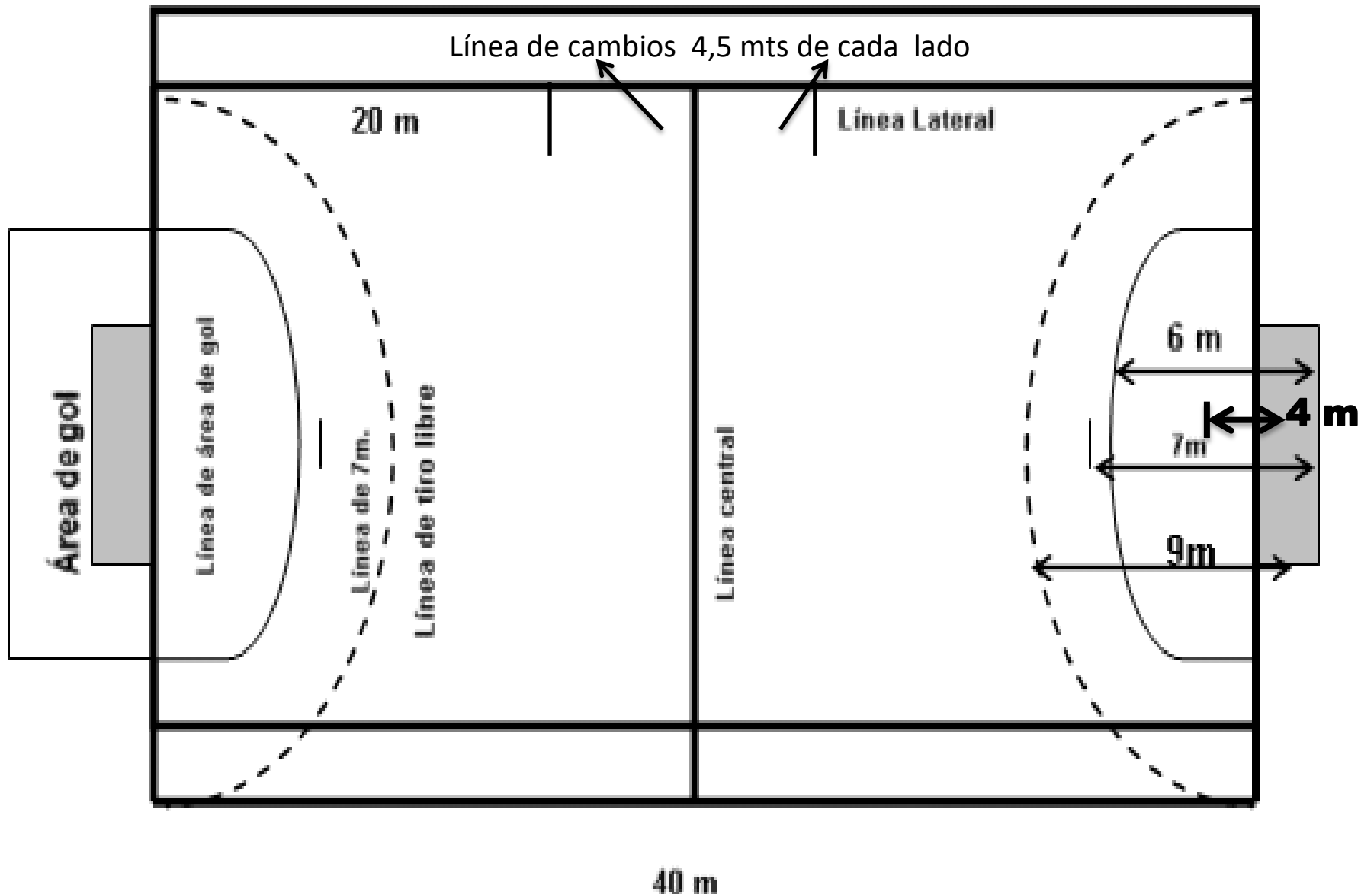


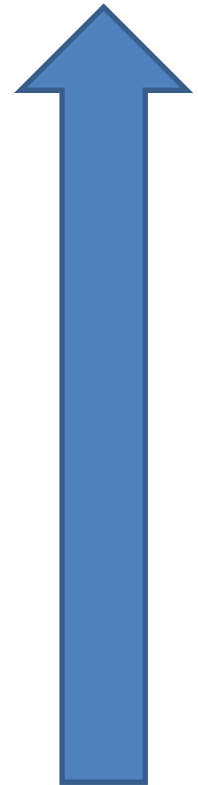
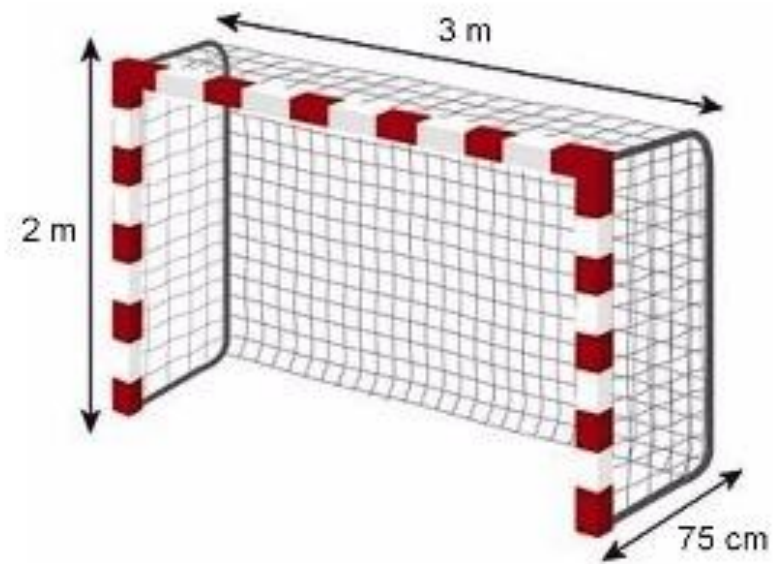
HÁNDBALL

A wide-angle photograph of an outdoor handball court. The court has a green playing area and a red key area. Several players in yellow and white jerseys are on the court, some in motion. A crowd of spectators is gathered around the perimeter. The court is enclosed by a blue metal fence. In the background, there are trees and a building with a red facade. The word 'HÁNDBALL' is written in large, bold, yellow letters at the top right, underlined.

Generalidades

-TERRENO DE JUEGO (LA CANCHA)-





- Largo: 40 mts.
- Ancho: 20 mts.
- Línea de área: 6 mts, desde el arco.
- Línea de Portería: 4 mts, desde el arco (Se puede adelantar el golero).
- Línea de tiro libre: 9 mts, desde el arco.
- Línea de tiro penal: 7 mts, desde del arco.
- Medidas del arco: 3 mts. de largo x 2 mts. de alto.

-TIEMPO DE JUEGO-

- **Mayores de 16 años**, **Dos** tiempos de **30 minutos**, con **10 minutos de descanso** entre el primer y segundo tiempo.
- Entre **12 y 16 años** se juegan Dos tiempos de **25 minutos**, con **10 minutos de descanso** entre el primer y segundo tiempo.
- Entre **8 y 12 años** se juegan Dos tiempos de **20 minutos**, con **10 minutos de descanso** entre el primer y segundo tiempo.

-ACLARACIÓN-

-Si el partido *culmina empatado* y se debe decidir un ganador se realizara:

