.

Los resultados de esta investigación contribuyen a la búsqueda de los retos de la enseñanza del balonmano para lograr el desarrollo de las habilidades motrices. A partir del hallazgo que obtuvieron los datos obtenidos a través de los cuestionarios recogidos, se llegó a las siguientes conclusiones: el 39,16% de los estudiantes considera que en las clases prácticas de balonmano se desarrollan las habilidades motrices, mientras que el 42,5% de los estudiantes dijo que no y el 18,33% de los estudiantes manifestó desconocimiento sobre este tema.

Se ha determinado que la mayoría de los encuestados manifiestan no estar interesados en el desarrollo de la motricidad en las clases prácticas de balonmano. En cuanto al desarrollo motriz a través de clases prácticas de balonmano, la respuesta de los profesores de cultura física y del rector indica que el 100% de la respuesta dijo que las habilidades motrices se desarrollan a través de clases prácticas de balonmano. Como se pudo observar, los profesores de cultura física brindan oportunidades para que los estudiantes desarrollen habilidades motrices, durante las clases observadas la investigadora también observó que durante la práctica y teoría del balonmano en la clase, no hay una participación plena de los estudiantes. La observación ha demostrado que los maestros alientan y prestan más atención a los niños que a las niñas.

Debido a esto, las niñas suelen tener mayores problemas en el desarrollo motor que los niños. El 97,5% de los estudiantes respondió que es menor que cualquier turno de clase, mientras que el 2,5% de los estudiantes dijo que es igual a cualquier otra asignatura. Este resultado implica que no hay suficiente asignación de tiempo en comparación con otros turnos de clase, alegando que tardan mucho tiempo en acondicionar el campo para la práctica del balonmano. El 30,83% de los estudiantes respondió que prefiere realizar ejercicios de pase, el 10% de los encuestados dijo que prefiere realizar ejercicios de tiro, el 14,16%

respondió que prefiere realizar ejercicios de regate y el 35,83% de los encuestados dijo que prefiere realizar ejercicios de regate.

En este caso, cuando se observaron las clases de balonmano, se evidenció que los alumnos tienen un gran interés por las técnicas de pase y recepción. El 10,83% de los estudiantes respondió que los juegos simplificados son la alternativa metodológica que más utilizan los profesores en las clases de balonmano, el 30,83% de los estudiantes dijo que los profesores utilizan los juegos

## VII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 7.1. Conclusiones

En esta investigación se presentan componentes que pueden ser empleados en el entrenamiento de habilidades motoras específicas de balonmano el contenido de este trabajo se organiza lógicamente en varios apartados, teniendo en cuenta la complejidad.

**PRIMERO:** El nivel de conocimiento de esta disciplina deportiva nos sirvió para ampliar los aspectos evolutivos y técnicos para una práctica con resultados finales positivos de nuestra investigación.

**SEGUNDO:** Desarrollar un programa de juegos colaborativos para el aprendizaje del balón mano como estrategia para mejorar los fundamentos básicos del balonmano nos ha permitido que los estudiantes aprendan sistemáticamente siguiendo una secuencia lógica del desarrollo de este deporte.

**TERCERO:** Con la presentación de los resultados podemos decir que realizamos dos tipos de evaluación, la primera, a través de una encuesta, donde se refleja el nivel de conocimiento de este deporte y sus preferencias deportivas.

La segunda, al concluir la propuesta de enseñanza, donde presentamos el nivel de dominio de los fundamentos básicos de esta disciplina deportiva.

## **7.2. Recomendaciones**

El maestro debe centrar su atención en crear un ambiente efectivo para facilitar la enseñanza teórica y práctica de este deporte. Esto implica tener en cuenta la relevancia de fomentar la participación de los alumnos de la Institución Educativa.

Los educadores de educación física deben adaptar y renovar sus enfoques pedagógicos con el fin de mejorar el desarrollo de las habilidades motrices a través de juegos colaborativos, lo que a su vez contribuirá a perfeccionar sus habilidades de balonmano.

Los docentes de este nivel educativo deben especializarse en ciencias del deporte, deben motivar a los alumnos para que se involucren tanto en la parte teórica como en la práctica del juego de balonmano y así, obtener resultados positivos para ser difundidos a nivel de futuras investigaciones y en el ámbito educativo de nuestra región y el mundo.

## VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar-Martínez, D. (2017). Métodos de entrenamiento de diferentes manifestaciones de fuerza sobre parámetros de rendimiento en balonmano. Universidad de Granada.
- Aguilar-Martínez, D. C.-T. (2012). Efecto del entrenamiento de potencia en la velocidad de lanzamiento en balonmano.
- Almeida, M. C. (2013). Síndrome del codo del portero de balonmano: una revisión sistemática. . Revista Internacional de Medicina y Ciencia de la Actividad Física y el Deporte 13(52), 831-844.
- Biddle, B. J. (1964). Investigación contemporánea sobre la eficacia docente. . Holt, Rinehart y Winston.
- Bucher, A. &. (1974). Métodos y materiales para la educación física en la escuela secundaria.
- Bucher, C. A. (1975). Administración de Programas de Salud y Educación Física. Mosby.
- Frías Delgado, I. (2016). El modelo integral como metodología para la enseñanza del deporte en Educación Primaria: una propuesta de iniciación deportiva al balonmano.
- García, P. L. (2005). Efecto de la oposición sobre los factores biomecánicos del lanzamiento de salto en balonmano. . Universidad de Jaén.
- García, P. L. (2006). Educación Física y Salud en la Educación Primaria: Hacia una Educación Corporal Significativa y Autónoma. Inde.
- Guillamón, A. R. (2019). Métodos de enseñanza en Educación Física: de los estilos de enseñanza a los modelos pedagógicos. . TRANCES. Transmisión de conocimientos educativos y sanitarios, (1), 1-30.

- Herazo-Beltrán, A. Y.-A. (2012). Confiabilidad del cuestionario de actividad física en niños colombianos. . *Revista de Salud Pública*, 14, 802-809.
- Herrera Cercado, R. D. (2018). Desarrollo del balonmano en la Unidad Educativa Federico González Suárez del Cantón Durán. Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación).
- Knapp, C. G. (1968). Enseñanza de la Educación Física en Centros de Educación Secundaria. . McGrawHill
- Montilla, J. A. (2001). Importancia de la velocidad de salida del balón y la precisión como parámetros de eficiencia en el lanzamiento de salto de longitud en balonmano. *Notas. Educación Física y Deportes*, 4(66), 44-51.
- Rao, V. K. (2007). Educación a lo largo de la vida. . APH Publishing.
- Sedentop, D. (1991). Desarrollo de la habilidad docente en educación física.
- Valencia-Peris, A. M.-A.-G. (2020). Formación inicial del profesorado de Educación Física: una mirada desde la perspectiva de la atención a la diversidad. . *Desafíos*, 37(37), 597-604.
- Wuest, D. A. (1994). Currículo e instrucción: La experiencia de la educación física en la escuela secundaria. . Mosby.
- Wuest, D. A. (1994). Fundamentos de la educación física y el deporte

# ANEXOS



REGIÓN - TUMBES  
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION  
INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO  
"JOSE ANTONIO ENCINAS"  
TUMBES

Tumbes, 10 FEB 2023

**RESOLUCIÓN DIRECTORAL N° 015 2023- GRT-DRET - IESPP- "JAE"-JUI-DG**

Visto el informe N°008-2023-GRT-DRET-IESPP"-JAE"CPI, presentado por el Coordinador Encargado del Área de Investigación, dando opinión favorable para la aprobación del Plan de Investigación Aplicada "**ESTRATEGIAS DEL APRENDIZAJE COLABORATIVO PARA MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BALON MANO EN LOS ESTUDIANTES DELA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°013 LEONARDO RODRIGUEZ ARELLANO EL AÑO 2023**

**CONSIDERANDO:**

Que, la Ley 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior en su artículo 21° sobre procedimientos de titulación, señala que los Institutos y Escuelas establecen en su reglamento los procedimientos y las normas para la obtención de los títulos correspondientes, disposición que es y corroborada en la Resolución Directoral N° 0592-201-ED, numeral 5.2 requisitos para la obtención del título profesional de Profesor, que en otros exige la sustentación y aprobación de una Tesis.

Que, en el Reglamento Institucional, concordante con la ley 30512 Capítulo VIII, referente a la investigación e innovación; art.32-1, art.33, art.35-1, la investigación y Titulación en los Institutos Pedagógicos, se establece como objetivo fundamental de esta Casa de Estudios, el formar docentes, con una adecuada y competitiva preparación académica, pedagógica, ética e investigativa, que garantice un eficaz, eficiente y trascendente desempeño profesional.

Que, Capítulo VIII, de la mencionada Ley hace referencia de la investigación e innovación; art.32-1, art.33, art. 35-1, lineamientos sobre investigación aplicada dando pase a la elaboración, aprobación y ejecución de los planes de investigación.

Que el jefe de la Unidad de Investigación considera que el Plan de Trabajo de Investigación, presentado para su aprobación, reúne los requisitos mínimos exigibles en una investigación Aplicada y que es necesaria su Aprobación mediante acto resolutivo.

De conformidad con las atribuciones conferidas por la Ley 30512 y el DS. No10-2017 MINEDU y el Reglamento Interno Institucional.

