

# U.D. BALONMANO



Juan José Praena Fernández  
C.P.R. FEDERICO GARCÍA LORCA

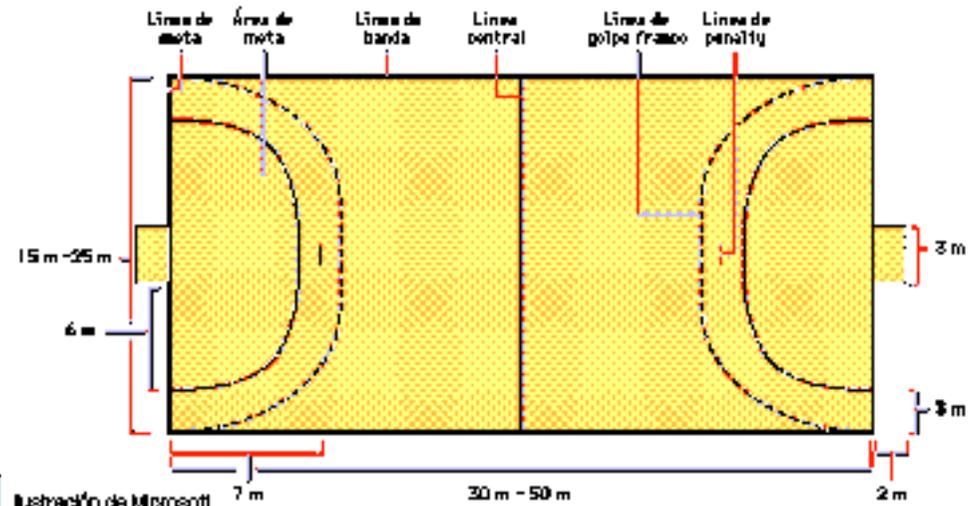
# REGLAS BÁSICAS DEL BALONMANO.

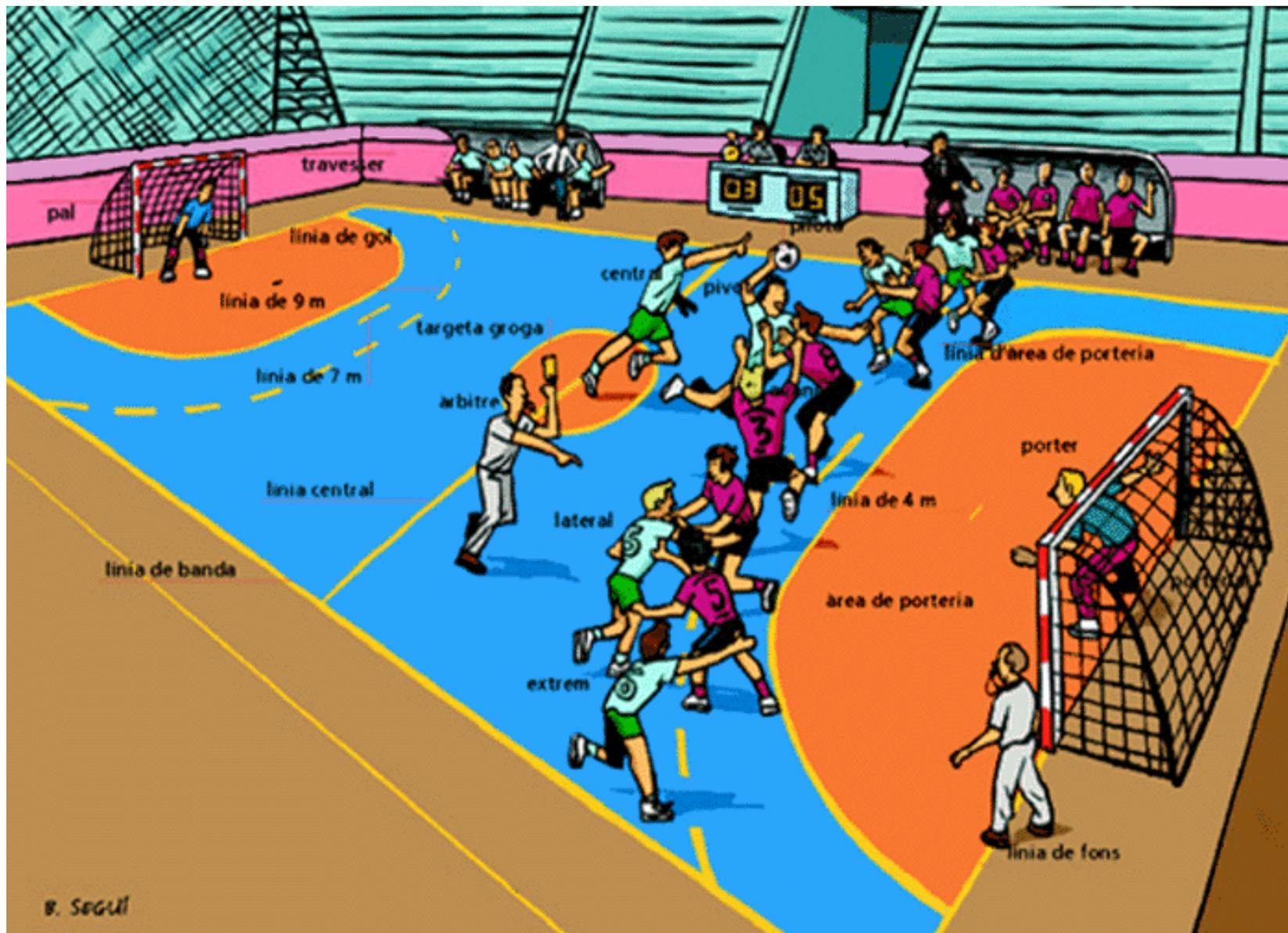
## TERRENO DE JUEGO.

