

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Balonmano I
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Medicina, Salud y Deportes
Curso	Segundo
ECTS	4
Carácter	Optativa
Idioma/s	Castellano, inglés
Modalidad	Presencial
Semestre	S3 y S4
Curso académico	2025-2026
Docente coordinador	Javier Martín Sanz

2. PRESENTACIÓN

El balonmano, como deporte colectivo de equipo, ha sido y es uno de los que más importancia, éxitos deportivos, seguimiento y práctica tiene en España. El número de licencias deportivas y de recursos humanos pertenecientes al mundo del balonmano así lo demuestran, no solo a nivel nacional, sino que en Europa se erige como uno de los deportes considerados de masas, así como en Sudamérica y otras regiones de Oriente Medio, Japón y Korea donde se está produciendo un auge del mismo.

La evolución del deporte, con mayor disponibilidad de recursos económicos y con nuevas aportaciones desde el punto de vista tecnológico, ha hecho que el balonmano se encuentre entre los deportes con más capacidad de desarrollo científico y técnico en ámbitos como las Facultades Deportivas de universidades. Acorde con su situación actual a nivel nacional e internacional, los contenidos que se van a tratar en la asignatura de Balonmano I se van a dividir en tres grandes bloques

Bloque 1. Generalidades y aspectos fundamentales del deporte

Bloque 2. Aspectos individuales del balonmano

Bloque 3. Aspectos colectivos del balonmano

La asignatura pretende servir como herramienta didáctica y metodológica para el ámbito del balonmano y, por extensión, para los deportes colectivos y del deporte en general.

3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias básicas:

- CB2: que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- CB4: que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- CB5: que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Competencias transversales:

- CT01: Aprendizaje autónomo: habilidad para elegir las estrategias, las herramientas y los momentos que considere más efectivos para aprender y poner en práctica de manera independiente lo que ha aprendido.
- CT02: Autoconfianza: Capacidad para valorar nuestros propios resultados, rendimiento y capacidades con la convicción interna de que somos capaces de hacer las cosas y los retos que se nos plantean.
- CT04: Capacidad de análisis y síntesis: ser capaz de descomponer situaciones complejas en sus partes constituyentes; también evaluar otras alternativas y perspectivas para encontrar soluciones óptimas. La síntesis busca reducir la complejidad con el fin de entenderla mejor y/o resolver problemas.
- CT06: Comunicación oral/ comunicación escrita: capacidad para transmitir y recibir datos, ideas, opiniones y actitudes para lograr comprensión y acción, siendo oral la que se realiza mediante palabras y gestos y, escrita, mediante la escritura y/o los apoyos gráficos.
- CT08: Gestión de la información: Capacidad para buscar, seleccionar, analizar e integrar información proveniente de fuentes diversas.

Competencias específicas:

- CE02: Capacidad para transmitir actitudes y valores en la práctica profesional en todos los ámbitos de la actividad física y el deporte, participando en la mejora de la sociedad.
- CE03: Capacidad para planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles y diferentes edades.
- CE05: Capacidad para identificar prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.

Resultados de aprendizaje:

- RA01: Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje relativos al deporte del balonmano atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas y asumiendo los principios educativos, técnicos, y curriculares necesarios.
- RA02: Diagnosticar el nivel de condición física y habilidad motriz para prescribir ejercicios físicos orientados a la salud y promover y evaluar hábitos perdurables y autónomos de práctica del balonmano.
- RA03: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para las distintas prácticas del balonmano.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB4, CB5, CT02, CT04, CT06, CE03, CE05	RA1: Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje relativos al deporte del balonmano atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas y asumiendo los principios educativos, técnicos, y curriculares necesarios
CB2, CB4, CT01, CT04, CT08, CE02, CE03, CE05	RA2: Diagnosticar el nivel de condición física y habilidad motriz para prescribir ejercicios físicos orientados a la salud y promover y evaluar hábitos perdurables y autónomos de práctica del balonmano
CB4, CT01, CT02, CT06, CE02, CE05	RA3: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para las distintas prácticas del balonmano

4. CONTENIDOS

- Conocimiento de la historia nacional e internacional del balonmano.
- Conocimiento del reglamento de las reglas de juego
- Estudio del balonmano, siguiendo el modelo de las fases de juego

Los contenidos mencionados serán recogidos en las siguientes unidades de aprendizaje, las cuales, a su vez, están divididas en temas:

UA1 – El balonmano como deporte.

