

**FICHA IDENTIFICATIVA****DATOS DE LA ASIGNATURA**

**Código:** 33213  
**Nombre:** Balonmano  
**Ciclo:** Grado  
**Créditos ECTS:** 6  
**Curso académico:** 2025-26

**TITULACIONES**

| Titulación  | Centro   | Curso | Periodo                                   |
|---|--|-------|---|
| 1312 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Vcia) | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports | 2     | Primer cuatrimestre, Segundo cuatrimestre |
| 1331 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Ont) | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports | 2     | Segundo cuatrimestre                      |

**MATERIAS**

| Titulación  | Materia                                | Carácter    |
|---|--|-------------|
| 1312 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Vcia) | Fundamentos de los Deportes Colectivos | OBLIGATORIA |
| 1331 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Ont) | Fundamentos de los Deportes Colectivos | OBLIGATORIA |

**COORDINACIÓN**

FERRI CARUANA ANA MARIA

ROMAGNOLI MARCO

PARDO IBAÑEZ ALBERTO

**RESUMEN**

La asignatura balonmano tiene una carga docente de 6 créditos ECTS, forma parte del módulo de fundamentos de los deportes colectivos, junto con las asignaturas baloncesto y fútbol, y se imparte en el segundo curso de la titulación de Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Se trata de una asignatura teórico-práctica que pretende desarrollar en los estudiantes su capacidad para valorar y utilizar el balonmano como actividad educativa, partiendo del conocimiento y análisis de su estructura y de los fundamentos didácticos, así como del conocimiento y dominio a nivel básico de los medios técnico-tácticos del balonmano. Asimismo también pretende desarrollar habilidades para la formación continua y crítica y la práctica adecuada del balonmano.



Los contenidos de la asignatura están basados en cinco grandes bloques. El primer bloque corresponde a una introducción conceptual al deporte en el que se analiza su historia, reglas, estructura, modelos y metodologías de iniciación. En el segundo bloque se analizan los medios técnico tácticos individuales. En el tercer bloque los medios tácticos colectivos. En el cuarto bloque se explican los sistemas de juego más comunes desde la iniciación hasta el alto rendimiento. Por último, el quinto bloque sintetiza la aplicación de otras especialidades al ámbito del balonmano tales como la preparación física, la nutrición, la investigación y la psicología.

El desarrollo de los contenidos se realiza siguiendo un modelo de iniciación deportiva, de forma que los estudiantes descubran en la práctica como los diferentes componentes del juego del balonmano se van introduciendo de forma combinada y secuencial.

## CONOCIMIENTOS PREVIOS

### RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS DE LA MISMA TITULACIÓN

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

### OTROS TIPOS DE REQUISITOS

Los contenidos teórico prácticos de esta asignatura ofrecen al estudiante la oportunidad de adquirir conocimientos tanto prácticos como teóricos, no requiriendo ningún requisito específico, independientemente de la formación académica mínima, para cursar estos estudios universitarios. No obstante, es recomendable que los estudiantes posean: las habilidades básicas de este deporte, disposición para el trabajo en equipo y dominio de las herramientas informáticas básicas.

## COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

-

Aplicar los derechos fundamentales y de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, los principios de igualdad de oportunidades y accesibilidad universal de las personas con discapacidad, de solidaridad, de protección medioambiental y los valores propios de una cultura de la paz y de valores democráticos

Aplicar los derechos fundamentales y de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, los principios de igualdad de oportunidades y accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de valores democráticos.

Aplicar los fundamentos táctico estratégicos del juego de equipo en los deportes colectivos (fútbol, baloncesto y balonmano)

Conocer y comprender las características comunes de los deportes colectivos (fútbol, baloncesto y balonmano).

Conocer y comprender los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana

Conocer y comprender los fundamentos del juego y del deporte



Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje de los deportes colectivos (fútbol, baloncesto y balonmano)

Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativo a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales, colectivas y contextuales de las personas

Dominar la motricidad gestual específica en los deportes colectivos (fútbol) en sus vertientes teórico-prácticas del juego en ataque y defensa.