- A) Se juegan **Dos** tiempos de **5 minutos** cada uno con **un minuto de descanso** entre el primer y segundo tiempo..
- B) Si ***continua empatado*** luego de la primera prórroga , ***se juega un segundo nuevo periodo*** nuevamente de **5 minutos** cada uno con **un minuto de descanso** entre el primer y segundo tiempo.
- C) ***Si continua empatado*** , el ganador se determinara según las reglas particulares de cada competición. ***Puede utilizarse lanzamientos de 7 metros*** (penales) como forma de desempatar para determinar el ganador. ***Cada equipo elegirá 5 lanzadores.***

• **Time out (tiempo fuera) se concede cuando:**

- Cada equipo tiene derecho a recibir un tiempo muerto en cada tiempo de juego (1 minuto).
- Cuando se sanciona 2 minutos de exclusión o descalificación.
- Puede ser pedido un minuto de tiempo por equipo por tiempo. (No hay derecho en prórrogas).
- Consultas entre árbitros.



El Equipo

- Equipo compuesto hasta 14 jugadores, jugando en cancha 7 (incluido el golero), el resto serán suplentes.
- Uno de los 7 debe de ser identificado como Portero, éste puede convertirse en jugador de campo y viceversa en cualquier momento del partido siempre y cuando cambien su vestimento para ser distinto al resto.
- Se debe de tener al menos 5 jugadores en cancha para poder iniciar el partido. Si en el transcurso del partido un equipo se queda con 4 jugadores , los árbitros juzgan si partido debería suspenderse.



