

DENOMINACIÓN DA ASIGNATURA	MESTRÍA EN BALONMAN I
CARÁCTER DA ASIGNATURA	OPTATIVA
LIBRE CONFIGURACIÓN	SI
NÚMERO DE CRÉDITOS	6
DURACIÓN DA ASIGNATURA	CUATRIMESTRAL
ÁREA DE COÑECEMENTO	EDUCACIÓN FÍSICA E DEPORTIVA
DEPARTAMENTO	EDUCACIÓN FÍSICA E DEPORTIVA
CONTINUIDADE CURRICULAR	- BALONMAN E A SUA DIDACTICA I - BALONMAN E A SUA DIDACTICA II - MESTRIA EN BALONMAN II

INTRODUCCIÓN / XUSTIFICACIÓN

Al llegar a este nivel de aprendizaje y estudio del balonmano, este deporte dejó de ser un desconocido, ya que poseemos unas bases técnicas, tácticas, metodológicas y reglamentarias que nos permitirán seguir perfeccionando y profundizando en su estudio.

En las dos primeras asignaturas del programa, Balonmano y su Didáctica I y II, adquirimos los conocimientos necesarios que nos permitirán estudiar e investigar todos los entresijos, problemas tácticos, respuestas motrices, etc, que se pueden o deben producir en la iniciación deportiva en balonmano.

En la asignatura Maestría en Balonmano I debemos realizar una conceptualización de la estructura funcional del Balonmano. Así mismo, trataremos de desarrollar y completar ciertos contenidos expuestos someramente; y también enriquecer el contenido técnico-táctico individual y colectivo, el reglamentario y los sistemas de juego tanto ofensivos como defensivos y de transición.

Completaremos el estudio del balonmano afrontando aspectos que hasta ahora no se habían tocado, tales como el proceso de entrenamiento específico colectivo en la etapa de especialización o perfeccionamiento y entraremos en el análisis de la etapa de perfeccionamiento de las habilidades específicas. Por otro lado, los contenidos relacionados con la formación y dirección de equipo ocuparán una parte importante en el desarrollo de la asignatura, como muestra de la plasmación de la realidad profesional futura.

Para finalizar, en este curso encontraremos ofrecimientos profundos de los contenidos teóricos y prácticos del deporte del balonmano en todas sus facetas, con una orientación completa del aprendizaje al perfeccionamiento; proceso analítico y sistemático de todos los componentes del rendimiento deportivo desde la iniciación a las categorías de rendimiento.

OBJECTIVOS

Estos **objetivos generales** interactúan entre sí como nexos que dan unidad global al programa, además de tratar de interrelacionar los contenidos, las estrategias de enseñanza y el modelo de evaluación propuesto.

1. Establecer una conceptualización de la estructura funcional del balonmano.
2. Ofrecer al futuro licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, sobre las bases ofrecidas en Balonmano y su Didáctica I y II, una amplia gama de conocimientos sobre los contenidos técnico-tácticos, con la diversificación de modos de la técnica, para facilitar la plataforma de evolución táctica individual.
3. Profundizar en los medios básicos tácticos colectivos de ataque y defensa, así como en las bases de desarrollo de los diferentes sistemas y formas más complejas del juego
4. Conocer las características generales del proceso de aprendizaje y entrenamiento en la etapa de especialización deportiva, estableciendo, al igual que se hacía en los niveles anteriores, unas líneas metodológicas generales y específicas de enseñanza y entrenamiento.
5. Dotar al alumno de los elementos necesarios para su aplicación en la especialización elegida dentro del rendimiento deportivo.
6. Plantear las líneas directrices en cuanto a la formación y dirección de equipo.

