



UNIVERSIDAD  
POLITÉCNICA  
DE MADRID

PROCESO DE  
COORDINACIÓN DE LAS  
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad de Ciencias de la  
Actividad Física y del Deporte -  
Inef

# ANX-PR/CL/001-01

## GUÍA DE APRENDIZAJE

### ASIGNATURA

**115100007 - Balonmano**

### PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

### CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2019/20 - Primer semestre

## Índice

---

### Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Competencias y resultados de aprendizaje.....	2
4. Descripción de la asignatura y temario.....	4
5. Cronograma.....	6
6. Actividades y criterios de evaluación.....	9
7. Recursos didácticos.....	11

## 1. Datos descriptivos

### 1.1. Datos de la asignatura

<b>Nombre de la asignatura</b>	115100007 - Balonmano
<b>No de créditos</b>	4 ECTS
<b>Carácter</b>	Obligatoria
<b>Curso</b>	Primer curso
<b>Semestre</b>	Primer semestre
<b>Período de impartición</b>	Septiembre-Enero
<b>Idioma de impartición</b>	Castellano
<b>Titulación</b>	11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
<b>Centro responsable de la titulación</b>	11 - Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
<b>Curso académico</b>	2019-20

## 2. Profesorado

### 2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Jesus Rivilla Garcia (Coordinador/a)	103	jesus.rivilla@upm.es	X - 10:00 - 14:00 V - 10:00 - 14:00 Este horario está sujeto a modificaciones dependiendo del horario de clases del profesor

Luis Carlos Torrecusa Maldonado	103	luiscarlos.torrecusa@upm.es	M - 11:30 - 14:30 J - 11:30 - 14:30 Este horario está sujeto a modificaciones dependiendo del horario de clases del profesor
Alfonso De La Rubia Rianza	103	alfonso.delarubia@upm.es	L - 13:00 - 16:00 X - 13:00 - 16:00 Los horarios de tutoría estarán sujetos a modificaciones dependiendo del horario lectivo del profesor.

\* Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

### 3. Competencias y resultados de aprendizaje

#### 3.1. Competencias

CE02 - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de Educación Física en el contexto educativo. Nivel 3.

CE03 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los escolares en la práctica de actividades físicas inadecuadas o realizadas de forma incorrecta. Nivel 3.

CE06 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte entre la población escolar. Nivel 3.

CG04 - Mostrar disposición y habilidad para el trabajo y el liderazgo en equipo.

CG05 - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus

aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

### 3.2. Resultados del aprendizaje

RA170 - Conocer la evolución histórica del balonmano

RA167 - Conocer y saber enseñar el reglamento de Minibalonmano y los aspectos más relevantes del reglamento del Balonmano

RA166 - Adquisición y desarrollo de habilidades motrices como consecuencia de la práctica de variadas modalidades deportivas

RA171 - Conocer y aplicar en la práctica los principios y valores atemporales del deporte

RA138 - RA39 - Saber identificar y corregir errores en las prácticas motrices para la prevención de riesgos a la hora de aplicarlas en diferentes colectivos

RA67 - Adquisición de recursos técnicos para la aplicación de las diferentes modalidades deportivas a diferentes colectivos (niños, adultos, mayores, discapacitados)

RA165 - Comprender el lenguaje y la terminología básica del balonmano y realizar correctamente representaciones gráficas de las acciones del juego que forman parte del programa de la asignatura

RA66 - Conocimiento del desarrollo y evolución de los diferentes apartados técnico-tácticos y normativos en las diversas modalidades deportivas

RA168 - Dominar la aplicación de juegos, tareas, pautas y normas que posibiliten el aprendizaje y desarrollo de los fundamentos del balonmano así como la transmisión de principios implícitos en este

RA169 - Conocer, de manera teórica y práctica, los fundamentos del Balonmano, dominando aquellos que resulten imprescindibles para iniciarse en la práctica de este deporte

## 4. Descripción de la asignatura y temario

---

### 4.1. Descripción de la asignatura

Se trata de una asignatura obligatoria, ubicada en primer curso del Título de Grado de Ciencias del Deporte. La asignatura está enfocada a introducir al alumno en el conocimiento y en la práctica del Balonmano para que, en un futuro, pueda utilizar este deporte como medio o recurso didáctico en la enseñanza de la Educación Física, así como para que adquiera las nociones y principios fundamentales sobre cómo iniciar a otras personas en su práctica.

### 4.2. Temario de la asignatura

#### 1. ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL BALONMANO

- 1.1. Orígenes del Balonmano
- 1.2. Historia del Balonmano
- 1.3. Evolución Histórica del Juego hasta nuestros días, el balonmano en la actualidad

#### 2. CARACTERÍSTICAS GENERALES Y ELEMENTOS ESTRUCTURALES Y FUNCIONALES DEL BALONMANO

- 2.1. Características Generales de los Deportes de Equipo
- 2.2. Los elementos estructurales del juego
- 2.3. Fases del juego
- 2.4. Características básicas del juego

#### 3. TERMINOLOGÍA Y REPRESENTACIÓN GRÁFICA DEL BALONMANO

- 3.1. Distribución de los jugadores en los diferentes sistemas de juego
- 3.2. Nomenclatura, terminología y simbología específica