Sustituciones

- Los cambios pueden entrar en cualquier momento, y repetidamente sin avisar al anotador/cronometrador, siempre y cuando al jugador que sustituyan haya salido del terreno de juego primero.
- Sin un jugador se encuentra sangrando o tiene sangre en el cuerpo o la camiseta deberá salir y entrar un compañero hasta que se solucione su problema.
- Los sustituciones deben de realizarse por la línea de cambios correspondiente de su equipo.



Equipación

-Todos los jugadores de un mismo equipo deben de llevar el mismo color de camiseta a excepción del golero que debe de ser distinta a su equipo y a su vez no pueden coincidir los mismo colores con el equipo contrario.

-Los números de los jugadores serán del 1 al 99. Si alguno del equipo juega como golero y jugador debera llevar el mismo numero en sus dos camisetas.



-El Portero (Golero)-

Se le permite:

- Puede “atajar” o tocar la pelota con cualquier parte de su cuerpo dentro del área de portería.
- Desplazarse con la pelota en cualquier dirección dentro de su área de portería.
- Salir del área del golero **sin la pelota** y participar del juego fuera de ella, al hacer esto se convierte como un jugador de campo.



-El Portero (Golero)-

Al Golero NO Se le permite:

- Poner en riesgo al contrario en una acción defensiva al intentar “atajar” el lanzamiento.
- Salir del área con el balón en su poder (si lo hace se cobra golpe franco).
- Tocar el balón cuando está parado o rodando en el suelo fuera del área de portería, mientras el portero esta adentro de ella.
- Introducir el balón dentro del área de portería cuando esta parado o rodando por el suelo fuera del área de portería.
- Volver a entrar en el área de portería desde el área de juego con el balón.
- Adelantarse más de los 4 metros antes de haber lanzado el lanzamiento de 7 metros. (penal).

-El área de Portería-

-Solo se permite al golero estar en el área de portería.

Si un jugador de campo entra al área de portería:

-Cuando un jugador del equipo rival entra al área de portería con o sin pelota o pisa la línea, se considera invasión y sacara el golero del arco.

-Tiro libre cuando un jugador del equipo defensor entra al área y obtiene ventaja sin destruir una clara ocasión de gol es tiro libre y si interviene y “destruye “ esa oportunidad será lanzamiento de 7 metros (penal).

Si un jugador de campo entra al área de portería, NO se sanciona cuando:

-Si se entra al área de portería cualquier jugador del equipo rival o defensor y no obtiene ninguna ventaja de hacerlo ni incide en el juego , se continua jugando y NO se cobrara NADA.

-Se toca el balón o se lanza desde el aire .

Si un jugador juega la pelota hacia su propia área de portería, se sanciona:

A) Gol si entra al arco. B) Tiro libre para el equipo rival si queda en el área parada o ataja el arquero. C) Saque de banda si sale por esa línea. D) Córner .E) si la pelota continua su recorrido y no toca en nadie, el juego continua.



-Como puede jugarse la pelota:

La pelota puede jugarse y ESTA permitido:

- Lanzar, golpear, parar, agarrar, empujar, golpear la pelota utilizando las manos (abiertas o cerradas).
- Retener la pelota máximo 3 segundos.
- Dar un máximo de 3 pasos sin picar el balón.
- Picar y agarrar la pelota una sola vez con una o ambas manos. (si repite nuevamente ésta acción se cobra doble Dribling).
- Picar con una sola mano la veces que quiera.
- Pasar la pelota a un compañero.
- Pasar la pelotas de una mano a la otra.
- Jugar la pelota cuando se esta de rodillas, sentado o tumbado (acostado) en el suelo.

-Como NO puede jugarse la pelota:

NO ESTA PERMITIDO:

-Tocar la pelota con el pie o debajo de la rodilla a excepción que la pelota haya sido lanzada con intención para que golpee al contrario. Es de destacar que esta regla NO APLICA AL GOLERO.

-Si toca al juez el juego continua.



JUEGO PASIVO (seria “enfriar el partido”, no tener intención de jugar).

- NO ESTA PERMITIDO conservar el balón en posesión del equipo sin hacer ningún intento reconocible de atacar o de lanzar al arco.
- NO ESTA PERMITIDO demorar repetidamente los saques de centro, tiros libres, saque de banda y saque de portería.
- Estas dos conductas NO ESTÁN permitidas y se considera JUEGO PASIVO y se sanciona golpe franco desde el lugar que se cometió para el equipo rival. Es de destacar que el juez si ve esta conducta advierte al cuadro que tiene la pelota en su poder para que cambie su forma de jugar antes de cobrar.