**SE RESUELVE:**

1. **APROBAR**, la ejecución del Plan de Investigación Aplicada Titulado: **“ESTRATEGIAS DEL APRENDIZAJE COLABORATIVO PARA MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TECNICOS DEL BALON MANO EN LOS ESTUDIANTES DEL 1 AÑO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PNP S02 “TEODORO PUELL MENDIOZA” EL AÑO 2023.**

Presentado por los alumnos de la Especialidad de Educación Física

- **CASTRO CHUYE, Angie**
  - **CHAVEZ ROMERO, Geiser**
  - **ESTRADA OLAYA, Marleny**
  - **RODRIGUEZ MASIAS, Edson Denilson**
  - **SANJINEZ SERNA, Jharon**
2. **AUTORIZAR**, a los estudiantes en el artículo precedente para que ejecuten su Plan de Investigación, así como todas las acciones conducentes a su titulación.
  3. **RECONOCER**, como Asesor al Prof. Manuel Córdova Arena

Regístrese, comuníquese y cúmplase.

PAQA/DIESPP”JAE”  
Norma León de S



# PROPUESTA DE UN PROGRAMA SOBRE LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO

## INTRODUCCIÓN

El siguiente programa, tratará de un deporte colectivo, en este caso el balonmano, y considero que esta unidad didáctica resulta adecuada y beneficiosa para los alumnos por los siguientes motivos:

- La práctica de los deportes colectivos en general y en particular (balonmano) beneficia, el desarrollo de los mecanismos de percepción, de decisión y de ejecución, muy útiles para el entrenamiento de una gran parte de las actividades físico-deportivas.
- La complejidad táctica que requiere estos deportes, favorece un alto nivel de cooperación y de esfuerzo "compartido" entre los componentes de los equipos para conseguir un nivel de juego que pueda resultar eficaz y gratificante.
- Debido a su variedad y versatilidad táctica, tanto en el aspecto ofensivo como en el defensivo, son deportes que ofrecen multitud de posibilidades técnico-tácticas, donde la creatividad del alumno juega un papel fundamental.
- Además, contribuyen, a través de su aplicación al juego, a la mejora de la condición física, especialmente de la resistencia anaeróbica, velocidad, coordinación y de la fuerza dinámico general.

## Objetivos

### Conceptos

- Conocer la práctica de los deportes colectivos como una actividad de alto valor recreativo y lúdico, que favorece el desarrollo personal y mejora la salud y la calidad de vida.
- Conocer y profundizar en los fundamentos reglamentarios del balonmano, así como su vocabulario específico.

- Conocer y profundizar en los fundamentos técnico-tácticos, tanto defensivos como de ataque de los deportes colectivos.
- Saber utilizar los recursos técnico-tácticos tanto defensivos como ofensivos en función de las decisiones que tome el oponente.
- Conocer las posibilidades que nos ofrecen para la práctica los deportes alternativos.
- Reconocer las principales capacidades físicas implicadas en los deportes a desarrollar.

### **Procedimientos**

- Practicar y perfeccionar el desarrollo de habilidades específicas y conceptos técnico-tácticos tanto individuales como colectivos de estos deportes (Balonmano, indiana, Badminton...).
- Utilizar al máximo los recursos técnico-tácticos con el fin de obtener el máximo rendimiento personal.
- Participar en actividades en las que se exija la puesta en práctica de los recursos técnico-tácticos que posea el alumno.
- Ejecutar los gestos técnicos de estos deportes de manera suficiente.

### **Actitudes**

- Valorar los efectos positivos que para la salud ofrece la práctica de los deportes desarrollados.
- Ser consciente de sus posibilidades y prestarse a mejorar en sus habilidades.
- Valorar al equipo como grupo y su participación como integrante.
- Respetar las normas y reglas establecidas, como forma de respeto tanto a sus compañeros como al profesor.
- Respetar y valorar a los demás en la práctica de estos deportes.
- Respetar y cuidar el material

## **Contenidos**

### **Conceptos**

- Conocimiento del juego de dos deportes colectivos como el balonmano y de los deportes alternativos.
- Manejo del vocabulario específico del balonmano.
- Conocimiento de los fundamentos técnico tácticos tanto defensivos como ofensivos del balonmano.
- Conocimiento de las posibilidades y limitaciones que nos ofrece nuestro cuerpo para la práctica de los deportes alternativos.
- Conocimiento de las principales cualidades físicas implicadas en estos deportes.

### **Procedimientos**

- Práctica y perfección del desarrollo de habilidades específicas y conceptos técnico-tácticos tanto individuales como colectivos de estos deportes.
- Utilización al máximo los recursos técnico-tácticos con el fin de obtener el máximo rendimiento personal.
- Participación en actividades en los que se exija la puesta en práctica de los recursos técnico-tácticos que posea el alumno.
- Ejecución de los gestos técnicos de estos deportes.

### **Actitudes**

- Valoración de los efectos positivos que para la salud ofrece la práctica de los deportes colectivos.
- Concienciación de sus posibilidades y prestación a mejorar en sus habilidades.
- Valoración del equipo como grupo y su participación como integrante.

- Respeto de las normas y reglas establecidas, como forma de respeto tanto a sus compañeros como al profesor.
- Respeto y valoración de los demás en la práctica de estos deportes.
- Respeto y cuidado del material.

### **Intervención didáctica**

La técnica de enseñanza a utilizar en esta unidad didáctica será principalmente la "*Indagación*". Aunque también se podría emplear la Instrucción Directa para algunos conceptos técnicos que no sea posible trabajar mediante indagación. Este contenido, que se incluye dentro del Bloque de Contenidos Juegos y deportes, se adapta muy bien a la Indagación, ya que el alumno participa en las decisiones en función de las situaciones que se le presenten, no es un mero reproductor, por lo tanto, yo, el profesor (practicante), me convertiré en un mediador entre el alumno y su aprendizaje, siendo él, el mayor protagonista de este proceso.

Respecto al estilo de enseñanza, principalmente propongo los estilos de enseñanza innovadores, en especial: "*Resolución de Problemas*". Como he comentado anteriormente este es un contenido en el que el alumno, tiene mucho que decir, el alumno participará activamente en su aprendizaje. Tomando decisiones en función de las situaciones que se le presenten.

Sobre todo, trabajaría la estrategia en la Práctica "*Global Pura*" y también polarizando la atención cuando me interese mantener la atención del alumno en cualquier aspecto que yo crea que es fundamental.

En algunos contenidos que sean más difíciles de trabajar, como pueden ser algunos aspectos técnicos, utilizaré la estrategia en la Práctica "*Analítica*", pero serán situaciones aisladas.

## **Actividades del alumnado**

**Actividades de clase:** En este grupo de actividades incluiría la asistencia y participación del alumno. El alumno deberá realizar:

1. Calentamiento general.
2. Calentamiento específico.
3. Ejercicios y juegos de mejora de estos deportes.
4. Establecer y realizar los ejercicios propuestos por los diferentes grupos.
5. Recogida del material.
6. Vuelta a la calma mediante ejercicios de flexibilidad y relajación.
7. Comentar sus impresiones al final de la sesión acerca de la sesión llevada a cabo.
8. Comentar sus impresiones de cómo se está desarrollando el programa

**Distribución temporal (Secuenciación de contenidos y objetivos en las sesiones)**

Bloque Contenidos	JUEGOS Y DEPORTES					
Unidad Didáctica	APRENDE EL BALONMANO					
Sesión	1	2	3	4	5	6
Contenido	Toma contacto Balonmano	Reglas, Técnica, Táctica, Demarcaciones	Técnico-Táctica Individual	Técnico-Táctica Individual	Técnico-Táctica Grupal	Técnico-Táctica Grupal

Bloque Contenidos	JUEGOS Y DEPORTES					
Unidad Didáctica	APRENDE EL BALONMANO					
Sesión	7	8	9	10	11	12
Contenido	Examen, Trabajo, Hoja Observación	Situaciones Reducidas: 1x1, 2x 2	Desigualdades Numéricas Técnica-Táctica Colectiva	Igualdades Tec-Tac Colectiva	Superioridad Defensiva Inferioridad Ataque	Juegos Aplicativos

**Organización del alumnado**

- a. **Organización:** Debido al Bloque de Contenidos que estoy trabajando, Juegos y Deportes, dentro de este los Deportes Colectivos, permitiré al alumno una organización libre y autónoma, por tanto, utilizaremos una "Organización Formal".
- b. **Agrupamientos más habituales:** En este programa utilizaremos el Gran Grupo sólo y exclusivamente en las actividades de calentamiento. En la parte principal de las sesiones utilizaré subgrupos para actividades, para trabajar contenidos de táctica, y ejecuciones individuales en parte

principal para contenidos de técnica y en la vuelta a la calma, todo esto en función de las actividades a realizar. De nuevo en este programa los subgrupos siempre serán por intereses ya que por fortuna no hay ningún niño que sea discriminado y nunca hay problemas en este sentido.

- c. **Rutinas organizativas:** El lugar de reunión será la plataforma deportiva y como sistema de señales utilizaré mi voz y señales visuales.

### Recursos didácticos y medios y materiales a utilizar

El material utilizar en este programa será sobre todo balones de balonmano, en menor medida conos y platos, las porterías son fijas, los balones están en el almacén así que su transporte será muy sencillo, y lo tendremos siempre a mano por si hace falta algo en especial para un ejercicio y para subsanar imprevistos.