- ▶ El balonmano se practica en una pista de 40 metros de largo por 20 metros de ancho.
- ▶ Entre la línea del área de portería y la línea de meta hay una distancia de 6 metros.
- ▶ A 7 metros esta la línea de lanzamiento de penalti dibujada frente al centro de la portería.



- ▶ A una distancia de 9 metros de la línea de meta, está la línea de golpe franco, que es una línea discontinua donde se sacan las faltas producidas entre esa línea y el área de portería.
- ▶ A 4 metros de la línea del área de portería se encuentra la línea de limitación del portero, que no podrá sobrepasar en los lanzamientos de penalti o desde 7 metros.





B. Seguí

# NÚMERO DE JUGADORES

- ▶ Un equipo completo de balonmano lo forman 12 jugadores/as, debiendo estar presentes en la pista 7 jugadores/as de cada equipo durante el juego, 6 de campo y un portero/a. Se podrá hacer todos los cambios que se quieran.



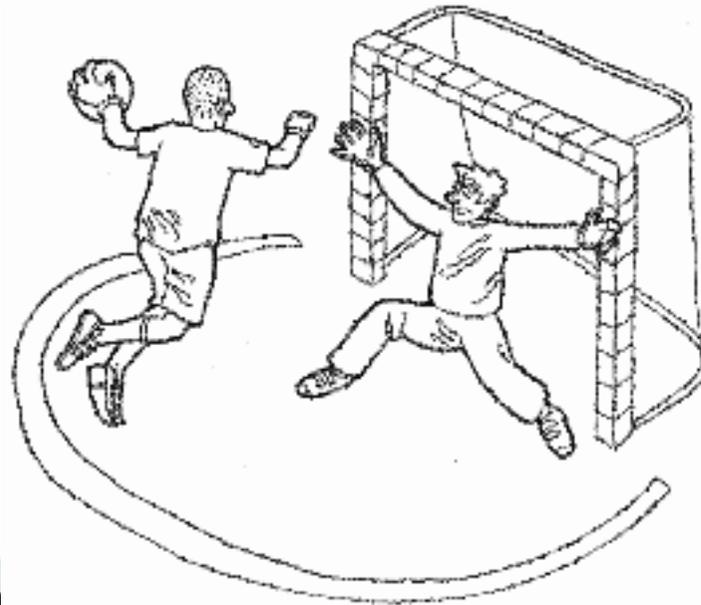
# DURACIÓN DEL PARTIDO.

- ▶ Un partido tiene dos tiempos de 30 minutos, con un descanso entre ambos de 10 minutos.



# ÁREA DE PORTERÍA.

- ▶ Sólo puede estar dentro de ella el portero.
- ▶ Si un jugador atacante que va lanzar a portería y pisa la línea de área o el área, el lanzamiento no es válido y se pita golpe franco a favor del otro equipo, (sólo podrá pisar después de lanzar). Si el que pisa la línea o el área es un jugador defensor, se pita penalti a favor del equipo contrario.



# REGLAS BÁSICAS



- ▶ No se puede dar más de tres pasos con el balón en las manos sin botarlo.
- ▶ Sólo se puede tener el balón sin botar tres segundos.
- ▶ No se puede botar, coger el balón y volver a botar. Esta falta se denomina “dobles”.
- ▶ No se puede tocar el balón de rodilla hacia abajo. El portero si puede tocar el balón con cualquier parte del cuerpo para hacer una parada.
- ▶ No esta permitido conservar el balón en posesión del equipo sin hacer ningún intento reconocible de atacar o lanzar a portería. Esto se considera como juego pasivo y se sancionará con un golpe franco contra el equipo en posesión del balón.
- ▶ No se puede coger, abrazar ni zancadillear al contrario. Se puede expulsar a un jugador cuando hace esto durante 2 minutos, quedando su equipo con un jugador menos durante ese tiempo.
- ▶ Tres expulsiones de 2 minutos a un mismo jugador y ese jugador no puede participar más en ese partido.
- ▶ Los saques de banda, se hacen pisando la línea de banda.
- ▶ Si el portero despeja el balón después de un lanzamiento y sale por la línea de fondo o portería, no es saque de esquina para el equipo contrario, sería saque de puerta. Es saque de esquina cuando el balón sea desviado por un jugador de campo y salga por la línea de fondo o portería.



*¡Espero que lo  
hayáis  
entendido todo!*

**FIN**