Objetivos específicos

1. Establecer las bases y la lógica estructural del balonmano.
2. Ampliar los conocimientos de las diversas formas de manifestación de los contenidos técnico-tácticos individuales, tanto a través del análisis de las conductas de juego como mediante las diferentes situaciones pedagógicas de aprendizaje.
3. Conocer las bases teóricas y la estructura de la etapa de iniciación específica, con sus consiguientes objetivos, contenidos y estrategias didácticas.
4. Profundizar, teórica y prácticamente, en las características y bases técnico-tácticas de los diferentes fundamentos de la técnica-táctica individual de ataque y defensa, en la búsqueda de su perfeccionamiento.
5. Profundizar en el estudio y análisis del portero.
6. Desarrollar, por medio de situaciones genéricas y específicas dentro de una estructura de sistemas de juego, los diferentes medios tácticos colectivos tanto en ataque como en defensa.
7. Desarrollar exhaustivamente los diferentes sistemas de juego de ataque, transición, y defensa, así como las diversas formas de ataque contra las diferentes formaciones defensivas.

8. Estudiar las peculiaridades de las situaciones de desigualdad numérica.
9. Profundizar en el conocimiento del contraataque y el balance defensivo.
10. Indicar y analizar las características metodológicas más importantes de la formación y dirección de un equipo.

TEMARIO

Los contenidos los vamos a desarrollar siguiendo la estructura de bloques temáticos, los cuales se articularán en temas.

IX.1. BLOQUE TEMÁTICO I: CONCEPTUALIZACIÓN Y LÓGICA ESTRUCTURAL DEL BALONMANO

TEMA I: CONCEPTO Y FORMAS DE MANIFESTACIÓN DE LA TÁCTICA

TEMA II: LA LÓGICA ESTRUCTURAL Y FUNCIONAL DEL JUEGO

TEMA III: TERMINOLOGÍA Y NOMENCLATURA ESPECÍFICA III

IX.2. BLOQUE TEMÁTICO II : DIDÁCTICA DEL BALONMANO III

TEMA I: EL PROCESO DE FORMACIÓN (III). PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO DE DISEÑO DE UNA PROGRAMACIÓN BÁSICA EN FUNCIÓN DE LA ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO DE LAS HABILIDADES ESPECÍFICAS

TEMA II: LA ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO DE LAS HABILIDADES ESPECÍFICAS

IX.3. BLOQUE TEMÁTICO III: ANÁLISIS DE LA TÁCTICA INDIVIDUAL DE ATAQUE

TEMA I: EL PUESTO ESPECÍFICO OFENSIVO

TEMA II: APLICACIÓN DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICO-TÁCTICOS: CICLO O SECUENCIA DE INTERACCIÓN BÁSICA (“DESPLAZAMIENTO-RECEPCIÓN-CICLO PASOS-PASE”) EN LOS PUESTOS ESPECÍFICOS DE ATAQUE

TEMA III: APLICACIÓN DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICO-TÁCTICOS: SECUENCIA DE FINALIZACIÓN BÁSICA (“DESPLAZAMIENTO-RECEPCIÓN-CICLO PASOS-FINTAS-LANZAMIENTOS”) EN LOS PUESTOS ESPECÍFICOS DE ATAQUE

