



GOBIERNO DE PUERTO RICO

ESCUELA DE LA COMUNIDAD ESPECIALIZADA EN DEPORTES
EN EL ALBERGUE OLIMPICO - EUGENIO GUERRA CRUZ
SALINAS, PUERTO RICO

REGIÓN EDUCATIVA: CAGUAS

DISTRITO ESCOLAR DE: GUAYAMA

ESCUELA: ESPECIALIZADA EN DEPORTES EUGENIO GUERRA CRUZ

PRONTUARIO (BALONMANO 2018-19)

CÓDIGO	GRADO	CRÉDITOS	PRERREQUISITOS	AÑO ESCOLAR
EDFI-132	7 mo - 12 mo	3		2018 - 2019
MAESTRO		MAESTRO ALTAMENTE CUALIFICADO: (X) SI () NO		
JUAN C. VAZQUEZ OCASIO		PREP. ACAD. : () BA (X) MA () Ed. D. () Ph. D.		
HORA CAPACITACIÓN		CORREO ELECTRONICO / PÁGINA ELECTRÓNICA		
11:00am - 12:00pm		juancvazquez76@gmail.com		

DESCRIPCIÓN DEL CURSO

El balonmano es un deporte en conjunto el cual desarrolla coordinación, condición atlética, técnico-tácticas y trabajo en equipo. Durante este curso teórico y práctico, el atleta tendrá conocimiento mas amplio sobre las normas y reglas del deporte y desarrollará las destrezas fundamentales y conceptos del deporte. Se le dará énfasis al dominio de la ejecución de las destrezas y a la secuencia metodológica en el entrenamiento. Se trabajará: técnicas individuales como fintas, botes de balón, pase y recepción, lanzamiento a portería en apoyo o en salto, cambio de dirección y ritmo, bloqueos, deslizamiento y desplazamiento defensivo, entre otros. Los conocimientos tácticos ofensivos ofrecidos son: ataque perpendicular y estructurado, cambio de ritmo de juego, utilización de permutas y cruce en el puesto, juego sin balón, mantener un juego abierto y la inclusión de un séptimo jugador en cancha.

OBJETIVO

El estudiante: 1. Desarrollará los patrones fundamentales de movimientos locomotores, no locomotores y manipulativos. 2. Mostrará conocimiento de las destrezas técnicas individuales 3. Identificará las reglas y normas del balonmano 4. Conocerá los aspectos y principios básicos de la nutrición. 5. Desarrollará pensamiento autónomo y creativo en la táctica de juego (ataque y defensa) 6. Reconocerá la importancia de las fases de entrenamiento deportivo.

EVALUACION

ÁREA	ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN	VALOR TOTAL
PFG	Pruebas Preparación Física General	400 Puntos
PPT	Pruebas Preparación Tecnica	800 Puntos
PT	Pruebas Teóricas	400 Puntos
TOTAL		1,600 PUNTOS