#### 4. LA ENSEÑANZA DEL BALONMANO EN LA INICIACIÓN

- 4.1. El proceso de enseñanza - aprendizaje
- 4.2. La sesión y el microciclo como estructuras básicas del proceso
- 4.3. La enseñanza y aprendizaje de la técnica y la táctica individual en balonmano
- 4.4. La sesión y el microciclo como estructuras básicas del proceso

## 5. EL APRENDIZAJE DE LOS MEDIOS TÉCNICO-TÁCTICOS INDIVIDUALES

- 5.1. Medios técnico - tácticos ofensivos
- 5.2. Medios técnico - tácticos defensivos
- 5.3. El portero: habilidades básicas

## 6. EL JUEGO Y LA COMPETICIÓN EN LA INICIACIÓN

- 6.1. Ideas tácticas de base en la fase de "aprendizaje global"
- 6.2. Principios y medios tácticos en la fase de "iniciación específica"
- 6.3. Disposiciones y sistemas defensivos adecuados a la iniciación
- 6.4. Concepción y perspectiva educativa de la competición
- 6.5. Objetivos y características de una competición enfocada a la educación
- 6.6. El papel del educador en la competición

## 7. EL REGLAMENTO EN LA INICIACIÓN

- 7.1. Reglas básicas del juego
- 7.2. Modificaciones reglamentarias para adecuar el juego al niño
- 7.3. Aplicación del reglamento en las primeras edades
- 7.4. Concepción y perspectiva educativa de la competición

## 5. Cronograma

### 5.1. Cronograma de la asignatura \*

Sem	Actividad presencial en aula	Actividad presencial en laboratorio	Otra actividad presencial	Actividades de evaluación
1	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	
2	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	
3	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00
4	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00
5	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00  <b>TRABAJO EN GRUPO</b> TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua Duración: 10:00
6	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00



7	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p><b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00</p>
8	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p><b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00</p>
9	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p><b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00</p>
10	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p><b>TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 01:00</p> <p><b>Trabajo Individual</b> TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 10:00</p>
11	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	
12	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	
13	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	
14	<p><b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p><b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	

15	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>PRESENTACION INDIVIDUAL</b> PI: Técnica del tipo Presentación Individual Evaluación continua Duración: 05:00
16	<b>Exposición del profesor</b> Duración: 00:40 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		<b>PRÁCTICA: tareas y actividades de ejecución-análisis relacionadas con la temática</b> Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio	<b>EXAMEN PRÁCTICO</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Duración: 02:00  <b>EXAMEN ESCRITO</b> EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua Duración: 02:00
17				<b>EXAMEN PRÁCTICO</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final Duración: 02:00  <b>EXAMEN ESCRITO</b> EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Duración: 02:00

Las horas de actividades formativas no presenciales son aquellas que el estudiante debe dedicar al estudio o al trabajo personal.

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

\* El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura y puede sufrir modificaciones durante el curso.

## 6. Actividades y criterios de evaluación

### 6.1. Actividades de evaluación de la asignatura

#### 6.1.1. Evaluación continua

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
3	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	CG04 CE06 CG05 CE02 CE03
4	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	CG04 CE06 CG05 CE02 CE03
5	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	CG04 CE06 CG05 CE02 CE03
5	TRABAJO EN GRUPO	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	10:00	20%	0 / 10	CG04 CG05 CE02
6	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	
7	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	
8	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	
9	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	

10	TRABAJO-MEMORIA DE LA ASIGNATURA: análisis, reflexión y ampliación de temática impartida presencialmente	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	01:00	2.5%	0 / 10	CG05 CE02 CE03 CG04 CE06
10	Trabajo Individual	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	20%	0 / 10	CG04 CE06 CG05 CE02 CE03
15	PRESENTACION INDIVIDUAL	PI: Técnica del tipo Presentación Individual	No Presencial	05:00	20%	1 / 10	CE06 CG05 CE02
16	EXAMEN PRÁCTICO	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	10%	1 / 10	CE02 CE03 CG05
16	EXAMEN ESCRITO	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	10%	1 / 10	CE02 CE03 CG04 CG05

### 6.1.2. Evaluación sólo prueba final

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	EXAMEN PRÁCTICO	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	50%	1 / 10	CG05 CE02 CE03 CG04 CE06
17	EXAMEN ESCRITO	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	50%	1 / 10	CG04 CE06 CG05 CE02 CE03

### 6.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

## 6.2. Criterios de evaluación

### EVALUACIÓN CONTINUA:

Se utilizará una evaluación formativa (continua), valorándose la asistencia, las calificaciones obtenidas en las diferentes pruebas prácticas y teóricas, la participación en las clases y los trabajos específicos de la asignatura.

La asistencia al 80% de las clases se considera un requisito mínimo de la asignatura. Igualmente, será indispensable la participación activa del alumno en clase, mientras que los trabajos, tanto individuales como en grupo, requerirán de tutorías obligatorias para la revisión del mismo.

### EVALUACIÓN FINAL

## 7. Recursos didácticos

---

### 7.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
Bibliografía Actualizada de la Asignatura	Bibliografía	
Videos e Imágenes	Recursos web	Videos e Imágenes de Acciones y Progresiones de las Diferentes Habilidades

Material y Equipamiento necesario para la Práctica Deportiva	Equipamiento	
---	--------------	--