Sanciones Disciplinarias (faltas y conductas antideportivas).

ESTA permitido:

- Utilizar la mano abierta para quitar la pelota de la mano al contrario.
- Utilizar los brazos flexionados para tomar contacto corporal con el contrario.
- Utilizar el tronco para bloquear al contrario.

NO ESTA permitido (No llevan sanción disciplinaria de tarjetas) y se cobra falta:

- Tirar el balón o golpearlo cuando el contrario lo tiene en sus manos.
- Bloquear al contrario con los brazos , manos, piernas, para desplazarlo o empujarlo.
- Agarrar al contrario.
- "Tirarse" o lanzarse contra el rival.

Faltas que justifican sanciones disciplinarias:

-Las faltas que tienen acción de dirigirse principalmente o exclusivamente al cuerpo del contrario con o sin intención de lastimarlo (dependiendo de la gravedad de la misma y según como el juez lo considere), llevan sanción disciplinaria, estas son:

-Amonestación (tarjeta amarilla): llamado de atención. Se comporta antirreglamentariamente con el contrario o si repite su acción de forma repetida.

-Exclusión: *2 minutos afuera de la cancha. El jugador puede volver a ingresar.* Hacer caer al suelo o sujetar al contrario durante un período largo. Faltas dirigidas a la cabeza , garganta o cuello. Faltas de intensidad contra el contrario que esta corriendo. Golpear en el tronco o brazo del lanzador. Intentar conseguir que el contrario pierda el control de su cuerpo. Cambios antirreglamentarios.

-Descalificación: (tarjeta roja): el jugador NO puede jugar el resto del partido pero pasados los 2 minutos puede entrar otro jugador del equipo.

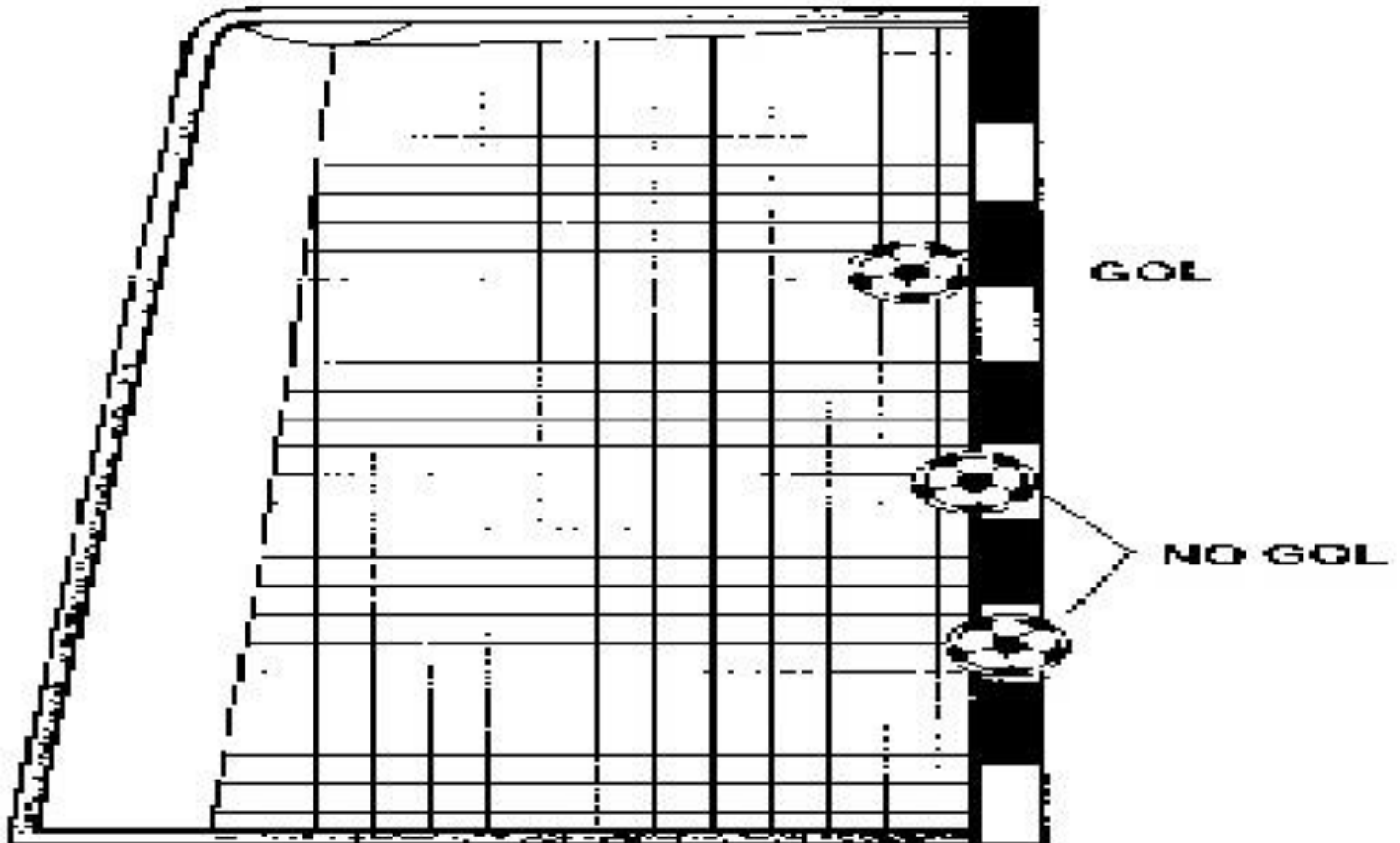
Compromete la integridad física del rival y debe de ser descalificado. Perdida real del control del cuerpo. Acción agresiva contra el rival. Actitud imprudente al momento de cometer la falta.

