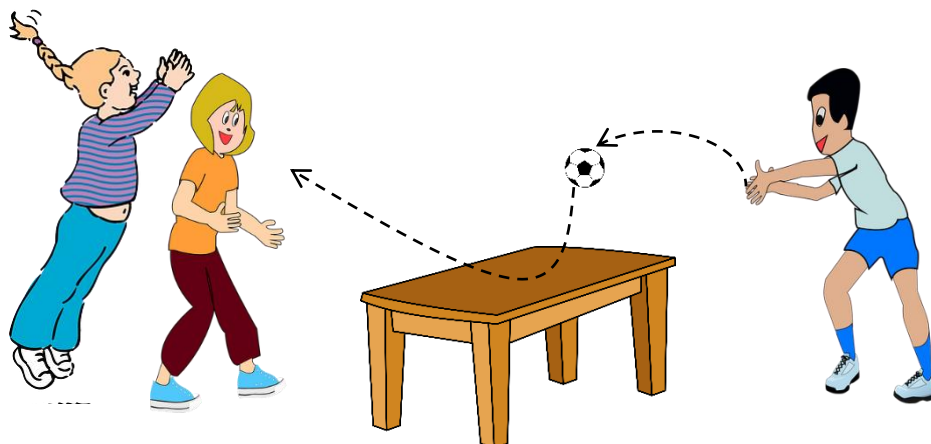


Actividad Handball

Nº3: 3ro, 4to, 5to y 6to



Juego: LOS TRES A LA MESA.



Necesitamos:

- Tres personas, todos vs todos (1vs1vs1), jugando simultáneamente
- Una pelota
- Una mesa.

Objetivo: Conseguir más puntos que los contrarios, lanzando la pelota y que no sea agarrada por los adversarios.

Cómo se juega: El juego consiste en lanzar la pelota haciendo que pique 1 vez arriba o debajo de la mesa, con la intención de que ningún jugador logre agarrarla. La posición de los jugadores es 2-1, uno quien tiene la pelota y dos del lado de enfrente quienes deberán disputarse la recepción de la pelota, el lugar puede variar, quien tiene la pelota tiene 3 segundos y 3 pasos para ejecutar el lanzamiento. Los puntos se consiguen de forma individual, solamente cuando se tiene la posesión de la pelota.

Frente a **reglas** secundarias que puedan surgir o necesitarse, lo ideal es que quienes participan del juego se pongan en común acuerdo de ellas, dando prioridad a la continuidad del juego, la participación activa e equitativa de todos los participantes.

Algunos ejemplos de reglas secundarias:

- Marcador: se suma un punto para quien gane la jugada: si quien lanzó logra que nadie agarrara la pelota (+1), si alguien que no tenía la pelota, logra agarrarla luego del lanzamiento (+1), si al lanzar le erra a la mesa, no pasa por debajo o la pelota pica más de una vez (-1). Si estas en cero, no restas.
- Mientras que no toque el suelo, después del pique, la pelota sigue en juego.

Que buscamos:

- Promover la adaptabilidad de los jugadores para tomar decisiones rápidas a los entornos cambiantes de los juegos deportivos.
- Velocidad de reacción, cambios de dirección y velocidad.
- Recepción de la pelota desde distintas direcciones y trayectorias.
- Lanzamiento del balón, en buscando el gol (que los contrarios no logren hacerse de ella).
- La posesión: para recuperar la pelota, debemos ganarla en un “lucha” con el contrario, para ello necesitamos ubicarnos y orientarnos “marcar” con dicho objetivo, es decir, simula los roles de ataque – defensa.

¡Que se diviertan!