Integrar los deportes colectivos (fútbol, baloncesto y balonmano) como medio educativo en las etapas escolares.

Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento de habilidades motrices en sus distintos niveles y entornos de práctica

Seleccionar y saber desarrollar el material y el equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de deporte colectivo

## DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

### **1. Conceptualización y enseñanza del balonmano.**

1. Aproximación conceptual y bases didácticas del balonmano.
2. El balonmano: historia y reglamento.

### **2. La enseñanza de los medios técnico-tácticos individuales en la iniciación al balonmano**

3. La posición de base, los desplazamientos y el agarre-manejo de balón. El desmarque, pase y recepción. El marcaje y la interceptación.
4. Los desplazamientos en posesión del balón: el ciclo de pasos y el bote. La desposesión del balón. La finta y el control del atacante con balón.
5. El lanzamiento a portería, el bloqueo y las acciones del portero. Colaboración defensa-portero.

### **3. La enseñanza de los medios tácticos colectivos en la iniciación al balonmano**

6. Los medios tácticos simples: Circulación de balón y circulación de jugadores. Basculación y doblaje
7. Los medios tácticos básicos : Pase y va, cruce y penetraciones sucesivas. Defensa del pase y va. deslizamiento y cambio de oponente. Permuta, bloqueo, pantalla y cortina. Contrabloqueo.



#### 4. La enseñanza de los sistemas de juego en la iniciación al balonmano.

8. La defensa individual y su ataque.

9. Los sistemas defensivos zonales abiertos: la defensa en dos líneas y su ataque. El contraataque y su defensa.

10. Los sistemas defensivos zonales cerrados: la defensa 5:1 y 6:0. El ataque 3:3 y El contraataque y su defensa. Los sistemas defensivos mixtos: la defensa 5+1. Su ataque.

### VOLUMEN DE TRABAJO (HORAS)

#### ACTIVIDADES PRESENCIALES

| Actividad          | Horas        |
|--------------------|--------------|
| Prácticas en aula  | 60,00        |
| <b>Total horas</b> | <b>60,00</b> |

#### ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

| Actividad                                       | Horas        |
|---|--------------|
| Asistencia a otras actividades                  | 2,00         |
| Elaboración de trabajos individuales o en grupo | 35,00        |
| Estudio y trabajo autónomo                      | 25,00        |
| Preparación de clases                           | 8,00         |
| Preparación de actividades de evaluación        | 15,00        |
| Resolución de casos prácticos                   | 5,00         |
| <b>Total horas</b>                              | <b>90,00</b> |

### METODOLOGÍA DOCENTE

El desarrollo de la asignatura se estructura en 2 sesiones prácticas de 120 minutos a la semana. Será necesario asistir y participar activamente al menos al 80% de las clases. Asimismo, será obligatoria la presentación de un trabajo colectivo y varios individuales según las directrices que se darán en el desarrollo del curso.

Nuestra intervención educativa se va a caracterizar por la utilización de una metodología reflexiva, caracterizada por alternar la práctica de juegos y actividades en la cancha con actividades de reflexión y puesta en común a partir de la acción desarrollada en ésta. También habrá exposiciones de los estudiantes de los trabajos realizados de forma individual y en grupo.

El profesorado podrá considerar o sugerir la realización de alguna práctica o actividad externa relacionada con la asignatura, siempre que esté cubierta por el seguro.

### EVALUACIÓN



## 1. EVALUACIÓN CONTINUA

La evaluación de la asignatura será continua. El profesorado requerirá a lo largo del cuatrimestre diferentes trabajos y tareas para favorecer la adquisición de los contenidos de la asignatura.

La asistencia y participación activa a las sesiones será necesaria para la adquisición de las competencias básicas.

**Para poder optar a la evaluación continua será necesario participar activamente en el 80% de todas las sesiones.**

En caso de lesión/enfermedad, siempre que esté debidamente justificada (justificante médico), el profesor asignará tareas complementarias que el alumno/a deberá realizar a lo largo de la sesión. No existirá ningún otro tipo de exención a las sesiones (trabajo, competiciones no universitarias, etc.). Asimismo, el retraso y/o la ausencia antes de finalizar las sesiones serán tratadas como faltas injustificadas.