RECURSOS DIDÁCTICOS	INSTALACIONES-MATERIAL
<p>Hojas de observación</p> <p>Dibujos aclaratorios</p> <p>Planillas de evaluación para la última sesión</p>	<p>Pista polideportivas</p> <p>Gimnasio (en caso de lluvia)</p> <p>25 Balones de balonmano.</p> <p>Conos.</p> <p>Picas.</p> <p>Aros</p>

Las hojas de observación las utilizaremos para anotar las observaciones que veamos oportunas a lo largo de la unidad didáctica. Los dibujos aclaratorios, los emplearemos en caso de ser necesarios para resolver las dudas que surjan, no obstante, no se están empleando muy a menudo.

## **Posibles innovaciones curriculares o proyectos de investigación**

Con esta Unidad Didáctica comprobaremos si cumplimos los objetivos que me he propuesto al inicio de la misma tomándome como medio dos deportes colectivos como es el balonmano.

Al ser la primera vez que imparto Balonmano tendré en cuenta la progresión de aprendizaje de los estudiantes, su evolución en el tiempo. Como dije al principio al ser un deporte de cooperación-oposición, que el contexto es cambiante, se deben tener muy en cuenta por parte del alumno los Mecanismos Perceptivos, Decisionales y Ejecutivos.

## **Atención a la diversidad**

Los alumnos son diferentes entre ellos y este ha de ser el punto de partida de toda acción educativa, un alumno puede haber practicado toda su vida un deporte determinado y otro la primera vez que tiene contacto con el mismo. Respetar las diferencias y no convertirlas en desigualdades ha de ser un propósito básico en nuestras actuaciones. Intentar no marginar a nadie en ese sentido.

Debemos pretender una enseñanza que ha de ser integradora y ha de tener como finalidad proporcionar una formación común para todos los alumnos que favorezca la igualdad de oportunidades.

Se proponen las siguientes medidas de atención a la diversidad:

- La evaluación inicial estará presente para atender de forma operativa a la diversidad del alumnado.
- Diseñar actividades de refuerzo y ampliación que permitan que todos los alumnos y alumnas desarrollen sus capacidades.
- Las actividades propuestas deben respetar el ritmo de ejecución y aprendizaje de cada alumno-a.

- Para los alumnos-as más aventajados se les propondrán nuevos retos y también colaborarán en la ayuda de los menos aventajados.
- Para aquellos que tengan dificultades se les planteará progresiones más ajustadas a su nivel, disminuyendo la dificultad del gesto o utilizando un material alternativo para dar una mayor diversidad de niveles.
- Para el alumnado con problemas físicos que no puedan incorporarse a una actividad física normal, incluso con las medidas de atención reseñadas anteriormente, se les diseñara otras actividades acordes con sus posibilidades, tales como, colaboración en la organización y control de la clase, ayuda a los compañeros, diseño de sesiones prácticas, o ampliación de los contenidos conceptuales.
- La participación de alumnos y alumnas con discapacidad en las actividades propias de la clase, se puede llevar a cabo desde tres puntos de vista:
  - Los alumnos-as con una menor afectación motora, o porque sus capacidades intelectuales o/y sensoriales se lo permiten, se deben integrar en las actividades de carácter general.
  - Cuando la participación en todas las actividades con los demás compañeros se hace difícil, basta a veces con adaptar algunos elementos constitutivos del juego o deporte.
  - Cuando las discapacidades hacen difícil su participación en actividades comunes se deberán plantear alternativas con juegos y deportes específicos, en las que puedan encontrar idénticas sensaciones y motivaciones que el resto de sus compañeros.

## **Sistema de calificación. Criterios**

### **Criterios de evaluación**

- Practicar las habilidades específicas de carácter técnico, táctico y reglamentario del balonmano.

- Identificar sus reglas más importantes.
- Ser capaz de organizar y colaborar en las competiciones deportivo-recreativas.

### **Cuantitativamente los Criterios de Evaluación**

- Trabajo de las sesiones realizadas en clase: 10 %
- Examen Teórico: 30 %
- Observación de la Practica: 30 %
- Comportamiento/Actitud/Asistencia: 10 %
- Hoja Observación Partido Universidad Granada: 20 %

Respecto a los exentos en las prácticas, comentar que realizaron un diario de clase, en las sesiones que no pudieron realizar.

### **Título: Aprende el Balonmano. Sesiones Prácticas**

**Con carácter de entrenamiento extra curricular**

#### **SESIÓN 1ª: Toma de contacto al balonmano**

**Materiales:** Todos los balones

**Contenidos:** Manejo, Adaptación, Bote, y algo de Pase, Recepción

#### **Información inicial**

Adaptación del balón a la mano, se coge con la mano abierta y con los dedos para que no se caiga y tener mayor control, nunca con la palma de la mano.

Manejo, relacionado con lo que acabo de decir de adaptar el balón.

Bote, realización adecuada del gesto, no girar la mano al botar, sólo flexión de muñeca y no realizar pronación al botar porque es Doble Regate. Además, hacer hincapié en que no se debe botar tanto como en baloncesto por ejemplo ya que el ciclo de pasos es mucho mayor y podrían robarnos el balón.

Explicación breve de los tipos de pase y la manera de recepcionar con una o ambas manos (manos en triangulo, los índices y pulgares muy próximos y los

dedos abiertos).

El discurrir de la asignatura, la dinámica de la clase, la evaluación de la misma.

### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos

### **Parte Principal:** 30 min.

Ejercicios de Adaptación y Manejo del balón:

- Se coge el balón se deja caer y se recoge antes de que caiga al suelo sin que caiga.
- Con el balón adaptado se pasa de la parte posterior a la superior (rodando el balón por la mano) sin que se caiga y adaptándolo cuando llegue a la palma de la mano
- Pulso Gitano: por parejas: Ambos con el balón adaptado frente a frente, intentan quedarse con el balón en la mano y que el otro lo suelte.
- Mientras corremos pasamos el balón por todo el cuerpo, por la espalda, con bote entre las piernas cambiamos de mano...
- Lanzamos el balón hacia arriba y lo recogemos con una o ambas manos. Lanzamos el balón con la mano, con el hombro, con la cabeza, muslo...
- Por todo el campo realizamos botes, cambios de dirección y cada cierto tiempo introducimos una finta de lanzamiento para seguir botando (el balón no debe caer al suelo).

### **Ejercicios para la mejora del Bote:**

- Cada tres botes, se arma el brazo, realizando una finta de tiro y se vuelve a botar

- Cada 3 botes se pasa el balón entre las piernas con bote
- Cada 3 botes de balón se pasa el balón por la espalda y se sigue botando.
- Ahora sólo se bota cada 3 pasos (Ciclo de Pasos completo)
- Colocamos a la clase en dos grupos enfrentados. Uno en contra del otro, al cruzarse no se puede caer el balón (percepción de compañeros y no solo mirar el balón).
- Igual pero a la mitad de campo cambiar la mano de bote.
- Idem al anterior pero realizando Zig-Zag
- Ahora les decimos que al cruzarse intenten robar a los compañeros que vienen en dirección contraria sin que pierdan el control de su balón.
- Juego de "La Pilla", todos con balón, menos el que se la queda, que intentará tocar a los demás jugadores. Posteriormente introducimos la variante de que debe tocar el balón en vez de sólo tocar al jugador.

#### **Ejercicios introductorios al Pase-Recepción:**

- Por parejas pase y recepción por todo el campo, el pase se realizará con una mano, y se recibe con una o preferiblemente con las dos manos.
- Les pedimos que realicen todo lo anterior (pasar el balón por detrás de la espalda, dar un giro de 360º tras pasar, botar entre las piernas, realizar el ciclo de pasos antes de pasar, realizar una finta de pase...) antes de pasar al compañero que lo sigue por todo el campo
- Pase entre dos previo salto

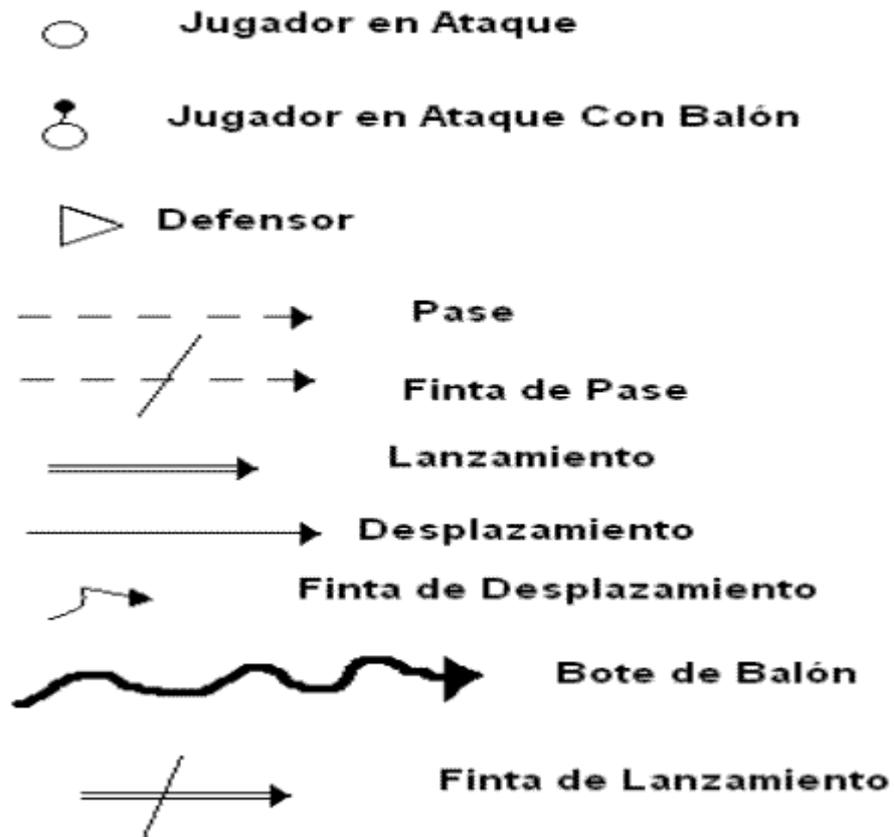
**Vuelta a la calma:** 5 min.