- Tema 1. Origen y evolución del balonmano.
- Tema 2. Características generales del balonmano.
- Tema 3. Nomenclatura y representación gráfica del balonmano.
- Tema 4. Metodología de la enseñanza del balonmano en la etapa de iniciación.

UA2 – Aspectos individuales del balonmano

- Tema 5. Medios técnico-tácticos individuales ofensivos.
 - Tema 5.1. Pases-recepciones, bote y adaptación de balón.
 - Tema 5.2. El desmarque.
 - Tema 5.3. La finta.
 - Tema 5.4. El lanzamiento.
- Tema 6. Medios técnico-tácticos individuales defensivos
 - Tema 6.1. Marcaje.
 - Tema 6.2. Ayudas.
 - Tema 6.4. Interceptación.
 - Tema 6.5. Blocaje.
- Tema 7. Medios técnico-tácticos del portero

UA3 – Aspectos colectivos del balonmano

- Tema 8. Medios tácticos colectivos I.
 - Tema 8.1. Medios básicos de táctica colectiva ofensiva: Cruces, permutas, penetraciones sucesivas, pase y va, bloqueo, pantalla, cortina y colgada o fly.
 - Tema 8.2. Medios básicos de táctica colectiva defensiva: Cambio de oponente y deslizamiento.
- Tema 9. Introducción a los Sistemas de juego.

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

1. Clase magistral
3. Aprendizaje Cooperativo
4. Aprendizaje Basado en Problemas (ABP)

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Diseño y dirección de sesiones prácticas	30
Lecciones Magistrales	13
Actividades participativas grupales (seminarios, participación en foros...)	9
Trabajo autónomo	20
Elaboración de informes y escritos	20
Tutorías	4
Lecciones magistrales asíncronas	4
TOTAL	100

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas presenciales de conocimiento	40% (30-50%)
Participación en actividades de aula	25% (10-25%)
Carpeta de aprendizaje	20% (10-25%)
Observación del desempeño	15% (10-20%)

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria:

- Obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura.
- Obtener una calificación igual o mayor de 5,0 en la prueba teórica escrita.
- Asistir al 100% de las clases prácticas donde se realicen actividades evaluables.
- Siguiendo la normativa de la Universidad Europea de Madrid, todos aquellos alumnos que no asistan al 50% de las sesiones presenciales no tendrán derecho a realizar la prueba de conocimiento de la convocatoria ordinaria.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura.

- Obtener una calificación igual o mayor de 5,0 en la prueba teórica escrita.
- Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1. Conocimiento del reglamento	Semana 5-7
Actividad 2. Elaboración de sesiones de enseñanza de los medios técnico-tácticos individuales.	Semana 10
Actividad 3. Desarrollo práctico de sesiones de enseñanza de los medios técnico-tácticos individuales.	Semana 11-14
Actividad 4. Cuaderno de clase.	Semana 17-18
Actividad 5. Prueba de conocimiento.	Semana 18