TEMA IV: EL DESMARQUE Y SU APLICACIÓN TÁCTICA

TEMA V : LAS FIJACIONES

IX.4. BLOQUE TEMÁTICO IV: ANÁLISIS DE LA TÁCTICA INDIVIDUAL DE DEFENSA

TEMA I: EL PUESTO ESPECÍFICO DEFENSIVO

TEMA II: APLICACIÓN TÁCTICA DE LOS DESPLAZAMIENTOS EN DEFENSA

TEMA III: APLICACIÓN TÁCTICA DEL MARCAJE

TEMA IV: LA DEFENSA ANTE LA FINTA

TEMA V: APLICACIÓN TÁCTICA DEL BLOCAJE

IX.5. BLOQUE TEMÁTICO V: EL PORTERO

TEMA I : EL PORTERO

IX.6. BLOQUE TEMÁTICO VI: LA TÁCTICA COLECTIVA.
CONCEPTUALIZACIÓN Y ENTRENAMIENTO

TEMA I : CONCEPTO Y ESTRUCTURA DE LOS MEDIOS TÁCTICOS COLECTIVOS

TEMA II : FUNDAMENTOS Y BASES TEÓRICAS DEL ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA COLECTIVA

TEMA III : METODOLOGÍA GENERAL DE LA ENSEÑANZA Y ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA COLECTIVA

IX.7. BLOQUE TEMÁTICO VII: LA TÁCTICA COLECTIVA EN ATAQUE.
ANÁLISIS DE LOS MEDIOS TÁCTICOS ELEMENTALES Y SIMPLES

TEMA I : SITUACIONES TÁCTICAS PREVIAS DE ASIMETRÍA O MEDIOS ELEMENTALES

TEMA II : LOS MEDIOS TÁCTICOS SIMPLES: LA CIRCULACIÓN DEL BALÓN

TEMA III : LOS MEDIOS TÁCTICOS SIMPLES: LA CIRCULACIÓN DE JUGADORES

IX.8. BLOQUE TEMÁTICO VIII: LA TÁCTICA COLECTIVA EN ATAQUE.
ANÁLISIS DE LOS MEDIOS TÁCTICOS BÁSICOS

TEMA I : LOS APOYOS

TEMA II : LAS PROGRESIONES O PENETRACIONES SUCESIVAS (CONCEPTO "IMPAR")

TEMA III : EL CRUCE POR FIJACIÓN "PAR"

TEMA IV : EL CRUCE

TEMA V : EL BLOQUEO

IX.9. BLOQUE TEMÁTICO IX: LA TÁCTICA COLECTIVA EN DEFENSA.
ANÁLISIS DE LOS MEDIOS TÁCTICOS ELEMENTALES Y SIMPLES

TEMA I : CONCEPTUALIZACIÓN Y CONSIDERACIONES GENERALES

TEMA II : LOS MEDIOS TÁCTICOS SIMPLES: BASCULACIÓN, FLOTACIÓN Y FORMACIÓN DEL LLAMADO TRIÁNGULO DEFENSIVO

IX.10. BLOQUE TEMÁTICO X: LA TÁCTICA COLECTIVA EN DEFENSA.
ANÁLISIS DE LOS MEDIOS TÁCTICOS BÁSICOS

TEMA I : DEFENSA ANTE EL JUEGO DE APOYOS Y ,EN ESPECIAL, EL PASE Y VA

TEMA II : EL DOBLAJE

TEMA III : EL CAMBIO DE Oponente

TEMA IV : EL DESLIZAMIENTO

TEMA V : EL CONTRABLOQUEO

IX.11. BLOQUE TEMÁTICO XI: SISTEMAS DE JUEGO EN ATAQUE

TEMA I : INTRODUCCIÓN A LOS SISTEMAS DE JUEGO OFENSIVOS

TEMA II : SISTEMA OFENSIVO 3:3 (1P), LA ESTRUCTURA BÁSICA DE ATAQUE

TEMA III : SISTEMA OFENSIVO 2:4

TEMA IV : SISTEMA OFENSIVO 3:3 (2P)

IX.12. BLOQUE TEMÁTICO XII: SISTEMAS DE JUEGO EN DEFENSA

TEMA I : INTRODUCCIÓN A LOS SISTEMAS DE JUEGO DEFENSIVOS

TEMA II : SISTEMA DEFENSIVO ZONAL 6:0

TEMA III : SISTEMA DEFENSIVO ZONAL 5:1

TEMA IV : SISTEMA DEFENSIVO ZONAL 3:3

IX.13. BLOQUE TEMÁTICO XIII: LAS SITUACIONES DE DESIGUALDAD NUMÉRICA

TEMA I : ATAQUE EN INFERIORIDAD NUMÉRICA

TEMA V : ATAQUE EN SUPERIORIDAD NUMÉRICA

TEMA VIII : DEFENSA EN SUPERIORIDAD NUMÉRICA

TEMA IV : DEFENSA EN INFERIORIDAD NUMÉRICA

IX.14. BLOQUE TEMÁTICO XIV: LA FASE DE TRANSICIÓN. EL CONTRAATAQUE Y EL BALANCE DEFENSIVO

TEMA I : EL CONTRAATAQUE

TEMA III : EL REPLIEGUE DEFENSIVO O BALANCE DEFENSIVO

IX.15. BLOQUE TEMÁTICO XV: LA FORMACIÓN Y LA DIRECCIÓN DE EQUIPO

TEMA I : INTRODUCCIÓN A LA FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE EQUIPO