Estiramientos.

#### **SESIÓN 2ª: Reglas. Técnica. Demarcaciones. "Clase Teórica"**

**Contenidos:**

- **Reglas:** Resumen de las Reglas de la Real Federación Española de Balonmano, 17 reglas para ser exacto, dos, tres renglones por regla.
- **Simbología:** Están aquí representadas:



- **Demarcaciones y peculiaridades:**

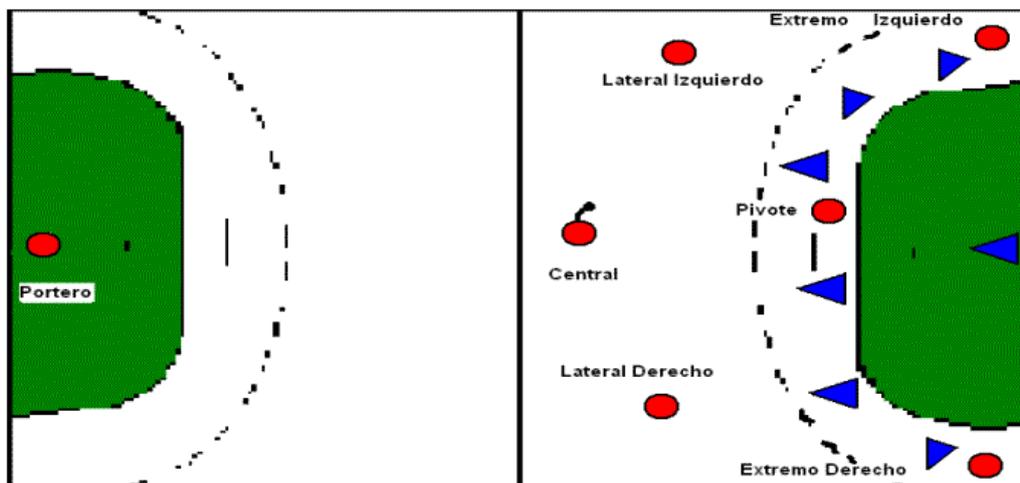
**Portero:** Suele ser de los más altos junto al Pivote, pero el portero es mucho más ágil y elástico, sobre todo de las piernas.

**Central:** Sería el número 10 en Fútbol o el base en Baloncesto, el creador y conductor del juego por excelencia, no es de los más altos pero depende. Jugador muy técnico y con gran visión de juego.

**Extremos:** Son los más pequeños del equipo, pero son muy rápidos, ágiles y técnicos para lanzar sin ángulo.

**Laterales:** Son los jugadores más potentes, muy fuertes, suelen lanzar más que el resto de jugadores.

**Pivote:** Es el que suele jugar de espaldas a portería, suelen jugar de espaldas a portería, se usan para abrir huecos en defensa y para esto suelen usar los bloqueos.



## Técnicas: Individuales y Colectivas

### a. Individuales en Ataque

- Manejo y Adaptación: Adaptación del balón a la mano, se coge con la mano abierta y con los dedos para que no se caiga y tener mayor control, nunca con la palma de la mano
- Bote: Mediante una extensión de muñeca, realización adecuada del gesto, no girar la mano al botar, sólo flexión de muñeca y no realizar pronación ni adaptar porque sino es "doble regate" y es falta. No botar en exceso pues esto no es Baloncesto ya que te pueden robar más fácilmente, aprovechar los 3 pasos que nos da el Ciclo de Pasos.
- Fijar a un oponente: Que nos marque para facilitar la acción del compañero y que no intercepte el pase al mismo.
- Ciclo de Pasos: Aparte del que tenemos para parar tenemos 3 pasos antes de tener que botar el balón.

Podemos adaptar el balón una vez pero ya no podremos volver a botar el balón, solo pasar, avanzar o lanzar; podremos regatear a un oponente

pero botando el balón, no con el balón "adaptado en la mano", sino sería "doble regate"

- Pase y Recepción: Explicar los tipos de pase (impulsión, pronación, clásico, en suspensión, picado...) y la manera de recepcionar con una o ambas manos (manos en triangulo, los índices y pulgares muy próximos y los dedos abiertos).
- Fintas: De pase, lanzamiento y desplazamiento, consiste en un "falseo" de las intenciones del jugador, en hacer una cosa y que el oponente crea que hagamos lo contrario.
- Lanzamiento: Tipos (Clásico, en Suspensión, de Cadera, con Rectificado, con Efecto o Liftados...) y la forma adecuada de lanzar, cuanto mayor distancia recorra el brazo, mayor fuerza imprimiremos.

b. **Individuales en Defensa**

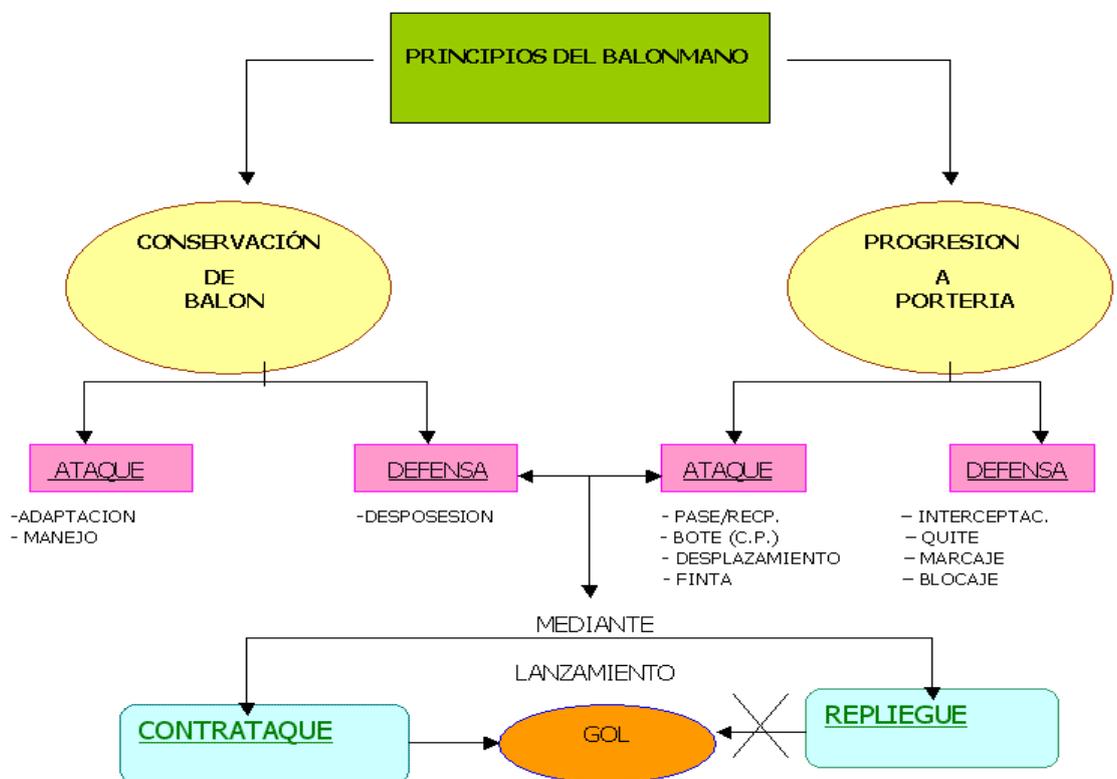
- Quite: Consiste en robar el balón cuando el atacante bota o realiza un pase
- Blocaje: Detener el lanzamiento por colocando los brazos juntos por encima de la cabeza.
- Posición de Base: Marcaje del adversario, posición adoptada para controlar al oponente.

c. **Colectivas en Ataque**

- Penetración Sucesiva: Ataque ininterrumpido, si no se puede lanzar a portería se vuelve a pasar al compañero.
- Pase y Va: Pared
- Bloqueo: Colocarse en la trayectoria del defensor para interrumpir su desplazamiento y así crear un espacio.
- Cruce: Cruce entre dos compañeros que se pasan el balón por detrás.

**d. Colectivos Defensa**

- Bascular: Desplazamientos Colectivos de los defensores en función de dónde esté el balón y oponentes.
- Ayuda: Una vez se sobrepase a un compañero defensor, intentar frenar al atacante.
- Cobertura: Colocación cercana a el compañero que defiende por si es sobrepasado por un atacante.
- Video: Les expuse varias acciones en la televisión para que pudiesen ver como se llevan a cabo en la práctica, no les quise poner un partido entero porque veremos uno en breve, lo explico en "Observaciones".



- MEDIOS GRUPALES ATAQUE:
- PENETRACIÓN SUCESIVA
  - CRUCE
  - BLOQUEO
  - PASE Y VA

- MEDIOS GRUPALES DEFENSA:
- BASCULACIÓN
  - COBERTURA/AYUDAS

### **SESIÓN 3ª: Contenidos Técnico Tácticos Grupales e Individuales: Pase, Técnica de Defensa Individual y Técnica de Ataque Individual**

**Contenidos:** Pase, Lanzamiento, Medios de Defensa, de Ataque...

#### **Información Inicial:**

Nociones de cómo va a transcurrir la clase, explicar la manera general de defensa individual y en menor medida la del ataque.