### A) Examen Teórico: 30%.

Antes de finalizar el cuatrimestre, el alumnado deberá realizar una prueba escrita con preguntas relacionadas con los contenidos de la asignatura.

### B) Prácticas: 30%.

Corresponderá a la media ponderada de las notas obtenidas en las actividades y ejercicios prácticos (realizados tanto en el aula como en las instalaciones deportivas) que se realizarán a lo largo del cuatrimestre. Esta actividad de evaluación continua será no recuperable debido a su naturaleza, ya que no es posible el diseño de una prueba que valore la adquisición de los resultados de aprendizaje en la segunda convocatoria.

### C) Trabajo de grupo: 20%.

Este trabajo se realizará en grupo y deberá ser entregado en la forma y fecha establecida. Aquellos trabajos/tareas que no cumplan con este requisito serán valorados con un 0.

### D) Trabajo individual: 20%.

Este trabajo se realizará de forma individual y deberá ser entregado en la forma y fecha establecida. Aquellos trabajos que no cumplan con este requisito serán valorados con un 0.

**\*Trabajo voluntario y/o formación extra:** Hasta un 10% adicional.

El alumnado que desee realizar un trabajo voluntario y/o realizar una formación u actividad relacionada con el balonmano, deberá consultarlo previamente con el profesor.



**La nota final en la EVALUACIÓN CONTINUA resultará de la media ponderada de los apartados A, B, C y D. Además, será requisito indispensable obtener una calificación de 5 o más en el apartado A y B para aprobar la asignatura, hasta agotar las dos convocatorias. Cuando un alumno/a haya obtenido una calificación igual o superior a 5 en un apartado, no podrá volver a ser evaluado de ese mismo apartado en otra convocatoria. En caso de suspender, no se guardan las notas de ningún apartado para próximos cursos.**

## 2. EVALUACIÓN FINAL

Este tipo de evaluación se reserva para aquel alumnado que no haya asistido al 80% de las sesiones de la asignatura.

### A) Trabajos (40%)

El alumnado tendrá que realizar un trabajo por cada uno de los contenidos prácticos no completados en las sesiones prácticas.

El alumnado deberá ponerse en contacto con el profesorado (mediante correo electrónico o a través del Aula Virtual) al menos 60 días naturales antes de la fecha del examen, para que se le informe sobre qué trabajos debe presentar para superar este apartado.

Todos los trabajos requeridos por el profesorado deberán ser entregados en la forma y fecha establecida. Aquellos trabajos que no cumplan con este requisito serán valorados con un 0.

### B) Prueba teórico-práctica (60%)

La prueba teórico-práctica consistirá en un examen escrito sobre los contenidos de la asignatura (se deberán considerar tanto los apuntes aportados por el profesorado como la bibliografía citada en esta guía).

**La nota final en la EVALUACIÓN FINAL resultará de la media ponderada de los apartados A y B. Además, será requisito indispensable obtener una calificación de 5 o más en cada uno de los apartados para aprobar la asignatura, hasta agotar las dos convocatorias. Cuando un alumno/a haya obtenido una calificación igual o superior a 5 en un apartado, no podrá volver a ser evaluado de ese mismo apartado en otra convocatoria. En caso de suspender, no se guardan las notas de ningún apartado para próximos cursos.**

### Plagio:

Si un alumno/a presenta un trabajo plagiado será calificado con un 0. El profesorado utilizará software de detección de plagio. Asimismo, si el profesorado encuentra indicios de uso del ChatGPT u otras



inteligencias artificiales, estudiará el caso y dicho trabajo podrá ser calificado con un 0.