TEMA II : LA FORMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE UN EQUIPO EN BALONMANO

TEMA III : LA DIRECCIÓN DE EQUIPO EN BALONMANO

TEMA IV : ANÁLISIS DE LA ESTRATEGIA EN BALONMANO. APLICACIÓN PRÁCTICA

EVALUACIÓN

La calificación de los alumnos que cursen las asignaturas *Maestría en Balonmano I* y *Maestría en Balonmano II* responderá a los mismos criterios, dado que ambas asignaturas guardan una estrecha vinculación en estructura y contenidos. Los apartados de evaluación contemplados serán divididos en requisitos para optar a la calificación de la asignatura y, por lo tanto, merecerán consideración de apto o no apto, y pruebas de evaluación. Una vez superados los requisitos, se determinará la calificación final.

Requisitos. Como ya hemos señalado, constituyen actividades de obligado cumplimiento para poder optar a la calificación. Para ello será necesario obtener:

Apto en la parte práctica de la asignatura, lo que se conseguirá asistiendo al 80% de las sesiones definidas como *prácticas de la asignatura*, o bien efectuando un examen de características similares donde demuestre un dominio de los contenidos.

Apto en los trabajos puntuales que, relacionados con algún contenido particular, se soliciten a lo largo del curso.

Pruebas de calificación. La calificación será obtenida a partir de:

Examen teórico de los contenidos de la asignatura, compuesto por preguntas evocativas de desarrollo medio y largo, así como preguntas de elaboración en las que el alumno deba aportar soluciones a los problemas que se le planteen, asociando diferentes aspectos abordados en la asignatura.

Trabajo Final, en el que el alumno llevará a cabo un pequeño trabajo más profundo vinculado a alguna de las cuestiones planteadas en la asignatura. La realización del trabajo irá precedida de la presentación de un proyecto que deberá ser aprobado por los profesores.

La calificación del alumno se elaborará en virtud de los siguientes porcentajes:

Trabajo Final

30 % de la Nota Final

Examen Teórico

70 % de la Nota Final

La superación de la asignatura exigirá obtener el apto en los requisitos y el aprobado en las pruebas de calificación. El apto en cualquiera de estos apartados se mantendrá en la convocatoria ordinaria de Septiembre y extraordinaria de Febrero.

BIBLIOGRAFÍA

Álamo, J. (1996). Las conductas motrices en balonmano. Estudio comparativo entre puestos específicos. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, X (1) 31 - 36.

Anaiz, I. (1999). Iniciación a la táctica grupal a través de los M.I.C.A.: propuesta práctica para el 2x1 con descubrimiento guiado. *Área de Balonmano* (8), 15-22.

Antón, J.L. (1990). *Balonmano. Fundamentos y etapas del aprendizaje*. Madrid: Gymnos.

Antón, J.L.(Ed.) (1989). Entrenamiento deportivo en la edad escolar: bases de aplicación. Málaga: Unisport.

Antón, J.L. (1998). Balonmano: táctica grupal ofensiva. Concepto, estructura y metodología. Madrid. Gymnos.

Antón, J. L., Chiroso, L. J., Ávila, F. M., Oliver, J. F. y Sosa, P. I. (2000). *Alternativas y factores para la mejora del aprendizaje*. Madrid. Gymnos.

Bárceñas, D. y Román, J. (1991). *Balonmano, técnica, táctica y metodología*. Madrid: Gymnos.

Barrios, J. y Pintos, E. (2000). Ataque contra defensas abiertas (5:1). *Área de Balonmano* (14),5-12.

Barrios, J. y Pintos, E. (1998). El balonmano para entrenadores de club. *Área de Balonmano* (5),12-20.

Basic, M. (1992). *Una sesión de entrenamiento para el portero. Técnica de parada de tiros a puerta desde 6 m*. Eurohand'92. Francia.

Bayer, C. (1987). *Técnica del balonmano. La formación del jugador*. Barcelona: Hispano Europea.