#### **Sesión:**

**Calentamiento:** 15 min, Todo con balón y a partir de hoy siempre con él.

Una vuelta trote suave. Carrera con movilidad articular. Estiramientos

- Que ruede el balón por el suelo y pasarlo entre las piernas, cambiarlo de dirección, con ambas manos...
- Por parejas pase y recepción por todo el campo, el pase se realizará con una mano, y se recibe con una o preferiblemente con las dos manos.
- Por parejas, pase y recepción con vista al frente (se gira el tronco o se realizará Pase en Pronación), se realizará con ambas manos porque a la vuelta el compañero está al otro lado del campo.
- Pase al compañero tras realizar varios pasos (menos de 3) con la pierna adelantada

#### **Parte Principal:** 40 min

- Dividimos la clase en dos grupos enfrentados, les pedimos a los alumnos que a la vez que se aproximan y alejan realicen pases al compañero dependiendo de la distancia.
- Por parejas, hacer lo que haga el compañero, pero de frente para mejorar la Posición de Base.
- Igual, pero realizamos un Blocaje

- Igual pero bajamos el brazo que el compañero arma, debemos agarrarlo por el codo mas o menos y la otra mano a la cintura.
- La trenza: se pasa el balón y se va al lugar del que se ha pasado, por tríos.
- Pases en Grupos de 4-5 personas, realizan una forma geométrica. Variantes: Se cambia la dirección y el tipo de pase, se corre de espaldas, introducimos acciones Pre y Post pase, tales como dar un giro de 360°, voltereta, sentadilla, flexión...
- Rondo, se la queda una persona y los demás deberán pasar rápido sin que intercepte el defensor. Grupos de 5 personas. Introducimos variantes como: varios defensores, se puede pivotar
- 4 contra 1 más portero, en cuatro campos, se realizan pases entre los atacantes (Penetración sucesiva) hasta que un atacante crea conveniente atacar y se juega un uno contra uno y se lanza a portería. Se cambia de rol.
- Demostración de por qué jugar en anchura, fijar y que la defensa se pegue a la línea.
- Se juega un 3 contra 2 más portero teniendo en cuenta lo que el profesor acaba de explicar.

**Vuelta a la calma:** 5 min

Estiramientos.

### **SESIÓN 4ª: Contenidos de Ataque Grupales e Individuales: Pase y va y Lanzamientos**

**Materiales:** Todos los balones, 10 picas, y 12 conos.

**Contenidos:** Pase y va, lanzamientos. En menor medida bote y fintas

#### **Información Inicial:**

Explicué sobre todo los conceptos como fijar al defensor, la manera de la lanzar, la progresión a portería, actuaciones del atacante según actúe el defensor...

También al defensor a colocarse en la línea de pase atacante, y para solucionarlo a los atacantes continuar con el balón o realizar una finta de pase. Importante jugar en Anchura para crear espacios en ataque.

### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

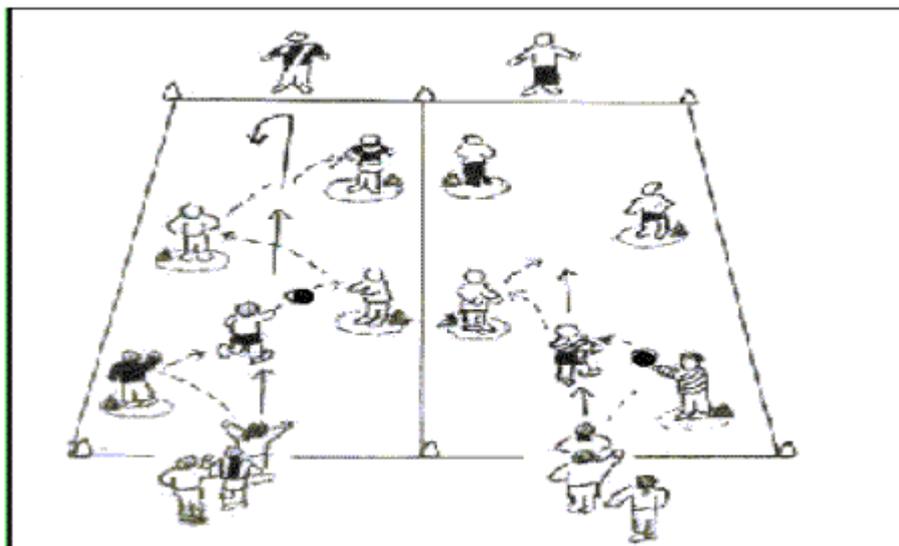
Estiramientos.

**Parte Principal:** 30 min

### **Calentamiento Específico:**

- Pases por parejas por todo el campo, libertad a la hora de realizar el ciclo de pasos, libertad de acciones técnicas... Pases por parejas realizando 3 pasos además del de recepcionar el balón antes de pasar al compañero.
- Se realizan un par de pases por parejas por todo el campo, al primer toque ambos. Luego ciclo de pasos y se pasa al compañero. *Variante:* Idem pero tras realizar el pase, el futuro receptor realiza un movimiento explosivo.
- Paredes consecutivas, pases al primer toque ambos jugadores, ida y vuelta a lo largo del campo. Intentamos que no se choque el balón con otras parejas y que estén atentos para no chocarse con otros compañeros.
- Introducimos un oponente pasivo, el cual será un obstáculo (pica). Realizamos pases y va a lo largo del campo. Deben de realizar el ciclo de pasos hasta llegar al cono y ante este (fijación adversario) pasar la bola para recibirla y hacer lo mismo ante el siguiente cono. Se usan ambos brazos, diferentes tipos de pases... Finaliza la jugada el jugador del centro con un lanzamiento a portería.

*Variante:* salen por tríos y se realiza un pase a cada lado  
*Variante 2:* dos pases y va consecutivas a un lado y luego ídem al otro.  
*Variante 3:* Igual pero ahora se realiza el pase y va con tareas intermedias, tales como giro de 360°, o saltar un cono...  
*Subvariante:* Podemos introducir otros movimientos de coordinación



- Se introducen dos alumno en lugar de las picas que ahora será oponente semiactivo, el pase y va se realizará al lado que se quiera, ya que siguen atacando en tríos  
*Variante:* Se realiza una finta de pase ante el defensor y se pasa al compañero del otro lado.
- Igual pero ya pueden defender activamente y con intensidad a los atacantes, pero introducimos la regla de que éstos actúan solo en una zona, no podrán avanzar más de 2 pasos hacia delante o atrás, sí lo podrá hacer lateralmente
- Igual que el anterior pero ahora el atacante parte desde la posición de pivote, es decir un jugador sale al inicio del campo y otro desde la mitad del mismo, por lo que el pivote deberá desmarcarse para recibir el balón. Se juega un 2 contra 2.

- Se juega un 2 contra 1, si se quiere se puede realizar pase y va adversario con portería de conos, es decir, un 2 contra 1 sin un espacio delimitado para sobrepasarle y debe derribar el cono sin pisar el área.
- Partido con dos equipos en el que un jugador solo puede dar un toque (por ejemplo, el pivote). Se cambia de rol tras varias jugadas. Lo demás es normal.
- Partido normal, si se realiza un pase y va tanto en profundidad como en anchura en la misma jugada que se consigue el gol, vale por dos puntos.

**Vuelta a la calma:** 5 min.

Estiramientos.

### **SESIÓN 5ª: Técnico Táctica Individual**

**Materiales:** Balones, picas, aros, conos.

**Objetivos:** Fintas (principalmente de desplazamiento), Lanzamientos, Bote.

#### **Información Inicial:**

Explicar el concepto de Finta: Falseo de Intenciones, amago.

Explicar tipos y la forma idónea de realizar la finta de desplazamiento.

Aproximación al defensor, cambio de dirección y movimiento explosivo.

Explicar tipos de lanzamientos ante defensor.

#### **Sesión:**

Calentamiento 15 min. Todo con balón

Una vuelta trote suave

Carrera con movilidad articular

Estiramientos.

