



CUADERNO DE TRABAJO

EDUCACIÓN FÍSICA

I.E.S. CIUDAD DE LAS CABEZAS

1º E.S.O.

Ficha nº : 14

Información

BODIBOL Y BALPIMANO

DINÁMICA DEL JUEGO

Se juega entre dos equipos de 6 jugadores (3 chicas y 3 chicos). El equipo en posesión del balón es el equipo atacante, el otro el defensor.

El objetivo del equipo atacante es avanzar mediante sucesivos pases del balón entre sus jugadores hasta marcar gol al equipo contrario

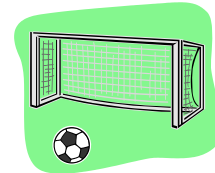
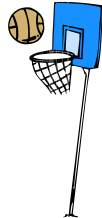
El objetivo del equipo defensor es interceptar un pase del otro equipo y convertirse en equipo atacante.

Se consigue un punto cuando el balón toca el tablero o el aro. (BALPIMANO: balón entra en la portería)

Se consiguen tres puntos cuando hacemos canasta.

Cuando el balón toca el tablero y entra por el aro se puntúa sólo tres puntos.

Gana el equipo que más puntos consigue.



TERRENO DE JUEGO

Se juega en un campo de baloncesto (BALPIMANO: campo de balonmano). Si existe posibilidad se puede jugar por detrás de la canasta, aunque para puntuar se tiene que lanzar por la parte delantera.

COMIENZO DEL JUEGO

Igual que en Baloncesto. (BALPIMANO: igual que en fútbol)

Después de cada canasta se saca desde la línea de fondo. En Balpimano después de cada gol se saca del centro del campo.

Después de conseguir un punto tocando el balón el tablero o el aro el juego continúa de forma inmediata con un rebote, pudiéndose puntuar seguidamente. Máximo tres lanzamientos seguidos.

REGLAMENTO BÁSICO

- 1.- El encuentro estará formado por 4 tiempos de 10 minutos cada uno.
- 2.- Se puede tocar el balón con cualquier parte del cuerpo.
- 3.- No se puede jugar de forma individual con autopases o driblando.
- 4.- No se puede correr con el balón. Máximo tres pases en caso de recibir pase en carrera.
- 5.- No se puede retener el balón más de 5 segundos sin jugarlo. En ese tiempo se puede pivotar con un pie y no se le puede arrebatar el balón al jugador/a que lo tiene.
- 6.- Cuando el balón sale fuera de banda, es falta del último jugador que la tocó y saca el equipo contrario desde el sitio por donde salió.
- 7.- Es falta defender dos jugadores a la vez sobre un atacante. Ante un balón que cogen en el aire dos jugadores a la vez, tiene preferencia el atacante.
- 8.- No se puede defender a menos de un brazo de distancia. No se puede tocar al contrario.
- 9.- No se permite más de tres pases seguidos entre jugadores del mismo sexo. No se puede devolver el balón al mismo jugador que te lo ha pasado.
- 10.- Después del saque de falta no se puede puntuar directamente.

BALPIMANO: Para conseguir gol hay que lanzar a puerta desde fuera del área. El Portero no puede salir de su área. Ningún jugador puede entrar en las áreas. Se permite un autopase pie-mano, mano-pie.