Cárdenas, D. (2000). El entrenamiento integrado de las habilidades visuales en la iniciación deportiva. Málaga. Ediciones Aljibe.

Chiroso, L.J. y Chiroso, I.J. (1999). Bases para el entrenamiento técnico-táctico individual de los jugadores situados en la zona central de las defensas zonales cerradas. *Área de balonmano* (9), 15-22.

Czerwinski, J. (1993). *El balonmano, técnica, táctica y entrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.

Daza, G. y González, C. (1998). *Unidades didácticas para secundaria IX*. Balonmano. Barcelona. Inde.

Espar, F. (2001). *La construcción de los ejercicios de entrenamiento*. Comunicación Técnica nº 205. R.F.E.B.M.

Espina, J.J. (1997). Variaciones a los sistemas de juegos defensivos. Los sistemas defensivos intermedios. *Área de balonmano* (0), 31-36.

Federación Gallega de Balonmano (1997). *Normativa, reglamentación y bases competiciones territoriales*. Vigo: Federación Gallega de Balonmano y Comité Territorial de Actividades.

Fernández, J. J., Viaño, J. J. y Cerdeira, C. (2000). *Enseñanza juegos deportivos colectivos a través del balonmano*. Madrid: Gymnos.

Fernández, J.J., Cancela, J.M., Vila, E. y Casáis, L. (2000). *Balonmán. Manual Básico*. Santiago: Lea.

Galisteo, M., y Gómez, C. (1997, Junio). *Perfiles de personalidad del jugador junior. El entrenamiento psicológico*. Ponencia presentada en Jornadas sobre entrenamiento con jóvenes en balonmano, "La transición del jugador Juvenil a la categoría Senior". Problemática. Alcobendas: Real Federación de Balonmano y Escuela Nacional de Entrenadores.

García Cuesta, J. (1988). *La dirección del equipo en entrenamientos y partidos*. Madrid. Comunicación Técnica Nº 115. Madrid: Federación Española de Balonmano.

García Herrero, J.A. (1999). La anticipación defensiva en la etapa de perfeccionamiento. *Área de Balonmano* (8),7-14.

García Herrero, J.A. (1998). La paradoja de las defensas zonales en la iniciación al balonmano. *Área de Balonmano* (2),18-22.

Gil, J. (1990). Estudio exploratorio de los efectos sobre el rendimiento en el ataque de jugadores de balonmano, categoría cadetes, de un programa de intervención psicológica. Tesis doctoral. Universidad de Valencia.

Gómez, Y. (2001). *Análisis de las transferencias en el aprendizaje de las soluciones tácticas del atacante con balón en situaciones de dos contra uno, entre dos deportes colectivos*. II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universitat de Valencia.

González, M. y Vila, M^a.H. (1997). *Portería, las escuelas sueca y yugoslava. Trabajo de maestría de balonmano*. Inef A Coruña. Sin Publicar.

González, M. y Vila, M^a.H. (1997). *Portería de iniciación al perfeccionamiento. Trabajo de maestría de balonmano*. Inef A Coruña. Sin Publicar.

Gutiérrez, O. (1998). Los sistemas defensivos en situaciones de desigualdad numérica. *Área de Balonmano* (2),11-17.

Hecker, S. y Thiel, A. (1993). *Handball: le gardien de but*. París: Vigot.

Hellgren, C. (1992). Una sesión de entrenamiento para porteros. La técnica sueca. Eurohand'92. Francia.

Juno y Salas, J. (1998, Julio). *Propuesta de programas de formación de jugadores*. Comunicación presentada al XXII Curso Nacional de Entrenador Nacional. Almunia de Doña Godina: Real Federación Española de Balonmano.

Laguna, M. (1997, Junio). *Los aspectos de percepción y toma de decisión. Su importancia en la formación táctica de jugadores jóvenes*. Comunicación presentada en las Jornadas sobre Entrenamiento con Jóvenes en Balonmano. "La transición del jugador juvenil a la categoría sénior. Problemática". Alcobendas: Real Federación Española de Balonmano y Escuela Nacional de Entrenadores.