#### **Calentamiento Específico:**

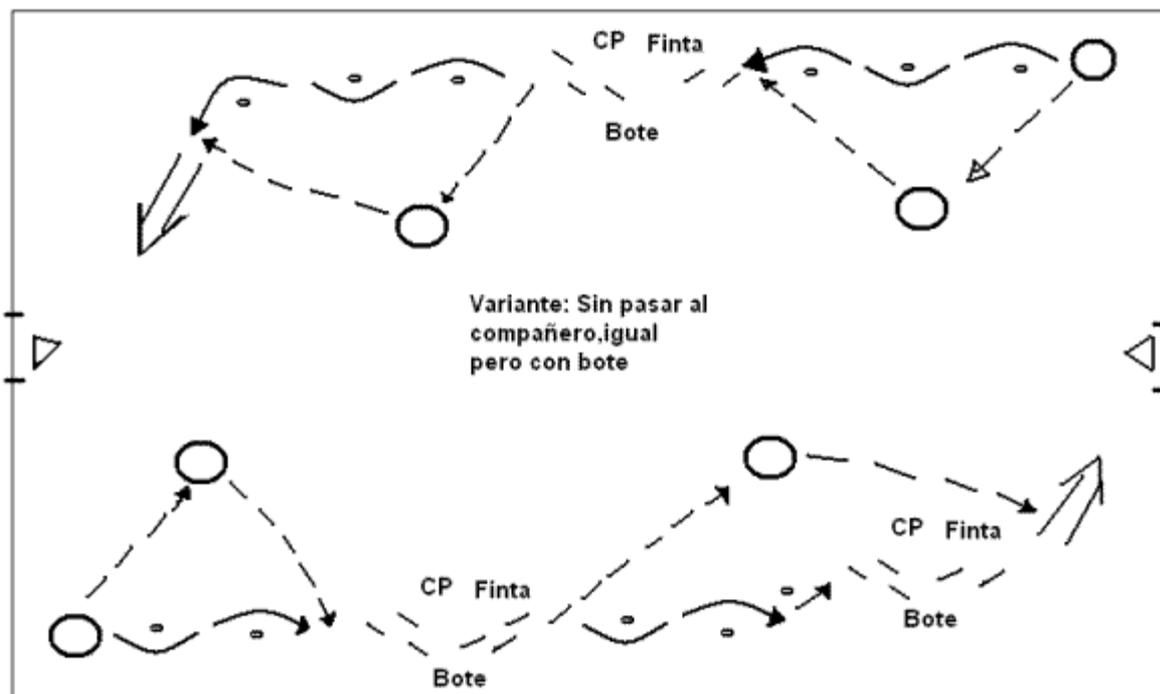
- Pases por parejas
- Pase tras realizar el ciclo de pasos (3 pasos)

- Les pedimos que realicen todas las acciones técnico-tácticas (pasar el balón por detrás de la espalda, dar un giro de 360° tras pasar, botar entre las piernas, realizar el ciclo de pasos antes de pasar, realizar una finta de pase...) antes de pasar al compañero que lo sigue por todo el campo.
- Enfrentados, toda la clase, realizan bote y se cruzan unos con otros hasta llegar a la pared contraria.
- *Variante:* Igual al anterior, pero se cambia de mano a la mitad del campo  
*Variante:* Igual al anterior, pero intentamos robar y no perder nuestro balón
- Bote por las líneas del campo

### **Parte Principal:** 40 min

- No colocamos en la disposición que se ve en el dibujo de Carrera de relevos en estático, pero el balón se pasa de "mano a mano" intentando que no caiga al suelo, el último en pasar corre al primer puesto, el ejercicio sería similar a una cadena.
- Carrera de relevos de adaptación, se pasa de "mano a mano", solo se puede usar una mano, mientras se corre se va botando el balón. El balón no debe caer al suelo
- Carrera individual toda la clase, con bote, ida y vuelta.
- Circuito, con aros para marcar el ciclo de pasos y con conos para realizar el zig-zag, este ejercicio consiste en una progresión de los mismos, similar a la sesión anterior de pase y va:
  - a. abajo. Y realizamos el circuito, pase a compañero situado en la zona central del campo, zig-zag, recepción, se pisa donde indican los aros, bote, finta (pase o desplazamiento), ciclo de pasos, y se repite este ciclo, pase, zig-zag, recepción, se pisa donde indican los aros, bote, finta (pase o desplazamiento) y ciclo de pasos. Una vez se haga se pasa al otro lado, debemos exigir dinamismo.

- b. Igual que el anterior pero se realiza sin pasar al compañero, es decir, bote con zig-zag, se pisa donde indican los aros, bote, finta (desplazamiento), ciclo de pasos, y se repite este ciclo, zig-zag, se pisa donde indican los aros, bote, finta (desplazamiento) y ciclo de pasos. Una vez se haga se pasa al otro lado.
- c. Igual al ejercicio a), pero se realiza un lanzamiento a puerta. Introducimos un portero.
- d. Igual al ejercicio b), pero se realiza un lanzamiento a puerta. Introducimos un portero.
- e. Igual que el anterior pero introducimos un oponente pasivo antes de lanzar.
- f. Igual al anterior pero ahora el oponente es semiactivo, es decir, le damos al defensor una pica y cuando se acerque el atacante, éste deberá responder a lo que haga el defensa. Por ejemplo, le decimos al defensa que, con la pica, la mueva hacia la izquierda, por lo que el atacante deberá fintar e ir a la derecha. Las variables son: Pica a izquierda (finta y ataque a la derecha), igual a la derecha (finta y ataque a la izquierda), el defensa se agacha (se lanza en suspensión), el defensa abre las piernas (se bota entre medio de ambas) y el defensor se queda quieto (el ataque puede ir a cualquiera de los dos lados)
- g. Igual a los anteriores, pero introducimos un defensor activo.



- Se elimina el circuito y a lo largo del campo, colocamos los conos para que el ataque realice zigzag, con bote para encarar a un defensor y lanzar a puerta. Intentar que el ataque realice fintas de desplazamiento o lanzamiento.
- Igual al anterior, pero ahora introducimos tareas intermedias antes de encarar al defensor, por ejemplo, Pase a compañero (que no ataca, solo recibe y pasa), saltos de bancos suecos y 1 contra 1 más portero.
  - Partido.

**Vuelta a la calma:** 5 min

Estiramientos.

### **SESIÓN 6ª: Medios Técnico Tácticos Grupal de Ataque y defensa**

**Materiales:** Todos los balones.

**Contenidos:** Medios colectivos de de Ataque y defensa. Respecto a contenidos individuales: Bote, Lanzamientos, Fintas.

### **Información Inicial:**

Explicar la variedad de fintas, tanto pase, lanzamiento y desplazamiento.

Explicar tipos y la forma idónea de realizarlas.

Explicar tipos de finalización ante portero.

Explicar aspectos importantes del juego de ataque colectivo: fijar y jugar en anchura

Situaciones de 2x1, 2x2, 3x2.

### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos.

- Les pedimos que realicen todas las acciones técnico-tácticas (pasar el balón por detrás de la espalda, dar un giro de 360º tras pasar, botar entre las piernas, realizar el ciclo de pasos antes de pasar, realizar una finta de pase...) antes de pasar al compañero que lo sigue por todo el campo.
- Pase entre dos previos saltos y al pasar lo realizan en suspensión también, es decir se recibe el balón y se pasa en el aire.
- Botan todos los alumnos en las áreas de portería, no se pueden salir de ella, mientras tanto intentarán que su pareja les robe el balón. Cuidado al chocar con los demás alumnos que hay también en el área.
- Iniciación al 2x1. Por Tríos, pases entre dos, el otro alumno intenta robarles el balón, no hay restricciones.

### **Parte Principal:** 30 min

Cambios de rol en todos los juegos

- Establecemos un circuito, con zig-zag, saltos, pases y recepciones... para que al final del mismo se realice una situación de 1x0, es decir, el atacante intentará marcar gol al portero.

- Igual al anterior pero ahora introducimos un oponente semiactivo, es decir, le damos al defensor una pica y cuando se acerque el atacante, éste deberá responder a lo que haga el defensa. Por ejemplo, le decimos al defensa que con la pica, la mueva hacia la izquierda, por lo que el atacante deberá fintar e ir a la derecha. Las variables son: Pica a izquierda (finta y ataque a la derecha), igual a la derecha (finta y ataque a la izquierda), el defensa se agacha (se lanza en suspensión), el defensa abre las piernas (se bota entre medio de ambas) y el defensor se queda quieto (el ataque puede ir a cualquiera de los dos lados)
- Igual al anterior, pero eliminamos el circuito y sólo introducimos un zigzag inicial, además ahora el oponente es activo e intentará robar el balón. 1x1
- 2x1 sin reglas, medio campo, los demás esperan.
- Igual, pero se juega un 2x2, en las cuatro porterías de la pista
- Partido normal.

**Vuelta a la calma:** 5 min.

Estiramientos

Comentarios sobre la sesión.

### **SESIÓN 7ª: Examen Teórico**

**Contenidos:** Clase Teórica: Examen. Trabajo Individual Voluntario, Trabajo Individual Obligatorio y Hoja de Observación del Partido Universidad de Granada.

#### **Información Inicial. Clase Teórica:**

- **Trabajo Voluntario:**  
Memoria de las Sesiones Prácticas hasta la Fecha.
- **Trabajo Obligatorio:**  
Respecto al Contenido del trabajo, pensé que individualmente desarrollaran los siguientes temas, algunos alumnos repitieron el

tema, porque no había un tema específico para cada uno, fueron propuestos al azar.

1. Temas:

Pase

Recepción

Manejo y Adaptación

Quite e Interceptación

El Ataque

La Defensa

Lanzamiento

Pase y Va

Bote

Fintas (Desplazamiento, Pase y Lanzamiento).

El Contraataque

Repliegue

Blocaje

El portero

2. Guión:

Introducción

Concepto

Objetivos Generales y Específicos

Representación Gráfica

Tipos. Clasificación

Propuesta Práctica.

Bibliografía.

• **Hoja de Observación del Partido de la Universidad de Granada de Balonmano:**

Explicué lo que tienen que rellenar para el que no fuese lo comprendiese y el que asistiera lo terminase de rellenar

1. Antes del partido: Calentamiento, Estiramientos, órdenes del entrenador...

2. Sistemas de Ataque empleados: El habitual y el ocasional
3. Sistemas de Defensa empleados: El habitual y el ocasional
4. Su representación grafica y las Demarcaciones.
5. DESPUÉS DEL PARTIDO: Resultado, incidencias...
6. COMENTARIOS SOBRE EL AMBIENTE DEL PARTIDO: La gente, afluencia de público...
7. OPINIÓN ACERCA DEL PARTIDO: si les gustó o no el encuentro.

