

**PROGRAMA DE ACTIVIDAD CURRICULAR PARA CURSOS DE FORMACIÓN GENERAL**

1) IDENTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR			
ACTIVIDAD CURRICULAR:	CFG- BALONMANO INICIAL, FUNDAMENTOS BÁSICOS Y FASES DEL JUEGO.		
NOMBRE DOCENTE	Matías Zavalla González		
CAMPUS (día y jornada am/pm)	Campus Rancagua; Jornada AM. Lunes		
LINEA	Formación Transversal		
CÓDIGO	CFG1230	TIPO DE ACTIVIDAD	Electiva
CRÉDITOS SCT-Chile	3	SEMANAS	15
TIEMPO DE DEDICACIÓN SEMANAL			
TIEMPO DE DEDICACIÓN TOTAL	TIEMPO DE DOCENCIA DIRECTA	TIEMPO DE TRABAJO AUTÓNOMO	
4,5 hrs.	1,5 hrs.	3 hrs.	

2) DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR
<p>El curso desarrolla el conocimiento de los elementos técnicos tácticos básicos y reglamentarios del balonmano, permitiendo aplicar los contenidos y ser evaluado en realidad de juego. Participar en un deporte colectivo de oposición y contacto aportará al estudiante UOH poder desarrollar el pensamiento crítico, creatividad, trabajo en equipo y desarrollo de liderazgos. Aportando además en la capacidad comunicacional y optimizando la mejora de la condición física del participante. En este curso el participante conocerá cada una de las fases de juego, teniendo que desarrollar de manera constante la toma de decisiones, resolución de problemas y participando de manera activa en cada una de las sesiones de clases y entrenamiento.</p>

3) COMPETENCIA GÉNERICA Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE	
COMPETENCIA GÉNERICA	RESULTADOS DE APRENDIZAJE
<b>TRABAJO EN EQUIPO</b> Se relaciona con el entendimiento de las relaciones humanas y su trabajo en conjunto, permitiendo tomar actitudes de orientación y coordinación dentro de los colectivos o grupos sociales, guiando hacia una dirección determinada, inspirando en valores y anticipando horizontes de desarrollo. Este proceso de trabajo colaborativo involucra aspectos importantes como, la autoconfianza, la autocrítica, la empatía y la gestión personal.	RA1 Reconoce los elementos técnicos individuales básicos del balonmano para recuperar el balón y/o conseguir un gol.  RA2: Analiza las distintas fases del juego ofensivas y defensivas para el correcto desarrollo de un partido.  RA3: Aplica mediante la realidad de juego el uso de las reglas de juego para impartir justicia como árbitro de un partido

4) UNIDADES DE APRENDIZAJE Y CONTENIDOS				
UNIDAD	SEMANAS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE LOGRO	CONTENIDOS
Indique el número y nombre de la Unidad	Indique el número de semanas que contempla la Unidad.	Indique los resultados de aprendizaje que aborda esta Unidad.	Declare los indicadores de logro correspondientes al resultado de aprendizaje.	Declare los contenidos que comprende la Unidad respectiva, de forma sintética, representativa y ordenada de acuerdo a la progresividad de su abordaje.
Unidad 1: El Juego como medio de Aprendizaje	5	RA1 RA2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica los elementos técnicos básicos bote, pases, recepción, ciclo de pasos y la relación de estos para superar la oposición del rival.</li> <li>- Realiza encadenamientos técnicos para conseguir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso y adaptación del balón como implemento.</li> <li>- Desplazamientos sin balón, arranques, carreras saltos.</li> <li>- Transporte del balón en bote y traslado del balón en pase y recepción.</li> <li>- Tiros del balón en distintos apoyos y distancias a portería.</li> <li>- Encadenamientos técnicos simples (Botes + Pases y recepción + lanzamientos y sus distintas variaciones).</li> </ul>

			<p>un lanzamiento a portería.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecuta acciones buscando hacer gol y/o provocando espacios para los compañeros de equipo.</li> </ul>	
<p>Unidad 2: Formación del jugador de Balonmano</p>	5	<p>RA2 RA3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza encadenamientos técnicos para conseguir un lanzamiento a portería.</li> <li>- Relaciona el uso de los elementos técnicos para el desarrollo del juego colectivo.</li> <li>- Identifica las situaciones de superioridad numérica para conseguir un gol.</li> <li>- Aplica reglas del juego para la realización de un partido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relación de elementos técnicos simples con oposición activa.</li> <li>- Manejo del balón, uso de fintas y encadenamientos complejos frente a portería.</li> <li>- Ataques simples, conocimiento del 1vs1 como medio básico de ataque.</li> <li>- Unidad básica de trabajo en colaboración 2vs1</li> <li>- Elementos defensivos, posición de base, recuperación del balón.</li> <li>- Técnica de Marcaje, bloqueo y quitar el balón.</li> <li>- Reglas básicas del balonmano.</li> </ul>
<p>Unidad 3: El juego del Balonmano</p>	5	<p>RA3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplica las gesto formas del reglamento para cada regla de juego.</li> <li>- Reconoce reglas de juego para arbitrar un partido y sancionar ante faltas.</li> <li>- Identifica el campo de juego, sus líneas y dimensiones para el desarrollo de un partido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realidad de juego y Competición interna.</li> <li>- Reglas de juego, dinámica del arbitraje de un partido.</li> <li>- Arbitraje, desplazamientos en el campo de juego, gesto formas, sonidos de silbato.</li> <li>- Aplicación de sanciones ante faltas graves, desarrollo de la regla 8.</li> <li>- reconocimiento de las labores que se realizan en la mesa de control de un partido.</li> </ul>