-Expulsión:

El jugador expulsado no puede jugar el resto del partido ni tampoco puede entrar un compañero por él.

GOL

- Es Gol cuando el balón rebasa totalmente la línea de gol.



SAQUE DEL CENTRO

Se saca del centro cuando:

- Al comienzo del partido
- Reinicio del partido en el segundo tiempo.
- En cada gol
- En cada prórroga.



-Se ejecuta en cualquier dirección (hacia adelante o atrás) desde la mitad del terreno con una tolerancia de un 1,5 mts de cada lado y debe hacerse dentro de los 3 segundos..

-Se debe de pisar con un pie la línea central.

-Todos los jugadores deben encontrarse en “su mitad” al comienzo del juego pero cuando hay un GOL puede sacar rápido sin necesidad de respetar lo anterior.

SAQUE DE BANDA

- Se saca por donde salió la pelota y un pie pisando la línea.
- El jugador contrario debe de estar a 3 mts de distancia.



SAQUE DE PORTERIA

Se saca del arco cuando:

- Invasión del jugador rival
- Cuando el arquero tiene el balón en su poder.
- Un jugador del equipo rival toca la pelota cuando ésta rodando o parado dentro del área de portería.
- Cuando se fue por la línea de portería lanzada por el equipo rival o el golero lo ha tocado.

-Lo ejecuta el golero desde adentro del área de portería.



GOLPE FRANCO (Tiro Libre)

- Se ejecuta desde el lugar que se cometió la falta .
- Si se cobra juego pasivo se realiza desde el lugar que se cometió.
- El rival debe de estar a 3 mts de distancia del lanzador.
- Si se comete falta entre el área de portería y la línea discontinua, el golpe franco se ejecuta desde afuera de la línea discontinua paralelo en donde se realizo la falta, mientras que el equipo defensor se situara afuera del área de portería. (imagen de abajo).



LANZAMIENTO DE 7 MTS (sería como un penal).

Se cobra cuando:

- Se destruye antirreglamentariamente una clara ocasión de gol.
- Si se comete Falta al momento de lanzar y es gol, se cobra el gol.
- 3 segundos para lanzar.
- El jugador que lanza se sitúa detrás de la línea de 7 mts.
- Cuando se ejecuta todos deben estar detrás de la línea discontinua.
- El golero se puede adelantar hasta la línea de restricción de 4 mts.



ARBITROS

-Los partidos serán dirigidos por 2 Árbitros con la misma autoridad, que son ayudados por un Anotador y un Cronometrador.

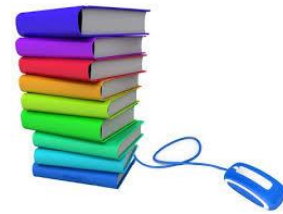




GRACIAS
POR
VUESTRA
ATENCIÓN

- **Porf. Lic. en Educación Física: Matías Rodríguez**

BIBLIOGRAFÍA y WEBGRAFÍA



- *Uruguay educa*



- *Reglamento de la I.H.F*

(International Handball Federation)



- *Diversos Apuntes docentes*