### **SESIÓN 8ª: Situaciones Reducidas de Ataque y defensa: 1x1 2x2**

**Contenidos:** Pase, Lanzamientos, fijación, marcaje...

#### **Información Inicial:**

Anchura, Profundidad, Ataque en Vertical, Fijación del par e impar...

#### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

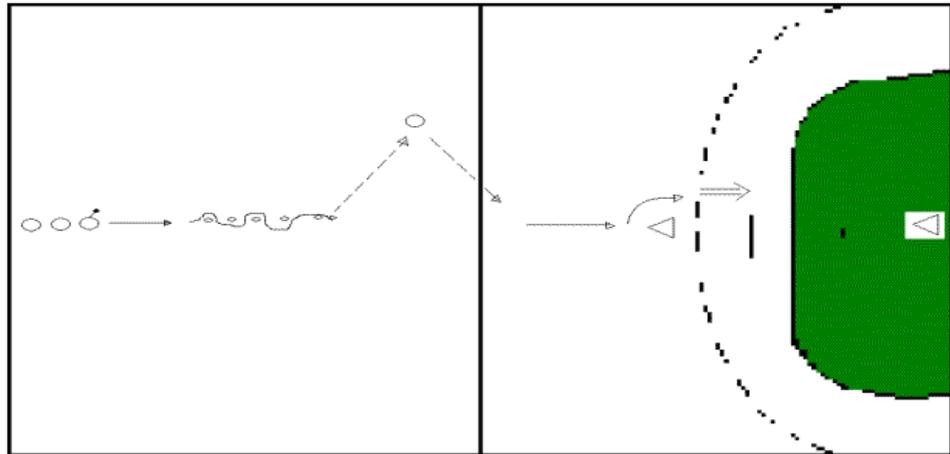
Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos.

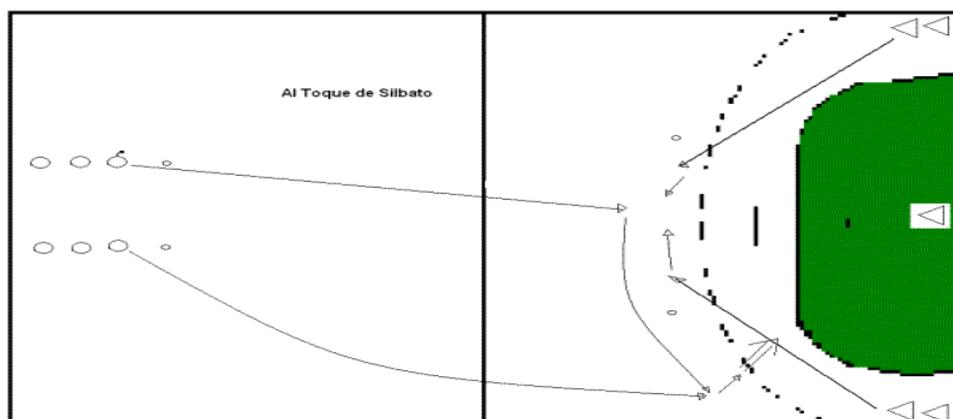
#### **Parte Principal:** 30 min.

- Circuito en le que realizan un pase a compañero, zig-zag, salto y reciben el balón para encarar a un defensor y un portero, es decir un 1x 1 con portero.  
*Variante:* Igual pero las acciones de zig-zag y salto las realiza con balón y el pase lo realiza después de esto para recibir casi delante del defensor y jugar un 1x 1, es decir, habilidad individual, más pase y va para realizar un 1x 1 con finalización a portería.



- Realizamos un circuito en con desplazamientos, cambios de dirección... en el que se realiza para terminar un 2 x 1 con portero.
- Igual pero ahora realizamos la siguiente distribución: Al pitido de silbato los defensores corren a colocarse en posición de defensa y los atacantes comienzan su ataca (que la situación sea lo más real posible) y se juega un 2 x 2 con portero.

*Variante:* Se establecen unos conos en los que los defensores no pueden atravesar y solo pueden entrar los atacantes, esta regla se introduce para que el ataque se realice en Anchura, el poseedor ataca al espacio entre los dos defensores y si tiene oportunidad de lanzar a puerta lo hace, si no es posible, pasa al jugador que está en uno de los dos extremos.



- 3x 2 en posición ya de ataque, se realizan penetraciones sucesivas, hasta que uno de los tres jugadores vea oportuno que puede penetrar y lanzar a portería sin demasiada oposición, Intentamos que trabajen la Penetración Sucesiva.
- Partido normal.

**Vuelta a la calma:** 5 min

Estiramientos.

### **SESIÓN 9ª: Desigualdades numéricas**

**Profesor:** Fernando Calahorro Cañada

**Contenidos:** Desigualdades numéricas en defensa y ataque, superioridad atacante.

**Información Inicial:** Ninguna.

#### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos.

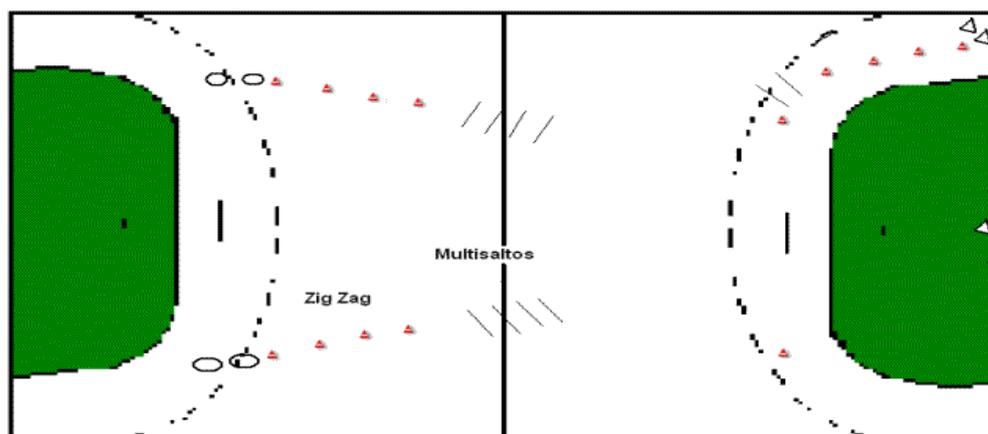
#### **Calentamiento aplicado:**

Pase por parejas enfrentadas, variando las distancias y tipos de pase

*Variante:* Entre ambos colocamos un defensor que deberá interceptar el pase.

#### **Parte Principal:** 30 min

- Situación de 2 x 1 más portero, se inicia con 1 pase al compañero y unas tareas intermedias para acabar en 2 x 1 con zona delimitada a lo ancho.



- 3 atacantes contra 2 defensores, que actúan como 2 porteros, no podrán salir del área de portería, mientras tanto los de fuera se pasan el balón y lanzan cuando lo crean conveniente, cada 3 jugadas y cambio de Rol.  
*Variante:* Cada vez que no se consiga Gol se cambia de rol.  
*Variante 2:* Si resulta muy fácil conseguir gol, disminuimos la portería (con conos), o colocamos un par de conos que han de derribar o les pedimos que para conseguir gol han de lanzar el balón al poste.  
*Variante 3:* 5 Pases Máximo antes de lanzar a portería.
- Situación simulada de 3 contra 2
- Situación simulada de 4 contra 3, con defensa semiactiva pero no se ataca, me explico, se realizarán "Penetraciones Sucesivas" (Explicar Movimiento de Pistón). Deberán realizar el pase, desde un extremo al otro y realizar ataque al hueco que hay libre, para que cuando se tenga la ocasión clara (ya que estamos en superioridad) se lance a portería.  
*Variante:* Introducimos un pivote, y se sigue jugando un 4x3 Dos equipos, al comienzo es un 1x1 y en cada ataque se introduce un jugador del equipo que ataca, es decir, se produce un ataque en superioridad y luego en igualdad de condiciones. Se produce un 1x1, 2x1, 2x2, 3x2...
- Partido con zonas prohibidas, que son aros colocados en el suelo.
- Partido normal.

**Vuelta a la calma:** 5 min

Estiramientos

Ejercicios de Soltura.

### **SESIÓN 10ª: Igualdades Numéricas**

**Profesor:** Fernando Calahorro Cañada

**Contenidos:** Igualdades Numéricas, condiciones de ataque y defensa en igualdad, situaciones reducidas de juego, 3 x 3 hasta 7 x 7.

#### **Información Inicial:**

Remarcar Jugar en Anchura y Profundidad.

#### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos.

#### **Calentamiento Aplicado:**

- Por parejas, pases entre ambos, todos los alumnos dentro del área de portería, en las cuatro, se puede botar y cuando se estime conveniente se pasa el balón, pero sin golpear a nadie y sin que se vaya fuera.
- Los introducimos ahora a todos en un rectángulo en la zona central, en comparación más pequeño que las 4 áreas de porterías juntas.

#### **Parte Principal:** 30 min

- 2 defensores contra 2 atacantes, por todo el campo, pases entre ellos.  
*Variante:* Máximo número de pases entre atacantes en 1 minuto  
*Variante 2:* No se puede botar  
*Variante 3:* Zona restringida que no pueden pisar los atacantes ni defensores.