Latiskevits, L.A. (1991). *Balonmano*. Barcelona: Paidotribo.

López, V., Alonso, E. y Martínez, M. (1998). Consideraciones sobre el balonmano en la etapa juvenil. *Área de balonmano* (3), 3-12.

López, A. (1998). *Sistema 3:3 – 2:4*. Vigo: Federación Gallega de Balonmano.

- Martínez, I. y Paz, J. (1999). El balance defensivo. Importancia y entrenamiento. *Área de Balonmano (11)*, 15-23.
- Mayo, M.C. (2001). *Modelo de enseñanza aplicado a la zona de transición*. Comunicación técnica nº 207. R.F.E.B.M.
- Mayo, M.C. (1997). *El liderazgo en los deportes de equipo: balonmano Femenino*. Tesis Doctoral no publicada. Universidad de Valencia.
- Mayo, C. y Pardo, A. (2001). Propuesta metodológica para el entrenamiento del juego posicional en jugadores/as de balonmano y su influencia en la toma de decisiones a través del esquema de juego. II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universitat de Valencia.
- Müller, M., Geit-Stein, H., Irmgaid, I. y Konzag, B. (1996). *Balonmano, entrenarse jugando*. Barcelona: Paidotribo.
- Né, R., Bonnefoy, G. y Lahuppe, H. (2000). Enseñar balonmano para jugar en equipo. Barcelona. Inde.
- Patiño, E. (1998). *Sistema defensivo 5:1*. Vigo: Federación Gallega de Balonmano.
- Pinaud, P. (1998, Junio). *Percepción visual en los deportes de equipo*. Ponencia impartida en VI Congreso Galego de Educación Física. Inef-Galicia, España.
- Pinaud, P. (1994). *Perception et creativite. A propos d'une estude sur le handball*. Toulouse (Francia): Philippe Pinaud.
- Pinaud, P. (1993, Julio). *La percepción visual en las acciones tácticas*. Comunicación presentada en el Congreso Internacional de Especialistas de Balonmano. Madrid: Inef Madrid.
- Pokrajac, B. (1986, Junio). *Ataque universal contra defensas ofensivas*. Conferencia pronunciada en el Curso Especial de Actualización para entrenadores nacionales de Balonmano. Bilbao: Real Federación Española de Balonmano y Escuela Nacional de Entrenadores.
- Real Federación Española de Balonmano (1997). *Reglas de juego*. Madrid: Real Federación Española de Balonmano.
- Román, J. (1997). Conceptos modernos de las defensas de inferioridad; 5:6. *Área de balonmano (1)*, 13-18.
- Román, J. (1986, Junio). *El ataque en superioridad numérica*. Conferencia pronunciada en el Curso Especial de Actualización para entrenadores nacionales de Balonmano. Bilbao: Real Federación Española de Balonmano y Escuela Nacional de Entrenadores.
- Teixeira, F. (1997). *Balonmán. Plan anual de adiestramiento*. Santiago de Compostela: Ediciones Lea.
- Teixeira, F. (1995a). *Bloqueos*. Vigo: Federación Gallega de Balonmano.
- Teixeira, F. (1995b). *El juego entre dos*. Vigo: Federación Gallega de balonmano.
- Torres, G. (1987). Consideraciones teórico-prácticas sobre el entrenamiento de agilidad en portero de balonmano. Comunicación Técnica nº114. Madrid: R.F.E.B.M.

VV.AA. (1991). *Balonmano. Colección de los deportes olímpicos*. Madrid: Comité Olímpico Español.

VÍDEOS

Federación Española de Balonmano. *Mini Balonmano*. Madrid. Gymnos.

Fernández, J.J., Viaño, J.J. y Cerdeira, C. (2000). *Enseñanza juegos deportivos colectivos a través del balonmano*. Colección de vídeos. Madrid: Gymnos.

Simón, J. y Varela, E. (1993). *El entrenamiento del portero*. Pontevedra: Federación Galega de Balonmán.

VV.AA. (1996). *Le Gardien de but*. 8º Congrès des entraîneurs européens. París. Eurohand.