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

• Unidad de Aprendizaje 1. El balonmano como deporte

- BAYER, C. (1987): Técnica del Balonmano: la formación del jugador. Ed. Hispano Europea Barcelona
- FALKOWSKI, M. y ENRIQUEZ, E. (1992): Balonmano. Reglas de juego. Ed. Esteban Sanz. Madrid
- GARCÍA HERRERO, J.A. (2006): Liderar y entrenar a un equipo de balonmano. Wanceulen Ed. Deportiva, S.L.
- LASIERRA, G. et al (1992): 1013 ejercicios y juegos aplicados al balonmano (2 volúmenes). Paidotribo. Barcelona
- MORENO, F. (2001): "Iniciación a los deportes sociomotrices de cooperación/oposición. Un caso práctico en balonmano" Comunicación no102. Congreso de Educación Física celebrado en Santander del 13 al 16 de septiembre.
- OLIVER, J., SOSA, P. (1996): Balonmano. Colección "La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos". Ed. C.S.D. Ministerio de Educación y cultura. Madrid.
- TORRESCUSA, L.C. (1997): "Bases didácticas y metodológicas del entrenamiento con jóvenes" Jornadas sobre entrenamiento con jóvenes en balonmano celebrado en Alcobendas. Escuela Nacional de Entrenadores de la RFEBM.
- TORRESCUSA, L. C., SANCHEZ, F., ROMAN, J. de DIOS (1988): "Guía Metodológica de Iniciación al balonmano". RFEBM.1988

• Unidad de Aprendizaje 2. Aspectos individuales del balonmano

- ANTÓN, J.L. (2000). Balonmano. Nuevas aportaciones para el perfeccionamiento y la investigación. Editorial: Inde.
- ÁVILA, F. M. (2006). La formación defensiva del jugador en su incorporación al alto rendimiento. Área de balonmano, 38, 29-33.
- ÁVILA, F. M. (2015). La velocidad desde y para la defensa: Formar defensores veloces. Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano, nº 64.
- BARCENAS, D. y ROMAN, J. (1991): Balonmano. Técnica y Metodología. Ed. Gymnos. Madrid
- TORRES, G. (1998) "La finta: factores y variables de la práctica". Comunicación técnica no 167. Revista Asociación de Entrenadores de Balonmano. Número 3.Abril.
- FALKOWSKI, M. y ENRIQUEZ, E. (1979): Estudio monográfico del portero. Ed. Esteban Sanz. Madrid
- FALKOWSKI, M. y ENRIQUEZ, E. (1988): Aprendiendo a jugar. Ed. Esteban Sanz. Madrid. 2a edición ampliada y corregida.
- LAGUNA, M. (2006). Jugar y hacer jugar: La formación de jugadores para el ataque posicional. Comunicación técnica nº 245. R.F.E.BM.
- LAGUNA, M. (2008). El ataque posicional en las etapas de formación: Hacer bien lo fácil. Comunicación técnica nº 264. R.F.E.BM.
- LAGUNA, M. (2015). Los Fundamentos del Entrenamiento en las Categorías Cadete y Juvenil. Clinic de Balonmano Base.
- RIBERA, J. (2016). Defensa 5:1 modelo Brasil. Clinic de Balonmano Ciudad de Avilés.

• Unidad de Aprendizaje 3. Aspectos colectivos del balonmano

- ANTÓN, J.L. (2000). Síntesis de los medios tácticos grupales defensivos y su aplicación estratégica durante el desarrollo de los sistemas defensivos. En: Antón, J.L. (2000). Balonmano. Perfeccionamiento e investigación. Barcelona: Inde, 147-163.
- ANTÓN, J.L. (1998): "Táctica grupal ofensiva: concepto, estructura y metodología". Ed. Gymnos. Madrid

- Apuntes de la ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES de la RFEBM.
- FALKOWSKI, M. y ENRIQUEZ, E. (1988): Los sistemas de juego ofensivos. Ed. Esteban Sanz. Madrid
- FALKOWSKI, M. y ENRIQUEZ, E. (1988): Los sistemas de juego defensivos. Ed. Esteban Sanz. Madrid
- GARCÍA CUESTA, J. et al (1991): Balonmano. Comité Olímpico Español no 8. Madrid
- ROMÁN, J.D. (2002). La estructuración del juego de ataque en el balonmano de alto nivel. II Congreso Nacional de Técnicos especialistas en Balonmano.

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA, DIVERSIDAD E INCLUSIÓN

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

orientacioneducativa@universidadeuropea.es

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tú opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.