- 2 contra 2, los defensas no pueden salir del área de portería, los atacantes no pueden entrar en el área ni salir del área de 9 metros (línea discontinua). No hay porteros, cada 3 jugadas y cambio de Rol.  
*Variante:* Cada vez que no se consiga Gol se cambia de rol.  
*Variante 2:* Si resulta muy fácil conseguir gol, disminuimos la portería (con conos), o colocamos un par de conos que han de derribar o les pedimos que para conseguir gol han de lanzar el balón al poste.  
*Variante 3:* 5 Pases Máximo antes de lanzar a portería. Explicar que han de Recibir y lanzar en Movimiento. Lanzar en suspensión. Movimiento de Pistón.
- 3 x 3, en una portería, cambios de rol
- 4 x 4 en una portería.  
*Variante:* Introducimos un Pivote
- Partido en el cual en los extremos colocamos conos, solo pueden entrar en esta zona los atacantes, para los defensores será una zona prohibida.
- Partido normal, pero en los extremos colocamos conos, si se consigue gol desde esta zona, vale por dos goles.
- Partido normal.

**Vuelta a la calma:** 5 min

Estiramientos.

### **SESIÓN 11ª: Desigualdades en defensa, superioridad defensiva**

**Contenidos:** Conocer las técnicas y tácticas de las Desigualdades numéricas, superioridad defensiva. Disfrutar de Juegos aplicados al Balonmano

**Información Inicial:** Ninguna.

#### **Sesión:**

Calentamiento 15 min

Dos Vueltas a la pista

Carrera con movilidad articular de los segmentos implicados en la sesión (en este caso miembro superiores e inferiores especialmente)

Estiramientos.

### **Calentamiento Aplicado:**

- Dos equipos, en las cuatro esquinas se colocan balones que cada equipo deberá llevar a su zona e intentar que no les roben los suyos. Se deberá transportar el balón con bote y se pueden quitar, pero de manera reglamentaria.

*Variante:* Se pueden transportar varios balones a la vez

*Variante 2:* Se puede realizar pases entre los integrantes

### **Parte Principal:** 30 min

Superioridades en Defensa

- 2 Defensores contra 1 Atacante
- 3 Defensores contra 2 Atacantes
- 4 Defensores contra 3 Atacantes

*Variante:* 1 de los 4 Defensores hace de avanzado (defensa mixta) contra los 3 Atacantes

- Partido 7 x 7 en una pista y 8 x 8 en la otra

### **Vuelta a la calma:** 5 min.

Estiramientos.

## **SESIÓN 12ª: Juegos Aplicativos**

Calentamiento 15 min

Movilidad Articular

Estiramientos.

### **Calentamiento Aplicado:**

Dos equipos, en las cuatro esquinas se colocan balones que cada equipo deberá llevar a su zona e intentar que no les roben los suyos. Se deberá transportar el balón con bote y se pueden quitar, pero de manera reglamentaria.

*Variante:* Se pueden transportar varios balones a la vez

*Variante 2:* Se puede realizar pases entre los integrantes

**Parte Principal:** 30 min.

- Partido 5 x 5, las porterías son aros que se ha de introducir el balón dentro
- Balón al pozo: Partido con aros que se mueven, al final de la pista, Baloncesto móvil. Se puede mover el jugador del aro por todo el exterior al final del campo, pero no puede avanzar, en la zona prohibida no pueden entrar los demás jugadores.
- *Variante:* Se ha de marcar gol introduciendo el balón en el aro y la portería, por lo que el jugador que sujeta el aro debería estar dentro y mover el aro allí.
- *Variante 2:* Puede ser el siguiente juego, el de limitar 2-3 zonas del campo en las que se juega un 2x2 o 3 x 3.
- Partido delimitando el campo, un 3 x 3 o 2x2 en cada zona, y no se puede salir de esa zona.
- Partido con multiporterías: las 4 porterías, niños y niñas a la vez.
- Partido de la Mano
- Partido con dos Balones

**Vuelta a la calma:** 5 min.

Estiramientos.

Propuesta y conclusiones finales

Para plantear un enfoque de enseñanza, creemos que primero hemos de analizar a quien vamos a enseñar el deporte y las características del mismo.

Teniendo muy en cuenta esto, proponemos unas pautas para proceder a enseñar balonmano.

Nuestra filosofía de enseñanza es la de crear un jugadores preparados. para actuar contra cualquier adversidad, hacer que el jugador sepa desenvolverse según las circunstancias del juego y no actuar con estructuras mecánicas, ya que actualmente el juego se basa en la percepción, toma de decisiones y ejecución ya que es una habilidad abierta (los estímulos son cambiantes y no fijos como por ejemplo en atletismo) y ante esto debemos trabajar con nuestro alumnos, no un comportamiento fijo, sino que actúen mediante percepción, decisión y ejecución, la ejecución es el último eslabón de la cadena, quizá bastante importante, pero si no se articula bien con los otros no sirve de mucho, ya que habría multitud de ejecuciones distintas, pero en cambio si con los otros dos se procede correctamente, es decir, observamos la multitud de cambios que ocurren en el juego y actuamos consecuentemente, no sería necesario actuar con unos patrones ejecutivos perfectos, eso lo irán forjando poco a poco, además no es lo que buscamos en este periodo. Teniendo en cuenta esto debemos de plantear las sesiones. Esto se consigue con una gran variabilidad y con ejercicios globales (en todos los espacios del terreno, con oponentes, con una mano, con otra, de lo simple a lo más complicado...).

En nuestros ejercicios debemos de plantear unos problemas, unas adversidades ante lo cual el alumno ha de buscar unas soluciones a éstos, mediante el cual ellos mismos descubrirán cómo actuar mediante su propia experiencia y con libertad de decisiones y nosotros sólo intervendremos en los casos necesarios y cuando lo hagan bien, los reforzaremos en consecuencia. Por tanto nuestro método será intermedio entre el mando directo y el descubrimiento guiado, siendo éste último predominante.

Debemos buscar la formación a largo plazo (sobre todo desde el punto de vista técnico-táctico), la técnica como ayuda de la acción táctica, el aprendizaje respecto a la perfección mediante la interacción del sujeto y el entorno, la enseñanza como

un periodo continuo, mediante experiencias, que jugar bien no se trata de algo individual, sino del equipo, el crear mentes pensantes en vez de autómatas, trabajar los encadenamientos...

Progresivamente iremos introduciendo manejo de balón, adaptaciones, pases, lanzamientos, recepciones, pases y va..., pero englobándolo en el 1x0, 2x2 y así sucesivamente, de lo fácil a lo difícil. Otro aspecto a destacar es de desarrollar tareas de coordinación, flexibilidad, equilibrio... aparte de las propias del balonmano.

Fomentar tanto la defensa como el ataque, ya que estas edades los alumnos tienden a atacar y cuando les toca defender no se entregan tanto, por lo que debemos primar este aspecto para buscar un equilibrio. Salvo excepciones no habrá árbitros, ellos mismos dictarán cuando procede cada cosa.

A nuestros alumnos no deberíamos prepararlos analíticamente, aunque esto no quiere decir que no empleemos en nuestras sesiones algunos ejercicios más analíticos de la cuenta para la comprensión de algún gesto, pero no tendrán el mismo peso que los otros, además luego podemos incluirlas en el juego para que ellos mismo vean a través del juego su mejora. Básicamente en el juego adaptado a ellos: El Mini balonmano.

Debemos actuar progresivamente, desde ejercicios de menor a mayor complejidad, aumentando el número de estímulos a tener en cuenta, para que poco a poco el alumno vaya dando pasos a su propia formación. Otro aspecto a considerar es el de que sea con pocos alumnos, es decir, que gocen de una mayor participación entre ellos, en espacios adecuados a sus características morfológicas, sobre todo pequeños espacios, ya que cuando les introduzcamos en mayores espacios les será más sencillo. No debemos especializar a ningún alumno en un solo sitio específico a pesar de tener las características antropométricas y físicas perfectas para ese determinado puesto, ya que estaríamos limitando su formación y esto a largo plazo será negativo en vez de positivo.

Debemos variar los elementos invariables del juego, como son el balón (diferentes formas, pesos, tipos... para que tengan multitud de experiencias con ellos); los espacios (grandes, pequeños, estrechos, con obstáculos... para que sepan como actuar en todas las circunstancias del juego); las porterías (más altas, estrechas, bajas, un cono, un palo... para que aumente su precisión y aumente su experiencia formativa); los oponentes (variar sus reacciones y comportamientos, variar su número, limitarlos en sus funciones ... para variar las conducta y así se adapten los adversarios); las reglas (para así adecuarlas a los objetivos que nosotros queramos fomentar); los compañeros (que sean colaboradores, apoyos, estáticos/dinámicos, que cambien de roles ...)

Cuando nuestro proceso educativo haya culminado, debemos de haber conseguido que nuestros alumnos posean unas las intenciones tácticas individuales, grupales y colectivas claras para el beneficio del juego colectivo:

### **Las Individuales**

El jugador sin balón: favorecer y servirse de la acción del poseedor mediante petición de balón y desmarque, fijación del oponente y obstrucción del adversario.

Por parte del poseedor (protección del balón) puede progresar y/o lanzar, desbordar a su oponente directo (desequilibrio) y colaborar con el compañero (relacionarse).

Ambos han de falsear y alternar intenciones para que no se sepa cuando y cómo van a actuar

### **Grupales y/o colectivas**

Por supuesto el fomento de los medios simples (circulación de jugadores y circulación de balón) y los medios básicos (pase y va, penetración sucesiva, cruces, bloqueos...) para resolver los problemas que supongan los adversarios.

Evidencia fotográfica

## PREPARANDO LAS SESIONES DE BALONMANO





**PREMIACIÓN DEL CAMPEONATO DE BALONMANO**