*"La copia literal, total o parcial, de obras ajenas y presentarlas como propias se considera una conducta inaceptable en el ámbito académico. Por otra parte, y por la Ley de Protección Intelectual, están habitualmente prohibidas las reproducciones totales o parciales de las obras ajenas, y su incumplimiento puede dar lugar a las correspondientes faltas o delitos penales."*

## BIBLIOGRAFÍA

### Referencias básicas

- Antón, J.L. (1998). Balonmano, táctica grupal ofensiva: Concepto, estructura y metodología. Madrid: Gymnos.
- CZERWINSKI, JANUSZ Y TABORSKY, FRANTISEK (1997). Basic Handball: Methods, Tactics & Technique. European Handball Federation.
- GUZMÁN, J.F. (2010). Apuntes de balonmano: Una propuesta teórico-práctica. Bubok. <http://www.bubok.com/libros/19486/Apuntes-de-balonmano-Una-propuesta-teorico-practica>.
- OLIVER, J.F. y SOSA P.I. (1996). Balonmano. Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes.

### Referencias complementarias

- Agulló, J. J. E., Turpin, J. A. P., & Anta, R. C. (2012). Evolución histórica, táctica y estructural del sistema de juego defensivo 5: 1 en balonmano/Historical, Tactical and Structural Evolution of the 5-1 Defensive System in Handball. Apuntes. Educació física i esports, (110), 11.
- Antón, J.L. (2000). Balonmano: Perfeccionamiento e investigación. Barcelona: Inde.
- Antúnez Medina, A., & García Parra, M. del M. (2017). La especificidad en la condición física del portero de balonmano.
- Bonnefoy, G y cols. (2000). Enseñar balonmano para jugar en equipo. Barcelona: Inde.
- Chiroso, I. J., Chiroso, L. J., Aguilar, J., & Martín, I. (2012). Influencia del número de jugadores/as en la toma de decisiones y el rendimiento en la enseñanza del balonmano. E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte, 8(3), 253¿263.
- Espar, X. (2001). Balonmano. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Espina Agulló, J. J., Pérez Turpin, J. A., & Cejuela Anta, R. (2012). Evolución histórica y táctica de los sistemas de juego defensivos en balonmano en situaciones de desigualdad numérica. E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte, 8(2).
- García Herrero, J. A., & Ruiz Pérez, L. M. (2003). Análisis comparativo de dos modelos de intervención en el parendizaje del balonmano. Revista de psicología del deporte, 12(1), 55¿66.
- García, J. R., Quintana, M. S., Rodríguez, I. G., Molinuevo, J. S., & Ruano, M. A. G. (2014). ¿Mejoran las tic el proceso de enseñanza-aprendizaje deportivo del balonmano? Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, (53), 4¿15.
- Gómez, R. A. (s. f.). El entrenamiento del portero de balonmano en las etapas de iniciación.
- Herrero, J. A. G., & Pérez, L. M. R. (2007). Conocimiento y acción en las primeras etapas de aprendizaje del balonmano. Apuntes. Educación física y deportes, 3(89), 48¿55.
- Lasierra, G., Ponz, J.M., de Andrés, F. (2005). 1013 ejercicios y juegos aplicados al balonmano.



Volumen II. Editorial Paidotribo.

- Molina, S. F. (2001). Criterios metodológicos para una iniciación deportiva educativa: una aplicación al balonmano.
- Pérez Guillorme, AC, Gerona Salaet, T. (2007). Psicología aplicada al balonmano. Editorial Paidotribo.
- Romero Novoa, I. (2012). El portero de balonmano y las habilidades perceptivas: propuesta de entrenamiento en niños. E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte, 8(3).
- Seirulo Vargas, F. (1993). Preparación física aplicada a los deportes colectivos: balonmano. Número 7 de Cadernos técnico pedagógicos do INEF Galicia.
- Toro, E. O., Tarodo, J. S., Ruano, M. A. G., Andrés, J. M. P., & López, M. I. P. (2011). Opinión de los entrenadores y expertos de baloncesto sobre la especialización en puestos específicos. Revista Pedagógica ADAL, (23), 12;16.
- <http://www.fbmcv.com/> Federación Balonmano Comunidad Valenciana
- <http://www.rfeb.com/> Real Federación Española de Balonmano
- <http://www.eurohandball.com/> Federación Europea de Balonmano (EHF)
- <http://www.ihf.info/> Federación Internacional de Balonmano (IHF)