



**Colegio Isaac Martin**  
Educando para la vida

Materia: Educación Física.  
 Profesor: Jerson Solano Ramírez  
 Nivel: III – IV Ciclo  
 Revisado por: \_\_\_\_\_  
 Firma del Encargado: \_\_\_\_\_

Valor Total: 48 Pts. = 30%  
 Puntos Obtenidos: \_\_\_\_  
 Porcentaje: \_\_\_\_\_  
 Nota: \_\_\_\_\_

**Valor del mes: Autodisciplina**

**Indicaciones:** el estudiante debe ejecutar diferentes ejercicios del deporte "balonmano" vistos en clase.

**Objetivo:** mejorar las diferentes técnicas de remate, agarre y coordinación a la hora de ejecutar cada ejercicio.

Nombre del Estudiante: \_\_\_\_\_ Sección \_\_\_\_\_

**Rúbrica de calificación de balonmano**

**Técnica del remate (con la mano)**

<b><u>Excelente técnica de remate</u></b> (el estudiante remata con la mano el balón de manera limpia y fuerte hacia una parte del marco inaccesible para el portero contrario) (12pts)	<b><u>Muy Buena técnica de remate del balón</u></b> (el estudiante remata la bola con la mano, pero no logra que sea inaccesible para el equipo contrario) (9pts)	<b><u>Regular remate del balón</u></b> (el estudiante remata el balón con la mano suave y a media altura facilitando a el portero a agarrarla con facilidad) (6pts)	<b><u>Deficiente remate del balón</u></b> (al estudiante se le dificulta realizar un adecuado remate del balón con la mano y dará un remate muy suave, aplicando una mala técnica) (3pts)

**Técnica y coordinación del agarre del balón en el aire o un pase de alguno de sus compañeros de equipo**

<p><b><u>Excelente agarre del balón</u></b> (el estudiante es capaz de coordinar brazos y pies, levanta las manos para poder agarrar el balón de forma limpia -sin que rebote en las manos ni en el campo de juego- y de inmediato lanza el balón hacia uno de sus compañeros) (12pts)</p>	<p><b><u>Muy Buen agarre del balón</u></b> (el estudiante es capaz de coordinar brazos y pies con el levantamiento de manos adecuado, pero el balón rebota en sus manos o en el campo de juego (una vez), lo cual pone en peligro el “el control del juego por parte de su equipo”) (9pts)</p>	<p><b><u>Regular agarre del balón</u></b> (el estudiante logra agarrar el balón luego de varios rebotes o de que este se extienda por el campo de juego) (6pt)</p>	<p><b><u>Deficiente golpeo del balón</u></b> (el estudiante no logra colocar las manos en buena posición de agarre, ni coordina adecuadamente las piernas para alcanzar el balón, por lo tanto, no lo detiene cuando tiene la posibilidad de agarrarlo) (3pts)</p>

**Técnica y coordinación de carrera hacia el marco contrario**

<p><b><u>Excelente técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón</u></b> (El estudiante posee una excelente coordinación de brazos y pies manteniendo la relación mano derecha con pie izquierdo a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón) (12pts)</p>	<p><b><u>Muy Buena técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón</u></b> (el estudiante posee una buena coordinación de brazos y pies, posee una buena técnica de carrera en el balanceo del cuerpo a la hora de ir picando el balón al campo contrario) (9pts)</p>	<p><b><u>Regular técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón</u></b> (al estudiante se le dificulta coordinar brazos y pies a la hora de correr hacia el campo contrario con la bola picada) (6pt)</p>	<p><b><u>Deficiente técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón</u></b> (el estudiante no coordina los brazos ni los pies a la hora de correr y la técnica de carrera evidenciada no es buena (no mantiene la postura del cuerpo adecuada para correr ni la coordinación a la hora de ir picando el balón hacia el campo contrario) (3pts)</p>

**Conocimiento de las reglas del juego**

<b><u>Excelente técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón rematando y atrapando el balón (El estudiante demuestra un completo dominio de las estrategias o normas del juego) (12pts)</u></b>	<b><u>Muy Buena técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón rematando y atrapando el balón (El estudiante comete de uno a tres errores durante el juego) (9pts)</u></b>	<b><u>Regular técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón, rematando y atrapando el balón (El estudiante comete de cuatro a seis errores durante el juego) (6pt)</u></b>	<b><u>Deficiente técnica y coordinación a la hora de correr hacia el campo contrario picando el balón rematando y atrapando el balón (El estudiante comete más de siete errores durante el juego)(3pts)</u></b>