## 5) RECURSOS Y METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

El CFG de balonmano, se desarrollará en modalidad presencial, Entrenamientos sistemáticos en donde el estudiantes participará de manera activa como un jugador en formación, conocerá el deporte las técnicas propias para su correcta ejecución. Este método de Enseñanza-Aprendizaje, en donde los alumnos ejecutarán acciones previa instrucción y demostración permitirá adoptar la técnica básica para las ejecuciones posteriores. A su vez en la enseñanza de situaciones tácticas colectivas se desarrollan en un método global, diseñando situaciones de realidad de juego en donde el participante deberá resolver problemas, tomar decisiones y trabajar en equipo para buscar el bien colectivo.

Todas las clases serán ejecutadas de manera presencial, para lo que se solicita disponer de lo siguiente:

- Recinto deportivo; idealmente medidas oficiales o cercanas (40mts largo x 20mts Ancho).
- Arcos de Balonmano o similares que cumplan con las medidas interiores 3mts de ancho x 2mts de alto.
- Balones de Balonmano Talla N.º 2 para mujeres y Talla N.º 3 para Varones, Cantidad idealmente 10 de cada talla.
- Petos de Entrenamiento; 3 colores (para diferenciar Atacantes, defensas y equipos) mínimo 10 unidades de cada color.
- Set de conos demarcadores de piso.
- Bolso para almacenar y guardar el material deportivo.

## ESTRATEGIAS Y METODOLOGÍAS DE EVALUACIÓN

RESULTADO DE APRENDIZAJE	ACTIVIDAD O METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PONDERACIÓN
Indique los resultados de aprendizaje a ser evaluados.	Indique la metodología o actividad de evaluación, tales como pruebas escritas, análisis de caso, auto- y co-evaluación, escenarios simulados, portafolios, revisión de productos escritos, presentaciones, etc.	Indique el o los instrumentos de evaluación que serán empleados para calificar y retroalimentar a las y los estudiantes, tales como rúbricas, pautas de cotejo u otras.	Indique el porcentaje de ponderación de la calificación respecto a la nota final.
RA1 RA2	Ejecución circuito de Elementos técnicos y encadenamientos de situaciones a portería.	Rubrica Analítica	35%
RA2	Ejecución de acciones técnico tácticas en la realidad de juego.	Rubrica Analítica	40%
RA3	Evaluación aplicativa en la realidad de juego en el rol de arbitro de balonmano.	Rubrica Analítica	25%

## 6) CONDICIONES DE EVALUACIÓN Y APROBACIÓN

Todos los alumnos del Programa CFG Balonmano, deberán presentar certificado médico compatible para la realización de actividades deportivas, puesto que todos serán evaluados en situación de realidad de juego. En caso de inscripción de alumnos con movilidad reducida que necesiten uso de silla de ruedas, podrán asistir y los ejercicios se podrán adaptar a la ejecución del Balonmano Adaptado en Silla.

Se realizará 1 evaluación por unidad, totalizando 3 evaluaciones durante el programa:

La primera de estas 3 buscará que los alumnos puedan identificar, dominar y ejecutar acciones de técnica individual.

La segunda de las evaluaciones contempla la participación de los alumnos en la realidad de juego, desempeño, aplicación de contenidos y utilización de los mismos en relación con los oponentes.

La tercera de las evaluaciones pondrá a los alumnos en una situación de contexto, en donde tendrán que arbitrar en la realidad de juego de los demás integrantes de la sesión de clases. Para ello deberán trabajar junto a un compañero para realizar la labor de árbitros de un partido, no obstante serán evaluados de manera individual ante la aplicación de las reglas de juego.

Para aprobar el CFG de balonmano los alumnos participantes deberán cumplir con un porcentaje de asistencia mínimo del 80%. Y obtener una nota superior a 4.0.-

## 7) BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA

UNIDAD	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	TIPO DE RECURSO
1	BALONMANO FUNDAMENTOS Y ETAPAS DE APRENDIZAJE; JUAN LUIS ANTON	LIBRO FÍSICO, EDITORIAL KYMNOS
2	CURSO INTEGRAL DE BALONMANO, PROFESOR MANUEL LAGUNA ELZAURDIA	LIBRO FÍSICO, EDITOR HERNAN SIMKIN
3	Reglamento de juego, balonmano IHF	Digital – Página federación internacional

## 8) BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

UNIDAD	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	TIPO DE RECURSO
3	ANEXO REGLAS DE JUEGO, PAPER COSCABAL (SITIO WEB COSCABAL)	PDF, CONFEDERACION SURCENTRO AMERICANA DE BALONMANO

--	--	--

EQUIPO DOCENTE RESPONSABLE DEL DISEÑO	Matías Zavalla González – Entrenador de Balonmano UOH
RESPONSABLE(S) DE VALIDACIÓN	Coordinación de Programa Formación General
FECHA DE ENTRADA EN VIGENCIA	Agosto de 2024